

# Cultural Bridges for education

Voz de la Comunidad | 教育文化之桥

第一期 | 2015年12月--2016年1月

做好抗洪防雪的准备  
Pg. 4

什么是Family Access?  
Pg. 18

Holiday Gift Barn  
Pg. 23

为Issaquah学区的ESL家庭服务



亲爱的读者：

几个星期前，由于缺少赞助和资金，我们不能继续出版这本杂志.....这是一个悲伤的日子。但幸运的是，我们的故事并没有就此结束。那些充满鼓励与希望的电子邮件和语音邮件让我们非常感动，同时我们也意识到，去维系和服务像我们这种越来越壮大的社区是多么地重要。这些宽慰鼓励的话语，拥抱，和来自华盛顿州Issaquah School Foundation(伊萨夸学校基金会)提供的健康基金让我们充满力量，使我们的热情从来没有被动摇。相反，我们一直努力地争取把这个最初以西班牙裔为重点的社区，扩展到没有经历过美国教育制度的所有家庭。我们的目标是让这本杂志进入到，以英语为第二语言的家庭，帮助这些家庭更多的了解和参与到他们的孩子在整个伊萨夸学区的教育。

我们非常自豪和喜悦，将推出Cultural Bridges for Education(教育文化之桥原名社区之声)英文版，西班牙文版和普通话版(在线PDF格式)。它是一本内容丰富的社区杂志。该杂志将继续在学校，图书馆，社区中心，以及Issaquah学区内的商家免费获取。

希望您喜欢这本杂志，我们可以一起支持孩子们的学业，同时丰富伊萨夸学区的社会多样性。

特别感谢Issaquah School Foundation，从一开始就对这个项目的信任，并慷慨地欢迎我们成为他们的计划

最诚挚的感谢

Margarita Leas and Marisol Visser



Fotografía por Vaclav Mydlil

## 目录

4 East Lake Sammamish Parkway 的工程即将开始

8 Gibson Ek 高中

12 Giving Our Kids a VOICE: 为改变Issaquah 教育的志愿者们

22 需要作业辅导吗?  
可以通过图书馆Study Zone计划获得免费的辅导

教育文化之桥 | 社区杂志 | 2015年12月 | 第一期

**MARGARITA LEAS**  
项目负责人

**MARISOL VISSER**  
项目负责人

**LUNA EGIDO MARTÍN**  
设计主编  
luna.egido@outlook.com

**YINGYING CUI**  
中文主编

更多信息  
Marisol: [marisol@isfdn.org](mailto:marisol@isfdn.org)  
Margarita: [margarita@isfdn.org](mailto:margarita@isfdn.org)

## East Lake Sammamish Parkway 的工程即将开始

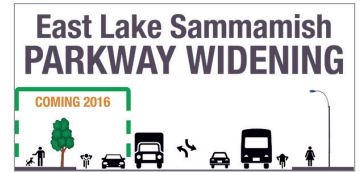
Issaquah市政府正在尽力使北Issaquah地区的交通更加便利。

East Lake Sammamish Parkway SE将被拓宽，并且在SE 56th Street 和SE Issaquah-Fall City Road 之间增加一条南向行车道。

此外，在SE 56th Street和SE Issaquah-Fall City Road之间的大路西侧增加一条新的自行车道。该项目包括人行道和能源的升级，以及新的道路连接。

在此期间，每日上午9点（至）下午3点，以及晚上会实行交通限制。为了维护两个北行线和一个南行线的建设，北行自行车道将在施工期间关闭。

欲了解更多关于这个项目的信息，请访问[issaquahwa.gov/eastlakesamm](http://issaquahwa.gov/eastlakesamm)



## 做好抗洪防雪的准备

由于Issaquah阿尔卑斯山的环绕，Issaquah 多数地区位于洪泛区。无论你住在水边或仅需要通过镇中心上班，所有的社区成员都应为有可能发生的洪水做好准备。

华盛顿州Issaquah市的汛期一般是从十月至第二年的四月。有关如何准备的详细信息，请访问[issaquahwa.gov/flood](http://issaquahwa.gov/flood)。为了给居民和商家及时提供有关洪水的信息，本市有自己的洪水预警系统，其中包括：

以上相同的通信工具，也会随时更新大雪天气的预报。请在收到这些通知后谨慎驾驶车辆。

在降雪之前，请确保做好以下几项：

- \*检查刹车片和液体。如果有必要，请进行调整。
- \*检查轮胎的胎面磨损和胎压（不要忘记你的备胎）。
- \*保证大灯，尾灯和信号灯都在正常工作。
- \*检查雨刷器和洗涤液的情况。
- \*确保电池是在良好的状态。
- \*检查汽油是否在正确的级别，以及机油标号达到了冬季气温的要求。
- \*确保防冻液符合冬季的使用的以及软管是否完好。



- \* Issaquah广播电台：1700 AM
- \* Issaquah电视台：ICTV频道21
- \* 网站：[issaquahwa.gov](http://issaquahwa.gov)
- \* Twitter：[@cityofissaquah](https://twitter.com/cityofissaquah)

# 圣诞老人的“备份” 警方启动假日巡逻计划

这个假期不要落到这份淘气名单上。

Issaquah市的警察正在加强巡逻工作，以防止窃贼在一年中最繁忙的购物季节进行盗窃。同时，他们还发出告诫，提醒购物者不要将贵重物品留在车内，以免窃贼和其他不怀好意者看到。

如果警官发现了一个高风险的车辆（例如看见车内放有贵重物品），他们将在挡风玻璃上放置标签，警告他或她可能会成为窃贼的下一个目标。这些标签会为购物者提供有关安全购物的信息。

这里有一些简单的技巧，可以用来阻止一些犯罪行为，以免破坏这快乐的节日气氛：

- \*每当你离开时，即使是很短的时间，请锁好你的车辆。
  - \*切勿将贵重物品留在车内可见的地方。
  - \*不要让你的车辆处于无人看管的运行状态。
  - \*如果你需要在后备箱放置物品，请谨慎，或者在你到达目的地之前放置。
  - \*如果你看到有人行为可疑或者窥视车辆，请致电华盛顿州Issaquah警察局（425）837-3200。
- 在这个假期，你可以通过使用#SantasBackup代码从警方获取提示和照片。

伊萨夸学区的日程安排

Issaquah School District | 伊萨夸学区

|                |  |                 |
|----------------|--|-----------------|
| 9月             |  | 2月              |
| 31 1* 2 3 4    |  | 1 2 3 4 5       |
| 7 8 9 10 11    |  | 8 9 10 11 12    |
| 14 15 16 17 18 |  | 15 16 17 18 19  |
| 21 22 23 24 25 |  | 22 23 24 25 26  |
| 28 29 30       |  | 29              |
| 10月            |  | 3月              |
|                |  |                 |
| 5 6 7 8 9      |  | 1 2 3 4         |
| 12 13 14 15 16 |  | 7 8 9 10 11     |
| 19 20 21 22 23 |  | 14 15 16 17 18  |
| 26 27 28 29 30 |  | 21 22 23 24 25  |
|                |  | 28 29 30 31     |
| 11月            |  | 4月              |
| 2 3 4 5 6      |  |                 |
| 9 10 11 12 13  |  | 1               |
| 16 17 18 19 20 |  | 4 5 6 7 8       |
| 23 24 25 26 27 |  | 11 12 13 14 15  |
| 30             |  | 18 19 20 21 22  |
|                |  | 25 26 27 28 29  |
| 12月            |  | 5月              |
|                |  |                 |
| 1 2 3 4        |  | 2 3 4 5 6       |
| 7 8 9 10 11    |  | 9 10 11 12 13   |
| 14 15 16 17 18 |  | 16 17 18 19 20  |
| 21 22 23 24 25 |  | 23 24 25 26 27  |
| 28 29 30 31    |  | 30 31           |
| 1月             |  | 6月              |
|                |  |                 |
| 4 5 6 7 8      |  | 1 2 3           |
| 11 12 13 14 15 |  | 6 7 8 9 10      |
| 18 19 20 21 22 |  | 13 14 15 16- 17 |
| 25 26 27 28 29 |  | 20 21 22 23 24  |
|                |  | 27 28 29 30     |

