

kids 岁

beijingkids

带孩子去滑雪

Hit the Slopes for Family Fun!

**5个大型购物中心
等你来畅游**

Shop 'Til You Drop at These
Five Fantastic Malls!

神厨教你做大餐

Top Chefs Team up With Cute Kids
to Prepare Festive Feast

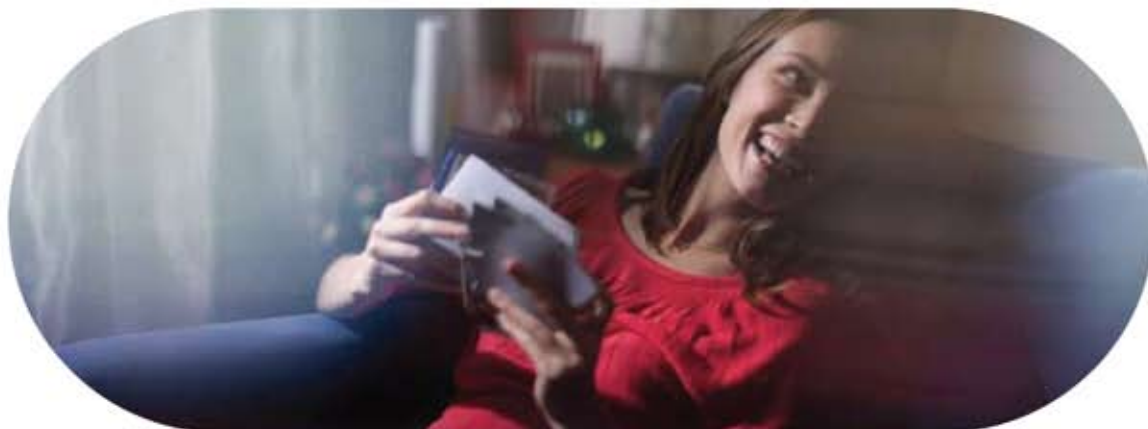
封面故事

留在城里度假 - 5家顶级酒店推荐

5个家庭体验报告

Staycation Special: Five Families Share Their Experiences
at Five Top Resorts in Town

Modern living at history's doorstep
Your new home in Beijing



Prominently located in the heart of Wangfujing district, our apartments bring together all the modern comforts of home and the charm of living in the historical capital. You can unwind at our rooftop pool; and indulge in modern cuisines at our restaurant. Then, journey back to the days of emperors and palaces just minutes from your doorstep. Welcome to The Imperial Mansion, Beijing - Marriott Executive Apartments. Settle in at www.meabeijing.com


Marriott
EXECUTIVE APARTMENTS
THE IMPERIAL MANSION - BEIJING

you don't stay here. you live here

Beijing's essential international family resource

beijingkids

Home & Relocation Guide



To order this indispensable guide,
email distribution@truerun.com
or download PDF copies at
beijing-kids.com



**Prevention
预防**

**Diagnosis
诊断**

**Treatment
治疗**

**Rehabilitation
康复**



UFH is China's only healthcare network
to receive multi-city JCI quality accreditation.
和睦家医疗集团是中国唯一拥有
JCI质量认证的连锁医疗机构



Beijing United Family Hospital and Clinics 北京和睦家医院

2 Jiangtai Road, Chaoyang District, Beijing 100015 北京市朝阳区将台路2号 100015

Tel: +86 (10) 5927 7000

24 ER 急诊: +86 (10) 5927 7120

Website 网址: www.ufh.com.cn Weibo 微博: @北京和睦家医院



Pioneering the
new
international
standard of
comprehensive
care

完整的国际化
医疗服务体系链



United Family Healthcare
和睦家医疗



09

卷首语 Editor's Note

社区报道 Essential

10 编辑精选

Top 10

12 活动备忘录

Events

16 社区热点

Noticeboard

22

封面故事 Cover Story

留在城里度假

Staycation Special: Five Families Share Their Experiences at Five Top Resorts

话题 Features

34 京城购物新地标

Shop 'Til You Drop at These Five Fantastic Malls

38 节日大餐，神厨来帮忙

Top Chefs Team up With Cute Kids to Prepare a Festive Feast

健康 Health

56 鼻子的故事

The Nose Knows: How a Septoplasty Changed My Life

58 做孩子最好的朋友

To Be the Best Friend of Your Kids

为人父母 Parenting

父母社区

Parents Corner

47 去，和坏孩子玩吧

Bad Grades Don't Create Bad Playmates

49 说或不说，早上都好

Superficial Salutations?

我家在北京

My family in Beijing

70 艺术之家的肆意与理性

JinR and Robbie's Story - Blend Art and Family Life

专家课堂

Expert's Voice

84 我的另一半相信完全不同的父母之道

What to Do When Your Spouse Has a Different Parenting Style



教育 Education

学校聚焦

School Focus

44 启明星双语学校考察报告

Parent Perspective: Daystar Academy

教育关键词

Education ABC

48 什么是蒙台梭利

Explainer: Montessori Education

留学

Study Abroad

50 求学在彼岸

First-Hand Stories From Overseas

为师之道

Feature Educator

52 访北京蒙特梭利国际学校

创始人、总校长Caroline Chen

Beijing's Montessori Pioneer on What It Takes to Get Your Child a Good Education

成长对话

When I grow up

54 我想当个游戏开发员

I Want to Be a Game Developer

未来艺术家

Blank Canvas

72 来自乐成国际学校的另类摄影

Picture Perfect With the BCIS's Photography Department



74

分类信息 Directory

学校名录

School

课外活动

After School

家庭餐饮

Family Dining

健康

Health

购物及其他

Retail & Others

家庭摄影

Photography Studios & Services

家庭娱乐 Playing

宝贝相片

Baby Photo

15 天真表情

Cute Faces

出去玩

Weekend Outing

60 带孩子去滑雪

Hit the Slopes for Family Fun!

看世界

Family Travel

65 帅帅一家的泰国之旅

The Thailand Adventure of Shuaishuai's Family



本期的封面小模特叫李佳臻，4岁9个月，就读于金色摇篮幼儿园。他和他的姐姐（10岁，就读于芳草小学）、爸爸妈妈一直居住在北京。他性格开朗，喜欢唱歌游泳。
服装提供：GAP
场地提供：北京饭店莱佛士
摄影：美国乐童万色儿童摄影机构

WOMEN OF CHINA



《中国妇女》英文刊 2013年1月(下半月) 随刊赠送

WOMEN OF CHINA English Monthly
Sponsored and administrated by ALL-CHINA WOMEN'S FEDERATION
Published by WOMEN'S FOREIGN LANGUAGE PUBLICATIONS OF CHINA
Publishing Date: November 15, 2012

WOMEN OF CHINA English Monthly
中华全国妇女联合会主管/主办
中国妇女外文期刊社出版
本期出版时间:2012年11月15日

Adviser 顾问 彭珮云 PENG PEIYUN
中华全国妇女联合会名誉主席 全国人大常委会前副委员长
Honorary President of the ACWF and Former Vice-Chairperson of the NPC Standing Committee

Adviser 顾问 顾秀莲 GU XIULIAN
全国人大常委会前副委员长

Former Vice-Chairperson of the NPC Standing Committee

Director & Editor-in-Chief 社长·总编辑 YUN PENGJU 恽鹏举

Chief Editor 主编 WEI LIANG 位亮
Executive Publisher Jingbo Wu
Managing Editor Helen Fan
Editor Grace Gui
Intern Alice Zhu, Louis Xu
Contributing Writers Aileen Wu, Shiqi, Carol Zhang, Ellis Friedman, Sijia Chen,
Yu Xin, Kathryn Tonges, Cun Toushu, Shui Wenlu

Editorial Consultant 编辑顾问 ROBERT MILLER (Canadian) 罗伯特·米勒 (加拿大)

Director of Sales Department 广告发行经营部主任 XIA WEI 夏巍
Tel 6522 5376

Legal Adviser 法律顾问 LI XUESEN 李雪森

Advertising Agency Immersion International Advertising (Beijing) Co., Limited

广告代理 深度体验国际广告(北京)有限公司

Advertising Hotlines 广告热线 5820 7700 / 5820 7883

Fax 传真 5820 7895

Printing 印刷 C&C JOINT PRINTING CO., (BEIJING) LTD. 北京华联印刷有限公司

Address 本刊地址 WOMEN OF CHINA English Monthly 《中国妇女》英文月刊
15 Jianguomennei Dajie, Beijing 100730, China
中国北京建国门内大街15号 邮编:100730

国际标准刊号 ISSN1000 9388

国内统一刊号 CN11-1704/C

随刊发行, 免费赠送

第一本关注国际化教育和北京都市家庭生活的中文杂志

kids 菁

beijingkids

**第一本关注国际教育和
国际化家庭生活方式的中文杂志**

The First Chinese Magazine for
International Education and Family Lifestyles

- 提供国际化教育信息和生活体验
- 及时详尽的活动讯息和分类信息
- 深入北京地区家庭和社区生活
- 递送到户的贴心服务

Editorial 编辑部:

5820 7100/7700 转814或811, 邮箱 jing_editor@truerun.com

Advertising 广告部:

5820 7100/7700 转826, 邮箱 jing_sales@truerun.com

Marketing 市场部:

5820 7100/7700 转851, 邮箱 jing_marketing@truerun.com

Distribution 发行部:

5820 7100/7700 转870, 邮箱 jing_distribution@truerun.com



<http://weibo.com/jingzazhi>

新浪blog

<http://blog.sina.com.cn/u/3051546355>





A Publication of
True Run Media

Helping the international community get the most out of life in Beijing

True Run Media 出版制作

Advertising Agency

Immersion International Advertising (Beijing) Co., Limited

广告代理

深度体验国际广告（北京）有限公司

Tel/ 电话: 5820 7100 / 7700

Fax/ 传真: 5820 7891

Advertising Hotline/ 广告热线: 5820 7700 / 5820 7883

General Manager 总经理 魏思得 Michael Wester
Operation Director 运营总监 马春蕾 Toni Ma

Executive Publisher 执行出版人 吴竞波 Jingbo Wu
Executive Managing Editor 执行主编 范吉慧 Helen Fan
Editor 编辑 桂桂 Grace Gui
Contributors 撰稿人 伍娜 Aileen Wu, 十七, 张京阳 Carol Zhang,
付雯莉 Ellis Friedman, 陈思嘉, 昱心, Kathryn Tonges, 村头树, 水纹路

Intern 实习生 朱云琦 Alice Zhu, Louis Xu
Chief Art Director 首席艺术总监 龙洵宗 Jacopo Della Ragione
Art Designer 设计 贺娟娟 Helen He
Visual Editor 视觉编辑 郭挺 Joey Guo
Photographers 摄影师 隋思聪 Sui, Mitchell Pe Masilun, 洛娃 Lova
Advertising Designer 广告设计 贾静 Yuki Jia

Editorial Planning Director 编辑总监 詹家伟 Jerry Chan
Director of Digital Communications & PR 数码媒体公关总监 肖毅恩 Iain Shaw
Sales 销售部 王丹 Ivy Wang (经理), 艾雪儿 Ashley Lendrum, Carren Andreo Winters,
子雨 Lynn Cui, 孙珊珊 Amy Sun, 胡晓娜 Sheena Hu, 赵金钰 Stacy Zhao
Marketing & Distribution 市场发行部 张萌 Shana Zhang (经理), 杨晓彬 Victoria Yang, Lia Tjahjodihardjo,
曹月 Cao Yue, 俞阳 Medy Yu
IT 白德 Badr Benjelloun (CTO)
Finance 财务部 姬丽娜 Lisa Ji (经理), 赵蕊 Judy Zhao
HR & Admin 人事部 王盈 Denise Wang (经理), 何思玉

Editorial 编辑部 5820 7100/7700 转814或811, 邮箱 jing_editor@truerun.com
Advertising 广告部 5820 7100/7700 转826, 邮箱 jing_sales@truerun.com
Marketing 市场部 5820 7100/7700 转851, 邮箱 jing_marketing@truerun.com
Distribution 发行部 5820 7100/7700 转870, 邮箱 jing_distribution@truerun.com



<http://weibo.com/jingzazhi>

<http://issuu.com/jingkids>

<http://blog.sina.com.cn/jingkidszazhi>



孕育在感恩节的《菁kids》

《菁kids》的孕育始于3年前。09年感恩节刚过，我们一家三口就直奔亮马河花卉市场，去挑选一棵“散发针叶香味”的圣诞树。

几百棵圣诞树大概分三四家卖，最热情是一位四五十岁的北京大姐，穿一件沾满尘土无法分辨出颜色的羽绒服，双手和脸上都布满了皴裂的口子，刻下了经年的风吹日晒。我看好一棵圣诞树，大姐要价600元，我调动自己的谈判细胞，以550块成交买下。

大姐边点钱边念叨，让我确信自己落了大便宜。抬眼看见突然出现在我身边的大鼻子麦克，问道：“你老公？”我点头。

“他是哪国人？”大姐突然兴奋起来。

“波士顿的，美国东三省农村的！”我有点儿担心她反悔，会把我奋力砍下的50块钱要回去。

“是吗？唉，帮我问问他，现在美国大学是不是都不给奖学金呀？”我有点惊讶这个问题，但窃喜她关心的虽是钱，却不是我那50块钱。

“我儿子在美国上学呢！初中就送去了，现在都六年啦！在那个XXXX，离你老公家近吗？”她说了一个地名，我完全没有听说过，倒是麦克点点头，告诉她那个地方离波士顿很远，在中西部。

“我特别想找个人问问，现在我儿子告诉我升大学没有奖学金，还要我来付学费，他从初中到现在，每年光学费就三十多万人民币，怎么能大学申请不到奖学金呢？美国大学不都有奖学金吗？”

看到我脸上无法掩饰的困惑，大姐给我讲了整个故事：

她家位于二环附近的老宅子拆迁了，补偿款好几百万。当时青春期的独子叛逆不听话，夫妇俩觉得钱反正是留给儿子的，不如投在他身上让他成才吧！听从了自己身边一个做留学中介的朋友的话，花大价钱托他把青春期的儿子弄到了美国上学。而夫妇二人从未停止自己的劳作，每天做小生意，卖花卖树卖杂货作一切可以做的买卖。

在回家的路上，麦克沉默良久，冒出一句：“I have to hate my kid so much to send him to such a place.”（我得恨死自己的孩子才把他送到那个地方去）。他说那个地方在美国是出了名的不知名，教育保守落后，水平远不及北京郊县的普通学校，基本相当于把北京孩子送到了甘肃山区去上学，只不过说一口有乡土口音的英语罢了。

那天，麦克和我讨论了很久。圣诞树大姐谈到孩子时的期待、困惑、焦虑、无助引发了我们的全部讨论。

脱去我们所有人职业、地位、身份、教育背景的外衣，我们都是那个站在寒风中的圣诞树大姐，那个为了自己孩子的未来不惜倾其所有的妈妈！可是当我们倾尽所能就能换来正确的选择吗？“国际教育”在财富增长、需求增加的当下，成了最热门的商品，众多机构贴上“国际教育”的标签向我们这些父母兜售美好的未来，快乐成才的梦想。各种信息论点扑面而来，但其真伪难辨，更无从理性选择。

那天，我们决定要打造一个平台，提供一个可以信赖的工具，用我们10多年来服务北京国际社区的经验，借助我们出版英文beijingkids积累的资源，为在京中文家庭提供客观、真实的国际教育和生活方式的信息、资源、观点和案例。

在各类专家漫天飞的今天，我们坚决不给自己贴上专家的标签；也坚决不去盲目的拉来各类专家充门面；我们仔细甄别，认真筛选，深入北京的国际社区，采写分享所有成功和不成功的故事，我们邀请真正教育践行者为我们分析讲解。

每个父母都有最好的潜质成为专家，因为我们心底对自己孩子的挚爱；每个父母又都需要学习才能成为合格的父母，因为我们常因爱的强烈而迷失方向，以爱的名义误导行动和选择。

借用执行出版人竞波在创刊号的寄语：“It's a journey. We share, and we care.”

马春蕾

True Run Media 联合创始人，运营总监



马春蕾 Toni Ma

True Run Media 联合创始人，运营总监。与来自美国的先生 Michael Wester 共同创建经营 True Run Media。在力争做好5岁混血女儿妈妈的基础上，掌管公司的销售、财务和人事管理。她是土生土长的中国人，英语流利，致力于促进中西方文化沟通，推动True Run Media 为中文读者打造最好的出版物是她梦想。新浪微博@ToniMa



吴竞波 Jingbo Wu

北京人，在美国学习工作了15年，曾任职于美国联邦快递公司和盖璞时装公司市场管理职务。后全家搬到上海。在上海的8年中，加入由两个妈妈朋友创办的一家英文家庭杂志，负责广告并撰写专栏。有两个女儿，Jamie (12岁) 和Corie (9岁)。2011年7月回到北京，作为执行出版人加入《菁kids》杂志。关注教育，关注父母社区学校活动，喜欢读书看电影，享受与家人共度周末。新浪微博@JingboBJ



范吉慧 Helen Fan

《菁kids》杂志执行主编，已在北京生活18年，是两个孩子的妈妈。从事媒体工作十余年，从《青年时报》、ELLE、VOGUE到Yoga Journal，工作领域从都市新闻、时尚话题到回归内在心灵，她逐渐转入内在的探索，成为一个心理学爱好者。因为孩子，她更加热爱生活，因为育儿，她的生命更加完整。她很乐意体验并分享她的《菁kids》生活：精彩、经典、经历、京味儿。新浪微博@六姐小慧。



桂桂 Grace Gui

2011年刚晋级为新手妈妈，2001年来北京，至今已12个年头。学习法语和国际新闻专业的她对中西文化都很着迷。加入《菁kids》杂志前，曾在广播、电视等媒体工作，担任大学老师和在英法双语月刊ChinAfrica 经济版担任编辑记者。儿子的到来让原本对孩子不感冒的她成了孩子迷，玩起来“疯疯癫癫，一点样子也没有”。现在有关教育和成长的一切话题都是她的菜。新浪微博@GGLana。



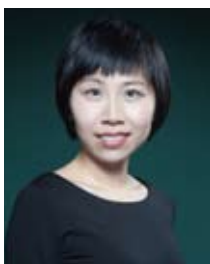
詹家伟 Jerry Chan

True Run Media的编辑总监。出生在美国德克萨斯州的休斯敦，在北京生活了14年。他的妻子是位土生土长的北京人，现在他们有一个4岁的女儿 (Marianne) 和一个5个月大的儿子 (Evan)。Jerry热爱音乐、美食、旅行，而且很享受家庭生活。新浪微博和推特@jchan53。



龙洵宗 Jacopo Della Ragione

意大利人，从小在佛罗伦萨长大，2001年来到北京。他先是在一家中文家庭杂志工作了6年，然后加入了True Run Media团队。他的儿子Sirio是名混血，现在2岁，正是“混世小魔王”的年纪。新浪微博上的“@毛叔叔v”不太活跃，就是他。别忘了加v哦！



伍娜 Aileen Wu

原为《父母世界》杂志专题编辑，负责“教育新概念”栏目。女儿的到来让她感受到陪伴的意义和乐趣，于是辞去编辑职务，变身自由撰稿人，为《菁kids》、《好主妇》、《父母世界》、《我和宝贝》、《妈咪宝贝》等多家时尚、育儿杂志撰写与孩子心理行为、妈妈心理相关的文章。



张京阳 Carol Zhang

地道的北京人，资深媒体人。十多年来，先后在《宠物·生活》、《健康顾问》、《职业女性》、《妈咪宝贝》、《母子健康》、《摇篮》、《中国民航》、《父母必读》担任编辑、策划、撰稿，负责市场版面选题、拍摄，与市场、销售部门合作，并对杂志整体内容进行把握。《菁kids》特约撰稿人。



贺娟娟 Helen He

《菁kids》杂志美编，资深平面设计师，2005年来到北京，一直就职于True Run Media，多年从事英文杂志广告设计及市场活动的系列设计，积累了丰富的设计经验及职业审美。《菁kids》杂志是True Run Media的第一个中文产品，作为设计师也是一个全新的平台。她爱设计，爱生活，爱旅游，也爱单车。新浪微博@贺小茶



十七 Shiqi

天津人，北京媳妇儿，从南开大学到澳大利亚FLINDS一直研读经济类学科，毕业后始终在德国公司作白领，从事市场管理工作，结婚后辞职作自由撰稿人，出过书、当过导演，她对3岁女儿的态度很明确，你是我的闺蜜，你是我的朋友，你是独立的一个小女人。



“圣母”也要休假

Get Yourself a Break

距离圣诞节还有两周，我又一次拒绝了高中死党的腐败邀约——借口很烂：忙！这是两个月来我第4次拒绝她的约会。死党发来威胁绝交的短信，言简意赅：“像你这样儿的，以后不带你玩了！”

“像我这样儿的”究竟是哪样儿？用死党的话说——“圣母”！

看看我的日程表您就明白了。工作日：早起，给娃喂奶，洗漱，吃早饭，出门上班，白天见缝插针吸奶，下班背奶回家，亲喂，陪玩，晚饭，给娃洗澡，陪玩哄睡，夜奶无数……至于周末，娃不会睡懒觉，娃醒我就起，依旧亲喂，陪玩，最珍贵的时间是娃睡着以后。想溜走自己high，可以，不嫌累的话！在奔四的年纪，熬一会儿得修补一星期。得，还是娃睡自己也赶紧睡吧。这还没考虑突发状况，比如孩儿头疼脑热啦，孩儿爸出差不在家啦，家里老人生病啦，公司活动啦。

至于节假日，任何计划都不得不考虑小人儿的需要。策划一次出行……不说了，如果你有娃，你懂的。

所以，“圣母”不过节，也没有假期。每当死党吐槽：不就是当妈了吗，至于那么夸张？！过节也不能休息？我总忍不住更加“圣母”一番：作为一个孩子刚满一岁、目标是至少母乳到两岁、坚持深度育儿的职场妈妈，我想尽可能多的陪伴孩子，满足孩子……

“圣母也得休假！一个不给自己时间的妈能给儿子带来什么？”这一次，当我又试图用老一套说服死党时，她一下就击中了我心窝。

当妈以来，我最大的感受就是没有了自己的时间。我试图用我可能的每一分钟陪伴孩子，把它作为为人母的必要担当。但我居然没有认真思考过，如果全心育儿变成一种强迫症，我的家庭、我的孩子、我的朋友能获得什么积极的影响！

我终于明白为什么委屈和埋怨时常在我胸中发酵，因为没有人的生活只被一个主题主导。当妈难道不该是一件充满欢乐的事情吗？

所以节日来了，找乐子，别找借口！

作为本刊编辑，最大的福利就是可以比读者早几天得到所有玩乐信息，好吧，

滑雪——娃太小，明年吧。

留在城里度假——听起来不错，元旦就这么过吧。

购物中心——靠谱！带娃，立马，走起！

桂桂

编辑

TOP 10 编辑精选

▶ 您有适合亲子参与的精彩活动想发布在《菁kids》的活动备忘录上吗？赶快联系我们吧！Email: jing_editor@truerun.com, 电话: 5820 7100/7700转814或811



2013年北京kids & 《菁kids》国际教育择校展

该展览为beijingkids和菁Kids印刷版择校指南的真实现场版。展会旨在为家长提供一次性解决问题的学校信息，同时为他们提供一个深度“观摩”学校的机会。展会将针对在北京居住的国际家庭和有国际生活理念的家庭，帮助他们为孩子寻找多种类、多元文化的教育。（图为beijingkids 2012择校展）

时间：2013年3月3日10:00-16:00

地址：朝阳区亮马桥路50号凯宾斯基饭店玉宴会厅

儿童成长与早期多语种教育讲座

主讲人为好思之家幼儿园（HOK）语言治疗师Gerda Müller，活动免费。

地点：好思之家幼儿园维多利亚花园公寓校区（朝阳区朝阳公园西路15号）

时间：2013年1月23日19:00

电话：6538 2624

电邮：info@house-of-knowledge.net

急救知识讲座

讲座在维世达诊所举行，提供免费午餐。需发邮件预订。

时间：2013年1月17日12:00-13:00

网址：www.vista-china.net

电邮：kate@vista-china.net

GT博识美语 探索式冬令营

来自美国、加拿大、英国的精英教研团队，全新打造的探索式学习课程。四大主题工作坊——食物探索坊，金融探索坊，艺术探索坊，体育探索坊，让孩子发挥创意、主动思考、积极探究，百分之百外教全天带队，体验英文浸入式环境。价格：2580元。

时间：2013年1月28日-2月1日 9:00-16:00

地点：朝阳区望京西路北小河公园东门博识梦飞幼儿园（望京园区）；海淀区万柳东路阳春光华枫树园北会所（万柳园区）；海淀区蓝靛厂路汇博大厦西侧5层（世纪城园区）

电话：400 663 3282



冬季网球训练营

训练营教练Russ Bucklin是来自美国西北部顶尖青少年网球教练之一。他近年的学生多次赢得华盛顿高中网球比赛冠军和国家巡回赛冠军。详情请电话或邮件咨询。

常规项目（8岁以上）：9:00-12:00；13:00-16:00

初学项目（适合7岁以下的儿童）：16:00-18:00

地址：朝阳区麦子店西路3号新恒基国际大厦17层（女人街旁）

电话：139 1177 3871

电邮：www.zhao@yahoo.com

神话舞台连续剧《西游记》

本剧将分三部依次上演，近期继第一部之后，新推出了第二部和第三部，把《西游记》里的经典故事串联起来，每一部分既独立又互相联系。演出集音乐、舞蹈、功夫、台词为一体，在舞台上创造出梦幻般奇特意境，用视听感受古典名著。

时间：2013年2月2日-3日（第一部）；2013年2月12日-13日（第二部）；2013年2月23日-24日（第三部）

地址：中国儿童剧场（东城区东安门大街64号）

订票电话：400 610 3721



长城脚下过新年

和家人朋友一起在长城脚下举办火锅聚会过新年。餐厅提供多种美食和饮料。首位12-24岁的客人238元/人，其他客人188元/人，4-12岁儿童98元/人，4岁以下免费。最少12人成行。（图为慕田峪小园）

时间：2013年1月19日-2月8日 19:00-22:00

地址：怀柔区慕田峪小园餐厅

电话：6162 6506

网址：www.theschoolhouseatmutianyu.com

2013年慢养育亲子农耕课

2013年，慢养育论坛继续推出农耕课，课程贯穿春夏秋冬四个季节，紧密结合当时的节气和农作物特点寓教于乐，让孩子参与当季农事活动，学习相关动植物知识。除了深受孩子喜爱的天福园农庄的张志敏老师讲解外，还会不定期邀请植物学和昆虫学方面的老师指导孩子。课程费用：年卡1500元，限一个家庭不限次数使用。十次卡2000元，可多个家庭合用。单次收费300元/次/家庭。

时间：从2013年3月1日开始每个隔周的周六上午

地点：北京市房山良乡镇江村天福园有机农庄

报名电话：于老师 13 43642 0911或training@manyangyu.com

儿童剧《白雪公主》

“王子和公主从此过上了幸福的生活。”没有听过这个故事的童年会少了很多美好的体验。让孩子在梦幻的年纪大力梦幻吧，到剧场实现她们的“公主梦”。

时间：2013年1月15日

地址：保利剧院（东城区东外南大街14号）

订票电话：400 610 3721

北京王府井希尔顿儿童烹饪课堂

北京王府井希尔顿酒店应广大“小厨师”们的需求，每周精心安排两种体验课堂。种类也由最初的简单小饼干制作，到一系列可口的菜肴和甜品。每周主题不尽相同，孩子们可将课堂上制作的美食带回家。妈妈们还可以为孩子特别定制“生日会烹饪派对”或者更多主题烹饪派对。烹饪课价格：150元

时间：每周六15:00-17:00

地址：北京市东城区王府井东街8号北京王府井希尔顿酒店

电话：5812 8888



Events

活动备忘录

时间：2013年1月26日-27日



郑渊洁童话剧《罐头小人》

演出

人偶剧《白雪公主与七个小矮人》

格林童话中美丽善良的白雪公主她从那迷人的童话书中复活了，带着七个可爱的森林小矮人走上了中国儿童剧场的舞台！来剧场看善良与邪恶的斗争，和勇气与友情的故事吧。

时间：2013年1月5日-13日

地址：中国儿童剧场(东城区东安门大街64号)

订票电话：400 610 3721

益智趣味儿童剧《三只小猪·变变变》

第一部分“变变变”中，毛巾，海绵，夹子这些日常生活中常见的道具眼看着就变成了别的东西。刺激小朋友们想象力的小作品。第二部分是表演充满自立精神和冒险精神的经典故事“三只小猪”。

时间：2013年1月5日-20日

地址：中国儿童艺术剧院（东安门大街64号）

订票电话：400 610 3721

魔幻黑光音乐剧《长江七号》

该剧改编自著名影星周星同名电影《长江七号》，最值得看的因素是“黑光剧”的形式，在全黑的舞台上以紫光灯投射在荧光绘制的舞台、道具、服装上，演员全身著黑衣在后方手持涂有荧光的道具或在身体某些部位涂上色彩，通过夸张的肢体表演在舞台上呈现出魔幻奇妙的视觉效果。

时间：2013年1月12日

地址：东宫影剧院（东城区隆福寺街

47号东四工人文化宫）

订票电话：400 610 3721

儿童剧《白雪公主》

“王子和公主从此过上了幸福的生活。”没有听过这个故事的童年会少了很多美好的体验。让孩子在梦幻的年纪大力梦幻吧，到剧场实现她们的“公主梦”。

时间：2013年1月15日

地址：保利剧院（东城区东南大街14号）

订票电话：400 610 3721

家庭音乐剧《皮皮·长袜子》

小女孩皮皮·长袜子，她满头红发，奇怪又有趣，无拘无束，是调皮大王。来剧场和她共同经历去马戏团、参加茶话会、与警察开玩笑、重见父亲等等温馨而又有趣的小故事吧。

时间：2013年1月19日-27日

地址：中国儿童剧场(东城区东安门大街64号)

订票电话：400 610 3721

神话舞台连续剧《西游记》

本剧将分三部依次上演，近期继第一部之后，新推出了第二部和第三部，把《西游记》里的经典故事串联起来，每一部分既独立又互相联系。演出集音乐、舞蹈、功夫、台词为一体，在舞台上创造出梦幻般奇特意境，用视听感受古典名著。

时间：2013年2月2日-3日（第一部）；2013年2月12日-13日（第二部）；2013年2月23日-24日（第三部）

地址：中国儿童剧场（东城区东安门大街64号）

订票电话：400 610 3721

儿童剧《小狮子与外星来客》

故事围绕小狮子皮卡偶遇从飞船坠落的外星人咕叽咕叽和秃噜秃噜，并帮助他们寻找飞到飞船母舰，顺利回到遥远而又神秘的噼里啪啦星球。演出期间会不断邀请小朋友参与其中，赶走邪恶的弯弯嘴，叫醒贪睡的胖外星人秃噜秃噜，体验与外星人的生活。

时间：2012年12月29日-2013年1月27日

地点：传奇小剧场（北四环安定路1号国家奥体中心综合训练馆三层）

订票电话：400 610 3721

郑渊洁童话剧《罐头小人》

鲁西西打开了一个罐头，里面蹦出了一个罐头小人和她交上了朋友。一段段妙趣横生的故事由此展开。在演出当中，罐头小人忽而躲在冰箱里，忽而蹦到了床上，忽而又藏在了衣柜里，位置瞬息万变，让人摸不着头脑，引起了小朋友们的极大兴趣，甚

