



北美校友园地

NAAF eNEWSLETTER

naaf.sjtusm@gmail.com | www.naaf-sjtusm.org

2018 年北加州校友聚会

上交医（原二医）北加校友会讯

北加地区广大校友期待已久的一年一度的校友聚会终于来到了。聚会于8月26日下午4:30开始，五十几位校友从北加的各个城市陆续来到了聚会地点：Union City 的五月花酒店。

主持晚会的仍然是大家熟悉的金牌主持人陈萃



医生和蒋治国医生二位校友。北加校友会会长程其林医生作了精彩开场发言，然后由在场的每位校友向大家作简短的自我介绍。晚会上，主持人蒋治国医生特邀老前辈、生化教研室的许丽芬老师与他一起高歌一曲“月亮代表我的心”，引来校友们热烈的掌声。晚会其间蒋治国医生再展歌喉，为聚会助兴。晚会的高潮是抽奖



活动，奖品由北美校友联合会创会会长，82届四大班的郑其校友带来的母校学生会提供的数套珍贵纪念品：一盒4枚徽章包括有“上海第二医学院”和“上海第二医科大学”的校徽和纪念

77/78级入学40周年的返校活动纪念册《春天的故事》。

感谢北加校友会的理事们的辛勤付出，北加校友聚会大获成功，到会的校友们度过了又一个愉快的周末晚上。



费城中国医生申请美国住院医师讲座

理事会议

8/19/2018 费城的中国医生申请美国住院医师讲座和模拟面试活动办得很成功。人数比去年增加了一倍。我们上交医（二

医）校友联合会的李小宾会长，金一鸣副会长，校友顾延，杨肖和Henry Liu作为faculty参加了本次讲座。交医大也有不少学员参加。

校友动态

夏令营跟踪报道（下）

上海交通大学医学院 SHSMU 校友会

夏令营第二天，同学们先后到禾基（上海）健康管理公司和银康老人公寓做义工，开展公益活动。



下接第2页

(上接第 1 页)

在第二天晚上的中国画课程中，所有同学都超水平发挥，完成了精美的“柿子图”画作，得到了授课老师的赞扬。



2018年6月13日，上海交通大学海外校友子女医学寻根夏令营进入了最激动人心的环节——到仁济医院进行为期两天的医学实践体验。在山东路上的仁济西院，同学们在老师的带领下，参观了历史悠久的仁济老建筑。大家在新老病房大楼里，在一砖一瓦中，找到了二三十年前自己父母实习的身影和奋斗的岁月。



随后，同学们来到了位于浦东的仁济东院。海外校友医二代夏令营活动得到了院方的高度重视，在仁济医院党委副书记闵建颖的主持下，医院专门为夏令营的同学们举行了“仁济开班仪式”，并安排了内容丰富详实的仁济医院院史学习和医学教育实践活动。



在仁济的国际家庭医生门诊部，同学们在护士长流利的英文解说中，了解了仁济医院家庭医生门诊的就诊流程及工作内容。



在 3D 解剖室，同学们戴上 3D 眼镜，认真观看 3D 人体解剖视频，大家十分感兴趣视频中关于人体各部分器官的讲解，迟迟不愿离开。



模拟妇产科手术室中，同学们身临其境体验了女性生产的过程。



在腹腔镜实训中心，每个同学都动手操作，从捡豆子、穿线等操作中体验外科手术手术的精细与艰辛。

仁济医院还为同学们准备了一次 AD 认证急救培训，每一位同学都认真学习了紧急救护的操作，并认真练习，最终通过了考试获得了 AD 认证证书。



接下来的科室轮转，同学们跟着临床医生先后参观了消化内镜中心、化验检验中心、儿童肝病病房、眼科门诊等科室。



最后是大家翘首期盼的环节。所有人都“全副武装”，换上手术服，跟着临床医生一起进入外科大楼的手术楼层，观摩外科手术。

对于两天的仁济实习，同学们都表示收获颇多。仁济的医学实践不仅让他们对中国医疗体系有了更深入的了解，同时也触发了他们对医学的浓厚兴趣。仁济临床医学院郑青院长对夏令营同学两天中的表现给予了充分的肯定，同时也表达了美好的祝福。



