

2017 西
福爾摩沙
有機生活
美學之旅



行程特色

- * 參觀劉美玲的CSA有機農場，了解樸門農作與社區支持型農業的運作模式。
- * 漫步前往享用有機時令窯烤宴，跟著主人體驗簡單風雅的茶席。
- * 跟著農家主人秀香學會識食，自主管理健康，體驗採收季節鮮蔬與有機薑黃等農作。
- * 參觀有機咖啡園，園主帶領摘果、認識從生豆到烘豆的過程，接著品鑑咖啡風味。
- * 追隨李鈞華建築師和俞國珠律師深入私人綠建築，了解與自然和諧共處的綠生活模式。
- * 聽謝東昇總監述說埔里生態弦樂團帶著「蝴蝶谷」美稱在各地演出，展現光芒。
- * 跟著陳孟凱博士研習有機農市，導覽樸門三合一綠建築並享用產地到餐桌的有機美食。
- * 在合作找幸福的城市部落體驗豆腐DIY、學沖一杯屬於自己的豆花的手作體驗。
- * 入住充滿綠意的歐式別館，享用慢活早餐後遊走樹林庭園吸收芬多精。

前言

電機博士乘富薪建立城市桃花源，
建築師上山打造綠建築生態村，
律師彎腰誠邀小農成立有機行銷鏈，
原民農夫實踐社區協力型農業，
音樂總監以弦樂山中揚音保護土地，
他們都是友善土地、協力小農、
支持有機美學的地球人，
加入我們的旅程，
讓福爾摩沙更好，你也會更好！

企劃人 **楊惠卿**

The First Day

松山機場→新竹高鐵站（新竹以南的朋友可自行於新竹高鐵站集合）→CSA千甲農場→產地到餐桌的窯烤宴→城市部落綠建築導覽→人文書坊的中式功夫菜



CSA千甲農場

千甲農場位於新竹市的邊陲地帶，原不利耕作且PH值高達8.3的土壤在經過專業農夫劉美玲以*樸門農法厚土種植後恢復成一片有機沃土，農地上堆著一個個小坵，全是枯枝落葉和稻梗堆積而成，一旁有移動式的除草「雞」、田裡更有發電機和太陽能板，形成永續的生態循環。這裡也是都市原民賴以維生的工作，透過原民的協力種植和天生的採集能力，提供附近（含工研院）約50戶家庭每週所需的菜量，實現*「社區協力型農業（CSA）」的有機夢想。

幸福石窯

產地到餐桌的窯烤宴

一趟歐洲之旅後，主修景觀園藝的先生親手為妻子蓋了全台最大的柴燒石窯，原來只是單純想要隨著季節的收成，將每一季的時蔬與自己手工做的麵包分享給親朋好友，但美味漸漸傳開，到了造「窯」生事的程度，遂邀請老師傅以即將失傳的手藝蓋好日式卡榫屋後，這座石窯屋終於成為鎮上的私房地標！中午，我們就來品嚐使用12小時長時發酵的老麵麵糰及當季自然、有機食材的鄉村風窯烤宴吧！



城市部落—樹合苑綠建築導覽

樹合苑是一個舊屋綠改造的空間，運用*樸門永續設計的原則，將原始地的限制與建築缺點，轉化為機會，賦予空間新的生命。它是一個生產者與消費者相遇的場域，一個「生活」的地方，2015年正式啟用後，推動人陳孟凱和大家分享目前實踐CSA的階段性成果，此外，也將帶您體驗用溫潤柔嫩的豆腐，串連起對土地堅毅有情的心。

人文書坊的中式功夫菜

無肉令人瘦，有書方不俗，住家附近該有什麼才是人生最大的幸福？魚麗的答案是一間書店和一家好館子。這裡除了展售各種公平貿易的手作品與有機、安全的食材，更提供相當多元、葷素兼具的中式菜餚，更將在您筷子起落間為您導覽他們一直從事的社會工作，帶您走冤案死囚鄭性澤的故事。



