



# Cultural Bridges

帮助家长了解Issaquah学区的相关信息 CHINESE



最初的几个月

第6页

成为领袖

第9页

现如今，  
作为拉美人意味着什么？

第21页

亲爱的读者朋友们，

希望您度过了一个美好的夏天，并顺利的开始了新学年。在本期杂志中，我们强调了家长与教师（第5,15页）和学校工作人员（第6页）进行良好沟通的重要性。如果您家有上小学的孩子，请不要错过学区各种活动，这些活动帮助家庭为成功做好准备（第12页）。

在本期的文化交流部分，两名Issaquah学区的学生向我们讲述了他们作为拉美裔人的经历。作为一名墨西哥人，我也想与大家分享我的故事：当我的女儿读三年级，儿子读五年级时，正值美国总统选举。虽然我丈夫和我从未和他们一起看过相关方面的消息，但两个孩子都感到非常焦虑。我们一直告诉他们会好起来，但很多时候，当我从学校接他们放学时，他们都会哭着出来。因为其他孩子们会问他们，是否要离开这个国家或者某种程度上正处于危险之中。

我女儿对这个问题变得非常紧张，她要求我说自己来自阿根廷或厄瓜多尔，而不是出生在墨西哥，我和她一样都是美国人。随着时间的推移，她的焦虑情绪有所好转，但我不能说现任政府对我的孩子没有影响，因为我确信其他学生也有相似的经历。如果您认为自己的孩子就是这种情况，请寻找导师或确保他们有另一位可以与之交谈的令人放心的成年人。我女儿现在在读中学，但我们非常幸运，她在读四年级时认识了一位良师，并与她一直保持着交流。

当孩子们焦虑并且觉得他们无能为力时，另一个建议就是引导他们找到领导的声音。鼓励孩子将想法说出来并对他们认为严重的问题采取行动。我们学区的学校设有学生会（第7页），在我们的社区，还有许多其他让年轻人参与的机会，为自己和他人树立自信心（第9页）。

我们的文化桥梁杂志团队很高兴有机会与您和Issaquah学区的所有家庭共同度过新学年。如果您没有从您孩子的老师那里收到这本杂志，您可以随时在学区内24所学校的每一间办公室领取一份副本。我们还会在Issaquah, Newcastle, Renton和Sammamish图书馆和社区中心分发这本杂志。

祝大家度过一个完美的秋季！

Alicia Spinner  
杂志主编

Issaquah学校基金会	3
Issaquah学区	5
幼儿园	6
小学	7
中学	8
高中	9
日历表	12
学校员工	14
我们的社区	16
滋养网络	18
文化交流	21



Cultural Bridges

是一个基金项目计划



ISSAQUAH  
SCHOOLS  
FOUNDATION

## CULTURAL BRIDGES

为各种文化背景的家庭，他们的孩子，Issaquah学区和社区建立良好的关系。



**MARISOL VISSER**  
项目负责人  
marisol@isfdn.org



**ALICIA SPINNER**  
杂志编辑  
culturalbridges@isfdn.org

**LIZ ST. ANDRE**  
英语主编

**YINGYING CUI**  
中文主编

**SEONYOON KO**  
韩语主编

**YANA ALENTYEVA**  
俄语主编

**NORMA RODRIGUEZ**  
西班牙语主编

**TRAM PHAM**  
越南语主编

**KELLY BURCH**  
封面设计

封面人物:  
Nicolas Ruiz  
Aahana Monga  
Amarpal Monga  
Natalya Bale

摄影:  
Minal D. Monga  
和 Jenn Sande

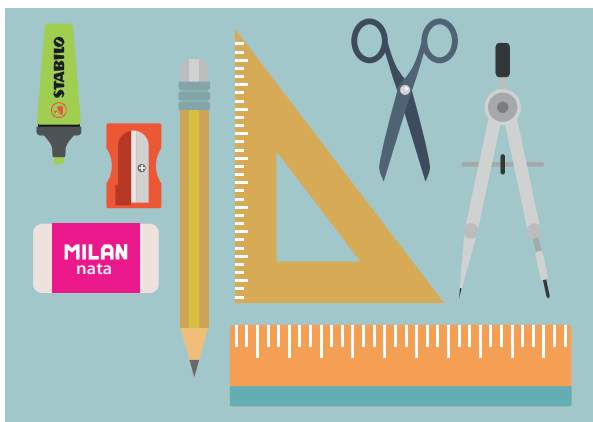


请在 Facebook@  
CBforeducation 投上您宝  
贵的一票。如果需要本杂  
志的PDF 文档，请发邮  
件至 culturalbridges@  
isfdn.org。请在邮件里注  
明您需要的语种（西班牙  
文，英文，简体中文，  
韩文）。

Cultural Bridges杂志享有所有版权。Cultural Bridges杂志是一本由Issaquah学校基金会资助发行的免费教育类杂志。它的目的是为社区读者们提供更多有关教育，健康，营养，重大事件以及Issaquah社区文化等方面的信息，从而使大家的生活更加丰富多彩。Cultural Bridges杂志不拥护或代表所刊登的文章和广告的观点。刊登的某些部分只是转载，翻译或获准后的重印。

# 课后辅导项目计划

作者: DREW TERRY  
Cougar Ridge小学校长



一个时机，一个想法，就是这一切的开始。课后辅导计划，通常称为ASAP，是从我收到儿子学校校长的一通简单而意外的个人电话开始的。她与我分享，小Jack Terry在阅读方面落后了，她希望我同意让他接受一些额外的阅读指导。我很快答应了，感谢她为我们提供这样的机会，并询问了有关该计划的更多信息。我很欣慰这种干预是有效的，因为我儿子现在已经是大学新生。

这名校长Emilie Hard目前是Issaquah学区教学和学习服务助理主管。当我得知Emilie搬到Issaquah学区时，我给她打了电话（准确来说是她在我们学区工作的第一天），想跟她讨论如何将这个成功的干预计划带到Issaquah学区。Emilie帮助了我。她和我一起研究课程资料，帮助我为老师组织培训。为了该计划得以实施，我们需要财政支持，后来在学校PTA和建设基金的初步支持下，ASAP的基本形式终于诞生了。我们从2010年秋季开班，当时只有一个年级和数学一个科目。1月份开始，我们又增加了阅读。第一学年，ASAP就为近50名学生提供了强有力的干预！

正如我们所料，ASAP计划在第二年就已经发展壮大。我们现在有更多的老师愿意在放学后帮助辅导学生们。但同时，可持续的资金仍然缺失。ASAP太过成功，我们不想要轻易放弃，只能寻求更多的支持。因此，在第一年之后，我申请了Issaquah学校基金会的资助。在申请补助金时，我们分享了一个关于一位名为Katelen的女孩的成功故事。Katelen一直在数学方面学习比较吃力。她在斯坦福大学第四年的数学成绩已经下降到19%。在ASAP计划之后，她重新获得了91%的成绩。像Katelen这样的学生有很多，他们需要在小组环境

中投入更多的时间练习技能。ASAP为学生们提供了学习和使用这些技能所需的支持。

随着ASAP在Briarwood小学的持续成功，我们很想将该计划发扬光大。所以，我开始与其他同事分享我们的成功，并鼓励他们向学生提供该计划。很快，更多的小学启用了该计划，ASAP计划开始蓬勃发展。今天，我很高兴能够在学区与大家分享这一计划，ASAP不再只是一个鼓舞人心的创新。这不仅仅是一个想法，而是一个现实。

**ASAP正在学区的15所小学中实施，  
为数百名学生提供服务，  
为这些学生建立阅读和数学的基础技能。**

一通电话，一个想法和一个伟大的基金会，让课后援助计划这个概念成为事实。感谢Issaquah学校基金会继续支持这项计划，该计划已成为学区范围内成功的干预措施典范。我们所有的学生都应该受到最好的教育，感谢基金会和像您这样的捐赠者，我们可以继续为学生提供他们各方面的额外支持。请通过访问以下基金会的网站了解更多的捐赠信息：  
<http://isfdn.org/donate/>

原文来自 Drew Terry 在2019年5月 Nourish Every Mind 21st Annual Luncheon的演讲。

## 艺术与文化

我们很高兴宣布，Issaquah学校基金会最近聘请艺术家Amaranta Sandy为PTA Art Docent计划创作艺术课程，包括更多拉丁文化和遗产！我们迫不及待地想看看她将为孩子们开展的活动。