9月1日：学生开学日

9月7日：劳动节  
学生及教职员工放假

10月12日：教师工作日  
学生放假

11月11日：老兵节  
学生放假

12月2日-12月3日：各小学举行会议  
小学生放假

12月21日-1月1日：第一个寒假  
学生及教职员工放假

1月18日：马丁·路德·金纪念日  
学生及教职员工放假

1月25日：教师工作日  
学生及教职员工放假

2月15日：总统日

2月15日-2月19日：第二个寒假  
学生及教职员工放假

4月11日-4月15日：春假  
学生及教职员工放假

5月30日：纪念日  
学生及教职员工放假

6月16日：学生最后一天上课日

天气弥补日  
由于天气原因，学校关闭而缺失的上课日将在6月份补回来。

## Gibson Ek 高中



Gibson Ek是一所将在2016年9月开学的，位于Issaquah School District的新高中。未来学生们会在这里进行严格的，以兴趣为基础的学习，并将在这个充满活力与向上的社区，真实的见证自己茁壮成长。

所有的学生将通过兴趣来完成学业（简称LTI），并和那些与他们有着相同职业热情和愿望的成年人们合作。在整个高中生涯中，学生们有每周2天的实习，并完成真正的实习项目，在那里他们会得到一个机会，去更深入地了解自己的专业能力，兴趣和今后的目标。

**个性化：**学生们至少要选出一名顾问，与其进行很好的沟通，这名顾问会对他们四年的学习进行很好的督促。

学生们要在他们顾问的指导以及家长，导师，和其他同学的协助下，制定出自己的学习计划。积极参与到严格的以兴趣为基础的项目中，最终成为自己学习的指导者。

与传统学校的模式相比，这所学校的模式有哪些不同呢？

为了使学生的学习更加具有个性化，我们已经将校园设计成一个看起来很像现代职场的场所，而不是一所学校。学校内只有很少的传统教室，更多的是将大的项目空间与安静独立的工作间相结合的设计。在学校内有很多大片空地，有制造商空间，咖啡馆区，花园，一间录音室，研究室，和安静的阅读以及写作空间。我们运用时间，人员，设施，资源和独特方式的空间，使每一个学生的教育更加个性化。学生们与他们的顾问紧密合作，顾问将引导他们更好的规划自己4年的学习生涯。尽管我们没有一个传统的上课时间表，也会有Gibson EK高中的员工（来自社区的成年人和学生）为学生进行授课，他们能够帮助学生们提高自己的能力，更好的面对上大学以后的竞争。根据学生的需要，他们可以选修网络课程以及大学课程，为以后获取知识和提高能力，成功地做好铺垫。

来自Issaquah学区的管理者，Ron Thiele的通知  
亲爱的Issaquah学区的社区者们：

在2014年，Issaquah学区开始探讨和研究，为我们高中生建立一所新的选择性学校。我们非常期待和兴奋，Gibson EK高中将于2016年9月1日开学，接纳超过100个9年级和10年级的学生。

在Gibson EK的筹划阶段，我已经解答了很多问题  
欲了解更多关于Issaquah创新高中的信息，请浏览此网站  
<http://www.gibsonek.org>。

这所学校在1911年的第一个Issaquah毕业班之后被命名为：Mary Gibson, Olive Gibson, and Mabel Ek。随着我们新学校的命名，为了纪念对Issaquah的教育事业作出贡献，并永记史册的这三位女性表示尊敬，在1911年Mary, Olive和Mable住过的两层木结构校舍，将被安置在新的高中内，命名为“校舍山”。

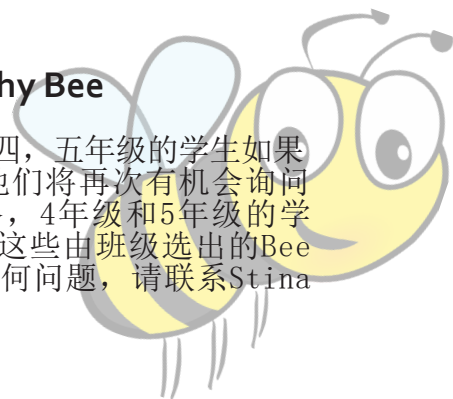
此致  
Ron Thiele, 管理者



## Geography Bee

### 3rd Annual Apollo Elementary Geography Bee

你知道哪个洲全部位于北回归线的北面吗？Apollo小学四、五年级的学生如果加入到有趣和富有挑战性的National Geography Bee，他们将再次有机会询问这样的地理知识。要获得我们学校的Geography Bee资格，4年级和5年级的学生们将在12月份，参加在他们各自班级举行的挑战测试。这些由班级选出的Bee会被最终决定等级，然后成为我们学校的Bee。如果你有任何问题，请联系Stina Fluegge，邮箱地址：[pcommunications@apollopta.org](mailto:pcommunications@apollopta.org)。



### 一封来自校长Harris的通知：如何进入大楼

Apollo是一个忙碌而繁华的地方！我们有624名学生和70多名工作人员。每一天，Apollo有20-30名志愿者，需要接收各种各样的快递，并有不同领域的人来参观，如：维修工人，管理人员和技术支持人员。我们有23道外门的情况，使这个问题更加复杂化。如何确保Apollo校园的安全是我们最要优先考虑的问题。为了保证大家在Apollo的安全，很重要的一点是，我们要知道谁在这里，你在哪里。我们鼓励所有的成年人，包括家长从前门进入，并在我们的办公室登录和退出。这包括上学前，上学途中和放学后。

另外，如果送你的孩子上学，我们鼓励你给他们一个拥抱，亲吻，然后让他们自己进入大楼。

感谢你帮助我们确保Apollo社区所有成员的安全！

### Missoula Children's Theater

米苏拉儿童剧团又回来了！这是一个由Apollo学生们上演的戏剧作品。敬请期待今年的精彩演出，以及学生们是如何大胆尝试，以及帮助完成演出的。演出时间定于2016年1月16日。

#### Apollo小学12月和1月学校活动安排

- 12月1日，星期二，下午7:00-9:00：PTA（家长教师协会）会议，地点在图书馆。
- 12月2日，星期三，12月3日，星期四：家长与教师的会议，学生放假。
- 12月7日，星期一，12月11日，星期五：：Scholastic Book Fair（学术书展卖会），地点在图书馆。
- 12月11日，星期五，下午6:00-8:00：Story Expo（故事展），地点在MPR。
- 12月21日，星期一至1月1日，星期五：寒假，学生放假。
- 1月5日，星期二，下午7:00-9:00：PTA（家长教师协会）会议，地点在图书馆。
- 1月11日，星期一至1月15日，星期五：米苏拉儿童剧团排练。
- 1月15日，星期五，下午6:00-8:00：米苏拉儿童剧团演出，地点在MPR。
- 1月18日，星期一：马丁·路德·金纪念日，学生放假。
- 1月25日，星期一：教师工作日，学生放假。

## BEAR PATH BRICKS

你可以将你的名字，现在或者过去的学生的姓名，或者你公司的名字刻在 Briarwood 新建教学楼外面命名为“Bear”的小路上的一块砖上面。Bear 小路位于图书馆外，连接着学校和 Patriot Way (以前是 168th Ave SE) 上的小区。由爱心人士刻砖获得的收益，将被 Briarwood PTA 用于学生的教育创新，计划实施和其他活动。费用由选择多少行雕刻信息决定：一行 \$45.00；两行 \$55.00；三行 \$65.00（每行 21 个字）。有关详细信息和问题，请联系 Rebekkah Leibowitz，邮箱地址：rebekkahjl@yahoo.com。

## Briarwood Cultural Connection

我们非常高兴，今年在 Briarwood 举行文化联系活动！如果你还没有收到来自孩子老师的消息，请向办公室询问如何填写一个简单的文化活动的表格。我们的目的是，吸引更多能为我们学生家庭进行翻译的合作者，并且庆祝我们 Briarwood 大家庭的多样性。我们可以从学生那学到，很多关于不同国家对遗产的知识。我们将利用这些知识，购买代表每个家庭传统或文化标志的旗帜，并展示在 Briarwood。感谢你抽出时间与我们分享你的信息，以帮助更好地联系我们的社区！

### Staff Appreciation Week

你永远不知道你孩子的老师最喜欢什么？所以你可以在工作人员鉴赏周让他感到惊喜？去年，我们对所有的教师进行了他们最爱的东西的问卷调查。<http://briarwoodelementarypta.org/Article/View/Teacher-Gift-Ideas>：你可以在以上网页找到列表

