

引言



有这样一些人，喜欢简单的生活，固执的相信美好的生活不在城市而在田间，梦想着在田园里拨云见日！

他/她们爱着与土地单纯的关系，爱着山林间清新的空气，爱着痛快的挥汗如雨，爱着脚踩泥土的柔软与踏实感，爱着土地上每个生命，爱着在其中满满的收获……

他/她默默的接受着家人的焦虑、他人的置疑！希望互相鼓励，期待前行的路上遇到更多像自己一样的你，一起尝试在乡村生活的美好可能！

在过去的几年间，川渝本地生态农业开始起步，越来越多的农友表示有意愿恢复健康耕种，而之前开始生态农业的农友也已经在耕种中积累了一些经验。这些个人经验和感悟也吸引了越来越多希望返乡从事生态农业的青年人。与此同时我们也看到，意愿返乡的青年人在返乡从事生态农业的路上遇到各种各样的问题，尤其缺乏对生态农业系统深入的理解和实践经验，以及如何构建未来在乡间生活的问题。

我们想象，也许可以鼓励青年人前往愿意接待又有经验的农场/农友处体验学习，并为青年人提供在学习上的支持和协助。为此，重庆合初人耕读书院预设了此“生态农业·新农人实习计划”。此计划旨在协助有意愿从事生态农业的青年人找到有经验的本地农场/农友，实地体验学习生态农业的耕种和生活过程。

从2012年6月计划开始至今，已有6个农场/农友家庭参与了接待实习生，有超过20位长短期实习生参与实习计划，通过跟随导师一起生活和耕作，体会对生态农业的更多理解，增进在乡村生活的各种技能。

从2013年1月开始我们将继续进行第二期的实习生招募。

生态农业 新农人实习计划

做生态生活的自主者



亲爱的朋友：

如果您，
对乡村生活充满美好的想象或回忆，
期待有一天回归田园，过农夫、山泉、有点田的生活；
或是对生态农业充满兴趣，
希望了解不同的生态农耕及相应的生活方式；
期待被用心耕种的农人感动；
或是开始反思主流价值观和现代都市生活，
渴望健康而简单的农耕生活，
想在田间找回自己。
特别是如果您，
乐于学习并勇于自我改变；
诚实、勤劳，希望通过在土地上的耕种来成长和奉献；
有计划回归田园从事生态农耕；
且有1-2周甚至更长时间进行生态农耕的实习体验，
那么不限学历，不限职业，无论来自哪里，热忱欢迎您参与“生态农业·新农人实习计划”！

在这里，您可以：

与生态农友像家人一样生活和劳动，
以劳动换得经验学习和免费食宿，
学习自然农法、活力农耕等不同生态农业经验；
感受不同乡村的美景和文化；
还有机会与其它体验者一起交流学习。



参与流程

1. 有意愿的青年人自行与合初人网站<http://www.hcr0123.org.cn>中推荐的农场/农友联系，了解更详细的情况，确认实习意向；
2. 实习生与农场/农友互相确认短期实习的时间、计划后，开始体验实习。实习生作为家庭成员参与生产生活实作，通过提供劳动换取在农场或农友家的食宿和学习，互相不产生金钱交易关系；
3. 实习生短期实习体验后，若有需求进行长期（不少于2个月）实习，并与农场/农友互相确认意向和计划后，可由接待农友/农场推荐申请新农人奖学金，并加入到本地返乡青年同伴教育网络，更深入系统地学习生态农业。

接待农友/农场介绍



成都郫县安龙村 高家

导师：高一程
13194990983

成都郫县安德镇安龙村全家河坝

农场情况：2006年6月恢复健康耕种，耕种面积23亩，蔬菜地2/3，粮油地1/3，2亩城市农夫体验自种的菜地。
种植特色：各种方法培养微生物，大量制作并使用堆肥，恢复土壤活力，重建土壤生态系统，多样化与香草种植恢复农田生态系统，发挥自然的力量解决“病虫害”；恢复传统手工，应四季时令自制果醋，郫县豆瓣，红薯豉豉，本地酱菜等；农场时常接待自然农耕教育和农业交流培训活动。

