

菁
jingkids

国际教育·家庭生活·都市资讯

WOMEN

OF CHINA

随刊赠送, 免费发行

十二月刊 2014

你的孩子输过吗?

Let Your Kids Lose

封面故事

在舞台上成长

Growing on the Stage



《菁kids上海》诞生啦!

享誉京城高端家庭社区的
《菁kids》现已进军上海!

关注魔都国际教育潮流，
传播时尚家庭生活、交流摩登
亲子育儿理念

还有火热筹备中的《菁
kids上海择校指南》

不一样的故事，

一样的精彩!

记得把我们推荐
给您的上海朋友喔!



市场合作

010-59413140

marketing@truerun.com

ivywang@truerun.com

编辑信箱

editor.sh@jingkids.com



北京乐成国际学校(BCIS) 2014-2015学年奖学金计划

为了让更多希望接受国际教育的中学生不出国门就有机会接受严谨而个性化的国际课程教育,从建校开始,北京乐成国际学校就为在京的中外学生提供奖学金计划。到目前为止,共有来自10多个国家的50名中学生因为全面卓越的发展或是具有特殊才学分别接受了学校从百分之二十五到百分之百的奖学金奖励。

如今这些学生中的许多位已前往世界各国的大学继续深造,这些大学包括:纽约大学,哈佛大学,芝加哥大学,加州大学伯克利分校,帝国理工学院,伦敦政治经济学院,波莫纳大学等。由于他们出色的中学学业表现,这些学生往往能够得到大学继续为他们提供的多样化的奖学金。

几年前,我选择来到北京乐成国际学校(BCIS)。后来,我选择走进劳伦斯大学继续深造。毕业后,我决定迈进LinkedIn公司的大门。回顾这些年,我所做出的决定都源于我的选择偏好——我喜欢规模不大但凝聚力强,社区成员间亲密无间的社区。BCIS正是这样一个社区,师生关系密切,同窗友谊深厚,我从学校能得到更多的关注和支持;在BCIS这个温暖的小社区里在这里,我受到了真正的个性化教育。

在BCIS打下的良好基础让我考入了梦寐以求的大学——劳伦斯大学。大学毕业时,我获得了数学/计算机科学与心理学双学士学位。BCIS和劳伦斯大学赋予我一片自由翱翔的天空,激励我追逐梦想;而这些可能是在其他学校无法收获的。

回首在BCIS大学预科学习的时光,确实充满挑战,我和同学们都无比紧张。但是,BCIS的老师给我上了一堂重要的人生课——这节课在不断地影响着我。BCIS告诉我:要自信,要开放思想;要独立思考,批判性地看待问题。荣获BCIS奖学金,在BCIS生活学习是我人生最正确的选择之一,也是我一段无比珍贵的人生经历。

Scholarship Program



请扫描二维码,或搜索“乐成教育BCIS”关注北京乐成国际学校公众平台服务号。

2014-2015学年奖学金计划仍然接受申请。

Main Campus:

北京乐成国际学校联系方式:
Tel: +86 10 8771 7171 ext 5008. Fax: +86 10 8771 7778
Email: admissions@bcis.cn. Web: www.bcis.cn
No.77 Baiziwang Nan Er Road, Chaoyang District, Beijing 100022, P.R. China
地址:北京市朝阳区百子湾南2路77号, 100022

ECC Campus:

北京乐成国际学校幼儿园联系方式:
Tel: +86 10 6770 0766
No.11 Dongbai Street, Chaoyang District, Beijing 100022, PR China
北京乐成国际学校幼儿园校区朝阳区东柏街11号



目录 CONTENTS

十二月刊 2014

07 编者按

Editor's Note



社区热点

08 活动备忘录

Events

14 社区热点

Noticeboard

76 简报

The Circuit

56

分类信息

Directory



18

在舞台上成长

Growing on the Stage

20 孩子们的第二课堂

Learning through Performance

22 中西交汇，爱乐并存

When East Meets West in the Performing Arts

24 走近鼎石表演艺术中心

Keystone's Performing Arts Center

26 市中心的文化传播站

A Cultural Hub in Downtown Beijing

28 上一次台胜过台下练半年

Performing on Stage is Worth a Million Rehearsals



话题

17 你的孩子输过吗?

Let Your Kids Lose

30 温暖至心，行动始手

A Simple Gesture Can Touch the Heart

34 节日远离“甜蜜”的陷阱

Keeping Away From Sweets

36 全家齐上阵搞定圣诞节

The Holidays are all about Family

40 造物神奇，手是主力

The Wonder of Creativity Coming from Handiwork

教育

学贯中西

Talk About Curriculum

46 从美国中学历史课想到的

Teaching History: the Chinese vs. American Methods



未来艺术家

Blank Canvas

74 来自润初美学的学生艺术作品展

Students Art Work from RCKIDS

70

杂志免费取阅点

Distribution



美食娱乐

摄影师专栏

Family Photography

13 宝贝相片

Baby Photos

16 巧妙装点家庭合影

Family Photo tips

烹饪厨房

Cooking

42 孩子的节日菜谱

Holiday Dishes Made by Kids

家庭聚餐

Dining Out

48 美味到家

Delicious Deliveries

看世界

Family Travel

50 黄豆儿的西游记

Our Family Trip to Spain

在海外

A Postcard From...

47 在瑞士上小学

Inside a Swiss Primary School



为人父母

55 今天你纠错了吗?

Learning from Mistakes

80 中国太太的客厅

The Disappearing Art of Hosting Parties at Home



本期封面模特:

左: 张珍僖, 汇佳幼儿园园展园K4A班, 家庭成员有爸爸、妈妈和弟弟。

右: 匡音怡, 育翔小学四年级学生, 在Beijing Playhouse 2014圣诞话剧《Robin Hood》中饰演主要角色

摄影: Mishka大米熊高端家庭摄影

场地鸣谢: 北京加拿大国际学校

封面服装鸣谢: 音琴美诗艺术生活中心

WOMEN OF CHINA



《中国妇女》英文刊 2014年12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 24, 2014

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:2014年11月24日

Adviser 顾问 彭珮云 PENG PEIYUN
全国人大常委会前副委员长
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 in Shanghai Eya Li
Senior Editor Que Yue
Editor Abby Wang
Editorial Assistant Cherry Dong
Contributing Writers Luo Xuehui, Shui Wenlu, Wangjing, Shandandan, Huanglouma, lulu, Zhu A'Man, Xin Qiao

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 010-5941 0368 (0)72777879

Printing 印刷 TOPPAN LEEFUNG CHANGCHENG PRINTING (BEIJING) CO., LTD.
北京利丰雅高长城印刷有限公司

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

2015

beijingkids & 菁kids 北京国际学校博览会

1月24日-25日

北京嘉里大酒店3层多功能训练坊

周六日精彩两场
不容错过!

Beijing's essential international family resource

beijingkids

beijing-kids.com

 beijingkids
weibo.com/beijingkids

菁
jingkids

jingkids.com

 菁kids杂志
weibo.com/jingzazhi

明年一月，
盛大回归!

更多活动详情，敬请关注
jingkids.com网站
和官方社交媒体账号



KERRY HOTEL
Beijing
北京嘉里大酒店





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：010-5779 8877

Advertising Hotline/广告热线：010-5941 0368/69/72/77/78/79

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

Executive Publisher 执行出版人 吴竞波 Jingbo Wu
Managing Editor in Shanghai 上海版主编 李佳 Elva Li
Senior Editor 资深编辑 阙玥 Que Yue
Editor 编辑 王蕾 Abby Wang
Editorial Assistant 编辑助理 董一璠 Cherry Dong
Contributors 撰稿人 罗雪挥、水纹路、王镜、山丹丹、朱阿蛮、黄豆妈、心桥、阿朵、lulu

Art Director 艺术总监 罗肃 Susu Luo
Art Designer 设计 贺娟娟 Helen He
Production Manager 制作部经理 郭挺 Joey Guo
Photographers 摄影师 隋思聪 Sui, 马思伦 Mitchell Pe Masilun, 刘明彻 Ken
Advertising Designer 广告设计 贾静 Yuki Jia

Sales 销售部 王丹 Ivy Wang (经理), 胡晓娜 Sheena Hu,
张舜茹 Maggie Zhang, 张莎莎 Sasha Zhang, 刘潜 Winter Liu, 徐佳 Emma Xu,
罗艺 Luo Yi, 唐奥 Tang Ao, 吴瑾 Veronica Wu
Marketing & Distribution 市场发行部 张萌 Shana Zhang (经理), 杨晓彬 Victoria Yang, 刘佳 Liu Jia, 凌曦 Ling Xi,
赵原君 Shane Zhao

IT 技术支持 严文 Yan Wen . 艾尔威 Arvi Lefvere
Finance 财务部 赵蕊 Judy Zhao, 刘孟雅 Liu Mengya
HR & Admin 人事部 罗永宝 Tobal Loyola . 何思玉 Siyu He . 曹箐 Cao Zheng . 赵凤娟 Zhao Fengjuan

Editorial 编辑部 jing_editor@truerun.com
Advertising 广告部 010-5941 0368/69/72/77/78/79, sales@truerun.com
Marketing 市场部 marketing@truerun.com
Distribution 发行部 010-5941 5387, distribution@truerun.com

Website 官方网站 www.jingkids.com
 www.issuu.com/jingkids



扫描左侧二维码，关注“菁kids杂志”公众微信；新浪官方微博@菁kids杂志



一扇通向自由的大门

The Gateway to Freedom

最近我家孩儿爹在淘宝上买了个节拍器，每天拿着吉他1234，2234练个不停，每逢重拍这个节拍器还会发出“铛”的一声铃响，以至于在厨房忙活的我老以为是微波炉里的东西热好了。两岁半的小家伙好奇地围在爸爸旁边，一会儿摸摸吉他，一会儿跟着节拍器拍着小手，赶上她高兴还会把她在幼儿园学的歌谣用节拍器的拍子念叨一遍。爸爸使坏把节拍器调得老快，小家伙说得气不接下气，最后赶不上拍子了就和爸爸笑作一团。这样的笑声时常让我反思自己。

小家伙正在经历terrible two，当妈的脾气也见长，以至于孩儿爹说我是terrible too，真是气人。前几天从外面回来，小家伙非要在地下车库玩滑板车，拉不走她又眼见有车开过来，我立即热血上头扬言要打她屁股，随后又指责在一旁不作为的孩儿爹“你看别人家的爸爸是怎么围着孩子转的！”那一刻，真是负能量爆棚。

对于这些没影儿的指责，孩儿爹一贯不和我计较，只是每当我为孩子的一点小事纠结的时候，他会说：你是什么样的最重要！曾经看到有人说“母爱不是人性的，是动物性的，只有智慧的母爱具有人性。”我最近时常琢磨母爱这个事。大学刚毕业那会儿，觉得日后应该当全职主妇，把“带孩子”当人生头等大事，现在回想，不过是刚从学校走向社会时的迷茫，“母爱”成了一种逃避的最佳言辞，和“母爱”这个说辞并列的还有“开咖啡馆”和“在家写小说”这两个，总之就是不用上班都极好的！

自从知道有了孩子那天起，像所有新手妈妈一样，我像着了魔了一样搜索各种妈妈经教育经，可人的时间是有限的，后来我发现，除了琢磨“教育”孩子的那点事儿，我已经很久没有为自己好好读一本书，踏踏实实看完一部电影了。先不说取到的各类妈妈经是否科学有用，这个过程中原本属于自己的良性循环就已经被打乱了，还好我及时意识到这一点，怀孕期间就完成了从谨小慎微到大大咧咧的转变。该喝咖啡还继续喝，因为不喝我的心情会低落；孩子快出生时候搬了一次家，我还帮着大包小包地搬东西，最神勇的是一个人挺着大肚子从宜家搬回一个一米八宽的单人床褥！小家伙生出来之后，13天我就在小区里溜达了，没出月子就偷偷溜出去跨越大半个城区去看演唱会，还没到产假结束我就急吼吼的去上班了。产后抑郁这事压根不见踪影，之前焦虑担心的各种事没有一件发生的。

既然没吃什么苦，也实在不好意思晒什么母爱鸡汤，在当妈这件事上，我倒是欣赏王菲很早前接受电视台采访时的态度，“我的母亲生了我，我再养育我自己的孩子，这不是再正常不过的事儿吗。”这种自然而然的心态，在这个习惯于拔高母爱甚至妖魔化母爱的时代显得格外真诚。

这期杂志的主题是学校里的大舞台，或许由于毕业于戏剧学院，我对舞台的敏感度格外高。我至今还记得第一次公开演出时双手冒汗脑袋发晕的感觉，十八九岁才开始第一次舞台体验实在是太晚了，从小没有建立起对舞台的自信心，长大之后再刻意的培养，收获的也只是模仿和皮毛。回想一下班级里能把自己解放天性全身投入舞台的同学：有的来自于演员世家，从小在剧团的幕布下长大，在练功房里摸爬滚打地长大；有的自小学习京剧，走路的姿势永远昂首挺胸，一上台更是如鱼得水。由于年代的原因，在我的同龄人周围，只有极小部分的人有幸在幼年时能沐浴到一丝舞台的光，这一线光或许并不耀眼，但它能为我们打开一扇门，一扇通往更自由自我的大门。

当了妈妈之后，老实说，我对看到的舞台表演是十分失望的。记得去年被邀请到某个幼儿园观看毕业演出，演出是在幼儿园的操场上举行的，天气很热，孩子们为了表演都穿着白色的长袖衬衫，过于夸张的红脸蛋和嘴唇被汗水打湿行成一道脏乎乎的印记。表演的曲目是《感恩的心》，主题是感谢老师的培养，孩子们被要求做着整齐划一的动作，毫无生气。我实在不知道在骄阳下让孩子们做这样的演出到底是在“感恩”什么。这一次，随着菁kids走访各个学校的舞台，让我唏嘘的不仅是设备和规模，更是孩子们可以在舞台上自由发挥的尺度，我的同事在去观看了乐成国际学校的一次校园偶像比赛的彩排回来也念叨：“那个punk范儿的女主唱帅极了”。王府学校年轻的舞蹈老师也感慨“孩子们胆子真大，独舞是舞蹈里最难的，没两把刷子根本不敢上台跳，包括现在让我自己去跳都会发怵，可经常能在学校的一台演出里看到两个独舞节目，还都是满堂彩！”

在我写这篇文章的时候，孩儿爹正在去上数学课，他最近又重新对微积分有了兴趣，正好跟工作沾边，公司便为他报名了周末的课程，连续几周都上得津津有味。“你是什么样的最重要！”嗯，现在我也要捡起多年不弹的钢琴，重新打开599了。

阎玥

阎玥
资深编辑



活动备忘录 EVENTS

您有适合亲子参与的精彩活动想发布在《青kids》的活动备忘录上吗？赶快联系我们吧！
电邮：jing_editor@126.com，
微博@青kids杂志，微信：青kids杂志



多媒体音乐戏剧《天使桃乐西》

这是一个漂亮、爱做梦女孩儿的一段惊险奇妙之旅，让我们跟随天使桃乐西一起走进奥兹城堡，收获智慧、勇气和爱。许许多多的明星爸妈带着宝贝们携手走进剧场，演员小陶虹推荐说“全剧洋溢着现代时尚、温暖治愈，俏皮有爱的气息，特别适合陪着宝宝一起观看，共享这段奇幻的旅程。”

时间：11.15-1.8

地点：枫蓝国际小剧场

价格：100/150/180/320

英国TNT剧院原版《哈姆雷特》

《哈姆雷特》创作于1601年，是英国文艺复兴时期文学创作的巅峰，代表了莎士比亚戏剧的最高成就。《哈姆雷特》并行交叉的复杂情节，广阔的社会场景，尤其是对主人公内心冲突的深刻描写生动丰富地展示了宏伟壮丽的人生画面，而“生存还是毁灭”、“人是万物的灵长”等独白更成为文学史上的经典。

时间：11.26-11.28 19:30

地点：北京9剧场

价格：60/120/180/280/380

法国形体戏剧《纸人卡夫的英雄梦想》

静谧的舞台走过牵着长长纸张的舞者，这张纸在他们手中展开、折叠、翻转、幻化出一个神奇的生命，他是kraft，德语中的“牛皮纸”，他更是Krafff，一个倔强好胜又充满好奇心的纸人！这个新的生命对身边的一切都充满兴趣。他的目光与舞台不远处的一位舞者相遇了。他们彼此打量、观察、试探、靠近，徐徐展开一段独一无二的双人舞。

时间：11.26-11.27 19:30

地点：国家大剧院小剧场

价格：120/160/200

3e圣诞集市

每年的3e圣诞集市不仅是一次购物的活动，更是一场欢庆圣诞的家庭派对！很多特色商品聚集于此，您一定可以为家人和朋友挑选到中意的圣诞礼物。购物的同时，还可以和孩子一起参加各类家庭游戏和活动，孩子们也有机会亲手制作圣诞贺卡和礼品。另外，参加幸运抽奖更为您带来意想不到的惊喜！

时间：11.29 10:00-12:00

地点：将台西路9-1

3e国际学校

价格：免费

电话：010-6437 3344



德威圣诞节

快与德威北京社区一起参加盛大的晚会欢庆圣诞节吧！每年的圣诞表演都是全年亮点。一起来一杯热巧克力或红酒，欣赏师生为圣诞节特别排练的表演。之后还有其他的活动，如与圣诞老人互动，小朋友们还可以参加艺术及手工活动，现场更有圣诞主题商品售卖（食品、儿童圣诞书籍、圣诞袜等）！

时间：12.10 17:00

地点：丽京花园校区

纪念塞缪尔·贝克特话剧《等待·戈多》

当我们谈论《等待戈多》时我们谈论什么？荒诞派、现代主义、先锋戏剧……《等待戈多》被赋予了太多名义。“等待戈多”是两个词，《等待戈多》讲了两样东西。“等待”关乎时间，关乎我们生命的状态。“戈多”关乎我们因何而活，或者为什么去死。因此“等待”与“戈多”归结于生死。这次将以全新的解读排演《等待戈多》，将《等待戈多》拆成“等待”和“戈多”，重构这出戏剧。

时间：12.3-12.10

地点：东宫影剧院

价格：40/120/180/198/188/448

oransi
奥兰希

国际顶尖空气净化器品牌

美国制造  原装进口

Oransi系列空气净化器专为中国室内环境而打造

为了保证您和家人尽可能地呼吸最干净的空气

奥兰希是您最自信和最安全的选择！



由美国知名生物工程大学Clemson University 和医生将奥兰希排名第一

CADR 值达权威机构美国国家电制造商协会ANSI/AHAM标准的上线值

有效净化PM2.5、微尘、花粉、病毒、甲醛、苯、VOCs、烟气、异味、臭氧等



California Environmental Protection Agency
Air Resources Board



True HEPA/GAC Carbon医用级滤网



4-40倍的大量致密过滤介质



使用定制德国一流EC电机



节能省电达90%



风阻小吸附力强，输出更多洁净空气



超长使用寿命



更安静，更可靠



不产生臭氧

联系方式：
Oransi LLC
奥兰希（北京）国际商贸有限公司
地址：北京市朝阳区建国路乙118号京汇大厦3层
电话：400-665-9677
<http://www.oransi.cn> info@oransi.cn



微信号：oransichina



活动备忘录 EVENTS



Beijing Playhouse 圣诞话剧《Robin Hood》

这是一个不同于你所听到过的侠盗罗宾汉的故事。Beijing Playhouse此次重新演绎，孩子们在台上展现全英文对白下的古老话剧。届临圣诞之际，特别为家长们及小朋友们奉献演出，跟随着罗宾汉一起畅游世界，惩善除恶。

时间：12.5-12.21 工作日 19:30 /周末 14:00

地点：奥林匹克体育运动中心

适合年龄：6+

价格：260

电话：010-6538 4716

《听·见风之谷》久石让·宫崎骏动漫视听音乐会

这场音乐会不仅为演奏而演奏，音乐会分为上下半场。开场的《风之通道》带领大家进入“风之谷”的世界，而随后的龙猫、天空之城组曲等众多耳熟能详的经典曲目更是通过精心的全新编排让您领略到不大一样的新鲜感受，让一首首熟悉的旋律陪您度过一个温暖、悠扬、感动与回忆的初冬下午。

时间：12.6 15:00

地点：中国儿童中心

价格：

80/120/180/280/320/380

2014百老汇音乐剧《音乐之声》

《音乐之声》这部经典的百老汇音乐剧，1959年于美国纽约首演，有着近60年的历史。1965年，《音乐之声》电影被颁上银幕，片中故事和音乐为世人所熟知。正如音乐剧导演所说，“你在一天内可以看很多遍《音乐之声》的DVD，但你感觉不到舞台上的独特魅力。因为胶片是不会有变化的，但舞台演出每天都会不一样。每一个动作、每一句唱词，都会有惊喜。”

时间：12.10-12.14

地点：北京展览馆剧场

价格：280/380/480/580/680/880/1000/1080/1500

第九届中国北京国际文化创意产业博览会

汇集国内外优秀的文化创意产业的组织机构、企事业单位，从文化创意产业集聚区、广播电影电视、新闻出版和版权贸易、设计创意、文物与博物馆、动漫游戏、旅游商品与文化旅游景区、体育产业、画廊与艺术品、创意礼品、城市雕塑等方面进行全方位展示。

时间：12.11-12.14

地点：中国国际展览中心



SIBS冬日秀 Winter Show

圣诞之季，君诚学校拉开了第四届冬日秀的序幕。包括音乐剧、英文舞台剧、合唱、小提琴、芭蕾舞、爵士拐棍儿舞、街舞、跆拳道操等表演。学生们既是演员也是观众，愿在这暖洋洋的冬日奉献给社区的人们精彩与欢乐。

时间：12.19

地点：SIBS北京君诚国际学校礼堂

电话：010-8049 0307

老舍话剧《离婚》

该剧改编自老舍先生的同名长篇小说《离婚》，是老舍先生自己相当偏爱的作品之一。《离婚》以老舍式的幽默及浓厚的京味儿语言展现了一出市井人家含泪带笑的人生悲剧。作品以当时北平财政所小职员老李等一伙人被卷入“离婚”风潮的故事为线索，正派的或不那么正派的，有文化的或没什么文化的，都在走马灯似的闹离婚，从而透视出中国传统文化背景下市民阶层面对新式文明进退两难的尴尬与可悲。

时间：12.3-12.7

地点：鼓楼西剧场

价格：

50/100/120/180/280/300/400

Blueair
HEPASilent™ Air Purification Systems

瑞典专业空气净化系统
www.blueair.com

最干净的空气分享给您 最爱的人吧. **Blueair.**

真正的HEPA滤网能够完全捕捉北京空气中的PM2.5颗粒物。通过滤网输出的洁净空气量是其它同等空气净化器的两倍,这意味着在您家中可吸入更多洁净的空气。

经过美国电器制造商协会(AHAM)的独立测试, **Blueair** 获得了CADR记录中的最高指数(CADR的意思是洁净空气输出率)。AHAM认证是专门衡量空气净化器性能的唯一国际权威认证标准。



TORANA CLEAN AIR CENTERS

图兰纳空气净化器服务中心

由毕业于英国牛津大学博士Chris Buckley成立。

我们的服务：提供专业的意见，专业空气测试及报告。帮您免费测量您家中的空气质量后推荐最合适的空气净化器。免费送货及可上门付款。

商店位置	朝阳CBD地区	朝阳区工人体育场北路
顺义别墅区	新城国际16楼	8号三里屯SOHO
欧陆广场地下	106A	一号楼1115
电话 8459 0785	电话 6597 9986	电话 8590 0511
10am-9pm	10.30am-6.30pm	10am-9pm

如果您正在考虑选购空气净化器或需要做空气测试欢迎到我们店铺或拨打电话，发送邮件给我们。您也可以登陆本公司的网站。

Email: toranabeijing@163.com
www.toranacleanair.com





活动备忘录 EVENTS



韩版温馨亲子舞台剧《泰迪熊——梦的旅行》

孩子们最喜欢的玩偶之一泰迪熊将在夜里化身梦的旅行者，穿越多个梦境，实现安妮的梦想。一场奇幻的梦中之旅，一段关于爱与陪伴的故事，夜幕降临时便是旅程的开始，揭开父母心中的梦，解开孩子心中的结。

时间: 12.21

地点: 北京剧院

价格: 80/120/180/280

铃儿响叮当—世界名歌圣诞童声合唱音乐会

源于美国波士顿假日学校学生在教堂的一场感恩节演出，学生们请邻居皮尔庞特写了一首新歌，轻快的旋律朗朗上口，这首名为“*One Horse Open Sleigh*”的歌一经演唱就引起了轰动，两年后发表正式命名为“*Jingle Bells*”，并成为了脍炙人口的一首圣诞祝歌。12月份代表的圣诞又来了，快来跟着孩子们的歌声找寻那些圣诞里幸福回忆。

时间: 12.21

地点: 中山音乐堂

价格:

50/10/120/180/380/580

北京德威英国国际学校冰上项目

北京德威英国国际学校冰上项目包括: 滑冰、花样滑冰、团体花样滑冰、冰上曲棍球。

时间: 2014.11.24-2015.3

地点: 顺义区首都机场路89号丽京花园7区, 北京德威英国国际学校

价格: 1040-1760

适合年龄: 4-18

电话: 6454 9150

电邮: DCP@dulwich-beijing.cn

墨西哥国家人文历史博物馆珍藏展

玛雅的造型艺术展示了人性化的神、动物、植物以及超自然力量的生灵，但是其中心主题是理想化的人物形象，它不仅揭示了人类的孕育过程、人的概念以及美的典范，还彰显了它在宇宙和谐中的位置。展览将围绕古老的玛雅人对人类躯体的重视分为四个单元，为公众呈现关于古老文明的一场视觉盛宴。

时间: 11.1-1.29

地点: 东城区东长安街16号中国国家博物馆



● 大齐-2岁8个月-中国



● 八月-1个月-中国



● 铁蛋-100天-中国



● 宋恩依-2岁-中国



● 李言之-100天-中国



● 彤彤-1岁-加拿大



● 梁浩乾-5个月-中国

● 大象摄影机构提供 ● 家庭提供

欢迎各界为本栏目投稿（0-3岁宝宝）：jing_editor@126.com，邮件标题注明“天真表情栏目投稿”。我们同时长期征集5-18岁模特参与封面及内页图片拍摄，请将生活照发至jing_editor@126.com，注明“应征模特”，写明宝宝姓名、年龄、国籍。

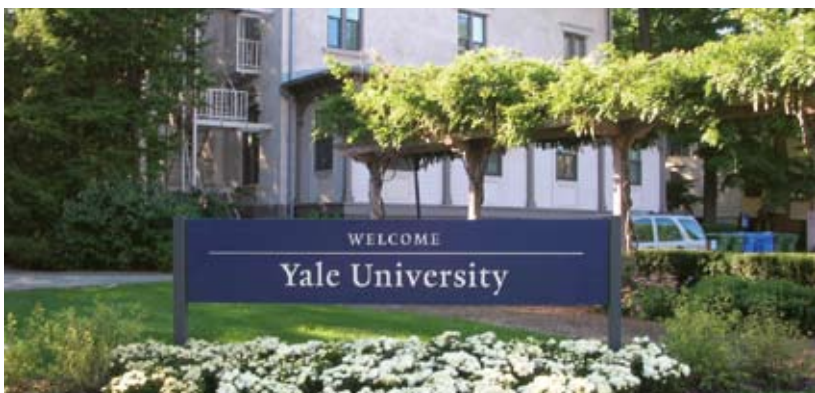
社区热点 NOTICEBOARD

任何有价值的新鲜社区资讯，欢迎与我们分享！电邮：jing_editor@126.com，微博@菁kids杂志，微信：菁kids杂志



BCIS Terry Fox慈善义跑

2014 BCIS 第十届Terry Fox慈善义跑于10月23日落下帷幕。此项义跑是一项为癌症研究筹款的国际性慈善项目。BCIS举办义跑截至去年，所筹善款总额已近人民币百万余元。今年，新开幕幼儿园（BCIS ECC）的小成员们首次加入义跑队伍，与BCIS总校区的学生与老师一同奋力，用自己的付出帮助癌症患者与病魔抗争。



SOHO中国基金会与耶鲁大学签约1000万美金助学金

10月29日，SOHO中国董事长潘石屹代表SOHO中国基金会与耶鲁大学签订了金额1000万美元的“SOHO中国助学金”，用于资助在耶鲁大学就读的中国学生。这是继今年7月，SOHO中国基金会宣布计划用1亿美元来捐助在世界一流大学攻读本科课程的中国贫困学生之后，签订的第二笔助学金捐赠。耶鲁大学校长Peter Salovey说，目前耶鲁大学有500多中国学生。正值招生季节，耶鲁会收到很多中国学生的入学申请。自主的奖学金将于明年秋季发放，希望由此能让中国学生的人数增加200人。另外，学校正在建设的两所新校舍也会为增加的学生提供良好的住宿条件。

德威同学勇夺CCTV 2014钢琴大赛冠军

就读于北京德威八年级的负思齐同学，近日在CCTV 2014钢琴大赛上勇夺冠军。本次比赛每三年举办一次，吸引了大批主要来自于专业音乐学院的优秀参赛者参加，并向全国观众现场直播。负思齐同学的组别属于“15岁以下专业组”，并且是三名决赛选手中年纪最小的一位。最后一轮，他与中国爱乐乐团合奏演出，曲目是肖邦的E小调第一钢琴协奏曲（第三乐章），终夺冠军。



SSAT在京新增鼎石考点

今年11月开始，北京市鼎石学校正式成为SSAT的新增考点。鼎石是北京仅有的两个SSAT考点之一，11月15日以及12月13日两场SSAT考试将在鼎石举行。SSAT是美国许多优秀私立中学的入学考试，理想的SSAT成绩是进入这些中学的敲门砖，也为学生将来加入世界一流大学奠定基础。



枫叶儿童之家育儿讲座

10月26日，2014年亚洲博鳌论坛特邀嘉宾、世界著名早期教育专家、Simon Fraser University大学教授Dr.Margret MacDonald为枫叶儿童之家的家长进行了一场大型育儿讲座《亲子依恋关系与早期养护》，共计500多个家庭到场参加。讲座上Margret教授为大家分享了婴幼儿时期亲子依恋关系与安全感形成的方式与影响因素。此外，10月27日，作为枫叶儿童之家的全国培训总监，Margret教授为枫叶所有老师进行长达一周的高难度教学培训，就儿童早期教育方面的应用，进行了深入的探讨和分享。

小学再减负 语数外只能期末统考

近日，本市下发《关于进一步落实有关减负文件的通知》，进一步明确义务教育学段考试的方式、科目、难度和次数。通知要求，小学除语文、数学、英语每学期期末可以举行一次全校或全年级学科考试外，其他课程不得组织考试。除组织初中毕业升学考试外，区县不得在初中其它年级组织统一考试。初中各年级每学期只能组织期中、期末两次全校或全年级的学科考试。

快乐滑雪 从南山开始

咨询电话: 89091909
www.nanshanski.com



巧妙装点家庭合影

Family Photo Tips

文/图：朱阿蛮 编：王蕾

在值得纪念的日子里拍照片是许多家庭的习惯，尤其是即将到来的节日。选择在家里拍合影，孩子的状态也会更自然更放松。

不过，房间里一些随意的摆设总是不经意出现在镜头里，不够干净唯美，任你举着相机辗转腾挪都没法闪避。为了得到一张理想的图片，拍摄前不妨多做一点准备，发动孩子一起参与，巧妙布置拍摄环境。