至很多家长也感到十分好奇。

时间：2013年1月26日-27日

地址：中国儿童剧场四层（东城区东安门大街64号）

订票电话：400 610 3721

儿童剧《洛克王国大冒险》

该剧根据绿色儿童网络社区《洛克王国》改编，只要玩过游戏的小朋友都熟悉里面都故事、人物和情节。演出充满勇气和坚持，洛克和他的朋友们，用爱的力量，战胜邪恶势力。

时间：2013年2月1日-3日

地址：梅兰芳大剧院（西城区平安里西大街32号）

订票电话：400 610 3721

经典童话剧《小王子》

亲爱的小朋友，你想去小王子的星球旅行吗？作为中国儿童艺术剧院2012世界经典童话年系列之二，经典童话剧《小王子》蕴含着丰富的人生哲理，传递爱与责任，让爱心温暖童心。

时间：2013年2月12日-24日

地址：中国儿童剧场四层（东城区东

2013年3月14日截止



i3亲子手工课

安门大街64号)
订票电话: 400 610 3721

亲子休闲

i3亲子手工课

专为妈妈和孩子们一起学习而设计,妈妈和孩子们可在不同的i3工坊:陶瓷、绘画、和手工艺,接触不同的材料。同时开设儿童实验艺术工作坊,通过小组工作坊,实验艺术的手段,充分了解每一个不同的学生的个性特质,因材施教,从而发掘发展学生的天赋能力。

时间: 2013年3月14日截止, 周三至周日 10:00-17:00

地址: 朝阳区慈云寺东区国际4号楼1808室
电话: 8591 3294
网页: www.i3-artstudio.com

探奇乐园

探奇乐园是全家人共享的娱乐空间,选用欧美日及中国先进的娱乐设备,设置了丰富奇趣的主题派对活动,在浓郁的主题环境和精心塑造的游乐气氛中,让全家人一同享受欢乐、亲情、奇趣和浪漫。

时间: 常年

地址: 东四环中路195号华腾新天地四楼
订票电话: 400 610 3721

北京王府井希尔顿儿童烹饪课堂

北京王府井希尔顿酒店应广大“小厨师”们的需求,每周精心安排两种体验课堂。种类也由最初的简单小饼干制作,到一系列可口的菜肴和甜品。每周主题不尽相同,孩子们可将课堂上制作的美食带回家。妈妈们还可以为孩子特别定制“生日会烹饪派对”或者更多主题烹饪派对。烹饪课价格: 150元

时间: 每周六15:00-17:00

地址: 北京市东城区王府井东街8号北京王府井希尔顿酒店
电话: 5812 8888

红火春节午餐

大年初一, Bubblicious特别打造不容错过的当“红”时刻,呈现春节传统美食与时尚元素搭配的红火饕宴。现场包括: 金币饺子, 金币巧克力, 红色鸡尾酒(含酒精/无酒精)以及儿童乐园。价格: 每位458/488/528元加15%服务费。

时间: 2013年2月9日 11:30 - 15:00

地址: 北京市朝阳区东三环北路7号金茂北京威斯汀大饭店
电话: 5922 8880

丽思卡尔顿周末美食汇

每周末都可到丽思卡尔顿酒店畅享不

同美食。周日到意味轩餐厅用餐可享受意面半价礼遇,此外金阁周日点心宴,点心香槟不停歇。周五周六四季汇提供周末海鲜自助晚餐,超级海鲜爱好者以及最挑剔的美食家都能在一百多种美食的饕餮盛宴得到满足。

时间: 2013年1月每周末

地址: 西城区金城坊东街1号丽思卡尔顿大酒店
电话: 6601 6666
网页: www.ritzcarlton.com/hotels/beijing_financial

芭迪儿童摄影2013年新年“大挂历”

拍摄三组服装及造型,可自带服装。影棚内拍摄不少于120个镜头。每个家庭可获精选6张或12张,制作18寸挂历一幅。优惠价格为198元和368元。

时间: 有效期至2013年2月28日

地址: 朝阳区西大望路27号(总店)
电话: 5712 9253, 5948 2017

2013年慢养育亲子农耕课

2013年,慢养育论坛继续推出农耕课,课程贯穿春夏秋冬四个季节,紧密结合当时的节气和农作物特点寓教于乐,让孩子参与当季农事活动,学习相关动植物知识。除了深受孩子喜爱的天福园农庄的张志敏老师讲解外,还会不定期邀请植物学和昆虫学方面的老师指导孩子。课程费用: 年卡1500元,限一个家庭不限次数使用。十次卡2000元,可多个家庭合用。单次收费300元/次/家庭。

时间: 从2013年3月1日开始每个隔周的周六上午

地点: 北京市房山良乡镇江村天福园有机农庄
报名电话: 于老师 13 43642 0911或 training@manyangyu.com

TreeHouse春节庆祝

带孩子去TreeHouse家庭餐馆庆祝春节!活动包括包饺子,唱中文歌,跳舞,传统游戏和陶艺制作。价格: 150元。

适合年龄: 3岁以上小朋友及家长

时间: 2013年2月2日-3日 11:00

地址: 朝阳区北京市朝阳区三里屯SOHO 1座B1—115
电邮: thetreehousebj@yahoo.com

长城脚下过新年

和家人朋友一起在长城脚下举办火锅聚会过新年。餐厅提供多种美食和饮料。首位12-24岁的客人238元/人,其他客人188元/人,4-12岁儿童98元/人,4岁以下免费。最少12人成行。

时间: 2013年1月19日-2月8日 19:00-22:00

地址: 怀柔区慕田峪小园餐厅

时间: 2013年1月23日



MSB小学开放日

电话: 6162 6506
网址: www.theschoolhouseatmutianyu.com

春节派对包饺子

和各国文化背景的学生们一同包饺子、煮饺子、吃饺子,体会春节味儿!派对门票: 10元/人。

时间: 2013年1月17日

地址: 朝阳区光华路12号数码01大厦9层 904室北京普通话学校(Beijing Mandarin School)

贫困儿童音乐节募捐

活动将在紫云轩茶事举办。现场提供点心,受资助儿童奉献乐器表演。门票及所有募集善款将全部捐至The New Life Center (NLC)。NLC是北京一家专门关注贫困儿童成长学习的志愿者慈善机构。本次募捐旨在为失学贫困儿童提供重新上学的机会,并为他们提供展现才华的平台,获得更多自信。成人100元/人,儿童50元/人。

时间: 2013年1月19日 14:00-18:00

地址: 北京朝阳区崔各庄乡何各庄村318号紫云轩茶事
电话: 6434 2519
网址: (紫云轩) www.green-t-house.com, (NLC) <http://thenewlifecentre.wix.com/thenewlifecentre#>

教育、体育

MSB小学开放日

家长可在开放日上了解北京蒙台梭利国际学校(MSB)能为小学适龄儿童提供什么。教师将展示学校对语言、数学和科学课程的教育方法,家长还能身临其境地体验双语课程。开放日活动从18:00到20:00,此间随时欢迎家长。

时间: 2013年1月23日 18:00-20:00

地址: 朝阳区香江北路马泉营18号北京蒙台梭利国际学校
电话: 6432 8228
网址: www.msb.edu.cn

GT博识美语 探索式冬令营

来自美国、加拿大、英国的精英教研团队,全新打造的探索式学习课程。四大主题工作坊——食物探索坊,金融探索坊、艺术探索坊、体育探索坊,让孩子发挥创意、主动思考、积极探究,100%外教全天带队,体验英文浸入式环境。价格: 2580元。

时间: 2013年1月28日-2月1日 9:00-16:00

地点: 朝阳区望京西路北小河公园东门博识梦飞幼儿园(望京园区); 海淀区万柳东路阳光华枫树园北会所(万柳园区); 海淀区蓝靛厂路汇博大厦西侧5层(世纪城园区)
电话: 400 663 3282

Atelier文学周末

喜爱文学的成年人和青少年在这里可以找到有趣的创意文学游戏。

适合年龄: 14岁以上

时间: 2013年1月19日(法语)/1月20日(英语), 均为14:30-17:00

地址: 朝阳区幸福村中路锦绣园C座202
网址: www.atelier.cn.com
注册电邮: atelier@atelier.cn.com

万国群星足球培训

万国群星在京津两地,面向4岁半至14岁中外学生开设足球教学培训课程。课程由来自英国和欧洲具有执教资格的教练在英语/中英双语环境下教学。各水平男孩和女孩均可报名。一期3个月的课程平均费用为1000元。
电话: 5130 6893/4/5/6

时间：2012-2013冬季



多家公园冰上活动开放

地址：酒仙桥路14号兆维51号楼兆维华灯大厦A1区3门A316房间

儿童泰拳柔道

Black Tiger Fight Club举办的泰拳和柔道workshop。孩子只需穿一套舒服的训练服，剩下的由俱乐部提供。

适合年龄：8-13岁儿童

地址：朝阳区莱广营东路5号2层（京西学校对面，长岛澜桥西侧）

时间：2013年1月12日13:00-14:00

具体信息和注册：info@blacktigerclub.com

5000米长跑

自由发起的5000米跑。带上孩子，抑或伴侣，与城里素不相识的人一起挥汗！

时间：2013年1月27日12:00-13:30

地址：朝阳公园西门

冬日室内足球

由体育北京冬季室内足球联盟（The Sports Beijing Winter Indoor Soccer League）组织的一个5对5的少年足球队，每周末组织训练和比赛。8节课800元。详情请参见网址。

适合年龄：7-12岁

时间：每周末

训练地址：北京京西学校

咨询电话：6430 1370/1176

电邮：activities@sportsbj.com

网址：http://www.sportsbj.org/

冬季网球训练营

训练营教练Russ Bucklin是来自美国西北部顶尖青少年网球教练之一。他近年的学生多次赢得华盛顿高中网球比赛冠军和国家巡回赛冠军。详情请电话或邮件咨询。

常规项目（8岁以上）：9:00-12:00；

13:00-16:00

初学项目（适合7岁以下的儿童）：16:00-18:00

地址：朝阳区麦子店西路3号新恒基国际大厦17层（女人街旁）

电话：139 1177 3871

电邮：www.zhao@yahoo.com

多家公园冰上活动开放

2012的冰天雪地令京城多家公园的冰上活动盛大开放。北海公园在南岸码头、东岸码头设立4000平方米的冰车和东岸区域2000平方米的冰上自行车通道。滑冰场所主要设在北海南门荷花池内、南门码头、东门码头三处，公园投入单双人冰车200辆，冰上自行车40部。什刹海冰场是“老北京”最爱扎堆儿的地方，可以进行冰车游艺和滑冰等。也有不少游客自带溜冰小车等，在冰面上尽情游乐。陶然亭公园滑冰场一处设在南湖靠近南门，另一处设在湖北边，离东门和北门较近。玉渊潭公园则设立了三个天然冰车场，总面积1万多平方米。可进行单双人冰车、冰上自行车、小冰船等活动。

时间：2012-2013冬季

地址：北海公园、什刹海公园、陶然亭公园、玉渊潭公园

玉渊潭公园冰雪节

活动主场地将设在玉渊潭公园南门桥西北侧的2万平方米区域，届时为游客带来高台雪圈滑道、马拉雪橇、雪地悠波球、雪地真人CS游戏等主题活动。活动期间公园门票价格为2元/人次，学生半价；冰雪文化区域票价30元/人次（不含雪上飞碟、马拉雪橇、雪地悠波球、雪地真人CS等雪具租赁费）。

时间：2012年12月20日-2013年2月20

日

售票时间：每日9:00-18:00

地址：海淀区西三环北路107号玉渊潭公园

第三届海淀狂飙冰雪节

本届冰雪节主办地北京狂飙乐园位于海淀区苏家坨镇大西山风景旅游区内。目前，乐园滑雪场开发了初级雪道、中级雪道、雪圈滑道、雪地CS、戏雪乐园等多个雪上游乐设施，针对初级滑雪者新增加了372米的传送带，帮助滑雪初级爱好者轻松到达雪道顶端。狂飙冰雪节开辟了嬉雪乐园，特设儿童滑雪车、雪模玩具、主题戏雪区、雪地CS等十几种戏雪娱乐项目。其中，主题戏雪区除了打雪仗、堆雪人、做雪雕，还将针对家庭推出趣味比赛。此外，冰雪节还设有户外拓展、越野摩托、卡丁车、高尔夫、电子车模等多个运动项目。

时间：2012年12月9日-2013年2月28日

地址：海淀区苏家坨镇南安河路1号狂飙乐园

奥林匹克森林公园健身跑

与HeyRunning教练一起在奥林匹克森林公园健身跑。活动免费，参与者将获得一件NIKE的T恤。活动需发电子邮箱。

时间：2013年2月2日、2月9日

地址：奥林匹克森林公园

电邮：heyrunning@heyrobics.com

上溯2013年冬令营

上溯成长教育机构今年冬天奉上了营地盛宴，三个营地各有侧重。“领袖兵工厂”适合一年级至四年级的孩子，通过模拟军营中的情境并体验各种级别的身份，建立团队概念，进而激发领导意识、自信、沟通能力。“今日领袖”适合五年级至初三的孩子，帮助孩子了解如何在团队中成为领导者，培养孩子的领导能力。“少年常青藤”适合三年级至初三的孩子，按照常青藤的学习模式培养孩子自主思考、管理时间、自主学习。

时间：2013年1月19日-24日（领袖兵工厂）；2013年1月29日-2月3日（今日领袖）；2013年1月25日-2月3日（少年常青藤）

咨询电话：5873 3100转8613

更多详情：blog.sina.com.cn/shangbinjiaoyu

讲座、研讨会

讲座：如何与2-6岁儿童沟通

关注2-6岁儿童成长，以及与他们沟通技巧。讲座免费。

适合年龄：2-6岁儿童及家长

时间：2013年1月12日10:00-11:30（万柳园区），14:00-15:00（香山园区）

地址：海淀区万柳东路阳光华家园甲1号房屋（万柳园区）；海淀区香山清琴别墅儿童会所（香山园区）
网址：www.muffys.cn

和睦家朝外诊所开放日

活动面向工作和居住在中央商务区的学校、企业团体和家庭。活动现场可参观诊所并与医护人员见面。开放日当天上午10点和11点，诊所护士和药剂师将分别奉献两场讲座。

时间：2013年1月26日 9:30-12:00

地址：北京市朝阳区朝阳门外大街6号万通中心AB座2层3017室

电话：5927 7364

网址：www.ufh.com.cn

儿童成长与早期多语种教育讲座

探讨多语种环境下的儿童成长，主讲人为好思之家幼儿园（HOK）语言治疗师Gerda Müller，活动免费。

地点：好思之家幼儿园维多利亚花园公寓校区（朝阳区朝阳公园西路15号维多利亚花园公寓）

时间：2013年1月23日 19:00

电话：6538 2624

电邮：info@house-of-knowledge.net

急救知识讲座

讲座在维世达诊所举行，提供免费午餐。需发邮件预订。

时间：2013年1月17日12:00-13:00

网址：www.vista-china.net

电邮：kate@vista-china.net

小型家长论坛

为家长讨论孩子议题提供的平台。每期围绕不同主题。需发邮件提前预约。

时间：教育方式与纪律 2013年1月24日10:30-12:00；语音与写作 2013年2月21日10:00-11:30；孩子的时间规划 2013年2月23日13:00-15:00；数学与计算技巧 2013年2月27日13:00-14:30

地址：北京市朝阳区百子湾南二路77号北京乐成国际学校

电邮：eryn.vanwinden@bjycef.com

2013年北京kids &《菁kids》国际教育择校展

该展览为beijingkids和菁Kids印刷版择校指南的真实现场版。展会旨在为家长提供一次性解决问题的学校信息，同时为他们提供一个深度“观摩”学校的机会。展会将针对在北京居住的国际家庭和有国际生活理念的家庭，帮助他们为孩子寻找多类型、多元文化的教育。（图为beijingkids 2012国际教育择校展）

时间：2013年3月3日10:00-16:00

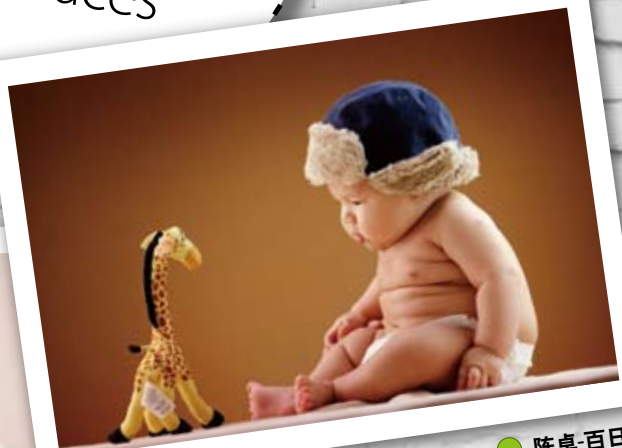
地址：朝阳区亮马桥路50号凯宾斯基饭店宴会厅

天真表情

Cute Faces



张景祺-百日照



陈卓-百日照



噶玛智明-50天



史若溪-3岁



William-8个月-英国



谭廷威-2岁



Rachel-2岁-加拿大



白博轩-百日照



与圣诞老人冰上相聚Santa on Ice

2012年12月16日，由beijingkids主办的Santa on Ice（与圣诞老人冰上相聚）活动在国贸溜冰场举行。到场的孩子们不仅收到圣诞老人为他们特别准备的礼物，还与圣诞老人现场合照留念。

鼎石教育沙龙探讨“从‘小常春藤’到常春藤”

2012年11月17日，北京鼎石国际学校Keystone Academy在香港马会会所举办系列教育沙龙之“从‘小常春藤’到常春藤”。超过300位关注国际教育的家长和孩子在现场参与了现场讲座，并与到场嘉宾互动。活动当日，拥有20多年职业生涯并在美国多所顶尖大学预科学校中负责招生和奖/助学金颁发的Rachael Beare女士以及在美国名校招生经验长达30年的Karl Furstenberg先生回答了家长们关于常春藤盟校招生的相关问题。



BISS国际学校中医课

2012年11月22日，北京BISS国际学校3年级和8年级的学生在中文老师的指导下举办了传统“中医养生堂”。中医诊所中设置了导医台、问诊台以及不同的诊疗设备。小“大夫”们认真地地为来应诊的同学、老师们进行了诊疗。

艾毅圣诞欢乐派对

2012年12月20日，艾毅幼儿园在东方先锋剧场举办了圣诞欢乐派对。到场的200多位家长、小朋友和学校老师还有圣诞老人一起度过了快乐的时光。来自艾毅北京三所多元智能幼儿园的师生们和部分家长表演了精彩的节目，现场气氛热烈。



爱立方艺术中心开放日活动

普通的相框似乎只能充当平凡的角色，而自己动手，却能给相框一个新定义，用它来点亮属于自己的角落。2012年12月23日，爱立方艺术中心为喜爱手工艺术的学员和家长举行了免费开放日活动，给家长和孩子一个自由展示艺术天分的机会。大家一起自己动手制作相框，跟随老师完成所有步骤，大人小孩都十分投入开心。

中华鲟首次全人工繁育成功

2012年11月3日，国宝中华鲟子二代保护性研究取得重大突破，获得子二代初孵仔鱼23万尾，首次在全人工环境下实现了中华鲟的全人工繁育成功。功勋中华鲟妈妈来自湖北；爸爸则来自于北京海洋馆。2012年12月18日，中华鲟父母携子回京，并在北京海洋馆定居疗养。和人类的催产助产相似，产后雌鱼和雄鱼体质非常虚弱，需要长时间的调养身体机能才能渐渐恢复。为了帮助它们尽快康复，北京海洋馆中华鲟保育科研组早早制定了亲鲟康复方案，安排4人贴身护理，负责其饮食起居，照看鲟鱼宝宝。



博识梦飞感恩节活动

2012年11月24日，博识梦飞学习中心Muffy's Learning Centers 在望京园区举办了感恩节探险记活动，和家长小朋友们共同庆祝感恩节。我们为孩子们准备了有趣的火鸡手工、印第安狩猎场和一些小游戏环节，还有精彩的舞台表演，小朋友和家长们都很开心的度过了一个美好的周末。

世青国际学校才艺展演

2012年12月14日，北京世青国际学校的学生们迎来了他们期待已久一年一度的December Talent Show——音乐才艺展演。世青合唱团为活动拉开帷幕，来自两个校区8个年级的才艺表演者奉献了歌曲、舞蹈、跆拳道、武术、乐器演奏、乐队表演等节目。





“露西水世界”年度游泳比赛

2012年11月11日，“露西水世界”举办了第二届游泳比赛，每年一次的比赛更像一个大派对，比赛原则是，能比的比，能游的游，能玩的玩。小朋友和教练、家长一起参与比赛、一起游戏，享受水中欢乐。激烈赛部分主要针对5-7岁的大孩子，分100米混合泳、25米蝶泳、25米自由泳等项目，游泳小健将们个个身手不凡。亲子趣味赛重在亲子配合，家长和不分泳姿连续游行；最欢乐的是趣味游戏水中打捞、海底寻宝，无论得到什么奖品，孩子们都很开心。

汉通国际学校择校讲座

2012年10月28日，汉通洋高考举办国际学校择校讲座。该讲座主要围绕北京各国际学校基本概况，孩子选择IB、A-level、AP等课程的规划与发展，接受中国籍学生的国际学校优劣比较等议题展开，最终着眼于国际学校怎么申请，如何顺利入学，需要参加哪些考试以及如何选择申请就读的最佳时机等。



常春藤国际学校圣诞集市

2012年12月15日常青藤国际学校携手伊顿教育集团举办首届圣诞慈善市集。活动当天校方和孩子们表演了精彩节目，参展商也准备了很多礼品，手工，游戏，和圣诞老人合影等。活动筹款由校方捐赠给了英国关爱儿童组织驻京机构。



和睦家圣诞点灯

2012年12月15日，北京和睦家医院举行2012年圣诞亮灯仪式，现场除慈善募捐活动外，崔玉涛医生还为前来的家长们奉献了一场题为儿童常见以外伤害及紧急处置的讲座。

高品质厨具将烹饪变成乐趣

2012年12月，Cuccina登陆颐堤港购物中心，为京城家庭带来更多高档厨具消费选择。店内销售包括Le Creuset, Swissmar, Microplane, Joseph Joseph, Typhoon, Eva Solo, Lékué等多个著名业界品牌，产品线能满足挑剔厨师需要的一切用具，从锅碗瓢盆到刀具，从硅树脂到传统的金属制烤盘等。Cuccina创立于2011年。第一家Cuccina商店在工体北门开业。继2012年颐堤港店之后，该品牌还将于2013年在京开设另外2家店铺。



中小学教师将可评“正高”职称

2012年11月30日，北京启动“全市中小学教师职称制度改革试点工作”，将率先在西城区、朝阳区和通州区试点建立统一的中小学教师职称制度，并首次在中小学设置正高级职称。这标志今后，中小学教师及幼儿园教师也能和大学教授一样评“正高”职称。据《新京报》报道，目前北京现有中小学专任教师14万人，全市在职中小学教师中有副高级职称者为18595人，中级职称者为63394人，初级职称者为41946人。



父亲亲子日

2012年12月7日，半年一度的父亲亲子日Daddy Child Day 在好思之家国际幼儿园举行。父亲们和孩子们一起参与各种手工DIY和益智小游戏，度过了充实而欢乐的一天。



和美宝宝回家

2012年9月15日，北京和美妇儿医院举办了“和美宝宝回家”派对，30多个在和美出生的小宝宝回到了“家”中，回到了自己出生的地方，宝宝家长们在贴有宝宝照片的签到墙上签名。

Beijing BISS International School

北京BISS国际学校

established 1994

✓ An accredited and prestigious IB education recognized by universities worldwide

✓ Early Childhood Center:
- Reggio Emilia inspired Programme for 3-5 years old

✓ IB Primary Years Programme (PYP):
- Extensive Chinese Language Program building the foundation skills for higher learning.

✓ IB Middle Years Programme (MYP):
- Chinese, Japanese and Korean language taught at native level.

✓ IB Diploma Programme (DP)

BISS - A Boutique School



☎ : 8610 6443 3151

📠 : 8610 6443 3156

🏠 : www.biss.com.cn

✉ : admissions@biss.com.cn



千禧大酒店2012年圣诞点灯仪式

2012年11月16日，300余位贵宾们齐聚北京千禧大酒店大堂共同见证2012年度北京千禧大酒店圣诞点灯仪式。总经理陈海洋先生亲手将高达8.5米并载满各式梦幻彩灯的圣诞之树正式点亮，伴随着悦耳的圣诞歌声悠扬奏起，嘉宾们悄然起舞，来自北京国际学校的孩子随后进行了精彩的唱诗表演。

The Learning Center国际学校就读准备讲座

2012年12月11日，The Learning Center创始人Jennifer Hyde Sachs和100多名学生家长以及来自北京9所顶级国际学校的学校代表分享了她对于国际学校就读准备和学生成功转型的见解。这次研讨会在果园餐厅举行，得到了《菁kids》执行出版人吴竞波的大力协助。研讨会回答了一系列问题，包括应该何时为从本地学校转向国际学校就读做准备以及怎样成功对接。凭借在中国20多年专注于国际学校领域的经验，Jennifer理解家长们关于孩子适应转型过程的担忧，并向他们提供一些时间表、要求以及国际学校入学测试方面的建议。之后的研讨会包括将在2013年2月26日周二14:00-16:30召开的“国际学校和您的孩子”（International School and Your Child），以及2013年3月5日14:00-17:00召开的“国际学校入学实训班”（Practical Workshop on International School Entrance）。



2013汇佳全球校友峰会

“‘教育国际化’汇佳20年探索之路暨2013汇佳全球校友峰会”于2012年12月27日在北京昌平校区举办。各位校友现场畅谈海外学习生活并与在校师生家长分享他们在汇佳的成长点滴。峰会借助微博与场内外实时互动。当晚活动汇聚海内外校友50多位。有校友每届必到，感慨自己从在校接待生一直做到台上校友嘉宾。

金融街丽思卡尔顿酒店圣诞点灯仪式

金融街丽思卡尔顿酒店的户外圣诞树点灯仪式于2012年11月30日晚举行。矗立在酒店中庭的圣诞树点燃了寄托着美好祝福的圣诞希望。当晚还举行了慈善爱心陈列式竞标拍卖，将所有人的爱心凝聚，给冬季里的人们带来温暖和春天的憧憬。



与真正的圣诞老人过节

2012年12月23日，卓展购物中心的Reima童装店邀请到一位来自芬兰拉普兰的北极村，经过联合国认证的“真正”圣诞老人。在活动现场，孩子们与圣诞老人亲密合影、一起唱圣诞歌、起制作小手工，还有点孩子在圣诞老人耳边，亲口把自己的圣诞愿望告诉圣诞老人。所有孩子都领到圣诞老人赠送的圣诞长袜带回家使梦想成真。



国贸商城爱心圣诞

2012年11月30日傍晚，国贸商城“2012我心中的节日”少儿慈善画展开幕，拉开了“爱意无限 尽在国贸商城”圣诞系列活动的帷幕。画展在国贸商城三期地下一层的特别画廊区展出至12月26日，接受公众参观。义卖收入全部捐献慈善机构。当晚，上百宾客还在国贸大酒店的广场前参与了京城第一高楼的首次圣诞亮灯庆典。

四中学长助学会

2012年12月27日，北京四中举办了一年一度的学长助学活动。70余位目前正在美国、加拿大、香港就读本科的四中毕业生回到母校，与学弟学妹分享海外学习和生活经验。来自宾夕法尼亚大学、加州伯克利大学、阿默斯特学院的几位学长结合自身经历，针对北美大学的申请流程做了专题讲座，内容涵盖申请文书的写作，课外活动的策划，标准化考试的准备等。最后，学长们还代表各自的大学举行了模拟择校展，为学生的院校选择提供了宝贵的参考意见。



爱与希望点亮嘉里圣诞之灯

2012年11月30日晚，北京嘉里大酒店举行圣诞点灯仪式。酒店大堂内放置的4米高创意圣诞树成为当晚活动的焦点。该圣诞树由近100个超大尺寸木制礼品盒堆砌而成，共有金色和蓝色两种色系，分别代表着酒店员工和儿童希望之家的小朋友们。点灯仪式当晚，酒店向儿童希望之家捐赠了60 000元人民币。

i3创艺工坊体验课

2012年11月，孩子们在i3创艺工坊体验了用丙烯颜料进行作画和拓印画的过程。孩子们最近体验过使用水彩颜料画画，但是所使用的颜料不一样了，要求与规格也有所变化。新的颜料让孩子们获得了新的灵感。在拓印画整个制作过程，孩子们除了学习均匀地涂色及拓印的方法，还获得了欢乐的体验及拓印成功的满足感。

留在城里度假

Staycation Special: Five Families Share Their Experiences at Five Top Resorts

文：十七



图：美国乐童万色儿童摄影机构

度假图什么，不就图个大人放松，孩子高兴么？
那何必舍近求远舍本逐末，大包小包拖家带口飞机火车的劳顿，拥挤在汹涌的人潮里？

我们向您推荐新的度假方式：

Staycation — “留在家里的假期”。

宅在家门口，找一家舒适的酒店，吃喝玩乐全部搞定。那才是真正惬意的、轻松的、欢乐的假期！看5个家庭在北京饭店莱佛士、慕田峪小园度假村、东隅酒店、利顺德大酒店和盘古酒店与您分享度假体验！

Family vacations should be about fun and relaxation – why bother dragging the kids and your luggage through crowded airports and train stations when you can have a stress-free stay at any top resorts around Beijing? These are some of the best venues offering world-class amenities to help your family get away from it all without having to leave town: Raffles Beijing, The School House at Mutianyu, East Beijing, The Astor Hotel Tianjin, and Pangu 7 Star Hotel.

