

「自然協會」成立於1993年，為香港首間提倡情意自然教育與奉行簡樸生活的慈善教育團體，於2007年創辦「鄉師自然學校」。

2011 “糉” 是有情天 健康裹糉學習班

自然協會同樣著重生機飲食，致力推廣生機飲食文化，募使社區人士能明白關注愛護大自然，其實可以由個人健康飲食開始。

而農曆五月初五日為端午節，是我國二千多年的習俗，這段時間家家戶戶懸掛鍾馗像(鎮宅驅邪)、掛艾葉(避邪驅瘟)、賽龍舟(散江中之魚免吃掉屈原)、飲雄黃酒(驅虫解五毒)、游百病(野外遊玩、花草浴)、小孩佩香囊(內藏朱砂、雄黃、香葯)、吃糉子，以紀念歷史上偉大的民族詩人屈原。

- 目的：
- 1)推廣健康飲食文化
 - 2)傳承中國民間傳統風俗
 - 3)為自然協會籌募經費

日期：**14/5/2011** (星期六)早午 10:00-4:00

地點：鄉師自然學校禮堂(屯門井頭上村 131 地段 87A)

費用：每位 HK\$200 (自然協會會員 7 折即 HK\$140)

限額：15 名

導師：茶花籽(自然協會第八屆大地行者、前 club O 及綠色女流裹糉導師，有機生活一族，中港台和平婦女香港代表、落實綠色生活實踐者)

內容：學習事前預備、選料及配搭的藝術及技巧、不同包裹的技法及竅門、煲煮的方法等等

備註：每學員可獲分發 2 糉不同味道的糉子

報名及查詢

請從本會網站 <http://www.gaiass.org> 下載報名表格，填妥報名表後，請傳真至 26184008 及致電本會確認辦妥報名手續

查詢：26132773 烏蠅洽

電郵：gaiass@yahoo.com.hk