1. 搬动是必要的，不要嫌麻烦。腾出相对从容的空地，是拍出一张好图片的基础。摄影是减法的艺术，突出想要拍摄的主题，让不需要出现在画面里的物品统统消失。

2. 找一块漂亮的布，或者只是白色纯净的布。在床上拍幼儿的时候，一块柔软干净的白布会省去很多烦恼，把床上物品全部遮挡，还可以帮助观察是否偏色。注意把布铺平整，不要皱皱巴巴。

3. 拍腻了家中一成不变的白色墙壁？那就动手剪纸吧！做成三角旗、小桃心，或者索性剪成彩条，用绳子和双面胶简单黏贴，挂在墙上做背景，营造气氛和主题。比如圣诞节，可以选择深绿和红色物件。需要注意的是，颜色不宜过多，柔和统一的色彩更加映衬肤色。

4. 来一串小彩灯，装点夜间摄影环境。在墙壁上用

小彩灯组合美妙图案，或利用圣诞树上的彩灯拍出光感绚烂的效果。需要注意的是，暗光下的室内拍摄，要提高相机感光度，开大光圈，不然虚片恐怕难以避免。

5. 给孩子准备适当的节日服装。比如万圣节的斗篷、面具、圣诞老人服饰，都是增加图片节日气氛的法宝。

6. 加入孩子的爱物。比如男孩子的汽车，女孩子的娃娃。很多人不喜欢影楼拍摄，因为相同的背景、道具和着装，甚至相同神态带来的“千人一面”。加入一些个性化元素，会让图片充满识别度。也可以动手制作小道具，小胡子、红嘴唇会给图片带来趣味性，也会让孩子更欢乐，更愿意加入。

7. 最后，将相机放在安全稳定的地方。不一定需要三脚架，把一张桌子摆在面前，根据相机的高低，让家人坐在地板或椅子上，找到与镜头平行的视线，设定好最长的自拍倒计时。一家人对着相机，尽情做出各种造型与表情。如果房间不够宽敞，建议用35焦段以下的广角镜头。如果没有广角，构图上出现一些不够完整的小缺陷也没关系，家庭摄影最重要的是气氛，一起享受拍摄的过程与欢乐吧，十几年甚至几十年后，这些珍贵的照片，可以将你带回到生命中的这一天。



摄影师简介：

朱阿蛮，主要职务为孩子妈，兼职为杂志社拍图。专注儿童摄影，是“家庭编年史”的记录者和“朱阿蛮照相馆”的经营者。

你的孩子输过吗？

Let Your Kids Lose

文：心桥

9月24日，当许多学生还沉浸在新学年的兴奋中时，加州山景城17岁的刘姓高中毕业生却选择了结束自己风华正茂的生命，有毒气体还连累了赶去救他的父亲。戴着SAT满分的光环，却没能进入自己理想中的名校，只被加大圣地亚哥分校录取，是媒体报道的自杀原因。

在人们唏嘘感叹国内众多因高考失利而绝望的孩子时，很少有人想到，彼岸那看似自由的校园也远不是“轻松”的乐园。多姿多彩的美国校园生活下，掩盖着鲜有人知的现实：自杀是15到24岁间死亡原因的第三位，而相对美国总人口来讲，自杀只占第十一位。来美留学的本科生中因不堪学业和生活压力而自杀的更是每年都发生，让人扼腕叹息，欲哭无泪。

为什么这么多学业出类拔萃的孩子“输”不起呢？同样是加大圣地亚哥分校的录取通知，为什么给大多数学生带来的是兴奋和期待，而给刘姓学生带来的却是沮丧和绝望呢？为什么同样的挑战，不同的孩子和家庭会用截然相反的情绪和态度来面对呢？

这其中基因的因素肯定有：因为有些孩子天生较乐观，更容易看到希望；有些则遇事时更倾向于把注意力集中在负面而绝望。除去这个，更值得家长注意的是影响情绪的归因和心态。

情绪都是因事而发，我们一般容易看到的是那些外在的“事”，但很少注意隐形的“归因/信念”在其中起的决定性作用。

真正发生了什么事比起如何看待这件事来就几乎微不足道了，个人对事件的诠释才是决定情绪及行为的关键。不同的信念决定了同样情况下人会有不同的态度和应对方式。如果把名校的拒绝信看成死亡的宣判，是自己“失败”的印证，那就很容易情绪低落甚至绝望。但如果把它看作自己“为鸡头而不为凤尾”的机会，那去加大圣地亚哥分校就是新里程的开始，而希望就会如野火燎原。2010年Danville市曾有一位8年级的

女生，学习一直名列前茅，却因一次代数不及格而自杀。她的母亲被采访时一口咬定：“It's all that stupid F!”（都是那个F惹的祸！）每次讲座提到这个例子，都有在座父母一针见血地指出：如果孩子连一次不及格的代数成绩都承受不起，她如何能面对生活中随处可见的挫折和失败呢？不是那个F，而是对F的观念害了她。如果把不及格当做对自己哪里需要更努力的提醒，怎么可能因此而走上绝路呢？

斯坦福心理系教授Dr. Carol Dweck这样讲过：如果有“固定的心态”（fixed mindset），父母会自然地把孩子的好成绩归结于“你很聪明”等概括化的固定因素，“成功”就成了用来证明自己或孩子多聪明，多出色的工具。”我赢了，我比赛得奖了，我考了全班第一，爸妈会夸我爱我拥抱我，我是聪明的，我是好孩子！”而孩子“成功”与否，也理所当然地被看做为人父母的成绩单。

可这里最大的陷阱是，按这个逻辑，失败就会证明自己或孩子不聪明或不优秀，可以轻易把建立在成功上的自尊和自信打垮。如果任何“失败”都是对“自信”的威胁，那肯定就要千方百计去躲避任何可能“失败”的风险。

Dr. Carol Dweck对几百名学生的经典教育实验就清楚地显示了这一点：如果孩子在学习的过程中被表扬的是结果成功与否，他慢慢就不敢接受任何挑战，只捡容易的去做，以求心理的安全，最终是连自己完全有能力做好的题目都成绩下降；而常被表扬努力过程的孩子会知难而进，不但敢于接受挑战，而且不断进步，有超出能力所预测的表现。在他眼里，困难再难，控制还是在自己手里，失败永不是对自己价值的否定，所以才总会看到希望。

可生活中，多少父母总有错觉，以为让孩子永远成功，才会走向更高的成就。过度保护，不让孩子经历任何失败，却忘记了人生之不如意，

十有八九，错失了通过失败和挫折来锻炼孩子的良机，以至于他们长大后被扑面而来的失败打个措手不及。这个现象，哪个文化都存在，不分国籍。在这样的环境下成长，孩子会产生错觉，“输”，“失败”，是多么不可接受！以为这就是生活，一切要完美。

而现实呢？

上学路上莫名其妙地堵车可能导致迟到；花费心血写的文章可能被编辑否定；考试可能发挥不正常；倾心追求的人不一定喜欢自己；停车场小心翼翼地倒出来却还是被别人撞到；美国再好的棒球队，在每年的赛季里能赢近60%的球赛已经是不得了的成绩，完美的“全赢”是不存在的。所以职业球员一定要习惯“输赢乃兵家常事”，不然这个工作会很痛苦。哪个行业不是如此呢？营销人员培训，要先学如何失败，因为90%以上的推销会被拒绝。NASA召宇航员，拒绝没记录失败经历的简历，因为太空中任何出乎意料的恶劣状况都极有可能出现，没经历过失败的人怎么知道如何处理挫折？各大名校都在“个人作文”或老师的推荐信上要求介绍申请学生如何面对挫折和失败的经历。过去的成绩再辉煌，都可能任何的挫折面前不堪一击，都不如恒心和韧性更能预测你将来能走多远！

2013年秋季，美国为31,889位中国学生签发了来美国高中读书的签证，今年更是有增无减，是2005年的5.0倍。当铺天盖地的留学中介致力于如何用漂亮的成绩单和简历把孩子们送进高中或大学，当爱子心切的父母为他们打包最新款的手提电脑，充足的学费，和时尚的衣着，别忘了我们送孩子最强的装备却是那眼睛看不到的“成长的心态”。

所以，孩子离开家门前，别忘了检查，他输过吗？



心桥

北师大心理学硕士，在美国获心理学博士，加州执照教育心理学家。2000年起任职于旧金山Fremont联合校区，精于学前儿童到高中生的教育心理测评及咨询，其亲子教育讲座也深受华裔社区欢迎。2012年九月开始为“海外文轩”撰写教育博文。

在舞台上成长

Growing on the Stage





又到了一年之中节日最密集的时间，各个学校的舞台上又将上演各种精彩的演出，这也是孩子们和家长们最期盼的时刻。剧场、舞台、戏剧、音乐，这些美妙的东西是构建起孩子们精神家园中最重要的部分。剧场只是一个有舞台有座位的大房子吗？不，它是一个梦开始的地方，菁kids这次实地走访了五所国际学校的剧场、剧院，了解到许多台上台下的故事，学校大舞台上的精彩，超乎你的想象。

孩子们的第二课堂

Learning through Performance

采/文：竞波 Cherry 图：北京德威英国国际学校提供



在德威，演出频繁的学校舞台一直是传统，伦敦本校创始人Edward Alleyn（1566-1626）就是个非常活跃的莎士比亚戏剧演员。北京德威的第一个剧院以创始人命名，有251个座位。第二个剧院Wodehouse Theatre就大多了，600个座位，2013年11月落成时，学生老师自编自导了一场由130多名学生和英国西区剧院（West End）明星同台演出的大型音乐剧Lessons in Love，至今，师生们回忆起当时的盛况仍然兴奋不已。

听说菁kids要做学校舞台的专题，北京德威特别安排了三位老师：主管戏剧教学的Ms.Katrina Maquire,主管音乐教学的Mr.Paul West，主管物理课教学和多媒体俱乐部的Mr.Stephen Kaye来接受采访。

关于演出计划



Katrina: 戏剧这边一般每年一部音乐剧加一部话剧。我会根据孩子们感兴趣的话题来定剧目。比如前一阵儿，迪斯尼电影 Maleficent《沉睡魔咒》正在热播，我就决定今年排话剧《睡美人》。大概4-6个月左右排一个大型演出。平时会邀请ISTA - International School Theatre Association 国际学校戏剧协会的表演艺术家来校演出。我们也举办自己的戏剧节，邀请其他学校参加。



Paul: 德威在中国就有4所学校，很容易请到国际知名的艺术家来巡回演出，办工作坊，辅导学生乐队，学生们也会有机会和他们同台。音乐演出每学期有6-7场，圣诞节之前有一个大型演出，每年的德威音乐节，所有德威学校的合唱团、乐队都聚集到一所学校轮流表演四天。一般在6月份下一学年的计划就订好了，但临时增加的剧目也不少，比如现在刚开学7、8个星期，我们已经增加了3-4个新剧目了。

学校还有一个特别的传统 Moonlight Madness，搭起户外舞台，打上灯光，鼓励每个孩子、家长与老师报名，在大家面前上台表演，种类不限，唱个20秒钟，念首诗，演奏几支曲子，都可以。没有面试挑选，没有评委排名，前后长达4个半小时，就是为了给所有学生上台的机会，还有美食陪

伴。另外，每周四是Busking表演时间，学生们像纽约地铁里的表演艺术家一样，在学校里找个地方，放个小盒子，边表演边为慈善组织筹款。

关于学习表演

Katrina: 面试的时候，我最看重的是能否真正为角色付出。我不会只让学生读台词，他们会在很多练习和小品中尝试扮演不同角色，我从旁观者。我会尽量为更多学生提供机会，避免总是少数几个人担当主要角色。遇到能够付出，认真准备的孩子，我就会推一把。比如哈姆雷特一剧中，一个重要角色的扮演者其实有阅读障碍，但很有才能又非常用功，表演异常精彩。我们今年的剧目会分两组演员，A组第一幕，B组演第二幕，这样主要角色的数量就增加了一倍。我也给剧本加入不少场景，增加不少角色。

我认为舞台是学生的。这里是学校，学生们应该用一切机会来学习。我会让学生为角色和故事出主意，像舞台设计、剧务制作、配乐、排舞等，一般都由12-13年级的学生来组织和管理。比如在黑箱子剧院里的小规模剧目，都是12-13年级的学生在IB戏剧课上自编自导自演的。IB的戏剧课程设计得非常棒，这样自己制作的机会一般要等到大学才会有。

很多孩子开始的时候比较爱靠边儿，不太善于交友。表演可以锻炼人际交往能力和领导力，当然戏剧表演能力也提高，但对我来说，人际交往能力的锻炼是最重要的。

北京总的来说，还是缺乏好的戏剧，缺乏好的能启发学生们思考的戏剧演出。能给学生们看的不多。这也在慢慢改善。

Paul: 表演能让孩子们自信，学到如何准备，如何与团队合作，还有舞台上的行为规范等。年幼的孩子可以学到遵循次序，在适当的时间和环节进行演奏和表演。

关于学钢琴，我想说的是，钢琴作为一个起步的乐器是很好的，按一个键就是一个音，不用像小提琴等乐器要考虑很多别的因素。但学习了几年之后，特别是对8-10岁的男孩子，如果孩子兴趣不太高，家长可以考虑换一种乐器试试，比如萨克斯风，吉他等。从钢琴上学习到的音乐技能会很容易转换到这些乐器上。这样，在学生中就会有各种乐器的演奏者，避免钢琴演



奏者过多。另一方面，学习音乐的目的是让孩子们喜欢音乐喜欢演奏，如果总被强迫而不是发自内心地喜欢，就很难有激情。

12月初，德威即将上演创校以来的第一部全中文话剧《雷雨》。谈起排演缘由，中文部老师言简意赅：“正应了现今流行的那句话‘谁的青春不折腾？’11年级中文母语班的很多同学在IGCSE课程里修过戏剧表演课，积累了不少表演经验，中文语言能力也够，同时，家长也愿意贡献资源，天时地利才有了这个剧目的排练和演出。学校也愿意给学生们提供另一个可以折腾的平台，相信他们会有不俗的表现。”

多媒体俱乐部Media Club

到学校观看演出是国际学校家长圈里一项很重要的家庭娱乐活动。但如果临时不能到现场或者已经离开学校，德威也提供了网络现场直播Live Stream，与分散在世界各地的德威大家庭分享演出盛况。这些现场录制和转播的节目都是由物理课老师Mr.Stephen Kaye发起的Media Club多媒体俱乐部制作的。在德威新剧院的建设中，学校特意安装了一套非常专业的现场录制和转播设备，这一般电视台和体育馆比赛场馆才会具备。

除了主管物理以及科学类教学，Mr.Kaye还爱好摄影，他把对摄影的热情投入到多媒体俱乐部，自学了新系统的操作，边学边教，并利用学校的大小活动和学生们进行录制练习。才成立不到一年，俱乐部已经有了四个分队，40名成员，很多成员已经在摄影、音效、录像、编辑、导演、播出制作等领域成为经验丰富的多面手。录制频率也从开始的每个月两次发展到至少每周两次。



Stephen说，很多学科，比如我的专业物理，已经历史很长了。与之相比，现场录制转播就是互联网大力发展的21世纪需要的技术，在任何行业都会用得到。我也很希望看到俱乐部里有些成员能继续往艺术创作和制作方面发

展。俱乐部的学生对科学技术爱钻研，同时很有艺术创造力和表达能力。在现场录制中，如何操作摄影机来得到最好的角度，如何充分利用几部摄影机传来的不同图像，加上音效，最充分地表达演出质量和现场效果，这需要现场的冷静分析，快速决定，并且注意力非常集中，还需要大量的实际操作经验，对领导能力也是非常好的锻炼。学生们热情很高，不断有学生要求加入，有的女孩子个子还不够摄影机高，就站在小箱子上学习操作。

2013年11月的Lessons in Love大型音乐剧本是由目前在毕业班的三位学生Capucine Brunet, Yiumin Gan, and Eva Lee在IB戏剧课上完成的。Capucine和Yiumin也在课间赶来接受了青kids的采访。

她们说，老师定了主题，具体写作都是她们三个一起完成的。她们另外还做舞台设计，道具，舞蹈，导演助理，也在演出中扮演了把各场景连贯起来的主持人。参与的学生达到有130多，还有灯光、乐队等，有很多难以掌控的事情发生，排练时有诸多不顺利，直到最后一刻好像才完整又完美了。

Capucine: 我从10年级才开始学习戏剧，开始不太了解，两年后就有了这么好的机会，太难得了。在舞台上，所有的灯光和观众都集中在自己身上，开始眼前看到的只是黑压压一片，很紧张，一直到发现爸爸妈妈坐在那儿，我就突然想说个笑话，结果观众很开心。我学到了在舞台上如何放松，与观众交流，好好享受表演的乐趣。

我妈妈觉得，戏剧好像把我整个人都打开了一样，我在公众演讲，辩论，声音还有身体语言各方面都更自然自信。

今年就要申请大学了，我感兴趣的专业是国际关系，但我会继续把戏剧作为爱好，会根据戏剧社团的活跃程度来选择大学。

Yiumin: 我以前不喜欢戏剧课，不喜欢那种被推着上去表演的感觉。但是老师耐心帮助我改变了看法，让我了解到戏剧需要考虑很多不同方面，能力也提高很大。我从戏剧课上学到的太多太多，如何独立，如何组织管理，如何与低年级孩子合作。是一段很难忘的经历。我们很怀念那段时光，聊天儿时总会提到。

在演出之前不免有紧张颤抖，但大幕打开，我意识到一切准备就绪，这就是我一直梦想的时刻，要好好享受。观众的反应和笑声那么真实，感觉真的太好了。

我大学想选经济或者法律专业。我爱看戏剧表演，如果最后选择法律专业，我会考虑如何用戏剧来治愈这个领域。



Capucine

Eva

Yiumin



吴竞波 Jingbo Wu

北京人，《青kids》杂志执行出版人。曾在美国生活15年，上海8年。有两个女儿。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。

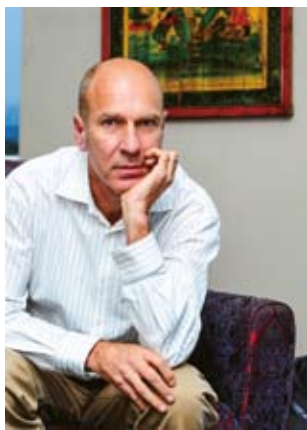


中西交汇 爱乐并存

When East Meets West in Performing Arts

采/文: Cherry Dong 图: 北京乐成国际学校提供





Phillip Clarke
北京乐成国际学校初、高中戏剧
课老师

北京乐成国际学校（BCIS）的剧场舞台对于学生和家长们来讲可真算不上陌生，每年校历上被排的满满当当的演出活动除了映照着这一年孩子们的忙碌外，更多的，也反映了家长与学校剧场的紧密联系，一场场活动无疑不是盛产着欢乐时光的大型社区家庭聚会。

北京乐成国际学校地处京城腹地，位于学校东北角的剧场占地面积550平米，上下两层，可容纳近300人前来观演。规模上绝不算是出类拔萃，但校方对于剧场演出的重视程度及频繁热闹的剧目演出，却使得它在社区内颇有名望。菁kids此次特意走进北京乐成国际学校，详细了解舞台背后的故事。

为此，我们特意采访到主管学校初中及高中戏剧课程的老师Phillip Clarke，请他谈谈剧场内外，台上台下有关演出的那些事儿。

菁kids：能不能先简单介绍一下学校每年有哪些比较重要的演出项目呢？

Phillip：从戏剧方面来讲，理论上说是高中每年一部戏，初中每年一部戏。而今年我们突破了以往的模式，高中有两部，初中有四部。只是初中的剧目时间稍短。从音乐上来讲，比较重要的是冬季、春季两季音乐会，音乐独奏会以及Idol偶像之夜演出。

菁kids：每年演出的时间是固定的吗？

Phillip：大体上都是固定的。像是明年的2月5、6、7日，就会上演高中的一部大戏，连演3晚。预计每天晚上都会有200多人到现场观看。

菁kids：观众是由什么样的人组成呢？

Phillip：一般是学生家长、家长的朋友、以及社区的成员。还有乐成集团下属的一个养老机构，我们会邀请其中的老人前来观看。有的时候也有集团的一些工作伙伴或合作单位。

菁kids：会不会因为节日而特意排演一些演出呢？

Phillip：中国的传统节日像是新年，还有学校一些比较重要的活动，比如圣诞集市、春季游园会等。具有戏剧、音乐、艺术类天分的孩子都有机会上台表演，演出形式更是多元化的，比如戏剧和中国文化的结合、和音乐的搭配等等。除了节日，我们也会为一些国际性事项筹划演出，像是08年北京奥运会就专门组织学生排演了一出团体大戏。

菁kids：表演内容是由谁决定？

Phillip：主题是由老师们选定。当老师确定好主题后，会将学生们召集起来。老师作为戏剧的导演，除了传授表演技巧外，排练过程中也会根据学生们的意见对剧本进行修改。我们希望能够最大限度的激发学生们的自己的

创造力。此外，我们也更希望表演内容能与中国文化相互交织，所以会有意挑选含有中国文化色彩的剧目，或在剧目中加入某些中国元素。

菁kids：舞台表演内容与平日的戏剧课程是相互关联的吗？

Phillip：舞台表演内容实际上是戏剧课的一种延伸，我们会在课后进行剧目的商定与排演。课堂上，低年级学生如6年级，主要是学习戏剧的表演技巧，重要的是信心的树立以及如何通过肢体语言表达自我。从10年级开始，学生们会更加系统理论地学习戏剧的发展史。11、12年级，学生则会真正地研读剧本，自己创作表演，并学会站在导演的角度统筹全局。

菁kids：如何选角呢？

Phillip：学生们会进行统一试镜，我们会根据学生的外形特征与角色对比，此外也会依据学生平时上课的表现来定。

菁kids：有没有过孩子特别想演某个角色却分配给其他人的情况呢？

Phillip：我们会尽可能的满足孩子，让他们出演想要扮演的角色。但是如果有其他孩子也想演相同角色，我们就会改写剧本，或创作更多角色让孩子有机会演出。比如小学的戏剧，如果很多孩子都想表演，那么就会调整戏剧本身的安排，一个12人的戏剧可能会扩充为一部百人大戏。这也是我们所提倡的个性化教学。

菁kids：除了学校本身的演出外，会邀请校外的演出团体前来演出吗？

Phillip：一年大概会有4次交流活动。在观看校外剧团表演前，会邀请他们先给孩子讲述剧团的历史、表演特点等。在孩子们有了一些了解后，再看演出。另一方面则是文化交流，我们会带孩子们走出去，学习其他国家的演出文化。之前已经去过德国、印度、澳大利亚等国家，今年明年会去到日本和柬埔寨。孩子们去那边演出的同时也可以从对方的演出中学到更为深刻的东西。

菁kids：戏剧服装是如何解决的呢？

Phillip：服装作为表演的一部分，老师会敲定角色服装的大致要求，学生再根据自己的想法亲自做。此外，我们也会邀请专业的化妆老师给学生做工作坊。感兴趣的同学会参加学习，并在演出前帮忙化妆，增加效果。

菁kids：您认为孩子能够从表演中得到什么？

Phillip：我认为情绪的体验及角色转换的能力。在台上，学生也许会表现愤怒，当然这是一种演绎。但我们更需要孩子看到自己在愤怒至极及愤怒过后的样子。让他们更好地体会在不同人生阶段、情感状态中，你会经历什么。另外，孩子们在不同剧目中会扮演不同角色，出演每一个角色时都需要学会换位思考。从而也希望他们能够从更加广阔和多维度的角度看待这个世界，学会与不同文化不同背景的人更好的沟通交流。



采访当天，恰逢一支学生乐队正在为10月30号的Idol演出进行排练。孩子们说他们的乐队名叫August 35，既代表8月份火爆的夏季，又暗含着起名时组队已有35天。总共6人的组合涵盖了主唱、鼓手、电吉他手、键盘及贝斯手。他们为Idol演出自行组队，并在学校布告栏里公开招募队员。即使排练时间少，他们也仍旧骄傲地说：“我们都特棒，默契十足，所以这都不叫事儿。”

走近鼎石表演艺术中心

Keystone's Performing Arts Center

采/文：王蕾 图：北京市鼎石学校提供



郭红雨
北京市鼎石学校首席运营官

听闻鼎石表演艺术中心将成为整个新校园中最为独特的一栋建筑已是比较早前的事情了。设计师是大名鼎鼎的普雷斯顿·斯科特·科恩（Preston Scott Cohen）——哈佛大学设计学院研究生院建筑系主任，纽约世贸中心高盛银行总部玻璃屋顶（Arcade Canopy）、以色列特拉维夫艺术馆、太原美术馆等地标建筑设计人；更有世界级小提琴演奏家柴亮担任艺术顾问。大师级人物的参与令人充满期待。

施工建设2年之后，鼎石表演艺术中心已颇具规模。近日，菁kids来到鼎石校园，走近这座红墙绿地中的独特建筑。然而，此次采访却不仅仅是聊建筑、谈设计。一个为学校、为孩子建造的表演艺术中心，有着怎样的“与众不同”？带着这些疑问，菁kids采访了鼎石学校首席运营官郭红雨。

菁kids：请您先介绍一下鼎石表演艺术中心的规模和构成？

郭红雨：表演艺术中心按照标准剧场设计，共四层。建筑面积（含B1层）约9,060平方米，可容纳约800人。其中，1-2层为剧院和舞台，B1和3层分布舞蹈、音乐教室、练习室、黑盒剧场、排练室、乐团休息室等。还有为指挥家、首席提供的休息套间、淋浴室等。除了满足全校师生艺术类课程的学习、排练、演出，还可以承接一定规模的专业演出。

菁kids：作为校园设施，为何会有这些安排？最初的建设构想是什么？

郭红雨：建设之初，校方曾从功能、需求等各方面考量，不断细化设计构想，最终决定建一个“不仅仅服务于学校教学”的精巧建筑，更希望它能服务于社区，丰富顺义和周边地区的文化生活。比如，未来这里将呈现更多大师级演奏家和团体的精彩演出。基于这个出发点，鼎石特别邀请哈佛大学建筑系主任斯科特·科恩，设计一座独具设计特色和专业性的表演艺术中心。从某种程度上说，也希望它成为顺义地区的一个地标性建筑。

菁kids：表演艺术中心的设计特色是？

郭红雨：设计师科恩的建筑理念非常独特，常常从一个基本的几何形体出发，通过场地、环境或自身功能等因素的限制，使得这个最初的基本几何体发生形变，得到最终的建筑形态。他在建筑中最常使用直线和大角度的折线。直线的表达更加强烈和直接，体现一种速度感，使整个建筑“简洁、有效率”；同时，他更加倾向几何形体的展现，抛弃古典的对称概念，空间形体更加轻快自由。鼎石表演艺术中心秉承了科恩的一贯设计理念，外观采用“异形”结构，折线的使用非常突出。外立面由大理石和玻璃组成。面对校园中心的一侧，被巧妙设计为独立的“室外舞台”，既可单独使用，又与整个建



筑浑然一体。天气好的时候，学生们可以在草坪上观看室外演出。值得一提的是，除了建筑理念的领先和创新，表演艺术中心非常注重绿色环保，设计上大量突出自然光的利用。比如顶层天井和B1层下沉广场，均配有现代感十足的玻璃天窗，通透明亮。此外，剧场的座椅排布非常巧妙，确保各个位置上的观众都有很好的视觉角度。表演者能够更近距离感受观众的反馈。在戏剧、话剧等演出中，观众的反馈也会第一时间激励表演者，达到完美互动。

菁kids：为歌舞剧、舞蹈、声乐表演安排的设施有哪些？

郭红雨：作为一个标准的表演艺术中心，声乐、舞蹈等设施都是必备的。声乐方面，我们请来了国内顶尖的清华大学建筑学院建筑物理实验室（声学所）进行专业设计。舞台上配有重重幕布，高度和深度也足以完成各种形式的表演。舞台前方还建有乐池，可以为歌舞剧表演实时伴奏。此外，表演艺术中心也为芭蕾等舞蹈表演准备了专业地板和活动型舞台。

菁kids：特别为孩子安全考虑的细节有？

郭红雨：整个校园都设置了无障碍通道，表演艺术中心也是如此。建筑内的“分区设计”非常值得一提。前台、后台、教学演出自成一体。比如，学生在练习室上课，一定不会受到演出等其他区域人员的打扰。配合分区管理还安排有门禁，以及大量监控设备等，非常完备。

菁kids：表演艺术中心开放后的演出计划是？将如何为社区服务？

郭红雨：此前，我们曾陆续邀请美国普林斯顿大学“虎咆”合唱团等演出

团队献唱鼎石。2015年年初表演艺术中心落成后，鼎石校园的演出种类和嘉宾阵容都会更加强大。

服务社区计划分为几个方面：首先，除日常教学以外，我们将邀请顶级演出团体举办公开演出，这一点我们的艺术总监柴亮将主要负责。演出对整个顺义社区开放，希望能够提升和丰富社区文化生活；其次，鼎石学生的部分演出也将对社区开放；最后，在时间允许的情况下，计划为顺义周边艺术团体提供日常排练和小规模演出场所。总之，鼎石表演艺术中心建成后，我们将最大程度利用好这一设施，与社区互动。

编后感：安排此次采访前，严谨的鼎石校方一再强调：表演艺术中心还没有完全建好，不好拍图和采访。可当我们沿着施工通道走进建筑内部，站在舞台中央那一刻，我的情绪瞬间被点燃。这是一个属于孩子的完美舞台，那个小小的他/她，正在这片美妙的艺术天地间自由绽放。



王蕾 Abby Wang

《菁kids》杂志编辑。满族姑娘一枚。曾在中国青年报、人民网、CNR等媒体工作。为了给孩子建立一个不同的成长环境，加入《菁kids》，从热心的读者转换为干劲十足的责编。她对3岁儿子Nathan的期待很简单：健康、快乐，和妈妈一起成长，走遍多彩世界。

市中心的文化传递站

A Cultural Hub in Downtown Beijing

文：阙玥 图：北京加拿大国际学校提供



加拿大国际学校毗邻东三环的位置决定了他们的剧场会有更高的利用率，比如这期菁kids的封面就近水楼台选在这里拍摄的。听说在拍摄的第二天，北京京剧团将在这个舞台上进行彩排，这个主意真不错，一方面帮剧团解决了排练场地，一方面也用高水准的演出丰富了学生的业余生活。



加拿大国际学校的舞台和学校在2006年同时建成，目前学校有两个礼堂，一个有舞台的剧场能容纳500个人，另一个则没有舞台。剧场每年的大型演出会有两次，一个在12月份，一个在5月底。除了演出活动这个舞台还用来当作戏剧、音乐等课程的场地，另外每周还有固定的时间放映适合孩子们的电影。由于剧场紧挨着教室，所以就这个剧场的设施来讲隔音就显得很重要，亲身感受是，如果门全部关闭，基本听不到一点外面的声音。另外，剧场对扰音的设施的要求是孩子站在舞台上讲话，只要他的声音足够大，即便不用麦克风，坐在最后一排的人也可以听到。学生对剧场设施的反馈很好，至今还没有收到过学生投诉。负责剧场的Hana老师的评价是“都挺好的，就是有点小，全校学生一起的话还是坐不下。”