有機農場體驗農活&小農沙龍→啜飲有機咖啡→深度遊覽綠建築生態農莊→聆聽弦樂演奏會



有機農場體驗農活&小農沙龍

「純樸的木屋，一旁有許多果樹、蔬菜，前面清溪潺潺；屋裡的人，日出而作，日落而息，晴耕雨讀…」這是楊創發與鄧秀香夫妻共同繪製的生活藍圖。為了落實有機耕讀，曾經窮得要提款兩千元竟存款不足，也曾差一點繳不起孩子的學費，更常自己種有機卻買不起有機產品。好不容易奮鬥了10多年，夫妻倆才漸漸看到有機之路的成果。我們將帶您一起跟著夫妻倆閒話家常，了解田間趣事，並體驗採摘農活。

啜飲一杯有機咖啡

位於埔里一大片茭白筍田環繞的客家庄裡，擁有2000多棵的有機咖啡樹，除了看板上「本店只用有機種植且親手挑選的咖啡」的堅持，這裡還是推廣綠色保育的基地。咖啡店的主人練美玉出身農家，知道有機耕作的重要，更積極呼朋引伴共同申請綠色保育標章，以復育瀕臨絕種的台灣白魚，守護這片土地。而我們將在這裡品嚐美味的蔬食家宴，並跟著農家主人認識有機咖啡樹、品飲有機咖啡風味。



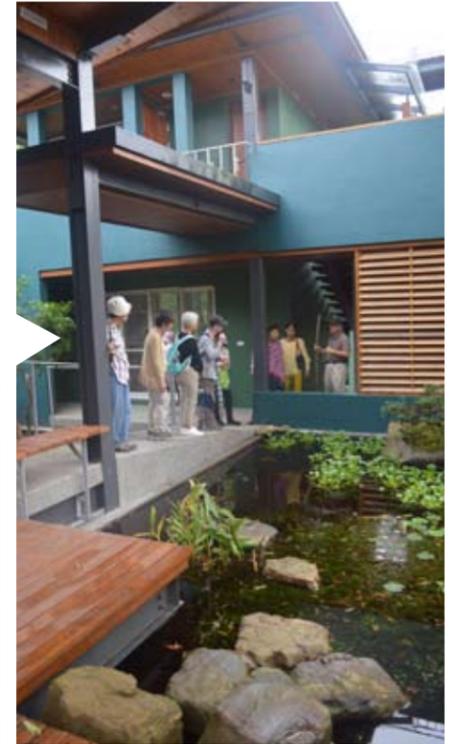
私房綠意別館

貼心安排簡約融入時尚低調奢華的別館，讓您在早餐之餘可以漫步在2.3公頃充滿綠意的森林園區，感受從樹林間灑落的金色陽光與蟲鳴鳥叫，渡過寧靜悠閒的早晨時光。



深度遊覽綠建築生態農莊

俞國珠，一位從台北下到埔里的律師，於2009年在小埔社找到一塊地，由身為建築師的丈夫，規畫七種主題綠建築，皆力求避開樹木並架高地基，保留地表動植物活動的空間；將雨水收集起來另做灌溉之用；維持通風環境，讓微風代替冷氣吹拂臉頰。呼吸純淨空氣、遠眺翠綠山巒，近聽水聲、蟬鳴、鳥叫，體會自然生態與人文美學的完美結合。



聆聽弦樂演奏會

謝東昇夫婦自921大地震後來到埔里，開啟了埔里孩童學習管弦樂的風潮。除了與眾多有志之士在埔里透過音樂的力量撫慰災民並培育管弦樂人才，更希望復育素有「蝴蝶谷」之稱的大埔里地區，故選擇蝴蝶為團名，成立了Butterfly 交響樂團，以「化蛹蛻變，帶著在地的驕傲展翅高飛」為宗旨在各地演出，他同時也是全台第一支鄉鎮級的交響樂團。故下午，我們特別邀請樂團為各位演奏自然系的音樂饗宴。