选择Staycation的9大理由

- 1、深度体验北京。虽然生活在北京，其实很多地方还没有好好游览过。
- 2、节假日是游览北京最好的日子，人少不堵车。
- 3、不必拖着大包小包带着孩儿小孩儿舟车劳顿。
- 4、不用拥挤在摩肩接踵的祖国各地。
- 5、不用费神费心订机票酒店出租车。
- 6、享受与孩子们百分百纯粹的假期时光。
- 7、与孩子一起玩乐之余，自己能够完全放松获得休息。
- 8、省却了自己操劳家务的烦恼。
- 9、节省费用。

莱佛士是秀萍一家喜爱的北京酒店。
有历史感，又很豪华气派。
全家人在酒店里享受美食、放松和亲密温馨的亲子时光。



图：大米熊国际儿童摄影

体验家庭：

父亲 郑文

母亲 张秀萍

儿子 郑子麟 12岁

女儿 郑子麒 3岁

北京饭店莱佛士基本情况：

地址：东城区东长安街33号

电话：6526 3388

参考价：商务间1610元/间

网站：www.raffles.com/Beijing

体验故事：特色酒店，本色北京

秀萍一家的暑假多选择去欧洲和美国旅行让孩子参加当地的夏令营，

儿子今年暑假在波士顿参加约翰霍普金斯大学举办的科技夏令营，父母带女儿在美国加州和佛罗里达旅行，在冬季，则多去日本、韩国等地滑雪，

在周末，有时会在北京郊区做短途旅行，或去北京的酒店吃Sunday Brunch。以前住在香港时曾试过Staycation，渐渐爱上如是生活，不用耗费太长时间，不用带太多行礼，就可以逃离日常杂事，享受度假的放松的感觉，可以有时间和心情慢慢欣赏和享受所居

住的这个城市。

平时在家，因为空间比较大，通常都是各自在自己的房间忙碌，交流的机会少。住在酒店感觉更加亲密，孩子大人都放松。

现在，秀萍一家在节日假期或孩子生日通常在北京staycation，他们喜欢以最优惠的价格享受最好的服务和产品，第一次住北京饭店莱佛士，总体上非常满意，酒店大堂非常气派，有历史感，是妈妈秀萍最喜欢的北京酒店，地点也好，有北京特色，房间正对着长安街，离天安门等主要景点步行可到达。

父母评价：

Writer Bar很有味道，不论是晚上还是白天，各有不同的风景

酒店房间非常宽敞，层高也很高，在北京酒店标间面积算大的

法式餐厅的餐前面包非常好，很有特色；主菜也很好，像羊排和牛骨，孩子们很喜欢餐后的巧克力甜点自助。



一家人都很享受餐厅的美食



酒店度假让一家人更亲密



泳池

孩子印象：

儿子喜欢烹饪，喜欢酒店的自助餐，可以见识更多餐点，还可以和爸妈睡一个房间，超亲密。

酒店体验细节披露

- 😊 漂亮的拱廊和水晶吊灯
- 😊 拖鞋很别致也舒服，浴室里有一个板凳，实用贴心
- 😊 电视做了一个仿旧的画框装裱起来，非常漂亮
- 😞 没有儿童池，冬天泳池的水温不够高。



酒店的酒吧

周边游览

清晨漫步在长安街，没有许多车，却看到初升的五星红旗映着红墙绿瓦，越过天安门的高墙，遥想紫禁城当年风光，入夜趁着一点酒意，走进王府井的灯火通明里，看尽一世繁华。



长安街



国家大剧院

贾家兄弟俩是酒店寻宝骑士，喜欢跟着父母在不同酒店体验新奇，发明新的游戏来玩耍。



体验家庭：

父亲 贾永光

母亲 王淼

儿子 贾斯霖 10岁半

儿子 贾斯霖 5岁

东隅酒店基本情况：

地址：朝阳区酒仙桥路22号

电话：8426 0888

参考价：房间标价1033元

网站：www.east-beijing.com

体验故事：短假在北京，长假走天下

王淼一家每年都会去外地旅行，通常选择长假或者孩子的寒暑假，短假期则会在市区或者北京郊区小住1-2天，根据爸爸的工作时间和孩子们的状态安排Staycation计划，当孩子们需要调整一下的时候就会选择一个酒店去小住，换换环境，放松一下。妈妈王淼说，最好酒店附近有可以游玩的地方或者购物中心，顺便带孩子去逛逛。

儿子们与爸爸妈妈都喜欢酒店Staycation，妈妈说：首先，不用订机票定车，只要订一间酒店就万事大吉，省心省力还省钱；其次，时间自由不受限制，想睡几点就几点。最方便的是，可以约朋友到酒店里一起HAPPY，想疯就疯，免去收拾房间的烦恼。

为了这些一切的一切，在酒店过个周末花费2000元左右，就一个字，值。

王淼一家认为东隅酒店很适合家庭staycation，他们的经验是：下次要早些入住，放下行李就去798逛

逛，孩子们画画，妈妈爸爸坐在暖暖的阳光中感受冬日正午，晚上回来在餐厅享受美食，而后在domain看看书报杂志，第二天直接到颐堤港购物中心，让孩子们去最喜欢的PAGE ONE书店和乐高玩具店，全家还可以看一场热门的电影。



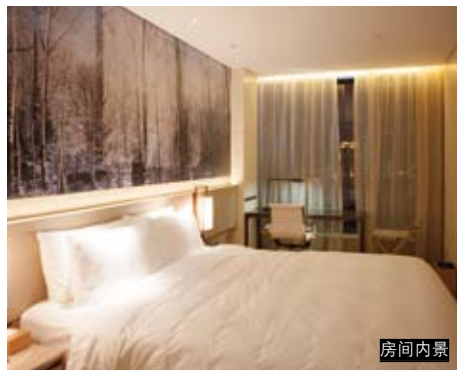
王淼一家周末经常到酒店换换心情

图：大米熊国际儿童摄影

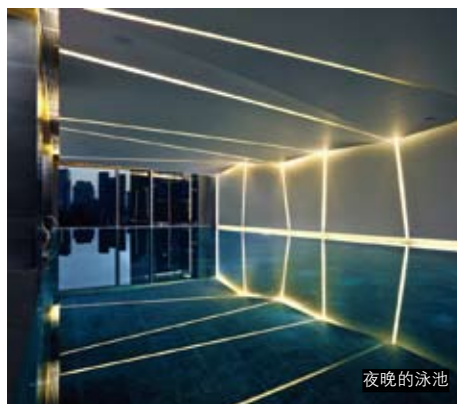
父母评价：

爸爸工作忙碌不能陪孩子们远足的愧疚一扫而空，因为他了解儿子们，只要有新鲜事情，哪里都一样。

妈妈也很开心，不用做家务，却可以呼朋唤友，免去打扫之苦，又不像在饭馆那么不自在。他们热爱大房间，越大越开心，有孩子们疯玩的区域，有大人们聊天的区域。



房间内景



夜晚的泳池



一家人在一起，到哪儿都幸福



staycation总是充满惊喜



酒店大堂



贴心儿童餐



儿童活动区

孩子印象：

每间酒店都不同，每次体验都是全新的，每一个故事都是崭新的；他们是寻宝骑士，发掘不同酒店的各种新鲜，一个有电视的洗手间会让他们欣喜若狂，把所有的垫子放到浴缸里改造成沙发，连晚饭也要在这个自己改造的小天地解决，不亦乐乎。



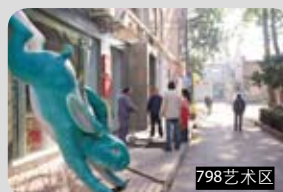
一天到晚的好心情

酒店体验细节披露

- 😊 多功能IPOD播放机
- 😊 暖气毛巾架
- 😊 装潢别致的FEAST餐厅
- 😞 有的房间没有浴缸

周边游览：

酒店的DOMAIN区域，有吧台、报纸杂志和各类书籍，大人孩子都比较喜欢这里；餐厅里提供宝宝专属餐单和餐具。酒店毗邻798艺术区，可以带孩子去随便看看，感受先锋艺术气息。从酒店大堂直接可以走入颐堤港购物中心，那里有更多的餐饮选择，还有电影院。



798艺术区



Indigo颐堤港购物中心



冬日的黄昏，宝宝走进有着近两百年历史的酒店惊喜地左看右看，尽管酒店离家不远，但仿佛进入另一个世界。

体验家庭：

父亲 岳涛

母亲 杨泽仪

女儿 宝宝 3岁

利顺德大酒店基本情况：

地址：天津市和平区台儿庄路33号

电话：022-23311688

参考价：历史套房1000元/间

网址：theluxurycollection.com/astor

体验故事：大小萝莉的双城记

这是一个相对传统的家庭，妈妈笑称他们是居家型的土著人，以前他们认为都不出门了为啥还要住酒店呢，和家里没区别啊，但是有了宝宝之后，观点就渐渐转变了。

爸爸站在利顺德百年老地板上指着生日蛋糕和一脸奶油的宝宝们说，“在家里过生日简直就是灾难，这里才正点！”逗得家庭访客好友一家点头称是。

天津人的妈妈特别选择利顺德大酒店为宝宝的3岁生日安排聚会，小朋友在餐桌上吃饱喝足用彩笔画儿童菜单上的海盗船长，妈妈们坐在用玫瑰花瓣、曲奇、爆米花等美食装饰的生日餐桌前，看着窗外灯火渐亮，讲着少年时的旧事，美酒的浓郁香气丝丝侵入回忆，记得当时年纪小，幻想着穿蕾丝花裙子演双城记，如今嫁做人妇，一切成真。

入夜，维多利亚大床的纱幔轻轻垂下来，宝宝带着甜美的笑容入睡，爸爸妈妈相视一笑，猜测哪位历

史名人曾经下榻过自己这充满故事和历史的房间，仿佛张学良与赵四小姐仍然住在隔壁，互道一声晚安，你若安好，便是一切。



图：家庭和酒店提供

父母评价：

住在历史悠久的酒店，感觉这一天特别像一个经典的故事。

酒店为孩子生日特别安排的聚会环境和刚刚更新的现代设备，让人惊喜之余倍感舒适。



哈！生日特别定制



大人聊大人的，小人儿吃小人儿的



亲眼看见1924年的古董电梯



在菜单上作画的乐趣，爸爸哪能体会！



看我能跳多高！

酒店体验细节披露

- 😊 多功能IPOD播放机
- 😊 维多利亚风格纱幔大床
- 😊 可以画画的儿童菜单
- 😊 酒店博物馆
- 😓 适合幼龄孩子的活动少，更适合学龄孩子



酒店里的利顺德博物馆带人穿越历史

孩子印象：

宝宝和她的小客人铭铭哥哥都太小，还不能用自己的语言表达自己的欣喜情感，但是冬日的黄昏可以证明孩子们爱这里，小萝莉拖着刚刚入荷的HELLOKITTY行李箱走进有着近两百年历史的酒店，径直跑到大堂里的老爷车面前，惊喜地左看看，同行的小哥哥铭铭则围着一台上个世纪的电话机问题多多，两个人在利顺德博物馆里新奇地跑来跑去，小帅哥煞有介事装作小导游，酷酷地一通乱讲。



维多利亚花园吧，年代感扑面而来

周边游览：

天津著名人文建筑区域五大道就在酒店旁边，解放北路的高大廊柱让人遥想民国时期的某位寓公在炒卖股票的趣事，小白楼商业街上，起士林西餐厅虽然风光不再，但是那独居一隅的起士林面包房里的拿破仑仍然是几十年前的味道。如果兴致好到话，可到海河游船览胜，看津城夜景，可谓大美。



海河夜景



天津小吃



不用赶景点、赶飞机，海霞一家从此喜欢上酒店度假，终结“休闲不闲，度假无假”的历史！

体验家庭：

爸爸 孙连浦

妈妈 俞海霞

女儿 孙瑜萱 5岁

盘古酒店基本情况：

地址：朝阳区北四环中路27号盘古大观

电话：5906 7777

参考价：标间1228元/间

网站：www.panguhotel.com

体验故事：第一次体验就爱上酒店 staycation

海霞一家的假期以前大多是回上海和深圳探望老人，或者外出度假。外出对他们来说就是到达一个城市或者一个国家，不停“赶”景点，导致休闲不闲，度假无假！这回第一次体验酒店Staycation就爱上了，能够不赶时间，不“疲于奔命”，还可以享受美食，即使孩子在酒店多看了些动画片，也无妨。

海霞说这是以后结婚纪念日、孩子的生日都首先考虑到酒店举行，一家人选择一个好的酒店，共用晚餐，大人能得到放松休息了，孩子也长了见识，还能增加很多浪漫的气氛。虽说酒店住宿不便宜，但是平时不乱花钱，当花之时豪不犹豫，同城酒店度假消费3000元可以接受。现在，海霞已经在计划下一次Staycation，她想找一家位于郊区，临近天然景点的度假酒店，“久居城市，住在大自然里，是更为放松健康的度假！”

盘古酒店的装修设计不错，壁画体现中国文化。酒店毗邻奥体花园，从21层的酒廊看出去，奥运场馆尽在眼前，乐队的演出也非常的有气氛，一家人一杯红酒、一杯饮料，既增加了浪漫的气息又能让家人更多的交流（这是我们国人最缺乏的东西）

这次体验，海霞一家人开车来到酒店，行李里面主要是是孩子的书籍、画画用具和玩具。海霞建议大家以后可以约几个家庭一起来酒店度假，大人交朋友，孩子们也可以锻炼交流的能力。另外如果有儿童入住的话，可以提前告知酒店，请酒店考虑孩子的身高准备一个安稳的小凳子放在卫生间，让孩子自己洗脸刷牙都能找到相关用具。



聚福园餐厅夜景

图：大米熊国际儿童摄影（部分图片家庭和酒店提供）

父母评价：

感觉很舒适很舒服，我们中国人这个方面应该学学西方人，该潇洒就潇洒。在国外出差期间经常见一家人周末入住酒店，非常悠闲的度过周末！



乐满堂酒廊



充满中国元素设计的大堂



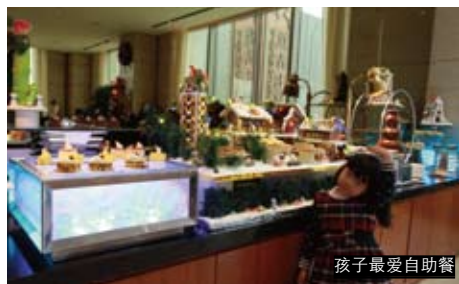
宽大的房间是孩子的乐园



轻松休闲的周末



“我的地盘我做主”



孩子最爱自助餐

孩子印象：

孩子在此次体验比较兴奋，在饮食、游乐、旅游知识、甚至宾馆入住的程序等方面都有所了解。

酒店体验细节披露

- 😊 卫生间的灯光温度而舒适
- 😊 非常好的自助餐
- 😞 室内没有窗子不能自然通风



酒店本身就是京城一景

周边游览

巨大的窗框将水立方与鸟巢的镜像框进眼底，是无限繁华的浮世绘，深夜看起来是一样的辉煌，清晨漫步到画里，又是另一场心情激动的畅想，是对冠军的向往与钦敬。附近的科技馆也是孩子们的大爱，小孩子喜欢科技乐园，大孩子更中意各种电影：环幕电影、穹幕电影、4D电影等。



水立方



鸟巢

当朋友们长假远足归来抱怨各地人满为患时，
燕平一家非常庆幸自己留在北京Staycation的英明决定。

体验家庭：

父亲 AJ WARNER

母亲 周燕平

儿子 周翔 8岁

儿子 周雷 5岁

小园度假村基本情况：

地址：怀柔慕田峪村12号

电话：6162 6506

参考价：5000元/8人别墅

theschoolhouseatmutianyu.com

体验故事：偷得小园半日闲

十一长假燕平一家人把足迹留在北京图书馆、央视电视塔、首都博物馆等一直没有机会去的地方，还在国家网球中心看了比赛，其乐融融，当朋友们长假远足归来抱怨各地人满为患时，燕平非常庆幸自己留在北京Staycation的英明决定。

燕平与丈夫AJ平时工作都很忙，周一到周五与孩子共度的时间不多，所以很珍视与孩子在一起的时间，与儿子们在一起不管在哪里，无论做什么，都是“假期”。听听他们讲学校里的故事，陪他们一起玩儿，看他们笑逐颜开，是身为父母最大的幸福。

慕田峪小园度假村（School house）酒店坐落在长城脚下，离市区大约一个小时车程。酒店的房间很大，设计上融合了中国传统古老村落建筑风格和现代化装饰风格，无处不在的镜子装饰着房间。而且酒店的服务也很到位，在冬日，度假村浴室地板很凉，小园的老板贴心地为住客准备好垫子保暖，为了满足家庭住宿，卫生间里放了很多条浴巾，冰箱里还有牛奶等家庭必备食品。

北京初冬的下午，燕平夫妇在香浓咖啡萦绕的阳光里窃窃私语，孩子们在游戏室兴致勃勃地玩，他们

喜欢大堂里花样繁多的饼干，还可以大喝可乐这一家中违禁饮料，又能赖在房间尽情看电视，爸爸妈妈也很欣喜，偶尔的小放纵对于孩子的大成长无足轻重，而且孩子们对于陌生的环境兴奋异常，还享受和父母在一起百分之百的时间，开心不已。

因为赶上感恩节，一家人还在度假村里和别的客人一起享用了一顿火鸡大餐，用北京的方式庆祝了这一美国节日。



小园酒店的小院

父母评价：

只要和儿子们在一起不管在哪里，无论做什么，都是“假期”。小园的外部环境很清静，自然山水，空气清新。内部装修和服务设施很舒适。



喝可乐，偶尔放纵一下



酒店的房间很大



孩子享受和父母在一起百分之百的时间，开心不已



酒店设计风格融合乐中国村落建筑风格 and 现代化装饰风格



孩子们对新环境很兴奋

孩子印象：

爸妈的心情大好，竟然允许我们喝可乐，玩游戏看电视的时间也比平时长。真是太爽啦！



浴室的浴巾很充足



孩子在游乐室玩得很尽兴

酒店体验细节披露

- 😊 FIRE PLACE & GOOD COFFEE
- 😞 NO SWIMMING POOL

周边游览：

酒店座落在群山环绕间，是自然山水之间的幽静之地。可以到附近到长城徒步，享受自然，或者骑车到周边村落体验北方风民俗。



徒步长城



民居参观



附近民居

京城购物新地标

文：张京阳 图：Sui, Lova, 范吉慧（部分图片由购物中心提供）

Shop 'Til You Drop at These Five Fantastic Malls

京城购物中心的高速发展真是令人兴奋！新建成的购物中心国贸三期、芳草地、颐堤港、蓝色港湾、卓展购物中心各具特色，都是大手笔，集购物、娱乐、餐饮、休闲为一体，值得全家人去消遣一整天。

Beijing has no shortage of great malls filled with fantastic dining options, stores and family fun. Here are five top spots to check out around town: Parkview Green, China World Phase Three, Indigo, Solana, Zhuozhan in Wukesong.

别样的景致—颐堤港



颐堤港位于朝阳区将台路以南酒仙桥路以东，是一座集购物、娱乐、美食、休闲、商务、旅居等于一体的综合商业地产项目。

风生水起

一进门就能看到室内瀑布奔流而下，水声阵阵，而内独具特色的冬季花园，更将室内和户外的风景融为一体。深邃而充满生机颜色，源于自然却超越自然，意味着生动气息与优雅格调。

宽松的空间感

这里购物完全不用考虑熙熙攘攘的场面，宽敞的回廊、大大的扶梯、东西南北宛转迂回的架构，都会让购物之旅显得更加轻松舒适。一层更有一个近千平米的下沉广场，在这里孩子们甚至可以带着轮滑轻松一把。

在顶层的电影院，一客一窗的购票窗口被高大的隔断分开，保留了足够的隐私空间。

不同的体验

相信爱书之人进入Page One都会为之一振，尽管价格很傲人，但其全面的书目和品种齐全的原版书都会让你满载而归。

三星体验店的数码照片墙更是能让孩子尖叫的地方，抓拍后，可以自己在照片墙上实现简单的编辑功能，满意后，可以让自己的照片“飞”到幕布上，甚至可以将照片发送到你的邮箱！



1
2

1 自然光从高挑的巨幕玻璃墙进入宽敞的空间
2 明亮的就餐场所很有在户外的感觉

健康饮食

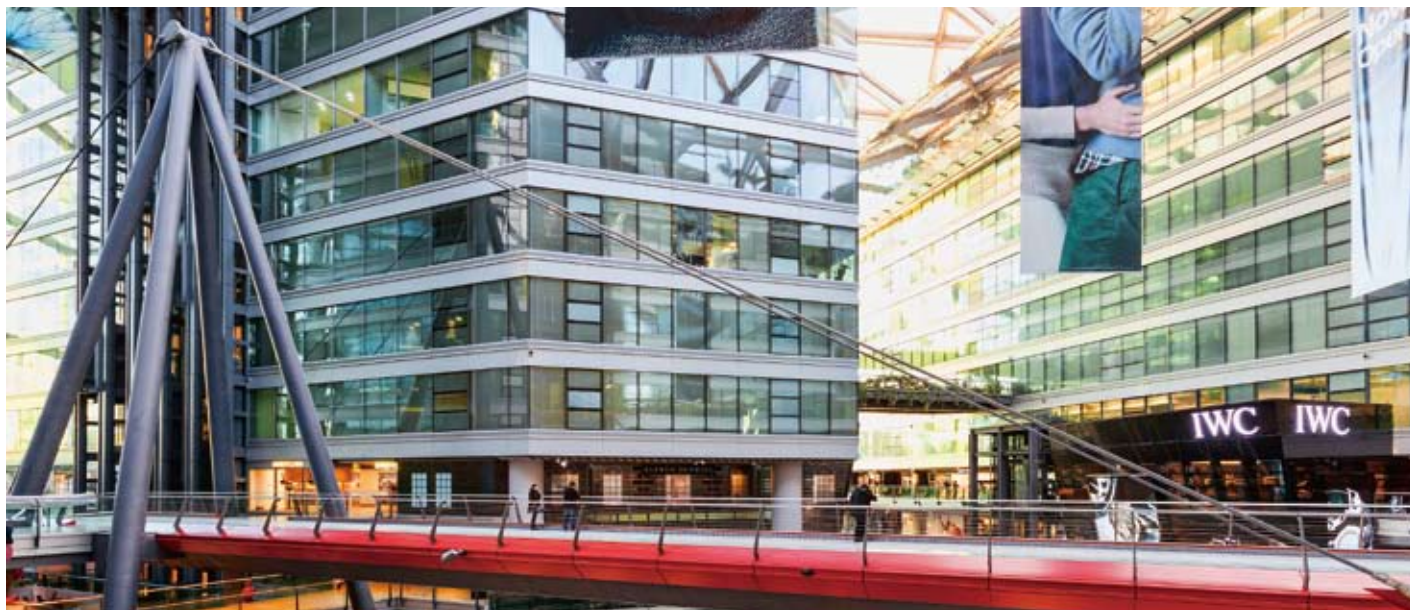
颐堤港为了家庭就餐引进了许多的健康元素，至爱、新元素、西龙纤维等等，无一不向家庭客户传达着健康饮食的信息。

地址：朝阳区酒仙桥路18号(将台路口)

电话：8426 0898

网址：www.indigobeijing.com

文艺清新的建筑—芳草地购物中心



微型气候

芳草地产购物中心集写字楼，公共广场，酒店和购物中心于一体，同时荣获商业类建筑绿色大奖，是中国第一个获得LEED®“铂金级预先认证”的多功能建筑。整个建筑外部被一层玻璃幕墙及钢架结构环绕起来。顶部材料是像泡沫一样的ETFE膜，和水立方国家游泳中心外部用的材料一样。材料能透90%以上的光进来，减少照明用电，并隔离紫外线。顶部在天气好的时候可以打开通风，使顾客能享受自然空气，也尽量减少空调的使用，由此形成一个温暖舒适清新的微型气候。

私密的洗手间

相信芳草地产购物中心的洗手间可以秒杀所有主妇的心。每个隔间里除了拥有如厕后先进的温水冲洗系统，还有独立的洗手池，严重保护了使用者的私密性。还有什么能比这更方便的呢？

兼顾社区

楼的造型有如金字塔般的外形，AB座比CD座高，这不是为了讲究独特造型，而是在设计时考虑到周边居民楼普遍较矮，经过调研，为了不妨碍他们的家居采光，把楼顶做成斜顶，使阳光在一天不同时段可以覆盖到周边芳草社区，保证居民的日照时间。

芳草地产购物中心的南边是芳草小学，北边是陈经纶中学。为了不让周边居民接孩子时绕着建筑物走很远的路，也为了使顾客或租户更方便地行走于四座建筑之间，创新性地建起了一个亚洲最长的室内步行桥，一共236米。

地址：朝阳区东大桥路9号(尚都SOHO对面)

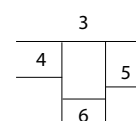
电话：6500 5511

网址：www.parkviewgreen.com.cn



艺术气息

喜欢艺术氛围的人可以在这里找到感觉，经常会有艺术家举办展览。还有画廊围绕，其中艺术长廊就有萨尔瓦多·达利的40多件雕塑。若你有闲心，可以在illy北京首家咖啡厅一边享受意大利式的香浓，一边环顾欣赏周围的艺术气息。



- 3 亚洲最长的室内步行桥，一共236米。
- 4 艺术长廊
- 5 从室内延伸到户外的狼群雕塑
- 6 坐落于芳草社区居民区的购物中心。

散发成熟魅力—蓝色港湾



位于亚洲最大的城市公园朝阳公园西北湖岸，有一座欧式商业小镇——SOLANA蓝色港湾，一个充满了灿烂阳光、幽静湖水、优雅建筑、浪漫小径的购物公园。

高品质享受

作为各种高档品牌的集中地，蓝色港湾不失为一个好去处。

无论是来自欧洲的儿童服装品牌ORCHESTRA，还是世界顶级童车Stokke，你都能在蓝港儿童城里找到它们的身影。

欢乐“家”年华

儿童城中，全明星滑冰俱乐部无疑是整个儿童区域中的最大亮点。每逢节假日，这里总是人山人海，冰球训练、花样分区、基础上冰等全面的教学内容，让这里成为许多家庭来到蓝港的首选地。

以冰场为中心向外辐射，小宝宝们可以到翻斗乐式的儿童游乐场玩耍，大宝宝可以到各种早教机构学习英语、舞蹈，而学前儿童，更是可以找到适合自己的科学课程。

等候宝宝上课的同时，爸爸妈妈可以根据自己的口味选择来自不同国度的咖啡厅，悠闲地度过一两个小时，课程结束后，又可以到餐饮一条街品尝世界各地的美食。



地址：朝阳区朝阳公园路6号

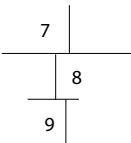
电话：5905 6663

网站：www.solana.com.cn



配套完善

蓝色港湾已经发展成为一个比较成熟的商业中心，配套设施完善，娱乐、购物、餐饮一应俱全，所以在这里，家庭能够享受到更全面的服务。就连洗手间，也为带孩子的家庭准备了更换尿不湿的专属区域。夏季，这里的音乐喷泉区更成为孩子们自发狂欢的好去处。



7 蓝色港湾灯光节
8 儿童用品商铺
9 全明星滑冰俱乐部

四通八达方便至极——国贸中心三期

但凡走在CBD街头，都不难看到一柱擎天的国贸三期，相信这330米的高度，能给你带来冲击般的体验。

享受高度

进入国贸三期主楼大堂即刻就能感到金碧辉煌的奢靡，坐上80层直达电梯，38秒即可到达，那感觉是相当地刺激，请注意，电梯很稳，并不会让乘坐者感到头晕不适。这里的咖啡厅可谓是真正的高端咖啡厅，放眼望去，远到西山、故宫，近到CBD，全部都尽收眼底。



品牌全面

作为老牌国贸商场一期、二期的补充，商场三期有多家国际奢华品牌旗舰店和新品概念店都长期入驻，不仅仅有箱包服装，还有Page one书店、百丽宫影城、Le Salon巴黎奢华美发沙龙，能够满足从头到脚的需求。中西结合的餐饮更能满足不同家庭的不同口味需求。

10	11	10 壹叶堂书店
		11 儿童喜欢的多米魔法小镇
	12	12 华润万家超市



儿童专区

整个商场的儿童区域全部集中在三期商场三层，这里汇聚了一批儿童高档品牌：Kids land、Step2wo、Nature Purest、Miki House等，家家都是精品。购物空间敞亮舒适，地下一层还有“多米的魔法小镇”儿童娱乐区和华润万家Ole超市，足以让孩子玩耍半天，让妈妈坦然为宝宝选购。

地址：建国门外大街1号

电话：6505 2288

网址：www.cwtc.com

京西最大百货实体店——卓展购物中心

位于长安街与西四环交汇处的卓展购物中心已于2012年9月15日开业。从地铁1号线五棵松地铁站下来，就可以远远看到这座号称中国最大的百货实体店。整个建筑很壮观，但如果步行从地铁站过去还是要一段时间。最好开车，地下停车场也很方便。共7层，购物空间大约30余万平米，非常宽敞明亮，在中心里逛半天绝对赛过健身房。带小宝宝的父母建议带上手推车。已有800多家品牌入驻。四层是儿童品牌区，五层是成龙Jackie Chan耀莱国际影城。

地址：海淀区复兴路69号(近地铁五棵松站)



节日大餐, 神厨来帮忙

文: 桂桂、十七

Top Chefs Team up With Cute Kids to Prepare a Festive Feast

年底节日季, 美味大餐是重头戏。来福士为我们演示如何带着孩子一起在家做出美味大餐。不仅全家人欢聚吃得愉快, 孩子在做的过程玩得更开心。

Enjoying a homemade feast is a must for this winter festival season. Chef Richard from Raffles Beijing, Chef Zhan from Ding Tai Feng, team up with Isabella and Baobao to demonstrate a fun-filled way to prepare a fantastic holiday feast.