值得一提的是，由于地理位置优越，CISB的剧场会承接一些知名的文化活动的，例如在京城文艺圈里很火的法国电影节就是在这里举行的。像北京京剧团这样的文艺团体也会和学校合作，既解决了排练场地，又给学生带去精彩演出。学校的室内乐团每年会有两次慈善演出在这里举行，演出对外售票，收入全部用于慈善。最吸引人的就是舞台上的孩子，Hana老师骄傲地介绍说，这里1100多个孩子卧虎藏龙，每个月学生会都会在这里搞一次活动，汇报一个月的工作，做一些游戏，这时候有才艺的同学也会上去表演，比如在大提琴演奏方面获过很多奖项的Namisa，就是他们的校园明星。



Namisa sun, 加拿大国际学校九年级学生

菁kids: 你在学校的舞台上演出过几次？给我们形容一下你在学校最棒的一次演出是怎样的。

Namisa: 加入CISB以后每年我都会演出，我对我的每一次演出都感到骄傲，因为每一次我都感受到了成长和学到了很多，每一次都是独一无二的很棒的体验。

菁kids: 比起在别的地方演出，在这个舞台上你有什么特殊的感受？台下的观众都是自己的同学会不会有些害羞？还是更加有热情？

Namisa: 每个舞台给我的感受都不同，CISB的舞台是最好的之一。在这里我觉得很放松，因为听众里有很多是我的朋友，他们的出现让我感到自己是受欢迎的，很有安全感。

菁kids: 你觉得舞台上演出和私底下练习有什么不一样吗？

Namisa: 平时练习的时候，我可以演奏按照我所想的去演奏那些音乐。就我个人而言，练习的时候我感受到比演出时更大的自由，因为当我自己的时候我是音乐的主宰。演出是我去表达和传递音乐，让一切尽可能自然的流露、释放。

菁kids: 你学习大提琴多久了？你希望在学校舞台上举行一次专场的演出吗？你是否希望当一个职业的演奏家？

Namisa: 从5岁开始到现在，我已经弹奏大提琴9年了。我觉得能够演奏各种经典乐曲真的很棒。成为职业的大提琴演奏者是我从接触大提琴演奏就树立的目标，是不管多困难也要去实现的目标。

菁kids: 对于学校的舞台，你有什么建议？希望走出校园到附近的社区为其他人演出吗？

Namisa: 可以在学校演出，让大家可以欣赏我演奏的大提琴真的很棒。我乐意为任何人演奏，不管是学校内还是学校外。



阙玥 Que Yue

八零后北京土著，曾任时尚杂志编辑多年，为女儿选幼儿园时与菁kids不期而遇，始终认为电影、旅行、阅读和写作是最美好的事。

上一次台胜过台下练半年

Performing on Stage is worth a Million Rehearsals

文：阙玥 图：北京王府学校提供



高思诗
北京王府学校音乐教师

菁kids：先给我们介绍一下学校音乐舞蹈方面的课程吧！

高思诗：课程主要是以形体和舞蹈为主，形体是每周一节课，舞蹈是有社团。初中部的社团主要是以我给他们授课为主，高中部主要是以他们自主排练为主，初高中的活动一般是分开来的，全校一起的大活动会在元旦举行。另外说到演出，各个年级有他们的talent show，在这个活动中有很多的形式，戏剧、小品、相声都有，但最主要的还是表现学生舞蹈和唱歌的才艺。另外我们还举办过“王府好声音”，场面十分火爆！

菁kids：从您本人音乐的教学经历来看，这里的学生有什么特点？

高思诗：国际学校的孩子见多识广，我本人也曾经在国内的学校任教，区别非常大。以前都是以老师教为主，学生基本上都是跟着老师进行的。在这里，学生受西方的影响更多一些，所以学生们更希望我教授西方舞蹈。以前在国内学校，我更多的是教授民族舞蹈，像藏族、维族、朝鲜族的，还有一些宫廷舞或古典舞。那里的学生更喜欢安静、内敛、含蓄的。而这里的孩子更喜欢西方化的，有些open甚至是有些sexy的舞蹈，毕竟高中

生已经是走向成人化的第一步。他们更喜欢热情奔放的东西，这对我本身的教学也有很大的挑战。我本身是学中国民族舞的，以前学的都是民族舞、古典舞和芭蕾，起初他们喜欢的东西吓我一跳，他们的个性是非常活跃的，对我的教学是非常大的挑战。

菁kids：看来学生们都很有自己的主意，您又是用什么方式授课呢？遇到哪些问题？怎么解决的？

高思诗：一开始我是以我传统的舞蹈开始，我是觉得虽然他们以后都是要出国留学的，但还是应该多了解一些中国的艺术。可是我发现在我的课堂上孩子们的兴趣不是那么大，课下我就问他们的一些想法。开始我有些顾虑，觉得他们接触的那些现代的东西是不是适合他们这个年龄。后来我找了一些动感的音乐，配合一些中国的元素，比如我找到一个叫“七朵组合”的音乐，她们的曲风就是类似周杰伦的《菊花台》那种感觉的，这个组合是一个深圳大学的舞蹈老师推崇出来的，我也觉得非常适合现在这些孩子的。我们小时候可能觉得那些霹雳舞啊都是“坏孩子”才跳的，但像这个组合的作品我觉得非常美，它里面还既穿插着许多流行的因素，又有中



菁kids前去王府学校采访的时候他们刚刚承办完AP中国教育峰会，这是继前两年AP中国教育峰会分别在北大和华东师大两所高校举办之后，首次将如此高规格的国际会议放在一所中学举行，可见学校硬件设施非常强大。拥有这些优质的教育资源，他们又是如何利用校园舞台的呢？

国传统的东西。我给初三和高一孩子听了他们几首曲子，他们就非常喜欢，他们觉得这些音乐“时尚”、“不老土”，我看到他们很喜欢就开始用这些曲子编舞蹈，我把我在大学里学的古典舞简单的动作编在里面，我又效仿一些欧美或日韩的组合，把他们现在特别追星的那些super star跳的那些舞蹈也加进去，他们就非常爱这种舞蹈。

菁kids：你觉得什么是适合他们的舞蹈？

高思诗：其实我们的孩子都是亚洲人，直接去跳欧美那种hip-hop，他们是跳不好的，首先他们的文化是不一样的，其次他们的身形也不一样，美国人的肌肉爆发力非常强，我们不具备这个身体素质。

菁kids：学校的演出机会多吗？舞台对孩子来说意味着什么？

高思诗：只要学校有任何大大小小的演出机会，我都会给他们排练让他们上去跳。舞蹈是一种展示的艺术，不像书本上的东西，每天在屋里学就能学好，而舞蹈你每天在排练室里排练，不登台你就永远无法享受舞台上的那种感觉。所以他们每次上台得到一次锻炼，比在我的舞蹈教室学三个月以至于半年，他们的提高程度都更高。有很多学生刚来的时候是很羞涩的，有一个学生的事对我印象特别深刻。其实说实话舞蹈老师都喜欢身形和长相都很美的女孩子，这个学生就是这样的，而且她在下面排练的时候也是很认真的，所以我就把她放在我的舞蹈作品的中间的位置。但第一次演出的时候我就发

现，她在舞台上和台下是完全不一样的状态，她在下面是很自信的，老师也是不停地指导她关注她，但是在台上她就不敢去看观众，一直是低着头跳舞的，所以我就意识到舞台上的体验对孩子们有多重要。后来我就想尽一切办法能多增加他们在舞台上的时间，比如学校例会，我说能不能我们上去先给你们跳个舞活跃一下气氛你们再开会？现在那个女孩子已经上高三了，回想她初二的时候和现在反差特别大，现在可以游刃有余地在台上表演，不会害怕，完全是换了一个人。

菁kids：还是有些舞蹈是不适合孩子跳的，怎么教他们判断？

高思诗：从舞蹈的形式、音乐上，甚至有些英文歌很好听，但仔细听它的歌词就不适合孩子。我们可以稍微表现女生的火辣热情，但绝对不可以有过于暴露两性关系的。所以老师要把握这个火候，一不小心就会把孩子带到特别“俗”的艺术里面去。我跟他们更像是朋友，我会跟他们说，这种舞蹈很难，你们跳得不好会很傻，所以你还不如跳一些适合你们的。成人化的舞蹈需要很深的舞蹈基础，你现在是未成年，你的身形还没有达到成人那么的丰满，你偏要跳那种舞蹈，不好看。他们觉得你跟她交流不是站在老师高高在上的那种口吻，现在的孩子很聪明，一说他们就明白。而且我有时就直接说，你看你跳这个舞蹈，王总（王府学校校长）直接就把你的节目给pass了，你白排练了！

话题 FEATURES

北京市京彩学校



温暖至心 行动始手

A Simple Gesture Can
Touch the Heart





小桔灯，亮起来

文：阙玥 图：Sui

采访当天菁kids的编辑发现，京彩打工子弟学校的位置就在国际学校扎堆的顺义区和昌平区的交界处，没有人想到在离市区这么近水楼台的地方竟会有孩子连上学都困难。学校的武校长戴着厚厚的眼镜，尽管朴素但依旧穿着西服，招呼孩子们拍照的时候显得亲切又不失威严，据说这位可敬的乡村小学校长每周六都义务帮高年级的孩子补课：“在这里上学的基本是本村的孩子，家长都是最底层的打工者，有两个外村的我就每天骑自行车去接他们来上课。”学校的面积很小，显眼的是墙面被涂成了五颜六色，上面还有涂鸦，这些都是来自附近国际学校孩子的帮助，采访中几个来自鼎石的孩子对着涂鸦赞不绝口，“听说这是德威的孩子画的！”

菁kids远程对话小桔灯计划创始人Alexandria

Q：什么动机让你创建了小桔灯这个组织？

Alex：“在2013年冬天，我和妈妈来到京彩打工子弟学校。当时妈妈已经是那里的志愿老师。我本来只打算在圣诞节假期的三周里给孩子上几次课。和一年级孩子们上完课之后，我真的很感动。他们的教室冷得上课时还要裹着厚厚的外套，他们除了语文、数学之外的美术、音乐、英语课必须依靠不稳定的志愿者来上，他们的学习用具也仅限于几根彩笔铅笔和破旧的课本。”

Q：孩子们的精神感染了你吗？

Alex：对，他们一个个都特别聪明，而且很努力。每一个京彩的学生都是因为热爱学习，渴望得到知识才会在如此艰苦的条件中坚持六七年的。他们有和其他孩子一样的理解能力，有甚至超过其他人的动力和珍惜的意识，可惜没有丰富的资源和机会。

Q：你希望小桔灯能带给他们哪些改变？

Alex：我希望通过阅读，这些孩子们可以拥有对世界有更广阔的了解，敢于拥有大胆的梦想和目标。小桔灯现在和京彩合作差不多有一年了，首先是捐赠图书馆，然后通过组织志愿老师、文化交流、环境改善等活动让孩子们充分享受到读书的益处。在这期间，我们也为其他三所贫困地区的学校捐赠了图书、文具和体育器材。我不认为我们所做的有多伟大，真正需要伟大

如果在网络上搜索“小桔灯”，会蹦出无数条以这个名字命名的慈善项目，它们多数是和为贫困学生捐赠书籍有关的，有的声势浩大还请到大明星参与，有的是有知名的企业赞助，而我们今天讲的小桔灯计划，是一个叫Alexandria的女孩独立发起的，如今虽然她已经赴美在著名的Philips Academy Andover读书，但这盏小桔灯还在这里薪火相传着。

的是我们接触的孩子们。我希望他们可以在受到书籍的激发下有足够勇气去挑战自己不幸的背景，努力为自己创造更有意义的生活。”

小桔灯计划具体实施方案

招募义工：帮助京彩学校完善教学任务，解决目前的师资力量匮乏的困境。

和“为中国而教”合作：为这个组织下的打工子弟学校和贫困地区学校募集图书管和图书角。

筹款活动：小桔灯计划开展fund raising活动，比如曾经在奥森公园举行慈善义走，让更多青少年参与进来。

看看参与小桔灯计划支教的学生怎么说

“这里的孩子都很聪明，而且他们特别懂得分享和珍惜，但我觉得再多人来支教也无法给予他们正常的教育，所以我们希望带给他们的是欢乐，像刚才拍照的时候那个女孩总是很害羞，我干脆就把她抱了起来。同时他们又是幸运的，他们没有什么约束。我希望能有机会带他们走出这个小村庄，去看更多的东西。”

——Angela/Adele (德威英国国际学校, G9)

“我五年级的时候教过这里六年级的学生音乐，在这里当小老师能体会当老师的感受，我还会告诉我的同学让他们也一起来。”

——Vivian/Bridget (鼎石国际学校G6)

欢迎关注小桔灯计划

电话：13811095992

微信：cathychang01或18701093738

微信公众平台：xiaojudengjihua 微博：weibo.com/xiaojudengjihua

邮箱：xiaojudengjihua@163.com

编后感：这次采访小桔灯计划热心帮菁kids联络的是Alexandria的妈妈，这位有三个孩子的北大英语系高材生如今几乎把全部的精力投入在公益事业，实在值得敬佩。



Helen Hong 北京乐成国际学校 G10

小小心意大大爱

文：阙玥 图：Sui

菁kids：你从什么开始参与慈善活动？

Helen：是我从八年级开始参加GNHD（环球自然日）开始的，最开始是做保护北京雨燕的项目，从第二年起我就召集高中部几个愿意一起做的同学，自己动手，然后我们把钱捐给在黑龙江的一个小女孩，目前已经帮她付了一年的学费。

菁kids：怎么找到那个女孩的？

Helen：希望工程有个叫1+1的，在那里你可以选择希望帮助的孩子。我还没有机会见过她，只通过几封信，她一年的学费是1000块钱，基本上就是我们做慈善活动的“纯利润”。她家的处境很不好，爸爸一个人外出打工，妈妈生病了，奶奶治病也花了不少钱，一家人全靠爸爸一个人的收入，交学费都很困难。

菁kids：慈善有很多种形式，你最后是怎么想到自己做手工？

Helen：我觉得学生自己本身并不赚钱，用这种形式更合适，而且我希望以后也能组织打工子弟学校的孩子们和我们一起做，会更有意义。我们做这个手工成本也不高，用的都是不穿了的旧衣服，T恤什么的，工具和零件一般是从学校附近的东郊市场买的，那儿比较便宜。而且我们不仅自己做手工，我们还义卖过自己做的蛋糕，这个过程本身就挺有意思。

菁kids：有没有觉得做这些手工活耽误了自己业余的时间？

Helen：有时候作业多的时候是会顾不上，基本上还是在周末和放假的时候做，而且有时候老做一种款式就烦了，我妈在这方面是个牛人，她经常会学

比起那些“能说会道”的校园慈善家，Helen其实是个有点羞涩的女孩子，在菁kids相约她在咖啡店采访拍照的时候，恰好碰到她的两个同学，她笑着说要换到另一个房间去。而她的亲自动手编制慈善手环也是这种风格，默默的但是很用心，而且持之以恒。

一些新的手艺，当然样子做得越好看卖得越好。我有个同学一年前买了我的手链现在还一直带着。

菁kids：除了做这些手工，听说你还参加其他方式的慈善？

Helen：对，像在学校各种节日活动上卖吃的，爆米花薯条之类的。我们家长会有一台爆米花机，我和几个同学学会了怎么用。我们买了一种杯子底下是空的可以装水，上面带一个碗可以装爆米花，一杯卖20块钱。因为这杯子比较新奇好多人没见过，所以卖得特别好。我也不想over charge，就好像因为慈善我就买得很贵。

菁kids：你平时会去传播这个慈善项目吗？账目怎么管理？

Helen：我不希望搞得特别张扬，我就在朋友圈里发一些召集。账务主要是我妈帮我在做，定期我会跟我的那些合伙人汇报一下。

菁kids：你未来对自己这些慈善的活动有哪些计划？

Helen：现在这个活动我肯定是要做下去，做到毕业。未来我希望把这个项目留在学校，保持下去。我们学校其实也有其他项目，比如去打工子弟学校教英语，和他们不同，我这种是私下自己发起的慈善活动。

编后感：这些花花绿绿的手链真的很吸引眼球，采访结束菁kids编辑也买了Helen的几条，她抱歉的说感谢但今天没有带收据，通常情况下是一定会给你收据的。

来自孩子们的“有声援助”

采/文：王蕾 图：张渊

慈善商店，在英国被称为charity shop或thrift shop，是一种公益性质的社会企业。《公益时报》在一篇报道中曾这样描述，“若不是亲身经历，你很难想象英国慈善商店的精美，其中不仅是善心，还是一种生活方式和理念。”

位于北京顺义国际社区内的“众爱慈善商店”，最初的创办人Leslie Simpson来自苏格兰，目前由中、英两方经理共同管理。经历8年建设与发展，众爱已成功串联起各方资源，以物资、资金、支教建设等形式支援四川、云南震区，持续帮扶近40家孤儿院和多个早产、白血病、小儿麻痹等重症患儿。同时，众爱在中华少年儿童慈善救助基金会设立“众爱专项基金”，帮助更多困境中的孩子。

不仅如此，由于一群充满智慧的众爱义工的存在，国际学校的孩子也有了更多参与公益与服务的好机会。

近日，来自众爱慈善商店的两位义工——高世波、张渊接受菁kids采访，讲述众爱最新的互动援助计划。

菁kids：两位都去过云南震区，有什么发现和感受？

高世波：众爱在云南的帮扶站设立在邵通巧家县。除了基本的物资援助外，那边长期缺少教育资源。比如教师，因为教学条件和福利等原因，根本留不住人。现有的几位老师大多是当年初中毕业没考上高中的。

张渊：在那边孩子们学英语，听的都是录音机，没有老师能开口讲英文。

菁kids：除了物资援助，大家还能帮什么？

张渊：其实，物资援助只是基础，在实地我们发现，能陪震区的孩子们玩一会，一起唱支歌，和他们讲讲故事，甚至比物资本身更有意义。

高世波：再进一步说，灾区的长期帮扶，如支教、农业和净化水支援等，都需要大家持续关注。就支教来讲，众爱正展开最新的“有声援助”计划。

菁kids：“有声援助”计划具体是？

高世波：众爱正在筹建自己的教室，配有电脑、录音等设备。邀请国际学校

或公立学校的孩子们讲故事、录音频。由我们统一制作，进行有声编辑，之后用视频或MP3的形式，交由当地老师播放给孩子们听。

张渊：这些故事可以是孩子们的经历、见闻，比如某个假期参加的社工活动、猫猫饲养小故事等等，由孩子们亲自撰稿、讲述。对于灾区孩子来说，这些录音不仅可以学英文、听故事，还能得到正能量的传递。而对于讲故事的孩子，这是一次智慧的输出。希望孩子们能感受到自己独特的价值，发现自己就是那颗“最闪亮的金子”。

高世波：和这一计划相辅相成的是，众爱云南分站正在陆续完善中，将成为当地的永久性建筑，持续帮扶项目。为此，我们设计了带宿舍的培训教室，对初中水平的执教老师进行免费培训。我们有一个“十年计划”，第一步是援建，之后培训当地师资，最后将这一分站发展成持续的公益机构。

编后感：采访开始前，高世波队长用手机播放了一段视频，5、6个震区孩子坐在他驾驶的越野车里，一路颠簸在泥泞曲折的山路上。孩子们第一次坐汽车上学，从前2个小时的上学路缩短为无比新奇快乐的20分钟，娃娃们笑的好甜。或许曾经，我们从无数个媒体上看到过类似画面，时间点通常是在某地刚刚发生重大灾害之后。可就在这一刻，当面对这段或许并不会广泛传播的视频，面对这些纯真孩子的时候，我的视线一片模糊。公益的道路很远，与同行者共勉。

采访嘉宾：



高世波：众爱慈善商店义工，“众爱云南”项目负责人。拥有多年赈灾经验。汶川老乡称他兄弟，玉树阿妈叫他儿子——“灾区就是我第二个家”。



张渊：众爱慈善商店义工，多次奔赴灾区，建设“众爱云南”项目——“公益帮扶要从内心发出才更有意义。引用《哥林多前书》中的一句话，‘爱是恒久忍耐，又有恩慈，爱是永不止息。’”





节日远离 “甜蜜”的陷阱

Keeping Away From Sweets

文：段建华（北京新世纪妇儿医院保健科医生） 图：Mitchell Pe Masilun

孩子眼中的节日五彩缤纷，充满了诱惑。大人们可能因为节日生活的不规律节后出现常见的疲乏、厌食、头痛等节日病，孩子们也会出现由于节日期间饮食和生活习惯改变造成的厌食、偏食、龋齿、肥胖或者营养不良等疾病。所以，家长们一定要擦亮眼睛，和宝宝们一起发现和避免坠入节日的陷阱中。而众多节日陷阱中，“甜蜜陷阱”最常见也是对孩子们最具有诱惑力的陷阱之一。

节日来临之前，不如听菁kids来分析一下甜蜜陷阱有多大危害，宝宝们会遇上哪些甜蜜陷阱，如何才能轻松跨越陷阱，健康过佳节。

甜蜜陷阱大危害之肥胖或消瘦

众所周知，肥胖和过多的糖分摄入有非常直接的关系。这里所说的糖分，不仅仅指有甜味的食品，这里的糖分其实是能量的意思。大人们需要足够的能量维持一天活动的消耗，宝宝们需要足够的能量满足一天活动的消耗和生长发育的需求。机体像一部精密的机器，通过燃烧葡萄糖产生能量。所有经口摄入的食物，最终经消化液和肠道中众多酶的分解，有很大一部分经过多糖-双糖-单糖的代谢过程被分解为最基本的燃料葡萄糖（单糖的一种）。但如果摄入的食物过多，多余的葡萄糖只能被转化为脂肪储存起来，导致肥胖的发生。甜味食品，并不一定含有最高的能量，但甜味是我们的味觉最喜欢的味道，披着甜味外衣的众多食品，同时也是高脂肪、高油脂食品。甜味道抑制头脑中的饱食中枢的警告信号，促进机体不断进食，催生了一堆堆的小胖墩。

另外一种掉入甜蜜陷阱的孩子不表现为肥胖，反而很是消瘦。这又是怎么回事呢？原来，这类宝宝喜欢甜味食品，又不像肥胖宝宝那样具有相对较好的消化，吸收功能。由于进食了甜味食品，造成了对其他味道的不喜爱，导致进食少，反而表现为消瘦。

甜蜜陷阱大危害之龋齿

龋齿的形成取决于牙釉质是否发育的好，食物种类，牙菌斑内细菌的繁殖，时间这几大因素。牙釉质的发育和母亲孕期营养和疾病有很大关系。粗糙或含纤维类多的食物有清洁牙齿的作用，而大多数高糖类食物如糕点，甜饮料等积聚于牙面时代谢产生多量有机酸腐蚀牙釉质，喂养蛀牙细菌。如果没有口腔清洁的好习惯导致牙菌斑长期生长，龋齿就会出现。

甜蜜陷阱大危害之烦躁宝宝

甜味道无疑是令人愉悦的味道，不论大人小孩都喜欢。大人们还有部分自制力对甜食说“不”，孩子们可没有那么强的意志力。再加上家中长辈们的“疼爱”和纵容，总能在撒娇耍赖或表演节目后得到“甜蜜的奖励”。久而久之，宝宝们已经熟悉了家长的软肋，知道该通过何种“手段”得逞。当家长们发现宝宝已经掉入甜蜜陷阱想要挽救时，往往宝宝们已经对甜食上瘾，于是各种甜蜜争夺战纷纷上演，原来管用的招数不好用时，宝宝们备受挫折，称为每天诸多负面情绪中的“问题”宝宝。

甜蜜陷阱诱惑物之糕点

披上甜蜜外衣的糕点多是高脂肪，高碳水化合物，高油脂的食品。如一小块奶油蛋糕所含的卡路里就已经达到每天卡路里的总需要量。节日中是糕点横行的时节，不要被孩子们享受糕点时的可爱吃相所迷惑，想想它所含的过剩能量多可怕吧。

甜蜜陷阱诱惑物之零食

超市中琳琅满目的零食货架是孩子们的最爱。尤其是有甜甜味道，五颜六色的各种糖果，好吃又有神奇功

能的泡泡糖，跳跳糖等等，每个都想跳到小朋友的衣兜里来。但是，请读一读这些“美好”糖果的配料表吧：甜蜜素，山梨酸钾，糖精钠……众多毫不认识的化学食品添加剂都要通过孩子娇嫩的肝脏、肾脏重重分解才能排除体外。很多食品添加剂在代谢过程中，很多机体需要的钙、锌、铁等有益微量元素的吸收都有竞争性抑制作用。间接导致有益微量元素的吸收障碍，从而出现厌食、偏食、抵抗力降低、皮肤问题等多种微量元素缺乏表现。

甜蜜陷阱诱惑物之甜饮料

各种甜味饮料是节日餐桌的必备，也是孩子们在餐桌上争抢的对象。本来已经准备好消化正常食物的胃酸，胃泌素等诸多胃肠激素，被从天而降的甜饮料无限制稀释，只能眼看着需要消化吸收的各种营养物质穿肠而过。

跃过陷阱好功夫之规律饮食

虽然过节是举家欢聚的好时刻，但宝宝们的基本饮食规律仍然要有原则的遵守。1岁半以上的宝宝，一日三餐时间点应该仍然基本固定。正餐之间的两顿加餐仍以少量为原则，水果或少量奶类制品（如酸奶）为宜。记得收起亲戚朋友们送来的各种甜蜜诱惑，看不到，宝宝们就想不起来去要。如果白天确实进食量较多，晚睡前的奶量可以适当减少。如果某次零食的进食量过多，尽量带宝宝多运动消耗掉多余的热量并多饮白水加快机体代谢，以免过剩能量转化为脂肪或者由于积食造成宝宝食欲减退。

跃过陷阱好功夫之奖罚有度

节日中接触“甜蜜”陷阱的机会太多，有时防不胜防。只有充分理解孩子对甜蜜陷阱的低免疫力，了解自己宝宝的诸多“得逞”小技巧，才能从一开始就在甜食大作战中占据上风。在各种亲子游戏中，以宝宝喜欢的甜食做小奖励，可以增加宝宝的配合度和亲子的感情。对于宝宝的无理要求，可以通过转移注意力，交换健康食品和健康活动为手段，温柔但坚决的予以制止。

跃过陷阱好功夫之健康好习惯

规律饮食就是健康好习惯的一种。细嚼慢咽虽然是老词，但绝对是减低肥胖发病率的绝对法宝之一。肥胖的宝宝多伴有食欲旺盛和囫囵吞枣的快速进食习惯。全家人一起帮助他建立每口饭咀嚼三口再咽下的好习惯减慢吃饭速度，以便于消化液的充分分泌。还可以通过少量、多次盛饭的方法增加盛饭时的等候时间，以便让大脑中的饱食中枢有机会发出“你已经吃饱了”的信号。

进食甜食之后，就更要养成每天早晚刷牙和饭后漱口的好习惯。以免食物残渣的逗留产生牙菌斑的肥料有机酸。如果已经积聚了牙菌斑，及时刷牙也可以避免或减缓龋齿的发生。对于3岁以上的宝宝，推荐对乳牙进行窝沟封闭或者通过牙齿涂氟来给牙齿穿上防护服。

Tips:

在食品包装上往往只能看到“总糖含量多少克”这样的字眼，为了保证每天额外摄入糖分不超过6茶匙（相当于24克），我们有必要研究食品标签，对其含糖含量了如指掌。



烧烤酱

每2勺中含有3.75茶匙（15克）糖。



番茄酱

每2勺中含有2.25茶匙（9克）糖。



水果酸奶

每6盎司中含有7.75茶匙（31克）糖。



意面酱

每1/2杯中含有3茶匙（12克）糖。



全家齐上阵 搞定圣诞节

The Holidays are all about Family

文：阙玥 图：大象儿童摄影 场地鸣谢：国贸三期商城

从事儿童教育产业的王惠和她的影像艺术家老公王太平有一儿一女：王芊芊和王大齐，这一家四“王”十分霸气，但用妈妈的话说是“真心累”。圣诞来临他们全家出动用一天时间购置节日礼物，同时把自己家的圣诞树也给装扮起来。菁kids全程跟踪，也许能给你的圣诞计划多些借鉴。



妈妈教孩子们如何通过封面挑选一本图书

早早的王惠就把两个孩子叫起来，给他们做了鸡蛋饼当早饭，顺便犒劳了一下平时工作忙碌的爸爸，一家人你难得一起吃早饭，两个孩子显得很兴奋，一路唱着歌来到了商城。圣诞节的采购时间紧任务重，他们必须找一个能吃能逛能玩的地方，人还不能太多，离家不能太远，权衡了一下国贸三期商城是个不错的选择，孩子们一进门就跑开了。

花店、书店必不可少

芊芊最爱花店，不仅是花店里的花，还有花店里各种好玩的小物件。问到花店的名字，妈妈回答说“野兽派”，芊芊便一分钟变野兽了，弟弟也跟着起哄，惹得花店内外一片笑声。在花店里，绅士风度的爸爸买了花给家中的两位女士，弟弟觉得送花可能没有送棒棒糖来得实在。妈妈说，给女儿起芊芊的名字是希望她能如芊芊淑女，儿子叫大齐就是要多点男子气。

如今的书店的概念很广泛，书店里适合孩子的书籍也是琳琅满目，很多书店单独开辟了供孩子阅读的区域，妈妈为自己挑选了设计方面的杂志，趁机给孩子讲了故事，并且告诉孩子该如何通过封面和图片挑选到自己喜欢的图书。很多人觉得实体书店不如网店价格优惠，其实在实体书店也能享有会员价，节日期间更是有许多杂志都有买赠活动。喜欢一本书就马上把它带回家的愉悦还是网店不能代替的。

买衣服的妈妈经

王惠自己就很爱美，有个闺女更是爱打扮她，但有了儿子之后她觉得该区别对待。给儿子买衣服的数量远远不及闺女，但这次圣诞节她决定犒劳一下儿子，为他挑选几件基本款的童装。谁知弟弟还是对给姐姐打扮更有兴趣，饶有兴趣的看着姐姐试衣服，小小绅士就是这样养成的吧！有了两个孩子之后，妈妈坦言压力大了，不像以前会把大把钱花在给孩子买衣服上面，但还会趁着节日期间的折扣挑一些给他们。据说孩子自己在十岁以前对服装没太大感觉，好看与否都是父母的感觉，所以面料的选择是最关键的，让孩子穿得舒服比什么都强。



单品推荐：
Gusella 女童羊毛大衣



孩子们最想收到的圣诞礼物

一份英国儿童圣诞礼物愿望清单揭示了3-12岁的英国儿童理想的圣诞礼物。位列榜首的是想要一个弟弟或妹妹，这样看来芊芊和大齐好幸福！前紧随其后的是驯鹿和宠物小马。当然，有些孩子也想要些贵重的礼物，比如排在第四位的汽车和第七位的房子。而与排在第八位的雪和第九位的石头相比，排在第六位的巧克力显得非常普通。让妈妈颇为伤心的是，在这份愿望清单上，爸爸排到了第10位，而妈妈只排到了第23位。事实上，英国的孩子也受到了电子产品的吸引，iPhone和iPad也在前50之内在这份清单上，还有一些让人哭笑不得的愿望，比如月亮、时间机器还有甜菜根。



最爱的糖果店还有玩具太开心了



男子汉对买衣服没兴趣，服装店里的玩具除外

礼物不是越贵就是越好

妈妈王惠说，好多家长都觉得给自己的孩子买礼物都觉得越贵就代表他越疼孩子，其实这种想法恰恰会给孩子造成金钱方面不健康理念的灌输，尤其要不得。而且，孩子的东西不见得越贵越合适，她有一次在香港给女儿买了一双价格不菲的皮鞋，因为版型和样子特别好看，但是孩子的鞋不同于大人，大人会为了穿一双漂亮的高跟鞋“拼了”，孩子再喜欢好看的鞋子，不舒服也不会再穿，所以这双只穿过一次的名牌鞋至今还躺在王惠家壁橱里。相反，一些并不贵重但很有心意的礼物更能激发孩子的创造力，想当初雕塑家朱莉安娜·罗茨就是收到了父亲一块不起眼的小小划桨板，从而激发培养了她的动手能力。



复古巴士模型

姐姐用零花钱送给弟弟的节日礼物



熊仔存钱罐

弟弟用零花钱送过姐姐的节日礼物



适当的包装很重要……

家长们觉得，反正是送给自家孩子的，礼物就不必包装了吧。其实简单包装一下会让孩子懂得什么是心意，让他们懂得珍惜和感恩。当然如果能自己动手包装礼物更是一家人的乐趣，把礼物包装好装扮一下圣诞树，还有比这更温馨的场景吗？

如何装扮一颗完美的圣诞树

即使市面上充斥着各式各样的圣诞产品，一颗传统的圣诞树还是人们表达圣诞情怀最好的方式。来自谢菲尔德大学数学系的学生发明了一个公式，通过这个公式，人们可以设计出一颗完美的圣诞树。他们通过测量树的高度来计算需要多少灯泡，亮片的长度，灯条的长度，甚至星星和树顶精灵天使的高度。通过完美的配比来打造一颗最完美的圣诞树。

“三角含树”的公式如下：（单位：cm）

灯泡数量 = $17/20 \times$ 树高

彩带长度 = $13 \times \pi / 8 \times$ 树高

灯条长度 = $\pi \times$ 树高

星星 / 精灵 / 天使的高度 = 树高 / 10



挑礼物的过程中，姐弟俩一直追跑嬉戏，跑累了就分享一块饼干。选择集中有儿童商铺的场所尤为重要，一个是减少了带孩子来来回回跑的路程，另一个也多了货比三家的方便。另外儿童商铺中往往有专供孩子休息的区域，“俩孩子就像电池，逛一会儿就没电了，玩的地方就像充电站”妈妈王惠说，“不过一定不能先让他们进到游乐场去，那就出不来了，要把任务都完成了把游乐场当作最后的奖励。”



“语言”是通往世界一流大学的大门
Language is the gateway to entering world-class universities

我们的星期六语言与学习学校正在招募新生！在这里，我们不仅帮助学生提升英语语言技能，还培养他们成为具有国际化思维的学习者。

北京哈罗英国学校“语言与学习”部门为母语为非英语的在校学生提供针对性的语言辅导，充分提升学生的交流技能，帮助他们成为符合哈罗要求的学生。

北京哈罗英国学校的毕业生成功获得牛津、剑桥、普林斯顿、达特茅斯等世界顶尖大学的录取通知书。

如需更多信息，请联系语言与学习部门负责人John Hopkins，邮箱 JHopkins@harrowbeijing.cn；或者登录网站预约会面 <http://www.harrowbeijing.cn/EnquiriesandSchoolVisits.aspx>

We are currently accepting students into our Saturday Language & Learning School, where the focus is not only bettering English-language skills but also on developing global learners.