- 早 別館自助早餐吧
- 午 有機五行蔬食家宴
- 晚 埔里私廚古早味料理
- 住 私房綠意別館



The **Third** Day
 參觀合樸農學市集 → 產地餐桌的午餐 → 學習樸門建築工法

Information



參觀合樸農學市集

合樸農學市集是由陳孟凱博士集結志同道合的朋友們共同創辦的，舉辦農夫市集是實踐「社群協力型農業」行動的第一步。從2007年5月開始，合樸邀請生產有機或無農藥殘留的生鮮、加工品農友定期舉辦市集，讓農友與消費者直接面對面，用不施用化肥的無毒蔬果，以信任與情誼，給予彼此身體健康的保障，也在交流互動中，重新建構和諧、溫馨的生活情境。



竹林綠建築

在一條不起眼的小巷子中，有一處依樸門建築工法，以當地廢棄建材，如：竹子、玻璃等搭造起來的綠建築，充滿古色古香的裝潢中，您會發現在這裡的文青青農樸實善良，充滿理想與活力，身處在這個環境，您會發回到童年的純真，心房也不知不覺舒暢開來，我們將在這裡學習基礎樸門工法，為你的生活美學再添精彩、為福爾摩沙盡己之力。



- 早 別館自助早餐吧
- 午 產地客製餐桌午餐
- 晚 16:00 台中解散
專車回台北

***社區協力型農業 CSA**
 Community Supported Agriculture

社區協力型農業CSA緣起於1960年代的歐美，用意是希望社區居民直接購買在地農場的農產品，尤其支持「力行有機栽培的小農」。如此不僅能牽起從產地到餐桌的連結，為消費者提供具有安全來源的蔬果、減少長途運送的碳排放，也分擔了小農的生活風險，讓他們不再因氣候的變化、中盤商的抽成而影響生計。

***樸門永續設計 Permaculture**

樸門永續設計的音譯來自英文的「Permaculture」這個字是由permanent（永久的）+culture（文化）+agriculture（農業）所組成的英文字彙，它並不是某一種有機農法，而是力求師法自然、借力使力，用大自然來設計自給自足的人為生態系統。一磚一瓦、一階一牆、一草一木，都取之於自然，用之於自然，透過在地取材，與環境融合，又能與自然呼吸互動的永續建築，就是樸門的綠建築概念。

日程表

Day 1

四 08:00-19:30

參觀社區協力型典範的千甲農場
 產地到餐桌的**窯烤宴**
 參訪城市部落，動手作**有機非基改豆花**
 埔里斯坊**綠意別館**
 人文書坊的**中式工夫菜**

Day 2

五 08:00-20:00

別館自助早餐吧
 私訪有機農場**有機小農沙龍**
 啜飲一杯**復育生態的有機咖啡**
 深度導覽**綠建築生態農莊**
 有機五行素食家宴
 聆聽**弦樂**演奏會
 埔里斯坊**綠意別館**

Day 3

六 08:00-16:00

賦歸
 體驗樸門**建築工法**
 樸門綠建築中享用**產地到餐桌**的午餐
 創辦人導覽台灣最美的**農學市集**
 別館自助早餐吧

團費 **19,800元**

限額18位

費用內容包含項目：

- (1) 講師費、參訪費、導覽費
- (2) 住宿餐飲、門票小費
- (3) 手作研習、交通、保險
- (4) 島由、司機、領隊小費

費用不含：

- (1) 匯款手續費，請全額到匯。
- (2) 因生病而衍生的住宿餐飲、醫療救助、特殊照顧及保險自付額等費用。

匯款帳戶

戶名：有行旅旅行社股份有限公司

銀行：台灣銀行松山分行(代碼004)

帳號：064-001-056-509

聯絡資訊

地址：新北市汐止區大同路一段369號2樓

電話：(02)8692-5588分機3581、3543

傳真：(02)8643-3968

信箱：utavel@udngroup.om.tw

官網：http://utavel.udn.com

2017 西福爾摩沙
有機生活美學之旅



電話 | 02-8692-5588分機3581、3543
信箱 | utrade1@udngroup.com.tw

傳真 | 02-8643-3968
地址 | 新北市汐止區大同路一段369號