Amaranta Sandys自2013年起担任移动艺术学院的创意总监。她毕业于墨西哥城陶瓷学院，现为混合媒体艺术家和教学艺术家。



# 在我们的社区诊所 感受家的温暖。

它不仅仅是医院和诊所。它将了解您家庭的各种需求并及时提供帮助。  
它甚至熟知您的名字。帮助您的孩子及读大学的青少年健康快乐的长大。  
它通过共同打造健康的社区让您的生活更加轻松惬意。

## SWEDISH ISSAQUAH

751 NE Blakely Drive  
Issaquah, WA 98029  
425-313-4000

[www.swedish.org/issaquah-kids](http://www.swedish.org/issaquah-kids)



## 与您孩子的老师和学校进行交流

作者: LORNA GILMOUR  
EEquity and Family Partnerships专家

我小时候上学的时候，我的妈妈从不打电话或跟老师交流。在印度，给老师打电话或联系老师并不是学校规范或文化习惯的一部分，特别是由家长主动做这件事。虽然在许多国家，父母不直接联系教师可能是常态，但在美国，父母必须与学校保持良好的沟通。

学校在家长教师会议和课程之夜等多项活动中邀请家长与教师进行交流。此外，如果父母对孩子的学业，社交或情感健康有任何疑问或担忧，他们也可以在这些活动之外召开家长教师会议。

在这些会议和对话中，清楚地了解孩子学业状况至关重要。家长应该询问有关孩子的进步以及他们如何更好地支持孩子们在学业，社交或情感方面的发展。在美国，人们期望父母是对话的积极参与者，而不仅仅是信息的接收者。有时，家庭需要代表孩子与学校员工进行交流或发起提倡。仅仅作为参加者和倾听者是远远不够的。

**学校可以使用语言  
专线等电话口译服务，  
以240种语言进行交流。**

对于不熟悉或完全不会说英语的家庭，可以使用语言支持服务。学校可以使用语言专线等电话口译服务，以240种语言进行交流。这些翻译服务供家庭免费使用。它可以帮助家长快速地通过电话与学校取得联系，并对其保密。学生或儿童，家庭成员及朋友无需具有与学校用英文沟通的能力。如果语言是家长与学校沟通的障碍，他们可以申请翻译服务。

对于预先安排的学校家长会议，家长也可以请求面对面的翻译。尤其是某些讨论您孩子学业，行为，出勤或纪律问题等重要信息的会议。

如果您想了解有关如何通过电话或现场口译员获取语言支持的更多信息，请联系Issaquah学区的家庭合作联络员之一。

5

### 出席系统更新



当学生缺席时，  
Issaquah学区会使用新系统  
向家长发出电话提示。

今年，将根据Family Access中的主要  
联系信息发送电话信息和电子邮件。



拨打电话只会提醒家长  
他们的孩子无故缺席了。这些电子邮件将包含有关中学二年级学生的缺课信息。

# 开学前几个月

在假期过后，重回学校的前几个月里，学生们将会熟悉他们的老师以及学校其他所有员工。为了方便您了解每天为孩子们在学校做出贡献的教育工作者的信息。每个学校的网站上都有他们工作人员的名单，请与您的孩子们一起查阅，以便他/她可以告诉您，他/她了解的对象。

向您的孩子询问图书管理员，辅导员，音乐和体育老师。您的孩子也可能正在与一些特殊专家合作，例如Reading Club, SAGE或ELL老师。确保您经常查看电子邮件，因为这是大多数教师与家长沟通的方式。

支持助理人员对您孩子的照顾也非常重要。到学年结束时，您会惊讶于保管人，厨房工人，技术专家和专业人士中有多少人知道您孩子的名字：

当然，您也要熟知办公室里的每个人：校长，助理校长，秘书，注册员和护士。这群人每天都在努力使学校成为一个热情，能够为孩子们提供支持，让孩子们蓬勃发展的地方。在您孩子的生活中，了解所有这些重要人物的最佳方式就是通过志愿者服务。

志愿者有很多机会。您如何选择最适合自己的呢？如果您在白天工作，下午活动是一个很好的选择。请通过您学校的PTSA网站寻找机会。如果您希望在白天做志愿者，您可以在孩子的课堂上或在上学期间由PTSA开设的课程中提供服务。参与孩子的教育是改善学校表现的有效方法。



## 家长是最好的老师

作为父母，我们如何帮助孩子们在升入幼儿园的前几个月更好地适应？

“我们所有的幼儿园老师都希望家长能够了解，学校是非常注重社交情感技能。许多家长更关心学生学业上的成功，但幼儿园学习的一个关键部分，是学习如何认知个人情绪，然后对他们进行调节，以及学习如何与他人成为朋友，与他人相处并成为学区的一份子！”

学习学校的规矩守则也很重要，比如在学校食堂吃午餐的原则。我们希望父母在家里培养孩子像在学校一样的规矩吃午餐。让孩子自己打开他们的午餐盒和每个容器，并将盖子放回原处，最后将它们全部收回！”

Paradise Stewart  
Sunset小学幼儿园老师

## 来自父母们的心声

当您的孩子准备开始上幼儿园，您最希望了解的信息是什么？

“每个孩子都有自己学习的节奏。我记得我儿子在上幼儿园的前几个月还不能使用剪刀，而我为此几个星期都睡不着觉！”

“我希望能够了解学区提供的所有帮助，比如Section 504。我曾经非常担心，我女儿的视力状况会妨碍她在学校取得成功。但老师帮助她解决了很多相关问题，例如阅读大字体的书籍和没有多重选项的测试。她都做得很棒！”

“如今我的孩子已经升入高中，我希望更多的父母能够从幼儿园开始就有机会了解更多的信息！”

“PTSA为我们的学校带来更多的多样性，参加PTSA是很有趣的。”

“时光如梭！”

## 书展

如果您在学校图书馆看到北极熊、企鹅和其他动物，请不要感到惊讶。我们学区的大多数小学（和中学）将在今年秋季举办书展，主题是北极。

每所学校的PTSA与Scholastic出版公司合作，向学校社区提供此活动。这个想法就是在学校图书馆里开设一家商店，这样父母就可以为他们的孩子以及孩子们的教室购买书籍。



您可以使用现金或信用卡付款。您会惊讶那些精挑细选的书籍。他们都是孩子们喜欢的，价格也非常棒。教师会制作清单，方便父母向孩子的教室捐赠书籍。对于孩子来说，将一本书捐给他们的老师，并将其保存在那里是非常特别的。

您是否知道教室里的所有书籍都来自老师而不是学校提供的？这些书展可以帮助他们更新自己教室图书馆的书籍储存情况。这对刚刚开始职业生涯的教师来说尤为重要。

此外，此活动的收益将用于支持学校图书馆的建设。每年，这次活动结束后，图书馆员都会获得现金和Scholastics Dollars所订购的新书，以便在他们的书架上摆放更多有趣的新故事和有趣的非小说类书籍。

许多家长利用此活动将书籍作为即将到来的冬季假期的礼物。不要错过这难得的阅读机会。加入学校社区，探索最新的书籍。请查看12页的日历，了解您学校PTSA所策划的书展的日期。如果这个活动被安排在1月中旬之后，那么您会发现学校图书馆中的毛绒玩具变成了老虎和大象，而不是北极熊和企鹅，因为学校会更换每个季节的主题，以保证活动对孩子们来说既有趣又令人兴奋。

## 学生辅导员

我们学区的每所小学都设有学生会；这些被选举出来的学生将与教师委员会合作。这些学生为同学们发表意见。该组织还会计划很多有助于学校精神和整体士气的活动，如善良周等活动。有时，也会组织社区服务活动。

有些学校会为孩子们分配角色，如主席，副主席，秘书等。学生们可以通过投票选出自己的职位，也可以由老师进行分配。其他学校则只选出成员，然后与指导老师合作，没有明确的职位分配。

作为学生领袖的这些孩子，必须做到尊重他人，做事准时，并为他人树立良好的榜样。规则和期望值因学校而异，但所有这些规则和期望值都会培养学生的领导才能。

某些学校的PTSA会赞助学生会，但如果您的孩子对成为领袖，策划活动感兴趣，或者只是想更多地参与他/她的学校活动，请联系您的老师，询问如何成为学生会的一员。参与这些活动可以增强孩子的自信心和自尊心。

