



媒體報導

日期: 2016年1月2-3日(星期六-日)
資料來源: 經濟日報 - 副刊 - 親子廊 - Editor's Blog - C2
標題: 親子園藝花園

Merry Christmas Happy New Year

親子廊 C2

讀者意見專線: E-mail:hket-lifestyle@hket.com

親子園藝花園

近年學界及家長對園藝治療也多了認識，其實生活在節奏急促的香港，懂得慢活及享受綠色生活的確很重要。筆者早前有機會參觀基督教家庭服務中心位於彩虹的「都市綠洲」，這塊原本已荒置了十多年的土地，現時以植物作為媒介，推行園藝治療服務，不但綠化環境，更讓平日工作忙碌的家長、讀書壓力大的孩子，得以放鬆心神，淨化心境。

筆者最欣賞其「心靈綠洲」園區，其體驗區以六感元素為準則，種植過百種植物，如觸感似地毯的波斯草、感覺膠質的海棠、毛毛的到手香……香味的植物如檸檬草、迷迭香、薄荷葉等。一邊觀賞色彩斑斕的植物、流水牆傳來潺潺的流水聲，一家大小更可一邊採摘植物沖水，泡杯檸檬香草茶。

整個園區可為親子帶來視覺、聽覺、嗅覺、味覺及觸覺的體驗，透過現場氛圍，讓家長與小朋友細意感受慢活。園藝治療師更特別提到「心覺」，並以植物或環境作隱喻，例如會對孩子說：「這樹為鼠尾草和攀藤植物供應養份，非常重要。」讓孩子引申個人處境，了解到自己的重要性，從而作出反思、自省，自行領悟。

「都市綠洲」也設有園圃，鼓勵家長與小朋友身體力行參與有機耕種。園內劃分了350塊小型園圃，供市民以月租的方式租地耕種，綠洲更配備農具、有機種子，如菜心、生菜、番茄以及基本耕作技巧訓練，讓大眾可一嘗自給自足的田園之樂。此外，也定期舉辦「農夫體驗日」，鼓勵家長帶同孩

撰文：李超輝

Editor's Blog

近年學界及家長對園藝治療也多了認識，其實生活在節奏急促的香港，懂得慢活及享受綠色生活的確很重要。筆者早前有機會參觀基督教家庭服務中心位於彩虹的「都市綠洲」，這塊原本已荒置了十多年的土地，現時以植物作為媒介，推行園藝治療服務，不但綠化環境，更讓平日工作忙碌的家長、讀書壓力大的孩子，得以放鬆心神，淨化心境。

筆者最欣賞其「心靈綠洲」園區，其體驗區以六感元素為準則，種植過百種植物，如觸感似地毯的波斯草、感覺膠質的海棠、毛毛的到手香……香味的植物如檸檬草、迷迭香、薄荷葉等。一邊觀賞色彩斑斕的植物、流水牆傳來潺潺的流水聲，一家大小更可一邊採摘植物沖水，泡杯檸檬香草茶。

整個園區可為親子帶來視覺、聽覺、嗅覺、味覺及觸覺的體驗，透過現場氛圍，讓家長與小朋友細意感受慢活。園藝治療師更特別提到「心覺」，並以植物或環境作隱喻，例如會對孩子說：「這樹為鼠尾草和攀藤植物供應養份，非常重要。」讓孩子引申個人處境，了解到自己的重要性，從而作出反思、自省，自行領悟。

「都市綠洲」也設有園圃，鼓勵家長與小朋友身體力行參與有機耕種。園內劃分了350塊小型園圃，供市民以月租的方式租地耕種，綠洲更配備農具、有機種子，如菜心、生菜、番茄以及基本耕作技巧訓練，讓大眾可一嘗自給自足的田園之樂。此外，也定期舉辦「農夫體驗日」，鼓勵家長帶同孩





基督教家庭服務中心
Christian Family Service Centre

香港九龍觀塘翠屏道3號

3 Tsui Ping Road, Kwun Tong, Kowloon, Hong Kong.

電話 Tel: (852) 2861 0283 電郵 E-mail: cfsc@cfsc.org.hk

傳真 Fax: (852) 2520 0438 網址 Website: www.cfsc.org.hk

子參與，跟隨園區的「農夫」打理田園的工作，為農作物澆水、施肥、除雜草、培苗、移盆等，可讓孩子認識不同的蔬菜植物，同時明白「粒粒皆辛苦」的道理，珍惜資源。

- 完 -