可接纳实习生数量：2名

建议实习期：1-2周，欢迎短期实习生来体验，全年皆可接待。

希望来的朋友可以当成自己家一样劳作生活，体会全从田间来，能体会土地和自己的关系的时候其它就容易了。



重庆合初人自然农园

生活导师：钱老师
18223362648

重庆市长寿区洪湖镇坪滩村桂林小学

农场情况：2009年12月成立，2011年3月开始用自然农法的耕种方式；农场租用耕地50亩、闲置希望小学一所；现耕种面积约30亩。

种植特色：采用自然农法，以杂草、秸秆和菜籽饼为主要肥料，不使用化肥农药和除草剂，以及养殖场的粪肥；2011年开始尝试免耕覆盖的方法；用多样化种植和芳香植物来防治病虫害。

可接待实习生量：2名，不适合对经济、技术条件要求太高的朋友。

希望爱乡村、爱农业、吃苦耐劳，能在种地和做饭中收获乐趣的年轻朋友来，并有愿望亲自动手一起改善工作与生活环境。



攀枝花 刘占红家

导师：刘占红
13882371991

攀枝花盐边县和爱乡烂坝

农场情况：2009年4月开始恢复健康耕种，9亩蔬菜地和5亩大棚种植当季蔬菜，15亩山地果园种植梨子、桃子、花椒、玫瑰等当地水果，全年养猪7-8头，毛驴一头。

种植特色：大量培养微生物和制作堆肥改良土壤，保证蔬菜强健减少病虫；擅长种植水果和蕃茄，了解各种蔬菜的习性，收集保留本地土品种，结合运用传统的老方法和自然农法；利用自种土产酿米酒、葡萄酒、本地酱菜、菜干、水果干。

可接纳实习生数量：2名，欢迎喜欢生态农业，适应农村生活习惯的朋友来。

建议实习期：先进行两周体验适应，鼓励长期实习，来自城市的最好实习3个月以上，来自农村的最好实习2个月以上；全年皆可接待希望来的朋友真正是感兴趣的，当成自己家一样劳作生活，互相交流学习，能动手能实践，能下地能上灶才会学到东西！



成都郫县安龙村 赵富贵家

导师：赵富贵
13678030397

成都郫县安德镇安龙村全家河坝

农场情况：2009年2月开始恢复健康耕种，耕种面积5亩，其中菜地3亩，水稻油菜田2亩；养猪5头。

种植特色：保留老品种，传统农耕，自家土产制作各种小吃和酱菜。

导师专长：传统食品（豆瓣、咸菜、豆豉）

可接纳实习生数量：1名，欢迎年轻人

建议实习期：先进行两周体验适应，鼓励长期实习，全年皆可接待

希望有兴趣来体验学习的朋友可以当成自己家样一起劳作生活。



成都郫县安龙村 王成家

导师：王成
13688026996

成都郫县安德镇安龙村全家河坝

农场情况：2006年6月开始恢复健康耕种，耕种面积5亩。

种植特色：最厉害的是土肥管理，有效的育苗方法保证蔬菜后期生长；合理的肥料管理和种植计划再搭配田间管理技术形成高产的保障。

导师专长：蔬菜、水稻种植，土肥管理。

可接纳实习生数量：1名，希望接待想在农村土地上踏实生活的人，农民工优先。

建议实习期：先进行两周体验适应，鼓励长期实习，全年皆可接待。

希望有兴趣来体验学习的朋友可以当成自己家，一起劳作生活，能在地里呆得住才能有体会！



成都大邑华德福大风农场

导师：大风
18982261063

成都大邑鹤鸣乡华德福大风农场

农场情况：菜地、水塘、水田共24亩，种植当季当地的蔬菜、粮油。

种植特色：传承当地传统耕种的方法和生活方式；活力农耕与传统农耕结合的本地经验；利用自然条件和有限资源进行生活设计和改造，目前正在进行活力农耕试验，农场时常接待自然农耕教育和农业交流培训活动。

导师专长：活力农耕、CSA、华德福教育、传统食品。

可接待实习生量：2名，欢迎主动性强，能独立承担一定工作、解决问题的人，对整体和细节都喜欢有把握的人；想当农场主的可以把农场当作实验田。

来的都不是客，感谢您和我们一起生活！分享彼此！

参加计划的益处

1. 您将获得一次学习的好机会：实际体验学习不同的生态农业经验。每个农场/农友都有自己不同类型及擅长的种植方式，比如自然农法、朴门永续、活力农耕等等，同时也有不同生活经营的经验分享，您可以详细了解各个农场/农友后，根据自己的意愿选择；
2. 您可以充分体现自我劳动价值：只需像家庭成员一样付出劳动便可换得免费食宿和宝贵的学习机会，不需支付任何费用；
3. 您可以体验有别于城市的乡村生活：除了学习生态农业的经验外，不同农场/农友所在地的自然景色，饮食习惯，文化传统，也将给您带来新鲜的体验和启发；
4. 您可以结交众多志同道合的朋友：把自己作为接待农场/农友家庭的一员，又多了一家亲戚，并有机会结识更多志趣相投的朋友。

