

臺北醫學大學一一一學年度推廣教育 好眠調理養生班第 1 期招生簡章

- 一、依據：推廣教育審查委員會議決議。
- 二、目的：想要改善失眠問題，必須從找到失眠原因開始，以對症治療，本課程邀請中醫師、藥物學科教授及英國 IFA 國際芳療認證講師來教你如何中醫觀點的養生調理法則來改善失眠症狀，搭配穴位保健及助眠按摩技巧，穩定心神而能順利好眠。
- 三、班別：好眠調理養生班第 1 期，每班 25 人以上成班。
- 四、對象：1. 有失眠或其他睡眠困擾的民眾
2. 想要提高睡眠品質的民眾
3. 對中醫養生調理有興趣的民眾
- 五、上課期限：111 年 10 月 25 日(二)至 111 年 11 月 30 日(三)，期限內觀看，課程總計 10 小時
- 六、收費標準：學雜費及報名費共計新臺幣 4,800 元整。
早鳥優惠(10 月 11 日前完成報名繳費)：4,200 元
進推處舊生：4,500 元
本校暨三院教職員生、校友或退休員工：4,500 元
- 七、上課地點：北醫 online TMU 平台。
- 八、報名方式：一律採線上報名-進入課程平台(<https://bit.ly/3Ksgz3u>)並選取欲報名的課程，正確填妥基本資料後送出。取得虛擬帳號並於三日內繳費才算完成報名手續。超過三天請重新報名。
- 九、報名日期：即日起至 10 月 24 日止。
- 十、退費方式：學員自報名繳費後至實際開課日前退費者，扣除報名費 200 元後退還已繳學雜費用之九成；自實際開課日算起未逾全期三分之一者(2022/11/5 止)，扣除報名費 200 元後退還已繳學雜費用之五成；在班時間已逾全期三分之一者(2022/11/6 起)，不予退費。
- 十一、其他事項 本班為非學分班，修讀總時數為 10 小時，學員修讀期滿發給推廣教育結訓證書，不授予學位證書。
- 十二、課程內容

課程說明	任課教師
中醫失眠治療觀點與病因 失眠的針灸治療 安神助眠的經絡穴位 預防失眠的養生調理	蘇柏璇 ◆ 臺北醫學大學附設醫院傳統醫學科醫師
養血安神中草藥介紹 生活中的助眠食材	梁文俐 ◆ 臺北醫學大學藥物科學學科副教授
舒眠按摩基礎理論 助眠按摩實作:頭部、面部、手部、眼耳、腹部	戴秀宇 ◆ 慧妮克斯美學館創辦人 ◆ 英國 IFA 國際芳療認證講師 ◆ 中醫康復理療師(中國)

十三、洽詢方式	臺北醫學大學 進修推廣處(大安校區)	臺北醫學大學 進修推廣處(校本部)
服務時間	平日 09:00-18:00	平日 12:00-21:00 假日 09:00-17:00
地 址	106 台北市大安區基隆路二段 172-1 號 13 樓	110 台北市信義區吳興街 250 號
電 話	(02) 6638-2736 轉 1312 林先生	(02) 2736-1661 轉 2419
傳 真	(02) 2738-7348	(02) 8732-1699