### 学校午餐的相关事宜

- 同一班级的同学将一起在学校食堂用餐。
- 不允许同学之间共享午餐
- 午餐时间为20分钟。
- 如果您选择从家里自带午餐，请确保您的孩子在没有帮助的情况下，知道如何打开所有的容器并正常用餐。
- 大部分孩子会选择从家里自带午餐，但会在学校食堂购买牛奶。牛奶的价格为每瓶0.50美元。
- 所有小学的午餐费用均为3.75美元，其中包括牛奶和沙拉吧
- 可通过以下网址获取学校菜单：<https://www.issaquah.wednet.edu/family/lunch>。
- 每名学生都有相应的午餐号码来购买食物：<https://www.issaquah.wednet.edu/family/MySchoolBucks>。
- 您可以在学年期间的任何时间在线获得经济援助：  
<https://www.issaquah.wednet.edu/district/departments/operations/foodservice>。

# 学生技能

作者 CAROLINE FREIDENFELT  
Pacific Cascade中学教师

父母总是想知道如何在家里支持他们孩子的学习。以下是我在过去十年中，在Pacific Cascade教授学习时所积累的经验 and 技巧。

**为您孩子建立合适的文件夹系统：**我最喜欢的是不超过1英寸的活页夹。每门课都有标记好并带口袋的塑料隔板。需要上交或完成的文件会被放在相应的口袋里。它容量较小，因此学生们必须每周进行一次清理并将旧文件放在家里的盒子里，直到学年结束。

**为您的孩子建立适合的规划系统：**这可以是学校售卖的纸质规划册，也可以是电子产品。它可以每月或每周为时间单位进行规划。父母可以在家里为他们建立模范榜样。将此成为习惯需要两个月的时间。尽量鼓励学生们学习如何管理时间，这是学习的关键部分。

**不要过分强调成绩：**让学生每周只在网上检查一次成绩。为他们庆祝成功，并帮助学生集思广益。如果他们的成绩有所下滑，您该怎么做。中学是学生学习如何为自己表达意见的时期。鼓励学生自己给老师发邮件或与老师进行沟通。您可以在过程中指导他们，并在需要帮助时及时介入。

**为他们庆祝成功，  
并帮助学生集思广益。  
如果他们的成绩有所下滑，  
您该怎么做。**

**将手机收走：**当他们需要静下心来学习时，请将这些设备放在另一个房间。我们总以为自己可以一心多用，但研究表明事实恰恰相反。

8

**系统地复习整个单元：**不要等到考试前一天才抓紧学习。学生应该不断复习他们对整个单元内容的理解。如果他们在测验或作业上的表现不佳，他们应该在整理的过程中重新认识并理解这些知识点，以便为测试提前做好准备。请尽量多使用教师提供的学习指南和材料。

**向老师寻求帮助：**老师们最喜欢的工作是帮助学生取得成功。我们真的很想帮忙，所以鼓励您的孩子及时向老师寻求帮助。教师可以为他们提供优秀的学习资源，通过测验帮助他们找到知识的空白，如果学生们难以应付，老师会将知识点分解，逐步帮助学生们领会等等。



**充分利用学校资源：**学校提供学习用品，有辅导员，心理健康顾问，VOICE导师，同伴辅导员等为您的孩子服务。我们希望所有学生都能取得成功。

**出席：**如果您的孩子经常缺席，那么他/她很难跟上六门课程的进度。如果您的孩子必须待在家里，他们应查阅教师网站，确保自己没有错过太多的课上内容。学生应该按时出席并充分利用上课的时间。



# 成为领袖

您是否知道我们的学生在社区中有很多成为领袖的机会？这些团体组织的活动不仅有趣，也是与其他学校的孩子交流沟通的好方法。通过这些活动，学生可以完成社区服务时间，并使他们的大学简历看起来更精彩！

以下为您提供了一系列很棒的选择：

## Issaquah市Youth Advisory Board

Issaquah市一直提倡，青年不仅是未来的领导者，而且也应成为今天为社会作出贡献的良好公民。该委员会的目的是创建和鼓励青年领导者的服务机会，发展领导技能，突出青年思想和意见，并能将Issaquah学区的学生团结起来。欲了解更多相关信息，请发送电子邮件至Lisa Echert：LYAB@issaquahwa.gov。

## Newcastle市Youth Community Engagement

时间：周三10月16日，11月20日和12月18日。地点：Newcastle图书馆：12901 Newcastle Way  
欢迎中学生和高中生参加！帮助Newcastle图书馆和Newcastle市设计制定您想要查看的计划，服务和活动。活动还将提供零食供您享用。

## Sammamish市 Youth Board

Sammamish Youth Board (SYB) 的使命是将青年，成年人和政府团结起来，建立一种促进平等和相互尊重的关系，并创造一个能够建立更强大独一无二的社区活动。欢迎并鼓励当地的中学生和高中生参加会议和SYB赞助的活动。SYB在学年期间每月召开例会。会议通常在下午6:30举行。本月的会议将在第三个周三，Sammamish市政厅举行。

## Issaquah Schools Foundation Student Trustee

Issaquah学校基金会受托人在基金会董事会上代表学生的声音。他们的职责是帮助确定使命并完成目标，程序和法规；提高高中生对基金会工作的认识，并在高中毕业后继续成为基金会与其毕业班之间的联系。欲了解更多信息，请发送电子邮件至：info@isfdn.org。

## Alianza Youth Leadership 项目计划

这是一个青年领导者们的集体运动，将领导者联系起来，释放他们的领导潜力，并为他们的社区带来变革。通过社区组织和培训，Alianza的目的是通过为他们提供平台和资源来建立拉丁美洲青年的领导力。如果您孩子的年龄在16-25岁之间，我们期待他/她的参加！通过社区和公民参与的项目，与其他社区青年领袖会面。解决影响华盛顿州拉丁裔社区的最紧迫问题，包括环境，气候及司法公正等等。请联系Civic Engagement & Advocacy协调员Salvador Salazar，邮件地址：salvador@latinocommunityfund.org。

## Highland青年顾问委员会

Highland青年顾问委员会（HY委员会）的使命是通过有意义和有趣的社交体验将Issaquah Highlands青年团结在一起，创造美好而深远的记忆并为我们的社区居民建立自豪感。请您在日历上标记下可以申请2020年HY董事会职位的日期。申请将于4月提交，截止日期为2020年5月1日。欲了解更多信息，请致电425-507-1107与相关人员取得联系。



ISSAQUAH高地  
I-90高速公路18出口

# 最佳去处

+ 购物, 餐饮, 服务



## 传统四年制学院的替代方案

学区与Issaquah商会合作举办的伟大职业讲座将向学生介绍典型的四年高中教育之外的职业指导。来自不同领域的佼佼者向10至12年级的学生进行演讲及分组会议讨论，使他们可以通过证书或两年的学位申请未来的工作。

去年，来自Issaquah, Skyline, Liberty和Gibson EK高中的170多名高中生参加了此次活动。上午，学生们与来自Issaquah及周边地区的20名专业人士会面，他们向学生们讲述了不同的需要少于四年的学位证书或只需要证书就可以从事的职业道路。最重要的是，学生们有机会与15所提供四年以下学位或证书，以及标准的四年制学位制度的大学的工作人员会面并了解具体详情。

这一活动极大的影响了很多高中生。来自Gibson Ek高中的Kaitlin说“我想要了解更多关于我所追求职业的超级酷感，感谢您举办此次活动。”

确保您的学生将今年活动的日期记录下来！伟大的职业发展会议将于12月13日在BellevueCollege举行。学区会为参加活动的学生提供接送和午餐服务！

### 服装壁橱

您知道吗？每所高中都会为学生提供全新或简单使用过或穿过的物品及衣物？与您学生的辅导员交流或到学校前台询问。Issaquah食品和服装银行还为学生提供服装，请查阅以下网址：

<https://issaquahfoodbank.org/>。

### 陷入危机了吗？请发送短信至741741

帮您解决重大问题的简单资源。问题：每年，6500万美国人经历着精神疾病的折磨。他们默默地与抑郁，焦虑，饮食失调，欺凌，自杀等疾病斗争。

Crisis Text 服务为陷入危机的人们提供七天24小时的免费支持。请查阅以下网站[www.crisistextline.org](http://www.crisistextline.org)，获取更多相关信息。