### Briarwood 小学 12 月和 1 月 学校活动安排

- 12月2日，星期三和12月3日，星期四：家长教师会议，学生放假。
- 12月11日，星期五：爆米花日。
- 12月11日，星期五：滑冰派对。
- 12月14日，星期一：PTA（家长教师协会）会议，地点待定。
- 12月21日，星期一至1月1日，星期五：寒假，学生放假。
- 1月8日，星期五：爆米花日。
- 1月11日，星期一，下午3:00-5:30：节目试镜。
- 1月11日，星期一，下午6:30：PTA（家长教师协会）全体成员大会，地点在Briarwood图书馆。
- 1月14日，星期四，下午3:00-5:30：节目排练。
- 1月18日，星期一：马丁·路德·金纪念日，学生放假。
- 1月20日，星期三：WSPTA截止日期。
- 1月21日，星期四：综艺节目彩排。
- 1月22日，星期五：爆米花日。
- 1月22日，星期五，下午6:30：节目演出。
- 1月25日，星期一：教师工作日，学生放假。
- 1月26日，星期二：感谢工作人员午餐，汤和沙拉。

## 早晨学生到校时间

请不要在早上8:20之前将学生送到学校，我们在此时间没有人监督看管。

## 请使用新的电话号码通知缺席情况

如果需要报告缺席情况，请致电（425）837-6240或电邮 [clkattendance@issaquah.wednet.edu](mailto:clkattendance@issaquah.wednet.edu)。因故缺席的例子有：个人疾病，医疗/牙医，紧急情况，预约出庭，宗教仪式和预先安排的缺席。无故缺席的例子：睡懒觉，外出办事，逛商店或错过校车。

## Get Involved

你是关键！你的孩子受益于PTA（家长教师协会）。如何能为我们的学生提供更多更好的机会呢？每一个PTA的项目和活动都是由志愿者组成的，因此，Clark小学需要你的支持。请自愿领导或协助我们所有有价值的节目和活动，这将对你孩子的教育和成长，以及600多名Clark小学的小学生们，产生积极的影响！如果每个家庭的1个成员，在一年中的一个场合进行帮助，都会减轻大家的负担，使我们Clark小学的世界更好的运转。欲了解更多，请访问 <http://clarkpta.org>。

## 将在12月举行假日赠树

Issaquah Food Bank非常关心Clark小学，邀请其参与了一年一度的礼物分享活动。各个家庭可以在学校大厅的树上选择物品的标签来进行捐赠。礼品需要在截止日期前和原始物品标签一起上交。在Pickering Barn，礼品将被分给预先选定的家庭。如有疑问，请联系主席Heather Ross，[hthr\\_ross@comcast.net](mailto:hthr_ross@comcast.net)。

## Clark小学12月和1月学校活动安排

- 12月2日，星期三和12月3日，星期四：家长教师会议，学生放假。
- 12月8日，星期二至12月17日，星期四：Winter Coat Drive。
- 12月11日，星期五：Dads at Recess(爸爸课间休息)，地点在操场。
- 12月11日，星期五，上午7:30 - 8:30：PTA（家长教师协会）会议，地点在美术室。
- 12月11日，星期五，下午6:00-8:00：姜饼屋之夜与拍卖会，地点在MPR运动馆。
- 12月21日，星期一至1月1日，星期五：寒假，学生放假。
- 1月8日，星期五：Dads at Recess(爸爸课间休息)，地点在操场。
- 1月15日，星期五，上午7:30-8:30：PTA（家长教师协会）会议，地点在美术室。
- 1月18日，星期一：马丁·路德·金纪念日，学生放假。
- 1月20日，星期三，下午7:00-8:00：PTA（家长教师协会）会员大会，地点在美术室。
- 1月25日，星期一：教师工作日，学生放假。
- 1月27日，星期三，上午8:30-9:30：与校长的咖啡座谈会，地点在美术教室。



## Grizzly Guys 的课休

还记得当你是孩子的时候，课间休息是多么有意思吗？你只需通过玩游戏和跟朋友们在一起就会觉得生活大不同。Grizzly Guys 是一群由父亲，祖父，叔伯，大哥哥以及对我们Grand Ridge 学生们有重要影响的人们组成。Grizzly Guys 的目的是鼓励更多的人参与进来，在学校与孩子们互动。一旦获得批准作为志愿者，你可以在办公室签名，穿上灰熊家伙背心开始享受快乐的时光。

Grizzly Guys聚集的时间从10月开始，每个月的最后一个星期五。有以下一个或两个时间段：

11: 15-12: 50第一个课间休息和午餐  
1: 50-3: 10第二个课间休息

欲了解更多信息或注册，请电邮Grizzly Guys主席 Bob Bakh，邮箱地址：[bob@thebakhs.com](mailto:bob@thebakhs.com)。

## Build It!

我们有用于组装的“Build-It”套装和装配工具，以及额外的游戏和活动。欢迎大家踊跃参加（包括父母，家庭其他成员等等），但请家长在互动活动中，与你的孩子们待在一起。没有志愿者的支持，我们无法开展这项活动。欲了解如何做志愿者的信息，请电邮Bob Bakh，邮箱地址：[bob@thebakhs.com](mailto:bob@thebakhs.com)

### Grand Ridge小学12月和1月学校活动安排

11月9日，星期一至12月7日，星期一：每年一次的礼品捐助，支持Issaquah Food Bank's 的节日礼物谷仓。  
11月30日，星期一至12月4日，星期五：Scholastic Book Fair（学术书展卖会），地点在图使馆。  
12月1日，星期二，下午6:30-8:00：2年级学生音乐会，地点在MPR。  
12月2日，星期三和12月3日，星期四：家长教师会议，学生放假。  
12月2日，星期三，下午6:00-8:00：文化教养活动，地点在MPR。  
12月4日，星期五，上午11点-下午3:30：爆米花日，地点在操场。  
12月9日，星期三，下午1:30-3:30：放学后的看电影活动，地点在MPR。  
12月9日，星期三，下午6:00-8:00：家庭滑板夜，地点在Bellevue。  
12月10日，星期四，下午6:30-7:30：合唱团音乐会，地点在MPR。  
12月17日，星期四，上午9:30-11:30：PTSA（家长，教师，学生协会）会议，地点在P8。  
12月18日，星期五：捐赠所有的失物招领物品！  
12月21日，星期一至1月1日，星期五：寒假，学生放假。  
1月19日，星期二，上午9:30-10:30：与校长Christy的咖啡座谈会，地点在P8。  
1月18日，星期一：马丁·路德·金纪念日，学生放假。  
1月20日，星期三：建设夜，地点在Grand Ridge Commons  
1月25日，星期一：教师工作日，学生放假。  
1月29日，星期五：灰熊球员在体会。

## Holiday Gift Barn

Issaquah Valley小学的节日礼品仓从11月1日开始接受报名。需要网上报名(<https://www.issaquahfoodbank.org>)或本人亲自到Issaquah Food Bank报名后才能参与其中。我们会为小学生们准备新的玩具。请选择一个玩具(最好你自己的孩子会非常喜欢),然后在12月7日或者之前交到学校(请不要包装)。

建立这个节日礼品谷仓的目的,是为了帮助Issaquah地区有需要的家庭,而且它也是一个用来向学生宣传慈善捐赠重要性的良好机会。

### 感冒和流感季节来啦!

勤洗手并且仔细认真的洗手是预防流感的最佳良方。现在是来检查你与孩子们洗手方法是否正确的时候,如果你已经对此方面有所忽视,请及时改正过来。请花点时间查看疾病预防控制中心,华盛顿州健康部门,和King County健康部门,对于防止感冒,流感和其他疾病传播的信息。



## Cougar Pantry

在12月份,我们将为那些在节假日有需要的人们对Cougar Pantry进行食物补给。在这一整个月,我们将收集不易变质的食品,并在寒假之前将他们送给有需要的家庭。

这是食物银行提供的不同于Lunch for Break的一个项目(请访问Issaquah Food Bank获取更多信息)。我们鼓励各个家庭在学校放假时期用这两个项目来满足自己的需求。

### Issaquah Valley小学12月和1月学校活动安排

- 12月2日,星期三至12月3日,星期四:家长教师会议,学生放假。
- 12月4日,星期五,下午6:00-8:00:家庭电影之夜,地点在MPR。
- 12月9日,星期三,下午1:00-3:30:假日合唱团练习,地点在MPR。
- 12月16日,星期三,下午7:00-8:00:假日合唱团演出,地点在MPR。
- 12月21日,星期一至1月1日,星期五:寒假,学生放假。
- 1月18日,星期一:马丁·路德·金纪念日,学生放假。
- 1月21日,星期四,下午7:00-9:00:PTA(家长,教师协会)会议,地点在图书馆。
- 1月25日,星期一:教师工作日,学生放假。

## Giving Our Kids a VOICE: 为改变Issaquah教育的志愿者们 Voluntarios de Issaquah, cambiando la educación

The VOICE指导计划源于Issaquah School District Foundation（伊萨夸学校基金会），在2003年举行的需求评估计划。近期特别严重的预算削减，使得满足学生需要与他们真正所得之间的差距在不断增长。学术和社会/情感的需求往往得不到满足，并不是因为对我们的学校和工作人员缺乏关心和照顾，而是由于缺乏财力支持，尽管解决教育经费是一个巨大的问题，但是我们有信心能够一步一步地帮助我们的孩子。

