

# 2026 等一颗面包 · 天然面包制作体验

## 报名简章:

- 一、活动宗旨与精神: 在城市里, 我们习惯赶时间、赶进度、赶生活。  
而在森林里, 只有面团在慢慢发酵,  
时间, 也跟着慢了下来。  
在天然发酵的节奏里, 感受双手的温度、空气的变化,  
让大自然接住你, 把心, 慢慢拉回自己。
- 二、主办单位: 马来西亚佛陀教育基金会 Buddha Sasana Foundation<sub>(1010137-X)</sub>、百丈山禅青技艺学院。
- 三、活动日期: 2026 年 5 月 16 日  
课程时间: 5 月 16 日 上午 9 时 30 分 至 下午 5 时 30 分
- 四、活动内容: 欧包制作
- 五、活动地点: 百丈山国际禅修中心 (吉隆坡)  
Viriyachan International Center (Kuala Lumpur) Dusun Tekali, Ulu Langat, Selangor, Malaysia.  
GPS: 3.139203, 101.868547、Waze: Dusun Tekali, Hulu Langat
- 六、招收名额: 10 名, 额满为止。
- 七、报名资格: 18 岁以上对天然面包制作有兴趣的人
- 八、活动费用: RM 280  
活动费含午餐和材料费。注: 到营地交通自备。
- 九、营费支付: 汇款请于 2026 年 5 月 1 日之前支付  
Buddha Sasana Foundation 丰隆银行户头号码: 179-000-2809-9  
汇款证明请 WhatsApp 秘书处电话: +6011-5267 8333/8111
- 十、报名方式: 请链接 [www.buddhasasana.org.my](http://www.buddhasasana.org.my) 点击相关活动的报名程序。  
报名截止日期: 只收 10 人, 额满为止。
- 十一、指导老师: 马嘉心 老师
- 十二、交通指引: 自驾车请用 Waze、Google Map 导航, 输入 BSF Retreat Centre, Hulu Langat 或 (GPS: 3.139203, 101.868547)。
- 十三、主办单位对本活动内容保留更动权。

注: 禅中心气温约 22° ~30° C。

# 2026 等一颗面包·天然面包制作体验

## 学员入营行前切结书

敬致《2026 等一颗面包·天然面包制作体验》参与者:

欢迎参加由马来西亚佛陀教育基金会和百丈山禅青技艺学院主办的「2026 等一颗面包·天然面包制作体验」报名之前,请您详细阅读以下事项:

1. 有身心障碍者报名时须**据实陈述**,若报到时或活动期间有所发现未据实说明者,主办单位保留权利拒绝接受报名,或已报到者将一律请其退出离营。
2. 完成报到手续后,须全程参与主办单位规划之课程与活动,并遵守规约及作息表,中间不得无故脱队或离营。
3. 活动期间,请注意自身安全。若因故脱队或离营,必须事先取得主办单位同意。
4. 活动期间,贵重物品(证件、机票、钱包、手机等)请自行保管。若有损失,主办单位不负任何责任。
5. 用餐时使用主办单位统一提供之钵具/碗碟与筷子。
6. 参与者可将以下负责人之电话号码提供于家人作为紧急联络之途:  
  
秘书处 +6011-5267 8111 / 8333、黄圆尚 +6019-221 6565
7. 请记得携带以下物品:冷、热饮用水瓶、盥洗用品(毛巾、沐浴露、牙膏、牙刷)、御寒衣、外套、拖鞋。
8. 由于活动场地位于郊外,购物不方便,请确保所需用品准备齐全。
9. 禅修营地属农业地农舍,故安全设施未齐全,活动期间,主办单位将尽力注意营员安全问题,如发生意外事件及私人物品的污损(包括私人物件和汽车在内),主办单位恕不负责。
10. 主办单位保留录取权。