235 First Avenue SE  
Downtown Issaquah  
[kaylee@issaquahteencafe.org](mailto:kaylee@issaquahteencafe.org)

营业时间：周一至周五  
下午3:00-7:00  
仅限9至12年级学生  
(需要年龄证明)

车库，青少年咖啡馆很高兴将迎来他们的一周年纪念日！在过去的12个月里，The Garage已经接待了近400名学生。以下是学生们对车库咖啡馆的看法：

“每名学生会想要去一个安全又舒适的地方，这就是车库。无论性别，性取向或任何其他身份，我都不必担心自己不被接受。车库感觉就像家一样。”

Gibson Ek高中学生M. Haynes

我个人很喜欢车库，因为它为我们提供了一个安全的，面向社区的空间，供青少年休闲，并在此得到我们可能无法在其他地方访问到的资源。”

Issaquah高中学生Medha Vadlamudi

为什么选择车库？

- 与你的老朋友在这里共度时光或结交新朋友。
- 享用免费咖啡，或得到一些家庭作业辅导。
- 玩视频游戏或一些很酷的棋盘游戏。
- 享受音乐的同时了解社区资源。
- 创建或加入俱乐部，并举办庆祝活动。

请记住，如果您是Issaquah学区9至12年级的学生，车库将是您很好的选择，尽情地享受它！

# 小学

## 所有小学

10月14日: 教师工作日, 学校放假  
 11月11日: 退伍军人纪念日, 学校放假  
 11月28-29日: 感恩节, 学校放假  
 12月4-5日: 小学教师家长见面会  
 12月23日-1月3日: 第一个寒假, 学校放假

## Apollo 小学

10月2-15日: Rocket Fuel 筹款活动  
 10月21日: Missoula Children's Theater试镜  
 10月21日: Missoula Children's Theater 表演  
 10月28日: Reflections 起始日  
 11月7-8日: 视力与听力测试  
 11月15日: Reflections接待日  
 11月18日 - 12月2日: 假日玩具活动  
 12月9-13日: Scholastic 书展  
 12月13日: 由爸爸支持的家庭晚宴和Bingo之夜  
 12月14日: 数学锦标赛

## Briarwood 小学

10月2日: Orange Ruler上交日  
 10月4日, 25日: 爆米花日  
 10月7日: Orange Ruler趣味 跑步活动  
 10月17-18日: 照相日  
 10月18日: 家庭电影之夜  
 11月8日, 22日: 爆米花日  
 11月18-22日: 书展  
 11月19日: 教职工工感谢午餐  
 11月22日: Pizza Bingo日  
 12月6日, 20日: 爆米花日  
 12月12日: 图书交换日  
 12月13日: 在SnoKing举办的滑冰夜活动

## Cascade Ridge 小学

10月10日: 教职工工感谢午餐  
 10月11日, 早9:15: 与校长Tia交流  
 10月11日, 晚6:30: 家庭电影之夜  
 10月25日, 早11:00: PTSA 联谊会  
 11月1日: 爆米花日  
 11月5-7日: 书展  
 11月6日, 晚6: Reflection 接待日  
 11月12-15日: 善良周  
 12月2-6日: 假日礼品仓库的收集活动  
 12月6日: 爆米花日  
 12月11日: 选取艺术和手工商品  
 12月13日: 教职工工假日 Coffee/Tea Bar  
 12月17日, 晚6:30: 5年级学生音乐会

## Challenger 小学

11月6日: Reflections 接待日  
 11月12日, 晚7:00: PTA会议  
 11月15日: Bingo之夜

## Clark 小学

10月4日: 爆米花日  
 10月7日: 教职工工感谢午餐  
 10月18日: 与孩子们一起午休  
 10月25日: Bingo之夜  
 11月1日: 爆米花日  
 11月12-27日: Pickering Barn活动  
 11月14日: 与校长Christy享用咖啡  
 11月15日: 与孩子们一起午休  
 11月25日: 教职工工感谢午餐  
 12月6日: 姜饼屋之夜  
 12月20日: 与孩子们一起午休

## Cougar Ridge 小学

10月17日: 幼儿园装饰南瓜之夜  
 10月25日: Spooky Spaghetti 之夜  
 11月4-8日: 书展  
 11月7日: 家庭电影之夜  
 12月3日: 家庭披萨Bingo之夜

## Creekside 小学

10月4-11日: Hawk-a-thon筹款活动  
 10月25日: Halloween Bash  
 11月14日: Reflections Award接待日  
 12月2-6日: Scholastic 书展

## Discovery 小学

10月1-5日: School Spirit 周  
 10月14-31日: 秋季 筹款活动  
 10月23日: Spooky Spaghetti 活动  
 11月13日: 多元文化之夜  
 11月21日: 听力与视力测试

## Endeavour 小学

10月4日: Jag-A-Thon  
 10月30日: Spooky Spaghetti活动  
 10月4-6日: 书展  
 11月5日: 听力与视力测试  
 12月4-5日: 书展

## Grand Ridge 小学

10月2日: Grizzly 趣味跑步活动  
 10月4日: 爆米花日  
 10月16日, 早7:45: 与校长Jill交流  
 10月23日, 晚6:00: Falloween活动  
 11月1日: 爆米花日  
 11月4-5日: 视力与听力测试  
 11月19日: PTSA 会议  
 12月3-6日: Scholastic书展  
 12月13日: 爆米花日

## Issaquah Valley 小学

10月9日: Fun Run 捐款截止日期  
 10月11日: 趣味跑步活动  
 10月25日: Trunk or Treat活动  
 11月2日: Goodwill 装满卡车活动  
 11月5-8日: 秋季书展  
 11月14-15日: 视力与听力测试  
 11月14日: Reflections/Hands on 艺术活动  
 12月6日: 家庭电影之夜  
 12月12日: Holiday /Cougar 唱诗班

## Maple Hills 小学

10月4日, 早8:30: 与爸爸共享甜甜圈  
 10月10日: Author活动  
 10月11日: 秋季舞会  
 10月25日: 爆米花日  
 11月8日: 老兵节集会  
 11月14日: Eagle 读者俱乐部  
 11月15日: 爆米花日  
 11月18-22日: 秋季书展  
 12月6日: 爆米花日  
 12月12日: Eagle 读者俱乐部  
 12月20日: 假日Sing-Along

## Newcastle 小学

10-11日: 视力与听力测试  
 10月16日: 幼儿园妈妈休闲之夜  
 11月5日: 照片补照日

## Sunny Hills 小学

10月15日: 照相日  
 10月9-19日: Box Tops 筹款活动  
 10月17日: 家庭书展之夜  
 10月15-19日: Scholastic 书展  
 10月24日: 视力与听力测试  
 10月24日: Spooky Spaghetti 活动  
 10月25日-11月18日: 感恩节食品捐赠活动  
 11月21日: Spelling Bee, 班级竞赛  
 12月3日: Ellipsis 数学竞赛  
 12月11日: Spelling Bee, 学校竞赛  
 12月12日: 唱诗班音乐会

## Sunset 小学

9月30日 - 10月4日: 书展  
 10月1日: Eager 读者活动起始日  
 10月4日: 家长参与课休  
 10月25日: Spooky Spaghetti 活动  
 10月31日: Eager Reader Tally截止日期  
 11月8日: 老兵节集会  
 12月6日: 家长参与课休

## 在家长教师会议上与教师进行沟通

时间: 11月6日下午6:30 - 8:30

家长教师会议是讨论孩子在学校取得进步, 讨论学生未来计划以及在必要时找到学业上或行为问题解决方案的重要机会。此活动将提供一些宝贵的建议, 并在您准备会议时为您提供一些资源。您还将有机会在12月5日和6日的家庭访问中注册或了解会议注册信息。欢迎所有小学的家人们参加。有关具体会议地点, 请查看学区网站。

<https://www.issaquah.wednet.edu/family/cultural-and-family-partnerships>

## 对父母的建议:

- 当学校或老师向您发送提醒时, 请预约家庭访问 (通常在11月)。
- 与老师预约非公开的私人会议。
- 参加会议, 准备一份关于您孩子学业, 社交或情感健康的问题清单。
- 询问老师如何帮助孩子在家的教育问题。
- 如果需要确保您与老师之间能有有效的沟通, 您可以请求翻译。请记住, 学校可以免费为家长提供口译服务。
- 每次会议时间长达20分钟, 请您准时到达。