每天我们都很忙碌，甚至因为忙碌的时间表感到不堪重负。但仅需要一周花一小时来帮助和鼓励一个有困难的孩子，无论是在一起做功课，讨论大学和职业选择，还是练习社交交往的技巧和决策经验，每周这一小时的时间就会对我们的孩子产生很大的影响，能够使他们更好的经营自己的事情，而不会让他们掉队。很快你会发现，你每周投入到其他事情上的时间，都不会有这样更有意义的投资回报了。

欲了解如何更好的改变我们孩子的生活，  
请访问<http://voicementorprogram.org/become-a-mentor/>



### 谁需要一个VOICE导师呢？

一个对阅读有困难的小学生。  
一个看着他妈妈与癌症作斗争，仍然试图保持好成绩的中学生。  
一个在大学录取过程中，需要指导和鼓励的高中生。  
所有年龄段需要在学术，社会技能和生活技能方面得到帮助的孩子。你的存在会给他们带来希望和鼓励。

### 谁可以成为一个VOICE导师？

一个充满热情的可以指导孩子们数学的工程师。  
一个孩子们已经去上学了的全职妈妈。  
一位乐于提供一对一教学的退休教师。  
一个盼望对她的社区进行投资的小型企业家。  
你的经验和能力将更好地丰富你的社区，你的邻区孩子们的生活。

### Sunny Hills小学12月和1月学校活动通知

11月23日，星期一至12月9日，星期三：节日礼物计划。  
12月2日，星期三和12月3日，星期四：家长教师会议，学生放假。  
12月7日，星期一，下午6:00-7:00：五年级参加露营的家长会，地点在图书馆。  
12月10日，星期四，下午6:00：五年级FLASH - Parent预览会，地点在管理大厦。  
12月12日，星期六，上午9:00：五年级FLASH - Parent预览会，地点在管理大厦。  
12月21日，星期一至1月1日，星期五：寒假，学生放假。  
1月8日，星期五：Eager Reader开始。  
1月15日，星期五，上午9:30-11:00：PTA（家长，教师协会）会员大会，地点在Beaver Lake Lodge。  
1月18日，星期一：马丁·路德·金纪念日，学生放假。  
1月25日，星期一：教师工作日，学生放假。



## Library Helpers

每个班级的图书借阅时间需要招收志愿者。志愿者需要在图书馆借阅时间内帮助学生借书和还书。他们还要帮助图书管理员整理图书，回答学生的问题，并维持图书馆的秩序。欲了解如何成为一个图书馆助手的更多信息，请联系Josi Beck，邮箱地址：[josibeck@yahoo.com](mailto:josibeck@yahoo.com)

## Sunset has been Awarded a Whole Foods Garden Grant!

Sunset小学已经获得了有机食物园的授权！鼓励所有乐于种植，堆肥和挖掘的家庭踊跃加入进来，与孩子们拥有很多有趣的互动的机会，并从中了解更多植物科学的知识。欲了解更多信息，请联系Shonna Nissen，邮箱地址：[sjdhoogethmail.com](mailto:sjdhoogethmail.com)。



## Talent Show: January 2016

同学们，你认为自己能跳舞，唱歌，变戏法，演奏乐器，讲笑话或朗诵诗歌吗？让你大放异彩的机会来了！欢迎个人或团体表演。主席们将负责大家最喜欢的项目，学生们可以在排练过程中帮忙安排座位，帮助供应茶点，制作海报和标志，以及布置和清理场地。无论你提供怎样的帮助，你会喜欢成为这个有趣的家庭活动的一部分。主席的位置仍然是开放的。如果你有兴趣，请联系Juile Polkinghorn，邮箱地址：[juliepolk@windermere.com](mailto:juliepolk@windermere.com)

### Sunset小学12月和1月学校活动安排

- 12月2日，星期三和12月3日，星期四：家长教师会议，学生放假。
- 12月4日，星期五：Dad at recess(爸爸们课间休息)。
- 12月14日，星期一，上午9点30-11:00：PTA（家长，教师协会）会员大会。
- 12月17日，星期四：Eager Reader图书奖。
- 12月21日，星期一至1月1日，星期五：寒假，学生放假。
- 12月31日，星期四：Eager Reader Tally 截止日期。
- 1月8日，星期五：Dad at recess(爸爸课间休息)。
- 1月11日，星期一：Science Fair Kick-off Assembly。
- 1月11日，星期一，上午9:30-11:00：PTA（家长，教师协会）会员大会。
- 1月18日，星期一：马丁·路德·金纪念日，学生放假。
- 1月21日，星期四：Eager Reader图书奖。
- 1月25日，星期三：教师工作日，学生放假。
- 1月31日，星期日：Eager Reader Tally 截止日期。

# 有利于大脑健康的食物

按部就班地上学，参加课外活动，获得足够的睡眠时间，以及养育健康快乐的孩子，并不是一件简单的任务。我们中的很多人都为像以上这样的事情搞得精疲力尽。但是在这个忙碌的世界，保持健康的大脑，对我们自己和孩子们都起到关键的作用。

我们都需要能量（通过食物中的卡路里）。通过补充蛋白质，碳水化合物，维生素和矿物质等营养物质，确保身体的正常运转和成长。孩子们与成人对营养需求不同，随着他们身体发展，这些需求将发生变化。

食品和健康的饮食习惯，也可以让我们在很多活动中得到学习和锻炼，这些活动包括烹饪，购物，帮助摆放餐具，与家人一起就餐，以及与其他人就餐来学习不同的文化。

以下是排名前10位的，对孩子和成人大脑健康有利的食品。尝试着将其中至少一个或两个添加到你们家人的食谱中。你总可以通过对一些小吃或正餐的调整，获得更多的营养。

## 1. 蓝莓

在Neuroscience 杂志第15期，Tufts 大学的科学家提出，每天摄取蓝莓，草莓和菠菜可以改善短期的记忆力。单独摄取蓝莓可以改善平衡和协调性。多多益善（解冻后的冰冻蓝莓是很棒的选择）！

## 2. 黄色的辣椒

维生素C一直被认为能提高思维的敏捷性。黄辣椒是富含这种维生素的重要来源。

## 3. 五谷杂粮

我们的大脑缺乏能源是不能工作的。注意力和聚焦能力来自血液中充足，稳定的葡萄糖。该能量最终进入大脑。五谷杂粮将葡萄糖缓慢稳定地释放到我们的血液里，使我们全天保持思维敏捷。尝试食用全麦麦片，全麦面包，全麦面条和糙米。

## 4. 番茄

有丰富的证据表明番茄中含有番茄红素。它是一种强有力的抗氧化剂，有助于防止发生老年痴呆症，特别是阿尔茨海默氏症的那种自由基对细胞的伤害。你可以通过番茄罐头来获取这种抗氧化剂。

## 5. 鱼类脂肪

必需脂肪酸（包括EFA）不能被人体制成，必须通过饮食来获得。最有效的 $\omega$ -3脂肪酸天然存在于EPA和DHA这样的鱼油里。良好的植物性必需脂肪酸来自于亚麻籽与核桃油。这些油有利于大脑功能，心脏和关节的健康。一些良好的鱼油来自于鲑鱼，鳕鱼，鲭鱼，鲱鱼和沙丁鱼。

## 6. 维生素B

B族维生素对心理健康起到至关重要的作用，也是心理功能发展所必需的。B族维生素的家族：B2，B3，B6，和B12帮助新陈代谢，能源的产生，健康的循环和神经系统。良好的维生素B来源包括肉，鸡，鱼，坚果，鸡蛋，牛奶，奶酪及豆类。

## 7. 南瓜种子

每天仅仅食用一把南瓜子就可以满足你对锌的需求量，这对增强记忆力和思维能力都是至关重要的。

## 8. 坚果

《美国流行病学杂志》发表的一篇文章，建议通过大量摄取维生素E来防止认知能力的下降。坚果以及多叶绿色蔬菜，芦笋，橄榄，种子，蛋，糙米和全麦食品都是维生素E的重要来源。

