

汤建中 杜德斌 编

留学旅游指南



加拿大

- 加拿大地理特征、历史、经济、
风俗与传统
- 加拿大的教育、主要学校介绍及
通信地址
- 旅加须知
- 加拿大主要城市交通图

上海科学技术出版社

加拿大留学旅游指南

汤建中 杜德斌 编

上海科学技术出版社

加拿大留学旅游指南

汤建中 杜德斌 编

上海科学技术出版社出版

(上海瑞金二路450号)

新华书店上海发行所发行 江苏启东印刷厂印刷

开本787×960 1/32 印张4.25 插页3 字数72,000

1990年7月第1版 1990年7月第1次印刷

印数1—2,600

ISBN 7-5323-1972-5/G·326 定价: 2.35 元

目 录

国家概况

1. 地理特征..... 1
2. 行政区划与政府机构..... 9
3. 简史..... 15
4. 经济..... 20
5. 居民..... 23
6. 风俗与传统..... 28

旅游区与主要景点

1. 温哥华及太平洋沿岸旅游区..... 34
2. 落基山高山旅游区..... 38
3. 大草原旅游区..... 40
4. 多伦多及五大湖旅游区..... 44
5. 蒙特利尔及圣劳伦斯河旅游区..... 52
6. 大西洋沿岸旅游区..... 56
7. 极地旅游区..... 59

教育

1. 教育体制..... 61
2. 高等教育..... 64
3. 留学加拿大..... 73

4. 主要大学介绍.....	78
----------------	----

旅加须知

1. 出国前的准备.....	94
2. 初抵加拿大.....	98
3. 住宿.....	101
4. 用餐.....	105
5. 衣着与洗衣.....	108
6. 购物.....	109
7. 健康与银行事务.....	112
8. 邮政与通讯.....	113
9. 社交往来.....	115
10. 交通.....	118

附录

1. 加拿大交通图
2. 渥太华市区图
3. 温哥华市区图
4. 蒙特利尔市区图
5. 多伦多市区图

国家概况

1. 地理特征

国土辽阔

加拿大幅员辽阔，东西宽 5000 多公里，南北长 4800 多公里，拥有 995.6 万平方公里的国土面积，是世界上仅次于苏联的第二大国。打开世界地图，可以轻而易举地找到这个泱泱大国。她位于北美洲的北半部，南邻美国，两国之间有所谓“5000 公里不设防的国界”，国界西段为北纬 49 度纬线，东端横越五大湖等水体，形成锯齿状的分界线。

加拿大三面临海：东濒大西洋，西隔太平洋与我国遥遥相望，北临北冰洋，海岸线曲折漫长。沿岸有众多的岛屿，其中面积超过 1 万平方公里的就有 18 个。位于北极地区的巴芬岛、维多利亚岛、埃尔斯米尔岛面积均在 20 万平方公里以上，相当于欧洲的一个中等国家。

资源丰富

加拿大不但国土辽阔，而且自然环境复杂多样，自然资源极为丰富。地大物博为其经济发展提供了

雄厚的物质基础和展现了前程似锦的勃勃生机。加拿大有一位总理曾这样说过：世界上有的国家为拥有悠久的历史而骄傲，而加拿大则为拥有丰富多样的自然环境而自豪。那雄奇逶迤的丛山峻岭，广袤千里的冰雪世界，秀美多姿的河川湖泊，茫茫如海的原始森林，辽阔无边的肥美草原，种类繁多的野生动物，丰富多样的地下宝藏，不但赋予加拿大优美的自然景色，而且为其未来的发展蕴蓄着无限的潜力。

加拿大土地资源十分丰富，全国有耕地面积4400多万公顷，约等于英国和联邦德国两国面积之和。人均耕地约1.76公顷（约合26亩），且大部分位于平原地区，极适于资本主义大农业经济的发展。境内大部分地区降水较多而蒸发量小，且河湖众多，水量大而稳定，蕴藏着巨大的水力资源。全国有湖泊25万多个，占世界淡水湖总数的一半左右，是世界上淡水湖泊最多的国家。湖泊周围多为林地、草场，既可闲暇休憩，又可垂钓扬帆，使本已丰富多姿的旅游资源增添了宁静妩媚的色彩。加拿大矿产资源品种多，储量大，尤以金属和有色金属矿著称于世。铁矿主要分布于拉布拉多半岛和苏必利尔湖附近。拉布拉多半岛的铁矿储量达200亿吨，是世界上最大的铁矿之一。安大略省和魁北克省拥有丰富的铜、铅、锌、镍、金、银、铀、钴等多种有色金属和稀有金属。草原诸省为煤、石油、天然气、沥青砂等能源资源和钾盐集中分布的地区。阿帕拉契亚西麓有