For qualifying students at Harrow International School Beijing, our Language & Learning department provides language support when needed to ensure the highest level of communication skills possible in our students for whom English is not the first language.

Students at HISB have earned offers from Oxford, Cambridge, Princeton, Dartmouth and many other top universities.

For more information, please contact John Hopkins, Director of Language & Learning at JHopkins@harrowbeijing.cn, or go to <http://www.harrowbeijing.cn/EnquiriesandSchoolVisits.aspx> to schedule a visit.

10年专注北京
10 years in Beijing

442年坚守传承
442 years of Tradition

一贯秉持卓越教育
Excellence in Education

Tel: +86 10 64448900-6900
Website: www.harrowbeijing.cn

Leadership for a better world



HARROW
INTERNATIONAL SCHOOL

BEIJING



我们今天和孩子们一起做手工体验工作室叫做PULLnPUSH，喻意“所有美好只是一扇门的距离”。取自门上的标识“推”和“拉”，在这里，孩子们通过动手体会到创造的乐趣，享受一段穿针引线的宁静时光。

造物神奇，手是主力

在PULLnPUSH发现指尖上的智慧

The Wonder of Creativity Coming from Handiwork

文：lulu 图：大象儿童摄影

为什么是手工

手工是以手完成的工艺创作。手工之所以珍贵，是因为它的独一无二、它的质朴动人、它的慢工细活、它的深刻表达……还记得8岁的女孩缝制的帆布袋，连吃饭和睡觉都要带在身边，倍加珍爱。难怪，身处E时代，像这样耗费时间、倾注精力、以手完成的工作尤为珍贵。这种有情怀的创作，慢工细活的节奏，让我们油然而敬。

约会Ms.缝

PULLnPUSH原创手工体验做了一个大胆尝试——教孩子们在立体人台上发挥创造力，于是有了Ms.缝。缝小姐，缝制的缝。她在不同的眼光里幻化为不同的个性、风格和美丽……

有曲线的立体人台便于面料的服帖包裹，海绵质地适用于珠针轻松固定，经过老师的指点和调整，一堂课的时间（3.5小时）就能完成惊艳作品。孩子们尝试着色彩搭配、立体裁剪、创意设计，体验了一场“手随心走”的美好经历。

四个小时的时间里，我们看到了母女间的默契；8岁的小姑娘已经很会坚持主见，颜色的搭配、装饰物的挑选、图形的摆放全部一手包办。妈妈很慈爱地欣赏着女儿的胸有成竹和天马行空的创造力。你能想象年轻的孩子可以坚持三个半小时不碰手机吗？是手工的魅力让她们做到了专注。

有爱，童话就在

在菁kids和缝小姐相遇之时，远在8000公里外的慕尼黑正享受着一年一度十月节（也称啤酒节）带来的狂喜；尽管北京没有啤酒和猪肘、没有翻糖饼干和白衬衫，但是我们有Dirndl。这款随着十月节普及度极高的阿尔卑斯少女装集合绑带、窄腰、蓬蓬裙等特征。

不同颜色的面料，静静等待着懂它的女孩。要相信孩子们的“一见钟情”，那绝对是百分百的正确选择。

第一次接触到做版和立体裁剪，过程非常艰难，但也很新鲜有趣。完成后每个人都十分开怀。妈妈们也被美丽的Dirndl结结实实打动；和女儿一起的手工时何等珍贵。一起做回少女吧！女孩们聚在一起总会带来太多的惊喜；手里忙着的同时还不吝啬给你一个灿烂的笑容，对待所有的美好专注至极，闺蜜间有聊不完的话题……巴伐利亚的山水是女孩们清澈的笑脸，童话故事里有每个人的足迹。“时间”有没有分量呢？以前不知道，但是经过这个专注的、欢乐的、美好的下午，仿佛触碰到了了一份沉甸甸的珍贵。

缝小姐宣言

我们尊重有情怀的手工创意过程，坚信：造物神奇，手是主力。孩子们通过探索和触摸未知，与每一种材质深度互动，收获不可言喻的美妙感受。再见，流水线上的毫无特色；再见，泛滥的电子设备；再见，孜孜不倦的模仿；再见，浮躁。



小朋友按照制作好的版型剪好布料，之后缝纫。

因为体验时间有限，为了在短时间内呈现最好的效果，我们以颜色搭配、优秀材质的绑带和镂空蕾丝围裙作为点睛之笔，让每个孩子都拥有自己独一无二的dimdl。

dimdl的制作过程丝毫不输于任何一件成衣的制作步骤之复杂，也是由款式造型设计、结构设计、工艺设计三个部分组成。因为是针对孩子们的体验，老师简化了dimdl的款式设计，只挑选了最有代表性的元素：绑带胸衣、马甲款式、装饰围裙和蓬蓬裙。在结构设计，也就是版型处理上丝毫没有马虎，因为 dimdl的精髓就是紧致的胸衣、束腰和蓬松的裙摆。为了使每件dimdl展现出极致的状态，老师按照小人台的三围将制作胸衣的面料分解为7片，这样才能确保上衣的完美缝合。



菁kids可以订阅啦!
 国际教育、家庭生活、都市资讯.....
每年只需200元，快递到家，方便贴心 抢订中






咨询热线 5941 5559 (工作日10点至18点)
 或发邮件至 distribution@truerun.com 领取订阅表格

孩子的节日菜谱

Holiday Dishes Made by Kids

文: Cherry Dong 图: 戴翔

还在为今天吃什么及每日做饭而烦恼吗？相信我，做饭再也不仅是大人们的事儿，天天耳濡目染的一日多餐早已使得孩子们也能够一秒翻身变大厨。**菁kids本期特意邀请到两个家庭的4个孩子，动手动脑写出他们心中的小小节日菜谱，既简单又美味。**不如今天就放下你手中的烹饪工具，舒舒服服享受一顿充斥着孩子们满满心意的特殊菜谱。正应了那句，这世界，唯有美食与爱不可辜负。





步骤:

1. 无花果去皮切成小块。
2. 将无花果以外的材料放入小锅加热，沸腾后加入无花果，以中火煮10分钟，一边木勺捣碎，并捞出浮沫，冷却后放入冰箱。
3. 将白奶酪，蜂蜜，柠檬汁搅拌均匀。
4. 将鱼胶片隔水加热溶解和3的白奶酪搅拌均匀。
5. 将鲜奶油打发分2次加入4的材料里。
6. 倒入杯子里放进冰箱约2小时冷藏，凝固后淋上无花果酱享用。



白奶酪慕斯佐无花果酱 Mousse au Fromage Blanc



原料:

- 1.无花果酱:**
 无花果 250g
 蜂蜜 100g
 水50ml
 红酒50ml
 柠檬汁 2小勺



2.慕斯:

- 白奶酪 250g
 蜂蜜 50g
 柠檬汁 2大勺
 鱼胶片 2片
 淡奶油 200ml



原料:

- 童子鸡 一只
- 小土豆 10个
- 洋葱1个
- 胡萝卜1个
- 柠檬 1个
- 大蒜6个
- 香菜根6个
- 百里香一把
- 大蒜油3勺
- 原粒白胡椒1勺
- 喜马拉雅山岩盐 1勺



圣诞烤鸡 Christmas Roast Chicken

步骤:

1. 大蒜，香菜根，百里香，胡椒粒，喜马拉雅山岩盐一起捣碎。柠檬，小土豆，胡萝卜，洋葱切块。
2. 将柠檬块塞到鸡肚子里，所有调料均匀的抹在童子鸡外侧和内侧。再刷上蒜油。放冰箱冷藏一晚。
3. 预热烤箱240度，铸铁锅子刷上椰子油铺上小土豆和胡萝卜，把鸡刷上椰子油放在蔬菜上。入烤箱240度烘烤1个半小时左右，直到颜色金黄色。



健康式炸龙利鱼排加薄荷奶油青豆 Fish and potato wedges+ minty peas

原料:

1.英式炸鱼:

- 龙利鱼排
- 面粉
- 葡萄籽油
- 柠檬
- 自发粉 (50g+1小茶勺)
- 冰镇带气矿泉水125ml
- 淀粉50g
- 蛋清1个



2.薄荷奶油青豆

- 冷冻青豆
- 黄油
- 薄荷



步骤:

- 1.将鱼排放在面粉盘中正反粘上面粉。
- 2.另备一碗，放入自发粉、淀粉、盐、胡椒、冰汽水，再倒入蛋白，搅拌均匀。
- 3.将鱼排放入料中沾满。
- 4.用空气式炸锅将鱼排“炸”熟即可。
- 5.将冷冻青豆放至开水锅中煮熟，沥干。
- 6.将黄油抹在煮熟的青豆上，融化。
- 7.撒上新鲜或瓶装的薄荷，即可。

百香土豆角 Potato wedges



原料:

土豆
橄榄油
香料 (如迷迭香、
百里香、罗勒等)
辣椒面 (不爱吃辣
的可以省略)
胡椒



步骤:

- 1.将土豆洗净,放入微波炉内最多10分钟
- 2.小心取出,切至菱形。
- 3.将橄榄油倒入锅内加热,倒进已半熟的土豆角。
- 4.加入自己喜欢的香料,如辣椒面和胡椒。
- 5.反转土豆角至金黄色,加入少量盐。
- 6.将烤箱调至180度,将锅放入烤箱10-15分钟后即可。

冬日暖饮 Winter warming drink



原料:

蔓越橘果汁2公升
鲜橙1个
丁香2-3粒
肉桂1根
肉蔻酌量
八角一瓣
香草酌量

做法:

- 1.将所有原料搁置锅中,中到小火,切勿烧开。
- 2.温火20-25分钟,关火。
- 3.放几片香橙片点缀,盛出。

从美国中学历史课想到的

Teaching History: the Chinese vs. American Methods

和老朋友在一起聚会、谈天，朋友们常常问我：五十年以后，中美两国哪个更强势？中美两国文化哪个更好？中美教育哪个更先进？为什么美国学生对世界历史了解的那么少？

作为教书匠，我没有对两国的经济、政治、文化、教育做过全面对比，也没有做对比的實力。在美国我读了一个历史的硕士学位和一个教育学的硕士学位，通过了教书证书考试，在美国高中教了十几年书，对美国的中等教育知道一些。最近我走访了一些北京高中历史教师和几位在教研中心工作的历史学科专家，一起探讨了中国和在美国在历史课教学中的不同，以及各自在教学中的优势和不足。

在高中第一节历史课上，一般美国老师会开宗明义地告诉学生，**历史课不是记忆教科书对历史事件或人物的结论，而是要通过阅读、讨论、分析来了解影响这段历史的事件、问题、辩论和思想。**培养学生的思辨能力是写进教学计划的。

比如在课堂上对美国内战前南北两方的状况分析。从1861年到1865年美国爆发了内战，我们译成“南北战争”。很多中国师生都看过《汤姆叔叔的小屋》和《飘》两部小说和电影，知道北方是正义的，北方代表先进的生产力。南方的白人坚持奴隶制，是叛军。但在美国历史课上，不是仅仅记住这样的结论就可以了。在课堂内外，学生可以对上述结论提出不同的看法，甚至是相反的看法。

美国教师在选择教材上有较多的自主权和教学方法，不同的学校和教师会用不同的教材和不同的方法导入这个单元。比如可以先布置通读这个单元的教科书，在通读以前，教师提出导读问题（guiding questions），学生边阅读边思考教师提出的问题，在阅读中也可以提出自己的问题；或者通过看一部电影，导入这个单元，给学生一些背景知识，引起学习兴趣。

首先是阅读过程。学生通过阅读教科书和其他资料来了解、分析导致南北双方开战的主要事件，双方的动机，双方的政治、经济条件。教师先给出思考题，安排阅读章节，学生基本是在课外阅读。

接下去是小组讨论，学生提出阅读中的问题，对有争议的问题各抒己见、充分讨论。教师随时发现、抓住讨论中的关键问题，带到全班讨论，这帮助学生培养思辨能力（critical thinking）。小组讨论中，有的小组研究北方废奴主义和南方坚持维持奴隶制的对立观点；有的对比工业化的北方工人生活条件和南方黑人的生活条件。一些学生调查、了解、研究南方黑人在南北战争前后的状况，他们的政治、经济、生活地位。还有些学生不仅调研美国黑人的状况，还搜集、阅读南美国巴西黑人的状况，对比在奴隶制下美国南方和巴西黑人状况。每个小组有组长，有记录员，大家一起把讨论结果用大字写出来，张贴在教室里，走廊里，向全班汇报。

在汇报时，所有小组成员都要上台，参与和全班的对话，有成员做主要发言，其他成员做补充。教师和学生对他们的论点、论据、对比的结果进行提问、评论。小组成员要一一做出答辩。最后，教师和学生共同为这个组评分。组里的每个成员都得到相同的分数，非常培养增强团队意识和团队精神。

在课堂上，学生经常会提出新颖的、与主流社会不同的看法。举其中一例，无论美国师生还是中国学者，大都以为在美国南方黑人是主要劳动力。这好像是不言而喻的。一个白人庄园主拥有几十个甚至上百个黑人奴隶，因为小说和电影描写的基本上是黑人在白人主人和监工下摘棉花，种烟草，遭毒打。女奴隶在庄园里烧饭，带孩子，做家务。有些学生读书很仔细，在课本上、史料中发现南北战争以前，南方白人和黑人的比例是六比一，即在南方每七个人就有六个白人，一个黑人。今天，美国黑人人数仍低于总人口的百分之二十，这是统计数字，是事实。怎么用这个数字来解释黑人是南方主要劳动力呢？这些发现说明学生学会了批判性的阅读与思考，学会了思辨方法。

在同一单元的历史课上，中国学生记住了许多课本上的观点。他们比美国学生记忆了更多的年代、人物和其他细节。美国历史教学的优势在于师生不受高考指挥棒的影响，教师有主动权。

学生在历史课上学会怎样找材料，思考，研究，怎样写论文。**考核重视参与，强调的是学习的过程而不是仅仅记住书本上的结论。**学生的论文没有统一答案，只要学生的论据能够支持自己的论点，逻辑上讲得通，就基本能得到B，如果文字、语法好，A就到手了。老师根据设计的评估表（rubrics）给学生评分。评估表在写论文前就发给学生了，学生知道朝哪个方向努力。

并非所有的美国学生都能在中学期间学会写小论文，美国学生两级分化严重，很多学生是一问三不知，高中生辍学率远远高于中国城市的学生。

当今世界最有影响力的发展心理学家和教育学家霍华德·加德纳（Howard Gardener），（多元智能理论创始人，被誉为“多元智能理论之父”和“推动美国教育改革的首席科学家”，现任哈佛大学教育研究生院心理学教授和教育学教授），在他第四次访问中国后说：“在中国，教育是竞赛，孩子们尽可能早的加入这个竞赛……评估教育的标准是让尽可能多的学生在最短的时间内通过比赛终点。在美国我们也意识到这种竞赛，但我们觉得学生应该有机会松一口气做做其他有兴趣的事，即使不是所有的学生都能通过比赛终点……**中国教育的优势是他们培养的学生多数能毕业并且精通他们学到的东西，他们不足的是学生毕业后并没有更多的潜能。美国教育的弱点是很多学生不能毕业，但那些能够完成教育全过程的学生有很多有趣的创新思想。**”霍华德·加德纳，《放开思路：中国教育对现代教育困境的启迪》

用最浅显的语言诠释加德纳的话：中国的学生学得多，悟的少，每天都在练基本功。美国学生有的很出色，学少但领悟的多，有创造力；有的学生学得很差，以至于辍学。优秀的中国数理化学人真的“走遍天下都不怕”。无论在国内发展还是出国工作，都能找到令绝大多数美国人羡慕的工作和工薪。就实用、谋职、过上中产阶级的白领生活，我们的教育是成功的。可是有多少人能有独特的见解，发明创造，获诺贝尔奖呢？



王镜

生于北京，1967年毕业于北大附中，当过牧民、工人、中学教师。1985年毕业于北京师范大学英语系。1993年赴美，就读于路德神学院，专攻基督教历史，获文学硕士；就读于明尼苏达州教育学院，获教育学硕士。毕业后在明尼苏达州圣保罗市公立中学任教直至退休。

在瑞士上小学

Inside a Swiss Primary School



山丹丹，全职主妇，原居北京，后跟随丈夫举家搬往日内瓦生活，儿子壮壮13岁，目前就读于Institut International de Lancy

2007年，先生意外地得到了一份去瑞士日内瓦工作的机会。那一年儿子六岁，自此开始了在日内瓦的六年小学生活，很早就听说过国外的孩子上小学如何轻松，我也对瑞士小学教育的“轻松”有了亲身体会和认识。

首先是对家长来说很轻松。日内瓦的公立小学跟北京一样实行“就近入学”，小学校很多，一般步行十分钟的范围内至少有一所小学。儿子上的小学离家只要走四、五分钟，而且对一、二年级的学生，到学校的时间没有严格要求，八点半左右到校就行了（三年级以上八点），所以我没有国内很多家长每天早上如打仗一般送孩子上学的痛苦。

这里的公立小学校没有重点和非重点之分，各个学校有大有小、设施有新有旧，但说不出哪个教学质量好，哪个质量不好。如果你跟当地人打听哪所学校更好些，他们多数人能想到就是“嘿，那边的那所好，操场大，还有室内游泳池呢”。所以这里的家长似乎从来没有择校的想法，也自然没有了国内家长那样的择校的烦恼。每当我跟国内的朋友谈起孩子的教育，听他们抱怨要找关系、交赞助、甚至动用多年的积蓄买“学区房”时，我就暗自庆幸自己生活在瑞士省却了多少烦恼呀。

自然，孩子上学也是轻松、快乐的，这里的小学一周上学的节奏基本归纳为“上两天歇一天，上两天歇两天”——周一周二上学，周三休息，周四周五上学，周六日休息。各种假期也不少：两个月的暑假，一周的秋假，两到三周的圣诞节、新年假期，一周的滑雪假，一周半的复活节假，还有些零零碎碎的宗教节日。我总觉得孩子在家的日子比上学的日子还多似的，拿着年历数一下，可不是，一年在校平均也就一百五十一（这也从一个方面解释了为什么瑞士多数家庭只有一个人上班）！而且假期里，老师是不留作业的。当然，平时上学时候的作业就不多，抓紧时间的话，一周的作业用不了一个小时孩子就做完了。

在学校里，考试成绩并不重要，小学二、四、六年级是根据平时成绩和暑假前的日内瓦州统一考试成绩来决定是否升级；而一、三、五年级则只看平时成绩来决定是否升级。考试评分为0-6分，只要求你及格（3分）就行，没有人排名次，所以孩子并没有成绩的压力，也从不为分数苦恼。当然如果孩子对自己的要求高，想在期末时平时成绩都拿到好分数，那么也是需要付出相当努力的。不过，在这里体育好的孩子远远要比学习好的孩子更受欢迎。

我曾经困惑为什么日内瓦的学校每周三不上课，后来听说这是历史形成的，因为过去孩子要利用周三去上宗教课。当然现在早已不是这样，但很多家长还是利用周三送孩子去上“课后班”。不过这里的课后班可不是

我们国内的“奥数班”、“补习班”或“提高班”，多数是体育、艺术类的兴趣班，绝对不会培养出孩子的厌学情绪。

在日内瓦上公立学校是免费的，不仅没有学费，连本、笔、夹子、橡皮甚至计算器等都发。每学年结束，儿子都提回两大口袋的剩余文具、本和他自己的美术课、手工课的“作品”回家。

有时需要组织一些校外的活动，比如看演出、参观博物馆，这些活动的交通和门票是要花钱的，多数时候也是政府给学校提供经费。但也有例外的时候，有一次儿子把一张学校的通知带回家说老师要带他们去看话剧，可是学校的经费不够，需要家长出一部分钱，因此要家长投票表决是否同意组织这次活动。我问他需要多少钱，儿子说学校给每人出五块钱（瑞朗），每人自己出两元。我当时差点笑出来，为这区区两元钱还要搞“全体家长公投”。

小学从四年级开始孩子们每年都会参加为期一周的冬令营，在外面的住宿、吃饭等需要的经费基本都由政府承担，但也会有一些金额不太大的额外支出政府是不承担的，对于这笔支出学校或老师不会伸手向家长要钱，而是老师带领同学一起筹款。筹款有不同的方式，“义卖”是最普遍的一种，同学和家长在家里做好甜点，然后拿到学校利用课间休息的时间去卖，品种不同，价格不同，一般一份一到三元不等，全校的老师和同学都会捧场，人多力量大，自然会筹到不少钱。孩子在家里和家长一起做蛋糕、烤饼干，爆米花、炸虾片，串糖串……，既学会了做家务，又为班级做了贡献。这真是一个一举两得的好事情。

另一种我遇到的筹款的活动，更是独具特色——让孩子向邻居去筹款。那一年儿子上五年级，冬令营是去骑马，需要筹集一笔钱去买草料。他们筹款的方式却是我从来没有听说过的：孩子去周围的邻居家敲门，说班里会组织一次听写考试，请邻居根据自己的考试成绩给自己发奖金，一共听写十个词每个词五毛钱。孩子们事先可以凭本来说服若干个邻居“签”这份“奖励合同”，考完试，孩子凭自己老师给的证明向邻居收钱。开始我有点将信将疑，邻居会不会认为是小孩在骗钱呢？可事实证明我多虑了，邻居们不但按照正确的单词数给了钱，由于儿子那次全部写对，部分邻居又给了额外的奖励，最后儿子高高兴兴拿着好几十块钱到学校交给老师去了。

经过六年的小学生活可以肯定的是孩子是很快乐的，但他长大后要面对的是越来越全球化的竞争，目前还真不知道哪个教育制度到底更好。

美味到家

Delicious Deliveries

文: Cherry Dong

快递业之所以如此振兴并蓬勃发展的根源，归根到底还在于人们对于到家服务的热情高涨，随着时间的推移，热潮从未退却，却始终保有持续升温的架势。与此同时，人们对于到家服务越来越不仅仅满足于到家即可，追求心意与创意，技术与营销的众多新品牌逐渐展开了一场新的拉锯战。

本期菁kids就来推荐3家有趣、有味又有新意的到家服务新品牌。

维果清 VCLEANSE

不知究竟是从什么时候开始，喝汁风潮蔓延开来，逐渐形成了一种新型的潮流生活方式。2013年6月正式开办的维果清，除了提供多种多样的冷压清体蔬果汁外，其推崇的轻断食、清体及冷压果汁概念也早就得到了一众粉丝簇拥，至于目标，他们希望所有人都能够找到适合自己的健康生活方式。

所谓冷压蔬果汁，是指在0-4摄氏度的低温环境中采用液压机冷压制成的果汁，从而能够比一般果汁多出50%到100%的营养。各种汁类均是以植物为基础，运用蔬果汁和植物坚果“奶”把新鲜的蔬菜水果和坚果种子组合在一起，不添加动物脂肪与奶。其较低的升糖指数（GI）也有助于降低糖尿病与心脏病风险。

除此之外，维果清的蔬果汁种类繁多，既可按照颜色选择单独购买，也可按照套餐系列成套购买。不同颜色、不同套系所针对的人群及功效皆有所不同。如颜色可分为红、黄、绿、白、黑，绿色主攻清体，红色以补充能量为主，黄色用来提高免疫力等等，所有蔬果汁的背后均有着了一批营养学家、中医、西医、食品科学家等等的把关调控。现今还特意推出了独家可加热饮用的暖体套餐。

未来，维果清希望能够成为每个人生活中的一部分，提供蔬果汁的同时更是传递出健康的生活理念。

网址: www.vcleanse.com





沱沱工社 TooToo Organic Farm

在食品电商层出不穷的日子里，沱沱工社虽算不得大众，却也是有口皆碑，赚得了一身的好名气。作为一家专业的生鲜电商，沱沱致力于打造以有机产品为主的安全产品体系，坚持为消费者提供有机、天然、高品质的安全、健康食材。配合着冷链的物流体系，凡是送到家的生鲜食品皆采用透明袋子独立包装，货到时袋里经常还透着水珠儿。也因此，到家后必须立即拿出放入冰箱冷藏，不可长时间滞留在常温环境下。

沱沱工社拥有1050家自营的有机农场，且都经过中国和欧盟的双重有机认证，另外也与其它有机农场有着供应合作，从而能为消费者提供更加多样化的选择。

除了有机食材外，沱沱公社还提供着许多类目的进口食品，你经常能够找到很多不错且正在打折的进口水果，抑制不住疯狂下单。促销活动也是一波接一波，优惠商品经常轮换，味美价优，价格实惠的同时安全又放心。

网址：www.tootoo.cn/

暖食

2014年6月刚刚开始营业的暖食绝对算得上是个新人，他们以为生活中的特殊时刻而精心设计半成品美食为己任，推崇轻烹饪理念。在他们看来美食关乎亲情，关乎爱情，关乎温暖，关乎关爱，关乎生活里所有有温度的部分，因此称为暖食。他们为雾霾天制作雾霾汤，为素食者制作“斋满月”，为个人制作“一人食”，赶上过节还会有节日特宴。西班牙海鲜拼盘、潘帕斯牛里脊Plus意式烤蔬菜、经典葡式烤鸡、德式风味牛肉卷、英伦乡村烤羊排等等，听着就像是五星级酒店里的豪华大餐，可是这一切，他们让你在家就能做。

菜品的更新会依据用户的反馈和要求，例如养生汤品系列。厨师们被要求要能够像工程师一样思考，一套菜的四个菜品中每一个都有至少两个创新点。此外，还会邀请各地的五星级大厨参与创意。而要求也必须得是简单、好吃、好玩儿的。

配送到家时，每道菜都会分门别类将蔬菜和不同的小料密封在透明的口袋里，蔬菜洗好切好，所有口袋上都明确标有明确数字排序，做菜的步骤也新颖的以手绘图的形式展现出来。步骤简单清晰且有趣。孩子做也一样可以。

微信公众号：暖食



董一璠 Cherry Dong

土生土长在胡同中的北京人，学的是中文，却没往文艺女青年的方向发展。爱奇思妙想，爱分享，爱美食，吃遍城中美食是毕生梦想之一。与《青kids》一见如故，提前挖掘自己性格中的“小妈妈”潜质，也准备接受长期培训。



黄豆儿的 西游记

Our Family Trip to Spain

文：黄豆妈 编：肖菁 图：黄豆妈 韦红

我特别喜欢这句话：**要么读书，
要么旅行，我们的身体与灵魂总
有一个要在路上。**

2014年暑假，我本来早早安排了和好友去挪威，但又接到了西班牙老同事的女儿结婚的邀请，于是临时决定去参加，计划婚礼结束后带着豆豆好好体味一下西班牙。9岁的豆豆对历史、艺术都有一定的兴趣，我可以带着他好好游走一番。



神圣的西班牙婚礼

一番长途奔波后，我和豆豆来到了西班牙北部巴斯克地区首府维多利亚市，老同事女儿的婚礼将在这里举行。

婚礼是人生重要一刻。南欧几国的婚礼大致类似，除了新人要提前一年或者更早的时间开始婚礼准备，预订教堂，餐厅外，参加婚礼的亲朋好友也要认真准备自己出席婚礼的礼服。以前的传统是为婚礼购买的礼服只能穿一次，否则会被视作不礼貌和不尊重，但是现在欧洲经过了深重的经济危机后，这个现象有所改善，一套礼服连续出现在几场婚礼都被接受。另一个明显的改变是亲朋不用像以前一样根据新人提供的一个需求单购买礼品，而是直接奉上礼金。婚礼前夜，新人会包下来一个餐厅或者酒吧，以音乐和美酒招待从世界各地赶来的亲朋好友来预热婚礼。