## 9. 鼠尾草

鼠尾草一直就有改善记忆的声誉，但大多数研究仍然侧重于将它作为一种精油。你可以试着将新鲜的鼠尾草加到你的饮食里。

## 10. 西兰花

西兰花是维生素K的重要来源。众所周知它可以提高认知功能，强化大脑功能。



## Academic Assistance Programs (学术帮助计划)

我们很高兴将正式启动课后学术援助计划。那些对Issaquah中学非常熟悉的家长，会熟知其中的很多项目，但我们对此做了一些细微的改动。

**家庭作业帮助 (Homework Help)** 星期一，星期二，星期四，学生可以从下午2:05至3:00得到作业辅导，地点在被选定老师的教室。由Issaquah Schools Foundation慷慨资助的，这个每周三天的辅导计划，让学生们的任何学科都能得到任课老师的辅导。星期一是语言艺术/社会研究的辅导，星期二是数学辅导。星期四是科学辅导。这个计划可以让每个学生，至少一周一次受到专家的特殊辅导。如果学生参加了作业辅导，并有一个问题，而辅导教师无法解答，随后学生可能会在大厅里，得到另一位对这一领域，具有更多专业知识的老师的辅导。一旦作业辅导结束，学生可以走路回家或去图书馆俱乐部等待校车的接送。

**图书馆俱乐部 (Library Club)** 图书馆俱乐部为学生们提供了另一个放学后写作业或放松的机会。星期一至星期四，学生们可以放学后，到校车来接送之前，参加图书馆俱乐部（请查看学校网站获取时间表）。在图书馆俱乐部，下午3点之前，学生们可以进行很多安静的活动，例如使用计算机，阅读或写作业。下午3点开始，将有一个“让大脑休息一下”的有趣活动，例如做游戏和制作手工艺品。学生们也可以静静的休息或聊天。图书馆俱乐部结束后，学生们可以由家长接走或乘坐校车回家。



### Issaquah中学十二月和一月学校活动安排

- 12月3日，星期四，上午9:30：8年级学生的照相日。
- 12月4日，星期五：评分日 (Grading Day)，学生上午10:25 放学。
- 12月8日，星期二，下午6:30：合唱团音乐会，地点在Commons。
- 12月11日，星期五：放学后WEBtivity。
- 12月15日，星期四：7年级学生到Village Theater参加活动。
- 12月18日，星期五：午餐时间，举行MVP庆祝活动，Spirit Day。
- 12月21日至1月1日：寒假，学生放假。
- 1月11日，星期一，下午2:25（放学后）：戏剧试镜以及现场理事会会议，地点在805室。
- 1月12日，星期二，放学后：戏剧试镜。
- 1月13日，星期三，放学后：戏剧和舞蹈试镜。
- 1月14日，星期四，放学后：电话通知戏剧面试结果。
- 1月18日，星期一：马丁·路德·金纪念日，学生放假。
- 1月22日，星期五：为了纪念马丁·路德·金先生全体集合。
- 1月25日，星期一：教师工作日，学生放假。
- 1月26日，星期二，下午2:30 - 6:30：8年级学生independence health/flash，地点在P6。
- 1月27日，星期三，上午10:30：PTSA(家长，教师，学生协会)会议。
- 1月28日，星期四，下午2点30-6点30：8年级学生的independence health/flash
- 1月29日，星期五：MVP午餐庆祝活动。



## 5大理由加入到Maywood中学PTSA（家长，教师，学生联盟）

### 1. 丰富您孩子的教育经验

PTSA对班级项目，校外旅行，社交活动，数学辅导，人文科学和外语学习提供赞助资金。当老师和学生所需的项目得不到州的资助时，或者不在学校的预算内。我们都将给予赞助资金。

### 2. 支持Maywood中学的学生与家庭

我们的推广计划支持Maywood中学对食物，服装等有需要的家庭。

### 3. 成为历史的一部分

自1800年代后期，PTA已经出现，旨在关爱和保护儿童。从童工法颁布，到热的午餐计划，再到学前班事项等等。我们会将这项持续到底，即使在Olympia立法会期间也不例外，在华盛顿州PTA的呼声是很强大的！

### 4. 结识Maywood中学的家庭及邻居

PTSA functions, 家长Ed晚会和做志愿者的机会都可以让你更好的了解Maywood中学其他的家庭。

### 5. 接收学生目录

只有PTSA成员可以得到包含学生详细信息的目录。

## 所有学生注意：Maywood数学俱乐部又回来了！

请在每星期二放学后，加入到我们数学俱乐部，地点在104室。新的教练是来自Maywood中学的学生家长，David Rubenstein和 Stacy Tribble。课上会做数学谜题，玩游戏，并为数学竞赛进行赛前训练，成绩优异的学生将代表Maywood中学参加当地数学竞赛。欢迎大家踊跃参加！如果你有兴趣，并想了解更多的信息，请发送电子邮件至jstribble@comcast.net。希望到时能看到你！

### 青年之友中学咨询计划（Friends of Youth Middle School Counseling Program）

在一个孩子的中学时期，他们的智力，身体，社交交往和情感的发展都很重要。在Maywood中学，我们意识到，一个学生可能对以上任何一个领域受到挫折或者遇到困难。为了帮助学生们克服这些困难，今年来自“Friends of Youth”的兼职校园辅导员将再次帮助大家。

我们的方案非常注重预防性，希望尽早为孩子提供服务和帮助，使他们能够有一段成功的校园经历。同时，对学生技能的培养，社交能力的提高，对学业更多的付出，也是我们这个计划的最终目标。“Friends of Youth”团队是由一名个案经理，一名心理健康顾问，以及一名预防物质滥用的专家组成。根据家长，工作人员，和学生自己的要求，提供免费的一对一服务。服务是严格保密的，除非有签名，否则不会泄露任何信息。

如果你发现你的孩子在有些方面发生了变化，比如：他或她在学校的表现与以往不同，担心他或她的社交和情感发展，或者你的家庭遇到了困难，或希望你的孩子能得到一些帮助和支持，请联系学生辅导员或Maywood中学“Friends of Youth”顾问Rachel Hyman，电话号码：（425）837-6908，邮件地址：rachelh@friendsofyouth.org。

### Maywood中学12月和1月学校活动安排

12月10日，星期四，下午6:30-7:30：PTSA（家长，教师，学生协会），地点待定。

12月11日，星期五：Charger 100，在食堂有款待。

12月16日，星期三，上午9:00-下午2:05：员工奖励饼干交换，地点在员工休息室。

12月21日至1月1日：寒假，学生放假。

1月13日，星期三：PTSA（家长，教师协会）大会，地点在员工休息室。

1月14日，星期四，下午6:30-7:30：PTSA（家长教师协会）会议，地点待定。

1月18日，星期一：马丁·路德·金纪念日，学生放假。

1月21日，星期四，下午6:30-8:00：PTSA（家长，教师协会）会员大会，地点在图书馆。

## 你知道什么是脑膜炎双球菌吗？

截至2005年7月，华盛顿州的学校必须对6至12年级学生的家长或监护人普及脑膜炎双球菌的信息。

### 脑膜炎球菌病和预防

脑膜炎是一种传播性疾病。凡是接触到感染者的唾液，与其接吻，或共用任何与口腔接触的东西，如水壶，餐具，口红，或牙刷等都会被传染。它可引起肺炎，血液感染，和脑膜炎（脑和脊髓覆盖物的肿胀）。严重者可导致脑损伤，听力或肢体丧失和死亡。值得庆幸的是，这种致命的感染是极罕见的。每年在华盛顿州，我们通常只有约30-60人感染，其中包括1至8人死亡。青少年和年轻人住在集体环境，例如大学宿舍，这更增加了患脑膜炎球菌疾病的风险。

### 脑膜炎球菌结合疫苗（MCV4）

MCV4可以保护你的孩子，对引起脑膜炎球菌疾病的细菌起到免疫作用。华盛顿州提供推荐给18岁以下孩子的所有疫苗。你可从州内的医疗服务提供者那里获得。医生可能会收取诊费及管理费，然后为你的孩子注射疫苗，而且支付管理费困难的家庭可以减免。健康的青少年应该在11至12岁注射第一针MCV4疫苗。那些没有在这个时间段注射过这种疫苗的青少年，应该尽快补打疫苗。青少年应该在16至18岁之间注射MCV4第二针疫苗。详细情况请与您的医护人员联系。

欲了解更多有关脑膜炎球菌疾病和如何预防的信息，请访问以下网站：

华盛顿州脑膜炎球菌健康部门：

[www.doh.wa.gov/YouandYourFamily/Immunization/Diseases/](http://www.doh.wa.gov/YouandYourFamily/Immunization/Diseases/MeningitisMeningococcalDisease.aspx)

[MeningitisMeningococcalDisease.aspx](http://www.doh.wa.gov/YouandYourFamily/Immunization/Diseases/MeningitisMeningococcalDisease.aspx)