---

本人已充分了解「2026 等一颗面包·天然面包制作体验行前切结书」之内容,并同意参加贵单位规划之所有课程活动,且遵守相关规约。本人也了解禅修营地属农业地农舍,故安全设施未必到位,活动期间贵单位将尽力注意营员安全问题,如发生意外事件,本人同意不向贵单位追究法律责任。

## 2026 等一颗面包 • 天然面包制作体验 同意书

1. 风险承担、免责及损害赔偿、不得追诉声明
2. 同意收集、使用及公开个人资料及影像资料
3. 行为规范与退营条款

1. 本人（下方签署者）特此同意其参与 2026 等一颗面包 • 天然面包制作体验（以下简称“本活动”），该活动将于马来西亚雪兰莪乌鲁冷岳 Dusun Tekali 地区百丈山国际参禅中心举办，包括任何相关或替代场地。

本人充分理解并承认本活动之性质及内容，包括其可能涉及的户外活动风险。本人知悉，即使采取一切合理的安全预防措施，仍有可能发生意外或受伤事件。

本人签署本同意书，即表示自愿承担所有相关风险（无论是否已知），同意本人使用活动提供之场地、设备或服务所带来的一切风险。同时，本人同意完全免责主办单位，并承担一切可能产生的责任，确保主办单位、导师、信托人、员工、义工及其代理人免于因本人参与营队所引发之一切索赔或法律责任。

如遇医疗紧急情况时，本人授权营队主办单位代为决定并采取必要之医疗措施。

2. 本人特此完全同意活动收集、使用及公开本人之个人资料（包括姓名、联系方式、身份证号码等），以及在活动期间所拍摄之照片、录影或录音资料（以下简称“资料”），用于下列用途：活动报名与行政管理、内部报告与评估、媒体报导、记录与宣传、活动相关之推广与传播使用（除非本人以书面形式提出反对）。

本人了解以上资料可能被用于印刷品、网站、社交媒体或其他媒体发布平台。如不愿公开使用，需以书面形式另行通知主办单位。

3. 本人理解并同意，若本人在活动期间有任何不当行为、干扰他人、或不遵守营队规定及安全守则，主办单位有权随时予以劝离或退营处理，相关后果与费用将由本人自行承担。

## 2026 Natural Sourdough Bread-Making Consent Form

1. Assumption of Risk, Release & Indemnification, and Covenant Not to Sue.
2. Consent for Collection, Use, and Disclosure of Personal Data and Media Materials.
3. Conduct and Dismissal Clause.

1. I, the undersigned, hereby provide my express consent to participate in the <2026 Natural Sourdough Bread-Making > (hereinafter referred to as “the program”) to held at Viriyachan International Center, Dusun Tekali, Ulu Langat, Selangor, Malaysia, including any substitute or related venues.

I fully understand and acknowledge the nature and content of the Program, including the inherent risks associated with outdoor activities. I am aware that despite all reasonable precautions, accidents or injuries may still occur.

By signing this form, I voluntarily assume all related risks (whether known or unknown) and agree to bear all risks arising from the use of the venue, equipment, or services provided. Furthermore, I agree to fully release and indemnify the organizers, and assume all potential liabilities, ensuring that the organizers, instructors, trustees, employees, volunteers, and their agents are held harmless from any claims or legal liabilities arising from my participation in the Program.

In the event of a medical emergency, I hereby authorize the organizers to make decisions on my behalf and take necessary medical measures.

2. I hereby grant my full consent to the collection, use, and disclosure of my personal data (including name, contact information, identification number, etc.) as well as any photographs, video recordings, or audio recordings taken during the Program (collectively referred to as “the Data”) for the purposes of Program registration and administration, internal reports and evaluation media coverage, documentation, and publicity, program-related promotional use (unless objected to in writing). I understand that the Data may be used in printed materials, websites, social media, or media releases unless I provide a written request to withhold such use.

3. I understand and agree that the organizers reserve the right to dismiss me from the Program at any time for misconduct, disruptive behavior, or failure to adhere to rules and safety protocols. In such an event, any associated costs or consequences shall be my sole responsibility.