# 中学和高中

## Beaver Lake 中学

10月 11日: Coin 活动  
 10月 18日: Spirit 日, 穿Pink服装  
 10月 31日: Spirit 日, 万圣节  
 11月 8日: 老兵节集会  
 11月 19日: 秋季乐队音乐会  
 12月 2-4日: 音乐剧试镜  
 12月 5日: 冬季唱诗班音乐会  
 12月13日: 冬季唱诗班集会

## Issaquah 小学

10月 17日: 合唱团音乐会  
 10月 28日: 七年级视力与听力测试  
 11月21日: 乐团音乐会  
 11月22日: Spirit日  
 11月 25日: 乐队音乐会  
 11月 27日: 学校派对  
 12月 3日: 乐团和乐队音乐会的起始日  
 12月 5日: 合唱团音乐会  
 12月 5日: 八年级学生照相日  
 12月 20日: Spirit日

## Maywood 中学

10月 11日: 七年级学生滑冰之夜  
 10月 24日: 教职工感谢午餐  
 10月 29日: 视力与听力测试  
 11月12-15日: 秋季书展  
 12月 4日: 在 Liberty高中举行的乐队音乐会  
 12月12日: 教职工感谢饼干互换活动

## Pacific Cascade 中学

10月 25日: Reflections Entries 截止日  
 11月 7日: 秋季乐队音乐会  
 11月 14日: 乐团音乐会  
 12月 6日: 教师感谢午餐  
 12月 9日: 乐团/乐队/唱诗班/集会  
 12月 9日: 高级乐队和爵士乐队音乐会

## Pine Lake 中学

11月 8日: 八年级乐团学生老兵节集会  
 11月 21日: 秋季乐团音乐会  
 12月 3日: 冬季唱诗班音乐会  
 12月 20日: 冬季八年级学生乐团集会

## Skyline 高中

10月 2日, 早 8:00: 和Keith共享咖啡

## Issaquah 高中

10月 8日: 大学与职业介绍之夜

## Liberty 高中

10月 12日: 2020 级晚餐拍卖  
 10月 12日: Textile Drive 唱诗班筹款活动  
 10月 25日: Homecoming橄榄球游戏  
 10月 26日: Homecoming舞会

## Gibson 高中

10月14日, 晚7:00 : PTA 会议



10月3至 12日, 多个活动地点。

西雅图拉丁美洲电影节艺术和文化活动  
 向全球展示拉美裔国内和国际电影,  
 以及每年来自不同国家的特色精选电影。欲了解更多  
 相关信息, 请访问: slff.org。

## PARENT WISER

您是否错过了ParentWiser的家长教育讲座? 如果是这样, 请别担心! 我们出色的学生和家家长志愿者已经为会议做了详细的记录, 并会为Issaquah学区PTA成员提供重播服务。您可以在以下网址, 找到更多相关信息:

<https://www.parentwiser.org/watch-online>。

## 牙科车

您是否需要免费牙齿护理? 如果是这样, 请发送邮件给Issaquah Food Bank的Rebecca Rice, 邮件地址: [Rebecca@issaquahfoodbank.org](mailto:Rebecca@issaquahfoodbank.org)。她会将您的名字添加到候选名单里。

## 我们学生的健康

请注意, 华盛顿州法有关疫苗的接种发生了重大改变。自2019年7月28日起, 家庭将无法获得麻疹, 腮腺炎和风疹 (MMR) 疫苗接种的个人或哲学意义上的豁免。该法适用于华盛顿州的所有公立和私立学校以及有执照的托儿所。如果学生过去曾获得个人或哲学意义上的豁免, 我们现在要求他们必须在2019年9月4日的学校开学第一天之前获得医疗保健提供者的MMR免疫记录作为入学条件。新法律不影响宗教或医疗豁免。

所有K-12年级学生, 都需要接受两剂MMR的注射。这两种剂量必须至少间隔28天。当您的孩子接种第一次MMR疫苗时, 请让您的学校护士知道其发生的日期以及第二次给药的日期。我们现在正在通知所有家庭在开学第一天之前利用足够的时间来满足新免疫的要求。

更多信息可以在华盛顿州卫生部豁免法律变更网页上[www.doh.wa.gov/mmrexemption](http://www.doh.wa.gov/mmrexemption)找到, 包括常见问题解答。如果您有任何疑问, 也欢迎并鼓励您联系您的学校护士。

## Theres Gekeler, Grand Ridge小学图书管理员



**文化桥梁 (CB):** 请向我们介绍一下您的职位和日常工作情况?

**Theresa Gekeler (TG):** 作为学校图书管理员, 我的大部分时间都花在为学生们教授图书馆的课程上。在我们Grand Ridge小学, 一年级和二年级学生每周会有30分钟的图书馆课。三到五年级的学生每隔一周有一小时的图书馆课。在上课期间, 我会与大家分享一些故事。其他时间, 学生们会了解图书馆, 互联网安全, 数据库, 研究技术方面的知识。我会在课前花一些时间做课程规划。课上, 我会为他们推荐适合的书籍, 帮助学生们阅读并将某些书借回家看。我会查看期刊和各种书籍资源, 确保将更多的书籍收藏到我们学校图书馆。我会与工作人员和家长就图书馆的新功能进行沟通, 并维护图书馆网站。我为教职员工收集教学材料。我会花费时间为志愿者进行培训。我会策划一些阅读和庆祝活动。当然, 我非常喜欢阅读这些为孩子们准备的书籍!

14 **CB: 您为什么选择成为一名图书管理员?**

**TG:** 我作为一名教师工作了20年。直到有一天, 我遇到了一位老同事, 他告诉我自己在另一个区做图书管理员。那次谈话后, 我感触颇深! 虽然我一直很喜欢老师的工作, 但当我还是一个小女孩时, 我曾想成为一名教师和一名图书管理员。那天下午, 我立即上网调查大学图书馆媒体认证。第二年夏天, 我开始学习必要的课程, 将图书馆媒体认证添加到我的教育证书中。我喜欢教学并帮助学生。但作为图书管理员, 我也能够帮助其他教师员工。我能够专注于文学和研究技能, 同时与学生分享我对书籍的见解!

**CB: 您对在Issaquah学区的学生家长有什么建议?**

**TG:** Issaquah学区是一个支持图书馆项目计划的学区。我们学区的图书馆收藏了很多精美的图书。图书管理员为您的孩子和您提供了宝贵的资源。图书管员可以推荐图书, 在线资源和数据。我建议您加入学校的志愿者活动。您也有很多机会为图书馆做志愿服务! 是的, 志愿服务可以帮助学校, 同时也是了解学校及他人的好方法。

**CB: 请向我们介绍一下您的个人情况**

**TG:** 我在业余时间, 喜欢和我的丈夫及两只猫共度时光。他们让我在阅读和观看海鹰队比赛的同时也能享受快乐。我也喜欢和朋友们在一起。当有空时, 我喜欢做饭。我喜欢购物, 散步和打高尔夫球。今年夏天, 我种了西红柿和一些美丽的鲜花。我喜欢旅行 - 今年夏天我去密歇根州看望了姐姐和一些朋友。我期待去新的地方探索