全国脑膜炎协会：[www.nmaus.org](http://www.nmaus.org)

## 放学后的交通运输与活动问题

如果你的孩子放学后的运输安排或活动发生了变化，请打电话到办公室来通知我们。我们会在最后一节课将信息通知你的孩子。请在他们到学校之前，提前花一点时间来提醒他或她所有交通和活动的安排。

### Walk-About活动

上中学的孩子们精力充沛。午饭后的户外活动能帮助他们得到一些释放，并有足够的空间游戏和交谈。感谢你一直以来对我们午餐后Walk-About活动给予的热情支持。如有时间，请到学校网站上申请一个简短的Walk-About活动职位。你的主要工作就是微笑，与孩子聊天，帮助Mrs Bailey监督看管学生。请记得来学校帮忙前，提交志愿者申请表。你可能需要5天的时间得到回复。

## Pacific Cascade中学12月和1月学校活动安排

12月4日，星期五，下午7:00-10:00：表演 - Villain School，学生上午10:25提前放学

12月5日，星期六，下午2:00-3:00和下午4:00 - 5:00 PM：表演-Villain School

12月10日，星期四，下午12:30-2:00：PTSA（家长，教师协会）会员大会。

12月14日，星期一，下午7:00-9:00：假日音乐会。

12月21日至1月1日：寒假，学生放假。

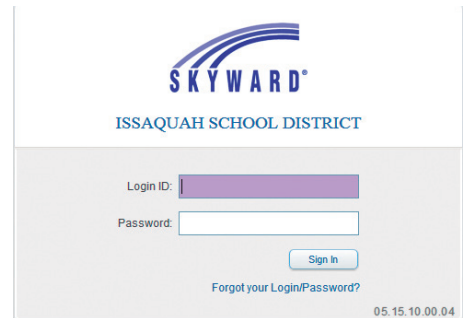
1月12日，星期二，下午6:30-9:00：Geography Bee。

1月18日，星期一：马丁·路德·金纪念日，学生放假。

1月21日，星期四，下午12:30：PTSA（家长，教师协会）大会。

1月25日，星期一：教师工作日，学生放假。

1月29日，星期五：招聘会。



## 什么是Family Access?

**Family Access**是一种提供给家长和学生的在线资源。你可以获取学生信息，包括考试成绩，出勤率，课程安排和疫苗记录。家长还可以从网上验证，列出的每一个学生的紧急联系人的信息是否正确。

如果你忘记了密码，只需输入用户名并点击查询，你的密码将重新发送给您。有关如何登录Family Access，或更新你家人的电话号码和家庭住址等问题，请联系小学的秘书或初中及高中的注册管理员。

**重要提示：**请确保你的E-mail地址在Family Access中是正确的。每年秋天，这些电子邮件地址将被上传到学校和区里的E-NEWS列表里。这是区里用于在紧急情况时联系家长，以及老师与家长对学生信息及时沟通的重要渠道。登录到Family Access之后，点击“account information”可以更新您的E-mail地址。

教师们需要每年更新高中生的成绩八次，中学生的成绩六次，以及学期末成绩汇报。教师们会根据专业和课程的性质，决定成绩更新的频繁程度，这意味着你可能会发现一些课程的更新比其他的更频繁。

欲设置或找回你的Family Access登录密码，请先仔细阅读这些指令，然后去以下的链接地址进行登录。

1. 在Family Access 信息和登录界面的右侧选择框，选择Family Access或者Student Access链接。
2. 如果不知道登录名和/或密码，或者是第一次检索，请点击“Forgot your login or password”
3. 输入你的电子邮件地址（此地址必须与在学校办公室注册时提供的一致）。
4. 点击Submit按钮。
5. 登录名和密码将被发送到你的e-mail地址。
6. 如果你需要进一步的帮助，请联系你学校办公室。

<http://www.issaquah.wednet.edu/family/FamilyAccess>。

如果对Family Access登录或访问密码有其它问题，请联系你小学的秘书或初中和高中的注册管理员。

### Family Access的一些提示

大家知道吗，可以通过Family Access访问孩子的个人信息？这意味着，你可以看到他/她当年的进展情况和过去的成绩单，以及学校午餐号和ID号。只需点击页面左侧的“Portfolio”，来查看这些丰富的信息。



## 你有按时起床上课的困难吗？

在注册一个“唤醒短信”后。星期一，星期二，星期四和星期五的早上6:15，唤醒短信将准时发送到你的手机。如需此项服务，请用手机发送短信mrsmauguig到号码81010，然后你会收到一封自动唤醒消息。它可以用来帮助你准时起床到学校。

你是一个没有第一个小时的课程，而需要晚到学校的学生吗？在注册后，就可以在星期一，星期二，星期四和星期五的早上7:00收到唤醒短信。只需用你的手机发送短信消息 latestarta到号码81010，就可以收到一个唤醒短信来帮助你准时到校。

### New Family Ambassadors

对于一个初到Issaquah高中的人来说，它是一个充满着各种疑问的地方。什么是第7期？有第7期后的交通吗？什么是毕业就业指导中心的要求？谁是我的孩子的辅导员？应该为Driver's Ed做些什么？游泳训练的时间是什么？这些问题不断出现。

即使是经验丰富的父母，也无法回答所有这些问题，但Issaquah高中的PTSA（家长，教师，学生协会）认为，“我们认识的某些人所认识的人……”我们的父母有丰富的信息。一位家长可能不知道他们表演长号的儿子参加什么课程，但他们可以找到这些信息！今年150多个新的家庭加入到Issaquah高中，我们需要分享更多的知识跟经验，使我们的学校更好！如果你想成为Issaquah高中的一名大使，并在整个学年帮助新来的家庭，请联系 Leslie Guajardo，邮箱地址 [leslie.guajardo@gmail.com](mailto:leslie.guajardo@gmail.com)

## Angel Closet计划

你是否有过这样的经历，为你的儿子或女儿买衣服，他们在店里的时候很喜欢，可后来却很少穿？请考虑将这些八成新的衣服捐赠给Angel Closet。我们需要适合青少年穿的各个尺寸的牛仔裤，夹克，上衣和衬衫，尤其是较大尺寸的。如果你有，请将这些衣物放置在标着“Angel Closet”的捐赠物袋子中，交到办公室，他们将被提供给那些没有机会为自己购物的学生们。

Angel Closet计划是一项由Issaquah高中PTSA（家长，教师，学生协会）策划的保密计划。它将满足那些需要Target或者Safeway礼品卡的家庭。你的捐款会给一个正在经历艰难的金融危机的家庭雪中送炭，给予他们一点额外的帮助。

请考虑通过PSTA网站对AngelProgram进行网上捐赠 (<http://issaquahhighptsa.org>，单击程序，天使项目)。你的捐赠确保Issaquah高中的孩子得到食物，学习用品或其他物品的需求。

### Issaquah高中的Resource Handbook

仍然不太了解你的学生应该如何申请大学？请查阅2015年-2016年Issaquah高中Resource Handbook，可以从中了解大学申请过程中的关于“谁，什么，什么时候和为什么”等问题。

### Issaquah高中12月和1月学校活动安排

- 12月3日，星期四：军事代表会，地点在IHS学院就业指导中心。
- 12月21号至1月1日：寒假，学生放假。
- 1月18日，星期一：马丁·路德·金纪念日，学生放假。
- 1月20日，星期三：第一学期期末考试。
- 1月21日，星期四：第一学期期末考试。
- 1月22日，星期五：第一学期期末考试。
- 1月25日，星期一：教师工作日，学生放假。

## LIBERTY高中SAFETY BEHIND-THE-WHEEL

亲爱的家长和监护人：

你的儿子或女儿如果参加Liberty高中的安全驾驶计划“Behind-the-Wheel BTW”，他们将学习到重要的驾驶技能，了解驾驶环境。这对孩子们是有帮助的（但不是强制性的）。它会让学生们在第一次开车到学校之前，已经学到了一些基本的驾驶技能，包括基本的车道控制，转向，加速，和刹车。

Liberty高中的BTW计划包括6个小时的驾驶时间和6小时的观察时间。根据日程安排，学生的课程包括夜间驾驶和在恶劣的天气驾驶。我们将让学生以一种从简单到复杂渐进的方式，得到很多驾驶体验，包括停车场，村路，高速公路，城市街道。我们的目标是让学生体验各种驾驶环境，训练重要的驾驶技术，学会分析复杂的交通状况，感知发展态势，并为Washington州的驾驶员考试做好准备。