婚礼当天，天公作美，我和豆豆穿戴齐整在12点10分抵达了教堂。来之前还有一个小插曲，婚礼前夜我发现行李里只带来了婚礼上要穿的裙子，但没带配裙子的小包，我总不能背一个旅行大包去参加婚礼吧！所以第二天早上我冲进最早开门的商店给裙子搭配了一个小皮包。这件事让我感觉，我们的着装搭配水准离欧洲真的差了一大截。

12点30分，宾客已经在教堂内坐好，音乐和歌声响起，先是帅气的新郎挽着母亲进入教堂并走到圣坛前，随后美丽的新娘挽着父亲的手臂缓缓也来到圣坛前，接下来的仪式就是我们经常在电视上看到的婚礼了，新人互换戒指，在神父的见证下两个年轻人宣誓结为夫妻 Si, Quiero (Yes, I do)，整个场面神圣庄严。

教堂婚礼结束后婚宴开始，婚宴设在一个著名的古老的酒店里，蓝天白云下的绿草地已经被布置的美轮美奂。因为夏天是西班牙夏时制，晚上6点婚宴结束时，天空依然艳阳高照，新人们贴心地给每一个参加婚礼的女宾准备了平底鞋，因为婚宴结束后就是各种欢乐的舞会了。

因为第二天就要奔赴马德里，我们半夜时分便离开，走的时候舞会依然热闹欢腾，一对新人的新生活就这样开始了，再次遥祝他们的婚姻幸福美满！





在塞戈维亚乘车

到马德里后的第三天，我们一早坐大巴去了塞戈维亚。

塞戈维亚是一个壮观的世界遗产城市，那里有古罗马饮水桥，白雪公主城堡以及著名的烤乳猪，在林达的《西班牙旅行笔记》一书里，林达说：看到古罗马引水桥，从美国到西班牙的机票钱都值了。但这次旅游，塞戈维亚是我们旅途中唯一出了交通状况的城市。

当我们意犹未尽地离开，回到大巴站时，发现人潮汹涌，便决定坐火车，我们走了很长的一段路后发现步行是无法到达高铁站的，于是我们坐上公交。公交车驶离了城市，经过大片的原野才抵达高铁站，塞戈维亚的高铁站离城里真远啊！公交车一停我们就冲了进去，可是一班火车刚刚驶离，而下一班火车要8点多钟才有，要在荒僻安静的火车站等两个小时？不！于是我们再次乘坐那辆公交回到了大巴站，这时大巴车站人更多了，人工售票窗口已经全部关闭，两台老旧的自动售票机前排了大长队，排在后面的人开始焦躁不安。这时我们才意识到，我们能买到的大巴也得是8点的了，而且大巴比火车费时，就这样，我们又再次乘坐公交去返回火车站。很巧的是，我们来回回坐的居然是同一辆公交、同一个司机，他见到我们又上车就笑了，说你们今天是来趟这条线路的吧？

说了那么多，其实我想给大家一个西班牙旅游交通小贴士，我的感觉是如果只到访几个著名的城市，这几个城市之间都有很便捷的火车连接，是不必要租车的，在城市里游览开车也不如地铁便捷，而且主要城市之间的火车票都可以提前在网上预订。此次我们去的马德里和巴塞罗那都有密如蛛网的地铁线路，比较经济划算的是你可以买十次票，这个票不限使用人数。从马德里出发去塞戈维亚这样的周边小城也都有很方便的郊区火车，有近郊线路，远郊线路。除此以外也可以选择大巴前往，更有甚者，因为托莱多的重要地位，从马德里到托莱多每天都会对开数趟专线高速列车，半个小时就可以方便的抵达。

小贴士： 一定要提前订票！

这次旅行，我们在排队买票上占用了很长时间。到巴塞罗那第二天一早，我们心情激动的直奔圣家族大教堂，结果排了一个半小时队，却只能买到当天下午的票，7:15入场。随后我们直奔古埃尔公园，结果悲催的是也要排大队，我们再次排了一个半小时买了第二天上午10点的门票，整整一上午全部用来排队了，什么也没做成。我们匆匆解决午餐同时想，毕加索博物馆那里应该人少不排队，可是到了那里我们彻底傻了，巷子里一条长龙看不到尾，于是又排了三小时。提醒大家一定要计划好时间，提早在网上预订参观门票。



花园深处的阿兰胡埃斯

西班牙的每个城市、每个地方都有它的特色，马德里、巴塞罗那、托雷多、塞戈维亚等大家都耳熟能详，但是我们这次去了一个隐藏在深处但光芒无法被遮掩的城市——阿兰胡埃斯。我们这次去阿兰胡埃斯是因为我的老师皮拉尔推荐，她现在是西班牙著名的汉学家、作家和诗人，她只要有时间就从马德里出逃到抚育了塞万提斯的卡斯蒂亚斯地区，那里气候干燥荒凉，她在她的乡居避世，每天与哲人和星星对话、思考、写作。

因为皮拉尔的缘故我们这次去到了阿兰胡埃斯，这里真的很惊艳！值得一去！如果在5-6月去的话，你可以从马德里的火车博物馆坐草莓列车沿19世纪修建的铁路行驶，沿途的乡村景色非常迷人，到阿兰胡埃斯全程不到1小时。

阿兰胡埃斯是天主教双王——伊莎贝尔和费尔南多“出逃”之处。18世纪时，波旁王朝的国王菲利普五世将宫廷中心移到阿兰胡埃斯，卡洛斯三世和四世分别修建了王宫的两翼和“王子花园”以及“农夫之家”。阿兰胡埃斯宫的正面充满东方风情，中国殿和阿拉伯殿是主要的游览景点。阿兰胡埃斯的花园设计独具匠心，岛屿花园的花草、雕像与喷泉相映成趣，王子花园反映了西班牙国王想把西班牙中部和海洋联系在一起梦想。

一块土地也许并不算丰饶，但它却因为被伟大的艺术家用来寄托情怀，而闻名遐迩，阿兰胡埃斯就是这样一个地方。一提到这个名字，更多的人会立刻想到西班牙伟大的盲人作曲家罗德里戈，以及他的杰作《阿兰胡埃斯协奏曲》。

来西班牙吧！西班牙人热情似火，夜生活丰富，满街的酒吧餐厅热闹非凡，周末甚至通宵达旦。我们每天品尝着西班牙各种特色小吃tapas和各种美食海鲜饭 Paella、土豆饼等，地中海式饮食非常健康美味，而且，豆豆已经完全爱上了西班牙火腿Jamón。



黄豆妈

因为中学酷爱三毛而学习西班牙语，希望走遍万水千山。爱孩子，爱分享，每天热衷于和大家分享教育孩子的点点滴滴。

今天你纠错了吗？

Learning from Mistakes



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。女儿小悠正上小学，2014年7月14日凌晨，二女儿小豆顺利降生，从此正式成为二宝妈。

每次小悠给我看她的考卷，我会说：“还好啊”，“我觉得已经很不错啦”，“哦，是这样啊”，“是吗？我没觉得有什么不好啊”。我妈妈会私下埋怨我对她没要求，而我却认为，小悠对分数有自己的评估，也希望从我这里得到一个评估，那我才这么说。但我很仔细地看了她的试卷，哪些对了哪些错了怎么错的，默默记住，做一个了解孩子的妈妈，但我实在不愿意立刻马上直接就对她纠错。

小悠的试卷很少能得满分，数学常常漏掉一些单位，或者应用题演算完毕之后忘了写最后一句答，或者竖式计算少算一个符号，还有就是竖式算对了，答案抄到横式时写错了。我很少指出：“粗心了啊，这么简单还会错啊，下次仔细点啊。”但最后一道加试题，比较难，有时候超出了大纲要求，小悠都能做对，而且列出来的算式思路清晰。所以小悠的试卷，会出现 $88+10$ 这样的分数。

这说明小悠走在了学数学的正确的路上。她头脑清楚、逻辑清晰，做题的时候体会到思维的乐趣。如果她太多关注今天错几道对几道，为分多分少患得患失的话，就难体会到数学的真正奥妙了（这是在说当年的我好吗）。

我很少说要仔细点呀。可是不说，她却每次都要拿着试卷追着我跑，把她错的一道一道题仔细讲给我听，为什么错了，做的时候她在想什么，当时发生了什么事情之类。有一次错的比较多，她说了有半个小时，妈呀，我都听得累死了，我说：“亲爱的，你怎么像赫敏一样，每次考试完都要把考试的题重复一遍，我就像罗恩，快崩溃啦。”她哈哈大笑，她喜欢赫敏。

某日放学回家，带回来一张 $92+9$ 的卷子，她让我和爸爸猜哪道题是粗心大意错的，还猜对有奖。原来是有一道竖式计算，她写漏了一半。她笑说：“我还真是太大意了，这样的错误也会犯，扣了2分，太不值了。”因为我从来没有对她的分数说三道四过，也没有要求过她一定要全对或者考到多少分才行，所以她在对分数毫无压力的氛围之下，爆发了巨大的“自我纠错”能力，她非常主动积极地查看、了解、分析、判断自己在考试时犯下的错误，甚至评估被扣掉的分数和错误题难度之间的比值，这些难道不是超棒的学习能力吗？

当家长能做到不纠正不评价不唧唧歪歪的时候，在这种没有家长权威干扰的时候，孩子才有可能去发现并运用自己的力量，大概心理学上说的“内观”就是这样的吧，她才会平静地去了解自己的行为，自省自察自我激励。

另见很多家长特别在意孩子的书写，报名书法班一周练几个小时书法的很多。这有些操之过急，如果平时

的作业太关注书写，要求一定要整洁无误的话，低年级的孩子要达到这个标准势必写得很慢，时间花太多，视力也更容易受损。还不如快快写完，写“凑合”得了，省下的时间去玩、去运动、去阅读、去做自己喜欢做的事情。悠爸上学期有段时间对小悠的鬼画符颇为焦虑。我说你既要求她写得快，埋怨她每天拖拖拉拉睡得晚，又要求她写得好写得工整，是不是很荒唐呢？7岁的孩子，手指精细动作还处在发育之中呀。

小悠只要写来看得明白就行。到这个学期，她写字的速度明显提高，而且随着手指的发育以及写字越来越多，写的字也比上学期工整多了。虽然卷面还是很少得优，但她每天高高兴兴写字，有自己觉得写得好的就给我看，并没有像悠爸起先害怕的那样，所谓“养成不好的书写习惯”。哪有那么多不好的习惯容易养成啊，对美貌的字的追求，难道不是每个人发自内心的吗？

而书法作为一门艺术，除了天分和创造力，也需要技艺，而且需要长期卓绝艰苦的训练。对一个生命力旺盛到每一刻都有新想法的孩子，一坐几个小时受训，总得有点不忍心。至少为了公平一点，匀点时间做做别的，她自己也有机会发现真正的兴趣所在吧。

有个朋友孩子的英语和写作超棒，老师经常夸奖，但是孩子的爸爸却说：“天分和能力并不一定是孩子的兴趣，她只有4年级，如果太早引导，也许她就没有机会去发现自己真正想做什么事情了。”挖掘机哪家强？费力挖掘孩子潜能的父母最强，盗。

上学期末考试之前，小悠对我说：“我觉得只要仔细些，数学英语一定能考满分，但语文肯定考不了满分，不过努力的话，考95分是可以的，考90分的可能性就更大。反正及格肯定是没问题的。”考完后果真如果她预计的，数学英语满分，语文考了95。考多少分不牛，牛的是考试之前知道能考多少分。小悠对自己非常了解，也客观公正地对待了自己，接纳了自己。这个，连我都难做到呢，一直觉得自己是大美女，其实也就一普通大婶（此处我可以哭吗？）

有一本书，关于一个小男孩问，为什么要去上学，书上说“是去寻找答案，孩子”。小悠问我，我说，人的寻找和探索有两方面，对外在的世界和对自己，两个方向都需要漫长的学习。但是很多人忽略了第二个方向，终其一生，也没能真正了解和认识自己的人也会有。所以不管在学习中你是做对了还是做错了，都是你认识和了解自己的一个机会，都相当珍贵。写到这里，突然觉得，在养育孩子的过程中，所有的方法都是方法论，所有的方法论都是价值观。孩子是我们的一面镜子，此话永远适宜。

分类信息 DIRECTORY

学校名录 Schools

3e国际学校

3e International School

3e国际学校创建于2005年,发展至今,已拥有在校生180名。所设年级包括婴幼儿班至小学4年级。学校的宗旨是:“培养富有批判性思维和激情的并且能够自信自如的进行跨文化交流的学习者。”学校通过基于研究的课程体系发展出一套特殊的教育模式。半天英文,半天中文环境的课堂设置,在最大程度上促进学生两种语言和文化能力的平行发展。学校重视学生多元文化意识、创造力和解决问题能力的开发培养,将由学生发起、教师引导的课堂活动贯穿于整套教学体系中。

地址:朝阳区将台西路9-1号四得公园旁
电话:6437 3344转100
电邮:admissions@3einternationalschool.org
网址:www.3einternationalschool.org

A派国际双语幼儿园

American International Academy of Beijing (AIAB)

A派国际双语幼儿园是一所新成立的以孩子为中心的蒙氏教育特色幼儿园,结合IB (PYP)课程和双语课程。主要以美德教育为基础,同时执行教委规定的教材和蒙氏课程。英语以IB (PYP)课程为特色,根据对每个孩子的观察量身定做满足个体差异需要的课程。双语的蒙氏课程主要培养全能的国际视野的孩子,有良好的品德,不仅能适应国际学校国际化的教育方式也可以适应国内的传统教育方式。

地址:朝阳区百子湾南二路78号院5号楼
电话:8776 0606或8776 8968
网址:www.aiab.com.cn

爱嘉励儿童双语培训学校

Children's International Bilingual Academy (CIBA)

爱嘉励是一所为儿童量身定制的国际化优质学校,创建于2002年。学校秉持学逸结合与中西融合的办学理念,采用以家庭式双语教学为基础的国际化教育体系,并且配备了一支经验丰富,教育教学背景多元的教师团队。重视孩子的好奇心与创造能力,更为孩子提供了不奢华但舒适的学习环境。

地址:顺义区后沙峪嘉浩别墅3052/3056
电话:8046 7082
电邮:administration@clcbkids.com (英)或wendy@clcbkids.com (中)
网址:www.clcbkids.com或www.cibabeijing.com

艾毅多元智能幼儿园

Ivy MI Kindergarten

艾毅多元智能幼儿园是基于美国著名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,提供以多元智能理论为基础的中文和英文为主的高品质课程。幼儿园在开展丰富的主题教学活动的同时,鬼船浸润式双语环境的的游戏活动,使孩子们的潜能得到最大程度的开发,为孩子们进入本地小学生活做好充分准备。所有老师均受过高等教育和专业的培训,同时获得美国哈佛大学教育学院或国际多元智能学会颁发的多元智能培

训证书。

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
微博:http://e.weibo.com/ivyschools/profile

艾毅国际幼儿园

Ivy Academy

艾毅国际幼儿园是一所基于美国著名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国际幼儿园,提供纯英文课程,致力于因材施教,开发幼儿全部潜能。每位教师都拥有大学及以上学历,其中,50%教师是硕士及以上学历。同时所有的教师都获得了美国哈佛大学教育学院或国际多元智能培训证书,还有不少外籍教师在幼教行业从事二十多年教育工作。

地址:1) 东湖校园:北京市东城区东直门外大街35号东湖别墅C座101室,8451 1380/1
电邮:info-EL@ivyschools.com
2) 新城国际校园:朝外大街6号新城国际公寓24号楼
电话:5738 4559/6597 0250
网址:www.ivyschools.com
微博:http://e.weibo.com/ivyschools/profile

艾毅双语幼儿园

Ivy Bilingual School

艾毅双语幼儿园是基于美国著名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,注重孩子的全部潜能开发,并为家长长期提供孩子全面发展的个人报告。艾毅双语幼儿园提供以多元智能理论为基础的沉浸式双语课程,中西方教师全天都会和幼儿一起互动。所有老师均受过高等教育和专业培训,同时获得美国哈佛大学教育学院或国际多元智能学会颁发的多元智能培训证书。

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 7287/7921/7286
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 7080/7087/7665
电邮:info-OG@ivyschools.com
网址:www.ivyschools.com
微博:http://e.weibo.com/ivyschools/profile

北大公学北苑国际双语幼儿园

PKU College Beiyuan International Bilingual Preschool

北大公学幼儿园为依托北京大学优质资源的高端直营幼儿园,分为国际幼儿园和双语幼儿园。北大公学幼儿园秉承“培养具

有卓越领导力和创造力的优秀中国人,具有国际视野的好公民”的使命和“三维教育、高维成就”的办学理念,让学生在体能体质、心理素质、兴趣爱好等方面得到综合发展,建立幼儿良好的行为规范和品德意识,培养学生自理、自立和独立的学习能力。

地址:朝阳区新北路9号(朝来森林公园门口)
电话:8491 8189
电邮:info@pkucollege.com
网址:bjby.pkucollege.com

安杨蒙台梭利小屋

AnRic Little Montessori Room

安杨蒙台梭利小屋是美国蒙台梭利协会(AMS)国际会员学校。安杨蒙台梭利小屋是一个满足来自本地及世界各国学生的多元文化教室。学校的教学宗旨是协助学生具有自主学习能力和独立灵活的思考能力;面对解决问题的能力;具备无限的想象力和创造力;作为世界公民能够感同身受并具有豁达的人格。

年龄范围:1.5-6岁
地址:朝阳区光华路9号
电邮:admissions@anricedu.com
网址:www.anricedu.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中本部校园
电话:5875 1183
电邮:admit@pkuschool.edu.cn
网址:pku-int.com

北京BISS国际学校

Beijing BISS International School

毗邻奥林匹克中心,国家体育场,BISS提供多元文化的学习环境,是现代教育的先锋。学校提倡以探索方式结合现代科学教学方法,让学生取得优异成绩的同时对社会产生积极影响力。学校的优化学习中心,母语教学及非英语母语课程与多姿多彩的课外活动及社会实践项目紧密结合,为学生提供量身打造的国际化教育课程。建校20年来,很多学生被世界一流大学录取,多年来学校IB文凭课程平均分在众多国际学校中一直名列前茅。
地址:朝阳区安贞西里4区17楼
电话:6443 3151
电邮:admissions@biss.com.cn
网址:www.biss.com.cn

北京爱迪学校

National Institute of Technology (NIT)

北京爱迪国际学校是中国与澳大利亚政府级教育合作项目,是一所课程完全与国际接轨的、学历受国际认可的中外合作寄宿制学校。学校致力于培养学生独立的精

神、思想和使命感,使学生成为具有核心的竞争力,并能够在国际的大环境塑造自己和选择就业的国际化人才。

地址:朝阳区楼梓庄路7号爱迪国际教育园区
电话:8439 0808
电邮:jinyumei@nitbj.com
网址:www.nitbj.com或www.bischool.com.cn或www.bikindergarten.com

北京贝拉成长国际幼儿之家

Beijing Bella Growth International Kids House

北京贝拉成长国际幼儿之家是一所新型的国际双语幼儿园。贝拉成长吸收在国际上影响几十年的“瑞吉欧教育模式”(the Reggio Emilia Approach),推崇以儿童成长为中心的教育理念和教育管理理念,同时贯彻《中华人民共和国教育法》,努力吸取中国传统教育中教学相长的理论精华,发展出兼具中国特色,又具有国际水准的幼教和早教模式,为学龄前儿童提供一个宽松、愉快、温馨的学习和生活环境。贝拉成长的教师来自中国和美国,具有多年的学前教育经验。

接受学生年龄范围:2-6岁
地址:西城区黄寺大街23号阳光丽景小区D座4-102
电话:8223 1635, 138 0106 5034
网址:www.bellagrowth.com
电邮:1054282607@qq.com

北京当代MOM^国际幼儿园

Beijing Modern MOM^ International Kindergarten

北京当代MOM^国际幼儿园致力于通过鼓励和启发的方式发掘孩子的最大潜能,培养学习兴趣,创造绿色环保的校园环境,让孩子拥有健康的体魄和心灵,教育他们在照顾好自己的同时,关心周围的世界。教育体系依托英国正统权威的英国儿童早期基础课程(EYFS)体系,遵循EYFS课程标准,建构完成EYFS统合课程,并采用中英文双语授课,为孩子成为具备国际视野的世界公民做好充分准备。

地址:东城区香河园路1号当代MOM^
电话:6464 7386
电邮:bjdmkids@firstcare.com.cn
网址:www.first-edu.com.cn
微博:weibo.com/momakids
微信:momafirstedu

北京德威英国国际学校

Dulwich College Beijing

北京德威英国国际学校秉承伦敦德威400年的教育传承,同时又是一所二十一世纪的现代化学校。学校通过了国际学校委员会(CIS)认证,并获得了西部学校学院协会(Western Association of Schools and Colleges)的资格认证。该校被评为2011年度最佳英国国际学校(by UK Independent School Awards),与上海、苏州、首尔以及2014年新加坡即将成立的德威英英国国际学校同属德威国际集团旗下的姐妹学校。

地址:1) 丽京花园主校区:顺义区首都机场路89号丽京花园,电话:6454 9000;
2) 香江幼儿园校区:朝阳区京顺路香江北路1号香江花园,电话:8450 7676

电邮: info@dulwich-beijing.cn
网址: www.dulwich-beijing.cn

北京市鼎石学校
Keystone Academy

北京市鼎石学校将于2014年秋季正式开学, 为在中国的中外家庭带来一种全新的教育模式。鼎石秉承追求卓越的学术精神, 致力于融合东方、西方及国际三种教育传统的精粹, 是一所真正的世界学校。鼎石的三座教育基石为: 沉浸式的中英双语课程; 在寄宿环境中塑造学生的品德和社区归属感; 在世界背景下培养学生对中国文化的热爱和对自身身份的认同。招收学生范围为学前班至12年级, 小学阶段使用双语教学, 逐步过渡为以英语教学为主。7-8年级学生可选择寄宿, 9-12年级则必须在校内寄宿。

地址: 顺义区后沙峪镇安富街10号
电话: 8049 6008
电邮: admission@keystoneacademy.cn
网址: www.keystoneacademy.cn

北京二中国际部

北京市第二中学是北京市示范高中, 学校处在北京市的中心区域, 坐落在北京市东城区灯市口内务部街, 师资雄厚, 教学设施先进、全面, 在社会上拥有良好声誉。每年, 超过95%毕业生考入第一批重点大学, 六分之一左右的学生考入清华大学、北京大学。二中先后与11个国家和地区的11所学校建立了友好关系。二中国际部创立于2011年。除少量中文课程外, 70-80%的课程为外教上课的美国高中课程和AP课程。国际部每年计划内招生60人。现有学生共200余人。

地址: 北京市东城区内务部街15号
电话: 65266085
电邮: lhui-bj@126.com
网址: http://www.bjn2ms.net

北京市力迈外国语学校
Beijing Foreign Languages School

学校由资深的美籍校长Pamela博士领导专业外教团队, 为学生提供纯美式学前-高中同步课程, 毕业后直升美国大学。
地址: 北京市朝阳区仰山路2号(奥林匹克森林公园东侧)
电话: 8492 8169, 8492 8247-50
网址: http://www.lmfls.com
微信: 北京市力迈外国语学校

北京哈罗英国学校
Harrow International School Beijing

北京哈罗英国学校以拥有其一贯秉承的高标准的教学体系、丰富的课外活动和完善的关怀辅导制度而独树一帜。学校给每一位学生安排的辅导老师, 他们全面照顾学生的学习和生活, 同时也是学校与家庭之间的沟通桥梁。北京哈罗英国学校提倡高标准的学习和领导能力, 并通过丰富多彩的活动来发展学生的团队合作精神、创造性思维能力、独立性和责任感。北京哈罗英国学校的毕业生成功入读普林斯顿、耶鲁、牛津、剑桥等世界知名大学。
地址: 朝阳区崔各庄乡何各庄村287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
CISB提供蒙特梭利式的保育和学龄前项目, 同时为K-12学生设置了加拿大式的课

程。CISB是一所国际IB学校, 经授权为高中生提供IBDP课程, 为初中及小学生提供PYP和MYP课程。地址: 朝阳区亮马桥路38号
电话: 6465 7788
电邮: admissions@cis-beijing.com;
网址: www.cisb.com.cn

北京京西学校
Western Academy of Beijing (WAB)

北京京西学校是一所国际领先的IB学校。学校建于1994年, 我们一流的设施, 教师水准, 全球化的教学大纲, 热情并且积极的学习环境, 以及服务于他人的文化都使我们为京西学校感到骄傲。我们学校提供一个以“学”为中心的环境, 这种氛围渲染着我们15000个学生以及家庭, 从而使每个人都理解我们的校训: “融合、激发、挑战、贡献。”我们鼓励在校的每一个学生做一个有责任心的世界公民, 用关爱和积极的态度影响世界。

地址: 朝阳区来广营东路10号
电话: 5986 5588
传真: 6433 3974
电邮: wabinfo@wab.edu
网址: www.wab.edu

北京君诚国际学校
Beijing Springboard International Bilingual School

北京君诚国际学校SIBS是经北京市教委批准, 开设自小学至高中课程的一所学历制的国际双语学校。学校地处北京顺义中央别墅区内, 学校环境优美古朴, 温馨宜人。提倡小班教学, 具有非常舒适的师生比例。招收中外籍学生, 并可对外籍学生提供学习签证。学校聘用顶尖的美籍教师团队及优秀的一线中文教师, 严谨的教学赢得了良好的口碑。学校引进美国加州课程体系, 使用原版美国教材, 与加州教学同质同步。同时, 根据学生语言情况, 每个年级配有不同程度的ESL及CSL课程辅导。

地址: 北京市顺义区后沙峪火沙路古城路段15号
电话: 80490307, 80490230
电邮: office@sibs.com.cn
网址: www.sibs.com.cn

北京蒙特梭利国际学校
The International Montessori School of Beijing

MSB是具有蒙特梭利教学特色的国际学校, 已连续23年为在中国的外国家庭子女提供教育服务。MSB致力于蒙特梭利教育原则和教学理念, 学生通过学习来掌握知识, 培养独立、诚实和自尊的品德, 为将来的学习和生活打好基础。每间教室配备全套蒙特梭利教具, 有一位资深的外方老师和2-5经验丰富的中方助教。MSB还设立了EAL课程, 为英语不是母语的学生单独辅导英语。
地址: 朝阳区香江北北路2号院8号楼
邮编: 100103
电话: 6432 8228
电邮: admissions@msb.edu.cn
网页: www.msb.edu.cn

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

北京师范大学亚太实验学校(前身为对外贸易经济合作部职工子弟学校)坐落于北京市亚运村北立汤路旁温榆河南岸, 集小学、初中为一体, 具有完全中学建制, 以寄宿为主, 兼收走读学生。学校由北京师范大学主办, 教育教学业务隶属于北京市西城区教育委员会。截至2013年9月, 学校设教学班65个, 在校生2000余人, 教职员工近300人。学校占地面积80000平方米, 建筑面积45000平方米, 包括中、小学教学楼、实验楼、科技楼、办公楼、图书馆、信息中心、体育馆、各种专用教室、学生宿舍楼等建筑, 有篮球场、塑胶运动场、理化生实验室、电子阅览室、图书馆、计算机、多媒体教室, 以及钢琴房、电子琴房、形体教室、音乐、美术、科技等专用教室, 为学生全面发展提供了广阔的空间。

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

北京市朝阳区芳草国际学校
Fangcaodi International School

芳草国际学校的前身为芳草地小学, 原外交部子弟小学, 是一所公办涉外学校。1973年在周恩来总理的关怀下, 学校开始接收外籍及港澳台地区学生入学, 有六十多个国家和地区的孩子汇聚芳草, 被誉为“小小联合国”和“世界小窗口”。面对多元文化并存的现实, 学校坚持开放的眼光, 拥抱国际先进的教育思想与理念, 融入中国优秀传统文化。目前学校拥有七址八部, 147个教学班。2008年7月正式更名为芳草国际学校, 实现集团化办学模式。
地址: 朝阳区日坛北路1号
电话: 8563 9140
电邮: fcdyy@hotmail.com
网址: www.fcd.com.cn

北京市二十一世纪国际幼儿园
Beijing 21st Century International Kindergarten

二十一世纪国际幼儿园坐落于海淀区恩济西街二十一世纪国际学校内, 是经过教委注册的拥有正规办学资质的私立国际幼儿园。幼儿园聘请高素质的中外专家及教师团队, 拥有良好的环境和教育氛围。我们为孩子提供中英文语言环境, 培养他们流利自如的沟通能力, 帮助孩子了解中外多元文化知识, 充分发挥每一个幼儿的潜力, 为未来成为世界公民打下坚实的基础。北京市二十一世纪国际幼儿园现已成为北京西部真正意义上的国际幼儿园。
地址: 海淀区恩济街46号二十一世纪国际学校
电话: 5613 5819/5613 5995
电邮: kellycheng5260@hotmail.com
网页: 21.bjkid.com

北京世青国际学校
Beijing World Youth Academy (BWYA)
北京世青国际学校是一所国内知名并受国外瞩目的, 旨在为国内外学生提供高质

量教学的IB学校。我们优秀的教师队伍来自美国、加拿大、英国、澳大利亚、中国等十五个国家。不论是刚开设3年的国际小学课程(IPC)还是被授权多年的IB初中项目(IBMYP)和IB大学预科项目(IBDP)都具有良好的教学口碑。世青毕业生被哈佛、普林斯顿、斯坦福等常春藤大学以及罗德岛设计学院、中央圣马丁艺术与设计学院等著名专科学校录取。
地址: 朝阳区花家地北里18号
电话: 6461 7787, 8454 3478
电邮: admissions@ibwya.net
网址: www.ibwya.net

北京市私立汇佳(IB)学校
Beijing Huijia (IB) Private School

北京市私立汇佳学校地处京城北部上风上水的中关村科技园地区。学校环山抱水, 空气质量上乘, 惯有天然氧吧之称, 享有独一无二的地理环境优势。学校于1993年建校, 为3岁至18岁的学生提供由国际文凭组织(IBO)授权的全套IB教育体系, 是一所寄宿兼走读制学校。我们以开阔的胸襟向外籍学生敞开大门, 在这里, 来自15个国家和地区的2400名中外籍学生并肩学习, 为学生们创造了一个接触不同语言, 文化和教育背景的国际学习和成长的完全教育环境。
地址: 昌平区昌怀路157号
电话: 400 889 1993
电邮: admissions@huijiaedu.org
网站: www.huijiaedu.org

北京私立树人瑞贝学校
Beijing Shuren Ribet Private School

北京市私立树人·瑞贝学校为既想接受美国教育, 对中国传统教育也很重视的学生提供一个良好的环境, 让他们在学业、社交、健康和情感上得以发展。学校在保留传统的中国课程基础上引入国际课程。低年级段主要以中国课程为主, 随着年龄上升逐步加入美国课程。美国高中部实施海外美国课程, 主课科目为全英文授课, 同时也开设部分中文课程。
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
电邮: inquiryshuren@shurenribet.org
网址: www.shurenribet.org(英文)
www.shuren.org(中文)

北京顺义国际学校
International School of Beijing (ISB)