实习注意事项

- 1、这是一份充满理想的劳动，但万不可带着“理想主义情结”来做；
- 2、做好吃苦受累的准备，需对土地充满爱心与耐心；
- 3、不接待未满18岁的未成年人进行实习体验；
- 4、请在08：00-20：00之间与导师联系；
- 5、请尊重农友及他/她们的生活习惯，保护农友的家庭隐私，虚心向农友请教，多多沟通交流，并互相分享；
- 6、建议最好先实地探访做更多了解后，再决定您是否参加该实习体验；
- 7、建议实习体验前自行购买意外保险，实习期间照顾好自身健康与安全；



留河净生态百草园

导师：高清蓉
15828581360

成都郫县安德镇泉水村蔬菜基地

农场情况：2012年9月开始建设，面积约6亩。分为观赏区、农耕体验区、生产区、活动区。观赏区种植收集各种中草药、野菜和香草；农耕体验区主要是城市农夫耕种田地；生产区种植自用蔬菜，可销售的苗圃等；活动区用来开展城乡互动活动。农园按照永续设计原理，建有木屋、旱厕、灰水处理池、堆肥区，其它生态系统设施正在建设中。2013年开始在另一块水源保护地新农场的规划建设。

种植特色：以保持生物多样性，运用传统农耕，结合自然农法，活力农耕，永续设计的方法。尝试通过培养微生物养地肥地。

导师专长：香草种植，精油加工，CSA运作，农场规划。

可接纳实习生数量：2名，欢迎大学生，女生优先。

建议实习期：两周体验适应，视情况讨论更长时间实习；鼓励长期实习，全年皆可接待。



重庆市綦江区 李刚家

导师：李刚
15922632187

重庆市綦江区郭福镇高庙村

农场情况：从2008年5月开始尝试自然农法，种植面积约3亩。

种植特色：主要实践日本的自然农法，并结合传统农耕技术；运用养草，种草，覆盖等方法来恢复土壤的生命，以自留种为主，购买少量杂交种子。

导师专长：自然农法、健康

可接纳实习生数量：1名，欢迎比较稳定的长期实习生，能经历一年的农业生产。

2008年返乡后在家务农，不仅乐在其中，身体也越来越健康。

- 8、建议自备劳保用品，比如帽子、手套、围裙等；
- 9、建议自带睡袋，实习体验前请询问当地气候与着衣情况；
- 10、建议提前告知父母或家人前来参与实习的消息；
- 11、如有特殊的生活饮食习惯，请提前和接待的农友沟通；
- 12、请如实告知接待农友您的健康状况；
- 13、并不是每位农友都有车和空闲时间，请自行前往实习地；
- 14、如有不方便沟通之处也可联系合初人工作人员燕子（18223362648）。

更多信息及农场/农友介绍和实习生故事请查阅合初人网站：<http://www.hcr0123.org.cn>



重庆合初人文化传播社：

是2003年10月在重庆市民政局注册成立的科研公益机构，由重庆社会科学界联合会主管。以“本体健康”为核心理念，以“幸福生活社区课堂”为实践平台，通过实践探索、行动研究，倡导社区参与的平民生态生计和城乡社区平民文化建设与互动，探索增进平民身心健康和幸福感的有效途径。

主要工作领域是健康与生态文化行动研究、耕读传承、新农人培养、自然农法和社区支持农业、消费者教育、城乡互助、农民工人文社会教育，以及包括现代半农半X生活实践在内的可持续乡村社区发展。

重庆合初人耕读书院：

是重庆合初人文化传播社的教育实验部门，以“培育传承耕读文化复兴生态乡村的新农人”为使命。书院设有教研室、图书资料室、实习点（即接待农户/农场）和生态农耕实验基地——合初人自然农园。

书院工作人员、志愿者、实习生每天不少于1小时的学习时间，2小时的耕种时间；每周一次的共同学习。书院每月举办1次“幸福生活社区课堂”；每年组织不少于4次的公众讲座；会在春夏秋冬分别举办农耕养生班、暑期耕读实践班、冬季农禅修习班，以及青少年自然教育体验班。