显然，我们不可能在6个小时内，教会一个人如何驾驶。所以无论何时何地，多花时间与你的孩子进行实践是非常重要的。经验是没有办法被替代的。我们建议你孩子在学习交通安全类课程的基础上，至少进行27个小时的驾驶练习（每周至少3小时）。华盛顿州现在的驾照法要求，家长在孩子申请第一次许可证的时候签署一份保证书，保证学生在在此之前六个月内拥有50个小时的驾驶经历（其中10小时是夜间驾驶）。

至关重要的是，你的孩子要遵守BTW制定的时间表。学生迟到或无故缺席一次on-street课程，需要支付\$35来重新参加该课程。无法顺利完成BTW课程的学生，将在培训结束后支付每小时\$35的费用，重新参与进来。因此，监控整个过程中你孩子的进步是非常重要的。

我们可以说，在Liberty高中，你的孩子已经通过了交通安全类的课程。州政府部门可能会说，你的孩子拥有获得驾驶执照的资格。但是，只有你，家长/监护人可以决定，是否你的孩子已经足够成熟，具有足够的责任心，或是有足够的经验来与别人分享，使用道路。

请记住：只有你能决定是否你的孩子能在无人监督下开车！

收费标准是什么？

由于州政府对交通安全教育基金的削减，6个小时BTW训练员的指导和汽油的花费都将由学生个人负责，费用是\$525。由于这是先到先得的项目，所以你必须交纳\$100来确保申请到该位置。除非有其他安排，余额需在课程结束后缴清。一旦你的账号成功建立，除最初的押金不能网上支付外，其他余额均可。

请记住，学生必须在开课时，年龄达到了15岁。

如需进一步帮助，请致电Ron Thruelsen(计划协调员)，号码：425-281-3077 或电邮thruelsenr@issaquah.wednet.edu。

### Liberty高中12月和1月学校活动安排

- 12月21号至1月1日：寒假，学生放假。
- 1月18日，星期一：马丁·路德·金纪念日，学生放假。
- 1月19日，星期二：期末考试，7和8学时。
- 1月20日，星期三：期末考试，3和4学时。
- 1月21日，星期四：期末考试，5和6学时（上午10:26放学）。
- 1月22日，星期五：期末考试，1和2学时（上午10:26放学）。
- 1月25日，星期一：教师工作日，学生放假。

### 学校概况

Skyline高中在社区的支持下，建立了强大的传统学术和最具有活力的活动计划。其全面的四年职业生涯教育课程，着力培养学生掌握必要的知识和技能，成功地实现了他们的大专职业/学院的目标。

国际本科学位（IB）是全球公认的高中文凭课程。Skyline高中为低年级和高年级学生们，在各个学科提供IB课程，每个年级都开设有人文学科（英语/社会研究）。视觉和表演艺术（VAPA）在当地的音乐节继续占据第一的位置，并将代表区参加州或全国的竞赛。

## New Program: Cinderella's Closet (灰姑娘的衣橱)

该计划的其中一项是鼓励大家将八成新的女孩/女人的礼服和配件（例如返家和舞会装）捐赠给我们Cinderella's Closet（灰姑娘的衣橱）。灰姑娘计划的目的是让Skyline高中的女孩们在这些特殊的场合感到自己的美丽。今年的另一个新规定是，为男孩/男人租用燕尾服提供Gift Cards。

我们希望你把无污渍的礼服，以及任何配件（鞋子，首饰，头饰和包），从现在起到年底送到Skyline高中办公室。你的捐赠可以抵税，所以PTSA（家长，教师，学生联盟）为你准备了抵税填写单。

因为我们今年新增了燕尾服计划，我们特别需要任何金额的现金/支票捐赠。我们在办公室准备了一个上了锁的捐款箱收集所有现金和支票。所有现金/支票的捐赠是免税的，所以请不要忘记拿收据。

我们很高兴能通过这个机会帮助大家！如果你的女儿想借用Cinderella's Closet里的一件礼服，或你的儿子需要租燕尾服，让他们到Skyline高中办公室找Jill Brandt。所有的请求都将被保密。此外，Pine Lake QFC慷慨捐献胸花和纽扣花给有需要的人。对Pine LakeQFC表示感谢！

如有问题，请联系Skyline高中的Jill，邮箱地址：[brandtj@issaquah.wednet.ed](mailto:brandtj@issaquah.wednet.ed)或Skyline高中PTSA的Leslie Minike，邮箱地址：[leslieminiken@comcast.net](mailto:leslieminiken@comcast.net)。



### Skyline高中12月和1月学校活动安排

- 12月21日，星期一至1月1日，星期一：寒假，学生放假。
- 1月18日，星期一：马丁·路德·金纪念日，学生放假。
- 1月25日，星期一：教师工作日，学生放假。
- 1月15日，星期五：在线课程结束。
- 1月26日，星期二，下午7:00-8:30：9年级和10年级学生的IB信息夜。



# 需要作业辅导吗？ 可以通过图书馆**STUDY ZONE**计划获得免费的辅导

## 什么是**Study Zone**？

**Study Zone**是学生学习，辅导人员和志愿者为学生们进行辅导的地方。

## 谁可以参加**Study Zone**？

学前班至12年级，对任何学科有需要帮助的学生，和每个需要适合的地方来做功课的学生。

任何超过21岁需要攻读GED（普通同等学历证书）的人。

即使你没有问题对辅导者提问，也可以参加到**Study Zone**。

## 它是如何运作的？

辅导者与1至5名学生组成一个学习小组，但不能进行强化的，单对单的辅导。

## 我能得到哪些科目的辅导？

学前班-6年级的学生，可以得到所有科目的辅导，包括MSP / HSPE和SAT测试。

7-12年级的学生可以找到一个辅导者，为其进行本科预科水平的辅导。

## 辅导者除了英文还有其他语言技能吗？

是的。辅导者可以帮助你学习一门外语。如果你是一个英语学习者，辅导者可以用你熟悉的语言进行辅导。想要了解更多信息，请致电（425）369-3312或电邮至 [apoyner@kcls.org](mailto:apoyner@kcls.org)。

## 我需要带什么去**Study Zone**？

带你想要学习的资料和相应的资源材料，例如：  
为了完成作业所需要的说明，课本以及阅读资料。  
你想练习一定的技巧，所需要的工作表或其他工具。  
你复习考试的笔记或练习材料。

## 我如何加入**Study Zone**？

你可在任何时间加入到**Study Zone**，你并不需要注册或提供个人信息，并可控制自己参与的时间。

## 它的费用是多少？

**Study Zone**是免费的。

## 谁是辅导者？

辅导者来自于我们的社区。这些志愿者已经通过华盛顿州的背景调查，并完成了培训。志愿者的年龄广泛，从高中三年级到退休成年人。资金和**Study Zone**的支持来自于King County图书馆系统基金会。

## **Study Zone**时间表：

**Study Zone**的时间表会经常更新，偶尔情况下，临时的志愿辅导者会缺席。可从此网站 [www.kcls.org/studyzone](http://www.kcls.org/studyzone) 获取最新信息，或者前往学习区**study Zone** 前联系King County图书馆系统进行查询。

Bellevue图书馆：星期日，星期二和星期三，下午3:00-7:00。星期一和星期四，下午4:00-8:00

Issaquah图书馆：星期三和星期四，下午6:00-8:00

Newcastle图书馆：星期二，下午4:00-6:00。星期三，下午3:30-5:30

Renton图书馆：星期一，下午4:00-6:00。星期二，下午5:00-7:00，星期日下午2:00-4:00



## Issaquah Food and Clothing Bank (食品和服装银行) 的节假日礼物谷仓活动 Holiday Gift Barn

欢迎你加入节日礼物谷仓计划。Issaquah Food Bank (食物银行) 很荣幸能成为这个计划的一员, 在这个假期为各个家庭送去欢乐和温暖。该计划的目标是与18岁以下的孩子们分享礼物, 或赠予其礼物, 来帮助他们的家庭。Pickering Barn被改造成一个大型的玩具商店, 方便家长为孩子们选购礼物。

这种购物式的计划使消费者与捐赠者收益更大。

家长能够挑选出自己孩子想要的礼物。

家长能够确切地知道他们收到的东西, 将其打包作为礼物送给孩子们。

每个孩子都将从该计划中收到相同数量的礼物。

捐助者需知道, 我们所有的礼物都将支持Issaquah学区有需要的的孩子们。

Gift Barn活动时间表:

12月7日, 星期一, 下午1:00-7:00和周12月8日, 星期二, 下午1:00-7:00:

将礼物送至Pickering Barn。

12月9日, 星期三, 上午11点-晚上7点: 客户购物/志愿者日。

12月10日, 星期四, 上午11点-下午6点: 客户购物/志愿者日。

12月11日, 星期五, 上午8点-12点: 包装礼物, 设置清扫/志愿者日。

联系信息:

Issaquah Food and Clothing Bank: (425) 392-4123

志愿者 (必须提前注册成为志愿者):

<https://www.issaquahfoodbank.org/volunteer>

### St Joseph Catholic Church:

每个月第一个星期五的早上7点, 在St Joseph Catholic Church举行Spanish Mass, 地址在 250 Mt. 98027 SW Park Blvd.