北京顺义国际学校是一所男女同校的全日制私立学校, 专为在北京工作的外籍人员子女提供国际课程。成立于1980年的ISB是北京第一所国际学校, 迎接未来, 迎接挑战的传统延续至今。ISB不断探索新的教学和学习模式, 同时保持着卓越的学术声誉。学校通过为学生量身定制的、连贯的、并与实际社会相结合的Learning21@ISB课程, 和热情、富有经验的教师, 为学生提供独特的机会, 使之成长为独立的、能对社区有贡献的个人和学者。ISB帮助学生通过体验式学习, 应用知识和技能进行创新, 培养自信心和求知欲。
地址: 顺义区安华街10号
电话: 8149 2345转1047
电邮: admission@sb.bj.edu.cn
网址: www.isb.bj.edu.cn

北京四中
Beijing No.4 High School
北京四中在2002年被北京市教委认定为

市首批示范性普通高中，拥有一支学识渊博、治学严谨、循循善诱且锐意进取的优秀教师队伍。每年96%以上的毕业生高考成绩超出第一批录取线。位于校本部的国际部招收外籍留学生，提供国内公立学校课程体系。新成立的北京四中国际校区面向国内外招生，美式课程体系，小班教学，教师团队由各学科优秀外方教师和校本部中方教师组成。

地址1) 四中本校：西城区西黄城根北街甲2号
电话：6617 3886或6653 9752
电邮：guojb@bhsf.cn
网址：www.bj4hs-gjb.com
2) 四中国际校区：西城区西铁匠胡同宗帽头条2号(100031)
电话：6653 9977
网址：www.bhsf.cn

北京王府学校

Beijing Royal School

北京王府学校是北京市委于2003年批准的首家中外合作制学校。坐落在首都北京奥运村以北的龙脉中轴线上，占地150亩，建筑面积10万平方米，拥有现代化的教学设施。学校分别于2003年和2006年率先引进A-Level课程和AP课程，拥有实施国际教育的优质师资配置。学校集世界先进教育与中国基础教育优势为一体，培养具有国际视野、通晓国际规则、能够参与国际事务和国际竞争的复合型精英领袖人才。历届毕业生97%升入世界排名前100位名校，30%学生获高额奖学金。
地址：昌平区王府街11号
电话：8178 5511或8178 3785
网址：www.bjroyalschool.com

北京市新英才学校

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、多元优质高中、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学校。新英才学校建立以“爱与创造”为核心精神的育人目标体系，致力于为学生提供卓越的与世界同步的教育课程及体验，通过多元文化课程及特色主题课程，让孩子成为有爱心、有社会责任感、有创造能力、有国际视野、有民族自信的新英才！
地址：北京市顺义区安华街9号
电话：8046 7117
网址：www.bjnewtalent.com

北京幸福天使幼儿园

Beijing Sweet Angel Kindergarten

幸福天使幼儿园是一所从事早期教育、学龄前教育的民办幼儿园。教育理念为启发思维、启发潜能、启发自信心、启发创造力。该幼儿园突出培养语言的发展，从看书习惯、姿势、关注的重点、是否发现问题、如何解决问题、关注细节等等对幼儿进行引导，并大量购置了精美的手绘绘本，为幼儿营造良好的阅读环境。另外，至今坚持服务全体幼儿的宗旨，接纳特殊儿童入园。
地址：朝阳区工体北路幸福二村29号楼
电话：6415 0507 (陈老师/李老师)
电邮：xingfutianshiyey@126.com
网址：www.sweetangel.com.cn

北京耀华国际学校

Yew Wah International Education School

耀华为香港知名的耀中国际学校的姐妹学校。耀华教育建基于耀中80年代的优质教

育经验之上，致力于把国际教育带给中国学生。独特的中外方双校长和双教师合作教学模式，体现东西文化的融合，为学生创建真正的国际化学习环境。耀华提倡全人教育，重视孩子的品格培养，成就既有中国文化底蕴，又有国际视野的未来人才。

地址：北京亦庄经济技术开发区的保华国际教育园内
电话：8581 4299
网址：www.ywies-bj.com

北京耀中国际学校

Yew Chung International School of Beijing

北京耀中国际学校是教育部公布及批准设立的外籍人员子女学校，为2-18岁的学生提供真正的中英文双语教育环境。学校课程以英国国家课程为依据，同时融合以探究为基础的中文课程。幼儿园和小学采用独特的双教师教学模式，糅合东、西教育理念与文化精髓。中学采用IGCSE课程及IB课程，是为数不多的同时获得IBO、CIE、CIS、NEASC、NCCT认证的国际学校，致力于国际化的氛围中实践优质的全球教育。2012年，耀中国际学校获得“剑桥卓越教育奖”，成为首个在中国获此殊荣的国际学校。
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@bj.ycef.com
网址：www.ycis-bj.com

北京英国学校

The British School of Beijing

北京英国学校在北京有两所以传统英式教育为主的校区，三里屯校区（以幼儿园和小学为主）和顺义校区（以小学、德语小学、和中学为主）。自2014年8月，我校将开设国际预科证书课程（IB）。顺义校区的德语小学是用德语来教授德国国家课程的核心项目，其年级为1-4年级。“高效学习”是我校独特的教学方法，它会以国际视野的角度来使孩子全面发展，增强自信，激发孩子以取得学业上的成功。我校已通过英国私立学校的评估。
地址：1) 朝阳区三里屯西六街5号北京英国学校2) 顺义区安华街9号南院北京英国学校
电话：8532 3088，8047 3588
电邮：sltadmissions@britishschool.org.cn (三里屯)；admissions@britishschool.org.cn(顺义)

北京乐成国际学校

Beijing City International School

毗邻北京中心商业区(CBD)，北京乐成国际学校谨遵校训——“挑战与关爱共存，力量与睿智同成”，是一所非盈利性、独立的走读制学校，为学生提供由国际文凭组织(IB)授权的全套IB教学体系(小学课程PYP、中学课程MYP和大学预科课程DP)。第二校区-北京乐成国际学校幼儿园(ECC)即将开放，距本校区仅一公里之遥，是国内首所获得美国建筑与能源设计先锋奖LEED金奖的幼教机构。学校兼收中外籍学生，治学严谨，其国际化的教学成果在全球范围内广受认可。
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

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

北京中加学校

Beijing Concord College of Sino-Canada

北京中加学校是经北京市教委批准，于1997年3月26日在人民大会堂举行成立大会，是北京市第一所实施中外合作普通高中教育的学校。学校吸收中西方文化精髓，融东西方教育制度之精华，并构建以中国课程为主，融合加拿大课程为一体的课程体系。2009年，我校成为国内第一所把国际AP课程引进高中教学的学校，由美国大学理事会AP考试中心认证经国家教育部批准，指定为AP课程考试中心。
适合年级：1-12年级
地址：通州区丛林庄园
电话：8959 8882
电邮：admission@beijingccsc.com
网址：www.ccsc.com.cn

博识梦飞国际幼儿园

Muffy's International Kindergarten (MIK)

博识梦飞融合了中西方先进的教育理念，采用了经研究证明在语言习得和幼教领域中最好的教育方法，通过一个全英语沉浸式学习环境，让孩子们能够充分探索自己身边的世界，勇于尝试，乐于表达自己的思想。博识梦飞相信游戏是孩子们学习和成长的重要组成部分，通过游戏式学习活动培养孩子们的思辨能力和社交能力，提高他们的自信心。霍华德·加德纳的多维智能教育理念是博识梦飞课程的核心。
三个校区：万柳校区/望京校区/香山校区
电话：400 6633 282 (总机)
网址：www.muffys.cn
www.mikinternational.com

常春藤国际学校

Beijing Collegiate Academy

常春藤国际学校借鉴国际最先进、最科学的教育理念和课程体系，融合中国传统的文化精髓，采用中西方文化交融的教育方式，让我们的学生拥有最适合他们茁壮成长的教育环境，开启精彩的人生之旅。坐落于北京市朝阳区东四环的常春藤国际学校地理位置优越，我们精心挑选的这个位置是为了提供给学生一个绿洲式的学习环境，远离城市的干扰。同时，您也可以从常春藤学校非常便捷地到达城市的任何角落。
地址：朝阳区东风南路东10号
电话：5681 2555
电邮：admission@bj.ccaschools.cn
网址：www.ccaschools.cn

高瞻国际幼儿园

High-Scope International Kindergarten

高瞻国际幼儿园以北京师范大学学前教育专家为核心团队，将美国高瞻(High Scope)早教课程体系与中国家庭实际需要相结合，开放、丰富、温馨的校舍环境，纯正中英文的浸透式教学模式。高瞻关注早期阅读、关注孩子生活和学习能力的培养；尊重欣赏每个孩子，让孩子慧学慧玩，自由而不失自律。同时，高瞻国际教育也是朝阳区人口计生委唯一指定定点早教基地，承接着亲子、专业家庭成长课程等多项政府支持的重点公益早教项目。
地址：朝阳区望京香颂南湖西园302楼(旗舰店)
电话：8476 5558或130 5135 5188
传真：8476 5558转198
电邮：info@sunnyhs.com

网页：www.sunnyhs.com

海嘉国际双语学校

Beijing International Bilingual Academy

是一所崇尚快乐教育，中文达到公立学校水平，英文媲美国际学校的双语学校。学校提供国际化的教育体系，兼顾激发潜能与鼓励创新，同时注重中文课程的教学。在海嘉，英文语言、数学、科学、美术、体育、音乐和社会课程均由英语为母语的外籍教师担纲执教。英文为美国加州课程标准，中文教学采用人教版义务教育课程标准实验教科书的语文和数学教材。每个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。
地址：顺义区后沙峪裕民大街5号 101300
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

好思之家国际幼儿园拥有以儿童为导向的多语种课程教育，学生被视为拥有无限潜力的学习的主人。我们的目的是教会孩子学习的方法。
地址：1) 朝阳公园校区：朝阳区朝阳公园西路15号维多利亚花园 6538 2624，vg@hokschools.com 2) 泉发校区：18号马泉营路泉发小区北门香江花园附近 6431 8452，qf@hokschools.com
网址：Hokschools.com

黑利伯瑞国际学校

Haileybury International School

黑利伯瑞国际学校位于澳大利亚墨尔本，是拥有超过120年历史的贵族学校，在澳洲名列前三，3500余名在校学生。中国黑利伯瑞国际学校是其第四个分校，也是在中国的惟一一所学校。学校设有小学、初中、高中和大学预科课程。课程设置系统规范，中西融合，既照顾到中国学生的实际，又坚持了国际学术标准。
地址：天津武清区高村乡公学道6号(天津武清区高村乡首创国际半岛内)
电话：400 6680 900
电邮：Info@haileybury.vic.edu.au
网址：www.cn-haileybury.com

汇佳幼儿园

Huijia Kids

汇佳幼儿园是汇佳教育机构16年完全教育的起点，现已发展成为在全国拥有40余所分园的知名幼儿教育机构。汇佳幼儿园秉承新型、高品位、国际化的办学宗旨，以国家最高办学标准“双一标准”为办园标准，全面引用和实施国际文凭组织(IB)的PYP课程，确保汇佳幼儿园的整体品质。我们为孩子营造丰富优质的多元探究环境，让孩子在真实的环境中探究学习，帮助孩子成长得更加精彩！
地址：1) 万泉园：海淀区巴沟南路35号小区万泉新家园，电话：8255 1751；2) 三元桥园：朝阳区静安东里6号，电话：6463 5251/6463 3252；3) 国展园：朝阳区西坝河东里103号，6465 5212；4) 实验园：昌平区中关村科技园创新路20号汇佳职业学院内，电话：5163 1603；5) 上地MOMA园：海淀区安宁庄上地MOMA小区，电话：8275 9510
电话：400 886 1993

网址: www.hjkids.com
 微信公众号: hjkids

慧德嘉源

Prestige Education Centre (PEC)

PEC是一所专为学前及中小學生提供英式教育的机构,聘用教学经验丰富及有教师资质的外教;由专业资深的外教团队管理,着重于青少年的素质培养。提供全方位的数学课程:包括数学,英语,历史,科学,地理,戏剧,艺术和礼仪教导等。采用传统与现代科技教学相结合,为有打算出国留学或国际和双语学校就读的学生提供无缝衔接。

总部地址:北京市朝阳区观唐东路5号9栋
 市区地址:北京东城区朝阳门北大街2号,东四十条港澳中心瑞士酒店三层318
 电话: 6432 2797/
 8430 8674/132 6015 2002

邮箱: information@pedcentre.com
 网址: www.pedcentre.com
 微信: PEC-2012

嘉德蒙台梭利双语幼儿园

Jiade Montessori Bilingual Kindergarten

嘉德蒙台梭利双语幼儿园拥有自己的国际师资队伍,并将中国文化与国际化英语课程相融合。我们根据蒙台梭利课程安排为孩子设定个性化学习计划,孩子们使用各种教学材料,以独立或者小组的方式与教师密切合作进行学习。结构化的教室布置能促进孩子在自我导向学习中好奇心、创造力和智慧的增长。在嘉德蒙台梭利双语幼儿园的关怀环境下,我们为孩子提供机会、设施、素材以及良好的成长氛围,助

其成为独立的、自我导向的、善于分析的、积极的和充满信心的学习者。
 地址:朝阳区八里庄北里221号楼
 电话: 8591 8288
 网址: www.jdmontessori.com

嘉杉嘉华儿童之家

Jack & Jill Children's Center

嘉杉嘉华儿童之家是全日制儿童托管及家教服务机构。我们以儿童为中心,构建了一个动态的、旨在培养儿童内在好奇心与求知欲的学习环境。课程由专业团队以美国高瞻模式与意大利瑞吉欧模式为基础,结合中国背景自主研发而成,以满足儿童不同阶段的发展需要。在这里,孩子是真正的主人,他们可以在属于自己的环境里发展身心,认知和感受世界,学习沟通和社交,并尝试主动、独立、自主的思考、判断和解决问题。我们也将提供丰富的课后班及多样的园外生活以开拓孩子们的视野。

地址:朝阳区尚家楼路2号院裘马都1号楼105-108室
 电话: 8436 1861, 139 1188 6574
 电邮: shaung.p@jacknjill.cn
 网址: www.jacknjill.cn

家育苑

The Family Learning House (TFLH)

家育苑是一所基于美德教育的双语学前幼儿园,是朝阳区教委认定的2010年度优秀幼儿园之一。家育苑致力于在传授知识的同时注重培养孩子的良好品格,使其能够更好的服务社会。家育苑将“美德在我心”的品德教育、蒙台梭利和中文课程结合在一起。学校设置了宠物农场,有机种植,和以孩子们为主导的废旧物品回收项目,并为所有四岁

半以上的孩子提供每日一对一钢琴课,还举办每月的户外之行活动,社区服务项目,以及不同国家的文化庆祝活动。家育苑旨在建立一个由学生、老师、阿姨及家长共同参与教育的学习社区。

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或801
 电邮: info@thefamilylearninghouse.com
 网址: www.thefamilylearninghouse.com

金翼德懿幼儿园

Eduwings Kindergarten

金翼德懿是为母语为德语、英语或汉语的孩子而成立的国际学校,其课程以德国的教育大纲为基础,招收1-6岁儿童。目前金翼德懿设有顺义及海淀两个校区,为孩子们提供一个自然、富于灵感及创造性的教育环境。这里的老师都能够讲德语、英语及汉语,这三种语言贯穿主题教学内容中。所有毕业于金翼德懿的学生都能够以优异的成绩从容步入国际学校,国内名校或者德国使馆学校。

地址: 1) 顺义区天竺丽苑街6号美林别墅52#, 6450 8384, eduwings@126.com
 2) 海淀校区: 海淀区万柳中路光大西园#6, 8257 0436, eduwingshaidian@126.com
 网址: www.eduwingskids.com

君诚国际双语学校

Springboard International Bilingual School

君诚国际双语学校为学生提供了丰富、有趣、易于掌握的国际课程,并辅有一日两次的中文语文课和中文数学课。学校的教师均为敬业的专业人才,来自英美加等国,具有多年在英语国家的成功执教经验。中学部新

校舍即将在2014年8月投入使用。

地址: 北京顺义区后沙峪镇火沙路古城段15号
 电话: 8049 0307
 邮箱: office@sibs.com.cn
 网址: www.sibs.com.cn

美华彩苑外语幼儿园

Mei Hua Cai Yuan Foreign Language Preschool

美华彩苑外语幼儿园是一家2011年11月刚刚成立两年的新园。坐落于玉泉山脚下,占地面积15000平方米,建筑面积12000平方米,空气清新自然,是绿色的天然氧吧。全园146名教职员工,目前已开设20个班,在园幼儿427人。课程设置目标:多元文化带来多元体验和多元视野,立足中国,面向国际的课程体系。

地址: 海淀区北坞村23号
 电话: 400 065 6006, 8885 4880
 网页: www.mhcyedu.com

蒙特梭利小镇幼儿园

Little Village Montessori School (LVMS)

蒙特梭利小镇幼儿园是基于纯蒙特梭利教育所创办的幼儿园。为了给幼儿创造良好的成长环境,蒙特梭利小镇幼儿园集合了对教育有热诚的精英教师们。该幼儿园坚信学校是人文社区中最重要的环节,着重于培养孩子独立学习的精神,以及探索自己的潜能和适应身边环境的能力。

地址: 朝阳区双井富力城西惠林路5号京运盛通大厦2310室
 电话: 5876 6610
 邮箱: angel@lvms.cn
 网址: www.lvms.cn

Lobster Brunch
 Crowne Plaza Lido

游泳 + 龙虾早午餐
 这个搭配您满意吗?

游泳 + 龙虾早午餐
 前 20 名预定成功的客人可于当天免费使用酒店泳池一次
 不限量龙虾及多种海鲜, 甜点及美食应有尽有;
 更有独立儿童游乐区域供孩子嬉戏。

美食尊享 388 元 / 位起
 6 岁及以下儿童免费

每周日上午 11:30 至下午 3:00
 * 以上价格需加收 15% 服务费

☎ 86 10 8443 6228
 北京市朝阳区将台路 6 号北京丽都皇冠假日酒店亦餐厅

CROWNE PLAZA
 BEIJING LIDO
 北京丽都皇冠假日酒店

启明星双语学校
Daystar Academy

启明星双语学校是一所从幼儿园到小学的非盈利学校。学校提供均衡的中英文各半天的浸泡式教学环境。英文课程采用以蒙特梭利为基础的英文教学，中文采用中国国家标准课程。这种创新的教育模式融合了中西方文化，实现了中西方教育理念与方法的最有效的结合。
地址：朝阳区顺白路2号
电话：5603 9446/ 8610 2654
电邮：admissions@daystarchina.cn 或 heatherz@daystarchina.cn
网址：www.daystarchina.cn

巧智博仁“儿童之家”蒙特梭利国际幼儿园
The Children's House Montessori Kindergarten

巧智博仁“儿童之家”蒙特梭利国际幼儿园于1992年在国贸中心开始办学。是在北京成立的第一家蒙特梭利幼儿园。如今每年有350名来自世界各地的六岁以下的孩子在学校就读。巧智博仁蒙特梭利幼儿园有三个国际园区，分别位于国贸中心、燕莎中心、优山美地别墅区和一个位于亚运村亚运新家园的双语园区。各园环境优美，全体教师员工为了孩子的成长、友爱与和睦倾注所有。
地址：1) 国贸园区：朝阳区建国门外大街1号国贸北公寓一层，6535 8129；2) 燕莎园区：朝阳区亮马桥路50号燕莎中心大厦S114单元，6465 1305/3388转4477；3) 亚运新家园园区：朝阳区辛店路1号亚运新家园社区，5202 0293/0193
网址：www.montessoribeijing.com

清华附中国际部
Tsinghua International School

坐落于美丽的清华大学校园北侧的清华附中国际部成立于2008年，旨在为华外籍人员子女及海外归国人士子女提供中西方文化融合的教育，尊重中西文化差异。学校开设1-12年级，小学部遵循银行街教育模式，秉承“让孩子用活泼的好奇心把世界变成一个令人兴奋的实验室来不断学习”的中学部鼓励学生探索各种各样的兴趣，发展卓越的学术技能，从而成为积极主动的学习者。学校致力于为学生打好牢固的学习基础，看重学生个人品格和领导能力的培养。
地址：海淀区 中关村北大街 清华大学西北侧清华附中校园内
电话：6279 7000或6277 1477
电邮：this@mail.tsinghua.edu.cn
网址：www.this.edu.cn

青苗国际双语学校
Beanstalk International Bilingual School (IBS)

自于北京成立以来，青苗已走过了20个春秋，从一个校区发展成七个校区，涵盖了从幼儿园到12年级的一贯教育，在发展过程中，青苗始终秉承着自己独特的核心价值观及教育理念，致力于将学生培养成具备双语能力、多元文化视角和全球化意识的公民，使他们同时拥有广博的知识和正直的品格，能够在不断发展的全球化环境中有所担当，有作为，并最终取得成功。
地址：1) 青苗国际双语学校小学部：朝阳区东四环北路6号阳光山东二区，5130 7951，office@bibs.com.cn；2) 青苗国际双语学校初中部：朝阳区南十里居38号，8456 6019，bssoffice@bibs.com.

cn；3) 青苗双语幼儿园（万达园）：朝阳区建国路93号万达广场7号楼，5960 3887，bbkoffice@bibs.com.cn；4) 青苗国际幼儿园：朝阳区亮马桥路40号B座一层，6466 9255，bikoffice@bibs.com.cn；5) 青苗幼儿园常青藤园：朝阳区东坝南一街4号，8537 9659；6) 开园在即：青苗幼儿园望湖园：朝阳区望京北路51号（望湖公园旁），5130 7951/185 1169 3573；7) 开园在即：青苗幼儿园（仰山园）：朝阳区仰山公园东1门安立路30号7号楼 5130 7951/185 1169 6337

睿贝蒙特梭利国际幼儿园
RuiBei Montessori International Kingdergarten

幼儿园坐落在北京CBD首府别墅区，是由坚持蒙氏教育的家长们创立的非盈利性国际幼儿园，追求高质量的蒙氏教育和中国传统文化教育的结合，每班（3-6）中外籍双主讲双助教，浸入式英语环境。所有中外籍主讲老师均具有三年以上美国AMI认证。国际学校学前班由在美国、加拿大和日本从事二十余年蒙氏教育教学的资深老师针对5-6岁的孩子进行蒙氏五大核心课程教学，全套进口蒙氏标准小学教具，200多经典蒙氏小学教学案例，适合有一定英语基础的，准备进入国际学校而需要强化英语学习的孩子。
地址：朝阳区西大望路甲20号首府小区26-2-102
电话：5870 6653，186 0023 3080
电邮：wang@ruiBei.net
网址：www.ruiBei.net

三为园蒙德梭利教育国际标准示范园
Mammolina Children's Home Model Montessori Kindergarten

三为园作为蒙德梭利教育的国际标准示范园，致力于提供给1-7岁儿童最适合的、高质量的、纯正的中英文双语蒙氏环境。班主任都是具有20年以上教学经验的方蒙氏专家级教师。提供开放式的全双语教学环境，一对一教学和详细的发展评估报告系统使三为园能针对每个孩子的个性发展需要做出针对性的调整。
地址：朝阳区香江北路马泉营四区36号（香江花园旁边）
电话：8470 5128
电邮：mammolina@163.com
网址：www.montessori.ws

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

尚慧国际幼儿园
Sunwaykids International Kindergarten

尚慧国际幼儿园隶属于尚慧国际教育集团，由宋庆龄基金会直属单位运营管理，秉承宋庆龄“把最宝贵的东西给予儿童”的教育思想，培养儿童宽阔的胸襟、活跃的思维、好学的态度、开阔的国际视野和文明的行为习惯。尚慧国际幼儿园坚持“在教育过程中尊重每一位儿童的个性发展，给儿童一个快乐的童年”的理念，拥有精诚敬业的教师队伍，致力于为孩子提供丰富适宜的课程。
地址：通州区梨园怡乐南街

电话：6052 3333
电邮：sunwaykidsbj@sunwaykids.com
网址：www.sunwaykids.com

圣保罗美国国际学校
Saint Paul American School (SPAS)

学校是总部位于明尼苏达州圣保罗市的纳赛尔国际学校系统的成员之一。学校提供优质的美国式教育，培养高效的善于思考和交际的人才，使学生具备适应国际化社会的跨文化领导才能。学校帮助想进入美国顶级大学的学生制定严格的学习规划，对非英语母语的学生加强英语交流和学习，并对英语流利及英语国家学生开设了汉语语言课程。毕业获美国高中毕业证书。
地址：海淀区清河清河龙岗路宝盛里观澳园18号院
电话：8070 3429
传真：8273 8613
电邮：spas.admission@gmail.com
网页：www.stpaulschool.com.cn

首都师大附中国际部
High School Attached to CNU

首都师大中美高中实验课程项目是经北京市委批准，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）。学生可以选择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学等中英文课程。
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：www.cnuschool.org/channels/394.html

孙瑞雪至尊宝宝幼儿园
Happy Baby Kindergarten

提供中文为主的蒙特梭利式教育，每周都有几次英语课，设施包括操场、图书馆、钢琴、电脑室。每周一至五早有家长陪同的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) 朝阳区西坝河中里22号楼，电话：6462 0449转806

温莎双语幼儿园
Windsor Bilingual Kindergarten

温莎双语幼儿园是英国德威国际学校的姊妹学校，拥有国际化和中文的双重教育标准和背景。温莎提供高质量的学前双语教育，采纳英国早期基础教育课程的框架，加入中国语言特色和文化元素。
地址：1) 顺义区首都机场路89号丽京花园别墅；2) 昌平区北七家镇东沙各庄温哥华森林别墅)
电话：6456 0020 / 6975 6579
网页：www.windsorkindergarten.cn
电邮：cherry.chen@windsorkindergarten.cn

小星苗国际早教院
Young Starters Academy (YSA)

一所双语国际幼儿园，引进新加坡先进的育儿理念，接受2-6岁儿童，提供一对一教育。坚持个性化，人性化关爱原则，提供有机绿色食物作为午餐，接收半天全天两种报名方式。
地址：1) 朝阳区九都汇6号楼4单元102（女人街）2) 朝阳区阳光东5号楼5单元101

电话：135 2256 3767，186 0004 9065
电邮：theyyoungstarters@gmail.com
网站：www.theyyoungstarters.com

新园双语幼儿园
New Garden International Kindergarten

新园幼儿园隶属于新园教育机构，该机构创建于1973年，是由Pro. Michael Furst领导由来自中国、美国、加拿大、英国、香港及台湾地区的教育工作者组成，是致力于推动现代化全球早期及学前教育的教育集团。新园幼儿园提供丰富而有趣的课程体系帮助孩子们接受中西融合的教育，幼儿园一切以孩子为中心，让孩子在多元文化和平等尊重的环境中健康成长。
地址：1) 新园富力城园：朝阳区双井富力城小区D区61号，电邮：mcyo521@163.com，电话：5876 1319；2) 万科蓝山园：朝阳区南磨房路1号院1号楼万科蓝山小区，电话：5638 7655，电邮：mcyo521@163.com

新竹国际幼儿园
New Bamboo Academy

新竹国际幼儿园是一所美国高瞻幼教体系为理念核心的全英文国际幼儿园。幼儿园从“未来需要什么样的人？”出发，多方引进国际前沿的理论研究成果，将发达国家幼教课程模式与本土教育的优势领域相互结合，创新出中西合璧的基础教育模式。新竹认为幼儿教育的重要意义是孩子们创建主动学习的机会。幼儿在主动学习的过程中，会培养出进取心、好奇心、自信心与丰富的想象力，而这些优良的气质将会伴随他一生。
地址：朝阳区建国门外大街16号东方瑞景小区（西门）
电话：6569 1123
电邮：bjrj@newbambooschools.com
网址：www.newbambooschools.com
微博：weibo.com/u/2100513901

星耀宝宝
Twinkle Twinkle Play and Learning Center

星耀是一所从零岁开始，专注于幼儿早期教育的全日制国际幼儿园。学校总部位于日本，历史悠久，并在日本有6处园所，中国境内的园所位于北京和广东。星耀倡导slow education，并主张为低龄幼儿提供细致、个性化的教育方案。星耀与中华女子学院等培养优秀幼儿教师的高校密切合作，为大学早期教育学院开设早期教育课程，并通过杂志等媒体为家长提供育儿的知识连载。
地址：朝阳区将台西路甲1号嘉林花园2B
电话：8457 4060
电邮：info@xingyibaby.com
网址：www.xingyibaby.com

耀华婴幼儿教育中心
Yew Wah Infant and Toddler Education Centre

耀华专设的幼儿教育发展中心借鉴国内外先进的幼儿教育理念及实践，自行研发了一套独特的国际幼教课程，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。国际班提供一个外教和一个中教的教育模式，让幼儿在富有经验的中外籍教师带领下自信的探究和学习，同时接触到不同的语言和文化。中心坚持以儿童为本的教育理念，在一切工作中以儿童为优先，保障儿童的权利。学校

期望幼儿得到整体和谐的发展,并具备良好的学习品质、独立意识、环保意识和世界公民意识,为未来的生活、学习和发展打好基础。

地址:朝阳区后八里庄5号红领巾公园东门F楼
电话:8581 9223或8581 8466转817
电邮:itec@bj.ycef.com
网址:www.ywitec.com

优而嘉国际双语幼儿园

坐落于燕莎生活圈,距三里屯10分钟车程,自2012年5月正式对外招生,以中英双语作为教学语言。面向2-6岁的孩童开设一系列的精品课程并针对1-2岁的幼儿设有早教亲子班。这里有健康的营养午餐和可口的水果点心(100%清真)、舒适的午睡环境、小小图书馆、绿色自然角、多功能活动厅、孩童专用的独立卫生间,还有24小时监控系统以确保安全的学习环境。此外还有丰富多彩的的课程,如:美术、舞蹈、跆拳道、国际象棋、书法、剑桥英语、外教英语,以及给外国人的中文课,这些课程从3-12岁的孩子都可以报名。

地址:北京市朝阳区酒仙桥南十里居泰华滨河苑商二层D29
电话:5829 4007/133 1125 5107
传真:5829 4003
邮箱:thebrightplace@gmail.com
博客: http://blog.sina.com.cn/youerjiacentre
网站:www.21edubj.com

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

宜宝双语幼儿园

Epoch Kindergarten

宜宝双语幼儿园是中美宜宝国际教育投资(北京)有限公司下设的连锁学校,总部位于亮马河美国大使馆附近。学校采取中美式相结合的管理模式,和由英语母语国家外籍教师全程跟班执教、中籍教师为助理的双语教学模式。学校依据蒙特梭利教育理念,营造家居式安全、舒适、轻松、愉悦、有序的学习环境,幼儿园在北京地区设有朝阳宜宝滨河园、海淀宜宝永泰园、海淀宜宝香山园。每一个校区都提供全天或半天的课程和有限的寄宿选择。
地址:1)朝阳区南十里居41号4号楼;2)海淀区香山南路;3)海淀区清河永泰园新地标价17号
电话:5829 3820
网址:www.epoch-school.com

伊顿国际双语幼儿园

Etonkids Bilingual Kindergartens

作为伊顿国际教育集团的一部分,伊顿国际双语幼儿园的双语蒙特梭利项目致力于培养独立、主动和具有创造力的儿童。学校分为托儿所(18个月-3岁)和“Casa”(3-6岁)。课程包括语言艺术、数学、生活技能、感知训练和文化。
地址:1)大望路首府校园:朝阳区西大望路甲20号首府社区,电话:5870