神厨大叔 & 小妞宝宝 ——八宝饭



图: 美国乐童万色儿童摄影机构

爸爸岳涛，北京土著，好美食的灯光音响工程师，足迹随各种演出遍布祖国各地，无论酸甜苦辣咸，喜爱地道的美食。妈妈十七是北漂青年，好烹饪更好客，是热情的自由撰稿人。女儿宝宝2岁半，大名岳子芮，好新奇好动手，虽然不爱说话，但是人小鬼大，爱吃甜食，更爱自己动手做甜食博表扬！

宝宝的诞生让岳涛与十七的春节渐渐有声有色有滋味，从前都是请长辈亲朋到餐厅去吃大餐，但是带着一个不能自理的小小姐到餐厅吃饭却很麻烦，宝宝进了餐厅之后对什么都好奇，东摸西看，爸爸妈妈防不胜防，吃饭时小宝宝三口就饱了，吃饱后如坐针毡或者开始困倦哭闹，爸爸妈妈一会儿捡筷子一会儿哄孩子，手忙脚乱不胜其烦，和家人朋友的聚会也不能尽兴，还是在家里吃饭最省心，宝宝吃饱饭后可以在自己的游戏区域玩儿玩具，困了爬上小床呼呼大睡，爸爸妈妈轻松不少，还可以尽兴和朋友们说笑聊天。

在家过春节是个好主意，菜单制定却很头疼。妈妈十七擅长厨艺，又好客，朋友们平时早就大快朵颐。春节是重要节日，必须有亮点有重点；还有，随着宝宝渐渐长大，煮饭时好奇地跑来跑去也让专心烹饪的妈妈爸爸颇为头疼。如何让宝宝参与春节大餐，度过快乐的春节，又让亲朋好友出其不意对菜品交口称赞，变成一道必答题。

带孩子一起来做饭吧！十七的好友鼎泰丰名厨

詹志铭一语点醒梦中人。他说春节餐桌除了色香味俱佳，好彩头图吉利也很重要，不如全家人一起做一道八宝饭，团团圆圆甜甜蜜蜜！爸爸岳涛和宝宝都爱吃甜食，自然兴高采烈，这位在鼎泰丰十几年的大厨带着一个两岁半的小厨师在厨房里其乐融融忙活起来。

詹师傅已经来北京8年了。虽然是单身，但是在台湾老家有三个外甥，是最受欢迎的舅舅，哄孩子也是专家，他一边将金桔、桂圆肉、青红木瓜丝等材料整齐地码放在碗里，一边将糖莲子放进宝宝嘴里哄着她依样画葫芦。

第一次大餐烹饪进行时宝宝如此安静不捣乱，岳涛和十七相视而笑，连连称赞詹大厨英明。八宝饭原料都是蜜饯，宝宝可以边吃边干，开心又听话，餐桌上的八宝饭甜香满溢，大家对参与制作八宝饭的宝宝纷纷伸出大拇指，其乐融融，宝宝的笑容和喷香的八宝饭定格在照片里，变成日后甜美的记忆！

八宝饭 Eight Treasure Pudding

原料 Ingredients 4-6人份 Serves 4-6



制作方法:

- 1、糯米洗净，浸泡一夜，糯米上锅蒸10分钟。
- 2、将紫红枣、桂圆肉等配料均匀摆放在碗内，再将糯米饭放入摆好八宝饭原料的碗中，填入豆沙。
- 3、将碗口表面压实将摆好的八宝饭原料蒸一个小时，蒸好后倒扣在盘子里。



34岁的詹志铭是地道的台湾人，早年在鼎泰丰总部学成出师，至今入行已十多年，现任鼎泰丰面点技术总监。除了钻研美食，他还热爱收藏各种古玩、字画、古钱币，宝石玉器。在这些领域，他可不是玩儿票！不信交给他一件藏品，一眼之力，真假如何成色几分稍后即明。詹师傅还对书法、雕刻有浓厚兴趣，闲暇时自己创作作品。2004年他来北京常驻，经常在大陆多个城市间飞来飞去，承担不同分店的菜品研发、管理和培训工作。因为家人都在台湾，他最期待每年春节回家与爸爸妈妈、姐姐、妹妹和弟弟团聚。每逢家庭大聚餐，詹志铭无需“重担”一肩挑——妈妈会奉上她的拿手菜，贤惠能干的姐姐也会做许多菜系，而且手艺出众，美味不凡。喜欢孩子的他更多地是扮演他一贯的“孩子王”角色，跟三个小外甥玩儿的不亦乐乎！

神厨老爸 & 小公主朵朵 ——烤牛肉、奶油蛋糕



这个圣诞节，Isabella不想再出去吃大餐了。她给神厨老爸Richard布置了一道“作业”：所有菜都在家做，好吃还要好玩！

做菜是Richard最拿手的事儿，所以完成Isabella的任务根本不是什么难题。主菜除了营养美味之外，一定要有满满的节日气氛！当然，必不可少的还有一款能让喜欢甜点的Isabella高兴得尖叫的甜品。采购停当，爸爸给他的小公主呈现了菜单：主菜烤牛肉配约克郡布丁和有机时蔬，甜点浆果白巧克力奶油蛋糕！Isabella开心极了，这不，已经围上小围裙跟着爸爸开始动手做啦！

其实，关于圣诞节怎么过，Isabella在节日到来前很久就想好了。爸爸Richard是北京一家五星级酒店的行政副总厨，平时工作特别忙，即使是新年和春节这样的节日，因为想让其他的员工有机会和家人团聚，也大都需要在酒店工作中度过。所以圣诞节对Isabella而言特别重要——那是为数不多的能和爸爸在一起嗨皮的时光！

圣诞节也是Richard和Isabella的妈妈Lanlan最喜欢的节日。因为这一天，全家人可以欢聚在一起享受温馨的家庭时光，三个人在一起品尝美味的食物，送出和获得礼物并且互相祝福。Richard和Lanlan至今还记得Isabella降临后的第一个圣诞节。小生命的到来让刚做爸爸妈妈的他们倍感幸福，两人的世界从此多了一个欢乐的音符，一份难舍的牵

挂，那个圣诞节因此也被赋予了不同寻常的记忆。

一家三口其乐融融一起装饰圣诞树，一起拆礼物是每年的保留节目。遇上家庭聚会，一般Richard会负责安排厨房的事情，Lanlan则负责照顾家人朋友。Richard会尽量选择比较常见、能在超市和市场买到的新鲜食材，准备符合大家口味的菜肴，有时也会做些创新给大家带来惊喜。Richard认为，安排家庭聚餐与酒店餐饮不同，后者需要有严格的制作步骤和程序，在家里会更随意一些。下厨前的准备非常重要，要把诸如餐台如何布置、食物如何摆放等细节都考虑到，届时才不会慌乱。有用着顺手的厨具也很重要，厨具的质量要好。

这一天，和爸爸一起下厨让Isabella过足了自己动手做食物的乐趣。当看到妈妈尝到自己参与制作的烤牛肉和甜点，小小的人儿心里盛满了成就感！

对整个过程感到特别享受的还有爸爸Richard。Isabella是他的小公主，工作之余，他总是试图抽出更多的时间陪女儿，比如一起度过睡前温馨的阅读时间。

换上睡衣，抱着她的小兔子，Isabella跳上了软软的大床。她最喜欢爸爸给她阅读绘本故事，尽管好多故事讲了一遍又一遍，但是每次爸爸拿上书本坐到身边，Isabella还是止不住的兴奋。常常是爸爸讲到好玩的地方，Isabella哈哈大笑，妈妈也被逗得乐不停！

浆果白巧克力奶油蛋糕

Sherry Trifle With White Chocolate and Raspberry

原料Ingredients

1人份 Serves 1

山莓300克 Raspberry 300g

白巧克力200克 White chocolate anglaise 200g

奶油 100克 Whipped vanilla cream 100g

雪莉酒100毫升 Sherry 100ml

切杯底后的蛋糕批90克 Sponge cut to fill base of bowl 90g

吉利丁片 2派卡（约1厘米）Gelatin 2pc

杏仁片30克 Flaked almonds 30g

白巧克力碎30克 White chocolate shavings 30g

白砂糖30克 Castor sugar 30g

水90毫升 Water 90ml



制作方法：

将杯底放好蛋糕批的杯中加入雪莉酒，直到蛋糕饱和

将山莓放入糖水中煮，然后加入吉利丁，溶化后倒入杯中，放入冰箱

将其平稳地倒在蛋糕上

用勺取香草冰淇淋，再用白巧克力碎及杏仁片装饰（PHOTO）

特别提示：用新鲜山莓。如找不到可以用其他应季莓子代替，如草莓或什锦杂莓或黑莓。



烤牛肉配约克郡布丁和有机时蔬

Roast Beef With Yorkshire Pudding and Seasonal Organic Vegetables



原料 Ingredients

- 6人份 Serves 6
- 牛肉 5公斤 Beef Prime rib 5kg
- 约克郡布丁黄油 300毫升 Yorkshire pudding batter300ml
- 牛肉酱 1升 Beef jus 1ltr
- 烤去皮土豆 500克 Potato peel cut for roasting500g
- 迷你胡萝卜、茴香头 500克 Baby carrots/Baby fennel
- 防风草、芦笋500克 Parsnips/Asparagus 500g
- 百里香、迷迭香200克 Thyme/Rosemary 200g
- 大蒜、小洋葱90克 Garlic/Shallot 90g



- 制作方法:**
- 1、用橄榄油、百里香、迷迭香和大蒜腌制牛肉，密封使肉焦香化呈棕色。
 - 2、放入175度烤箱烤2-3小时直到中心温度达到57度。
 - 3、在烤肉时可以先准备约克郡布丁，将托盘一半放上油放入烤箱高火烤10-15分钟直到油灼热，将约克郡黄油倒在托盘上用190度烤至金黄并蓬松。
 - 4、等待牛肉的同时，将备好的蔬菜用盐水煮一下，等冷却后用橄榄油嫩炒一下，配酱汁。
 - 5、将肉表皮的油及异物去掉，检查酱料味道是否满意。
 - 6、将牛肉和约克郡布丁、蔬菜酱汁一起上桌，将牛肉切薄片。

特别提示: 用至少30天的熟成牛肉，提前腌制24小时再烤，吃的时候搭配品质好的红酒或是黑啤酒都是不错的选择。

爸爸Richard Hilton来自英国，以前一直居住在伦敦。五年前因为工作关系来到北京，现为北京金融街丽思卡尔顿酒店行政副总厨。妈妈Lanlan是中国人，现在也在北京一家五星级酒店从事销售工作。3岁半的女儿Isabella有个中文乳名叫朵朵，她的中文说得特溜儿。鬼马小精灵是爸爸妈妈的Little Princess，现在她对做菜有着异乎寻常的兴趣，一有机会就缠着爸爸教自己作菜，是绝对的小小美食家！

2013 SPRING SCHOOL CHOICE FAIR 2013 北京国际教育择校展

2013年3月3日

上午十时至下午四点

北京燕莎中心凯宾斯基酒店

朝阳区亮马桥路50号

同时间，同一地点
与京城顶尖国际学校、双语学校
公立私立学校国际部
招生负责人零距离接触

了解学校
了解国际教育理念
为您的孩子选择最适合的
国际化教育之路

家长参观1月31日开始报名
详情请关注《菁KIDS》杂志
新浪微博 @菁KIDS杂志

或联系市场部
EVENTS@BEIJING-KIDS.COM

Beijing's essential international family resource

beijingkids

菁KIDS





启明星双语学校考察报告

Parent Perspective: Daystar Academy

文: 昱心

图: Imagine Photography Studio

一个已经开始对幼儿园选择问题产生焦虑的妈妈，拜访了启明星双语学校，对学校坚持的蒙台梭利教育法、浸透式英语环境和学校师资都很满意，但对于学校是否能做到中英并举双语双强和学校在考虑进行的教学改革有一些疑虑。

Concerned with her child's kindergarten choices, one local mom paid a visit to Daystar Academy and offers her personal perspectives on the school's Montessori curriculum and faculty, as well as her insights into bilingual education and how Daystar's courses are developing.

印象分

抵达位于朝阳区顺白路的北京启明星双语学校时，已经是上课时间，校门紧闭。

尽管有预约，为了进个校门我还是走了一系列“繁琐”的程序，这让我对启明星立马有了好感。听多了各种不靠谱的校园安全事件，我可不想把孩子送到一个随便什么人随便就能进门的学校！

走进校园，眼前半个足球场大小的球场上，20多个孩子跑的跑，跳的跳，你追我赶“疯”得欢。看他们满世界飞舞的自在劲儿，专注于自己小世界的表情以及无所顾忌的大笑，我承认我在心里又为启明星加了一分——甭管学校宣传自己有多好，也比不上亲眼看见那里的孩子本真的开心状态。

在学校接待室里，招生主管Heather Zhao给我介绍了学校的详细情况。当我得知启明星幼儿园和小学的英文母语学生比例达到30%，双语母语的学生达到10%时，心里小震撼了一把：这数字可不低！尽管现在双语学校和幼儿园遍地开花，但是否能够提供浸入式英语环境却存在很大疑问。一些学校强调自己的“外籍学生比例”，但实际上这些外籍学生包含很多诸如新加坡、日、韩国家来的孩子。他们即使说英语，所营造的语言环境也很难跟英文母语国家的孩子相提并论。

接下来的参观，我看到了整个考察行程中最触动我的一幕：4个3-4岁左右的孩子俩俩对坐在一张长方桌的两侧，每人胸前一个餐盘盛着各自挑选的食物。他们放松地坐在自己的小椅子上，手拿餐叉或筷子，“优雅”地享用着午餐。

之所以说优雅，是因为他们没有各种“坐不住”的小动作，更没有离开座椅大声喧哗、打闹，同时也丝毫看不出高压制造出的小心翼翼

和拘束。这是一个迷你版的绅士淑女聚餐场面。4个孩子看到我调皮地笑了，他们相互轻声交流了几句，然后继续用餐。

要知道，教室里有差不多20个3-6岁的孩子，只有一个老师，可是连空气里都弥漫着自由的秩序！我不禁想：这是蒙台梭利教育的成果吗？等我的孩子到了3岁的年纪，他可以做到吗？

心动因素

幼儿园：蒙台梭利教育理念

启明星双语学校现有幼儿园和小学部，幼儿园英文完全采用蒙台梭利教育法（关于蒙氏教育体系更多信息，请参阅本期“教育关键词”栏目），中文采用蒙氏和传统教育相结合的教学方法。

启明星的蒙氏教室包含五大区域：语言、数学、感官训练、生活体验和文化。每个区域都配备相应教具，为“环境学习”提供可能。例如在数学区，孩子们通过触摸、观察各种模型和实物来认识抽象化的数字概念，在生活体验区则能亲自参与清洗餐具，给小动物喂食等劳动。

“我们的教育目标是保护孩子的好奇心，引导孩子热爱学习、培养良好的学习习惯以及他们的独立性、合作性和自理能力。”Heather说。在我看来，这也是我和孩子爸爸的现实期待。

幼儿园为达到上述目标的一个重要教学实践是每个班由3-6岁的孩子混龄组成。Heather解释说，混龄后，不同成长阶段的孩子在相处中互相影响。老师引导稍大的孩子帮助和呵护较小的孩子，而较小的孩子则从稍大的孩子那里获得示范，得到启发。这种混龄的环境让孩子们学会接纳不同，同时培养孩子的合作和社交

的能力。这是传统同龄分班教育难以做到的。

我的一个同事的女儿3岁半，在北京另一所双语幼儿园上学。小姑娘本没有接触乘法运算，但看到一起上课的大孩子在做乘法，她觉得很酷很厉害，于是回家后主动要求妈妈给她讲解，并听得兴致盎然。

我和老公都是在国内传统教育体系下长大的，应试的日子鲜能体会学习的乐趣。身为独生子女，虽谈不上娇生惯养，但在出门上大学以前从未拥有真正意义上的独立生活。至于合作意识，也绝非是从幼儿园年纪得到的启蒙。我觉得在儿子择校问题上，蒙台梭利的理念和启明星的具体实践给我提供了一个颇具说服力的选择项。

浸透式英语环境

对于选择双语学校的家长们来说，浸透式的语言环境尤为重要。

我知道当今有些双语幼儿园的英文课，实际上每天只有几十分钟乃至十几分钟，老师一会儿讲英文一会儿讲中文，或是老师讲完英文，孩子活动起来又讲回中文。一学期下来，孩子倒是学会了往外蹦单词，可远不是家长想要的“双语”教育。启明星是怎么做的呢？

启明星从幼儿园到小学的各年级都实行半天中文和半天英文的教学模式。每个班英文课程的标准配备是：一名英文母语国家的英文主讲老师，一名中国籍双语助教，以及一名ESL老师（为英文水平较差的中文母语孩子提供辅导）。在半天3个小时的整块时间里，孩子们只用英语听、说、写和思考，而不是在母语和英语间频繁转换。而且英文课有专门的教室，跟中文课教室互相独立。至于学校三分之一的英语母语学生比例则保障了孩子们间的交流环境。

“为了保证英语母语学生的比例，我们在

招生时会有相应的控制。”Heather告诉我。这意味着中文母语的孩子的招收名额相对有限，但我想这把双刃剑也是学校浸透式语言环境的一个保障。

小学部课程设置

启明星小学1-6年级的中文课采用国内公立小学使用的人教版教材，按照国家教委规定的教学大纲授课。课时上，主科语文每周8节，数学5节，这与公立小学基本一致。此外每周设有4节体育和两节美术课。

小学英文课程包括语言、数学、科学、生物学、动物学、地理、历史和文化和音乐，全部由英文主讲老师授课。

师资

创办于2002年的启明星双语学校是在一个中西合璧家庭自身的育儿需求中诞生的——创办人夫妻一个来自中国，一个来自美国。当时他们希望自己的孩子能在中、英两种语言文化中得到平衡发展。

在我看来，历史的这个“开头”体现了一个重要价值，那就是办学者在父母和孩子的立场思考教育问题。十年过去，我相信今天的启明星仍然在乎孩子：因为学校很多老师都是因为对启明星的办学理念具有认同感，孩子可以在本校上学，同时自己又对教育怀抱热情而加入了教职员工的团队。这其中就包括招生主

管Heather Zhao，市场部主管Kristin Lack，业务经理Tania Jain，还有不少中英文任课老师。Kristin Lack加入启明星后，开创了家庭式午餐，老师与不同年级的孩子组成“家庭”一起进餐，“家庭成员”轮流值日，孩子们不仅享受到家的感觉，还增强了为他人服务的意识。

在专业领域，启明星所有蒙氏课程老师都是获得AMI（Association Montessori Internationale）认证或者AMS认证的英文母语老师。学校要求蒙氏老师具备三年以上教龄，并每年定期参加培训。

几点疑虑

中英并举能否双语双强？

启明星自己没有中学部，因此孩子小学毕业将面临选择中学的问题。在学校的官方网站上，我得知启明星毕业生的去向包括ISB，WAB，Dulwich Academy，World Youth Academy，北京五十五中，清华附中等。但我仍有疑虑：不论孩子准备就读传统学校还是国际学校，他们的中英文能力是否分别具备足够的竞争力？

Heather非常坦诚：“从往届毕业生的走向看，98%的毕业生去了国际学校或中国公立学校的国际部。如果选择回归传统的应试教育体系，启明星的学生显然不具备竞争力。但是，双语学校不应该跟某一单一语言强项学校做比

较，因为学生在一天中接受的是同比重的双语教育，而且教学目标也不是以考试成绩作为唯一的评估标准。我们希望孩子在中英文学习上打下坚实的基础，为他们未来选择继续中文教育或者国际化教育提供可能。更重要的是，启明星重视孩子能力的培养，比如独立学习的能力，与他人合作的能力，创造性地解决问题的能力等等，这些将能力将伴随孩子的一生。”

这番话敦促我更加重视一个问题，就是在选择学校的时候，必须非常清楚自己想让孩子从学校获得什么。如果想要尽早为某一特定未来吹响战斗号角，那还是慎重考虑为好。

教学改革

启明星正在探索针对小学高年级的教学改革，包括研究加入IB课程的可行性。我密切关注这项工作的进展，因为我不仅担心蒙氏如何与中学其他教育体系衔接，也担心改革如何具体落实。

地理位置偏远

启明星不是寄宿学校，同时它的位置靠近顺义，从市区东四环驱车前往，如果不堵车大概需要30分钟。学校现有的十条校车线路基本照顾到了单程耗时一小时以内的地域。但如果家住太远，孩子来回交通的耗时只长不短。对于低龄的幼儿来说，每天如此非常辛苦。如果想更便利只有考虑搬到学校附近了。



▲具有中西合璧设计风格的图书馆



▲师生们在此体验家庭式午餐



▲孩子在课堂上



▲孩子们在开放的环境中自主学习



村头树专栏

新浪微博@村头树 毕业于北京师范大学，曾做过教师、网站编辑，现为村头树原生态杂粮创始人，《斗妈大全》小作者的爸爸。

去，和坏孩子玩吧

Bad Grades Don't Create Bad Playmates

小时候，在我那所小学，我是出了名的调皮捣蛋鬼，这让当年的我十分十分的自豪，每天都会将这得意洋洋挂在脸上。

我经常获悉有家长对我同学说别总和我玩，都被我带坏了之类的话。每每听到这些，虽然略有失意但我总免不了还会有些小小的得意，因为尽管家长们那么说，孩子们还是该和我玩就和我玩，欢笑每天照常发生在我们中间。

没想到若干年后，同样的事情竟然发生在我家小屁孩的身上。一天，她回来说：“老爸，我今天听见XXX的老爸在车里和她说，你别和陈乐水玩了，你考试考了七十多分，都是她带坏的。”

我一听，不由得乐从心头起，心想，这可真是有其父必有其女。我尽量掩饰住内心的喜悦，没带任何表情地问闺女：“那你听了，怎么想的？”

她好像有些伤心，黯然地说：“我就想，我怎么带坏她了啊，我就是放学后和她玩嘛。”

小屁孩老妈听了，在旁边说：“那你就别和她玩了呗。”

“不行，这又不是她的错！”——小屁孩一句话让我和她老妈产生了由衷的敬意。不由得事后在被窝里说，嘿，这小屁孩，还很伟大嘛，绝对体谅人，还知道这不是同学的错——爹妈俩人在被窝里自豪了半天。

事情远没有结束，上两周的一个周末，小屁孩决定给家里的两只小兔子办个婚礼，为此

邀请了几个同学来家里，其中就有那个被爸爸批的小女生。

别的同学都是上午来的，那个小女生下午才来。原来她是骗爸爸妈妈说去了另外一个同学家，等到了那个同学家，又偷偷地跑来我家，最终是参加上了婚礼。

在这事上，小屁孩依旧对那女生的爸爸妈妈表示理解，还洋洋自得地说，你看，我们多聪明啊。

从一年级到现在，小屁孩遇到过好几次类似的事情了。究起来，无非就是她考试名次靠后，放学后不回家在公园里玩到天黑，也不上神马补习班……

作为一个身经百战、参加过无数次考试的小屁孩的老爸，我觉得考试成绩一点意义都没有，证明不了任何事情。所以从一开始，我和她老妈就从没对她考多少分有过要求，也任由她放学玩到天黑。

玩，本就是孩子的天性，非要给泯灭掉，这种没人性的事情我是做不出来的。我的理解是，要玩好，玩出花样来。如果一个小孩连玩都玩不好，你说，他能学好嘛？

所以，我经常劝小屁孩和调皮捣蛋的孩子玩。她也深有同感，说班里学习好的同学一点乐趣都没有，整天就知道做题、上辅导班之类的，跟他们说游戏的名字他们也都不知道，各种好莱坞的动画电影他们也都还没看过……

不过，话说回来，最近这几件事情让她略有伤心。我和她老妈也有点担心，怕她心理受到伤害。但最终发现这担心是多余的。因为小屁孩们的眼睛是亮的，我家小屁孩还是获得了

大部分同学的认可。这一点，在填写评价手册的事情上就完全体现了出来。

他们的学习期末评价手册上有一个项目是要找两个同学对自己进行评价。小屁孩找了一个男生和一个女生，我逗她说你为啥找男生，你是不是喜欢他。她说不是，而是觉得找个男生更客观，如果都是女生，肯定反映的不全面。

那女生在她的评价手册上写了一大堆，意思是你乐观开朗受人喜欢，还特意加了一条：你竟然邀请我们给兔子办婚礼，你太幽默了！

男生的评语倒是极其精炼：陈乐水，你很有人气，我力挺你！

当小屁孩的老爸我看到这样的描述时，是无论如何也掩饰不住内心的喜悦的。

有女如此，夫复何求？

想不通家长们为何要让自己的孩子远离这样一个小女生，如果我是别的孩子的家长，我肯定会说，去，和坏孩子玩吧。

其实，我不用说，小屁孩自己也看得很清楚，同样是评价手册这件事，班里一个学习好的男生在评价手册获奖一栏写了密密麻麻一堆获奖经历，得意地和小屁孩说，你看，我的都写满了。

小屁孩淡定地回答对方：

XXX，我警告你，你要小心，你做得了一个成功的小孩，却不一定能做一个成功的大人！



蒙台梭利教育

Explainer: Montessori Education

文: 陈思嘉

图: Imagine Photography Studio

蒙台梭利教育的宗旨是“自己的事情自己做。”她的创始理念是，尊重每个孩子的独立性，让他们在良好的教学环境中按照自己的进度来学习。蒙台梭利教育旨在培养孩子的思想、独立性、自尊以及解决问题的技巧和社交能力。

蒙台梭利教育的创始人玛丽亚·蒙台梭利博士(1870-1952)发现，孩子们在成长的过程中面临“机会之窗”的黄金时期。作为罗马大学医学院毕业的第一位女性，玛丽亚·蒙台梭利博士为教育领域带来了科学的儿童教育方法。

教学对象

从全球来看，蒙台梭利学校的学生年龄差距较大。有些学校提供从出生到成年的全部教育(0-18岁)，有些学校主要关注儿童早期教育(1-6岁)。北京的大多数蒙台梭利学校提供儿童教育课程，不过北京蒙台梭利国际学校(MSB)和启明星双语学校(Daystar)为3-12岁的儿童提供蒙台梭利教育。

教学内容

尽管全球各地有多家蒙台梭利协会，但是蒙台梭利本身并没有注册商标。这就是家长必须考察孩子未来学校的重要原因。美国蒙台梭利协会(AMS)等声誉良好的协会通常制定自己的教学规范，向学校提供授权。北京蒙台梭利国际学校(MSB)是美国蒙台梭利协会在北京唯一的会员学校。

蒙台梭利教室的特点是多年龄儿童混合编班，授课时间连贯，指导儿童选择活动，使用专门设计的学习材料。蒙台梭利课程注重五个

基本方面：现实生活、感官、语言、数学和文化。通过从简单到复杂的任务促进儿童成长，同时满足他们的好奇心。

蒙台梭利教师的责任在于指导和引导学生，而不是命令她们。在蒙台梭利教育中没有成绩分数。相反，教师会通过观察、记录和反思来帮助儿童的成长。在蒙台梭利教育环境中没有失败的概念，因为老师会指导每个孩子自由选择自己的活动，解决各种各样的困难。

家长考虑的因素

许多儿童专家都认为，孩子成长最重要的时期是从出生到6岁。玛丽亚·蒙台梭利博士提出，这个年龄段的儿童具有海绵一样的学习心智。蒙台梭利教育的理念在于正确引导和启发儿童，让他们在接下来的生活里创造自己的行为模式。蒙台梭利教室的设计旨在满足每个孩子利用特殊工具和材料的学习要求。学生可以按照自己的进度来学习，而不用被迫参加他们不喜欢的活动。多年龄段的儿童形成一个社会结构，年龄稍长的孩子可以担任导师的角色，年幼的孩子在面对挑战时能够得到帮助。

可供选择的学校：

- 北京加拿大国际学校：18个月-5岁
Canadian International School of Beijing(CISB)
- 巧智博仁国际幼儿园：1-6岁
The Children's House International Montessori Kindergarten
- 启明星双语学校：3-12岁
Daystar Academy
- 金翼德懿双语幼儿园：1-6岁
Eduwings Kindergarten

- 伊顿国际幼儿园：1-6岁
Etonkids International Kindergarten
- 家育苑(TFLH)：18个月-6岁
The Family Learning House
- 好思之家国际幼儿园(HoK)：10个月-6岁
House of Knowledge International Kindergarten
- 北京蒙台梭利国际学校(MSB)：1-12岁
International Montessori School of Beijing
- 三为园蒙台梭利托幼中心：1-7岁
Mammolina Children's Home-Montessori Kindergarten
- 灵睿国际学校(PFS)：2-6岁
Positive Foundations School
- 丽思嘉洛德幼儿园：18个月-6岁
Ritz Calilord Academy

这个教育体系如何帮助学生适应现实生活？

作为自我指导的学习者，蒙台梭利学生掌握的可转换技能将在他们的现实生活得到应用。蒙台梭利教育的核心价值观是独立、自尊与合作。北京的许多蒙台梭利学校使用了互相结合的教育方法。比如说，北京蒙台梭利国际学校(MSB)的核心课程包括蒙台梭利儿童教育、IB小学课程和英国教育体系。

陈思嘉

beijingkids副主编，出生于重庆，在英文环境中长大。中学曾在广州美国人国际学校就读，并在加拿大魁北克蒙特利尔取得新闻学位。





水纹路专栏

新浪微博@水纹路 曾经是图书编辑，做了3年全职妈妈以后，目前是自由撰稿人。女儿小悠5岁，幼儿园大班。

说或者不说，早上都好

Superficial Salutations?

小悠幼儿园管理严格，每天早上，院子门口都有两位老师，认真地仔细地检查孩子们的手心和口腔，如果发现不妥，有红肿或者有包，立刻遣返回家。我们家闺女小悠貌似还没有被遣返过，所以每次晨检的时候，我都各种暗暗得意啊：“看俺养的闺女多壮实，多省心。”我真难想象，如果突然告诉我今天不能送园了，我该如何那般抓狂呢。**某天我正暗自陶醉，老师叫住我，非常严厉地对我说：“你不能每次都自己说早上好，你得让孩子说，让孩子她自己对我说。”**

嗯~~~我站在原地好好反应了几秒钟，才明白过来老师这是神马意思。原来，每天早上都是我主动对老师说“早上好”，而小悠一时心情好了就说，一时没睡足心情不好就不说，我在这方面特别要求过她，从没有直接对她说：“你说老师好，说早上好。”语言上不会有所表示，动作上就更不会，比如推她向前啥的。

平时在路上碰到熟人朋友，我也是自己跟别人打招呼，仅代表我自己。如果是小悠不认识的人，我会向小悠介绍一下：这是某某叔叔，这是某某阿姨。然后，到此为止。她如何应对，她自己掌握。

因为我觉得一来这是她自己可以决定的事情，和谁打招呼，打不打招呼，怎么打招呼。二来人都有个七情六欲心儿飞上云端和跌入谷底的时候，果真某天早上或者某一整天某一整周，小悠都不愿意搭理这世界上所有的人，包括她最亲爱的老妈我，我也管不着。

所以，那天我定了定神儿，让眼睛里闪着温柔的光，弯着嘴角笑眯了地对老师说：“这是我想自己给您打招呼啊，这个早上好是我对您说的。”老师那天也不知道肿么回事，心情很差，根本就忽视了我的全部温柔，冲我大声嚷嚷：“你看看她都几岁了？2岁就应该学会打招呼有礼貌了……”我等她嚷嚷完，轻点了一下头，嗯了一声，表示我听懂了，然后和她说再见，就领着小悠进了楼门。

一路上小悠没对此没有提任何问题，也没有说其他的什么，一直沉默。我想她既然把事情的全过程都看在眼里，而且也算是当事人，甚至还是主要当事人，这件事是因为她不打招呼而起的嘛。所以，我也没有主动和她说什么，她沉默着，我也沉默着。我觉得应该相信她自己的判断力，而且也应该给她充裕的时间来自己思考和琢磨这件事。

就我来说，老师在公开场合，尤其是在孩子面前，冲我嚷嚷，这的确是很让我不舒服的一件事，不过我看她实在是有别的情绪在里面，也不想深究，也没法深究。但就这件事情而言，让我纳闷的是，十分重视和强调见面打招呼的礼貌和礼节，却完全忽略了和人说话时平等交流的态度，对谈话对方不尊重，貌似是舍本逐末了吧，我们的文化，经常会犯这样的错误。

晚饭后，小悠和我一起吃水果，她说：“早上老师态度真不好。”我说：“是啊，不过我态度挺好。”然后我问：“那你明天准备跟老师打招呼吗？问一句早上好。”我真的

是很小心翼翼地在问我家姑娘，果真她瞪我一眼，拉长声音说：“老妈，打招呼这是我个人的事情，你怎么能随便强迫我呢？”我立刻满脸堆笑，表态：“怎么会怎么会？我只是觉得，我这么大的人了，被老师在门口训，很不舒服很不舒服。”看看闺女没啥表情，我继续说：“要不你帮我一个忙，一个小小的忙呗。”

“什么忙？”小悠边吃边问。

“小姑娘，你就早上晨检的时候张嘴喊一声老师好，早上好，啥好都成啊，省得你老妈我站风中被人训啊？”我把自己说得可怜。

“你走了不就行了，你自己的腿自己做主。”小悠居然给我出这个主意。

“不行啊，走不得，我作为你的妈妈，如果老师要批评我，不管我是不是想听，是不是觉得说得对，我也必须听完，这是我的责任。”我觉得自己好高大。

小悠严肃地看着我，一言不发，良久良久，她才开口说：“好吧，妈妈，你这个忙我帮了。”“好啊好啊，”我立刻欢呼雀跃：

“宝贝儿，你帮了妈妈一个大忙了，今天晚上念三本书，必须的。”

小悠吃吃地笑，居然把脸埋到臂弯里，说：“这就是个小忙，妈妈，不用三本书，两本就够了。改天我再帮你一个大忙的话，你再给我念三本好啦。”

俺闺女，真实诚！果真，从此以后，每天早上，闺女都冲晨检的老师说：“早上好。”我闺女对我多仗义啊。

求学在彼岸续

First-Hand Stories From Overseas

编辑：十七

或者是一刹那的心念油然而生，或者是家长的安排与鼓励，或者是生活的顺理成章，他们都走在留学的路上，在异国追逐着自己的梦想。他们是一扇窗，让我们看到外面的世界很精彩。



EMILY

出生在深圳，18岁。2007年4月份出国，当时是初一下学期

关于未来

会从事金融方面的职业，是自己感兴趣的，也是在中国比较有发展前景的。

可以在国外工作也可以回国，等到四年之后从美国的大学毕业时，会根据社会的发展，以及所学的专业在哪里工作会有机会和前途来考虑。即使是要回国，大概也只会回香港和上海这样比较国际化的城市。

关于北京

家不在北京在深圳。不过作为一个城市来讲，北京最令人想念的还是它好吃好玩的地方，以及作为首都的那种庞大的都市气息。

关于国内教育

应试教育可以让学生的底子好，从容面对考试，最希望国内教育体系能教给学生全面发展的机会。国内的教育体系太注重成绩。想要

成为以后在社会上有用的人才，不能只靠书本上学到的知识，还要会与人打交道，有兴趣爱好。国外有充分的课外活动，还鼓励学生去做义工，去实习。这些都是培养一个全方面发展的人才的机会。

最喜欢小学5、6年级的语文老师。因为她让我的写作水平和文学修养提高了许多，讲课也非常生动。

关于海外生活

之前在加拿大的温哥华上了初中高中，现在准备去美国的Dartmouth College上大学。Dartmouth College在Hanover, New Hampshire，和国外的朋友联系一直都是msn、facebook、skype还有email。和国内的朋友主要就是靠email了。

最喜欢的课外活动是一直以来都坚持学的艺术课和与朋友一起组织的运动，比如说登山还有

长跑。在国内时对运动的兴趣其实不大，但在国外呆久了，被周围当地长大的朋友所影响，就慢慢热衷于尝试和坚持不同的运动。

最喜欢的国外老师是在11年级（也就是国内的高二）遇到的数学老师。他是一个在哈佛拿了硕士学位的日本人。他讲起课来有数学家的严谨，但从不缺乏乐趣。他的讲课速度很快，而且经常讲书本外的内容。但我和其他同学从来没有抱怨，因为他总能把复杂的问题简化，让我们很快就学会了。他的名言就是 “This is what all good math students should know.”