St. Joseph Church也邀请您在12月11日晚上7点来共同庆祝the Feast of Our Lady of Guadalupe。Mass之后, 将有大型聚会, 欢迎您带食物来与大家分享。

## 什么是Issaquah学校的志愿者团体（VIS）？

Issaquah学校的志愿者团体成立于1977年。它是由社区成员组成的非盈利501 c) 机构。目的是促进Issaquah学区的Bonds和开征投票措施的通道。它是由社区志愿者完全运行。

为什么VIS参与这一过程呢？

学区的财政资源只能用于ballot measure有关的事项。法律规定学区禁止使用纳税人的钱用于推进bonds和levies. 所以，VIS可以更好的推动Issaquah学区的bonds和levies, 并将这些信息传达给投票人。

School Bond(学校债券)能用于什么方面呢？

School Bond(学校债券)可以为建设学校（例如盖新的校舍，获取土地资源，翻新和修理建筑物内的设备和系统）提供资金，以确保学生在安全，可靠和现代化的教室获取知识。School Bond(学校债券)选举要求60%的选民批准才能通过。

### \*\*\*\* 2016 Bond Feasibility Committee \*\*\*\*

在2016年4月1日-5月6日之间举行的会议中，Bond可行及发展委员会拟定出重要的设施需求，规划出bond measure, 并在2016年春季通知广大的投票者。这个委员会由社区社员，商业经营者，每个学校的代表组成。委员会的任务有考量被提议的项目，总的花费，以及税对其的影响。进而将建议性的bond交予监督人，最后获得School Board的批准。

2016年被推荐的项目包括：

为四所新的学校收购土地  
新的综合性高中  
新的中学  
两所新的小学  
重建Pine Lake中学  
翻新Beaver Lake中学  
扩建/装修Discovery小学  
扩建/装修Endeavor小学  
扩建/装修 Cougar Ridge小学  
扩建/装修Sunset小学  
扩建/装修Maple Hills小学  
将Clark小学扩建到32间教室  
扩建/装修管理中心大楼

为交通运输收购土地

请访问<http://www.issaquah.wednet.edu/2016-school-bond-feasibilit>, 查询更多拟议的项目，以及费用等详细清单。



在你孩子的学校做志愿者是非常重要的事情。



Fotografia por Jenn Sauer

Rebecca Maljak是两个孩子的母亲。作为Issaquah Valley小学一位令人骄傲的母亲，她积极地参与孩子们的教育。在多个志愿者角色中，她担任Issaquah Valley小学的艺术导赏，是Issaquah Valley小学bi-annual PTA auction的主席之一，同时还是女儿拉拉队的出色教练。

像Rebecca这样的人，使我们学校成为一个很棒的做志愿者的地方，让大家都能成为真正的朋友。感谢你，Rebecca，抽出时间接受我们的采访，并为你奋发向上的精神喝彩！

**Cultural Bridges:** 你在Issaquah学区多长时间？

Rebecca: 这是我的孩子们在Issaquah学区上学的第三年。

**CB:** 在此之前，你们在哪？

R: 在搬来华盛顿州之前，我们住在南佛罗里达州。我的女儿在公立学校读过学前班和一年级的。我的儿子在一家私立幼儿园读书。

**CB:** 那有很多英语作为第二语言（ESL）的家庭吗？大概有多少呢？

R: 我们在佛罗里达州上学的学校大约有16%的拉丁裔和8%亚裔家庭。大概一共有10-15%ESL家庭。

**CB:** 你有没有看到任何ESL家庭，在现在的这所学校做志愿者？

R: 有的。我看到很多ESL家庭在Issaquah Valley小学做志愿服务。每周至少2-3次。

**CB:** 在你看来，在学校做志愿者最大的收获是什么？

R: 在学校做志愿者，能够发展与教师，职员，其他志愿者，以及其他学生的良好关系。我相信，通过在学校里做志愿者，为孩子们树立了更好的榜样，教会他们回馈社会。在学校做志愿者，也让我的孩子们感受到，我对他们教育的重视。他们也觉得，在学校看到我是一件很特别的事情。志愿者服务让我感受到，将时间奉献给这么重要的场所真是棒极了。对我来说，没有比孩子们的健康和教育更重要的了。

**CB:** 你认为学校的多样性会有所帮助吗？

R: 学校里的多样性，可帮助孩子们更好的面对现实世界。美国是一个非常多元化的国家，了解其他文化，有助于孩子之间的相互关系。文化多样性有助于孩子了解不同的观点和信仰。

**CB:** 最后，你还有什么需要陈述的吗？

R: 在你孩子的学校做志愿者是非常重要的事情。不要小看这一两个小时的价值。

## Music and Lyrics (音乐与歌词) The Advantages of Early Musical Training (早期音乐训练的优势)

By Rita Wirkala

当我和弟弟小时候，无法用语言来表达自己时，我的爷爷曾告诉我们，“用歌声唱出来！”我一直认为这个建议来源于他的意大利血统，但现在我知道它具有更好的含义。我明智的爷爷是在阐述一个古老而直观的观点：音乐和语言之间有着密切的联系，而且前者（音乐）有利于后者（语言）的发展。

后来，我阅读了关于音乐技能与语言学习能力的关系之类的文章，并将此归因于一个纯粹的有关音乐旋律的问题：音乐感或者“用音乐思考”应该有助于捕捉外语的“基调”。这是有道理的，但还远远不够。怎么可能一个好的用来听音乐的耳朵就能够帮助消化语法结构和词汇的细微之处呢？

我最近遇到了一些更加有见地的信息。Lisa HENRIKSSON -Macaulay, 在2014年2月27日，发表于The Guardian, 题目为“音乐家是更好的语言学习者吗？”的文章指出：“研究发现，7岁以前学习音乐的孩子拥有更丰富的词汇量，能更好地理解语法，通常具有更高的verbal IQ。此外，这些人更容易在成年以后学习一门外语。”她还指出，学习阅读和音乐是促进智力，语言甚至情绪发展的唯一行之有效的方法。

幸运的是，她补充说，没有必要采取“Mother Tigris”强迫儿童每天练习几个小时乐器的制度。一个星期一个小时的音乐练习是足够的。

芬兰的一个广泛调查发现，普通公民可以讲三到五种语言。芬兰的孩子7岁开始才上一年级，而不是更早的年龄。但音乐训练却从很小的年纪就开始了，例如音乐游戏和歌曲。这种从音乐中获得的益处，用于未来的各个领域，包括读写能力。芬兰学生在语言，数学和科学的国际测试中都获得最高分。

在我最近访问该国期间，我亲自见证了芬兰人的音乐天赋。在那里，几个家庭成员聚到一起即兴演出是非常普遍的。

我们知道，在儿童成长期，当孩子学说话时，大脑对处理声音之间的细微差别更为敏感。这种敏感性不仅延伸到发音，而且延伸到语音，语调，措辞；总之，每一项都和音乐息息相关。音乐往往刺激影响大脑的其他领域，以及相互作用有利的神经，使语言的到更好的实践。

还有一个进化的原因：人类的音乐是在50万年前产生的；但语言只在大约20万年前展开。也就是说，音乐是世界上最古老的语言，后发展成口语。这可以解释为什么音乐和语言的脑部领域是重叠的。

很多人都遇到过四五岁就已经知道字母表，可以读取整个单词的孩子。相比我们自己的孩子，这可能会产生内疚和嫉妒感。不过请放心，没有证据表明，在5岁或6岁识字就会有持久的利益。相反，花时间玩耍和探索很多与音乐相关的东西，可能会使他们在以后的各个领域受益匪浅。

Rita Wirkala是“El encuentro”的作者。获得过International Latino Book Award 颁发的immigration awarded的小说家。

# Great Education

*for every student, every school.*

**It takes a great community to build great schools.**

Make sure our schools can help your child—and every child—succeed.

From leading-edge STEM curriculum to financial literacy, arts programs to after-school tutoring, you ensure that kids of all abilities have the support they need to navigate their own unique paths to success.



**All in**  
*for kids*  
ANNUAL FUND CAMPAIGN

**Donate today.**

**isfdn.org**



ISSAQUAH  
SCHOOLS  
FOUNDATION