6778/9,电邮:zhoudan@etonkids.com, zhoudan@etonkids.com;2)CBD新城校园:朝阳区朝外大街6号新城国际19号楼,电话:6533 6995, cpadmin@etonkids.com;3)棕榈泉校园:朝阳区朝阳公园南路8号棕榈泉国际公寓,电话:6539 5967,电邮:psadmin@etonkids.com;4)冠城名敦道校园:崇文区广渠门外大街广渠嘉园21号楼,电话:6749 5002,电邮:bonnieqian@etonkids.com;5)国奥村校区:北辰西路与科荟路交汇处西南角,8437 1007, wangxh@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:崇文区西左安门桥日月天地B座1102
电话:5807 5067
电邮:dpinkowski@gmail.com
网址:www.engdan.com

中法双语儿童之家

La Maison Montessori de Pekin

中法双语儿童之家是以蒙氏教学为主导的中法双语幼儿园,主要接收两岁半到六岁的孩子。位于东直门附近东四十四条胡同内一个传统四合院内。学校的创立者希望能够在双语环境下考虑每个学生的个体发展需求。全部课程包括5个蒙氏教育领域和社会情感情商方面的学习。
地址:东直门东四十四条胡同内
电话:8401 3974, 131 2025 0341 (法语), 139 1025 3125 (英语), 136 8354 1333 (汉语)
电邮:laimaisonmontessoripk@gmail.com
网址:在建立当中

中国人民大学附属中学

The High School Affiliated to Renmin University of China

中国人民大学附属中学享誉中外,与国际一流名校美国托马斯杰弗逊理科高中、菲利普斯安多福学校、英国伊顿中学等结为友好学校。学校提供国际部汉语培训和国内学课程班,同时引进了三大国际主流课程;中英合作剑桥国际高中课程(A-Level),中美合作AP课程和国际文凭课程IBDP。学校现有60多名外籍教师。在来自20多个国家的200多名外籍学生中,每年85%以上的毕业生都考入了北大、清华、人民大学。曾经有上千名学生在国内外创造发明大赛和各科竞赛中获得了金奖、银奖。
适合年龄:12至16岁
地址:海淀区中关村大街37号人大附中国际部
电话:6251 3962/2094
网址:www.rdfz.cn
电邮:guojibu3962@sina.com

中央音乐学院鼎石实验学校

Central Conservatory Preparatory School

由中央音乐学院与东城区教委联合发起,依托社会力量创办的国际化全日制高中。以优质音乐教育为特色,继承中央音乐学院严谨治学传统,通过东西方文化融合的

课程设置、国际化师资,以及与世界一流中学和大学的互动项目,为进入国外一流大学奠定良好学术基础和国际化环境。
地址:东城区南河沿大街19号
电话:4000 581 587
传真:6527 6695
邮箱:info@ccom-prep.org
网址:www.ccom-prep.org

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

卡尔·安娜国际儿童会馆

Karl & Anna Kids

卡尔·安娜国际儿童会馆的教育理念来自于德国的培凯普(PEKIP)与福沃德(Feudel)整体艺术,秉承孩子的教育关键源于家庭教育的原则,特别注重品质与个性化发展及全面素质发展,尤其是艺术和语言能力的培养。孩子通过运动、形体训练与音乐、舞蹈、美术方面相结合的学习方式,将艺术教育融汇贯通在生活、学习的每一个细节。会馆开办了国际日托班(Daycare)和家庭指导、综合能力、音乐律动、舞蹈表演、运动体能等早教课程。
地址:朝阳区北苑北辰绿色中央公园内/朝阳区马泉观湖别墅区

电话:8490 6772, 8490 7448
网址:www.kakids.org

睿德国际双语幼儿园

这是一所教委批准的国家正规国际双语幼儿园。睿德国际双语幼儿园的目的在于教育孩子独立和自给自足,同时激发对学习的热爱。幼儿园的国际教学团队使用蒙特梭利材料和一个双语语言环境,并自己设计课程来教孩子们。拥有齐全的教育设施和经验丰富的师资力量,课程中的每个主题单元的重点是一次针对这个月的学习内容不断重复和不断应用的旅行。我们特别鼓励体育和户外活动,更加注重为每餐提供有机水果和蔬菜。睿德国际双语幼儿园面向社会招收各种国籍的2-6岁宝宝。
地址:北京市顺义区后沙峪镇名都园8208
电话:8047 4372

课外活动 After School

丽娟实验艺术教育机构

丽娟实验艺术教育机构位于中国北京,专业从事4-18岁艺术教育,并与国内外著名美术馆、艺术中心、艺术学校合作举办工作坊、展览、文化交流活动的一家独立的国际艺术教育机构,同时也为欧美艺术高中、艺术学院输出优秀人才。
1)总部:朝阳区育慧里一区四号楼7层,8462 6346;2)海淀教育中心:海淀区北坞村路中坞新村东38号,8885 5517
网址:http://www.lijuanart.com

TLC 国际学科英语

The Learning Center

简称 TLC,由美国教育者创建,针对性一

分类信息 DIRECTORY

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。

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或8046 7085
邮箱: registration@hyde-education.com
网址: www.thelearningcenter.cn



音琴美艺术学习中心 Yosemite Art Center

音琴美艺术教育集团是一家综合性的儿童艺术课程研发及培训机构。集团融合国内外先进的儿童艺术教育资源, 专注于为少年儿童提供一站式综合性的高质量艺术教育课程; 同时致力于推动对艺术之美的感受和表达, 提高艺术修养及表现力。优势课程有: 英国皇家艺术学院课程、英国皇家音乐学院钢琴课程、英国皇家舞蹈学院芭蕾舞课程、美术素养启蒙课程、舞台戏剧表演课程、舞蹈及音乐启蒙课程等。

适合年龄: 2-18岁
地址: 朝阳区甜水西园万科公园五号商业街音琴美艺术学习中心
电话: 8571 4258/8571 4230
网址: www.yosemiteartcenter.com
微信: yinqinmeishi

卓美儿童英文戏剧学院 Dreamaker Drama Academy

全球发展35年的Helen O' Grady儿童英文戏剧课程。通过英文演说、肢体表现、即兴短剧等方式, 释放孩子天性, 提升自我表现力、语言沟通能力, 培养积极开放的性格。纯英文及中英双语授课, HOG认证外教团队。

地址: 1) 朝阳区望京广顺南大街悠乐汇A座5层 2) 西直门外大街1号西环广场T2座C13
适合年龄: 3-12岁
电话: 400 067 7027
微信: 卓美时代教育
官网: www.dreamaker.com.cn
电邮咨询: jamie@dreamaker.com.cn

融尚私塾 Shang Learning

融尚私塾是专注于中国青少年海外竞争力培训的人生规划教育服务机构。通过独家研发的课程, 着重英文听说读写与沟通能力、独立自主能力、自我认知能力、明辨性思维、创新思维以及文化互融生活技巧的培训, 提高学生步入顶尖学府以及进入国际化社会的全面竞争力。融尚私塾拥有100% TESOL认证资深外籍教师与常青藤面试官顾问团队, 纯西方沉浸式New England风格教室。

适合年龄: 12至18岁
地址: 1) 总部: 北京市朝阳区朝阳东三环

北路2号南银大厦1215室, 100027; 2) 教区: 北京市朝阳区惠新东街12号华德公寓4层, 100029
电话: 6410 0633, 186 1838 5627
网址: ShangLearning.com
微博: @融尚私塾
微信: shanglearning

蒙台梭利教学法国际交流中心(IMTI) International Montessori Teaching Institute

北京蒙台梭利教学法国际交流中心(IMTI)为教师们提供专业的培训。蒙台梭利儿童早期教育国际认证课程是针对2.5 - 6岁儿童教育的教师培训而定制的。程隶属于美国蒙台梭利协会(AMS)并且是被MACTE所认可的。学习取得的证书为国际认同的教学执照。IMTI为配合学员的时间制定出一个时间灵活的全年培训课程表, 同时配备进口同声传译设备, 为园所、教师和家长提供一流的国际蒙台梭利中英文双语培训课程和先进的儿童早期教学课程。我们的培训设施都配备了蒙台梭利教具, 以确保提供动手操作的经验。IMTI同时提供一系列的教师专业发展课程, 以增加教师及家长的知识和技能, 其课程包括艺术、音乐律动、婴幼儿教育、蒙氏教具制作等。

地址: 北京市顺义区仁和镇顺福路2号御墅688号
电话: 8949 6877转288
邮箱: snowzhang@imti-china.com
网址: www.imti-china.com



信安国际教育 Century Glory

信安国际教育专注于美国顶级私立中学申请和升学规划, 公司顾问团是来自美国本土教育界和顶级中学的权威人士, Deerfield Academy前校长Dr. Eric Widmer是我们的特别顾问。在北京和纽约两地设有办公室, 凭借国际化背景、深厚的海外名校关系和专业的知识, 致力于为学生和家长提供“全方位、中长期、高品质”的美国顶级私立高中留学申请和整体升学规划方案, 提升学生综合素质和个人竞争力, 引领学生迈向成功之路。

地址: 北京市朝阳区望京阜通东大街6号方恒国际中心B座1508
电话: 400-991-3331
邮箱: info@100glory.com
网址: www.100glory.com

拓达留学 Touchdown!

自2005年起, 拓达留学就致力于帮助中国学生申请进入顶尖的美国高中及排名前30的美国大学。拓达始终相信留学没有捷径, 只有帮助申请提高本身的背景和能力, 才能在竞争激烈的申请中脱颖而出。拓达根据每个学生的特点, 制定个性化留

学方案。此外, 也为去美国洛杉矶地区就读高中的学生, 提供住宿安排。
地址: 北京市海淀区中关村大街19号新中大大厦B座南翼1508室
电话: 4000-733-878
网址: www.touchdown.org.cn



邻家英才国际教育中心

北京邻家英才国际教育中心, 是一家为北京各国际及双语学校小学至高中各年级的学生们提供高品质的跟国际学校课程同步接轨的英文, 数学, 中文课程辅导的教育培训机构。北美籍外教毕业于名牌大学, 专业知识功底深厚并具有丰富的国际学校及国际课程授课经验。每年冬季针对6周岁到15周岁的孩子在北京地区举办各种冬令营项目: 绿色氧吧海南高尔夫拓展营、国际双语全能滑雪冬令营(走读营和住宿营)。
地址: 1) 观唐别墅会所 2) 丽都乡村俱乐部
电话: 130 3103 8833/150 1102 5976
网址: www.chineseneighbor.com
微信: ntlc84501789

奥莱攀岩 BEIJING OLE INTERNATIONAL SPORTS MANAGEMENT CO, LTD

奥莱攀岩享有国内之最的攀岩条件, 有14米高的大岩壁和150平方米抱石馆。奥莱攀岩每年举行寒暑假攀岩课、夏令营活动双语教学并每课时1.5小时。此外还有国际学校活动、举办攀岩主题外加游戏项目的生日会, 时间根据客户而定。
适合年龄: 三岁半以上
地址: 朝阳区东四环中路百子湾桥石门村路5号
电话: 6776 4705
网址: www.oleclimbing.com

博思通教育咨询 Capstone

为国际学校中小學生提供英语、公共演讲、辩论和批判性思维及考试备考科目辅导。同时提供海外留学教育咨询和大学计划服务。博思通总部设在香港, 导师团队具有丰富教学经验, 配合自编教材和创新教学风格, 协助学生发挥潜能, 取得佳绩。
地址: 顺义区后沙峪嘉浩别墅4区4112幢; 朝阳区光华路一号嘉里中心北楼501室
电话: 8046 2280
电邮: beijing@capstoneprep.com
网址: www.capstoneprep.com

游美体验营

游美体验营是美国夏令营协会(ACA)成员, 游美提供美国夏令营咨询服务, 拥有多年美国营地工作经验。在过去的3年内, 游美公司已经成功送出上百个中国孩子参加美国各类本土夏令营。
网站: www.statesidecamp.com
公众微信: 游美体验营
电话: 6417 3809

涅瓦文化艺术中心

涅瓦文化艺术中心由圣彼得堡国立师范和艺术学院毕业的硕士研究生们创立, 是一所致力于儿童潜能研究、开发、培训于一体的具有国际教育特色的专业机构。开设钢琴、美术彩泥、书法国画、珠心算、舞蹈、跆拳道等课程。
年龄: 4岁以上
电话: 5619 9174
QQ: 1820982107
邮箱: 1820982107@qq.com
地址: 北京市朝阳区百子湾东里沿海赛洛城222-6 (涅瓦文化艺术中心)

北京英文艺术院 ArtBug

提供绘画、雕塑、摄影、演讲、戏剧、舞蹈等课程以及各种艺术主题生日会。艺术院专注于培养和促进儿童的右脑发展以及对艺术的独特理解, 并鼓励和引导儿童的创造力、交流能力以及自信心。
年龄: 2-12岁
地址: 朝阳区CBD新城国际北侧, 朝外SOHO写字楼A座753室
电话: 5900 0270; 5947 2275
网址: www.artbug.com.cn; www.bluebridgeedu.com

领峰教育(北京) The Edge Learning Center

领峰教育将为每个学生和家庭提供权威的海外大学和寄宿高中的招生及申请信息, 并定制个人全面的教育咨询服务。
地址: 朝阳区东三环北路38号安联大厦708
电话: 400 608 3070
网址: www.lingfengjiaoyu.com

盖康国际 Gatcombe International

由剑桥牛津大学毕业生所创办的教育咨询公司, 帮助中国家长将孩子送往英国留学, 也提供英国顶尖寄宿学校的夏令营和冬令营活动。有剑桥毕业生及任教于伊顿公学的专家提供集中的教授培训, 为英国留学规划给出专业性意见, 帮助他们准备学校评估面试及入学考试。服务团队分别设在中国和英国。申请学校过程中可以安排家长与孩子前往英国参观学校, 将由当地会全中文的英国同事陪同。
电话: 18511821129
地址: 东直门外大街23号
电邮: info@gatcombe.net
网站: www.gatcombe.net

UCCA创意探索地带

UCCA创意探索地带面向2-11岁儿童的艺术教育旗舰课堂, 依托于中国当代艺术前沿地带798, 从UCCA天然的艺术“母体”出发, 兼具艺术课程、创意工作坊, 以及探索地带三重角度的课程设置, 旨在通过引导儿童对艺术的感知、思考、创造及表达, 全面开发他们的知行体系, 让儿童在学业和未来的工作中自信出众。
电话: 5780 0202/03
地址: 朝阳区酒仙桥路4号798艺术区
网站: www.creative-studio.cn

润初美学 RC.kids

润初美学一直专注于适龄儿童的艺术教育和课程研发。以专业性、趣味性和极富想象力的课程及教学方法, 为3岁至18岁的儿童提供广泛的视觉艺术教育。我们将艺术规律、艺术语言翻译给孩子, 以一种趣

味互动的方式，让孩子们意识到知识的必要性，并主动汲取、释放想象力潜能，获得快乐的同时，通过特定的媒介创造独有的艺术表现，从而建立起他们的创造力自信。

地址:北京市顺义区天北路名都园别墅3158
电话:6143 8338 136 9143 6918
网址:www.runchu.org

健康 Health

医院诊所 Clinics & Hospitals



北京港澳国际医务诊所
Hong Kong International Medical Clinic, Beijing

24 Hour Medical Service Hotline
(8610) 6553 2288 ext. 2345/6/7
(8610) 6553 9752

- Medical Services
- General Practice
- OB & GYN
- Pediatrics
- Surgery
- Dermatology
- Ophthalmology
- ENT
- TCM
- Dental Clinic

www.hkclinic.com
8F-9F, Office Tower, Sunshatell Beijing

北京港澳国际医务诊所 Hong Kong International Medical Clinic, Beijing

地址: 东城区朝阳门北大街2号 港澳中心办公楼9层
电话: 6553 2288 ext 2345/6/7, 6553 9752
邮箱: service@hkclinic.com
网址: www.hkclinic.com

北京新世纪妇儿医院 New Century Women's and Children's Hospital

北京新世纪妇儿医院是一家依照国际医疗标准建立并运营的妇儿医院。医院拥有顶级医疗专家和护理团队，为女性和儿童提供国际标准的、全方位、高品质的医疗及保健服务。与北京儿童医院和北京妇产医院官方合作，医院医疗服务包括0-18岁儿童连续性服务，24小时急症服务，集待产、分娩、产后康复三个阶段为一体的LDR一体化产房服务等。医院位于望湖公园内，环境优美宜人，并提供几十家国际保险公司和中国保险公司直付服务。
地址: 朝阳区望京北路51号院(望湖公园东门南)
电话: 5178 3366
网址: www.ncich.com.cn

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

北京和睦家医院是和睦家医疗集团旗下的医疗机构之一，是中国唯一一家同时通过国际联合委员会(JCI)和美国病理学家学会(CAP)认证的医疗机构。医院拥有一支来自20多个国家和地区的百余名国际医生团队，为不同年龄段、不同性别的患者提供全天候、多方位、高质量的门诊急症与住院服务。作为一家综合医疗机构，北京和睦家医院拥有急诊、全科、外科、儿科、口腔科、内科、皮肤科、眼科、耳鼻喉科等科室，还引进了最高水平的核磁共振技术及心血管中心、腹腔镜手术和神经外科等综合服务。

北京和睦家医院致力于提供卓越安全的医疗健康服务、先进便捷的门诊预约服务、医疗信息终身管理、30多家国际医疗保险直接支付、多语种语言翻译与支持、多样化的会员服务都为患者提供更加方便快捷、贴心周到的星级客户服务。

地址: 朝阳区将台路2号 100015
电话: 24小时服务中心: 4008-919191
急诊: (10) 5927 7120

和睦家朝外诊所

和睦家朝外诊所位于北京朝外大街万通中心，是北京和睦家医院在京管理和运营的第六家卫星诊所。诊所团队由经验丰富的医生和技术精湛的双语护士组成，为在附近生活的人士提供国际医疗标准的全科、儿科、妇产科、心理科等医疗服务。
地址: 朝阳区朝阳门外大街6号万通中心AB座2层3017室 邮编: 100020
24小时服务中心: 4008-919191

和睦家建国门保健中心

北京市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 100020
24小时服务中心: 4008-919191

和睦家亮马诊所

朝阳区东方东路19号1号楼会所27号(外交人员公寓B区官舍16号) 100600
24小时服务中心: 4008-919191

和睦家启望中心

朝阳区将台西路9-11号 100015
24小时服务中心: 4008-919191

和睦家复兴门诊部

地址: 西城区太平桥大街109号
电话: 4008-919191

和睦家家庭医疗 United Family Home Health

和睦家家庭医疗为客户提供近在家中的专业医疗服务，它致力于预防性医疗和医疗诊断，以医疗专业性为前提，最大程度保证顾客接受服务的便利性，使顾客两者兼得。老年人医疗(持续医疗)，产后医疗，及尊享医疗三项服务等待有需要的客户来体验。

电话: 5927 7333
网址: http://homehealth.ufh.com.cn
电邮: homehealth@ufh.com.cn

北京仁泰门诊部 Beijing Orient Care Clinic

地址: 朝阳区建国路89号华贸中心16号商务楼102
电话: 6598 1887 (中/英文) 或 6598 1823 (日语)
邮箱: service@rentaimedical.com
网址: www.rentaimedical.com

北京宝岛妇产医院 Baodao Healthcare

地址: 北京海淀区新街口外大街1号
电话: 6200 6666
网址: http://www.bjbaodao.com.cn

北京和美妇儿医院 Beijing HarMoniCare Women and Children's Hospital (HMC)

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

北京美中宜和妇儿医院 Amcare Women's & Children's Hospital

北京美中宜和妇儿医院成立于2004年，致力于创建国际品质的妇儿高端医疗品



New Century Women's and Children's Hospital
北京新世纪妇儿医院

¥95

疫苗来推进，流感远离您！ A Shot Today Keeps the Flu Away!

又到了流感季节，流感病毒引起的流行性感冒具有季节性流行、传染广泛等特点。流感的常见的症状为发热、头痛、肌肉酸痛等。各年龄人群对流感病毒普遍易感，尤其儿童、高龄者、孕妇以及体质较弱者更加易感。近几年变异出现新型流感病毒容易造成重症病例而危及患者生命屡见不鲜。WHO 世界卫生组织建议，每年接种疫苗是对抗流感的最佳预防手段，推荐在每年流感季节前接种流感疫苗(一般为11月份前后)。北京新世纪妇儿医院以最优质的疫苗和最低的价格竭诚为您的健康保驾护航!

The weather is turning and that means flu season is here again, protect yourself and family by stopping in at **New Century Women's and Children's Hospital** (group or individual appointments welcome) for a quick and easy flu shot. The flu is caused by the influenza virus and is seasonal and highly contagious. The common symptoms are fever/chills, head and body aches, coughing and a sore throat. These symptoms can lead to much more serious conditions such as sinusitis, bronchitis, ear infections, and pneumonia which can be life-threatening, especially for children, the elderly, pregnant women and people with compromised immune systems. In recent years, there have been many severe cases caused by mutated influenza viruses. The World Health Organization recommends a flu vaccination every year as the best way to prevent getting sick. The best time for a flu shot is early November before the virus is prevalent. NCWCH is able to provide high-quality at the lowest price to help safeguard your health.

我们的流感疫苗价格是每针 95 元。
Our flu shot price is 95yuan/shot.

如有任何疑问或需要额外信息，
详情请致电 5178 3337

If you have any questions
or need additional information,
please call us at 5178 3337

北京市朝阳区望京北路 51 号院
(望湖公园东门南)
51 Wangjing North Road
(in the Wanghu Park),
Chaoyang District Beijing
Tel / 电话: (8610) 5178 3366
www.ncich.com.cn

牌, 专注于为中国家庭提供高品质的妇科、产科和儿科医疗服务。以海外先进的医疗服务理念为核心, 引进并创新性的建立了一套国际先进的医院管理模式。秉承“一切以客户为中心”的医疗宗旨, 以人为本, 强调在细节上为客户提供贴心的医疗服务, 倡导美式家庭化生育模式, 整合地区优势医疗资源, 带给每一位客户全新的就诊体验。

地址: 1) 丽都院区: 朝阳区将台西路9-9号; 2) 亚运村院区: 朝阳区安慧北里逸园5号楼
电话: 5234 6666, 400 100 0016
网址: www.amcare.com.cn

北京安太妇产医院
Beijing Antai Maternity Hospital
地址: 丰台区嘉园路星河城1号院18号楼
电话: 6773 5551或6753 7768
网址: www.antaihospital.com.cn

北京21世纪医院
Beijing 21st Century Hospital
地址: 北京市朝阳区亮马桥路甲4 0号二十一世纪大厦1-2层
电话: 8444 6168 (中/英)或8444 6169 (日/韩)
网址: www.21-hospital.com

北京玛丽妇婴医院
Marys Hospital for Women and Infants
地址: 朝阳区和平里北街5号(东土城路北口)
电话: 6421 6666
网址: www.mary.net.cn

维世达诊所
Vista Medical Center
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

北京协和医院
Peking Union Medical College Hospital
地址: 东城区王府井帅府园1号
电话: 6529 5284或6529 5269 (24h急救)
网址: www.pumch.ac.cn

北京国际救援中心
International SOS
地址: 朝阳区新源里16号琨莎中心一座105室
电话: 6462 9112 (诊所) 6462 9100 (24小时热线)
邮箱: china.inquiries@internationalsos.com
网址: www.clinicsinchina.com或www.internationalsos.com

庇利臣医疗中心
Bayley & Jackson Medical Center
地址: 朝阳区日坛东路7号
电话: 8562 9998
网址: www.bjhealthcare.com

慈铭·奥亚健康管理医院
OASIS International Wellness Club
中国健康管理行业领导者慈铭集团倾心打造的首家高端医疗会所。整合全球顶级专家医疗资源, 全面开创高端医疗、深度体检与高端健康管理三位一体的新型健康管理服务模式。首创定制式深度体检, 防癌、防猝死、未来生命状态尽在掌控; 随时随地尊享私人医生红墙御医保健管护; 打造中国民间“中央保健委员会”保

健基地, 专业健康管 理领域的“301医院”, 成就人类健康长寿梦想!
电话: 5965 8688/89 4007 000 666-1
地址: 北京市朝阳区北苑路91号院
网址: www.cimingaoya.com

北京妇产医院
Beijing Obstetrics and Gynecology Hospital
地址: 1) 东城区骑河楼17号, 电话: 6525 0731
0731; 2) 朝阳区姚家园路251号, 电话: 8597 6699

北京新世纪荣和门诊部
北京新世纪荣和门诊部依托北京新世纪医疗网络(包括新世纪儿童医院、新世纪妇女儿童医院)的强大后盾, 拥有经验丰富的医疗团队, 始终以患者为中心, 致力于为顺义国际社区追求高品质医疗服务的家庭提供国际标准的医疗保健服务。可提供每周7天/12小时的多语种医疗保健服务并可向国际知名保险公司的客户提供保险公司直接支付服务。
地址: 北京市顺义区天竺镇丽苑街荣和商业中心19号楼K-01 101310
电话: (8610) 6456 2599
传真: (8610) 6456 8299
网址: www.ncich.com.cn
邮箱: harmonyped@ncich.com.cn

北京中日友好医院
Sino-Japanese Friendship Hospital
地址: 朝阳区和平里和平街北口樱花东街
电话: 6428 2297或8420 5122
网址: www.zryhy.com.cn

明德医院
OASIS International Hospital
地址: 朝阳区朝阳区酒仙桥北路9号
电话: 400 87 62747或5985 0305或5985 0333
网址: www.oasishealth.cn

燕达国际医院
Yanda International Hospital
地址: 通州区京东燕郊经济开发区思菩兰路燕达国际健康城
电话: 156 3062 2562
网址: www.yandahospital.com/fuchan/fluke

北京东方美华妇儿医院
American-Sino OB/GYN/Pediatrics services
地址: 门诊部: 北京市朝阳区安苑路18号, 电话8443 9666, 传真8443 9565; 住院部: 北京市朝阳区安外小关北里218号, 电话8443 9595, 传真8443 9569
网址: www.meihua365.com

北京新世纪国际儿童医院
New Century International Children's Hospital
中国第一家依照国际医疗标准建立并运营的儿童专科医院。医院拥有顶级医疗专家和护理团队, 为0-18岁的儿童及青少年(涵盖新生儿、婴幼儿、学龄前、学龄儿童及青少年)提供现代化、全方位、高品质的综合医疗保健服务。预约就诊模式; 7天24小时的儿科急诊服务; 毗邻北京儿童医院, 医疗合作及学术交流无缝衔接; 多家国际保险公司和中国保险公司直付服务。
地址: 北京市西城区南礼士路56号(西二

环西侧月坛南桥, 紧邻儿童医院东门)
电话: 6802 5588, 400 662 5588
网址: www.ncich.com.cn

北京五洲妇儿医院
GlobalCare Women & Children's Hospital
原北京五洲女子医院。加盟北大人民医院医疗集团, 是一家以全科为基础、妇儿为特色的综合性涉外医疗机构。医院位于CBD中央商务区, 拥有国际顶级医疗设备, 以及来自协和、北医、首医、天坛、市妇产、儿研所等国内三甲医院的、经验丰富的医护人才。医院与近80家国内外保险公司合作直接支付, 为宾客提供多种的个性化医疗服务。
地址: 朝阳区西大望路24号
电话: 8776 9899
网址: www.globalcarecn.com

眼科诊所 Eye Clinics
James Charles 验光配镜服务
James Charles Optometrist
地址: 朝阳区新源里16号琨莎中心105室
电话: 6410 5850或139 1080 0717
网址: www.perfectvision.com.cn

北京爱尔英智眼科医院
Beijing Aier-Intech Eye Hospital
有着18年涉外医疗服务经验, 37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。
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)
网址: www.intecheye.com

牙医诊所 Dentists
北京国际SOS齿科
Beijing International SOS Dental, Orthodontics Clinic
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.clinicsinchina.com

北京和睦家医院牙科
Beijing United Family Hospital-Dental Clinic
地址: 北京市朝阳区将台路2号 100015
电话: 24小时服务中心: 4008-919191
网址: www.ufh.com.cn

北京和睦家顺义牙科诊所
Beijing United Family Shunyi Dental Clinic
地址: 顺义区天竺开发区荣祥广场818号
电话: 24小时服务中心: 4008-919191
网址: www.ufh.com.cn

IDC国际齿科中心
IDC Dental
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
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或6465 1328
邮箱: marketing@imcclinics.com

北京凯佳口腔诊疗中心
CARE DENTAL CENTRE of Beijing
地址: 北京市朝阳区光华路SOHO大厦二层215
电话: 6561 7949/6561 8748



瑞尔齿科
Arrail Dental Clinic
1) 朝阳区建国门外大街19号国际大厦A205, 6500 6472/3; 2) 海淀区科学院南路2号融科资讯中心A座308室, 8286 1956或139 1100 1367 (24小时); 3) 朝阳区建国路89号华贸中心公寓16号楼101室, 8588 8550; 4) 朝阳区亮马桥路46号盛捷福景苑1层, 8440 1926/7/8

购物 Retail



HealthPro® 来自瑞士IQAir AG公司的空气净化器
在如此严重的污染现状下, 您任何时候都需要一台空气净化器。HealthPro® 瑞士IQAir AG公司制造的空气净化器能为您带来近乎完美的洁净空气体验, 同时, 更换滤芯不会有任何效能损失。HealthPro®使用真正的HyperHEPA滤芯, 经过测试验证能去除99.97%直径≥0.3微米的颗粒物, 对于直径≥0.003微米的颗粒物其净化效能也达到99.5%以上。直径≥0.003微米的颗粒物比PM2.5颗粒直径小约800倍。
1. 北京市朝阳区霄云路36号国航大厦1801室 2. 北京市西城区金城坊街2号金融街购物中心四层417 3. 北京市朝阳区建国路87号新光天地5层 4. 北京市朝阳区建国门外大街22号赛特购物中心地下2层 5. 北京市朝阳区七圣中街12号院1号楼B1生活家电区 6. 北京市顺义区天竺镇裕翔路99号欧陆广场地下一层03A 7. 北京市朝阳区亮马桥路52号燕莎友谊商城五层 8. 北京市海淀区远大路1号金源新燕莎Mall地下一层 9. 北京市西城区复兴门内大街101号北楼6层家电部 10. 北京市海淀区复兴路69号卓展购物中心5层家电部 11. 北京市海淀区复兴路33号翠微大厦5层家电部
Email: info@iqair-china.com
网址: www.iqair-china.com

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



威隔口罩
Vogmask
 可持续使用数百小时的威隔口罩
 Vogmask是目前中国市场上最为优秀的抗污染口罩之一。其革命性的超细纤维过滤布可过滤均值为99.978%的空气颗粒物，包括微小的PM2.5颗粒。Vogmask口罩符合美国食品药品监督管理局的N99评级标准。无论是婴儿、儿童、青少年及成人均有多种型号款式可供选择。每只口罩使用一次性滤芯，可持续使用超过数百个小时。
 电话：6477 7300
 电邮：info@vogmask.cn
 网址：www.vogmask.cn

皮卡书屋
 年龄：0-15岁
 时间：周二至周日每天 9:30-20:30 (周一闭馆调整)
 地址：1) 海淀区万柳中路碧水云天社区1号楼底商302室，电话：8256 8528；2) 海淀区蓝旗营社区1号楼1层，电话：8256 7276；3) 朝阳区三元桥曙光西里甲5号凤凰城商业街10号楼F305，电话：5866 8064或5866 8074；4) 海淀区肖家河万科西山庭院会所1楼，电话：6282 7572；5) 天坛东门体育馆路驹草胡同43号，电话：67118629
 网址：www.peekalibrary.org



