

優質生活・心靈饗宴

《藝術文化健康講座》



神 傳 文 化 基 金 會

【藝術養生—未來醫學新趨勢】

現職

裕信中醫診所醫師

學歷

中國醫藥大學中醫系 中國醫藥
大學中西醫結合研究所

經歷

西醫內科專科醫師

教育部部定講師(曾任慈大、長榮、台南護專)

台南奇美醫院中醫部主治醫師

大林慈濟醫院中醫科主任



主講人：陳乃菁醫師

課程內容

以古代預防醫學的觀點～治未病說明預防重於治療的重要，再依四季的不同順時養生，並列舉 10 種體質分類，讓聽眾檢視自己的體質做適合自己的健康調理養生，最後介紹並推薦帝王級的養生--藝術養生，以具有正面能量的正統藝術來養生，以提升身心靈的健康，豐富快樂的人生。

講綱

1. 治未病-- 古代的預防醫學
2. 順時養生
3. 您知道自已的體質嗎？10 種體質分類
4. 介紹帝王級的養生--藝術養生
5. 藝術養生的形式及推薦