

# 112年農業部農糧署『樂活健康園藝六週課』

## 蔬果彩虹 579 樂活都市農園(課程說明表)

補助單位：農業部農糧署

主辦單位：臺灣大學農業試驗場園藝組

協辦單位：財團法人台灣癌症基金會

「園藝」是一種能夠促進身心發展的重要休閒遊憩活動，能帶來健康、營養、養生、紓壓、環保等效果。本課程期能讓上班族、菜籃族、樂齡族等喜歡園藝的朋友們，了解園藝的益處，並深化成生活態度及提升生活品質。本課程特別規劃園藝五感的體驗，從聆聽園藝、親聞園藝、欣賞園藝、操作園藝到品嚐園藝，讓參與者能更深化知識，且能親身體驗，還能將相關園藝成品、材料帶回家繼續照顧觀察，並分享親朋好友們園藝之樂。「園藝活動」，對人類有更多元化的身心靈提升之助益，也是多元的環境教育、食農教育、療育樂活，歡迎有興趣的相關人員，把握機會報名參加！

課程說明：

1. 上課時間：112年10月2日~11月13日，每週一13:30~16:30，為期6週，共計18小時。
2. 上課地點：臺灣大學附設農業試驗場園藝分場(台北市大安區芳蘭路51號)
3. 預定課程表：

週次 日期	課程名稱	授課內容	體驗活動	講師	備註
一、 10/2	都市田園夢想實踐~蔬活開心農場實作	農耕工具及農機具使用，蔬菜種苗、耕種技術講解	分組蔬菜田耕種技術。自種7吋蔬菜盆，含苗、種子、有機肥(可帶回家栽培)。梅製品試吃。	臺大農場園藝組白鈞尹技士、園藝志工隊	自備大型環保袋。防蚊、防曬用品
二、 10/16	五感農場核心觀念及蔬果生態園導覽	園藝療癒原理及五感農場核心觀念課程	蔬果生態體驗園分組導覽。療癒系空氣淨化觀葉植物半水耕栽培(可帶回成品)。百香果品飲。	臺大農場園藝組鐘秀媚技正、園藝志工隊	田間中耕。自備環保袋。
三、 10/23	環保節水~為地球種一棵植物	環保、節水、防蚊、水耕種植空氣淨化植栽	環保毛細現象種植盆栽。綠美化居家室內環境(可帶回成品)。燒仙草品飲。	前農糧署陳博惠技正、園藝志工隊	田間中耕。大環保袋。寶特瓶。
四、 10/30	蔬果彩虹579，植化素知多少	蔬果彩虹原則、植化素密碼、健康營養養生法	採收低碳蔬菜、DIY五色蔬果沙拉、創意食農美學擺盤，讓您親作、親嚐。	臺灣癌症基金會徐桂婷營養師、園藝志工隊	田間中耕。自備餐具。
五、 11/6	中西方保健香草植物及應用	中西香草植物認識、精油萃取、紫草膏原理及製作	精油室參觀。紫冰膏、紫黃膏製作手作(可帶回各一盒成品)。香草茶品飲	北市產發局綠化教室李玲珍講師、園藝志工隊	田間中耕施肥除草。
六、 11/13	田園採收樂、農業廢棄物再利用	田園採收樂、農廢絲瓜絡精油洗手皂	田園採收(各組帶回蔬菜)。絲瓜洗手皂製作(可帶回)。頒發結業證書(依出勤)	臺大農場園藝組蔡淑玲隊長、園藝志工隊	採收。自備剪刀、環保袋。

**\*報名注意事項：**

1. 報名對象及時間：凡對本課程有興趣的成人皆可參加，**112年9月11日(一)上午9:30開始報名(第一梯次)**。一律於『臺大農業試驗場』官網：「服務推廣」→「活動快報」**網路報名**。本次對外招收學員名額為30名(候補25名)。報名後**3天內需繳費成功始完成報名程序(報名後由系統提供專屬之匯款帳號，逾期未繳費，則帳號失效，視同放棄，將由候補者遞補之。後補人員由系統另行通知，務必請留下正確且能收到通知的Email，以免影響自身權益)**。
2. 為珍惜資源及使用者付費原則，參加者一次報名可連續參加六周課程，**每位酌收1600元材料費，早鳥價1000元**。於**第一梯次報名成功者(含候補)皆以1000元計費(第一梯次後補遞補後尚有名額將會在官網公告第二梯次報名)**。(本單位開立統一發票，如需抬頭統編先告知，上課報到時領取)
3. 參加者有課程還能下田種菜及各種體驗，並可攜回相關園藝活動成品，品飲園產品，共6週課程，**繳費後恕不退費(請假者可由親友代理出席，活植物材料無法補發)**。本課程不足經費由農業部農糧署農再計畫補助辦理。
4. 活動詢問請於上班時間洽:臺大農場園藝組02-33665509。(臺大上班時間為準)
5. 其他未盡事宜，由主辦單位單位解釋為原則，保留課程調整調動之權。