目前最大的困难是什么？

目前的最大困难就是马上要自己一个人去美国上大学了，在加拿大上初中高中时，妈妈一直在身边。作为一个从来没有长时间独立生活过的女孩来讲，现在要单独去面对一个不熟悉的环境和不熟悉的人群，还是不免有些担忧。



李玥

出生在广州，28岁，2007年出国，出国前在国内完成大学本科学业

关于未来

曾经有过在当地定居的想法，但是现在已经在国内工作。理想职业是发展空间较大的，有较多自主空间的职业，比如教育，媒体行业。

关于北京

出国后再回国工作时才来到北京的，北京已经慢慢变成我的家，感觉北京的人很友善，文化氛围很好，是真正的国际化而又不失本土特色的城市。

关于国内教育

从国内教育体系学到的对海外留学最有帮助的是外语和扎实的基本功，如数学，还有就是思维方式。在国内接受教育然后再出国接受国外教育能更全面的认识这个世界。

最希望国内教育体系能教给学生更开阔的思维方式。出国五年体会最深的是，现在的思维非常“辩证”，会从多个角度去考虑同一个问题，而不是出国前，对于很多问题的想法都只是被动接受，比较少问“为什么会这样？”和“有没有另一个方法？”最希望国内教育体系

能给学生的是自由的思想方式，告诉他们，对于同一个问题的解答还有很多可能性。国外的教育更注重“open answers”，而国内的考试多数都有很标准的答案。质疑对于认识自己 and 世界更有帮助。

最喜欢国内大学的一些老师，高中也有一些老师很好。他们很坦诚、不虚伪、平和、豁达。

关于海外生活

曾经在英国考文垂和诺丁汉学习。University of Warwick：一年的taught master degree；University of Nottingham：4年的PhD.

主要以长途电话，msn和国内国外的亲友保持联系。

在国外很少参加课外活动，闲暇时间在图书馆度过或者兼职。

最喜欢博士一年级时候的导师 Roger Bromely. 他总是最大限度的帮助学生。

目前最大的困难是什么？打算如何解决？

对职业发展的迷惘。多做积累，让自己更有竞争力，同时思考下一步。



李菱叶

出生在日本千叶县，21岁，小学4-6年级在国内上的，而后一直在日本

关于未来

有机会还是要回国闯一闯，但是从事什么职业还没有想好。

关于北京

好多好吃的，一年回一次北京，住两周到一个月，主要是探亲访友，吃东西，购物。

关于国内教育

在国内学的英语，帮助很大，因为日本人说英语是说不好的。

最希望国内教育体系能提高学生的生活能力，国内的学生生活能力会差一些，比如在日本的学校里，打扫卫生，提供饮食等都是学生自己在做，在中国，这些都是有人伺候的。

最喜欢国内小学时的数学老师，她教书很好，

但是不会跟学生沟通。在日本，老师都比较注重与学生交流，尤其是小学老师，这样的只教书的老师很少，后来感觉挺新鲜的。

关于海外生活

目前在名古屋大学4年级，主要用Facebook和国内外亲友保持联系。

最喜欢参加的学校课外活动是骑马。马很可爱，骑马很舒服，而且可以锻炼身体。

最喜欢的国外老师是高中时的地理老师。他会很细心回答所有的问题。有时候还特别幽默。

你目前最大的困难是什么？你打算如何解决？

今后做什么工作，在哪里工作。先到香港学习，作为过渡。

征稿：如果你的朋友或孩子正在国外留学，愿意分享留学故事，请邀请他/她与我们联系，我们将联系采访。

Email: jing_editor@truerun.com

“我关注的不仅仅是蒙台梭利，而是‘好的教育’，这是促使我每天早上醒来的动力。”

"My agenda is not just the Montessori, but good education. That is the thing that makes me get up in the morning."

“我关注的不仅仅是蒙台梭利”

——访北京蒙台梭利国际学校创始人、总校长Caroline Chen

Beijing's Montessori Pioneer on What It Takes to
Get Your Child a Good Education

文: 桂桂 图: Sui



一切从成长开始

很多大人物的成功似乎总有一个励志的开头，他们从小就有远大的目标，并在成长的道路上一路坚持。Caroline Chen不是。2012年11月的一个午后，这位北京蒙台梭利国际学校（The International Montessori School of Beijing, 简称MSB）的创始人、总校长在她的办公室向《菁kids》讲述自己的故事，一点儿也没打算让情节更符合套路一些。

“我从来没有想过自己将来会成为一个老师。”Caroline说，她1980年前后来中国。“当时我才21岁。距离大学毕业还有一年时，常有人问我‘Caroline，等你毕业你要做什么？’我的真实想法是：玩。我想去法国，去意大利。我很喜欢这些国家。总而言之，就是尽情的玩。”

理解这种想法并不困难——Caroline 祖籍中国上海，她的家族曾从事纺织行业。父亲1949年离开中国，她则于1958年在英格兰出生并长大。Caroline的整个童年都在英国的女子学校接受教育，一直到18岁成年。随后她进入伦敦大学的政经学院学习历史。

“我很爱狗。我有5条狗，其中有一条拉布拉多。你知道拉布拉多就是那种热情淘气、玩性十足的家伙。大学毕业前夕，我就像拉布拉多，我想跟它一样无拘无束去玩就好了。”Caroline想的很美好，但父亲不会同意。她的父亲有着最为传统的中国式价值观。“如果你要做医生，要去麻省理工当教授，他会很高兴。”Caroline笑着解释。

所以21岁的Caroline想要走得远远的。恰好，国内有个国有企业给Caroline一份合同。而她父亲的一个熟人鼓动说“你应该回来看看你的祖国”。“好吧，那我就去中国看看。”Caroline做出这个决定，没想到一待就是30多年。

从来没有离开孩子

Caroline至今仍记得自己7、8岁时生活在伦敦时的家。她跟比自己大两岁的二姐共住一间卧室。二姐有一张很大很漂亮的床，而Caroline的床小很多。“我时常能够听到一群孩子在我的内心哭泣，他们非常伤心。我记得我总是在心里对他们说‘我来了，我来了。’我感觉就像是冥冥之中我和小孩子结缘的未来已经注定。”

Caroline的大学时代经常作为志愿者去英国当地的一些蒙台梭利学校与孩子们相处。她先是在英国学习蒙台梭利，后来在美国获得了AMS认证。但她特别澄清，这些经历都跟她后来开办蒙台梭利学校并成为一个实践蒙台梭利理念的教育者没有必然联系。

她说，自己投身蒙台梭利教育是一个“偶然”。因为1980到中国以后，Caroline尽己所能四处游历。她在北外学习中文，还在北京做了很长一段时间的周日礼拜会（Sunday School）的老师。数年中结识了大批朋友，包括许多外国使馆界的朋友。1990年，面对北京逐渐增长的国际教育需求，Caroline觉得是时候响应内心深处的那个愿望了。她创办了北京蒙台梭利国际学校，也是北京第一所独立的国际学校。她真的成了一名和小孩子们朝夕相处的老师。

22年来，Caroline从未对自己的角色感到厌倦。作为学校的创始人和总校长，她的日程非常紧张，但她至今仍坚持花时间与学校的孩子们相处，亲自跟他们交谈。她觉得这么做非常重要，甚至比学校名字里“蒙台梭利”这四个字更重要。

“学校—家庭—孩子”铁三角

Caroline曾在英国看到youtube上的一个视频，记不清是山西还是陕西的一个蒙氏幼儿园，老师动手打孩子。她特别震惊。“蒙台梭利的核心非常漂亮诱人，但是要达成这个核心的理念真的是太难了。不是有一个形式上的教室就行了。在MSB，学校办公室里工作的每一个人都必须知道，学校排在第一位的是什么，是孩子。”Caroline说。

“我知道现在很多很多人在谈论蒙台梭利，很多很多学校叫这个名字。但我关注的不仅仅是蒙台梭利，而是‘好的教育’，这是促使我每天早上醒来的动力。”Caroline不是看不到中国近些年来围绕蒙台梭利教育产生的争议，但她“不想挑起战争”，因为她“需要宁静，以便专注于自己正在从事的工作”。

除了跟孩子打交道，Caroline也积极地观察着家长。在她看来，实现“好的教育”需要一个由“学校——家庭——孩子”组成的稳固三角，三者力量缺一不可。她坦言，中国30-40岁年纪的这一代父母，尤其是她接触的一部分中国家长，给她留下了异常深刻地印象，让她觉得倍受鼓舞。

“他们还年轻，他们在上一辈身上看到很多压抑、焦虑。但他们非常积极地去对待下一代，努力学习自己应该承担什么样的责任，扮演什么样的角色。但我不得不说，中国有庞大的人口，上述父母很可能只占很小的比例。还有很多很多人并不懂得如何为人父母，这是一个大问题。”Caroline表示。

“如果我在这份工作上度过一生，教育孩子怎么做人将一直是我摆在第一位的任务。”

"If I die in this job, this [teaching the child how to be a person] is my No.1 mission."

学会做人是第一美德

一个具体的例子是越来越多富有家庭的孩子在一起谈论奢侈品牌。Caroline对这种物质化的评价体系感到担忧。就在采访前，Caroline跟学校小学部的一个有点淘气的男孩子交谈。她请这个男孩长大后跟学校和老师们保持联系，告诉他们自己过得如何。“我跟他谈，如果20年后你回来见我，对我说你是某某公司的CEO，某某公司的COO，我会祝贺你的成功。但如果你因此就炫耀你如何有钱，并因此欺负别人，那对我来说，你什么也不是。所以我希望你牢记这一点。”Caroline告诉《菁kids》。

与年轻中国家长的交流中，Caroline时常遇到询问她的学校里是否有美德课的提问。作为一个根在中国的人，她觉得很悲哀，因为中国正是美德的故乡，但为什么现在变成凡是外来的东西就是好的？她认为美德教育是告诉孩子怎么做人。“如果我在这份工作上度过一生，教育孩子怎么做人将一直是我摆在第一位的任务。”

我想当个游戏开发员

I Want to Be a Game Developer

文: Ellis Friedman 图: Mitchell Pe Masilun 译: 程楠

路德维克·宝丹总是背井离乡。作为土生土长的法国圣特罗佩人，在来到中国之前，宝丹曾在加拿大、墨西哥、洪都拉斯、厄瓜多尔和萨尔瓦多工作过。宝丹是Cmune公司CEO及联合创始人。这家总部设在北京的公司开发了超人气游戏UberStrike。UberStrike是一款3D的第一视角射击游戏，在Facebook上拥有超过200万的全球玩家。宝丹最近拜访了北京耀中国际学校，向5年级的学生介绍了电脑虚拟世界背后的真实。



**Maja Geroska 9岁 波兰****什么训练可以帮你进入游戏开发领域?**

如果你想成为一个艺术家, 你需要去学校学习或自学很多: 设计角色、动画、图片等等, 有很多软件要学。如果你想从事游戏开发, 你通常需要去学校专门学习。

**Damia Hisham 9岁 马来西亚****你开发的最棒的游戏是什么?**

我们开发了三、四个游戏, UberStrike拥有最多玩家。我们和玩家们聊, 跟公司内部的同事聊, 听他们怎么说, 然后差不多每星期我们都会对游戏作一些更新。

**Lykke Gowran 9岁 瑞典/爱尔兰混血****你什么时候对这个感兴趣?**

我一直对开公司很感兴趣。以前在商学院的时候, 我就有一个大约15人的公司。来北京后我遇到了Shaun。当时他正在写一本关于游戏开发的书, 因此我们一起创办了这家公司。

**Abi Brooke 9岁 英国****你为什么决定开发社交网络游戏?**

最初我们是把游戏放在苹果应用程序商店里来看会发生什么。从那里我们得知, 尽管有很多人在玩我们的游戏, 但更多人在使用社交网络。因此我们开发了免费游戏。

**Emma Lee 9岁 新加坡****你喜欢你的工作吗? 为什么?**

非常喜欢。我最享受的事情之一就是, 全世界数百万的人都在玩我们开发的游戏。基本上你去世界上的任何一个地方都会遇到朋友, 只不过你们可能从未在虚拟世界以外的地方谋面。

**Anna Gao 9岁 美国****你工作中最大的困难是什么?**

我们有很多事情可以做, 而且我们有很多的想法。在这个行业, 很多东西都在变化, 有很多人想与我们合作, 但我们99%的情况下都不得不拒绝。因此, 最困难的是决定做什么。

**Steven Zheng 9岁 中国****除了开发社交网络游戏, 你还开发别的游戏吗?**

是的。你也可以在iPod或iPad上玩。很多人, 尤其是韩国人和马来西亚人喜欢去网吧下载游戏。

**Warren Li 9岁 来自美国****你想开发什么类型的游戏?**

我想开发多玩家游戏。我最喜欢的事情之一就是玩家可以在游戏中创造装备。

**Cheryl Choi 9岁 中国香港****你小的时候想做什么?**

小时候我想要出去看世界, 还有就是做生意。我想自己开公司, 把人聚在一起工作, 做一些能让越来越多的人知道的事情。

**(左) Andy Wang 9岁 美国, (右) Jason Lee 9岁 马来西亚****你是如何平衡玩游戏和做功课的?**

你能做的就是告诉自己: “我会先完成作业, 一旦做完, 我就可以玩游戏了。”

**Emily Jernejcic 9岁 美国****你是如何进入游戏设计领域的?**

通过我的朋友Shaun。我们想一起开公司, 而且他真的对技术、游戏和3D很痴迷。至于我们的游戏总监, 他很会念书, 但他更想玩视频游戏, 玩了太多以至于到最后成了职业玩家。现在他的工作就是玩游戏, 并靠这个养活自己。

付雯莉 (Ellis Friedman)

撰稿人、摄影师, 来自美国亚利桑那州凤凰城。2007年留学北京, 2008年来华居住。书虫、影迷, 其它闲暇不是在旅行, 就是在去旅行的路上。现为beijing kids校园新闻编辑。



鼻子的故事

The Nose Knows: How a Septoplasty Changed My Life

文: 詹家伟 (Jerry Chan) 译: 桂桂



从前有一个爸爸，他被打鼾这件事折磨得痛苦不堪。然后有一天……

打鼾也夺命？

每当夜晚降临，我进入梦乡，我老婆大人的噩梦就开始了——我是一个夜夜鼾声震天的家伙，她为此常常彻夜难眠。我猜很久以前，她就抓狂到想掐死我了事。可实际上她甚至不必亲自动手，没准“睡眠呼吸暂停”已经在帮忙干这差事了。

我不是开玩笑。从长期来看，睡眠呼吸暂停对健康有着致命的影响。如果不及时治疗，它可能导致高血压、冠心病、糖尿病，甚至脑血管疾病。

可由于睡眠呼吸暂停的主要症状“打鼾”太常见了，而且它似乎也不是病，大家总喜欢拖着不予理会。其实，并非每个打鼾的人都患有睡眠呼吸暂停，但相当一部分人确实又受它折磨。如果你感觉鼻塞，不管它是由感冒、鼻窦感染还是鼻中隔偏曲引起，如果你习惯张着嘴巴睡觉，那么很可能你的舌头会在睡眠中不知不觉挡住呼吸道，剩下的只不过是严重程度

以及发生频率的问题。

我就是诸多倒霉蛋中的一个。2012年7月，我被确诊为鼻中隔偏曲。这名词意味着挨上它，一辈子都极有可能跟鼻腔堵塞、鼻窦感染、鼻后漏，还有打鼾脱不了干系。

对我来说，每个夜晚都是一场战斗。我总做着相似的梦，主题永远是纠结“打还是跑”？我在焦虑中频繁醒来，发现自己心跳加速，胸闷缺氧。因为鼻子难受，睡眠不好，白天我疲惫不堪，还有长期偏头痛的毛病。

难道你认为这就是最糟的了？不是！最糟的是，那段时间我发现4岁的女儿也有类似的鼻塞现象！这让我这当爹的每天坐卧不安！幸好，后来经过检查排除了病变可能，当然这是后话了。

言归正传。过去几年，我一直在纠结要不要做个手术什么的。直到今年5月的一天，我从疲惫中醒来咬着牙告诉自己，我真的受够了！要么做点什么，要么停止抱怨彻底认栽。

网上求医

作为一个在北京工作的外国人，我不太确定该上哪儿解决我的问题。我决定上网发帖求助。网友立即给了我回复。甚至有一个远在英格兰名叫Tom Stead的网友跟我分享了他在当地手术的详细过程。他说手术只需要2个小时，恢复期约一周，最最关键的是术后情况会大大改善！还有比这更鼓舞人心的吗？！一周换一辈子！这手术我做定了！

经过再三比较，最后我选定了北京和睦家医院，并与耳鼻喉科专家林忠辉大夫约好了初诊时间。

林大夫是一位非常棒的医生。初诊时，他对我进行了一个晚上的睡眠测试，此外，他还对照CT详细解释了我的鼻腔情况。我亲眼看到自己鼻子的右隔是如何弯曲的，呼吸通道非常狭窄，我很震惊。不止如此，林大夫说我的硬腭高拱（估计和我小时候腺样体肥大、张口呼

吸有关系），舌头则超常隆起，也就是相对于我的脑袋而言呼吸道不够宽敞！这会造成睡眠时舌根后坠，从而阻挡气流通过。

我的情况算比较严重了，不过还有比我更悲惨的案例。比如有人两个鼻腔会完全堵塞，更有甚者，重度病人夜晚必须戴着CPAP呼吸机（这是一种由林忠辉大夫在澳大利亚的导师科林·沙利文Colin Sullivan研发的器械）才能有效呼吸，但看上去相当难受。

林医生还给我的女儿也做了一次检查，最后确认她只是普通鼻塞，我心里一块石头终于落地。关于儿童鼻塞，林大夫给我介绍了不少知识（请见“林大夫留言”）。实际上，林忠辉大夫和沙利文博士正在联合研究小儿与成人睡眠呼吸暂停的关联性，目前医学界对这一领域知之甚少。林大夫解释说，鼻塞、张口呼吸患者（多数因为腺样体扁桃体肥大导致）在三岁前比较容易纠正，但随着年龄增长，纠正会越来越难。

详细了解病情后，我的手术被安排在7月中旬进行。

重获“新生”！

真正的手术只花了一个半小时。一个礼拜后我就回公司上班了。怎么说呢？所有的一切，百分百值得！

整个手术花了5万块，因为我的保险不能覆盖鼻中隔成形术，这几乎掏空了我的口袋。但用一次家庭旅行的预算换一辈子的健康，还是超值。当然，为了节省不必要的开支，加上医生许可，我在手术当天就出院了。

手术中我被实施了全麻。为利于术后呼吸，大夫在我的一侧鼻孔插入了一根管子。双侧鼻窦则塞入了可降解“纱布”，以帮助吸收术后出血。可降解“纱布”不必拆除，它会逐渐变成凝胶状，几天后自动脱落。

手术本身几乎没什么痛苦，但麻醉让我很恶心，术后24小时我几乎都在呕吐。抗生素的副作用，例如胃部不适、烧心在我身上也很明显。头48小时我不得不完全靠嘴呼吸。最难受的是左鼻孔里的插管，因为它不停地刮到喉咙。经过许可，手术当天夜里我自己拔掉了这根插管。其他不太舒服的事情是要面对出汗。特别是当时7月份，手术后大约有4天时间，我大汗淋漓如同泡在水里。

但是，所有这些不适换来了明显的改变：从第5天开始，我那个曾经被隔断的右鼻腔通畅多了！

一周后，我的鼻子似乎有针刺感。医生说随后仍会出现一些肿胀和刺激，但都会慢慢消失，两周内将会完全恢复。

这时，我已经感到了显著的进步：

首先，面部胀痛和偏头痛消失了！其次，我的睡眠和打鼾情况大大改善。由于能合上嘴巴，我睡得特别香。充分的睡眠让我白天精力充沛，活力四射。我在梦里不再焦虑，不再挣扎，老婆大人为此很吃惊，她再也不用被我的雷鸣鼾声打扰了。

另外，我几乎再也没有鼻后滴漏。虽然听上去有点反胃，但跟我有相似情况的朋友会懂得，鼻涕流向喉咙是一种什么感觉。现在我的鼻腔功能恢复正常，睡觉时不会再被自己的痰和鼻涕弄得窒息难过，这真是一种解脱。

手术的其他积极效果基本都体现在与睡眠相关的方面。因为睡得好，身体就能更好地应对消化、压力和免疫。比如我的眼袋已经小多了。

想问我花这样的成本，经历这些麻烦值不值？绝对值！

那你问我想再做一次手术么？绝对不！

不过对于跟我相似的患者，建议你们即使要请两三个星期的假，即使要飞回国（考虑到医保覆盖），即使像我一样掏空荷包，也一定要投资一笔，这可是关系到你们长远的健康问题，以免将来花更多的钱，受更多的罪！

要知道，现在我唯一遗憾的就是，没有早点做手术！



林大夫留言

1. 关于儿童腺样体肥大

儿童的长期鼻塞经常是由于腺样体肥大所致。腺样体与扁桃体都属于淋巴组织，同为免疫系统器官。

腺样体（又称为增殖体）位于鼻腔后方的鼻咽部。腺样体一般在两岁左右开始明显增生肥大，到六七岁体积开始变小，在十岁以后逐渐消失。大约有2%到4%的儿童因为腺样体明显增生，可导致长期鼻塞、张口呼吸、打鼾、睡眠不宁、尿床、噩梦、白天注意力不集中等症状、学习成绩下降、多动等症状。有腺样体肥大的孩子通常伴有扁桃体肥大。严重的患者可能出现胸廓畸形、腺样体面容。

通过鼻内镜或X线检查可以确诊。

如果孩子有上述部分典型症状，并且确诊为腺样体肥大，则建议手术切除。多数情况下需要同时进行扁桃体切除。手术效果良好。

2. 关于成人阻塞性呼吸暂停

成人的阻塞性呼吸暂停通常需要CPAP或上呼吸道多平面的手术治疗。单纯的鼻腔手术一般难以奏效。

患者如果有严重打鼾、夜间憋气、白天困倦，甚至高血压等症状时建议做睡眠监测，确诊是否有呼吸暂停及严重程度。然后根据每位患者的具体情况制订个性化的综合治疗方案。

做孩子最好的朋友

To Be the Best Friend of Your Kids

文：范吉慧 鸣谢：我知家幸福会馆

当孩子和你的意见不一致时，战争一触即发，你会怎么办？
来听听国际知名萨提亚导师蔡敏莉的意见吧。和孩子沟通，其实很简单。



蔡敏莉

国际知名九型人格及萨提亚成长模式专家，将萨提亚家庭治疗模式引进亚洲第一人。

菁kids：现在很多妈妈都很烦恼，觉得和孩子很难沟通，孩子们都太有自己的主意了，完全不听话。这是为什么？

蔡敏莉：这是因为在沟通前，妈妈都有一个好大的期待，觉得孩子应该听自己的话。所以，当孩子说“不”的时候，就特别痛苦，觉得孩子不听话，不好沟通。

菁kids：妈妈希望孩子听话，这有什么不对吗？

蔡敏莉：这是观点层面的问题。妈妈们在自己的成长经历里，得到的观点就是“小孩子必须听大人的话”。妈妈小时候就是这样被父母教育的。但是这个观点并不是绝对正确的。这个世界上没有绝对正确的事情。建立良好的亲子关系，关键在于沟通。

菁kids：如果孩子和妈妈的意见完全相反，怎么沟通啊？比如说孩子一定要吃很多薯片，妈妈不让吃。

蔡敏莉：还是要好好沟通啊。薯片吃一点是没关系的呀。妈妈可以温和地对孩子说：妈妈认为吃薯片对健康不好，我们吃水果怎么样？除了薯片，你愿意吃什么呢？妈妈要多了解孩子的想法，很多时候孩子并不是要和妈妈做对，只是想表达属于自己的感受而已。当妈妈俯下身，认真倾听孩子，孩子通常都会感觉到被爱被接纳，行为自然会改变。

菁kids：通常的情况是，妈妈还没来得及沟通，孩子就开始哭闹，这该怎么办？

蔡敏莉：那就让他哭吧。哭闹仅是一种情绪的表达

和释放而已，哭过了，心情平复了，妈妈再跟他沟通嘛。哭闹不是一个问题，只是妈妈把他看成是一个问题而已。

菁kids：有时候妈妈的心情也不好，还得面对孩子，这怎么处理呢？

蔡敏莉：所有人都有心情不好的时候，妈妈也是普通人而已，不是完美的，也会有情绪。这个时候可以告诉孩子：“妈妈现在心情不好，想单独呆一会。”用这样的方式也是在教育孩子：人都会负面情绪，这很正常，不必隐藏。

菁kids：有的妈妈怕自己的负面情绪影响到孩子，和老公吵架都避开孩子。

蔡敏莉：其实不用啦。你可以很坦诚地告诉孩子：我和你爸爸的意见不一致，我们正在沟通，可能声音大了一点，你不要担心，我们不会离婚，这跟你没有关系的。

菁kids：可孩子毕竟还是孩子，这样做会不会让孩子不尊敬父母，觉得父母不够威严？

蔡敏莉：不会的。父母要学会和孩子交朋友，也就是说，亲子之间的关系是平等、坦诚、互相尊重的。父母在孩子面前要坦诚，不必假装完美的形象。而且，要凡事都没有绝对的，不能为了让自己像一个权威的妈妈，而一味坚持自己的意见。我们要尊重孩子，尊重他的想法、他的情绪。妈妈越有弹性，和孩子的关系就越融洽。

什么是萨提亚(Satir)模式？

萨提亚家庭治疗模式属于家庭治疗的体验流派，相对其它家庭治疗它更多强调的是情感经验，而不是交往中的动力。创始人Virginia Satir，作为心理研究院MRI的早期成员，她强调沟通和情绪体验。

更多萨提亚学习信息：

我知家幸福会馆

blog.sina.com.cn/fichina

萨提亚（中国）学习与应用发展中心

www.satirchina.org

萨提亚全国教育总部

www.satiredu.com

接纳孩子的情绪就是爱

妈妈王丽红，儿子8岁



我的性格很外向开朗，但儿子却是敏感细腻的性格，一点小事情他就开始大哭，我特别受不了。我觉得男孩子的性格应该坚强些，动不动就哭，以后怎么办呀。

之前，只要他一哭，我就很崩溃，会骂他，越骂他哭得越厉害。过后又骂自己：我怎么对孩子没有耐心呀？我不是一个好妈妈……

经过学习，我们的关系变了。其实，不是孩子变坚强不爱哭了，是我的内心改变了，我学着接纳孩子

的性格，接纳他表达情绪的方式。我认识到每个人的性格都是不一样的。我能觉察到，我的生气是因为我对孩子有很多期待，希望他勇敢、大气、宽容等。当他再哭的时候，我不会责怪他，我只是在一边陪着他。当我接纳了他的情绪，他很快就能恢复，哭够了，就开心地去玩了。

现在，他已经很少哭了。当我允许他哭的时候，他却变坚强了，这真是上帝跟我开的一个玩笑！

学会欣赏孩子的独特性

妈妈尹漠，儿子10岁



在来的路上，我和儿子一直在开玩笑，他说他想像外国人那样直接叫爸爸妈妈的名字，我说，你可以试试看。这样的情形在两年前是完全不可能的。

那时候，我和孩子的关系很糟糕，我很郁闷他也很难受。因为我每天就像一个法官一样不停地评判他、挑剔他。在我眼里，她就是一个浑身毛病的孩子，我认为我是在帮助她改进。

在学习萨提亚之后，我意识到，我对孩子的不接纳源自我对自己的不接纳。我根本就不会欣赏自己接

纳自己，于是投射到外在，也不会接纳欣赏孩子。学会欣赏自己是一个漫长的过程，很高兴的是，我做到了。

现在，我学会了欣赏孩子，接纳她的独特性，我不会要求她完全按照我的想法去做事，我尊重她想法，允许她用她的方式去生活，我的底线是：只要不涉及生命安全，什么都可以。我放松下来，孩子就快乐了。

任何事件都有正向资源

妈妈耿峰，儿子10岁



我曾经是一个很控制的妈妈，我认为孩子玩电脑不好，于是我的儿子在幼儿园期间断绝了和电脑的接触。但是到了小学，他就到同学家玩，让我很恼火。后来，我怀着好奇的心情去试着去了解他，探究他为什么喜欢玩电脑，他的乐趣是什么？我陪他一起玩电脑游戏，我们同进同出，整个身心都在一起，那时候我们的关系是紧密的。我体会到他在游戏中获得的价值感、成就感，我看到他在游戏中不惧困难，勇敢坚强的一面。他总是问我：妈妈，我厉害吧，是个游戏天才。我又知道，他需要我的肯定和赞赏。

我曾经严格杜绝孩子吃肯德基麦当劳这样的垃圾食品，儿子也接受了我的观点。有一天，他在学校说

从来没吃过麦当劳，因为是垃圾食品，遭到了同学们的耻笑，于是就很想吃一次，奶奶偷偷给他买过，我听说后很气愤很焦躁。后来，我意识到，如果孩子身体健康了，但是失去了快乐，人生也是没有意义的。

我打破了自己的观念，对与错开始变得没有那么绝对。我跟儿子说：我认为麦当劳是垃圾食品，我希望你健康。但是你可以有自己的观点和选择。他去过英国，回来告诉我：快餐的确没有中餐好吃。打破自己的规矩带来的是放松和快乐。当我放手给孩子，让他可以有更多选择的时候，我和他都获得了成长和力量。



带孩子去滑雪！

Hit the Slopes for Family Fun!

文: 伍娜 图: 滑雪场提供

又到滑雪季！是时候带着孩子离开城市的喧嚣，一起去感受一下冰雪天地的乐趣了！跟着我们推荐的5个适合孩子的滑雪场，赶快出发吧！让孩子在冰天雪地里度过快乐的寒假。南山、乔波、石京龙、军都山，云顶乐园，玉龙湾。

It's the heart of winter and no better time to take the kids for a fun-filled day on the slopes at these six ski resorts around Beijing: Nanshan Ski, Qiaobo Ice and Snow World, SJL Ski, Jundushan, Secret Garden Genting Resort and Yulongwan.