6月15日，晴空万里，天清气爽。同学们一早乘车来到上海交通大学徐汇校区，开始了校园游览与参观。

在盛宅“校友之家”，同学们首先观



看了 DISCOVERY 宣传片，对上海交通大学有了深刻的认识，之后便开启交大校园“深度游”。

(下接第 3 页)

时光匆匆，来美访学日子已过半，与刚到纽约时内心深处的那种焦虑相比，经过时间的沉淀，现在更多了一份淡定与从容，也来梳理一下这半年的生活学习感悟，希望能为将来访学的校友提供一些参考。

获得公派出国留学资格是大多数访问学者迈出的第一步，可以申请国家留学基金委或者单位资助。获得资助后可以着手申请感兴趣的单位或者导师课题组了，一般可以通过前辈或者师兄师姐或者同学引荐，也可以毛遂自荐，找到感兴趣的课题组联系方式后，给导师发E-mail介绍自己的研究进展及自己想要涉猎的领域，同时附上个人简历及发表的文章。如果导师对你感兴趣一般会很快回复并预约skype面试，面试顺利的话，老板基本很快会把电子板的邀请信发来。拿到offer后就可以着手准备护照，基金证明（受资助的），薪水证明，医疗保险证明，英文简历等，准备齐全后E-mail给老板秘书，大概1个月左右我们就可以收到人事处发的DS2019表。接下来准备到大使馆面签，订机票，找房源。我有幸得到了同学的大力帮助，这个过程总共花了半年的时间，我于2017年11月申请到了位于曼哈顿的纽约大学朗格尼医学中心（NYU Langone Medical Center）的访学机会，在此感谢上海仁济医院的资助和上海交通大学医学院北美校友联合会的推荐。

来到异国他乡，要解决的首要问题就是“吃”。对于吃惯了中餐的我们要习惯西餐，真的挺难，再加上与人民币的转换……天天到外面吃饭，过不了多久就要破产了，因此只能自力更生，丰衣足食了。经过半年的磨练，厨艺真的进步了不少。难怪有人戏称出国访学一年也能同时拿到“新东方职业厨师学校”和“新东方英语学校”毕业证书。



可能跟大多数访问学者的出国目的一样，我刚开始希望“好好利用对方的学术资源做自己的研究”，后来才发现国际一流的实验室，老板们总觉得仅有一年学习工作时间的访问学者，做独立课题的时间太短，更多的是期望我们辅助博士后做课题。作为一名临床医生，我出国前满心期待能做点和临床疾病相关的研究，以期回国后学以致用，但在进入实验室后发现所从事的是非常基础的研究。这时候就要调整好心态，不断思考如何将这些基础研究和自己遇到的临床问题结合起来。在认真的学习了三个月后，发现自己还是对与临床密切相关转化医学的研究比较感兴趣，在导师和同学的帮助下，我幸运的转到了与自己专业相关的转化医学领域去学习。在新的实验室内，我主要学习消化道肿瘤免疫研究，在动物水平上验证一些免疫药物的治疗效果。看到有明显疗效的药物仍然会有平日那种努力帮助病人的激动。在学习开阔视野增长见识的过程中偶尔我也会碰撞出自己新的idea。另外校园内有很多Seminar之类的学术交流，几乎每周都有，不论是教授还是学生，都可以自由参加，在这里我们可以了解到前沿学术领域的动向，在聆听大佬讲座同时，大家也踊跃提出自己的见解，讨论的氛围

比较热烈，与其他学者交流的过程中自己也会闪现出一些创新性的观点和思路。如果时间充盈，多参加各种seminar也是提升我们科研临床素养的一个重要途径。尤其是今年4月份在北美校友联合会组织下，我们2007级硕博班10位同学有幸至华盛顿NIH拜访了盛祖杭教授，同时欣赏了娇艳的樱花。在学术交流中聆听了盛教授传奇般的人生经历。盛教授用切身的宝贵工作家庭生活经验点拨我们要不断进取，找到适合自己的最优化平台。在这次难得的聚会后，大家都再一次对自己目前工作生活状态进行了深思，进一步审视了自己的奋斗目标。

