



會址：屯門井頭上村 131 地段 87A
網址：<http://www.naiass.org>
電郵：gaiaass@yahoo.com.hk
電話：26132773 傳真：26184008

「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。

2010 “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：5/6 (星期六) 下午 1:00-5:00

地點：鄉師自然學校禮堂(屯門井頭上村 87A)

費用：每位 HK\$150 自然協會會員(會員 7 折)

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：學習包裹雜米蘿勒糉、另提供豆沙桂花鹼水糉、健康養生糉、五色野菌糉的配方及做法

備註：每學員可獲分發 2 糉不同味道的糉子

查詢：26132773 (自然協會)