南山滑雪场（休闲娱乐）

集滑雪、滑道等动感休闲运动项目为一体的冬季度假村。现已建成高、中、初级滑雪道、教学道和娱乐道21条。拥有著名的野雪公园和单板公园。在滑雪戏雪方面，引进德国的“旱地雪橇”，以及来自加拿大的雪地飞碟，都是老少皆宜的学习娱乐项目。

带孩子去的理由：今年新开辟了一条儿童滑雪教学区，接纳大概4-12岁、身高在1.4米以下的孩子。这个区域内，孩子可以进行相对安全的滑雪学习，同时家长也可以在雪道外侧观察孩子的学习情况。安全方面，儿童单板、双板、初级道、中级道都分得很开，这样可以很好地保证初学滑雪者在相对安全的环境里做滑雪练习，尽可能避免互相碰撞。雪场也有医务室提供简单急救和伤口处理的服务。如果确实遇到严重事故，可以去距离雪场5分钟车程的密云县医院进行处理。门票中都包含有运动伤害的保险。

雪场对孩子年龄、身高没有要求。3左右是比较适合进入滑雪这个项目运动的年龄，较小的孩子也可以体验到雪上飞碟、旱地雪橇这些冰雪运动。

教学安排：南山滑雪场内设的滑雪学校也可以为初学的孩子提供指导，根据学习项目（单板或双板）、班级人数和学习时间的不同，教练费用有一定差异。比如双板两人班两小时价格为180-210元，单板3人班3小时价格140-200元。

熟练滑雪的家庭如果提前预定可享受以下优惠（包含门票、保险、全套滑雪用具租用、缆车、拖牵费用）：

平日4小时125元，全天145元。周六4小时210元，全天255元。

周日4小时205元，全天245元。节假日4小时210元，全天255元

咨询、预定电话：**8909 1909**

地址：北京密云河南寨镇圣水头村



万龙滑雪场（高端之选）

目前亚洲开放最早、雪季最长、滑雪面积最大的雪场。

带孩子去的理由：有可供孩子学习和练习的初级雪道，有丰富的冬令营安排。冬令营营员由专业教练全程陪同，生活老师、医护人员24小时跟踪。滑雪教学时本着“安全第一，教学第二！”的原则。

冬令营安排：每期5天培训。整个培训活动由专业滑雪外国教练全程负责，1对1教学。生活方面由辅导员1对3全程陪护，统一配合外教的组织活动，比如滑雪理论知识、滑雪训练、生存训练、拓展训练、项目等。根据具体人数分组编队，进行实际操作比赛，整个活动结束后，每营评选出优秀营员3名，颁发奖品。另外，每日大量的孩子活动照片、视频上传至万龙论坛，同时赠送精美活动全程影集（U盘）。营员和和辅导员将被全程投保10万元的人身意外伤害及医疗保险。

开营时间：

第一期：2012年12月23日-28日

第二期：2013年1月13日-18日

第三期：2013年1月20日-25日

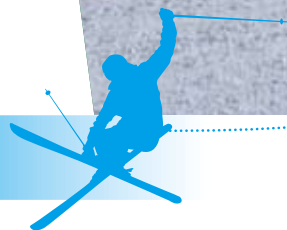
第四期：2013年1月27日-2月1日

第五期：2013年2月17日-22日

价格：4998元，包括滑雪（雪具+索道票+衣柜+雪服）、滑雪教学、场内课间课外活动、保险、酒店（4星）住宿银龙套（阳光房）、早中晚三餐。另外赠送营员和一位成人的两天免费滑雪（雪票+雪具，使用时间：2012/2013雪季）；营员报到当晚一位家长住宿早餐免费。

咨询、预定电话：400 682 2999

地址：河北省张家口市崇礼县红花梁



乔波滑雪场（唯一室内）

一年365天开放的室内滑雪场。滑雪馆设有儿童戏雪乐园、单板公园、初级滑雪道、中高级滑雪道四项设施。另有配套4星级酒店提供住宿。

带孩子去的理由：免去冬季刮风过于寒冷的弊病。有专门的儿童练习区。任何时候孩子到雪场都可以多付每小时150元的费用，请教练教授。安全方面，雪场有专业的适合孩子的护具，只要来雪场就上保险，简单的碰撞和摔伤可以由医务室处理。而且相对室外雪场的自然山体，室内雪场本身的安全系数就较高，乔波滑雪场的场地周边就有海绵墙、防护网等设施。坡道的坡度设计也是根据国际雪协的最安全标准建造。雪场还附带一些供小龄孩子玩的学车。近期提供家庭优惠套票：三口之家4小时988元。

冬令营安排：冬季和夏季都有冬夏令营，专门针对学生开设，并采用小班授课，每班5人，配备专门的生活老师。冬令营期间除了滑雪学习，还会安排丰富的课外活动，如陶艺学习、游泳、制作pizza等。

开营时间：学校正式放寒暑假后的两三天内开营，不固定开营时间，每满5人即可开营。通常周一开营，周五结束，但也可根据孩子的安排，提前开营时间至上一周末，灵活度较强。

价格：单板3800元，双板3500元。如果不住宿，各免500元。

咨询、预定电话：6941 1999, 183 1109 6700

地址：北京市顺义区顺安路6号



密苑云顶乐园（高端奢华）

密苑云顶乐园地处张家口崇礼，虽然距北京200多公里，但却值得举家前往。密苑云顶乐园包括滑雪中心和五星级酒店，还有更多娱乐项目陆续开放，实现真正的滑雪度假娱乐新方式。

带孩子去的理由：

优质的滑雪硬件条件是密苑云顶乐园的主打，今年将开放30条雪道，同时配备了3条世界最先进防风带座椅加热功能的高速缆车。滑雪面积达80余万平方米，并配置2条4人高速缆车、1条箱椅混合高速缆车以及3条初级魔毯。

雪场拥有完善的造雪系统和适合儿童的滑雪设施，设有儿童滑雪教学区。另外，还精心设计了孩子们专属的游戏活动，转为孩子开设的糖果店、玩具店将为孩子留下愉快的假期纪念。

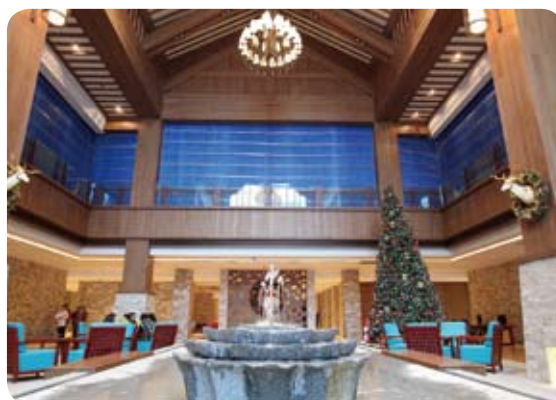
密苑云顶乐园率先实现西方流行的“Apres Ski”（即“滑雪后的娱乐生活方式”）的度假理念，同时开业的云顶大酒店是云顶品牌在国内运营的第一家超五星级酒店，所有客房均为双卫生间设计，并配备厨房设施，可供4-6人的家庭轻松入住，满足了家庭度假需求。

云顶大酒店中各具特色的滑雪主题餐厅和酒吧使游客在滑雪之后能享受到不同口味的美食，这些特色设施与服务对滑雪中心的度假功能进行了很好的补充。

地址：张家口市崇礼县境内，由北京出发，经八达岭—京张—张承高速至云顶乐园

电话：400 168 1234, 0313-768 8888转8000

网址：www.secretgardenresorts.com



军都山滑雪场（临近市区）

带孩子去的理由：虽然没有专门为孩子准备的雪道，但有供孩子玩耍的戏雪区域。滑雪教学方面，军都山今年推出了一款家庭教学套餐。为了做好安全保障工作，军都山会为孩子穿上醒目的教学背心，提示其他滑雪者，格外注意。

冬令营安排：四天为一期，周一至周四（节假日除外），周一至周四夜场开设走读生冬令营班（节假日除外）。招生对象为4岁以上的儿童及青少年。课程具体安排包括：体能训练、滑雪理论、雪上实践教学、滑雪英语、雪上拓展运动、滑雪比赛及雪上趣味游戏等。

营业时间：

第三期：2013年1月7日-2013年01月10日

第四期：2013年1月14日-17日

第五期：2013年1月21日-24日

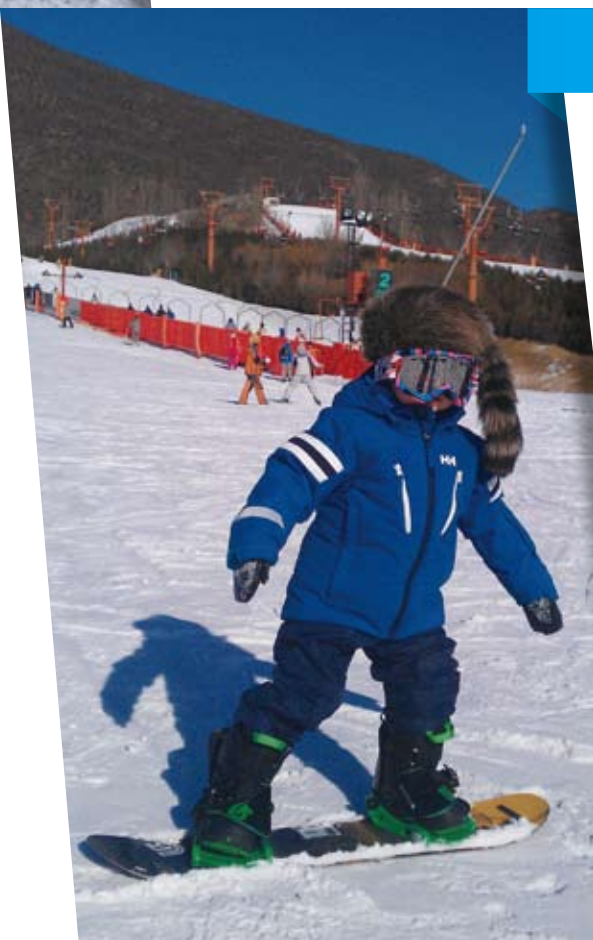
第六期：2013年1月27日-31日

第七期：2013年2月4日-7日

价格：白天冬令营 2780元；夜场走读生1300元；非寄宿制冬令营2460元。

咨询、预定电话：6072 5888转8014

地址：昌平著名的小汤山温泉风景区





玉龙湾滑雪度假村（国内首家单双板分区）

位于河北玉田县唐自头镇团城村，北京市区出发，车程1.5小时左右可达。这里是全国首家单双板分区的滑雪场。2013年1月1日开放一期项目，主推综合滑雪场，也即双板滑雪活动区，雪道总长达到20公里，不同落差的雪道12条。此外，有分时度假打算的家庭还能在度假村得到酒店式公寓租/售服务。

带孩子去的理由：专门的儿童戏雪区目前是试运营阶段，未来木屋、雪城堡、滑梯等更多针对孩子的游戏设施将投入使用。有独立开放的滑雪教学区域，保障初学者的安全。滑雪学校的教练由来自吉林、黑龙江、辽宁等地滑雪专业机构的退役运动员组成，实行分级教学。可以根据自己不同的滑雪水平和需要寻找适合自己的教练。

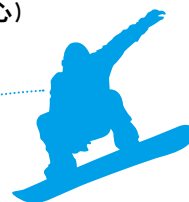
奇幻冬令营：优秀滑雪教练全程跟随。

开营时间：2013年1月14日-1月31日

价格：小时计价，简单实惠。入场门票20元（1.2米以下儿童免费），平时10元/小时，周末及假日30元/小时。另外有多种优惠卡可自由选择。如实名制次卡、季卡、长期有效的度假卡、不记名VIP卡系列等，可连续充值。

咨询电话：0315-53119088（雪场）；5979 3388（北京营销中心）

地址：河北玉田县唐自头镇团城村





北京营销中心：010-59793388
地址：北京朝阳区光华路旺座中心东塔2316





2012-2013雪季 season

OPEN

www.fongwanski.com

2013.1.1 正式试营业

港中旅·玉龙湾·乐酷滑雪小镇

全国首家单双板分区雪场

“板砖儿”还等什么？ 走起

帅帅一家的泰国之旅

The Thailand Adventure of Shuaishuai's Family

文、图：张琦丽

文华酒店组织的稻田体验活动，种水稻



Pai镇 Coffee in love 当地一个有名的咖啡馆下面



文华东方酒店组织的稻田体验活动



清迈文华东方酒店正面

旅行计划

我们主要去了清迈和Pai小镇。在清迈，我们入住的是文华东方酒店。在大人们感叹着这酒店如宫殿般恢宏的建筑时，小家伙们已经兴奋的跑到大草坪上玩耍了。对，这里是泰式建筑的大观园，更是孩子们的植物园、动物园！这里里甚至还有两片稻田，有足够的自然空间让孩子们去探索，他们喜欢在大草坪上捡拾花朵，拨弄含羞草，看蜗牛，数壁虎，在树林间找松鼠，在农田里捉蜻蜓。更有趣的是，酒店的儿童俱乐部还提供农田体验活动。我们换上田间作业的衣服，和农夫一起插秧、在田边骑水牛，享受城市生活里难得的田园乐趣。我们在这里住了3天，没有出去，因为实在太大了。

在小镇Pai，我们选择了一家民宿。Pai最迷人的地方就是，镇上虽小但服务完善，而只要骑摩托离开镇上，马上就可以享受到田园风光，有山有河。在Pai，如此美景看不够，你可以选择住下来。美景附近你会发现很多民宿，有在河边的，有在山中的，有稻田边上的，夜晚可以听着虫鸣入眠。我们住的一家民宿，像农场一样，有大片田地，芭蕉树上结了很多香蕉，熟透的就挂在厨房门口供住客随意取用。孩子们在那的鱼塘里跟爸爸合作钓上一条大鱼，兴奋极了！

和清迈相比，我们更喜欢Pai，来这里不需要攻略，每天自然醒来，随心情和天气安排一天的生活，每天看着蓝天白云田园风光，享受真正的慢生活！

当北京天寒地冻的时候，泰国正是好时节，雨季刚刚过去，气候温暖。既然如此，还等什么？

带上孩子出发吧，去骑大象、丛林徒步、田园放牧，享受放松自然的假期！

旅行者

张琦丽夫妇和他们的两个儿子，小帅5岁，小勺2岁



Pai镇河边

花费

泰国的旅游花费相对便宜，我们一家在泰国16天，一共花费了大约4万元，其中机票2.4万元。酒店的花费悬殊较大，在清迈的文华东方酒店每天3000元，两个孩子没有额外加费用。在Pai小镇住民宿每晚只需几百元。当地吃饭每顿人均50元就能吃的特好，租用摩托车每天只需20元。



清迈塔佩门前喂鸽子



真正的树屋酒店 在pai treehouse



Beung Pai Farm 钓上大鱼，然后放生

最棒的经历

清迈动物园。动物园在素贴山脚下，还有一个海洋馆。园内有观光电瓶车可以坐，每到一站可以下车看动物，可搭任一班车继续，免去带孩子走太多路的劳累。孩子们最喜欢看长颈鹿，还有考拉在树上睡觉。海洋馆规模较小，如果时间紧可以不去。

清迈大学。大学在古城外西北侧，我们选择骑自行车前往，骑行大概需要二十分钟。自行车是从古城里租车行租的，很新且附带儿童座椅，正适合我们。路上有很多汽车和摩托，不过如果骑车不熟练，建议还是包车前往。清迈大学里绿地荫荫，古树成群，孩子们可以尽情的奔跑、嬉戏。相对古城的小巷来说，还是这里更受孩子们的欢迎。大学正对面有一家中国饺子馆，来到这如果馋中国菜了，可以到这来回味下。

清迈夜市。夜市是清迈最吸引人的地方之一，天天都有。对于我们，主要是趁此机会品尝泰国小吃，孩子们在夜市上对每样东西都好奇，问东问西。我们吃了Roti（是一种用鸡蛋、面粉做的薄饼）、猪肉粥、炸鱿鱼、猪肘饭等，还有当地流行的fruit shake（把几种水果搭配再加冰块搅拌），很快就肚子圆圆了。

最差的经验

从清迈到小镇Pai，要乘坐3个半小时的汽车。这段路非常颠簸，特别是后半段，一直在盘山路上转了无数的弯。想着走过云南山路十八弯的我们应该没问题，就担心孩子们能否适应。没想到，孩子们一上车就睡着了，两个大人在后半程开始难受，在无言的分秒计算中迎来了下车的那刻。站在地面上的感觉太好了！



骑大象 在pai



在象营喂大象 (Thom's elephant camp) Pai

意外惊喜

在Pai小镇，我们找到了一家大象营，里面有四只大象，都是温顺的母象。女主人对待大象像家人一样，给它们吃专门种植的甘蔗、木瓜、香蕉。我注意到他们很照顾4只大象中最老的一只，几乎不给她安排什么工作。“邦本”是几只大象中最身强力壮的一只，今年21岁。她几乎承担了大象营大部分的接待工作——骑大象！“邦本”也乐得忙活，因为一路上都有新鲜甘蔗可以吃，还能洗澡。孩子们太喜欢这些大象了，此后的几天几乎每天都来，即便只是去看看大象洗澡，给大象喂香蕉，小哥俩都是乐此不疲，很快我们都成了熟客。两岁的小勺，一直不敢独自接近这些庞然大物，只是远远的把香蕉扔出去，可最后一天我们去跟大象再见的时候，小勺竟也不怕接近“邦本”了，亲自把香蕉递到她的鼻子上。



Beung Pai Farm 从那的library看上去，有两个鱼塘

Tips

- 1、去之前想随性旅行，没订返程机票，这样玩起来感觉没有时间的束缚。不过在昆明出境时被要求出示返程机票订单，说是海关会抽查。无奈下通过航空公司电话现场预订了一个的返程全价票，随时可全额退款，总算是应对过关。
- 2、泰国气候比较热，不用特意带厚外套，当地衣服价格不贵，如果确实需要也可以现买。
- 3、飞机上比较无聊，要给孩子们准备些小玩具。
- 4、泰国饮食。泰国咖喱比日式咖喱味道要浓很多，多了很多香料的的味道，孩子们不是很能接受。不过泰式炒面、炒饭还有汤面，都比较适合。如果孩子接受油炸的东西，虾饼之类的也很好吃。
- 5、清迈机场的服务很好。门口有专门的taxi center，到市区的收费统一，大车180泰铢，小车120泰铢（可做3到4人）。将你要去的地点告诉工作人员，他会用泰语写在一张单子上，上面还会有出租车的号码。你拿这张单子出门找车就ok了。避免了语言不通和乱要价的问题。另外，还有通讯公司（True move公司）在派发免费的sim卡，用此卡拨回国内电话非常便宜，1.5铢/分钟，当地通话1.2铢/分钟。买后可以在清迈非常普遍的任意一家7-11超市进行充值。

推荐酒店

1. The Chedi Chiang Mai

座落于市中心的梅婷河畔共有52件高级客房及32件套房。按照亚洲民族风格设计，每一间客房或套房都有独立的小院，每一间客房都可以通向有河景、山景的独立阳台。

2. DusiteD2 Chiang Mai

都喜D2清迈酒店地处清迈市中心最繁华地段，出门就是熙熙攘攘的夜市、目不暇接的美味餐馆与灯红酒绿的娱乐场所。

3. Four Seasons Resort Chiang Mai

拥有20英亩的花园和水稻梯田，精美豪华的泰国风情度假村提供，有着无可挑剔的服务和温泉美景。还提供别墅和度假村别墅。

4. Le Meridien Chiang Mai

坐落于昌康路，临近夜市，房间设计融合历史特点和现代风格。

5. Mandarin Oriental DharaDhevi

整个酒店就是一座60英亩的美丽的景观花园。房间包括宽敞的柚木别墅和殖民地风格的套房。

春节旅游特惠

2月6日-12日，6天5晚（曼谷一晚）清迈自由行，入住DUSIT D2 CHIANGMAI，8,860 RMB每人起。（金腾国旅Kingdom Travel Services提供）



在Pai镇的学校水塘捕鱼



在清迈大学的操场上



Beung Pai Farm的游泳池

艺术之家的肆意与理性

JinR and Robbie's Story - Blend Art and Family Life

文：十七

图：大米熊国际儿童摄影

关于家庭

爸爸 Robbie Gilchrist

妈妈 锦儿 (JinR)

儿子 Ryan Gilchrist, 14岁, 理想是当作家

现为北京55中9年级学生, 曾就读可儿国际幼儿园

儿子 Eli Gilchrist, 5岁, 理想是当消防员



住在北京

锦儿与Robbie的相遇在北京，一次普通的商务旅行让他们开始了不一样的日子。Robbie从泰国来到北京，开始定居，和锦儿养育两个宝贝Ryan和Eli，他们在这个城市共同经营着紫云轩。Robbie说：“锦儿一直生活在这里，她的家在这里，她的事业也在这里，我已经来北京5年了，虽然仍旧不喜欢北京的气候，但是我爱这里，因为这里有我爱的家人，很多属于艺术家的机会，这是一座乐观的城市。”



在北京过节

每年的圣诞节他们会在中国度过，而传统的春节会到澳大利亚去度过，锦儿坦言，如果这个时候回澳大利亚，不仅机票昂贵，而且也会影响在北京的工作、孩子的学习。毕竟这里是孩子，孩子在圣诞节没有任何特权。

对此，锦儿的观点犀利而有建设性，她要给孩子们营造一个远离泛滥物质的节日氛围，让他们充分感受节日，除了美食、美酒、礼物、肆意玩乐，还有亲情与节日文化，节日不是过剩的物质与放纵的理由。

适合孩子的就是好学校

锦儿对孩子们择校是淡然的，离家近、价格合理，最主要是孩子们能够适应，享受在学校的一切。她坚信每种教育模式都有自己的优势和劣势，每个学校都有自己的特点，没有好与不好，只有更适合的学校。

Robbie在选择学校时更加操心，他全方位出击，查看资料，和其他家长交流。他希望孩子们接受的学校教育更加国际化，他们要尽可能流利地学习两种语言，知道如何解决问题。



在艺术之中生活

锦儿的家庭是典型的艺术家庭，她始终认为艺术要贯穿一个人的生命，生活中的每一件事情都与艺术相关。虽然Robbie认为课外班比看电视强很多，但是锦儿仍然不希望孩子过早赶场上课学习艺术技能的日子。她不喜欢孩子们成为工于术的伟大匠人，而宁肯他们成为被艺熏陶普通人。艺术是两个层次，艺与术，艺永远高于术，艺是灵魂与上帝的沟通。

作为艺术家父母，锦儿没有强硬地要求他们做什么，而是给孩子们创造了一个有宽度与广度的真善美的环境，清晨的锦儿在阳光里修习茶道，孩子们吃过牛奶麦片后会过来陪她一起插花，为她倒茶，轻轻拈起一朵浅紫色的鸢尾花，用自己心灵指引小手，哪个位置最美。

锦儿会带孩子们去看各种展览，这个通透的女子深知“谈笑有鸿儒，往来无白丁”的重要性，给孩子营造一个强大的艺术气场，让周围的氛围影响孩子，让孩子从环境中自我领悟，什么是艺术。

未来的计划

关于未来的生活，锦儿说：无论在北京还是世界上任何其它角落都可以，因为孩子去哪里上学，取决于他们将来在哪里工作。Robbie说也许会回去澳大利亚，因为两地的教学模式与内容不同，也因为孩子是澳大利亚国籍，费用要考虑。

来自**乐成国际学校 (BCIS)**的另类摄影

Picture Perfect with the BCIS's Photography Department



Lorraine J, 眼镜中的世界 (1)



David, Bernard, Harry, Se Jun ,7BR, Heaven and Hell 天堂和地狱



Lorraine J, 眼镜中的世界 (2)



Eve Kolehmainen, 8FY, Untitled 无题



Malika Steinmeyer, Leaf 叶子



Eve Kolehmainen, 8FY, Untitled 无题



Mia Mason, 8FY, Japanese Lines 日本新干线 (1)



Mia Mason, 8FY, Untitled 无题



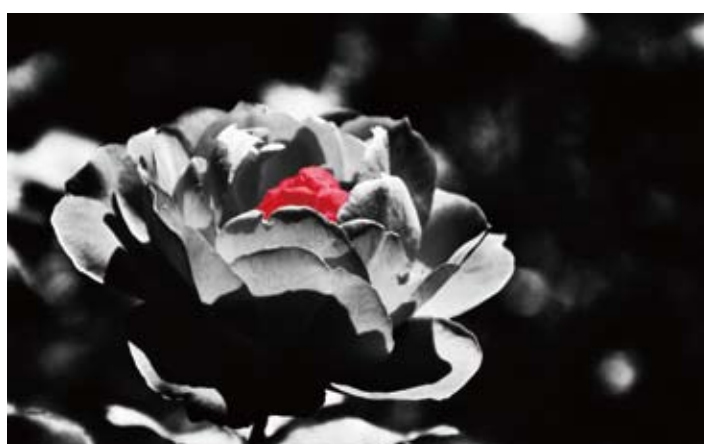
Mia Mason, 8FY, Japanese Lines 日本新干线 (2)



Mia Mason, 8FY, Untitled 无题



Elie, Sidd, Yu Xin, 7BR, Monster of the Dump 倾倒垃圾的怪物



Eve Kolehmainen, 8FY, Untitled 无题

Directory

分类信息

学校名录 School

3e国际学校 International 3e

3e国际学校创建于 2005 年，发展至今已拥有在校学生 180 名。学校的宗旨是“培养富有学习热情和批判性思维，能够自信自如地跨越各文化的人才。”学校重视学生创造力和综合能力的培养，将学生主导、教师引导的课堂活动贯穿于整套教学体系中。

适合年龄：2-9 岁（4 年级将接受 10 岁的学生）

地址：朝阳区将台西路 9-1 号
电话：6437 3344 转 100
电邮：admissions@3einternationalschool.org
网址：www.3einternationalschool.org

北京爱迪国际学校 National Institute of Technology (NIT)

北京爱迪国际学校是中国与澳大利亚政府教育合作寄宿制学校。学校由幼儿园部、小学初中部、高中部三部分组成，现有在校生 2 600 多名。

适合年龄：幼儿园至高中 12 年级
地址：朝阳区楼梓庄路 7 号爱迪国际教育园区
电话：8439 0808
网址：www.nitbj.com, www.bischool.com.cn, www.bikindergarten.com

爱嘉励儿童双语培训学校 The Children's Learning Center of Beijing

CLCB 主题式的项目让孩子能通过游戏和活动发展社交、情感、体育和认知技巧。孩子也通过日常课程学习双语交流，课程包括：数学、科学、电脑、体育、戏剧、厨艺、艺术等等。CLCB 通过半天或全天、每周至少两次或每周五次的课程满足了不同家庭的需要。

适合年龄：18 个月至 6 岁半
地址：顺义区后沙峪白辛庄嘉浩别墅 3056
电话：8046 7082
网址：www.clcbkids.com

艾毅国际幼儿园 Ivy Academy

艾毅国际幼儿园是一所基于美国哈佛大学认知心理学霍华德·加德纳教授的多元智能理论进行综合课程设置且全英文教学的国际幼儿园。教育特色是注重孩子全部潜能的开发、高师生配比和小班制。艾毅国际幼儿园为每个班级配备了两位经验丰富的外籍教师与孩子全天互动。所有教师都拥有大学及以上学历，其中的 50% 拥有硕士及以上学历。
适合年龄：2-6 岁
地址：北京市东城区东直门外大街 35 号东湖别墅 C 座 101 室
电话：8451 1380/1
电邮：info-EL@ivyschools.com
网址：www.ivyschools.com

艾毅双语幼儿园 Ivy Bilingual School

艾毅双语幼儿园提供以美国哈佛大学认知心理学霍华德·加德纳教授的多元智能理论为基础的浸入式双语课程，中西方教师全天和幼儿一起互动。孩子们可以通过适合他们的活动在不同领域中得到提升。目前北京共有两所艾毅双语幼儿园。

适合年龄：2-6 岁
地址：1) 远洋校园：北京市朝阳区东三环北路 2 号远洋新干线 E 座，电话：8446 7287，电邮：info-OE@ivyschools.com；2) 卓锦校园：北京市朝阳区崔各乡新锦路 18 号卓锦万代，电话：8439 7080，电邮：info-OG@ivyschools.com
网址：www.ivyschools.com

艾毅多元智能幼儿园 Ivy MI Kindergarten

艾毅多元智能幼儿园是一所基于美国哈佛大学认知心理学霍华德·加德纳教授的多元智能理论进行综合课程设置的幼儿园。特色是在开展多种主题教学活动的同时，贯穿双语浸入式双语环境的游戏活动，尽力开发孩子们的全部潜能，为进入本地小学生活做好充分准备。目前北京共有三所艾毅多元智能幼儿园。

适合年龄：2-6 岁
地址：1) 天时校园：北京市通州区北苑 52 号天时名苑，电话：8159 6406/7，电邮：info-TS@ivyschools.com；2) 天通中苑校园：北京市昌平区东小口镇天通中苑 35 楼，电话：8467 7728/38，电邮：info-TT@ivyschools.com；3) 丽景校园：北京市朝阳区十里堡北里 28 号，电话：8583 9477，电邮：info-LJ@ivyschools.com
网址：www.ivyschools.com

北大附中国际部 The Affiliated High School of Peking University

国际部是北大附中在 2010 年创立，目标是为学生们提供严谨而充满活力的课程，以帮助他们为出国留学做准备——无论是前往美国或是其他国家。国际部与美国顶尖的寄宿制高中 Hotchkiss 学校一同合作，为求拥有一套兼具中美教学特色的课程体系。
适合年龄：高一至高三学生
地址：北京市海淀区海淀黄庄北大附校本部校园
电话：5875 1183
电邮：admit@pkuschool.edu.cn
网址：http://pku-int.com/gwym/gwym1/

北京 BISS 国际学校 Beijing BISS International School (BISS)

BISS 不仅具有成熟的、成绩显著的 IB 课程（应届毕业生被 Harvard, Columbia Stanford 等名校录取），它还是 SAT 考试中心，足以满足学生在学习方面的各种需要。
适合年龄：4-17 岁
地址：朝阳区安贞西里四区 17 号楼
电话：6443 3151
电邮：admissions@biss.com.cn
网址：www.biss.com.cn

北京德威英国国际学校 Dulwich College Beijing

北京德威英国国际学校在九年级前提供以“英国国家课程”为基础的课程，十至十一年级提供 IGCSE 课程，十二至十三年级提供完整的 IB 学位课程。课程能够很好适应国际学校学生的需要，并通过对个体的重视教给学生课堂之外的东西。北京德威学校附属伦敦德威学校，并与上海、杭州、首尔德威学校是姐妹学校。
适合年龄：12 个月-18 岁
地址：1) 朝阳区京顺路香江北路 1 号香江

花园，电话：8450 7676；2) 顺义区机场路 89 号丽京花园，电话：6454 9000
电邮：info@duiwich-beijing.cn
网址：www.duiwich-beijing.cn

北京法国国际学校 Lycee Francais De Pekin

LFIP 是根据法国教育部的标准设立的。施行法语授课，但幼儿园和小学接受不说法语的学生。
适合年龄：小学/初中
地址：1) 朝阳区三里屯东街 13 号，电话：6532 3498；2) 朝阳区三里屯路 4 号，电话：6532 7881
网址：www.iip.net.cn

北京哈罗英国学校 Harrow International School Beijing

哈罗是一所小型的国际学校，每个学生都有一个能够照顾他们，并作为学生家长之间的联系的老师。从北京哈罗英国学校毕业的学生取得了包括 Oxford, London School of Economics, Bayreuth Law Faculty, Cornell, Australia National University 的录取。
适合年龄：3-18 岁
地址：1) 通州区徐辛庄镇葛渠村格拉斯小镇，电话：6444 8900；2) 朝阳区安贞西里四区 5 号，电话：6444 8900
电邮：enquiries@harrowbeijing.cn
网址：www.harrowbeijing.cn

北京加拿大国际学校 Canadian International School of Beijing

建立于 2006 年 9 月，CISB 对 18 个月到 5 岁的儿童提供蒙台梭利式的学前教育，对幼儿园到十二年级的学生提供加拿大的课程教育。CISB 是世界 IB 授权学校，可以提供高中阶段的 IB Diploma Programme，还是 PYP 和 MYP 的候选学校。非英语母语的学生的英语能力会得到评估，并获得相应的 ESL 课程。中文和法语课程也将提供（高中还有韩语）。为 ACAMIS 和 UNESCO 的成员。
适合年龄：学前至 12 年级。
地址：朝阳区亮马桥路 38 号
电话：6465 7788
电邮：admissions@cisbeijing.com
网址：www.cisb.com.cn