除了提升学术技能，假日里经常四处走走，参加体味不同的文化也是我访问经历中的一大乐事。纽约是美国人口最多的城市，是世界的经济金融中心，也是语言和人口族群多元化的城市。纽约的标志性建筑“自由女神像”，纽约著名的商业街“华尔街”，“911”纪念馆，联合国总部，大都会博物馆，布鲁克林大桥，以及经典建筑的“帝国大厦”等等，都让人驻足留恋。我个人对大学校园情有独钟，参观了纽约大学/哥伦比亚/普林斯顿大学/哈佛/麻省理工的校园风景，感受到了不同的国际名校的校园文化。另外，百老汇和林肯演艺中心的演出也不容错过。当然周末也会经常去法拉盛的美食广场去满足一下充满乡愁的胃。离开家人独自一人在异地生活，有时候也会觉得孤独，还好有同学和朋友的照顾，那些小温暖小感动在黑夜星空降临的时候尤其珍贵。如果有机会，期待北美校友联合会能组织更多的聚会活动，更多的感受到群体的温暖。

总之，这次出国访学的经历让我的心态更加平和了，视野也更开阔了，也交不少朋友，将是我人生中一笔宝贵的财富。

上接第2页



下午，同学们来到钱学森图书馆，随着讲解员一起走进钱学森学长的人生故事里。



在校史博物馆，同学们更为细致地了解了上海交通大学的前世今生。结束参观后，同学们再次回到盛宅“校友之家”，在校友会组织的有奖竞猜活动中，同学们积极回答问题，互动频繁而热闹。



为了让海外的校友子女更多的了解中国大学的情况和国内大学生的生活，校友会专门安排了夏令营的同学们与交大的学长学姐进行自由交流的环节。大家的聊天内容从国内的教育培养模式到学科兴趣的选择，可谓无话不谈。

交大校园行，让夏令营的同学们收获满满，感触颇多。



中美星星桥培训历程回顾 (上)

石建莉 03博 提供

2018年4月21日，为期3周的培训顺利完成。在这里，特别感谢这段时间里所有为了服务自闭症群体所付出的各个医院的领导和医务工作者；也非常感谢不远千里赶到会场的学员们，大家积极学习的态度让我们感动、感叹，相信有你们，就会有更多的希望！

此次4月讲座，历经上海、南京、珠海、佛山、深圳、嘉兴、抚州、济南、成都、咸阳、徐州等十多个城市。其中上海、南京、珠海三个城市作为LSP（自闭症谱系障碍儿童学习风格简介）的专场讲座，中美星星桥讲师LSP创始人Patrick Rydell博士(以下简称Pat博士)再次受邀来到中国，中美星星桥创始人石建莉博士担任翻译，其他城市讲座均由石建莉老师授课。