世界上最大的石棉矿。科迪勒拉山脉蕴藏着丰富的钼、铜、铅、锌、金、褐煤等。东西两岸海域有辽阔的渔场，其中纽芬兰岛附近海域位于寒暖水流交汇处，为世界三大渔场之一，盛产沙丁鱼和大龙虾。全国森林覆盖率为35%，林地面积仅次于苏联、巴西，居世界第三位。广阔的亚寒带针叶林从太平洋沿岸一直绵延至大西洋沿岸，主要树种为云杉和落叶松。除盛产木材、纸浆、森林产品以外，森林中还有多种珍贵皮毛兽。

枫树之国

森林不但是加拿大的重要自然财源，而且也陶冶了加拿大人的情操，使之具有森林般的博大、豪放和开拓的品格。加拿大人普遍热爱大自然、热爱森林，尤其对枫树具有特殊的依恋之情。加拿大境内枫树分布很广，在经济发达的安大略省和魁北克省的南部到处是一望无际的枫树林。枫树高大挺拔，树冠葱郁蔽日，树叶色泽多变，树液甜蜜甘美。每逢八、九月间，枫叶开始变色，由青绿色逐渐变成淡黄色、金黄色、红色、紫红色。深秋十月是加拿大最迷人的季节，火红的枫叶点装着广阔的原野。金色的阳光从树叶的缝隙间泻落地面，构成一幅梦幻般的绚丽画卷，令人陶醉。糖枫和黑枫的树液含糖量高达7~10%，并可连续产糖50年以上，是世界上主要的木本糖料植物。加拿大年产枫糖800万公斤以

上，是世界上最大的枫糖生产国。

枫叶作为加拿大的国家标志已有百余年的历史。早在欧洲人首次登上这块土地时，美丽的枫叶便给他们留下了美好的印象。1805年，法属加拿大省的《魁北克日报》首次把枫叶描述成该省的标志。1860年，威尔士王子访问加拿大时，多伦多市民用火红的枫叶组成图案迎接王子的光临，这是枫叶作为国家的标志和友好的象征首次出现在正式场合。后来，枫叶又逐渐成为加拿大国旗和国徽的主体图案，枫叶便正式成为加拿大的国家标志和民族象征。

在加拿大的日常生活中，枫叶图案随处可见。在商店里可以看到印有鲜红枫叶图案的书刊、用具和手工艺品。不少人穿着印有枫叶图案的衣服漫步街头。外国代表到加拿大访问，主人常常送给每人一枚精致的枫叶纪念章或印有枫叶的其他纪念品。到朋友家作客，热情的主人会拿出枫糖和枫浆款待客人。

六大地形区

加拿大可分为6大地形区，即科迪勒拉高山区，大平原区，劳伦辛高地区，五大湖—圣劳伦斯河谷区，东南部低山区和北极群岛区。各地区之间不仅自然环境差异很大，而且经济活动也各不相同。

科迪勒拉高山区位于加拿大西部，其山体高大

绵长,是加拿大境内最高峻的部分。科迪勒拉山系由西侧的太平洋沿岸山地,东侧的落基山脉和夹持于其间的内陆高原三大南北纵列带构成。太平洋沿岸山地又可分为两列:西侧的岛山山脉由贴近加拿大西海岸的太平洋岛屿链组成,是加拿大最年轻、构造运动最活跃的山脉;东侧的海岸山脉犹如一道天然屏障突兀于太平洋沿岸,山势高耸入云,峰顶海拔多在3000米以上,最高峰洛根峰高达5951米,为加拿大第一高峰。落基山为科迪勒拉山系的主体部分,高度多在3000~4000米之间;峰顶为冰雪覆盖,山势巍峨壮观。内陆高原介于海岸山脉与落基山脉之间,其中以不列颠哥伦比亚高原最为著名,其海拔高度多在1000~1500米之间,地势起伏较小。

大平原区位于落基山脉以东,地势自西向东递减。西部山麓附近高度为1500米左右,东部边缘降至500米以下。其间地势起伏和缓,坦荡无垠。由于深居内陆,降水稀少,发育了丰茂的草原植被,故有“大草原”之称。大平原开阔的地势和草原植被下发育的肥沃土壤很适于谷物的生长和大规模的机械化生产。本区是加拿大最重要的粮食生产基地,被誉为“加拿大的粮仓”。

劳伦辛高地区位于大平原以东,包括哈得孙湾东、西、南三面的广大地区,约占加拿大总面积的一半。高地区是由古老坚硬的岩石组成的块体,整个地势形如浅碟,中央部分最低,形成哈得孙湾,由此

向外地势渐高。东侧地势变化急剧，形成拉布拉多高地，平均海拔在 500 米以上。西南侧至大熊湖、大奴湖、阿萨巴斯卡湖、温尼泊湖一线与大平原相连，地势起伏较缓，是一片湖泊成群、河叉交错的高平原。南部直达与美国交界的五大湖地区。