北京乐成国际学校 Beijing City International School

学校的校训是“挑战与关爱并存，力量与智慧同成”，这是一所非营利的，独立的日间学校，并被国际学校委员会认可。学校提供从幼儿园到 12 年级的国际课程。世界学校系统授权教授三种 IB 课程（小学、中学和文凭课程）。校园文化的特点是“温暖和包容性”。
适合年龄：幼儿园到 12 年级
地址：朝阳区百子湾南二路 77 号
电话：8771 7171
电邮：admissions@bcis.cn
网址：www.bcis.cn

北京灵睿国际学校 Positive Foundations School

灵睿国际学校的课程吸取蒙台梭利教育理论的精华，以美国幼儿教育标准作为指导原则，同时采用高品质的 Educo 教具开展教学，提高孩子们基本学习技能，重点强调孩子们通过艺术、手工、音乐以及体育方面的创造力开发。

适合年龄：婴儿至幼儿园
地址：顺义区后沙峪西白辛庄嘉浩别墅城 3006 栋
电话：8046 6302
网址：www.pfs-beijing.com



北京蒙台梭利国际学校 The International Montessori School of Beijing (MSB)

MSB 是美国 AMS 的一员，附属于国际蒙台梭利教研中心。
适合年龄：2-12 岁
地址：1) 樱桃园校园：朝阳区香江北路马泉营 18 号，电话：6432 8228；2) 裕花园校园：顺义区后沙峪白辛庄，电话：8046 3935；3) 金碧湖畔校区：顺义区顺福路 2 号，电话：8945 2591
电邮：school-ce@msb.edu.cn
网址：www.msb.edu.cn

北京巧智博仁国际幼儿园 The Children's House Montessori Kindergarten

提供具有蒙台梭利认证的老师教授的婴儿班、托儿所、学前班和幼儿园项目。亮马桥燕莎、顺义优山美地和亚运新家园校区还提供双语项目。课外活动包括中文、钢琴、芭蕾、音乐、功夫、游泳、滑冰、厨艺、英语、艺术手工、艺术音乐鉴赏和文化课程。
适合年龄：0-6 岁
地址：1) 顺义区后沙峪镇榆阳路 4 号优山美地别墅区，电话：8041 7083；2) 朝阳区亮马桥路 50 号凯宾斯基写字楼 114 室，电话：6465 1305；3) 朝阳区建国门外大街 1 号国贸北公寓一层，电话：6505 3869；4) 朝阳区辛店路 1 号亚运新家园园林澜园 2 号楼 1 单元 102，电话：5202 0293
网址：www.montessoribeijing.com

北京日坛中学 Ritan School

这所公立学校拥有四个独立的国际部门：一个小学，两个初中和一个高中。小学提供双语项目，但初中和高中部用中文教授中国国家课程。
适合年龄：1-12 年级
地址：1) 高中：朝阳区光华西里 4 号，电话：6503 1815；2) 初中：朝阳区白家庄西里 2 号白家庄中学里面，电话：6500 4609；3) 高中：朝阳区东三环北路 36 号清华大学美术学院南，电话：6581 4083；4) 小学和初中：朝阳区南十里居 38 号，电话：6438 2945
网址：http://rtzxbjch.edu.cn

北京瑞金英国学校

Beijing Rego British School

北京瑞金英国学校吸取了天津和上海两所成功学校的经验，以满足顺义附近学生的需要。课程安排以英国国家课程为基础，附加中国文化和普通话课程。
适合年龄：5-18岁
地址：1) 朝阳区亮马桥路 50号C317室，电话：6465 4487转 107或 134 3939 3342，Sarah；2) 顺义区天竺镇丽苑街 15号，电话：8416 7718，Sarah
网址：www.bjrego.org

北京师范大学第二附属中学国际部

St.Paul American School (SPAS)

SPAS是NISS (Nacel International School Systems) 的一员，总部在明尼苏达州的St.Paul。它包括美国课程 (含 AP)，同时教授中文，体育和音乐。SPAS校园在北京师范大学第二附属中学内。
适合年龄：13-19岁
地址：海淀区清河宝胜里观澳园 18号
网址：www.stpaulschool.cn

北京师范大学亚太实验学校

Asia-Pac Experimental School of Beijing Normal University

该校包括小学和初中，同时有寄宿和走读生。校园共 80,000平方米，其中包括教学楼，实验楼，科技楼，图书馆，体育馆，学生宿舍等。学校共有 51个班级，1,600名学生，200多位教师。
适合年龄：6-15岁
地址：昌平区地铁 5号线天通苑北站，换乘 643或537路，到北京太阳城站，路口向东直走，穿过北京服装学院即到
电话：5109 4888
网址：www.yataischool.net

北京世青国际学校

Beijing World Youth Academy (BWYA)

世青提供中、英文的 IB课程。BWYA重视完整的教育，以质询为基础的学习，并努力为学生提供充足的学习机会。教师队伍来自十五个不同的国家。BWYA重视创造性和团队合作，课程标准涵盖北美、欧洲和亚洲，应届毕业生被北京大学、清华大学、复旦大学、Harvard、Princeton、UC Berkeley和Stanford等名校录取。
适合年龄：9-18岁
地址：朝阳区花家北里 18号
电话：6461 7787
电邮：admissions@ibwya.net
网址：www.ibwya.net

首都师大附中国际部

High School Attached to CNU

首师大附中中美高中实验课程项目是经北京市教委批准，报教育部备案的中美合作高中项目。本项目由首都师范大学附属中学与美国优秀私立高中 -捷门棠学校 (Germantown Academy)合作办学，学生经三年的学习后，申请美国大学。学制三年。完成中国高中必修课程 (通过北京市高中会考)。学生可以选修 AP微积分、AP物理、AP化学、AP艺术、AP经济、美国历史和英语语言文化等中英文课程。
适合年龄：高一至高三
地址：北京市海淀区北洼路 33号
电话：6890 2903, 6890 3410, 6841 0962
网址：http://www.cnuschool.org/channels/394.html

北京顺义国际学校

International School of Beijing (ISB)

ISB是北京第一所提供 IB Diploma的国际学校。齐全的设施和广泛的课程使它能适应

各年龄段学生的需要。

适合年龄：3-18岁
地址：顺义区安华街 10号
电话：8149 2345
电邮：admissions@isb.bj.edu.cn
网址：www.isb.bj.edu.cn

北京市私立汇佳 (IB)学校

Beijing Huijia Private (IB) School

成立于 1993年，隶属北京汇佳教育机构，是一所集小学、初中、高中为一体的寄宿制私立学校。学校逐步全面实施具有国际领先水平 的联合国教科文组织所属国际文凭组织 (IBO) 的大学预科文凭项目 (IBDP) -已获批准、小学项目 (PYP) 2012年底即将通过和中学项目 (MYP) -申请中，是国内第一所为中国本土学生提供高水平国际教育体系的学校，北京市教委批准的综合教育改革实验的学校，联合国教科文组织协会俱乐部成员校。
适合年龄：小学 - 高中
地址：北京市昌平区昌怀路 157号
电话：69744794，69748794
网址：http://www.huijia2000.com/

北京京西学校

Western Academy of Beijing (WAB)

北京京西学校是一所国际 IB学校，拥有来自55个国家的 1550名学生。学校的宗旨是“联系，激励，挑战：做出改变”。
适合年龄：3-18岁
地址：朝阳区来广营东路 10号
电话：8456 4155
电邮：wabinfo@wab.edu
网址：www.wab.edu

北京私立树人瑞贝学校

Beijing Shuren Ribet Private School

BSRPS是通州区唯一一所从幼儿园至十二年级的独立男女共校学校。成立于 1993年，BSRPS致力于提供学生全面的教育。在过去的几年中，它提供完整的美国课程。
适合年龄：3-18岁
地址：通州区宋庄镇小堡南甲一号
电话：8085 6318 (双语)，8085 6787 (中文)
电邮：inquiryshuren@shurenribet.org
网址：www.shurenribet.org/

北京四中国际部

Beijing No.4 High School

北京四中创建于 1907年，是北京市示范高级中学，也是联合国教科文基层俱乐部成员。2002年起成立北京四中国际部，创办汉语班、学历班、高等教育预备班，欢迎各国、各地区的学生到四中学习。
适合年龄：高一至高三
地址：北京市西城区西黄城根北街甲 2号
电话：6611 2924，6617 3886
电邮：guojb@bhsf.cn
网址：http://www.bj4hs-gjb.com/

北京王府学校

Beijing Royal School

北京王府学校是一所经北京市教育主管部门批准成立的中外合作制学校，是中国中外合资教育机构，是剑桥大学考试委员会在北京设立的面向中国及海外招生的“剑桥国际教育 / 考试中心”。
地址：北京市昌平区北七家镇王府街 11号
电话：8178 5511，8178 3785，8178 3786
电邮：brs@vip.163.com
网址：www.bjroyalschool.com

北京新英才学校

Beijing New Talent Academy

北京市新英才学校是一所集特色双语幼儿

园、精品小学、优质初中、多元高中、剑桥国际中心、国外大学预科、汉语中心为一体的寄宿制国际化学校。学校位于首都机场西侧，温榆河畔中央别墅区，毗邻新国际展览中心。
地址：顺义区天竺开发区安华街 9号
适合年龄：幼儿园至高中
电话：8046 7117, 8046 7116, 8041 3001
电邮：xyr@bjnewtalent.com
网址：http://www.bjnewtalent.com/index.asp

北京耀中国际学校

Yew Chung International School of Beijing

北京耀中国际学校是一所国际 IB学校，得到CIS, NEASC和NCCT的认证。课程基于英国国家课程和以探究为基础的中文学习项目。
适合年龄：2-18岁
地址：朝阳区后八里庄 5号红领中心公园东门
电话：8583 3731
电邮：enquiry@bjycef.com
网址：www.ycisc-bj.com

北京英国学校

The British School of Beijing (BSB)

北京英国学校提供以英国国家课程为基础的的传统教育，同时提供 GCSE和A-level课程。多元化的学术和课外活动使学生能够专注于音乐、艺术和体育，并使他们具备进入世界大学的基础。
适合年龄：1-18岁
地址：1) 朝阳区三里屯北小街 7号，电话：8532 5320；2) 顺义区安华路 9号南院，电话：8407 3588；3) 朝阳区三里屯西六街 5号，电话：8532 3088
电邮：admissions@britishschool.org.cn
网址：www.britishschool.org.cn

北京五十五中学

Beijing No.55 Middle School and High School

北京市五十五中学拥有一个专门针对外国学生的国际部。高中课程采用中文或英文教学，提供 IB培训或高考培训。初中课程只采用中文教学。若需要可提供半年的中文训练。
适合年龄：11-17岁
地址：东城区新中街 12号
电话：6416 9531
网址：www.bj55iss.cn/default.asp?pg=main

博识梦飞学习中心

Muffy's Learning Centers

Muffy's Learning Centers创立于 2003年，是一个以儿童为中心，全外教浸入式英语教学的全日制幼儿园。引进国外先进教学理念与中国本土教育理念相结合，打造更适合于中国孩子学习的英语全科教学体系。Muffys拥有来自加拿大、美国、英国和澳大利亚的优秀教师团队，给孩子创造一个出色的全英教学环境和丰富的学习机会。
电话：400 663 3282
地址：1) 万柳：北京市海淀区万柳东路阳春光华家园甲 1号房屋；2) 世纪城：北京市海淀区蓝靛厂路 (人大附小对面) 汇博大厦西侧 5层；3) 香山：北京市海淀区香山清琴别墅儿童会所；4) 望京：北京市朝阳区望京小水河公园东门
网址：www.muffys.cn

枫叶国际学校

Maple International Academy

枫叶国际教育集团旗下业务涵盖早期教育学校，幼儿园，小学，出国留学服务和 AMS国际蒙特梭利教师培训。首家由国际学校设立的专业早期教育学校。从 0岁

起享受国际学校不可比拟的全球化教育资源。

适合年龄：0-12岁
地址：海淀区四季青桥南通讯路 16号
电话：5872 0909
网址：www.mapleacademy.com.cn

高宽国际幼儿园

Highscope International Kindergarten

高宽国际幼儿园是一所成功的将课内学习及课外活动和网球特色体育教育相结合的国际幼儿园。秉承一切以人为本的教育理念，帮助儿童从小建立独立自主的人格和对待认知全神贯注的态度，激发儿童的激情与创造力，以充分挖掘和发展儿童的“内在潜力”。
适合年龄：18个月至 6岁
地址：北京市朝阳区郎辛庄路 1号匠心之轮国际网球中心高宽国际幼儿园
电话：8538 2775
电邮：josh.highscope@gmail.com
网址：www.gkkids.cn

哈佛之星国际学校

Harvard Star International School

从幼儿园至六年级三十人。蒙台梭利式的幼儿园课程，小学课程遵循英国国家课程标准。
适合年龄：幼儿园至 6年级
地址：顺义区罗马环岛东三山家元
电话：8042 4781

海嘉国际双语学校

Beijing International Bilingual Academy (BIBA)

海嘉国际双语学校提供国际化的教育体系，兼顾激发潜能与鼓励创新，注重中文课程的教学。学校课程均由英语为母语的外籍教师担纲执教。中文教学采用人教版教材。各年级分别设有不同程度的ESL (英语作为第二语言) 和CSL (中文作为第二语言) 课程辅导班。海嘉提供幼儿园、小学和中学教育。
适合年龄：2.5-18岁
地址：顺义区后沙峪裕民大街5号
电话：8041 0390
电邮：info@bibachina.org
网址：www.bibachina.org

好思之家国际幼儿园

House of Knowledge International Kindergarten (HOK)

好思之家最引以为傲的是其独特的课程设计，这套精心设计的课程推行三语教学并且秉持以孩子为主导的教育理念。好思之家相信孩子是具有无限潜能的自主学习者，在此理念下，通过培养孩子的自主学习方法来发展批判性思维与合作技巧。
适合年龄：1-6岁
地址：行政管理办公室：朝阳区亮马桥路 50号燕莎中心 C511，64340088/65382624；1) 丽苑校区：朝阳区香江北路丽苑小区东门 A11，电话：64340088 (中文，英语，德语)；2) 朝阳公园校区：朝阳区朝阳公园西路 15号维多利亚花园公寓，电话：64340088 (中文，英文，德语)
电邮：info@house-of-knowledge.net
网址：www.house-of-knowledge.net

汇佳幼儿园

Huijia Kindergarten

汇佳幼儿园成立于 1999年5月之初，其“培养正常发展的孩子”的教育理念得到了社会的认可。现有 24所分园分布在北京及其周边地区。汇佳幼儿园秉承汇佳“新型、高品位、国际化”的办学宗旨，为孩子提供开放的、多元的教育环境，使世界先进

分类信息 | Directory

的教育思想、现代化的教学手段和中国优秀的传统文化相融合，为培养孩子成为具有国际视野的未来人打下坚实基础。
地址：昌平国际园：北京市昌平区回龙观文化居住区云趣园一区 25 号楼
电话：8171 5252
网址：hjkids@263.net www.hjkids.com

IAB国际学校

International Academy of Beijing (IAB)
IAB建于 1999年，提供从幼儿园至十二年级的美国课程。提供 PSAT,SAT,ACT,AP课程。
地址：朝阳区奥林匹克公园东侧仰山路 1 号北京市亚奥学校内
电话：8493 8680
电邮：admissions@iabchina.net
网址：www.iabchina.net

家育苑

The Family Learning House (TFLH)
朝阳区教委认定的 2010年度优秀幼儿园之一，家育苑将“美德在我心”品德教育与蒙台梭利以及中文课程结合。学校设置了宠物农场，有机种植，以及孩子们为主导的废旧物品回收项目。家育苑重视孩子们在艺术和音乐上的培养，为所有四岁半以上的孩子提供每日一对一钢琴课。
地址：朝阳区东三环中路 39 号建外 SOHO 西区 14 号楼旁
电话：5869 7540 转 800/801
电邮：administrator@thefamilylearninghouse.com
网址：www.thefamilylearninghouse.com

金翼德懿幼儿园

Eduwings Kindergarten
金翼德懿幼儿园分为中 / 英文部和德语两个部门。这两个部门下各分成三个年龄组（2-3 岁、3-4 岁、5-6 岁）和一个婴儿组（2 岁以下）。所有的主教师和语言教师均为母语老师。金翼德懿幼儿园教育孩子遵循的学校的理念是：“每个孩子都需要有根和翅膀——根让他们来自哪里和翅膀帮助他们探索世界。” Eduwings 还提供了蒙台梭利教育，游泳，音乐和艺术活动。学校设有一个图书馆，攀岩墙，还有一个室外操场和操场。
适合年龄：2-6 岁 婴儿组接收 2 岁以下儿童
地址：顺义区天竺镇丽苑街 6 号美林香槟小镇
电话：6450 8384
电邮：maria@seemle.eduwings@gmail.com
网址：http://www.eduwingskids.com/

君诚国际双语学校

Springboard International Bilingual School
君诚国际双语学校创建于 2011 年，目前已有来自 13 个国家近 50 名学生。
地址：北京市顺义区后沙峪镇火沙路古城段 15 号
电话：8049 0307(中文和英文)；8049 2560(中文和韩文)
电邮：o-ce@sibs.com.cn
网址：www.sibs.com.cn/index.html

快乐成长蒙台梭利儿童之家

Little Seeds Montessori School
Little Seed 是一所自办的位于北京市中心的学校。为 3-6 岁的儿童提供双语教学。小班授课模式保证了每个孩子都能得到老师足够的关注。
地址：朝阳区潘家园东路口
电话：131 4118 8648
电邮：littleseeds.montessori@gmail.com

丽思·嘉洛德国际双语幼儿园

Ritz Calilord Academy
丽思·嘉洛德属于“十一五规划”下“全

国养成教育”实验幼儿园。同时属于中国关心下一代工作委员会儿童发展研究中心与中国儿基会联合项目“春芽工程”样板园。
地址：1) 顺义区水木兰亭园前一街 58 号，电话：5810 1258；2) 昌平区沙河碧水庄园，电话：8070 4298, 8070 4297

苹果幼儿园

KEer Apple International Kindergarten (Pingod)
提供英语教学，下午提供有限的蒙特梭利课程。
地址：朝阳区百子湾南二路
电话：5876 9605
电邮：keerapple@yahoo.cn
网址：www.keereducation.com/fen12/Default.asp

巧智博仁国际幼儿园

The Children's House International Montessori Kindergarten
北京的第一家蒙台梭利式幼儿园目前在四个校园共拥有 300 名国际学生，因其友好的气氛，与蒙台梭利模式紧密结合的英语和双语课程而著名。
适合年龄：0-6 岁
地址：1) 朝阳区建国门外大街 1 号国贸北公寓一层，电话：6505 3869/2288 转 81299；2) 朝阳区亮马桥路 50 号燕莎中心大厦 S114 单元，电话：6465 1305/3388 转 4477；3) 顺义区后沙峪镇榆阳路 4 号优山美地 C 区俱乐部，电话：8041 7083；4) 朝阳区辛店路 1 号亚运新家园社区，电话：5202 0293
网址：www.montessoribeijing.com

启明星双语学校

Daystar Academy
启明星是一个幼儿园-六年级的学校，提供蒙台梭利式的英文教学和中国国家课程。
适合年龄：3-12 岁
地址：朝阳区顺白路 2 号
电话：8610 2654
电邮：kristinl@daystarchina.cn，lijunl@daystarchina.cn

清华附中国际部

Tsinghua International School
清华附中国际部遵循美国课程标准。校园坐落于清华大学，因此学生能够最大限度地使用清华的设施。
适合年龄：6-18 岁
地址：海淀区中关村北路清华大学西北侧
电话：6279 7000, 6277 1477
网址：www.this.edu.cn
电邮：this@mail.tsinghua.edu.cn

青苗国际双语学校

Beanstalk International Bilingual School (BIBS)
该校设有独特的项目，将东、西方教育理念有机地结合。跨文化的环境能很好地培养学生的文化敏感度和语言能力。
适合年龄：幼儿园至 12 年级
地址：1) 朝阳区亮马桥路 40 号 B 座 1 层，电话：6466 9255；2) 朝阳区南十里区 38 号，电话：8456 6019；3) 朝阳区东四环北路 6 号阳光上东二区，电话：5130 7951
网址：www.bibs.com.cn

人大附中国际部

The Middle School and High School Aliated to Renmin University of China
教学语言为中文，同时提供 A-level 资格。国际学生通过中文考试确定直接进入普通

班还是先参加中文强化课程。在 4,000 名学生中，有 180 名外国学生。
适合年龄：12 至 16 岁
地址：海淀区中关村大街 37 号
电话：6251 3962/2094
网址：www.rdfz.cn/english

三里屯幼儿园

Sanlitun Kindergarten
接受国际学生，教学采用中文。学校尤其重视体育教育。
适合年龄：2-6 岁
地址：朝阳区朝阳门外大街吉庆里 3 号
电话：6551 0877

三为园蒙德梭利托幼中心

Mammolina Children's Home-Montessori Kindergarten
提供严格的蒙特梭利教育。中英双语课程“在独特的、开放的教室中教授，是孩子能够根据自己的天性和需要学习和发展，并且每个孩子的进步都会被密切关注。”
适合年龄：1-7 岁
地址：朝阳区香江北路马泉营四区 36 号
电话：8470 5128
网址：www.montessoris.ws

特殊需要学校

Side by Side
由外商独资和运行的个人特殊需要和学习困难中心。接收从幼儿到成人、小团体、家庭、学校和社会团体。提供小型的特殊教育日间课程，学习支持，音乐治疗，行为支持，子女养育话题会议，宣传，家庭支持，以及主题研讨会。有经验的工作人员与其他专业教师，职业治疗师，心理学家提供个性化的支持。
适合年龄：所有年龄段（包括儿童、成人）
地址：顺义区后沙峪名都园 3336 号
电话：8046 3858
网址：www.sidebyside-beijing.com

温莎双语幼儿园

Windsor Bilingual Kindergarten
该校融合了中西方教育的传统，力求让学生全面发展，设施完备。课程给予撒个标准——EYFS Statutory Framework（英），幼儿园快乐与发展课程（北京）和综合主题研究计划（南京）——皆由在 Dulwich College 定期接受训练的教师教授。
地址：1) 顺义区温莎丽京园：首都机场路 89 号丽京花园别墅，电话：6456 0020；2) 昌平区温莎温哥华森林园：立汤路北七家镇温哥华森林别墅，电话：6975 6579
网址：www.vancouver.windsorkindergarten.cn

新园双语幼儿园

New Garden International School
新园双语学校配备中国老师和以英语为母语的外教。他们提供丰富而有趣的课程，使孩子能尽享中西两种教育体系。接受 2 至 6 岁的孩子，同时提供课外班给 12 岁以下的孩子。
地址：北京朝阳区东三环双井桥北富力城 D 区西门 61 号楼
电话：5876 1319
电邮：mcyo521@163.com

新竹幼儿园

New Bamboo International Kindergarten
新竹幼儿园是一所基于 High Scope 教育方式的英语语言学校。课程既包含了美国教育体系，又吸取了中国教育的核心精华。
适合年龄：2-6 岁
地址：朝阳区建国门外大街 16 号 W-1 座
电话：133 0401 8987 或 186 1172 9923

阳光童馨国际教育

Sunny Kids Garden
阳光童馨国际教育的诞生和延续秉承以下几点：创建和提供多元文化教育环境，融合东西方教育优势，保持国际化领先教育理念。
地址：北京市朝阳区望京香颂南湖西园 302 号楼 103
电话：8476 5353
网址：www.skgedu.com

耀华婴幼儿教育中心

YWITEC
耀华国际教育建基于耀中教育机构多年在香港及内地城市推行国际教育的经验之上。耀华专设的幼儿教育发展研究中心借鉴国内外幼儿教育理念及实践，自行研发了一套国际幼教课程，为幼儿的学习和发展创设丰富、快乐、安全而富有挑战性的教育环境以及多元文化学习活动，让幼儿在富有经验的中外籍教师带领下探究和学习，同时接触到不同的语言和文化。
适合年龄：1.5-6 岁
地址：朝阳区后八里庄 5 号红领巾公园东门 F 楼
电话：8581 9223 / 8581 8466 转 817
电邮：ITEC@bjycef.com
网址：www.ywitec.com

伊顿国际双语幼儿园

Etonkids Bilingual Kindergartens
为 1 至 6 岁的孩子提供具有国际水准的蒙台梭利教学体系，以及伊顿学校自己研制的英文和中文课程，保证孩子们在德、智、体全面发展的同时掌握流利的双语。
地址：朝阳区朝阳公园南路 8 号棕榈泉国际公寓
电话：招生办公室 6539 8967；校园行政办公室 6539 8967
电邮：cpmadmin@etonkids.com
网址：http://www.etonkids.com

芝加哥丹全英文幼儿园

Chicago Dan's English Daycare
幼儿园有三名美国教师，一名职业英语中国教师，一个职业日间护理员。教师-学生比例为 1：4，课堂为全英文授课。兴趣班包括游泳，棒球，跆拳道和芭蕾。每门课都由母语英语的老师教授。
地址：崇文区西长安门桥日月天地 B 座 1102
电话：5807 5067
电邮：dpinkowski@gmail.com
网址：www.engdan.com

至尊宝宝幼儿园

Happy Baby Kindergarten
至尊宝宝幼儿园提供中文为主的蒙台梭利式的教育。每周都有几次英语课，设施包括操场，图书馆，钢琴，阅读，生日和电脑室。每周一三五早有家长陪同的 2 岁以下儿童的特殊课程。
地址：1) 朝阳区亚运村安慧北里逸园 23 号楼，电话：6498 1518；
2) 朝阳区西坝河中路 22 号楼，电话：6462 0449 转 806

中加高中学校

Sino Bright School (Beijing No.25 Middle School)
SBS 提供加拿大 BC（British Columbia）课程，由 BC 认证的老师教授。学校的教学语言是英语，但也提供中文课程。
适合年龄：7-12 年级
地址：东城区灯市口大街 55 号（在北京二十五中学内）
电话：6553 7171
网址：www.schoolbeijing.com

课外活动 After School

TLC 国际学科英语

The Learning Center

The Learning Center简称 TLC, 由美国教育者创建, 主要项目为针对性一对一辅导, 蒙台梭利小班课及冬夏令营。所有科目全英文授课。TLC提供包括英语, 数理化, 科学, 人类学的科目辅导, 覆盖PYP, MYP, IB, IGCSE和A-Level等不同体系。
适合年龄: 5岁-12年级、大学生、成人辅导
地址: 顺义区后沙峪嘉浩别墅2108 (顺义国际学校旁边, 优山美地及名都园之间)
电话: 8046 3886, 8046 7085
网址: www.thelearningcenter.cn

汉通洋高考®

HANTONG EDUCATION

汉通为家长提供国际学校入学指导服务, 同时为国际学校学生提供IB, A-Level, IGCSE, SAT, AP课外辅导。提供一对一和小班课程, 使用与国际学校相同的教材。价格从205-710/小时不等, 咨询时间周一至周五8:30-17:30
地址: 1) 朝阳区建国路93号万达广场4号楼905室; 2) 顺义区后沙峪镇西白辛庄嘉浩别墅2区D2065; 3) 海淀区北四环西路68号左岸工社705室
电话: 5820 5090
电邮: info@chinamcedu.com
网站: www.chinamcedu.com

和美乐家庭会所

i3创意工坊

i3 Artstudio

imagination (想象)、innovation (创造)、inspiration (灵感)是i3的创理念。体验艺术课设置围绕“探索、想象、创作、表达、沟通”的教学理念, 借助陶艺、绘画、手工、动漫四个工种, 让孩子在接触工具材料的过程中感知主题的魅力, 将想象力、创造力、灵感释放出来。
年龄跨度: 3-10岁
地址: 朝阳区慈云寺东区国际4号楼1808室
电话: 8591 3294
网址: www.i3-artstudio.com

小小运动馆

The Little Gym

儿童体验式学习与运动能力发展机构。为孩子们提供循序渐进的课程, 营造积极正面的学习环境。每周为孩子创造尝试新鲜事物和树立自信的机会。
年龄: 4个月-12岁
地址: 1) 北京天通苑中心: 北京市昌平区天通苑华联购物中心 3层L3-13 (电话: 5785 9500); 2) 北京太阳宫中心: 北京市朝阳区太阳宫中路 12号楼凯德 MALL·太阳宫 3层21B22-23 (电话: 8497 9545)
网址: http://www.thelittlegym.com.cn

北京在家上学小组

Beijing Homeschoolers

一个提供帮助的网络, 提供信息的来源和自家授课家长的社会中心。
网址: http://groups.yayoo.com/group/beijing_homeschoolers

拓达周华咨询

Touchdown!

