



心靈手巧——手工潤唇膏護膚霜工作坊

校園記者：楊淨嵐（中文/五）

近年多了不少關於護膚品的新聞道導，有些護膚品破壞環境，有些更對人體有害。愈來愈多人問：我們用的護膚品安不安全？環保嗎？對人體有什麼影響？更有不少人因護膚品引起的皮膚敏感問題而深受困擾。因此，近年坊間興起了手工護膚品，使用天然的材料親手製作，既有心思又有保障。聯合書院同樣重視同學和教職員的身心健康，今之特別和環保委員合作，舉辦是次手工潤唇膏護膚霜工作坊。

由社工轉行當「晴媽媽」

今次有幸邀請到晴媽媽手工坊的晴媽媽擔任講者，指導我們親自製作潤唇膏和護膚霜。晴媽媽本身是註冊社工，結婚生下女兒之後，女兒深受濕疹困擾，用什麼護膚品都沒有用，長期吃藥又怕影響健康。因此她開始接觸手作護膚品，而女兒用了自製的護膚品後，情況大有改善，逐漸認識到市面上銷售護膚品的不足之處，轉而使用自製護膚品。晴媽媽又利用自己擔任社工時學到的知識和人脈網絡，推廣環保又有益的護膚品。她不只教曉小學生做手工護膚品，還組織不少婦女一起製作，對學員來說製作手工護膚品不單單是學多一門知識，或是一種聯誼和證明自己價值的活動。

快樂的實驗課

是次活動有來自學生和教職員的十來位學員參加工作坊。雖然大部份的學員之前從未試過手製護膚品，但他們都不約而同都對手工護膚品相當有興趣，認為親手製作更「好玩」，更有益。其實手作潤唇膏、護膚霜一點也不困難。這次製作用了熱製法，所以製作過程就像中學時在實驗室做實驗一樣。其中最有趣的製作護膚霜時，原材料一開始由「粟米湯」，變成「忌廉湯」，最後變成常見的「奶酪」形狀。學員一邊做一邊說笑，令製作過程更添歡樂的氣氛。

男女皆宜

很多人也以為手工護膚品都是女生的玩意，而課堂上的確也是女生比較多。但是晴媽媽指出：「其實手工護膚品和原材料的香薰精油也適合男生的。男生多用茶樹油、雪松、赤松等中性味道。而且男生工作壓力大，多用佛手柑香味可以舒緩壓力，放鬆身心。」唯一一位男學員也說：「自己用不著也可以送給家人。況且臨近情人節，親手製作手工護膚品也是不錯的情人節禮物呢！」

祝福

手工護膚品不單只環保，對健康也有益，更包含了製作者的祝福。晴媽媽希望透過手工潤唇膏護膚霜祝願每一位都可以愛護地球、愛護自己。