五大湖—圣劳伦斯河谷区地势低平、土壤肥沃。五大湖是世界上最大的淡水湖群，自上而下包括苏比利尔湖、密歇根湖、休伦湖、伊利湖和安大略湖。除密歇根湖全部位于美国境内外，其余四湖均位于美加边界上，为两国共有。五大湖相互贯通，湖水最终由安大略湖经圣劳伦斯河注入大西洋。伊利湖与安大略的高差相差近百米，两湖之间横亘着一条陡峭的断层，湖水在此渲泻直下，形成举世闻名的尼亚加拉大瀑布。该地区为加拿大经济最发达、城市最密集的地区。

东南部低山区位于圣劳伦斯河入海口的大西洋地区，包括加斯佩半岛、安提科斯提岛、新斯科舍岛、布列敦角岛、爱德华太子岛和东边的纽芬兰岛。地形上属于阿巴拉契亚山脉的北端，具有低山丘陵的地貌形态，低缓的高地与宽阔的谷地相间分布，高度一般在 500~600 米。蜿蜒曲折的锯齿状的海岸绵延数千公里，呈现各种奇特壮观的海岸地貌。

北极群岛指分布于格陵兰岛以西、北美大陆以北的北冰洋岛群，岛屿总面积 135 万平方公里，其中包括巴芬岛、维多利亚岛、埃尔斯米尔岛等著名岛屿

和无数小岛。由于终年冰封，土地无法利用。各岛之间的海域冬季可通冰撬，夏季漂着浮冰。

气候寒冷

加拿大领土的 90 % 以上位于北纬 50 度以北，且有一半位于北纬 60 度以北，而我国黑龙江省北部还不到北纬 55 度，可见加拿大是一个高纬度国家。加之高大的科迪勒拉山系耸峙于领土西部，阻滞了暖湿西风气流的东进，广大内陆地区很少得到海洋的调节。因此，加拿大大部分地区气候寒冷，冬季漫长。70~80% 的地区为寒带和亚寒带气候，温带气候仅限于西部太平洋沿岸和南部邻近美国的狭长地带。

加拿大大部分地区 1 月平均气温在 -10°C 以下，北极群岛地区更低于 -30°C 。冬季严寒且持续时间长，月平均气温在 0°C 以下的时间长达半年之久。北纬 60 度以北的广大地区，年平均气温在 0°C 以下，土地终年冻结，属永久冻土地带，有的地方永冻层厚达数百米，极端最低气温可降至 -60°C 以下。在漫长的冬季里，常常风雪交加，处处银装素裹，一派北国风光。通常每年 10~11 月便开始下雪，翌年 5 月才漫漫消融。夏季温凉短促，除南部少数地区外，大部分地区 7 月平均气温不足 20°C 。当然，有时也会遇到短暂的炎热天气。

然而，加拿大经济发达的地区和主要城市大部

分位于温带气候区。太平洋沿岸地区依山面海，终年受到北太平洋暖湿气流的影响，是加拿大唯一的冬季暖和的地区。这里林木葱笼，花开四季，终年温暖湿润，年降水量可达1000毫米以上，属温带海洋性气候。大平原南部、圣劳伦斯河谷和五大湖沿岸地区为温带大陆性气候，其中内陆地区较为干旱，东部地区降水丰沛。温带大陆性气候区冬季仍相当寒

加拿大各地气温与降水

城 市	日平均气温(°C)		年降水量 (mm)
	1月	7月	
温哥华	2.4	17.4	1968
维多利亚	4.1	15.7	657
埃德蒙顿	-14.7	17.5	447
卡尔加里	-10.9	16.5	437
温尼伯	-18.3	19.7	535
多伦多	-4.4	21.8	790
渥太华	-10.9	20.7	851
蒙特利尔	-8.9	21.6	999
魁北克	-11.6	19.2	1089
哈利法克斯	-3.8	17.6	1381
夏洛特敦	-6.7	18.4	1059
怀特霍斯	-18.9	14.1	260
耶洛奈夫	-28.6	16.0	250

冷，也常出现 -20°C 的严寒天气。

在漫长的冬季，铺天盖地的暴风雪时有发生，常使地面积雪尺余，以致道路阻塞、车辆不通、机场关闭、学校停课、报刊邮件不能及时送达。当然在长途驱车时遇上暴风雪会倍添麻烦，一旦车辆发生故障，应尽快设法到公路沿线设置的雷达站或电话亭去报警，以免发生意外。因此，冬季外出旅行前应作周全的准备，如检查车辆、收听天气预报等。严寒多雪的冬季尽管带来诸多不便，但对于酷爱冰雪运动的加拿大人来说，冬天却带来了无穷的乐趣，因为这时正是滑雪和冰上运动的大好时机。所以，这里的青年常会说：“我们国家最美的季节在冬天”。

