

# 目錄 Contents

頁數 Page

前言 Foreword .....	2
<b>1. 認識有機 Knowing Organic</b>	
1.1 眾生蒙福，感謝您有心 Blessings From All Beings .....	4
1.2 香港有機運動 Hong Kong Organic Movement .....	6
1.3 什麼是有機耕種？ What is Organic Farming? .....	10
1.4 選擇有機的10個理由 10 Reasons to go Organic? .....	12
1.5 簡樸生活——人類自救之道 Simple Living Can Save Us All! .....	14
1.6 有機答客問 Everyday Organic Q & A .....	16
1.7 參考資料 Reference .....	18
<b>2. 本地有機機構 Local Organic Organizations</b>	
2.1 農場 Farms .....	20
2.2 零售商 Retailers .....	31
2.3 餐廳 / 食肆 Restaurants / Cafés .....	54
2.4 批發商 Wholesalers .....	55
2.5 出 / 入口商 Exporters / Importers .....	64
2.6 製造 / 加工商 / 代理商 Manufacturers / Processors/ Agents .....	66
2.7 提供有機資源及支援團體 Resource Groups .....	69
2.8 其他服務 Other Services .....	72
<b>3. 本地綠色生活機構 Local Green Living Organizations</b>	
3.1 同類 / 自然療法 Homeopathy / Naturopathy .....	76
3.2 脊骨神經科治療 Chiropractic .....	77
3.3 香薰治療 Aromatherapy .....	78
3.4 其他另類治療 Other Alternative Medicine .....	80
3.5 按摩 / 水療 Massage / Spa .....	80
3.6 冥想 / 靜坐 Meditation .....	81
3.7 太極 / 氣功 Tai Chi / Qigong .....	81
3.8 另類 / 綠色印刷品 / 音樂 / 藝術 Alternative / Green publications / Music / Art .....	82
3.9 其他另類 / 綠色服務 Other Alternative / Green Services .....	82
<b>4. 索引 Index</b>	
4.1 機構中文名稱 Chinese Names of Organizations .....	84
4.2 機構英文名稱 English Names of Organizations .....	88
<b>5. 附錄 Appendices</b>	
5.1 香港常見的有機認證機構 Common Organic Certifiers in Hong Kong .....	92
5.2 本地有機刊物 Local Organic Publications .....	94
5.3 有機資訊網頁 Organic Websites .....	98