# 了解您的老师!

作者: GARY ARTHUR  
Issaquah教育协会主席

教师和专家们希望您的孩子能在学校获得积极且富有成效的经验, 所以我们将与父母之间的合作至关重要。

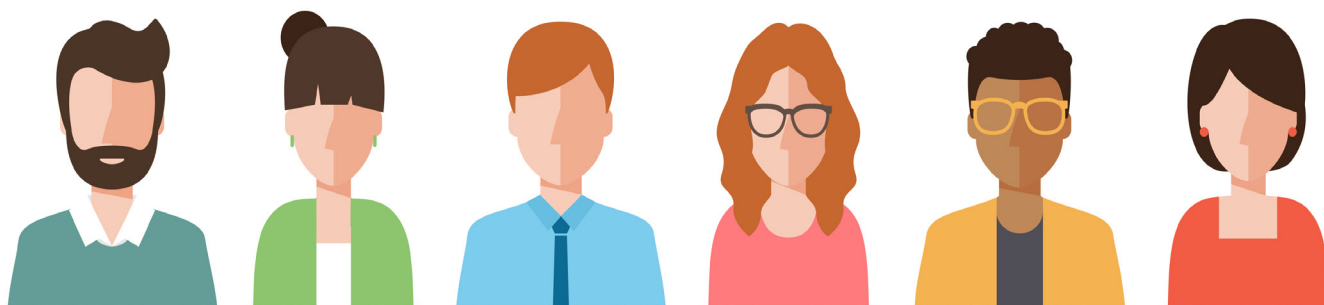
有一个有趣的模块描述了老师的大脑就好像一个打开了2,897个标签的网络浏览器。您孩子老师的注意力需要集中在满足学生需求, 解决课程问题, 学习任务和课堂管理策略上, 从而保证学生在积极的环境中学习。不过, 通过与您直接的沟通, 有关您孩子的信息, 对我们很重要。下面我提供一些关于如何以及何时与您孩子的老师进行沟通的一些想法。

开学前一天, 每所小学都有一小时的“与老师会面”的时间。您可以充分利用这段时间将您的孩子介绍给他或她的新老师, 熟悉新的教室, 摆放好学习用品, 并帮助您的孩子了解老师的在新学期对他们的期望。我希望您参加这次重要的活动, 但如果您必须缺席, 也不要过分担心。因为您还有与老师见面的其他机会和场合。

所有Issaquah学区的学校都将举办“课程之夜”。通过这个机会, 您可以了解老师的学习目标和新学期的期望。您也可以询问相关科目的具体问题, 但是您孩子的老师将无法花费大量时间与您详细讨论个人问题与需求。该会议是公开的, 不是一对一的私人会议。如有必要, 请利用此机会获取老师的联系信息, 并让他或她知道您可能需要一些单独的时间进行交流。

最后, 学校还会有针对小学生家长与教师的会议。老师会在特定时间内询问有关您孩子的进步和面临的挑战问题。这是一个讨论孩子进步的私人会议。我们建议您提前写下您的问题, 为此次会议做好充足的准备。您是自己孩子的专家, 而他或她的老师是教授学生一学年知识的专家。我们都要重视并抱着帮助孩子的观点来协助孩子们在学校取得成功。

定期查看我们学校及教师的网站, 了解我们的评分机制, 记录关键日期以及掌握如何在有需要时获得帮助。



## Issaquah

### 探索太极拳的奥秘

时间：10月6日，13日，20日，27日，周日，  
下午4:00-5:00。

Issaquah图书馆, 10 W Sunset Way

了解被称为移动冥想的太极拳形式，与教练Richard师父一起锻炼和放松自己。Richard师父从十几岁开始，几十年来一直在练习这种美丽的武术形式。学习太极拳的基本知识（姿势，步数，手足位置，动作，身心协调等）。这种古老的中国武术通过缓慢而流畅的动作来锻炼身体。请在www.kcls.org在线注册或致电425-392-5430进行注册。

### 死亡庆祝日

11月1日，下午6:30-8:30

Blakely Hall地址：2550 NE Park Dr, Issaquah, WA 98029

如果要向已故的亲戚，社区领袖甚至已故的宠物致敬，请携带照片和信件到社区祭坛。我们为各个年龄段的孩子们提供活动。该活动是免费的。您可以在现场通过食品卡车购买食物。

### 死亡庆祝日

11月2日，下午5:30-8:30

Issaquah Depot博物馆

家庭庆典：工艺品，食品，音乐和皮纳塔。如果您想参加此活动，请发送电子邮件至：latinoclubofissaquah@gmail.com。欢迎大家踊跃参加！



## Sammamish

### 印度文化节, Namaste India

时间：10月5日周六，下午12:00-6:00

地址：市政厅, Sammamish Commons Plaza,  
801 228th Ave SE

Sammamish市和Vedic文化中心合作举办这个融入了印度艺术和文化主题的丰富活动。为当地，社区和国际友人提供娱乐，并展示各种古典和民间舞蹈。活动为所有年龄段的人提供各种各样的活动，包括花曼陀罗和花环制作，脸部彩绘，指甲花等。还会为您提供免费的素食餐车！欲了解更多信息，请访问www.facebook.com/VCCFestivals



## 与Rover一起阅读

时间：10月10日，11月14日，12月12日，周四，  
下午6:30-7:30

地址：市政厅, Sammamish Commons Plaza,  
801 228th Ave SE

通过在温馨的环境中大声地与治疗犬Rover一起朗读，培养阅读技巧和自信心。与Rover一起阅读是一项与大西雅图地区的学校和图书馆合作举办的基础扫盲计划。

活动适合6岁以上的儿童和成年人。

请不要带弟弟妹妹。

## Dawali球

• 时间：10月12日，周六，下午2:00-8:00  
Bellevue社区中心

• 时间：10月12日，周六，下午12:00-7:00  
Bellevue市Residence Inn酒店

• 时间：10月12日和13日，周六，上午11:00-7:00  
Bellevue市Courtyard by Marriot

## Very Merry Sammamish

时间：2019年12月6日周五，下午5:00-7:30

地址：市政厅的Sammamish Commons Plaza,  
801 228th Ave SE

这个有趣的家庭活动日将为您拉开假日季节的序幕。活动为您提供宠物动物园，脸部彩绘，手工艺品，现场娱乐表演和各种美食。这是一次向公众开放的免费活动。您可以在现场购买食物。活动的特邀嘉宾（圣诞老人，冰雪公主，冰雪女王和驯鹿卡车）也将在现场与您拍照！



## Newcastle

### 制作贺卡

时间：12月7日，周六，上午10:30-12:00

Newcastle图书馆, 12901 Newcastle Way

使用独特的材料制作贺卡，包括乐谱，字典，冬季书籍，杂志和剪贴簿纸。在课程期间，您最多可以制作五张贺卡，并回家了解如何使用家中的材料进行制作。活动适合10岁的儿童或成人。由艺术家Emily Mallory主讲。活动只有25个名额，先到先得。



## Renton

### 我们的生意!

#### 赋予拉美裔小型企业和企业家权力

时间: 10月12日, 周六, 下午12:30-3:30

地点: Renton图书馆, 2801 NE 10th Street

快来加入我们吧! 您将听到拉丁裔社区企业家的成功故事, 其他拉丁裔人如何开始并发展自己的业务。您将获得有关如何开始或发展自己业务的宝贵意见和建议, 并且您也可以在此分享您的产品和服务信息。

活动将提供儿童活动, 茶点, 音乐娱乐和抽奖活动。这是向公众开放的免费活动, 热烈欢迎大家的参与。

#### 用金属压花制作糖质头骨

时间: 10月22日, 周二, 下午4:30-6:00

Renton图书馆, 100 Mill Avenue South

墨西哥家庭通常采用锡装饰品来庆祝死亡日。学习使用不同金属(如黄铜, 铜和铝)压花来设计。活动将提供所有用品。

#### 卡车或糖果

时间: 10月25日, 周五, 下午6-7:30

地点: Renton社区中心, 1715 Maple Valley Highway

10岁及以下的女孩和男孩将在各式各样的车辆上享受“卡车或糖果”的活动, 如Stoneway混凝土水泥搅拌车, Seafair Clowns巴士, 古董消防车, 警车, Renton市的工程卡车等等!

今年新推出的项目是与Strolling characters一起照相。这一定会是一个充满各种喇叭声与小丑表扬的精彩活动。



## 姜饼屋比赛之战

时间: 12月19日, 周四, 下午4:30-5:30

Renton图书馆, 100 Mill Avenue South

欢迎您参加制作姜饼屋的比赛。活动会提供食品, 用品和奖品。注册时间为11月18日, 周一, 上午10点。您可以通过以下网址www.kcls.org进行注册或致电425-226-6043进行注册, 欢迎3至12年级的学生参加。

#### 2019年引人入胜的女性节

时间: 11月24日, 下午12:00-7:00

Renton凯悦酒店, 地址:

1053 Lake Washington Blvd North

一个来庆祝女性美丽, 智慧, 勇气, 力量和才华的鼓舞人心的夜晚。妇女节希望所有种族, 社会地位和背景的女性欢聚一堂, 帮助她们将梦想变为现实。

快来与这些代表, 珠宝供应商, 人工制品摊位和许多国际非营利组织一起共享美食。了解这些女性领导者的魅力, 建立关系网络并在这个文化盛宴中享受美好的时光。您可以在Sulekha.com购买活动的门票。

## Seattle

### Dawali球

时间: 10月12日, 周六, 晚7:30

西雅图美术馆

一个为您提供丰富食物和饮料, 舞蹈表演, 指甲花, 算命, 跳舞等等精彩节目的活动!