感谢Pat博士和石老师每一场用心的讲解，希望大家在这个过程中都有所收获，满载而归！

【第一站】上海市儿童医院

Pat博士第一站受邀来到上海市儿童医院，讲台上我们看到的他永远是充满激情、幽默的讲解，LSP（自闭症谱系障碍儿童学习风格简介）理论部分大家听明白了吗？



现场实操，见证孩子们学会独立观察学习的能力。上海专场参加实操的是已经在学习课程的家庭，小家伙们在Pat博士和爸爸妈妈的操作演示下表现都很给力！



中美星星桥创始人石建莉博士与各位专家合影留念

【第二站】南京星星荟/南京脑科医院

开幕由江苏省残联教育处处长胡俊、李雷及南京脑科医院儿童心理中心柯晓燕所长致辞，感谢各位领导对本次培训讲座的大力支持，感谢南京星星荟对Pat博士的热情邀请。



Pat博士向家长了解孩子情况，以及家长想要达到的预期目标↓



现场实操演示，观摩人员较多，这样的环境下非常考验孩子及家长的适应能力，在Pat博士耐心操作指导下孩子慢慢学会



了需要他来主动观察学习的活动，看到这一幕，现场的学员都给出了热烈的掌声！

【第三站】珠海市妇幼保健院

珠海市残联领导及珠海妇幼保健院领导致开幕词，感谢各位领导的大力支持！



(可点击查看珠海残联报道文章：珠海残联助力-LSP（自闭症谱系障碍儿童学习风格简介）

Pat博士对待每一次授课都充满激情，让大家真切地感受到了他的专业、专注与热情，完全看不到他长途跋涉的疲惫，为敬业的Pat博士点赞！

现场实操演示

几位参与实操演示的妈妈都非常聪明可爱，爸爸妈妈的领悟能力和学习能力都很强！



Pat博士根据孩子能力逐渐增加活动难度，在活动中教授如何激发孩子的主动语言以及对物体名称及颜色的识别。



中美星星桥讲师Pat博士、中美星星桥创始人石建莉博士与珠海市妇幼保健院周主任科室合影留念

后续：写在四月

每一场讲座的反响都异常强烈，大家都表示这样精炼的讲课和全面细致的操作示范讲解，更加开拓了眼界

(下接第7页)

云南养老旅游之行(下)

李小宾 82-2

云南民族村有 26 个民族的风土人情，我们到了许多以前不知道的知识，听到了许多脍炙人口的故事。



我们进入到云南的居民家里，欣赏当地的文化生活，尤其是饮食文化，五化八门，其乐融融！



自己学做鲜花饼：一斤食用鲜花加一斤糖，味道好极了。



位于昆明和大理之间，世外桃源一般的沙溪古镇，还没有被商业化。它是茶马

古道上幸存的唯一一个古镇。

一位西方国家来的旅客在这里住了下来，还开了一家小店。





欣赏茶的文化，品尝云南普洱茶，有滇红，生茶，熟茶，石茶.....



景颇族姑娘独特的敬酒。



云南昆明是四季如春，鲜花盛开的城市。我们学习插花艺术。



80分，再杀他一个天混地暗！



十天的旅途太短暂，但我们的友谊缘源绵长！下次旅行，记得带上我！



来一碗云南过桥米线。



【北美校友园地】编辑组
陈闻远，朱美清，施爱芳，聂敏，林霖

死亡谷这个山谷原来的名字是帕纳明特肖肖尼 (Panamint Shoshone)，也是美洲原住民入睡族 (Timbisha) 部落的家园。在 1849 年加州发生了淘金热，从



而大批探矿或淘金者穿越山谷前往采集金子，白银和硼砂。在早期，许多的淘金者在穿越山谷探险中由于恶劣的气候而丧生。1913 年 7 月 10 日下午，美国气象局在死亡谷的格陵兰牧场（现为 Furnace Creek）记录到了足以让人死亡的摄氏 56.7 度的高温。因此这个山谷被称为死亡谷。早在 1933 年，胡佛总统建立了死亡谷国家纪念碑将该地区置于联邦保护之下。1994 年，该纪念碑被重新命名为死亡谷国家公园还包括了 Saline 和 Eureka 山谷。我们出发前租了一辆吉普车因为自家 SUV 的轮胎不可能胜任如此艰难地路程。

我们驱车到达了一个神秘的地方称为“赛马场海滩”。因为这里有“帆船石头”。帆船石头在一个干涸的湖泊里移动，留下了一条条移动轨迹。几十年来



文 | 摄影 卢璐 83-1



一直引起游客的困惑和科学家们的兴趣。另外，我们还访问了美国海拔

最低（海平面下 282 英尺）的废水盆地盐滩 (Badwater Basin Salt Flat)，一望无际的沙丘 (Sand Dunes)，魔鬼高尔夫球场 (Devil's Golf Course)，金色峡谷步道 (Golden Canyon Trail)，和艺术家画板 (Artist's Palette) 等等非常



壮观的景点。我把在死亡谷景点拍摄的照片按日出到日落的时间顺序排列登出来。当日出时分向反方向的天空 (西方) 拍摄，可以看到美丽的粉色云彩。我守候到天黑时，有幸看到一轮明月升起在死亡谷中荒野之上别有一番景象。



(上接第 4 页)

