

芳療初心者 課程內容		
PART1 2.5小時	關於芳香療法 精油基礎概念 精油調製基礎介紹 精油與呼吸免疫系統 單方精油介紹	什麼是芳香療法 什麼是精油?精油從哪裡來? 如何使用精油調製配方、精油濃度計算方式 澳洲尤加利、桉油醇迷迭香、羅文莎葉 手做芳療小物：防疫抗菌噴霧瓶
PART2 2.5小時	芳療歷史介紹 精油的使用方式 精油特性與品質辨識 精油與淋巴系統 單方精油介紹	芳療在歷史上的故事 精油如何使用在生活中 精油具有什麼樣的特性以及品質辨識的方法 杜松、大西洋雪松、葡萄柚、綠花白千層、天竺葵
PART3 2.5小時	精油的萃取方式 精油與情緒/香氣抓周 精油與紓壓助眠 單方精油介紹	蒸餾法、壓榨法、溶劑萃取法、超臨界萃取法 精油與情緒之間的關係，透過精油抓周了解情緒 純正薰衣草、苦橙葉、廣藿香、甜馬鬱蘭、佛手柑 手做芳療小物：助眠靜心滾珠瓶
PART4 2.5小時	精油毒性及使用禁忌 植物油以及純露介紹 精油與消化系統 單方精油介紹	精油在使用上的注意事項、具有毒性的種類 介紹基本的植物油以及純露種類 甜橙、萊姆、肉桂皮、薄荷 課後考試