#### Diwali, 印度灯节

时间: 10月26日, 周六, 下午12:00

西雅图中心

活动包括花曼陀罗, 指甲花, 纱丽摊位, 音乐, 食物等。这是面向公众的免费活动。

#### 死亡之日: 社区之夜

11月1日晚7点到9点

西雅图美术馆

通过查看受瓦哈卡传统启发的带状沙画装置来庆祝死亡日。观赏舞蹈表演, 艺术活动, 现场音乐等。

#### 死亡之日

11月2日和3日

西雅图中心

在墨西哥的死亡庆祝日, 人们会根据传统制作祭坛和特殊食物, 金盏花, 玩具和其他令人愉快的物品到墓地进行庆祝。

## 万圣节安全提示

万圣节，您会不经意看到小鬼和精灵，您的邻居将自己家装饰成令人难忘的鬼屋。司机在当晚需要特别注意穿着服装的孩子们。许多服装在晚上很难被看到，有些孩子还会佩戴能见度很低的面具。万圣节会让孩子们由于太兴奋而忘记道路守则。

- 穿着合身的服装，最好配有反光带。
- 避免使用会扭曲或妨碍视力的口罩。
- 给他们一个手电筒或发光棒。
- 提醒他们，他们在穿行时应该始终查看两侧的车道，只可在拐角处或人行横道上穿越。

## Issaquah Santa Backup项目计划： 警察的假日巡逻开始了



随着假期的到来，我们年度最繁忙的购物日也要开始了，Issaquah警察正在增加巡逻服务以避免盗窃案的发生。如果市民们的车辆和贵重物品受到不法分子和其他Scrooges的影响，警察也会提醒购物者。以下是一些可用于防止犯罪行为的简单提示：

- 每次离开时，请锁好车，即使是很短的时间。
- 请勿将贵重物品放在显眼的位置。
- 不要离开无人看管的车辆。
- 如果您需要将物品放在后备箱里，请在到达目的地前谨慎操作。
- 如果您发现某些正在车辆间窥探的可疑人物，请拨打警告电话425-837-3200。
- 您可以在整个购物季使用#SantasBackup项目计划查找警方的提示和照片。

## 环保！庆祝可持续发展的节假日

节假日是提倡绿色环保的好时机，有助于提高大家保护地球的意识，为自己和子孙后代留下更多的资源。作为奖励，绿色环保也可以节省资金并减轻压力。虽然我们在这个节假日会举行盛宴，赠送礼品和旅行，与此同时我们也消耗了大量资源并产生了大量浪费。根据美国环境保护局的数据，从感恩节到元旦，美国的生活垃圾量可增加25%。为了减低这些影响 - 以及减轻您的压力 - 我们为您提供了在这个节假日环保的提示做法。

- 提供经历而不是东西，以帮助减少货物生产和包装的浪费。
- 做好食物残渣的回收，并确保吃掉您的所有剩菜，以减少食物浪费。
- 向食品银行捐赠多余的食物，向慈善机构捐赠旧玩具。
- 更新LED高效节能灯并将旧灯回收。
- 使用再生纸或用再生纸包装礼品。
- 确保在大型庆祝活动中使用回收的的餐具。
- 在当地购物时，选择步行，骑自行车或乘坐公交车等节能方式。

## 需要法律援助吗？

如果您有需要，请不要犹豫，联系东区的法律援助组织。ELAP是一个非营利性民事法律援助组织，目的是帮助人们解决家庭，移民，破产和一般性的法律问题。同时为整个King County的家庭暴力幸存者提供法律援助。

**志愿律师每月在Bellevue, Redmond, Kirkland, Issaquah, Renton和Kent 30个法律事务所提供服务。**

移民律师事务所开设在Kent, Bellevue和Renton。其他事务所在King County的其他地方为您提供服务。ELAP还会针对公共图书馆，社区中心和学校的各种 ([ 法律问题 ([ 进行公开演讲。ELAP所提供的任何援助都不收取费用！

如果您需要与律师预约进行免费咨询，请在周一至周五上午10点至下午4点致电425-747-7274。该电话服务有英语和西班牙语版本，ELAP也为您提供其他语种的口译服务。

## 授权父母

您是一位总是试图让您的孩子完成他们的家庭作业和/或家务，而感到沮丧的家长吗？您家里有太多的“故事”在上演吗？当事情没有那么糟糕的时候，请解决这些问题吧！家长项目是一项全国公认的在这些充满挑战的时期培养儿童的项目计划。许多家长利用这个机会通过此项目计划，让他们更有信心的育儿。

项目专为有困难或家里有失控青少年的父母而设。父母学习和实践针对破坏性行为的具体预防和干预策略 - 从逃学，酗酒，吸毒，自杀，使用暴力和结帮派等犯罪行为。

该计划由Issaquah市赞助，由两名Issaquah警察资源官员协助，为5年级到高中的孩子的父母/照顾者提供服务。秋季会议将于10月10日开始。如您需要注册访问，请访问以下网址<https://www.eventbrite.com/e/the-10-week-parent-project-tickets-70787452175>。

## 给予礼物

您是否正在寻找一种方式，向您的孩子展示假日的真正含义？那就请参加节日礼品谷仓！

Holiday Gift Barn是Issaquah食品和服装银行在我们社区举办的最大和最激动人心的年度活动之一。感谢数千名捐赠者和近400名志愿者，去年有超过1,800名儿童收到了节日礼物。Pickering Barn变成了一个巨大的百货商店，父母为每个孩子选择礼物和圣诞袜。他们还提供一个礼品包装站及托儿服务，所以可以将礼物的惊喜与神秘感保持到圣诞节早晨。

### 您想要来此帮忙吗？

与来自公司或学校的朋友们一起组织礼品捐赠活动，并为新生儿至18岁的儿童捐赠全新的礼品。12月2日和3日，上午10点至下午6点，Pickering Barn的礼品可以送到。

大多数志愿者机会仅限成年人参加，但也有一些可供16岁以上儿童负责任的项目。欲了解更多Holiday Gift Barn捐赠或志愿服务的信息，请访问<https://issaquahfoodbank.org/holiday-gift-barn>。

### 有兴趣注册Holiday Gift Barn?

在假日期间，您需要额外的帮助吗？请查看我们的网站，了解更多关于今年12月4日和5日的Holiday Gift Barn的更多信息和最新消息。

Holiday Gift Barn的注册将于11月为Issaquah学区的家庭开放。对于居住在Issaquah学区以外但在我们的服装银行服务区的人，2019年12月的第二周，Issaquah食品和服装银行将为那些有需要的父母提供假日购物。

# 屡获殊荣的医疗保健系统

提供初级和紧急护理服务  
诊所遍布整个大东区。



**OVERLAKE** | MEDICAL CENTER  
& CLINICS

[overlakehospital.org](http://overlakehospital.org)

BELLEVUE

ISSAQUAH

KIRKLAND

NEWCASTLE

REDMOND

SAMMAMISH

## 现如今，作为拉丁裔学生意味着什么？

“这很奇怪，因为无论你走到哪里，你会觉得人们因为你的背景而说你的坏话。更奇怪的是，在学校里，其他孩子们认为他们可以做任何事情，但每当你做某事时，却总是遇到麻烦甚至受到惩罚。有时我们会觉得在学校里不安全。”

“我所在的学校，其他学生很少关注你的种族，也不会妨碍你接受教育。但如果你是高加索人以外的任何其他人口，你都有机会在学校庆祝文化传统的多样性。然而，作为一个双重种族的学生，往往会让我在社交层面上感到尴尬。很多时候，由于我的外貌，我的同伴认为我就是白人。虽然大多数人并不关心你是否是少数族裔，但他们仍然会根据你的表情做出回应。”