而现场高效的实操实在是有趣精彩，送到了大家与以往培训不同的体验和思考。

在这里，为每次毫不松懈、认真敬业的 Pat 博士鼓掌吧！非常感谢石老师台前幕后的翻译，让 Pat 博士的讲解变得更加通俗易懂，为石老师打 Call！

专业人士的朋友圈：

← 详情

嘉兴学院顾群教授
LSP是建立在以自闭症儿童学习风格或特点为心理学基础之上的，至今为止听到的最靠谱的一套方法，让我很兴奋！

2018年4月9日 22:16

← 朋友圈

珠海市第五人民医院心理...
这几天的参观学习还是很有收获的，终于在有在推广关注于从孩子本身出发的比较靠谱的干预方法了。而且他们在全国相关的医疗机构内进行大规模的推广，这就意味着这些作为领导主导地位的国家医疗机构对孤独症的处理将有可能发生更有意义的改变，这将是孩子们的福音。
虽然会以大部分家长关心的上学问题作主题，但言语间能看出pat是在让人们更注重孩子的主控能力、自信心和满足感，所以他一直强调不是模仿是让孩子主动去行动。
所有的婴儿在出生一个月内都是处于自闭状态的，这是婴儿从子宫里去到人世间的的一个缓冲阶段，这个时期能顺利过渡就会进入到与母亲的共生阶段。如果不顺利就会停留在自闭阶段。也就是说，如果你足够敏感，观察入微，就有可能在婴儿两个月左右的这个时候，感知到婴儿是否有自闭倾向，这个时候可以做最早的干预了。
事实上，三岁以前没有任何的干预会比家庭的干预更好。只有最亲近的人才最能感受到孩子的细微变化和需要，只有在亲密的家庭生活中才能无时无刻给孩子足够浓度和强度的关注和训练。所以家长的培训是更重要的。
天生我才必有用，我相信每个生命来到这个世界上都是带着TA自己的使命的，我们帮助TA认识、接纳、发现、发展，成为百花园中的每一株独特的存在，即使苔花如米小也会如牡丹开的 😊

法国卢瓦尔河谷的古堡

张晓红 二医学生会

离巴黎约两小时车程的卢瓦尔河像一条银色的缎带将两岸众多的古典城堡镶嵌在其中。这些城堡大多初建于公元 10 世纪，当初作为河滨城镇的防御工事。到了 15、16 世纪，法国国王开始在这些旧址上兴建巨大豪华的城堡，作为出游狩猎的下榻之地。之后，王公、贵族们也纷纷效法。此时，启蒙运动已起，文艺复兴的春风吹拂法国，建筑设计也一扫中世纪的沉闷理念。于是，在这风景如画的卢瓦河畔，一座座千姿百态的城堡拔地而起。这数百座城堡曾在 18 世纪末法国大革命中被洗劫，也曾经历了二战时期的两军战火洗礼，但是几乎所有原始建筑构架都被奇迹般地保留下来。2000 年，联合国教科文组织将这些世界独一无二的古建筑，即卢瓦尔河域中游部分的古堡群列入世界文化遗产，受到重点保护。今年 5 月下旬，我们参观了其中 10 个城堡，谨供以下现场照片和简介分享。



卢瓦尔河 (Loire River)

皇家香波堡 (Chateau de Chambord)



皇家香波堡是世界上最知名的城堡之一，因为它有非常独特的法国文艺复兴风格，融合了传统的法国中世纪建筑和古典文艺复兴建筑设计理念。这座气魄宏伟的城堡由弗朗西斯一世国王下令建于 1519-1547 年。香波

堡的主设计师应是意大利建筑大师科尔多纳 (Domenico da Cortona)。大名鼎鼎的达芬奇也可能参与其中。

舍维尼城堡 (Chateau de Cheverny)



舍维尼城堡始建于 1500 年，之后多次易手并重建。最后一次重建完工于 1650 年。它是法国最早开放的私人城堡之一，如今城堡仍属私人所有。堡主是路易十三的后裔维布雷侯爵。舍维尼城堡以其壮丽的室内设计、家具、挂毯和艺术品收藏而闻名，是这里当今最受欢迎的旅游景点之一。城堡犬养着 70 多只法国三色猎犬，每周出行狩猎两次，并种植着千姿百态的鲜花。

