

# 華盛頓地區同鄉會聯合會成功舉辦 庭院有機種植公益講座



華府梅園

秋天是收穫的季節。在瓜果飄香的金秋十月，華盛頓地區同鄉會聯合會本着服務華人社區，關心社區需求，豐富社區文化的宗旨，繼一系列包括疫情應對、安全開學、手機攝影和華人退休養老等公益講座後，於2021年10月16日晚8:00-9:30推出了《庭院有機種植》的在綫公益講座。主講嘉賓趙淑梅博士，是一位生活在華府的園藝愛好者。她從醫學博士的角度，向大家介紹了庭院種植對身心健康的有益影響。

家庭種植的有機蔬果，是最放心的有機食物。自己動手進行庭院種植，對骨骼和肌肉的健康以及調整情緒，改善心情等都裨益多多。講座的主要部分，趙博士介紹了華府地區適宜種植的蔬菜水果品種，它們的栽培季節，以及種植注意事項，包括青菜、花菜、黃瓜、青椒、韭菜、空心菜、萵苣、毛豆、豌豆、蠶豆、扁豆、蘿卜、茄子、絲瓜、佛手瓜、大蒜、大蔥、玉米、西紅柿、秋葵、南瓜、香瓜、草莓、藍莓、無花果、百香果、紅棗等等。趙博士在種植這些蔬菜水果方面積累了豐富的經驗。她從怎樣育種、施肥、移栽、澆水、打頂、除蟲、套種與間種嫁接等方面進行了介紹。她講座的幻燈片(PPT)展示了她家庭院中各種青翠欲滴的蔬果，讓大家胃口大開，加深了對庭院種植的理解。她也向大家奉獻了她的秘密武器——復合有機堆肥的制作，同時講解了怎樣合理使用花盆以及無底花盆進行種植。趙博士尤其提醒大家，進行庭院種植時要正確使用避蚊劑，祇在身體的有限部位抹防曬霜，並戴上防護眼鏡，這樣既可以保護皮膚，又能曬太陽補鈣，



有效預防骨質疏鬆。在講座中，趙博士為種植新手提了很好的建議，讓他們先從韭菜、大蔥、空心菜開始種起，一步一步積累經驗，再種植有難度的蔬菜。冬季來臨，趙博士向大家傳授了種植越冬蔬菜青菜、蘿卜、大蒜的經驗。她特別強調，種植大蒜時要先墊上草木灰，可以為大蒜在冬季的生長起到保暖作用，來年春天就可以吃上香噴噴的蒜苔。原定一個小時的講座時間眨眼就到了。聽眾們意猶未盡，向趙博士提出了各種問題。趙博士一一作了解答，為大家排憂解難，還向大家推薦了她多年來精心制作

的70多期農園藝種植 YOUTUBE “華府梅園”視頻 <https://www.youtube.com/channel/UCY9hX147wBrYP2Qda1nZaQg>。華盛頓地區同鄉會聯合會秘書長韓軍女士在講座結束時總結發言，非常感謝趙博士的精彩分享。她還表示，同鄉會聯合會將繼續致力於服務在美華人華僑，尤其是華盛頓地區同胞們的生活，為社區推出更多更精美的公益講座。欲回看，也可登錄我們的 YOUTUBE: <https://www.youtube.com/c/cccaa0>。

(華盛頓地區同鄉會聯合會供稿，撰稿人：楊震；網絡攝影：喬楠)

## 【大華府區2021年學生藝術繪畫比賽】 主題：Arts on Paper—Where East Meets West

美京華人活動中心美京藝廊(CCACC Art Gallery)和位于華府的美國華人博物館(Chinese American Museum Foundation)為了倡導學生的藝術創作與欣賞的風氣，自2020年起創辦了大華府區學生藝術繪畫比賽。我們今年以“Arts on Paper—Where East Meets West”為主題在紙上創作，形式不拘，希望藉此能激蕩出學生的藝術創意。

學生藝術繪畫比賽將提供多項獎學金，凡入圍并獲獎者的作品將於2022年的農曆春節期間在美國華人博物館和CCACC美京藝廊聯合展出。

凡大華府地區參加的學生分為兩組等級類別：

- 低年級學生組 - 2009年12月31日之後出生者；
- 高年級學生組 - 2009年12月31日或之前出生者。

報名及美術作品一并提交，截止日是二零二一年十一月十五日至十一月三十日下午五時截止；十一月三十日截止日後提交將不會被接受。參加的學生請按規定送交作品電子文件，每名學生參加以一件作品為準。我們鼓勵喜愛繪畫的學生踴躍參加，報名登記表格和參加資格辦法可查看下列網站：

美國華人博物館網站 <https://www.chineseamericanmuseum.org/artcompetition>

美京華人活動中心網站 <https://www.ccacc-dc.org>

美京藝廊網站 <https://www.ccaccartgallery.org>  
諮詢請聯絡 <http://artgallery@ccacc-dc.org>

美國華人博物館是在2017年6月6日在美國首都華盛頓哥倫比亞特區註冊成立的非營利機構。博物館是美國聯邦政府認定的享受免稅待遇的公益慈善機構(501(c)(3) Public Charity)。博物館致力於收集、保存、研究和展示美國華人的歷史和文化數據，反映和紀錄華人在美國的日常生活和經歷，中美之間的文化、經濟方面的交流。博物館是一家民間機構，沒有政府的資助。館址位于華盛頓市中心第十六大街，一幢有110多年歷史的小辦公樓，離白宮僅800米。博物館有五層，共八百多平方米，一到四樓用于展覽。博物館自開幕以來和美國華人活動中心、華盛頓的1882基金會(1882 Foundation)等合作過，舉辦過的展覽包括“華人在美奮鬥史”、“杰出的美國華裔婦女先鋒”、“上海：二戰期間猶太人的避風港”等展，并舉辦多次研討會。博物館一直在為下一步的發展計劃準備并已于近日已對外開放，即將