帮助中国家长申请美国本科项目, 私立高中和寄宿学校。提供集中训练, 包括 essay 写作、面试和职业规划。富有经验的辅导员申请全程与学生和家长当面交流。
地址: 海淀区中关村大街 19号新中关村大厦B座1508室
网址: www.touchdown.org.cn

家庭餐饮 Family Dining

美式餐厅 American

绿叶子食品店

A Food A-aire

菜式极为多样。
地址: 朝阳区幸福一村西里5号一层
电话: 135 0107 1114

蓝蛙

Blue Frog

地址: 1) 朝阳区三丰北里, 悠唐生活广场 1号楼 1层; 2) 朝阳区三里屯北路 19号三里屯Village南区 4号楼 3层S4-30; 3) 朝阳区酒仙桥路18号颐堤港商场1层, 店铺号167
电话: 6417 4030
网址: www.bluefrog.com.cn

美西西餐厅

Chef Too

服务人员能讲一口流利的英语。在 the Beijinger 2011 Restaurant Awards中获得“Outstanding American”和“Best Brunch”奖。
地址: 朝阳区朝阳公园西门对面
电话: 6591 8676
电邮: chefbilly@yahoo.com

新元素

Element Fresh

提供健康的美式食品; 周末有早午餐。在 the Beijinger 2011 Restaurant Awards中获得“Best American”和“Best Brunch”奖。
地址: 1) 朝阳区三里屯路 19号三里屯 Village南区 8号楼 S8-33, 电话: 6417 1318; 2) 朝阳区将太路 6号, 电话: 6433 5058
网址: www.elementfresh.com

富客汉堡

Fatburger

在 the Beijinger 2011 Restaurant Awards中获得“Outstanding Burger”奖。
地址: 朝阳区东方东路 19号亮马桥外交公寓1号楼会所1层1号铺
电话: 8532 1878
电邮: jwu@fatburger.com
网址: www.fatburger.com

祖母的厨房

Grandma's Kitchen

真正由“来自美国的祖母”创办。在 the Beijinger 2011 Restaurant Awards中获得“Outstanding American”奖。
地址: 1) 东城区南池子大街 47 -2号, 电话: 6528 2790; 2) 朝阳区东三环中路39号建外 SohoB座0103, 电话: 5869 3055/3056; 3) 海淀区成府路 28号五道口购物中心 5层, 电话: 6266 6105, 6266 6092; 4) 朝阳区建国门外南秀水街甲 11号 (友谊商店后面), 电话: 6503 2893; 5) 东城区北新桥石雀胡同 28号

Lily's American Diner

这家店的店主自创菜谱, 包括传统美国菜和德州-墨西哥菜。
地址: 1) 朝阳区四惠地铁B出口金地名京小区北门对面往东 200米; 2) 朝阳区双井桥东北角广渠路 31号院天之骄子 2号楼底商2-18, 电话: 6592 5548

彼得西餐

Peter's Tex-Mex Grill

地址: 1) 朝阳区将台西路, 电话: 6435 3509; 2) 朝阳区建国门外大街 21号国际俱乐部 88A, 电话: 8532 2449

加油站

The Filling Station

美式西餐, 有专为孩子提供的游戏室。
地址: 顺义区来广营路北京京西学校旁边
电话: 8470 3821

荷加斯

Hercules

营业时间周一至周五9:30-20:00, 周六周日9:30-22:00
地址: 朝阳区酒仙桥路18号颐堤港商场1层 156店铺
电话: 8426 0411

烘焙、熟食和甜点 Bakeries, Delis & Desserts

法派

Comptoirs de France

地址: 1) 朝阳区将台路 2号北京和睦家医院店, 电话: 5927 7597; 2) 朝阳区将台路 2号北京和睦家医院 2店, 电话: 5927 7000转7949; 3) 朝阳区将台路乙 2号海润国际公寓商业 5号楼 1层, 电话: 5135 7645; 4) 朝阳区幸福村中路 55-1号, 电话: 6416 2853; 5) 朝阳区秀水东街 8号秀水大厦东区1层1, 2号, 电话: 5169 9298; 6) 朝阳区来广营东路 5号2楼东侧, 电话: 8470 2347; 7) 东城区东直门外大街 35号东湖俱乐部 1层, 电话: 6461 1525; 8) 朝阳区日坛北路 4号, 电话: 8562 3355; 9) 顺义区裕翔路 99号天竺镇欧陆广场 L111室, 电话: 8046 6309; 10) 朝阳区建国路 89号华贸中心 15号楼 102, 电话: 6530 5480
网址: www.comptoirsdefrance.com/v

凯宾美食廊

Kempi Deli

地址: 朝阳区凯宾斯基饭店 1层
电话: 6465 3388转 5741

必品阁

Bibigo

营业时间每天10:00-21:00
地址: 朝阳区酒仙桥路18号颐堤港153店铺
电话: 8426 0759

迪巧克咖啡

De Chocolate Coffee

营业时间每天10:00-22:00
地址: 朝阳区酒仙桥路18号颐堤港349店铺
电话: 8426 0593

歌帝梵

Godiva

营业时间每天11:00-21:00
地址: 朝阳区酒仙桥路18号颐堤港商场1层 151店铺
电话: 8426 0320

茶国

T Republic

营业时间周日至周四9:30-20:00, 周五周六9:30-22:00
地址: 朝阳区酒仙桥路18号颐堤港商场1层 157店铺
电话: 8426 0426

早餐&早午餐 Breakfast and Brunch

金茂威斯汀早午餐

Bubblicious Brunch

地址: 北京朝阳区东三环北路 7号金茂威斯汀大饭店
电话: 5922 8880

金阁周日点心宴

地址: 北京西城区金融街金城坊东街 1号丽思卡尔顿酒店金阁中餐厅
电话: 6601 6666

希尔顿酒店早午餐

地址: 东城区王府井东大街 8号王府井希尔顿酒店预定
电话: 5812 8888转 8411

金融街威斯汀早午餐

地址: 西城区金融大街乙 9号金融街威斯汀大酒店预定
电话: 6629 7810

香溢

Aroma

日式, 印度, 中式, 南亚, 西式美食。
地址: 朝阳区华贸中心建国路甲 83号丽思卡尔顿酒店
电话: 5908 8161

季候风

Monsoon

café式的餐厅, 提供亚洲菜和西餐。工作日中午自助餐 238元, 加 15%服务费。
地址: 西城区金融街 11号洲际酒店
电话: 5852 5916, 5852 5888

单太贝谷面包房

Mrs Shanen's Bagels

地址: 顺义区洗白辛庄开发街 5号
电话: 8046 4301

果园

The Orchard

地址: 顺义区崔各庄乡何各庄村
电话: 6433 6270

德南面包房

South German Bakery

地址: 朝阳区朝阳公园路 1号好运街 27号
电话: 5867 0201

葡萄园儿

Vineyard Café

地址: 东城区五道营胡同 31号
电话: 6402 7961

Zen5es

地址: 朝阳区东三环北路 7号金茂北京威斯汀大饭店
电话: 5922 8880, 5922 8880

贝谷窝

Rug Bagel & Café

地址: 朝阳区朝阳公园南路丽水嘉园4号楼
电话: 8046 4301

吉乐瑞

Wild Honey

地址: 朝阳区东三环中路 7号财富购物中心一层 01-19
电话: 6530 9149

日式料理 Japanese

尚水长廊铁板烧餐厅

Haru Teppanyaki and Sushi Bar

地址: 1) 北京市顺义区天竺开发区荣祥广场 902号, 电话: 8046 5112, 8046 5102; 2) 朝阳区三里屯路 19号三里屯 Village北区 N4-30号

隐泉日本料理

Hatsune

地址: 1) 朝阳区光华路甲 8号和乔大厦 C座二层, 电话: 65813939; 2) 朝阳区三里屯路 19号三里屯 Village南区 8号楼 S8-30, 电话: 6415 3939

欢迎读者推荐适合家庭的指南信息, 请联系 jing_editor@trueruncom

鯨沢亭

Toyo Jazz

每天11点至22点营业

地址：朝阳区酒仙桥路18号颐堤港商场2层258

电话：8426 0599

中餐 Chinese

鼎泰丰

Din Tai Fung

地址：1) 朝阳区新源西里中街 24号，电话：6462 4502；2) 海淀区中关村大街40号当代商城7层，电话：6269 6726；3) 朝阳区建国路87号华贸中心新光天地6层，电话：6533 1536

紫云轩茶事

Green T House

供应点心和素食、肉类、海鲜。与众不同的新式中餐，与众不同的就餐空间。桌椅、灯光、器皿、菜牌、摆设，全部出自主人设计。
地址：北京朝阳区崔各庄乡何各庄村318号
电话：6434 2519

義和雅苑烤鸭坊

XiHeYaYuan Roasted Duck Restaurant

午餐每天11:00-14:30，晚餐17:30-23:30

地址：朝阳区酒仙桥路18号颐堤港商场1层150店铺
电话：8426 0188

至爱餐厅

Devotion

台湾菜。营业时间每天10:00-21:00

地址：朝阳区酒仙桥路18号颐堤港商场2层247店铺
电话：8426 0557

印度Indian

泰姬楼印度餐厅

The Taj Pavillion

在The Beijinger 2011 Restaurant Awards中获“Outstanding Indian”奖。

地址：1) 朝阳区光华东里8号中海广场北楼2楼，电话：6505 5866；2) 朝阳区将台路6号丽都假日饭店3楼(近首都机场路，电话：6436 7678或6437 6688转3811；3) 近郊顺义区天竺镇裕祥路99号欧陆广场内(新国展对面)，电话：8046 3238



恒河印度餐厅

Ganges Indian Restaurant

在The Beijinger 2011 Restaurant Awards中获“Best Indian & Pakistani”奖。

地址：1) 海淀区成府路五道口Ucenter6层，电话：6262 7944；2) 朝阳区东直门外大街28号爱尔兰酒吧2层，电话：6417 0900；3) 朝阳区光华路9号世贸天阶地下1层138A，电话：6587 2999；4) 朝阳区将台路2号海润国际公寓底商5号，电话：5135 8353

健康 Health

医院诊所 Clinics & Hospitals

东方美华医院

AmAsia International Medical Center

注重女性和儿童的健康需要，环境温暖放松。备有目前国际最先进的医疗技术，聘请能够说英语的医师，还提供日语和俄语服务。全天工作。

地址：朝阳区安外大街小关北里218号(奥体中心东)

电话：6496 8888/5151

网址：www.asog-beijing.com

北京美中宜和妇儿医院

Amcare Women's & Children's Hospital

这所新开设的医院关注妇科和儿科。提供外语服务。提供全天预订服务。

营业时间：每天8:00-16:30

地址：1) 朝阳区芳园西路9号；2) 朝阳区将台西路9-9号

电话：6434 2399，800 610 6200

网址：www.amcare.com.cn

北京21世纪医院

Beijing 21st Century Hospital

北京21世纪医院是一家提供全面医疗服务的医疗机构。具有国际经验的医师和护士提供世界级的医疗服务，环境优雅舒适。该院与其他中国、日本的医院还有合作项目，接受国际保险。语言服务：英语，日语，韩语，德语，中文。

营业时间：周一至周五9:00-19:00，周六日9:00-18:00

地址：北京市朝阳区亮马桥路甲40号二十一世纪大厦1-2层

电话：8444 6168 (中/英)，8444 6169 (日/韩)

网址：http://www.21-hospital.com

北京爱尔英智眼科医院

Beijing Aier-Intech Eye Hospital

17年涉外医疗服务经验，33家高端保险机构的直付合作，48家大使馆官员长期就诊。8个专门科室的医疗团队确保您和家人能享受到高品质、全面及时的眼科医疗服务。

营业时间：每天8:30-16:30

地址：朝阳区潘家园南里12号潘家园大厦1，4，5层

电话：8778 9662 (24小时)

邮箱：customerservice@intecheye.com

网址：www.intecheye.com

和美妇儿医院

Beijing HarMoniCare Women and Children's Hospital (HMC)

HMC是PHMI的战略合作伙伴，和Teaching Hospital of Harvard Medical School也有合作。提供产科，妇科，儿科方面的服务。

营业时间：每天8:00-17:00

地址：朝阳区北苑路小关北里甲2号

电话：6499 0000

邮箱：contact@hmcare.org

网址：www.hmcare.net

北京妇产医院

Beijing Obstetrics and Gynecology Hospital

地址：1) 东城区骑河楼17号，营业时间8:00-16:00，电话：6525 0731；2) 朝阳区姚家园路251号，电话：8597 6699

北京和睦家健康中心

Beijing United Family Jianguomen Health & Wellness Center

提供家庭医疗，咨询服务，减压，体检，牙科，放射科和美容服务。

营业时间：周一至周五8:30-12:00,13:00-15:30

地址：朝阳区建国门外大街21号北京国际俱乐部饭店公寓楼地下一层

电话：8532 1678

网址：www.ufh.com.cn

北京和睦家医院

Beijing United Family Hospital

BJU有一个60多人的医疗团队，包括外籍或接受过国际培训的医师和外科医生。服务包括儿科，OB/GYN，牙科，眼科，咨询，ENT，理疗，TCM推拿和皮肤科。

地址：1) 顺义区顺义区天竺房地产开发区日荣祥广场818号，电话：8046 5432，

营业时间：周一至周五9:30-19:30，周六日9:30-16:30；2) 朝阳区亮马桥外交公寓，

电话：5927 7005，营业时间：周一至周五8:30-17:00；3) 朝阳区朝阳区建国门外大街21号国际俱乐部饭店地下1层，电话：8532 1678，

营业时间：周一至周六8:30-15:30；4) 朝阳区将台路2号，电话：5927 7000，

周一至周六8:30-17:30

网址：www.ufh.com.cn

北京和睦家医院顺义诊所

Beijing United Family Shunyi Clinic

营业时间：周一至周四9:30-19:30，周五至周六9:30-16:30

地址：顺义区天竺开发区荣祥广场806号

电话：8046 5432

网址：www.ufh.com.cn

胡宝小屋

Elliott's Corner

为0-12岁的儿童提供语言疗法，职业疗法，物理疗法。是Olivia's Place (上海著名儿科治疗中心)的分所。

营业时间：周一至周五9:00-18:00

地址：朝阳区东四环北路10号瞰都国际2号楼19-05室(东风北桥东北角)

电话：6461 6283

邮箱：jac@oliviaplace.org

网址：www.oliviaplace.org

Global Care

提供全面的医疗服务包括妇科，儿科，产科，牙科，皮肤科，和传统中医。

地址：朝阳区西大望路24号

电话：400 890 0789

北京港澳国际医务诊所

Hong Kong International Medical Clinic, Beijing

北京第一家合资医疗机构，高品质国际管理系统，经验丰富的员工和热情的服务。

营业时间：每天9:00-21:00

地址：朝阳门北大街2号港澳中心瑞士酒店办公楼9层

电话：65532288转2345/6/7，65023426

网址：www.hkclinic.com

北京国际医疗中心

International Medical Center (IMC)

服务包括家庭医疗，心理咨询，牙科，Ob/Gyn，儿科和TCM。同时提供X光检查和超声检查。提供英语，中文，阿拉伯语和俄语服务。

营业时间：全天

地址：朝阳区亮马桥路50号燕莎中心写字楼1层S106

电话：6465 1561/2/3，6465 1384/28

邮箱：markeing@imclinics.com

网址：http://www.imclinics.com/

北京国际救援中心

International SOS

自1989年起，北京国际救援中心九在中国

落户，有一个全热线，一架救援飞机和私家国际化的诊所。ISOS的诊所所有来自十五个国家的医生，语言包括英语、法语、日语、德语、西班牙语、韩语和中文。

营业时间：周一至周五9:00-18:00，周六日9:00-18:00

地址：朝阳区新源里16号珉莎中心一座105室

电话：诊所：6462 9112，24小时热线 6462 9100

邮箱：chinainquiries@internationalsos.com

网址：www.clinicsinchina.com，www.internationalsos.com

验光配镜服务

James Charles Optometrist

营业时间：周一至周六9:00-18:00

地址：朝阳区新源里16号珉莎中心105室

电话：6410 5850，139 1080 0717

网址：www.perfectvision.com.cn

北京玛丽妇婴医院

Marys Hospital for Women and Infants

营业时间：8:00-17:00

地址：朝阳区和平里北街5号(东土城路北口)

电话：6421 6666

网址：http://www.marynet.cn/

北京新世纪国际儿童医院

New Century International Children's Hospital

全天提供英文服务

营业时间：每天8:00-17:00

地址：西城区南礼士路56号(北京儿童医院东门南侧)

电话：6802 5588

网址：www.ncich.com.cn

明德医院

OASIS Healthcare

明德医院是一家私立医院，拥有一支国际化的医疗团队。运用先进的技术手段为患者提供最佳服务。明德服务范围包括家庭医疗，儿科，妇科，普通外科，TCM和牙科。

营业时间：全天急救 周一至周五9:00-18:00，周日8:30-12:30

地址：朝阳区朝阳区酒仙桥北路9号

电话：400 UR OASIS (876 2747)

网址：www.oasishealth.cn

北京协和医院

Peking Union Medical College Hospital

这家公立医院的服务范围包括ENT，内科，儿科，外科，牙科，眼科和OB/GYN。该院大多数医生在海外接受过训练并能讲流利的英文。

营业时间：周一至周五8:00-17:00

地址：东城区王府井帅府园1号(接待外国人的区域在主楼的左后方)

电话：6529 5284

24小时急救热线：6529 5269

网址：www.pumchac.cn

网址：www.zryhy.com.cn

维世达诊所

Vista Medical Center

服务范围包括家庭医疗，OB/GYN，儿科，牙科，眼科，皮肤科，ENT，TCM，理疗。也提供产前/产后护理和婴儿健康检查。

营业时间：全天

地址：朝阳区光华路1号嘉里中心3层

电话：8529 6618

邮箱：vista@vista-china.net

网址：www.vista-china.net

牙医诊所 Dentists

瑞尔齿科

Arrail Dental Clinic

1) 朝阳区建国门外大街19号国际大厦A205, 周一至周四 9:00-17:00, 周五至周日 9:00-17:00, 6500 6472/3; 2) 海淀区科学院南路2号融科资讯中心A座308室; 周一至周四 9:00-17:30; 8286 1956, 24小时: 139 1100 1367; 3) 朝阳区建国路乙118号京汇大厦201室; 周一至周四9:00-18:00, 周五至周日 9:00-17:30; 6567 5670; 4) 朝阳区亮马桥路46号盛捷福景苑1层, 周一至周四9:00-17:30, 周五至周日9:00-17:00; 8440 1926/7/8
网址: www.arrail-dental.com

北京国际SOS齿科

Beijing International SOS Dental, Orthodontics Clinic

营业时间: 周一至周六 9:00-17:00
地址: 朝阳区新源里16号琨莎中心一座105室
电话: 6462 0333
网址: www.clinicinchina.com

北京和睦家医院顺义牙科诊所

Beijing United Family Shunyi Dental Clinic

营业时间: 周一至周四 9:00-19:20, 周五六 9:00-17:30
地址: 顺义区天竺开发区荣祥广场818
电话: 8046 1102
网址: www.ufh.com.cn

IDC国际齿科中心

IDC Dental

营业时间: 每天 9:00-18:00
地址: 朝阳区芳园南里9号院7号楼209室
电话: 6538 8111
邮箱: info@idcdentalbj.com
网址: www.idcdentalbj.com

北京国际医疗中心牙科诊所

IMC Dental Clinic

营业时间: 周一至周六 9:00-17:00
地址: 朝阳区亮马桥路50号燕莎中心写字楼1层S111
电话: 6465 1384, 6465 1328
邮箱: marketing@imclinc.com

久汇齿科

Joinway Dental Clinic

营业时间: 周一至周六 9:00-18:00
地址: 东城区东直门外大街48号银座大厦D座11D
电话: 8447 6092/93, 132 6181 6708/139 0109 6692 (英文)
邮箱: joinway@dentalcn.com
网址: www.dentalcn.com

五月花口腔诊所

May Flower Dental

地址: 1) 朝阳区建国门外大街国贸写字楼2座3层03-06, 电话: 6505 8033; 2) 西城区金融大街28号盈泰中心2号楼3层; 电话: 6657 8833
邮箱: info@mayflowerdental.com.cn
网址: www.mayflowerdental.com.cn

明德牙科诊所

OASIS Dental Clinic

营业时间: 周一至周六 6:00-21:00
地址: 朝阳区酒仙桥北路9号
电话: 5985 0305

固瑞齿科

SDM Dental

1) 朝阳区安立路68号阳光大厦东侧底商; 6497 2173, 6498 2173; 每天9:00-20:00; 2) 朝

阳区建国门外大街1号国贸商场地下2层 NB210; 6505 9439; 3) 朝阳区亮马桥路40号二十一世纪饭店FC222; 6466 4814, 6461 2745; 每天9:00-20:00; 4) 顺义区天竺镇裕翔路99号欧陆广场LB107; 8046 6084; 5) 海淀区远大路22号11号楼106室 (金源时代购物中心斜对面); 8859 6912/13; 每天9:00-20:00;
网址: www.sdm dental.com

购物及其他 Retail & Others

艾克爱尔

IQAir

来自瑞士的国际智能空气领域的高端品牌。其空气净化产品一直是空气国际上净化器方面的旗舰产品。

地址: 1) 北京总公司: 朝阳区霄云路36号国航大厦1801-1803室, 电话: 8447 5800, 传真: 8447 5077, 营业时间: 9:00-18:00; 2) 北京金融街购物中心: 西城区金城坊街2号金融街购物中心四层417, 电话: 6622 0179, 营业时间: 10:00-21:00; 3) 北京新光天地: 朝阳区建国路87号新光天地5层生活家电区, 电话: 5738 2401, 营业时间: 10:00-22:00; 4) 北京赛特购物中心: 朝阳区建国门外大街22号赛特购物中心地下二层, 电话: 188 1020 5987, 营业时间: 10:00-22:00; 5) 北京燕莎友谊商城: 朝阳区亮马桥路52号燕莎友谊商城五层, 电话: 158 0136 1601, 营业时间: 10:00-22:00; 6) 北京顺义展厅: 顺义区天竺镇裕翔路99号欧陆广场4层, 电话: 6457 1922, 传真: 8046 1260, 营业时间: 10:00-21:00; 7) 北京百盛复兴门店: 复兴门内大街101号6层家电部, 电话: 157 1286 8485, 营业时间: 10:00-20:00; 8) 北京百盛太阳宫店: 朝阳区七圣中街12号院1号楼B1生活家电区, 电话: 157 1286 8454, 营业时间: 10:00-22:00; 9) 北京金源燕莎店: 北京市海淀区远大路1号金源新燕莎Mall地下一层, 电话: 157 1286 9044, 营业时间: 10:00-22:00; 10) 0021: 00周一-周四, 10:00-22:00周五-周六

别墅生活方式

Villa Lifestyles

经营专业BBQ烤炉及工具、灭蚊磁、蹦蹦床、游戏组合、空气净化器等。
地址: 顺义区天竺镇裕翔路99号欧陆广场4层
电话: 8046 1260, 6457 1922,
电邮: info@villalifestyles.cn
网址: www.villalifestyles.cn

那都乐

Naturino

意大利法尔卡公司享誉全球的著名童鞋品牌。Naturino于1974年诞生在意大利最重要的皮鞋生产地区。30年来, 那都乐致力于健康、舒适为理念的精品童鞋的设计与生产。

地址: 1) 朝阳区北京办公室: 酒仙桥路甲10号星城国际大厦A座7H; 2) 朝阳区东四环南路9号燕莎奥特莱斯购物中心2层; 3) 海淀区北三环西路23号双安商场5层; 4) 海淀区复兴路33号翠微百货5层; 5) 朝阳区中关村路40号当代商城; 6) 朝阳区建国路87号新光天地5层; 7) 朝阳区亮马桥路52号北京燕莎友谊商城6层; 8) 海淀区花园东路2号北京金源燕莎购物中心4层; 9) 顺义区天竺房地产开发区荣祥广场; 10) 朝阳区建国门外大街北京赛特购物中心5层
电话: 8456 0710

欢迎读者推荐适合家庭的指南信息, 请联系 jing_editor@truerun.com

国际宝贝

Baby International

地址: 朝阳区东大桥路8号尚都SOHO北塔3楼2371
店铺电话: 5900 1476
电邮: info@baby-international.com
网址: www.baby-international.com

洋洋宝宝店

Counting Sheep Children's Boutique

地址: 朝阳区工体北路17号 (工体北门对面)
电话: 6417 7622
电邮: ask@countingsheepboutique.com
网址: www.countingsheepboutique.com

Beijing Torana Clean Air Center

地址: 1) 顺义区天竺镇花梨坎村南“荣祥广场”308室; 2) 顺义区天竺镇裕翔路99号欧陆广场L1-110
电话: 8459 0785
网址: www.toranacleanair.com/index.html

侨福芳草地

Parkview Green

位于北京中央商务区, 结合购物、美食及艺术。
地址: 朝阳区东大桥路9号 电话: 6500 5511
网址: www.parkviewgreen.com

瑞玛

Eima

来自北欧的高档儿童户外服装品牌。
地址: 1) 海淀区海淀区五棵松卓展购物中心四4层, 电话: 8819 8094; 2) 朝阳区建国门外大街22号赛特购物中心5层, 电话: 6512 4488转6506
网址: www.reima.com

颐堤港

Indigo

结合商场潮流购物、大型超市、电影院、精彩食尚等业态。
地址: 朝阳区酒仙桥路18号商场热线: 8426 0898
网址: www.indigobeijing.com

蓝色港湾国际商城

Solana

综合购物中心集中购物、美食、影院等。

地址: 朝阳区朝阳公园路6号蓝色港湾
电话: 5905 6663
网址: www.solana.com.cn

家庭摄影 Photography Studios & Services

美国乐童万色儿童摄影机构

Littleones Kids & Family Portrait Studio

地址: 朝阳区朝阳北路天鹅湾南区16号楼2203
电话: 8577 9987
网址: www.littleones.com.cn
电邮: service@littleones.com.cn

大米熊国际儿童摄影

Mishka Family Photography

地址: 1) 朝阳区双井桥富力城C3; 2) 朝阳区广顺南大街嘉美中心1910
电话: 8476 3264
网址: www.mishka.pro/www.mishka.cn
电邮: maxim@mishka.pro

小小世界专业摄影

Small World Photo Studio

地址: 顺义区天竺镇裕翔路99号欧陆广场五层509-510
电话: 8476 1603, 138 1160 2673
网址: www.smallworldkidsland.com

花开摄影机构

The Bloom Family Photography

地址: 西城区新街口外大街6号 (北京师范大学东门马路对面)
电话: 6202 7745, 155 1061 6900
网址: www.BloomPic.com
电邮: hello@bloompic.com

旋转木马儿童摄影

Merry-Go-Round Studio

地址: 北京市朝阳区东三环双井东柏街9号院天之骄子6-1-502室
电话: 8775 1848 (24小时)
网址: www.xzmmstudio.com
电邮: xzmmbj@163.com

想事儿摄影工作室

Imagine Photography Studio

地址: 顺义区荣祥广场503号
电话: 8472 7478
网址: www.imaginestudio.cn
电邮: imaginephotographystudio@yahoo.com



我的另一半相信完全不同的父母之道！

What to Do When Your Spouse Has a Different Parenting Style

文: Kathryn Tonges 译: 竞波

如果我的另一半相信完全不同的父母之道，应该怎么办？我们的分歧会不会对孩子带来负面影响？还有，我的另一半认为做父母不用学，自然就会，而我想学习，怎么办？

这些问题在我开办的每一个培训班上都会被家长们提到。当父母一方开始尝试与子女交流的更有效的方法时，另一方会感到不适应。这种改变会让另一方觉得，现有的，或者从小接受的方式，正在受到威胁或批评。他们会说：“我就是这么长大的，不也挺好吗？”这不奇怪，当你挚爱的另一半开始改变时，不适应是很自然的。

那么，父母双方如何做到既互相支持进步又不让另一方感到受冲击或被强迫去改变呢？其中的道理可以形象地解释为，我们可以引导马来到水边，但不能强迫它喝水。

最理想的情况当然是父母双方达到共识。现实是，我们是有不同需要和不同价值观的个体。父母们被告知他们一定要形成一个联合阵线。但这样违背个人意愿形成的假象，会被孩子们很快地识破。

如果你既想接受与另一半不同的现实，又想对她/他的父母之道有积极的影响，以下是一些可供参考的建议：

1、选择两个人都很放松愉快的时间，平静而关注地讨论各自作为父母想达到的目标。真正地倾听对方，而不要只想着如何马上反驳。

2、以身作则。你的另一半会看到你和孩子之间的积极互动。

3、如果你刚起步，还在学习新的方式：

A：与另一半解释你选择培训班的原因。分享你想尽最大努力当好家长，但因为刚刚开始学习，需要很多支持。而且，你这么是因为非常爱对方，非常爱孩子。

B：与已到青少年阶段的子女讨论。

C：鼓励另一半和青少年阶段的子女阅读关于父母培训的书籍。如果另一半总在出差，可以听磁带，或者一家人一起听。

4、如果孩子想利用父母之间的不同意见达到自己的目的，为了表示对另一半的支持，你可以告诉孩子：“我对你这样做没有意见，但是爸爸/妈妈会有看法，他/她的感受对我很重要，所以你最好换个做法。”接下来你可以协助孩子找到解决办法。

关于孩子应该如何成长的看法以及我们的价值观，决定了我们将选择什么样的父母之



Kathryn Tonges

Kathryn Tonges（澳大利亚）现居北京，教师，父母培训专家，beijingkids 杂志顾问团成员，曾合著 'Slurping Soup and Other Confusions: True Stories and Activities to help Third Culture Kids During Transition' 一书。

道。如果没有花时间进行这些思考，那么上一代传下来的，社会上流行的观念，会潜移默化地在客观上主宰我们的行为。这是我们想要的吗？表面上看起来是自然形成的观念其实也是“学到的”，需要不断分析以及改进。

在讨论不同的父母之道时，从以下两个问题出发会很有帮助：

- 1，我希望孩子成人后会有什么样的品质？
- 2，我认为好的父母具有的重要品质是什么？

父母双方可以先各自写下答案，然后互相讨论。你们会吃惊地发现答案是多么地相似。

下一步，接着两个重要的问题：

- 1，我现在遵循的父母之道能不能为孩子和我自己培养出这些品质？
- 2，我希望在哪些方面有所改变？

父母们时常惧怕失去对孩子的控制，于是用权威和惩罚来加强管理。依赖控制的父母之道早晚会引起孩子的反抗。同样的，用类似方式来改变另一半，也会促使对方进行自我辩解并产生抗拒。与其用负面的絮叨压迫对方，不如以身作则，成为另一半的顾问，利用正能量来促进改变。

IQAir空气净化器新品上市

更静音 – 噪音降低32%

更大洁净空气输出量 – 洁净空气增加25%

更长滤芯使用寿命 – 滤芯使用寿命提高38%



洁净空气输出量增加25%

各档风速洁净空气输出量平均增加15% – 最大风档全速运转时增加高达25%

洁净空气输出量增加25%

IQAir新款净化器采用了所有室内空气净化器中最强劲的风扇，带来前所未有的空气净化效能。全新的立体优化设计运用了瑞士最先进的气体动力学原理，能极大提高输风量，并有效降低噪音。通过进一步改进HyperHEPA滤芯介质的打褶设计，我们成功地将其吸附能力提升了38%。这将有效地增大空气流量，同时延长其使用寿命 – 当然，更高的效能也意味着更大的节省您更换滤芯的开支。

新型风扇 IQAir新型红色标签风扇拥有同级别风扇中最出色的性能。优化的三维设计充分利用空气动力学原理，使能量转换成更大的空气流量，并且使噪音降到最低。IQAir系统一直采用最高质量的风扇马达。该风扇的最大风量可达到惊人的1325 m³/h。



噪音降低32%

各档风速下噪音平均降低32%。IQAir有史以来最安静的空气净化器

更多的洁净空气，更低的噪音

IQAir新款净化器风扇运转时噪音平均降低了32%，但滤芯的使用寿命和净化效能将一如既往的优秀。您现在可以在更安静的环境中享受洁净、健康的空气。我们的“风扇中置”设计将风扇马达安装在隔音降噪的滤芯中间。其双层外壳设计可以有效地降低声音传播。橡胶阻隔软垫有效阻止马达震动传导至空气净化器的外壳。内置的EvenFlow扩散器可以将噪音反射回机器，并将低扰动和低流速气流输送至您的房间。测试结果验证，IQAir新款产品在所有产品中具有最好的静音效果。

滤芯使用寿命提高38%

新技术的应用延长了首层滤芯（20%）和HyperHEPA®滤芯（38%）的使用寿命

滤芯使用寿命提高38%

IQAir的新款空气净化器采用了室内空气净化器中所使用的最先进的滤芯介质打褶设计。该技术不仅能提高空气流量，同时能将PreMax滤芯吸附、承载颗粒物的能力提高20%，将独有的HyperHEPA滤芯吸附、承载超细颗粒物的能力提高38%。这将为您节省大笔开支，并有效降低更换滤芯的频率。



对≥0.3微米的颗粒物保证99.97%的净化效能，持久保持净化效能不下降。

纯正瑞士品质! IQAir® 占据着世界室内空气净化领域的领军地位!



来自瑞士的空气净化器

2013 新年快乐



2011, 2007年IQAir® HealthPro® 250荣获美国消费者文摘“最佳产品”殊荣



100%无臭氧认证



IQAir®是美国肺脏协会在空气净化领域的长期合作伙伴



扫描二维码
感触品质生活,
分享健康呼吸...

Health Pro 250  瑞士制造
始于1963年

 **400-6501266**

欢迎致电预约免费室内空气质量检测
www.iqair-china.com

 **IQAir®** 中国



e.weibo.com/iqair

总公司
Tel: 010 8447 5800
北京市朝阳区霄云路36号国航大厦1801-1803室
金融街购物中心展厅
北京市西城区金城坊街2号金融街购物中心四层417
百盛复兴门展厅
北京市复兴门内大街101号6层家电部

新光天地展厅
北京市朝阳区建国路87号新光天地5层生活家电区
燕莎友谊商城展厅
北京市朝阳区亮马桥路52号燕莎友谊商城五层
百盛太阳宫展厅
北京市朝阳区七圣中街12号院1号楼B1生活家电区

赛特购物中心展厅
北京市朝阳区建国门外大街22号赛特购物中心地下二层
金源燕莎展厅
北京市海淀区远大路1号金源新燕莎Mall地下一层
欧陆广场展厅
北京市顺义区天竺镇裕翔路99号欧陆广场地下一层