

2023년 동두천시 평생학습관 특강 강의계획서

강좌명	나를 위한 꽃차 만들기				강사성명	최기순	
기간	2023. 9. 9. ~ 12. 2.				강의요일	토요일	
강의시간	10 시 00 분 ~ 12 시 00 분 (2시간)						
강의목표	· 마음의 수양과 정화로 건강한 나 만나기						
강의내용	1. 우리나라의 꽃차와 잎차, 뿌리차를 만들어 보며 그 특성에 대해 안다. 2. 꽃을 이용한 다양한 먹거리를 만들어 보며 시각을 확장 시킨다. 3. 마음의 수양과 정화 방법을 안다.						
자격증	· 해당없음						
동아리 활동계획	· 해당없음						
교재비	-	재료비	110,000원	준비물	수업시간 안내 예정		
기타	- 구입방법 : 공동구매(<input checked="" type="checkbox"/>), 개별준비(<input type="checkbox"/>)						
세부일정	회차	주	제	내			용
	1회차	O·T 및 비타민C 가득 청굴청		- 안전 수칙 안내, 인사나눔, 프로그램 안내			- 청굴청 만들기
	2회차	금화규 덥음		- 콜라겐의 결정체 금화규 덥음			- 금화규 효능 & 나눈요~!!!
	3회차	연잎 덥음		- 연잎차 덥음			- 연잎차 효능 & 한방꽃차의 이해
	4회차	당 충전을 위한 생과일 꽃 젤리		- 유기농 꽃을 이용한 생과일 꽃 젤리 만들기			- 차에 대해 바로 알기
	5회차	맨드라미 덥음		- 맨드라미 덥음			- 맨드라미 효능 & 차의 응용 방법
	6회차	구절초 덥음		- 구절초 덥음			- 구절초 효능 & 구절초 이야기
	7회차	옥수수품은 화과자		- 옥수수알을 품은 옥수수 화과자			- 얼린 두부 쉐러드 맛있게 남남!!
	8회차	메리골드 덥음		- 메리골드 덥음 & 메리골드 효능			- EFT(Emotional Freedom Techniques) 감정 자유 기법으로 회복탄력성 끌어 올리기
	9회차	우영 덥음		- 우영 덥음			- 우영 효능 & 우리들의 이야기
	10회차	알록달록 달달 양갱		- 알록달록 예쁜 양갱 만들기			- 티테이블 셋팅 이론
	11회차	내 마음에 休		- 연꽃차와 나의 내면 교감			- EFT(Emotional Freedom Techniques) 감정 자유 기법으로 회복탄력성 끌어 올리기
	12회차	티테이블 셋팅		- 멋지게 티테이블 셋팅하기			

2023년 특강 강좌소개서

강좌명	○ 나를 위한 꽃차 만들기					
강좌소개	○ 우리나라의 꽃차와 잎차, 뿌리차를 만들어 보며 그 특성에 대해 안다. ○ 꽃을 이용한 건강하고 다양한 먹거리를 만들어 보며 시각을 확장 시킨다. ○ 마음의 수양과 정화 방법을 알고, 긍정 마인드를 갖는데 도움을 준다.					
교육내용 (강의주제 및 내용요약)	○ 내 마음의 수양과 건강을 위한 한방꽃차를 만들고, 마시며 자극으로부터 둔감해진 몸과 마음의 오감을 살리고, 자연에 감사하는 마음과 이웃과 마음을 나누는 긍정 마인드를 갖는데 도움을 주기 위해 이 프로그램을 기획하였다.					
강의방향 (진행방법 등)	회차	교육시간	프로그램명	주요내용	이론	실습
	1	2시간	O·T 및 비타민C 가득 청귤청	- 안전 수칙 안내 - 인사 나눔, - 프로그램 안내 - 청귤청 만들기		0
	2	2시간	금화규 덖음	- 콜라겐의 결정체 금화규 덖음 - 금화규 효능 & 나눈요~!!!	0	0
	3	2시간	연잎 덖음	- 연잎차 덖음 - 연잎차 효능 & 한방꽃차의 이해	0	0
	4	2시간	당 충전을 위한 생과일 꽃 젤리	- 유기농 꽃을 이용한 생과일 꽃 젤리 만들기 - 차에 대해 바로 알기	0	0
	5	2시간	맨드라미 덖음	- 맨드라미 덖음 - 맨드라미 효능 & 차의 응용 방법	0	0
	6	2시간	구절초 덖음	- 구절초 덖음 - 구절초 효능 & 구절초 이야기	0	0
	7	2시간	옥수수품은 화과자	- 옥수수알을 품은 옥수수 화과자 - 얼린 두부 셀러드 맛있게 남남!!		0
	8	2시간	메리골드 덖음	- 메리골드 덖음 & 메리골드 효능 - EFT(Emotional Freedom Techniques) 감정 자유 기법으로 회복탄력성 끌어 올리기		0
	9	2시간	우엉 덖음	- 우엉 덖음 - 우엉 효능 & 우리들의 이야기		0
	10	2시간	알록달록 달달 양갱	- 알록달록 예쁜 양갱 만들기 - 티테이블 셋팅 이론	0	0
	11	2시간	내 마음에 休	- 연꽃차와 나의 내면 교감 - EFT(Emotional Freedom Techniques) 감정 자유 기법으로 회복탄력성 끌어 올리기		0
	12	2시간	티테이블 셋팅	- 멋지게 티테이블 셋팅하기		
● 재료 구입 상황에 따라 수업 내용이 변경될 수 있습니다.						
교육 재료비	○ 재료비와 사용처, 정산방법 등 명시 1. 재료비 : 회기당 (10,000 x 11) = 총 110,000원 2. 마음마루 공동 구매 (마음마루 영수증 증빙) 3. 환불 : 실습 시간 참여 여부에 따라 공제 후 개인 계좌로 환불					
취득가능 자격증 및 조건	○ “해당없음”					