2. 行政区划与政府机构

行政区划

加拿大是由10个省和2个地区组成的联邦国家，各省或地区在政治上都享有很大的自治权。南部10个省自东而西包括纽芬兰、新斯科舍、爱德华王子岛、新不伦瑞克、魁北克、安大略、马尼托巴、萨斯喀彻温，阿尔伯达和不列颠哥伦比亚。北部2个地区是育空区和西北区。

省和地区以下设市、镇、乡、村等。在不列颠哥伦比亚、安大略和魁北克3省还设有郡。

加拿大省区一览表

省(地区)	面积 (万km ²)	人口 (万人)	省会
不列颠哥伦比亚 (British Columbia)	94	287	维多利亚 (Victoria)
阿尔伯达 (Alberta)	66	235	埃德蒙顿 (Edmonton)
萨斯喀彻温 (Saskatchewan)	65	100	里贾纳 (Regina)
马尼托巴 (Manitoba)	64	106	温尼伯 (Winnipeg)
安大略 (Ontario)	106	894	多伦多 (Toronto)
魁北克 (Québec)	154	655	魁北克 (Québec)
新不伦瑞克 (New Brunswick)	7.3	71	弗雷德里克顿 (Fredericton)
新斯科舍 (Nova Scotia)	5.5	87	哈利法克斯 (Halifax)
爱德华王子岛 (Prince Edward I.)	0.56	12	夏洛特敦 (Charlottetown)
纽芬兰 (Newfoundland)	40	58	圣约翰斯 (St. Johns)
西北地区 (Northwest)	337	5	耶洛奈夫 (Yellowknife)
育空地区 (Yukon)	53	2	怀特霍斯 (Whitehorse)

政区概述

根据各省区的地理位置、自然条件、发展历史和经济水平方面的一致性,可将10个省和2个地区归并为5大区域:不列颠哥伦比亚省、草原诸省、中央诸省、大西洋诸省和北部地区。

不列颠哥伦比亚省西濒太平洋,全境大部分为高山和高平原,是加拿大的山地省。这里气候温和,雨量充沛,森林茂密,尤以云杉、冷杉和红松等优质用材林著称。林业是本区的主导经济部门,全区有1/2的人口直接或间接地依靠林业为生。沿海地区渔业发达,所产肉嫩味鲜的鲑鱼十分有名。位于弗雷塞河口的温哥华是本区最大的经济活动中心,全国第三大城市,对亚洲贸易的主要港口,被称为“通往东方的门户”。

草原诸省包括阿尔伯达、萨斯喀彻温、马尼托巴3省,位于中西部大平原,面积和人口各占全国的1/5左右。经济活动以粮食生产和燃料矿物开采为主,被称为加拿大的“粮仓”和燃料库”。19世纪末至20世纪初,由于加拿大太平洋铁路的修通和世界市场小麦价格的暴涨,移民洪流般涌入草原地区,茫茫草原遂被开垦为万顷麦田。目前这里的小麦产量占全国总产量的90%以上,其中1/3供出口,是全国最主要的粮食产区。阿尔伯达省蕴藏有大量的石油、煤、天然气等燃料矿物,石油、煤和天然气的产量

分别占全国的70%、80%和50%。省会埃得蒙顿既是重要的粮食集散地，也是全国最大的石油冶炼中心，有“油都”之称。马尼托巴省会温尼伯是本区最大的城市、全国第四大城市和最大的谷物转运中心。

中央诸省包括以英裔居民为主的安大略省和以法裔居民为主的魁北克省，绝大部分位于劳伦辛高地，南部位于五大湖和圣劳伦斯河谷地。本区是全国经济最发达的地区，面积只占全国的1/4，却集中了全国3/5的人口，3/4的制造业和绝大部分的大中城市。南部的五大湖和圣劳伦斯河谷地是全国加工工业和人口最集中的地区，也是全国最重要的集约化农业区，被称为加拿大的“经济心脏”。在安大略湖和伊利湖西岸是一系列绵延近200公里的城市群，城市之间彼此衔接，其中有加拿大第一大城市多伦多、钢铁工业重镇哈密尔顿、汽车工业中心温泽等许多全国重要的工商业城市。圣劳伦斯河谷地形成以全国第二大城市蒙特利尔为中心的又一城市群，包括首都渥太华和魁北克等。五大湖和圣劳伦斯河谷地以北的广大地区，虽地广人稀，但林业、采矿业和水电业也很发达。

大西洋诸省包括大西洋沿岸的纽芬兰、爱德华王子岛、新不伦瑞克、新斯科舍4省。地形崎岖破碎而不利农耕，但气候温和湿润，林、矿资源丰富，海岸曲折漫长，多优良港湾，海洋捕捞业十分发达。早期