当我告诉他们，我是混血儿时，我的同学通常会感到很惊讶。他们会说“真的吗？你看不出墨西哥血统“或”哇，我还真不知道“。我觉得这些回答极不公平，因为他们正在寻找某种刻板印象来证实我属于拉丁裔类别。

在我们学校，作为拉丁裔学生与任何其他种族没什么区别，这意味着不存在对种族的歧视。我相信我的学校对所有文化都持开放接受的态度，因为我的学校里有这么多人。没人会因为我是混血儿而用不同的方式对待我。我知道，由于一些文化冲突，其他孩子在上学的时候并不是感到那么幸运。

作为拉丁裔学生，尤其是混血儿，最酷的事情之一是，我们能够识别多种文化，不仅在学校，而是在所有地方。在种族方面，我是一半白人，一半墨西哥人，但我觉得我更倾向于“美国”文化。我在学校周围注意到的是，其他拉丁裔孩子不仅是种族拉丁裔而且是文化拉丁裔。我的意思是，他们与美国文化相比，更符合拉丁美洲文化。我认为这是很值得赞扬的，因为它带给了我们更多的多样性，并传递给其他不熟悉其他种族，没有机会看到不同世界的人。

看起来很难理解您在整个文化范围内的归属感，当通过一个又一个事实被理解之后会发生很大的不同。作为一个少数群体从来就不被视为一件坏事，至少在我上学的时候，我相信一切都应该如此。”

“除了一些刻板印象的学生外，我们得到了其他孩子和老师同样的尊重。我们都是是一样的：我们的父母有很好的工作，我们住在正常的房子里，住在很棒的社区，我们在放学后开心的参加各种活动，事实上我们做的跟他们一摸一样。有时人们会说拉丁美洲人真的很糟糕，但事实并非如此。我希望每个人都明白人人平等。而且我相信这种情况会发生在所有类型的比赛中。请记住这一点！”

“作为一个拉丁美洲人生活在这个社区真的很好，你从不会被区别对待，您总是很容易就在附近交到一个朋友。我的大多数朋友都认为我会说西班牙语很酷，他们总是尝试着跟我学习，这种感觉很好！”

“当一名拉丁裔学生有时在学校很难。有得学生甚至老师会以不同的方式看待你。产生许多负面的事情。作为拉丁美洲人，你的人数比其他人口少。你得到的帮助较少。几乎没有人主动与你联系。如果有问题，并且你参与其中，那么你通常会受到责备，并且因为你的样子或者你是谁而受到最严重的惩罚。我认为，无论你的样子或背景如何，人人都是平等的，应该拥有相同的权利。”

# 一个特殊的拾取棒游戏

一个特殊的拾取棒游戏

作者：ALICIA SPINNER Cultural Bridges

今年夏天，我有机会去亚洲旅游。当我们在新加坡旅游的时候，我们学会了两双筷子的重要含义。四根柱子的设计，每根柱子都像筷子，象征着新加坡多种族社会的四种主要文化。刻在他们身上的文字有四种语言：英语，中文，马来语和泰米尔语。令我印象最深刻的是，筷子的颜色都是白色的，它们都在基地联合起来，就像文化融入这个国家一样。

我当时就在想如何做一个类似的纪念碑来代表构成我们社会的文化？首先，我想，我们需要使用更多颜色的棒！不幸的是，由于我们的文化并没有紧密的联系起来，所以棍子可能不会在中心连接，也不会全部直立放置。也许它们看起来与拾取棒游戏相似。

**课程由来自不同文化的所有种族的孩子组成。但是规则是什么？**

由于我们社区拥有丰富的多样性，我们的教室内也存在同样的情况。就好像有人把一堆“棍子”放在桌面上一样。课程由来自不同文化的所有种族的孩子组成。但是规则是什么？我想，就像捡起棒子游戏一样，我们的目标不是在提升自己的时候干涉到其他人。

小学时代（甚至在此之前）的早期，孩子们就会意识到，并且有时会被他们周围的行为方式的差异所吸引。作为家长，我知道孩子们会提出最具挑战性的问题。在高速公路堵车和天气不佳行驶缓慢的时候，我总在脑海里思索这些问题！但是，利用一些机会与我们的孩子探讨并帮助他们学会尊重差异性并理解同学和同龄人之间的相似性非常重要。

儿童书籍和庆祝特定民族或节日的相关活动都是很好的资源。十月份，西班牙裔人将庆祝他们的传统节日。本月将有哥斯达黎加，萨尔瓦多，危地马拉，洪都拉斯，尼加拉瓜，墨西哥和智利的独立纪念日，以及11月的死亡日。图书馆，博物馆，大学和其他社区聚会场所将举办大量活动。不要错过全家一起去参加这些活动的机会。没有任何活动比父母对孩子的榜样影响更强大。让您的孩子看到他/她父母对文化的喜爱和尊重。

印度社区也将庆祝他们更重要的节日之一，排灯节。这被称为灯光节，因为它象征着光明胜过黑暗，胜过邪恶，希望胜过绝望。

其他文化庆祝活动将在12月份的冬季假期举行，并且有许多书籍和活动可以帮助您的孩子理解 Hanukah 和圣诞节。抓住每一个机会，让您的孩子了解其他同的文化。让我们共同努力，所以到学年结束时，我们所有的“棍棒”都认为彼此更加相似，更加团结。



# 感谢社区的合作伙伴们!



Cultural Bridges为Issaquah学区的家庭提供服务, 帮助家长更好地参与学校生活, 引导学生取得更大的成功。

我们为您提供支持与指导, 组织家长/学生活动并出版包含六种语言的季刊杂志。

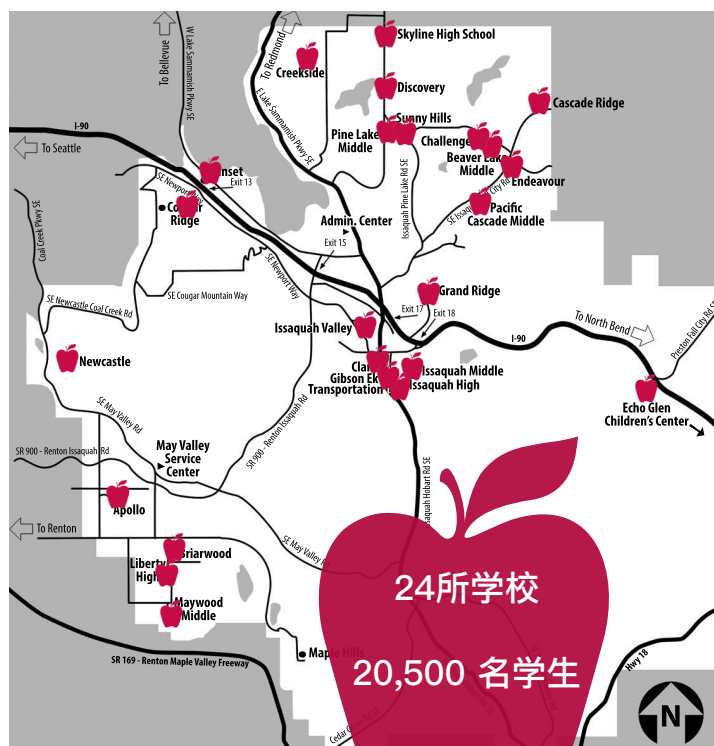


# 为每位学生，每所学校助一臂之力

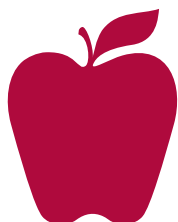
Issaquah学校基金会是一个非盈利性的筹款和朋友捐款组织，为Issaquah学区的学生提供支持帮助。Issaquah学区占地面积为110平方英里，涵盖Issaquah, Sammamish, Bellevue, Newcastle和Renton等7个区域。我们基金会与Issaquah学区密切合作，为以下项目提供资金援助：

- 课后作业辅导
- STEM / 机器人俱乐部
- 乐队，合唱团和艺术支持
- 文化桥梁杂志（提供父母和学生资源）
- 艺术教育与支持
- 背包和学校用品
- 食品和零食援助
- 家长教育和教师津贴

每名学生的成功之路都是独一无二的。请加入我们，一起帮助每位学生在每所学校取得成功



请您在以下网址[isfdn.org/donate](https://isfdn.org/donate) 为我们提供捐款



ISSAQUAH  
SCHOOLS  
FOUNDATION



Step Up  
for kids