

第廿三課 三代同堂 — 長者、子女與孫子

活動(一)：快樂陪著你—多肉植物組合盆栽



經過了多節的種植，今節將之前種植和照顧的多肉植物做成美麗的小花園，將一家人努力的成果，放在組合盆栽內，讓種植的樂趣延續，親密的感情緊緊聚合，將心意表達，三代同堂合作的記憶，快樂陪著你。

材料：

月兔耳	數株 (第九課葉插繁殖)，
落地生根	數株 (第二十一課分株培植)，
家樂花花苗	1 株
14-16 cm 直徑花盆	1 個 (可隨個人喜好而定)
紗網	1 片
培養土	1 包 (足夠花盆使用)
匙羹	2 隻
彩砂/彩石/裝飾品	少量
植物名牌	1 個
油性筆	數枝 (不同顏色)

製作方法：

1. 將紗網剪成與花盆底相約大細，將紗網放在花盆內。
2. 家樂花脫盆，放入花盆內量度高度，預計花苗放置的位置高低，花苗下該放入多少的培養土
3. 將培養土放入花盆，種下家樂花，用少許泥土將花苗根部覆蓋，輕壓，固定位置。
4. 將落地生根和月兔耳脫盆，移種花盆內，覆土將植物固定位置。
5. 用匙羹輕輕整平泥面。收拾清潔檯面和花盆。進行裝飾。
6. 設計有主題的小花園，彩砂/彩石，裝飾品，自由配搭，加上為盆栽命名，小花園大功告成。

許多肉質植物都是多年生，屬少水植物，需要通風良好的環境，放在陽光充足，或較多光線的地方非常適合它們。家樂花、落地生根，名字和寓意都非常好，令人有家的感覺，月兔耳是親手培養長大，一家人合力，互相討論的情況下，創造出屬於自己的理想花園，日後共同維護，亦能代表著一家同心協力，為自己家園努力的一個象徵意義。

活動(二)：蔥蔥明明－採收香蔥及製作蔥油餅

「蔥蔥」明明長出來了，今節會採收成果，將他們製作成蔥油餅。採收是一個成績表，讓自己知道付出多少會有多少成就，分享食物也同樣分享成功感。

材料：

蔥/蔥頭(上節種下的蔥盆栽)、鉸剪 3 把、盆 1 個、清水 1 盆、乾布 3 條、碟 3 隻、麵團(麵粉加熱水開成，或用現成餅皮) 3 份、煮食工具 1 套、餐具 3 套

製作方法：

1. 手執香蔥，在蔥白頂端剪去，將蔥放在水裡清洗。
2. 用抹布抹去水分，用刀切或剪成細粒狀。
3. 將麵團用手壓平成餅狀，輕抹少許油，少許鹽，放上蔥花，將餅捲起，再橫捲成一麵團，然後再將之壓平成餅狀。
4. 平底鑊燒熱加油，放入蔥油餅，中火煎至二邊金黃，脆口，即可食用。

將自己種植的成果，轉化成令人感到喜悅的東西，是成就的表現；而珍視與家人一起分享，聚會時溫馨的時刻，保存美好回憶，也能提昇個人的正向情緒呀。

若用蒜頭種出的，則是蒜苗，採收後用來炒蛋，或將蒜苗切碎加入牛油內塗麵包烤焗，也能達到以上的治療效益。