肖蒙城堡 (Chateau de Chaumont)



肖蒙城堡由布洛瓦伯爵创建于 973-996 年。在 1465 年因堡主皮埃尔·昂布瓦斯反

抗路易十一，这座城堡被国王下令摧毁。到 15 世纪末，肖蒙城堡由查理·昂布瓦斯重建。1938 年成为国家资产，向公众开放。



皇家布洛瓦城堡 (Chateau de Blois)

皇家布洛瓦城堡位于布卢瓦市中心，庭院四周包围几座建于 13 至 17 世纪的建筑。它有 564 个房间和 75 个楼梯。有 100 间卧室，每间客房都有一个壁炉。这个城堡曾是多位法国国王的出行住所，也是 1429 年圣女贞德在兰斯大主教祝福之前与她的军队一起离开奥尔良地区驱逐英国人的出行地。



舍农索城堡 (Chateau de Chenonceau)



舍农索城堡也称女人城堡是世上最著名的城堡之一。建于 16 世纪，1547 年，国王亨利二世将此作为礼物送给宠妃狄安娜，她在河上架起长桥，使它成为世界上唯一带桥梁的城堡，并装点具有艺术色彩的花园。国王死后，卡特琳王后将狄安娜赶走，在长廊上建起双层长廊，举办各种节庆活动。城堡前后经历了 5 个女子之手打理，一战时，由西梦娜将长廊改建为战时医院，2000 多名伤员在此得到救护。舍农索城堡属哥特式晚期和文艺复兴早期建筑，城堡长 79.96 米，入口宽 31.11 米，桥上长廊宽 11.83 米，由法国文艺复兴时期的建筑师 Philibert de l'Orme 设计，桥上的画廊建于 1570-1576 年间，由 Jean Bullant 设计。

(下接第 9 页)

(上接第 8 页)



维朗德里城堡(Chateau de Villandry)



维朗德里城堡于 16 世纪初由法国国王弗朗西斯一世的法国战争总监让·勒布雷顿收购，一座新的城堡围绕原来的 14 世纪旧址建造，法国国王菲利普二世曾与英国的理约阿希姆卡瓦洛购买了房产，他放弃了

医学科研究生涯转向考古和文艺复兴花园风貌的研习，并投入了大量的时间，金钱和精力修复它，创造了如今可令人一饱眼福的美丽花园。其著名的文艺复兴时期的花园包括水花园，各种图形的蔬菜园及表现温柔，炽热，轻浮，悲情之爱图案的爱之园。

阿泽勒里多城堡(Chateau d'Azay-le-Rideau)

阿泽勒里多城堡位于卢瓦尔省的 Azay-le-Rideau 镇。这座城堡建于 1518 至 1527 年之间，被认为是早期法国文艺复兴时期建筑的最重要的例子之一。这座风景如画的城堡坐落在安德尔河中央的一个岛屿上，已成为卢瓦尔河谷最受欢迎的城堡之一。



于赛城堡(Château d'Ussé)



最早在十一世纪为 Ussé 的诺曼派人物 Gueldin de Saumur 占有，他在高台阶上用栅栏包围了堡垒。该堡后传给布卢瓦市长，他把城堡重建在石头上。该城堡几百年来多次易手、扩建，随着历代主人不断跟随时尚潮流转换。以其风景如画的风格而闻名的 Ussé 城堡是 20 世纪 20 年代 Chemin de Fer de Paris à Orléans 发行的法国铁路海报的主题，也是启发沃尔特·迪斯尼创作许多迪士尼城堡的灵感之一。



朗热城堡(Château de Langeais)

朗热城堡是一座中世纪的城堡，建于卢瓦尔河谷开放处，Roumer 河的一个小山谷内。由安茹伯爵富尔克·内拉初建于 992 年。在百年战争中城堡被摧毁，之后，路易十一国王（1461-1483）将朗热城堡重建为今天中世纪晚期著名的建筑之一。这些犹如安徒生童话中的世界著名城堡，历史悠久，建筑高贵典雅，气魄宏伟，内部装潢精致豪华，花园美丽独特，每个城堡都各有特色，令我们回味无穷。