展出：山東濰縣集中營的故事，講述第二次世界大戰中，一段很少被人知道的歷史。歡迎有興趣的朋友預約參觀，預約請聯絡 [info@chineseamericanmuseum.org](mailto:info@chineseamericanmuseum.org)。

報名及美術作品請于2021年11月15日~11月30日電子郵件至：

[ArtCompetition@chineseamericanmuseum.org](mailto:ArtCompetition@chineseamericanmuseum.org)

(美京華人活動中心美京藝廊和美國華人博物館供稿)



## 9.25 大華府南京大學校友會， 江蘇暨南京同鄉會，及南京地區部分高校校友會 Cabin John 秋季野餐迎新會

因為Covid疫情的影響，大華府地區的朋友們在暫停一年多後終於迎來了久違的活動。恰逢中秋佳節，秋高氣爽，野餐迎新會在美麗的Cabin John公園如期舉行。這一次，南京大學與江蘇暨南京同鄉會，東南大學、中國藥科大學的朋友一同在B亭進行了聚餐活動，總計有四十多位校友參加。熱心的校友會、同鄉會理事們早早地來到了野餐會現場，布置橫幅，組織簽到，安排落座。從五湖四海到同

一所大學，同一座城市，現在又在同一個地區，確是一種緣分。雖然很多人之前不認識，但是見面之後，熱烈的氣氛，簡單的交談，都覺得親切、真實。大家品嚐了鹽水鴨、豆腐幹等家鄉美食。理事們還為大家準備了月餅歡度佳節。接下來的打牌、狼人殺環節，更是充滿了歡聲笑語，將本次聚會推向了高潮。更有熱心的校友和江蘇老鄉幫助新來的朋友牽線搭橋，解決個人問題。本次活動的成功舉辦

離不開所有的工作人員，離不開校友及家屬，老鄉們的積極參與，更離不開各個贊助商的支持。2022，我們會更好！大家下次活動再見！特此鳴謝大華府天津同鄉會，同鄉會聯合會秘書長許鋼，江蘇暨南京同鄉會會長何一寧，南京大學北美校友會符有彤，多特瑞精油，博城中文學校，潘肖瀟+張弛夫婦

(普及財商教育，推廣財富自由)。

## 探索中國戲曲

### 華盛頓美國華人博物館舉辦 社區日活動 10月23日周六

誠邀社區各界朋友參加在華盛頓美國華人博物館(Chinese American Museum)舉辦的社區日活動！時間為10月23日星期六上午10點至下午4點。本次社區日活動將以最新展覽之《金線：在美的中國戲曲》的色彩和劇情為主，通過現場音樂劇、戲劇表演和妝容展示，體驗中國戲曲的藝術形式，適合所有年齡段的朋友參加。

活動行程：  
10:00 am - 4:00 pm: 博物館全程開放  
10:00 am - 2:00 pm: 中國戲曲面具彩繪(適合孩子和富有童真的朋友)  
上午：  
10:30 am: 中國戲曲妝容示範(DC Beauty of Beijing Opera 華盛頓京劇之美)  
下午：  
12:30 pm: 中國戲曲妝容示範(DC Beauty of Beijing Opera 華盛頓京劇之美)  
1:30 pm: 中國戲曲戲劇表演(Chinese Opera Society of Washington DC 華盛頓中國戲曲協會)  
3:00 pm: 探索在美國的中國戲曲(小組討論)

活動地點：  
Chinese American Museum  
DC 華盛頓美國華人博物館  
地址：1218 16th Street NW, Washington DC, 20036  
這是面向整個社區開放的現場活動。歡迎所有有興趣的朋友參加！  
活動合作組織：  
• 1882 Foundation  
• China Garden  
• Chinatown Service Center  
• Chinese American Citizens Alliance  
• Chinese Culture and Community Service Center (CCACC) 美京華人活動中心  
• Chinese Historical Society of America  
• Chinese Opera Society of Washington DC  
• DC Beauty of Beijing Opera  
• The George Washington University Museum and The Textile Museum  
• Valley Brook Tea  
• Yao Family Wines  
如需了解有關華盛頓美國華人博物館、即將舉行的活動以及參與方式等更多信息，請訪問我們的網站 <http://www.chineseamericanmuseum.org>

Community Day  
at the Chinese American Museum DC  
Featuring Golden Threads: Chinese Opera in America

Saturday  
October 23, 2021  
10:00 am - 4:00 pm

1218 16th Street NW  
Washington DC, 20036

Free event. Everyone welcome!  
[www.chineseamericanmuseum.org](http://www.chineseamericanmuseum.org)

Event Schedule  
10:00 - 4:00 - Museum Open!  
10:00 - 2:00 - Chinese Opera Mask Painting  
Morning  
10:30 - Chinese Opera Makeup Demo  
Afternoon  
12:30 - Chinese Opera Makeup Demo  
1:30 - Chinese Opera Demonstration  
3:00 - Exploring Chinese Opera in America