城堡的门票大约在 9-18 欧元。停车除了市中心的皇家布洛瓦城堡外，其它一些城堡都不难，但在停车场自动付费的机器中，有些要求打进车牌号才能顺利拿到停车票。在这里的大部分城镇讲英语的法国人不多，如果你有谷歌翻译软件在手，会对沟通交流很有帮助。法国餐厅的晚餐时间通常要到 7:00 以后，好的餐厅大多要预定，不然只好扫兴而归。

甬逗啦！在加拿大没几把刷子你敢说自己是农民？

姜永生 87 研

曾几何时，农民是没知识的象征
曾几何时，农民是傻愣愣的标志
曾几何时，农民被称为老二，因为工人是老大哥。

时过境迁，加拿大农民目前是一种有专业知识的群体。

老姜有幸被朋友邀请去大农场溜达了一天。俺不敢说是参观，因为该农场不接受公众参观。写这篇文章不是为他做广告，因为他不需要广告。他不零售，因为有大型连锁超市，比如大统华之类统购统销。



走进辣椒地。墨绿的辣椒甚是惹人喜爱



已经摘的辣椒等待运出这是一片成长中的尖椒。

辣椒附近都用黑色塑料纸遮盖，防止杂草。但是，垄与垄之间的杂草还需要经常人工去除掉。

辣椒地右手边是大片刚平整完的土地，等待播种。同一块地种一种蔬菜只能连续种三年，接下来就需要种不一样的蔬菜。



如此广袤的土地如果靠人力那就是不可能完成的任务。必须有各种各样的机械农具，可惜，老姜叫不出名字😁



西瓜地里的西瓜已经成熟



这是新品——黑珍珠



咬一口，哇塞，甜啊！



这是黄瓢西瓜。不需要刀切，随便一挤压就开瓢。

吃完西瓜，来到上海青菜地。有的上海青已经出货，还有的在等待上柜。



这是刚出苗的上海青。这样大片的菜地靠人力播种当然不行。



大型平整土地的农机



播种机



多用途农机



自动喷灌。这时候，一位来自墨西哥的外来农工兄弟走过来。他说他要开车关掉喷灌了，随上车一溜尘土扬长而去。

(下接第 11 页)

美食园艺

(上接第 11 页) 几百亩菜地，从这头走到那头要半响功夫。如果靠 11 路，别说干什么活了，走走都能累死。没有农业技术，不懂得使用现代化农具，您敢说您是农民？真是笑话！

我们开车来到豌豆苗地。工人们在忙碌着摘豌豆苗，也就是我们在饭店里吃的豆苗。



摘豆苗

也有行业规则。首先，要洗手。

其次，是戴手套。摘除老叶和豆须，讲究的是熟练。老姜下地一试，才知道



自己的双手是多么地笨拙。大家猜猜这是什么菜？



不是烟叶！是大白菜。加拿大的大白菜是机器播种，不需要

人工绑菜叶，白菜会自动抱心。



这是土豆地



玉米地



小山一样的有机肥，确保蔬菜健康成长加拿大不用农药。有了病虫害就放弃了。看看这些叶子卷起来的橄榄，生病了就放弃了！



不同菜地之间使用自然生长的野黑莓间隔。这黑莓也是真个甜啊！

加拿大很少有种菜大棚，所以，冬季的菜都是从美国或墨西哥进口，价格吗，当然就高了。现在川普老哥搞贸易壁垒，估计今冬菜价会更上一个台阶。这些空荡荡的大棚是育种用的。



门口的野菜是马齿苋，老姜的最爱，当然要顺走一些了。晚上就吃了。吃到了小时候的味道！

这是豌豆，加拿大菜市场不多见吧？

还有好多好多菜，老姜不忍心再多占用别人的时间。临走，顺走了一大堆菜。哈哈，够吃几天的啦！



刊头背景介绍

摄影：唐建清 86 研

时间：2016.4.9

地点：随游侠客去兴化看垛田上的油菜花，顺便到附近水上森林转了一转，随手拍了些照片