瑞典莱特艾尔
LightAir
 作为主动式负离子净化的开创者和全球领导者，LightAir在HEPA滤网之外开辟了全新的领域，拥有独特的优势：最小净化至0.001微米；无风扇设计无噪音；终身无耗材免维护；负离子(空气维生素)百万级释放营造森林般清新空气；通过全球十二项认证检测，在欧美广泛应用于孕妇婴幼儿及医疗机构场所。
 地址：1.北京中塔大电器店；2.公主坟翠微百货店；3.北京复兴门百盛店
 电话：4008 948 788
 网址：www.lightair.cn

PAGE ONE书店
 地址：1) 朝阳区三里屯路(三里屯Village南区东北角)；2) 朝阳区建国门

外大街1号国贸三期商厦B2楼3B201室(近光华路)3) 朝阳区酒仙桥路18号颐堤港商业中心B1楼50号

艾洁弗空气净化器 RGF
 美国RGF艾洁弗空气净化器采用PHI空气净化技术，此技术在空气净化史上具有里程碑意义，完全不同于市场上大多数产品所采用的过滤式净化技术。从此我们将走出过滤式净化旧时代，彻底解决净化死角、净化不全面、净化耗材贵等技术难题。PHI技术能够在短时间内同时清除空气中细菌、病毒、霉菌、甲醛、苯、TVOC、异味、PM2.5可入肺颗粒等对人体有害的物质，还您森林般空气享受。RGF中国唯一总代理：北京大恒创新技术有限公司
 地址：北京海淀苏州街3号大恒科技大厦北座11层
 电话：400 818 6660

SMART Board
 SMART Board教育解决方案通过设计创建动态学习环境，激发学生学习兴趣，从而提高教学质量。SMART中国唯一总代理：北京大恒创新技术有限公司
 地址：北京海淀苏州街3号大恒科技大厦北座11层
 电话：8282 8800
 网址：www.smartboard.cn

奥兰希(北京)国际商贸有限公司 Oransi LLC
 奥兰希(Oransi)，美国专业高端空气净化器生产商，总部坐落在美国的德克萨斯州。奥兰希(Oransi)在美国以良好的市场口碑服务于各大商业用户、政府部门、教育机构、医疗机构和消费市场。美国制造，原装进口，专为中国室内环境而打造。美国医用级过滤网，过滤有效率可达99.99%以上，高效去除PM2.5，灰尘、花粉、致敏物、治哮喘、宠物皮屑、霉菌、细菌、病毒以及甲醛、苯、有害气体、烟气、臭氧和异味等。
 地址：朝阳区建国路乙118号京汇大厦3层
 电话：400-665-9677
 电邮：info@oransi.cn
 网站：www.oransi.cn
 微信号：oransichina

家庭餐饮 Family Dining

印度&巴基斯坦餐厅 Indian & Pakistani 恒河印度餐厅 Ganges Indian Restaurant
 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38A，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；5) 朝阳区工体北路13号世贸百货1号楼2楼202室，电话：6416 0181

意式餐厅 Italian 安妮意大利餐厅 Annie's
 1) 朝阳公园西门南侧，电话：6591 1931；2) 大望桥现代城西街，电话：8589 8366；3) 来广营东路 5号，电话：8470 4768；4) 酒仙桥将台路商业街，电话：6436 3735；5) 朝阳区望京街 8

号利星行广场奔驰展厅 2层，电话：8476 0398；6) 日坛上街3-108，电话：8569 3031；7) 东三环中路瑞泰商务楼一层雅阁公寓对面，电话：6568 5890；8) 工体东路 3号中国红街一层工体东门对面，电话：8587 1469；9) 朝阳区金桐西路远洋光华国际 AB座一层(世贸天阶往东)

素食 Vegetarian 素心小筑 Elaine's Vegetarian Restaurant and Bar
 地址：顺义区后沙峪镇罗马环岛向北 100米左拐沿罗马湖畔 800米
 电话：8048 5088/5566

披萨 Pizza 鸟巢 Kro's Nest
 1) 朝阳区工体北路4号院 机电研究院内，电话：8523 6655；2) 朝阳区霄云路35号，电话：8391 3131

叫板! 披萨 Gung Ho! Gourmet Pizza Factory
 1) 朝阳区将台路乙 2号海润国际公寓，电话 5135 8557；2) 朝阳区工体东路中国红街 3号楼，电话8587 1404/1370

中餐 Chinese 鼎泰丰 Din Tai Fung
 1) 朝阳区新源西里中街 24号，电话6462 4502；2) 地海淀区中关村大街 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；4) 朝阳区东大桥路9号侨福芳草地大厦 LG2-20，电话：8562 6583

健喜景园-华府中餐厅
 地址：北京市海淀区玉 泉山万安东路西洼果园18号
 电话：8259 6669 (接受预定)

梧桐
 地址：朝阳区霄云桥外芳园西路6号(近丽都花园南门)
 电话：6438 1118或6438 8883

日式料理 Japanese 尚水长廊铁板烧餐厅 Haru Teppanyaki and Sushi Bar
 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号三里屯太古里北区 N4-30号，电话：6415 2112或6416 5102

隐泉日本料理 Hatsune
 地址：朝阳区三里屯路19号三里屯太古里南区 8号楼 S8-30
 电话：6415 3939

中东 Middle Eastern 入迷 Rumi
 地址：朝阳区工体北路甲一号兆龙饭店对面
 电话：8454 3838

美式餐厅 American 新元素餐厅 Element Fresh Restaurants
 1) 朝阳区三里屯路19号三里屯太古里南区八号楼S8-31，电话：6417 1318；

2) 朝阳区将台路 6号，电话：6433 5058；3) 朝阳区朝阳公园路6号蓝色港湾湖畔美食街B5-06号商铺，电话：5905 1908；4) 朝阳区酒仙桥路18号颐堤港商业中心1层
 网址：www.elementfresh.com

蓝蛙 Blue Frog
 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号三里屯太古里南区 4号楼 3层S4-30；3) 朝阳区酒仙桥路18号颐堤港商场1层167号
 电话：8426 0017
 网址：www.bluefrog.com.cn

墨西哥菜 Mexican Qmex Grill&Bar
 地址：朝阳区工体北路4号院机电研究院餐饮食内(近老书虫)
 电话：6585 3828

早餐&早午餐 Breakfast and 葡萄园 Vineyard Café
 地址：东城区五道营胡同 31号
 电话：6402 7961

老书虫 The Bookworm
 地址：朝阳区三里屯南街4号院
 电话：6586 9507
 网址：www.bookwormfestival.com

家庭摄影 Photography Studios & Services Mishka大米熊高端家庭摄影 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.cn
 电邮：maxim@mishka.pro

美国大卫儿童摄影 Dave PIXSTUDIO
 电话：010-65001663
 网址：www.pixstudio.com.cn

默雪映像 Moxue Zhang Photography
 网址：www.moxuezhang.com
 微信公众号：moxuez_photography
 电话：15600566329

美国乐高万色儿童影像机构 Littleones Kids & Family Portrait Studio
 地址：朝阳区朝阳北路天鹤湾南区16号楼2203
 电话：400 040 9987
 网址：www.littleones.com.cn
 电邮：service@littleones.com.cn

小小世界专业摄影 VivaXiao Photography Studio
 地址：顺义区天竺镇裕翔路99号欧陆广场五层509-510
 电话：8046 1603
 网址：www.vivaxiao.com

生命非幻觉摄影 Not An Illusion Productions
 地址：上门服务

分类信息 DIRECTORY

电话: 6401 7645
电邮: notanillusion@me.com
网址: www.notanillusionproductions.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

纯真年代摄影工作室

The Age of Innocence Photo Studio
地址: 朝阳区亮马桥路21号, 枫花园汽车电影院
电话: 6438 7680, 130 5108 3601
网址: www.mycznd.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

Rage Studio Beijing

地址: 朝阳区朝阳区建外大街 16号东方瑞景A座1206
电话: 6569 1300
网址: www.ragestudios.co.uk

梦游童年摄影

Children's Photo Art Space
地址: 顺义区顺义区名都园3388号
电话: 155 1030 4776
网址: www.dreamwalkers-children.com

北京绚烂馆摄影

Mythfoto Photography Studio
地址: 朝阳区朝阳区朝阳北路润枫嘉尚3-319
电话: 5703 5813, 8556 5219
邮箱: xuanlanguan@gmail.com
网址: www.xuanlanguan.com

Rickcemaamn Imaging Professionals
邮箱: mailto:wallacecontact@yeah.net

彩虹堂摄影工坊

Memory & Joy Photography
电话: 8436 6626 / 130 5127 0531
邮箱: caihongtangmj@sina.cn, mjphoto@sina.cn
网址: www.caihongtangmj.com
地址: 朝阳区亚运村漂亮阳光A306

Luyao 自然光家庭摄影馆

Luyao Baby Photography
地址: 西城区广外大街莲花河胡同2号院信堡水岸公馆3号楼2单元704室
电话: 6325 4991
网址: www.luyaophoto.com

联合世纪数码影印有限公司

Global Photographic Studio
地址: 朝阳区朝阳区新中街7号1层
电话: 6718 2308
邮箱: info@globalphoto.com.cn
网址: www.globalphoto.com.cn

北京印象摄影

Lynn's Photography Studio
地址: 顺义区天竺丽宫别墅一区一号温榆

广场9号
电话: 6450 8674
网址: www.lynn-studio.com

塞仑工作室

silentphoto
地址: 朝阳路5号院北京新天地21号楼1单元2103
电话: 5912 2172
网址: silentphoto.lofter.com

Through My Eyes Photography by Emily Jonas

电话: 158 0146 3224
邮箱: emily4dreams@hotmail.com
网址: www.throughmyeyeslv.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

尚都摄影

Nova Photo Studio
地址: 朝阳区东大桥路8号Soho尚都西塔3层W-1317
电话: 5900 3107
网址: www.novaphoto.cn

运动健身 Sports

Sports Beijing

地址: 朝阳区将台路6号丽都饭店丽都乡村俱乐部2层
电话: 6430 1370
网址: www.sportsbj.org

The Conservatory of International Style and Cultural Arts (CISCA)

地址: 1) 朝阳区香江北路2号泉发花园会所
电话: 8470 5657或139 1103 2760
地址: 2) 朝阳区将台路6号丽都广场丽都乡村俱乐部C208室
电话: 6438 1677或137 1643 3908

东单体育中心

地址: 东城区崇文门内大街108号
电话: 6512 9377

东环广场健身中心

地址: 东城区东中街29号东环广场A座B1
电话: 6417 1188转5070

北京攀岩俱乐部

网址: www.beijingclimbingclub.com

奥莱攀岩

地址: 朝阳区东四环中路百子湾桥东石门村路5号
电话: 6776 4705
邮箱: oleclimbing@gmail.com

冠军溜冰场

Champion Rink
地址: 海淀区远大路1号金源新燕莎
电话: 8887 4899

万国群星足球俱乐部

ClubFootball
地址: 北京市朝阳区酒仙桥路14号兆维华灯大厦A1区31A316
电话: 5130 6893

网址: www.wanguoqunxing.com
邮箱: kids@wanguoqunxing.com
微信: WVGQX2001

静安娱乐中心

地址: 朝阳区北三环东路8号
电话: 8455 2288转8032

世博英杰

Sports in English
地址: 东城区东直门南大街9号华普花园C座1001
电话: 6400 6697
邮箱: phyllis.li@sportsinenglish.com
网址: www.sportsinenglish.com

翠宫宾馆保龄球中心

地址: 海淀区知春路76号翠宫宾馆地下1层
电话: 6262 8888转55080

丹安丝舞蹈培训中心

Danz Centre
地址: 1) 朝阳区三里屯北小街7号, 2) 东城区东直门外大街东湖别墅, 3) 朝阳区榆阳路4号优山美地别墅儿童俱乐部2层
电话: 8041 7745/7746
网址: www.danzcentre.com

SinoScuba

电话: 135 0116 3629
邮箱: steven@sinoscuba.com
网址: www.sinoscuba.com

天星调良国际马术俱乐部

Equuleus International Riding Club
地址: 朝阳区孙河镇顺白路91号香江北路北
电话: 8459 0236
邮箱: equuleushorse@yahoo.com.cn
网址: www.equiriding.com

隆德盛世北京七棵树人高尔夫俱乐部

LDSS Beijing Seven Cedars Golf Club
地址: 朝阳区东五环内侧七棵树出口西侧下即到
电话: 159 1063 8196

SGA Golf Coaching Center

地址: 朝阳区农展馆南路甲九号
电话: 6507 7389或400 650 5169
邮箱: info@sga-china.com
网址: www.sga-china.com

China Culture Center

地址: 朝阳区亮马桥路29号安家楼肯特中心
电话: 6432 9341
网址: www.chinaculturecenter.org

世纪星俱乐部

Century Star Club
地址: 首都体育馆(海淀区中关村南大街54号)
电话: 6832 5603
网址: www.centurystar.com.cn

Black Tiger Fight Club

地址: 1) 朝阳区霞云路38号现代汽车大厦地下一层, 2) 朝阳区来广营东路5号, 尚古城二层健身房
邮箱: info@blacktigerclub.com

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

工体100

地址: 朝阳区工体西路6号
电话: 6552 2688

全明星滑冰场

Ice Breaker
地址: 朝阳区朝阳公园路6号蓝色港湾国际商务区活力城内
邮箱: camilla@team-icebreakers.com
网址: www.team-icebreakers.com

全明星滑冰俱乐部

All Star Champion Skating Club
地址: 朝阳区朝阳公园路6号蓝色港湾国际商务区首层
电话: 5905 6328

Beijing Hikers

地址: 朝阳区酒仙桥中路26号新华联丽港2号楼601室
电话: 6432 2786
邮箱: info@beijinghikers.com
网址: www.beijinghikers.com

亚萨园乡村俱乐部

Asgard Horsemanship Club
地址: 朝阳区顺黄路淡水餐厅西边
电话: 8459 5908
网址: www.asgardacres.com.cn

Ding's RAD Ballet Studio

地址: 东城区东城区体育馆路甲2号
电话: 151 1020 0236
邮箱: balletdeluxe@gmail.com

北京安迪柔术馆

Beijing JiuJitsu Academy
地址: 朝阳区朝阳区和平里中街17号天元和平商厦5、6层北京E-52俱乐部
电话: 5129 5028或138 0137 8214
邮箱: info@bjchina.com
网址: www.bjchina.com/en

西坞北京马术俱乐部

Sheerwood Beijing Equestrian Country Club
地址: 顺义区机场二高速(近温榆河)
电话: 8433 2217

浩沙水上运动中心

Hosa Skating Center
地址: 朝阳区姚家园路民航医院旁
电话: 8578 2590
邮箱: jianghui12479959@yahoo.com.cn

西单喜悦溜冰场

Joyce Rink
地址: 西城区西单北大街108号西单文化广场B3, 77街地下广场
电话: 6602 0050
网址: www.skatingtime.com

国贸溜冰场

Le Cool
地址: 朝阳区建国门外大街1号国贸地下2层
电话: 6505 5776
邮箱: lecool@cwtc.com
网址: www.lecoolerink.com

军都山滑雪场

地址: 昌平区崔村镇真顺村588号
电话: 6072 5888
邮箱: bjskiweb@yahoo.com
网址: www.bjski.com.cn

匠心之轮国际网球中心

Potter's Wheel International Tennis Academy

地址: 朝阳区郎辛庄路1号(657路公交车终点站郎辛庄)
电话: 8538 1073/8538 3875
邮箱: info@potters-wheel.cn
网址: www.potters-wheel.cn

北京丽都假日饭店游泳馆

Holiday Inn Lido Health Club

地址: 朝阳区将台路6号
电话: 6437 6688 ext 1871
邮箱: bc@hilb.net.cn

新世界冠军溜冰场

New World Champion Skating Rink
地址: 崇文区新世界商场地下1层
电话: 8887 4899

北京南山滑雪滑水度假村有限公司

地址: 密云县河南寨镇圣水头村
电话: 8909 1909
网址: www.nanshanski.com

MultiSport

电话: 136 8107 8446或6507 2971
邮箱: admin@multisport.com.cn

Jinghua Wushu Association

地址: 朝阳区亮马桥路50号凯宾斯基饭店公寓地下1层都市脉搏俱乐部
电话: 135 2228 3751 (英/法)131 4107 2677 (中/英)
邮箱: jinghuawushu@yahoo.com.cn
网址: www.jinghuawushu.com

梵音瑜伽

Fine Yoga

地址: 朝阳区西大望路蓝堡国际中心会所
电话: 8599 9566或153 0008 6931
网址: www.fine-yoga.com

冰点地带

The Ice Zone

地址: 顺义区裕京花园会所2楼(入口在裕京路)北京顺义榆阳路7号
电话: 8046 6092
邮箱: info@icezonechina.com
网址: www.icezonechina.com

北京奋星击剑俱乐部

Fenxing Fencing Club

地址: 顺义区西白辛庄榆阳路5号嘉浩别墅2050
邮箱: fenxing.fencing@gmail.com
网址: www.fenxing.com

北京帆船俱乐部

Beijing Aofan Sailing Club

地址: 顺义区白马路19号奥林匹克水上公园内
网址: www.bjaofan.net

北京友谊宾馆

Friendship Hotel

地址: 海淀区中关村南大街1号
电话: 6849 8888 ext 32
网址: www.bjfriendshiphotel.com

Krav Maga

地址: 朝阳区一兆韦德健身, 东方东路15号
电话: 187 1019 0150
网址: http://www.kravmagabeijing.com

Nike 6.0 Summer Lab

地址: 顺义区马坡潮白河国家森林公园内6号
电话: 8497 2568
网址: www.mellowparks.cn

八达岭滑雪场

地址: 延庆县八达岭镇
电话: 6501 0335

东单室内游泳馆

Dongdan Indoor Swimming Pool

地址: 东城区大华路甲2号
电话: 6523 1241

Beijing Sailing Centre

地址: 秦皇岛市海港区文体路22号
电话: 0335 856 0916 或150 0118 9580
邮箱: enquiries@beijingsailing.com
网址: www.beijingsailing.com

Dragon Fire Swim Team

电话: 华教练 136 0106 4534
邮箱: dragonfireswimming@gmail.com
网址: www.dragonfire.com.cn

石京龙滑雪场

地址: 延庆县张山营镇中羊坊
电话: 5905 9088
网址: www.sjski.com

地坛游泳馆

地址: 东城区安外和平里中街8号
电话: 6426 4483

Alona Pilates Studio

地址: 朝阳区新源南路一号5层
电话: 139 1029 0260
邮箱: voselena@hotmail.com
网址: www.alonastudiobeijing.com

雪世界滑雪场

地址: 昌平区十三陵小宫门
电话: 8976 1886/ 1899

北京体育大学

地址: 海淀区中关村北大街
电话: 6298 9568

Incy Wincy Yoga

地址: 朝阳区广渠门外大街8号优士阁A座1909室
电话: 5861 3809
邮箱: info@incywincy.com
网址: www.incywincy.com

浪花俱乐部

Splash Recreation Club

地址: 顺义区小天竺南路9号国都大饭店
电话: 6456 5588 ext 1217
网址: http://www.citichotelbeijing.com/

水立方

Water Cube (Happy Magic Water Cube Waterpark)

地址: 朝阳区北辰路奥林匹克公园内
电话: 8437 0125
网址: www.waterpark.water-cube.com/english/index.aspx

瑜珈苑

Yoga Yard

地址: 朝阳区工体北路17号楼6层工人体育场北门对面
电话: 6413 0774

邮箱: info@yogayard.com

网址: www.yogayard.com

Icon X

地址: 宣武区珠市口东大街2号楼1层2号
电话: 6707 4435

乔波冰雪世界

地址: 顺义区马坡潮白河国家森林公园内6号
电话: 6941 1991
网址: www.qbski.com

有机食品Organic Goods

意大利农场壁炉餐厅

AgriLandia Italian Farm Fireplace Restaurant
地址: 顺义区马坡镇白各庄村
电话: 6940 7700, 130 0127 1094
网址: www.agriLandia.cn

Dancing Harvest

地址: 朝阳区亚运村中国五矿大厦917
电话: 5166 8871转804
网址: www.goldstreet.cn/en/

圣林生态农庄

地址: 顺义区顺义区张镇吕布屯吕张路100号
电话: 6148 8091
邮箱: sunlinfarm@vip.sina.com
网址: blog.sina.com.cn/sunlinfarm

Beijing Dream Farm

网址: www.dreamfarm.com.cn
电话: 5255 0910

德润屋

De Run Wu

地址: 昌平区兴寿镇辛庄草莓园
电话: 8459 0809
邮箱: jiyunliang@vip.163.com

绿牛有机农庄

Green Cow Organic Farm

地址: 顺义区北京绿牛有机农场(京承高速与机场北线交汇处的东北方向董各庄附近)
电话: 8046 4301, 135 0113 6920, 6433 4435
邮箱: thelovelygreencow@gmail.com

有机农庄

Organic Farm Home Delivery Service

地址: 朝阳区北京朝阳公园南路6号公园大道商业大厦1层101号
电话: 6530 6641, 400 886 9166转8001
邮箱: vip_bj@organicfarm.com.cn
网址: www.organicfarm.com.cn/

Green Yard Organic Milk and Yogurt

电话: 800 810 9903, 6506 5855, 139 0128 2292
邮箱: greenyard.organic@gmail.com
网址: www.greenyard.cn

乐活城

Lohao City

1) 顺义区天竺荣祥广场608号, 8046 6242转801; 2) 顺义区京顺路52号(靠近孙河桥, 8459 0134); 3) 朝阳区西大望路甲6号华贸公寓15号楼103号, 6530 5181; 4) 朝阳区朝外大街6号新城国际二期17号楼101, 6533 6465; 5) 朝阳区百子湾南二路76号5号楼10A, 8772 4133 转806/807; 6) 朝阳区东直门外新中街东

外公馆底商108, 6415 0104; 7) 朝阳区好运街乙4号, 5867 0270/0265; 8) 朝阳区北辰东路8号院北辰生活广场131-04B, 8498 5950
网址: www.lohaocity.com

Shangrila Botanicals

地址: 海淀区中关村丹棱街1号欧美汇购物中心3层(地铁4号线和10号线海淀黄庄站直达)
电话: 8454 9514
邮箱: info@shangrilafarms.com
网址: www.shangrilafarms.com

北京天福园种植中心

Tianfuyuan Farm

地址: 房山区房山区良乡镇江村
电话: 137 0127 7398
网址: www.youjinnongzhuang.com

和乐康

Helekang

网址: www.helekang.com/english/index.php

Little Donkey Farm

地址: 海淀区海淀区苏家坨镇后沙涧村西
电话: 138 1095 6036, 186 0102 2820
邮箱: littledonkeyfarm@163.com
网址: www.littledonkeyfarm.com

菲茨有机美丽中心

菲茨有机认证化妆品, 欧洲专业护肤领导品牌。
地址: 1) 海淀区首体南路9号主语家园11号楼101别墅; 2) 朝阳区亮马桥路甲46号亚星大厦4楼
电话: 6879 0924, 6463 5108

家庭娱乐 Fun Stuff

八达岭野生动物园

地址: 延庆县八达岭长城南
电话: 6912 1842/2591
网址: www.bdls.com.cn

龙在天皮影文化俱乐部

Chinese Shadow Puppet Cultural Club

地址: 海淀区中华皮影文化艺术城: 海淀区清华西路28号(圆明园南门西100米, 同仁堂旁边)
电话: 8656 9350
网址: http://blog.sina.com.cn/longzitianpiying 或 www.zhonghuashadow.cn

北京展览馆剧场

Beijing Exhibition Theater

地址: 西城区西直门外大街135号
电话: 6835 4455

北京音乐厅

Beijing Concert Hall

地址: 西城区北新华街1号
电话: 6605 7006/5812

北京动物园

Beijing Zoo

地址: 海淀区西外大街白石桥路137号
电话: 6831 4411
网址: www.bjzoo.com

北京海洋馆

Beijing Aquarium

地址: 海淀区高梁桥斜街乙18号

电话: 6217 6655
网站: www.bj-sea.com

中国电影博物馆
China National Film Museum
地址: 朝阳区南影路9号
电话: 6431 9548
网站: www.cnfm.org.cn

世纪剧院
Century Theater
地址: 朝阳区亮马桥路40号(21世纪饭店)
电话: 6466 4805或6468 3311 ext 3126

富国海底世界
Blue Zoo Beijing
地址: 朝阳区工人体育场南门
电话: 6591 3397
网站: www.blue-zoo.com

万达国际电影城
Wanda International Cinema
1) 石景山区石景山区石景山路乙18号万达广场娱乐3楼, 电话: 68663399; 2) 朝阳区建国路93号万达广场B座三层, 电话: 5960 3399; 3) 昌平区立汤路186号龙德广场5层, 电话: 8484 4742
网站: www.wandafilm.com

摩锐水世界
Merry Water World
地址: 朝阳区东苇路金盏
电话: 8433 7403
网站: www.yujinxiang.com

中国木偶剧院
China Puppet Theater
地址: 朝阳区北三环西路安华西里甲1号
电话: 6425 4847或6424 3698
网站: www.puppetchina.com

朝阳文化馆
Chaoyang Culture Center/TNT Theater
地址: 朝阳区朝阳门外大街和金台西路的路口
电话: 8599 6011
网站: www.cyqwhg.com

蓬蒿剧场
Penghao Theater
地址: 东城区东棉花胡同35号(中央戏剧学院南门, 南锣鼓巷和交道口南大街之间)
电话: 6400 6452/72

东环影城
East Gate Cinema
地址: 东城区保利大厦北侧东环广场B座地下一层
电话: 6418 5931
网站: www.dhyc.cn

传奇时代影城
Saga Cinema
地址: 朝阳区朝阳公园路6号蓝色港湾商业区SA-42
电话: 5905 6868
网站: www.sagacinema.com

保利剧院
Poly Theatre
地址: 东城区东直门南大街14号保利大厦1层
电话: 6500 1188 ext 5126/5127
网站: www.polytheatre.com

北京剧场
Beijing Playhouse
地址: 朝阳区八里庄东四环中路后八里庄5号
电话: 137 1890 8922
邮箱: performance@beijingplayhouse.com
网站: www.beijingplayhouse.com

北京朝阳剧场
Beijing Chaoyang Theater
地址: 朝阳区东三环北路36号
电话: 6507 2421/1818
网站: www.bjcyj.com

中国儿童艺术剧场
China Children's Art Theater
地址: 东城区东安门大街64号
电话: 6521 1425
网站: www.ccat.name

美嘉欢乐影城
Mega Box
1) 朝阳区三里屯路19号三里屯Village南区地下1层, 电话: 6417 6118; 2) 海淀区中关村广场购物中心C区三层(鼎好西侧), 电话: 5986 3777
网站: www.imegabox.com

新东安影城
Xindong'an Cinema
地址: 东城区王府井大街138号5层
电话: 6528 1988/1898
网站: www.xindongan.blog.sohu.com 或 www.b-cinema.cn

东方先锋剧场
Oriental Pioneer Theatre
地址: 东城区东单三条8-2号东方广场东北角
电话: 6527 6911或6559 7394

大隐剧院
Dayin Theater
地址: 朝阳区光华路9号世贸天阶C座(时尚大厦)5层
电话: 6589 5559
网站: www.dayinyuanxian.com/

中山公园音乐堂
Forbidden City Concert Hall
地址: 西城区西长安街中山公园内
电话: 6559 8285
网站: www.fcchbj.com

北京七色光儿童剧院
Beijing Seven-Color Light Children's Theater
地址: 东城区交道口菊儿胡同甲14号
电话: 8402 2285

长安大戏院
Chang'an Grand Theater
地址: 东城区建国门内大街7号
电话: 6510 1309/1310
网站: www.changantheater.com

民族文化宫大剧院
Ethnic Cultural Palace Theater
地址: 西城区复兴门内大街49号
电话: 6605 2404

孔庙和国子监
Confucius Temple and Guozijian
地址: 东城区国子监街13号
电话: 8401 1977

天地剧场
Universal Theater
(aka Heaven and Earth Theater)
地址: 东城区东直门南大街10号
电话: 6416 9893

搜秀影城
Show Max Cinema
地址: 崇文区崇文门外大街40号搜秀城9层
电话: 5167 1298, 5167 1299
网站: www.bjshowmax.com

新世纪影城
Star City
地址: 东城区东方广场地下一层
电话: 8518 6778
网站: www.b-cinema.com.cn

UME 国际影城
1) 朝阳区东三环中路双井桥北富力广场5层, 电话: 5903 7171; 2) 海淀区双榆树科学院南路44号, 电话: 8211 5566
网站: www.bjume.com

北京自然博物馆
Beijing Natural History Museum
地址: 崇文区天桥南大街126号
电话: 6702 4431或6702 3096
网站: www.bnmh.org.cn

北京画院美术馆
Art Museum of Beijing Fine Art Academy
地址: 朝阳区六里屯北里1号
电话: 6502 5171

玉渊潭公园
Yuyuantan Park
地址: 海淀区西三环中央电视塔对面(东门在三里河路, 南门在世纪坛后面)
电话: 8865 3804/6
网站: www.yuyuantanpark.com

北京天文馆新馆
Beijing Planetarium
地址: 西城区西直门外大街138号
电话: 6835 2453或6831 2517
网站: www.bjp.org.cn

小园
Schoolhouse Canteen
地址: 怀柔区慕田峪村12号
电话: 6162 6506/6287
网站: www.schoolhousecanteen.com

北京市城市规划展览馆
Beijing Planning Exhibition Hall
地址: 崇文区前门东大街20号
电话: 6702 4559
网站: www.bjghzl.com.cn

长城脚下的公社
Commune by The Great Wall Kempinski
地址: 延庆县八达岭高速公路水关长城出口
电话: 8118 1888 ext 5706
网站: www.commune.com.cn

七彩蝶
Butterfly Valley
地址: 顺义区高丽营镇南郎中村, 白马路北侧
电话: 8942 2400/2119
网站: http://www.7cbp.com/

北大百年纪念礼堂
Peking University Hall
地址: 海淀区颐和园路甲5号北京大学内
电话: 6275 1278
网站: www.pku-hall.com

天桥杂技剧场
Tianqiao Acrobatics Theater
地址: 宣武区北纬路东口天桥市场街95号
电话: 6303 7449

北京警察博物馆
Beijing Police Museum
地址: 东城区东交民巷36号
电话: 8522 5018

中国古动物馆
Paleozoological Museum
地址: 西城区西直门外大街142号
电话: 8836 9280

首都博物馆
Capital Museum
地址: 西城区复兴门外大街 16号
电话: 6337 0491/2
网站: www.capitalmuseum.org.cn

中国航空博物馆
Chinese Aviation Museum
地址: 昌平区小汤山镇西側
电话: 6178 4882

中国科技馆
China Science and Technology Museum
地址: 朝阳区朝阳区北辰东路5号
电话: 6237 1177 ext 3216
网站: www.cstm.org.cn

中国军事博物馆
Chinese Military History Museum
地址: 海淀区复兴路9号
电话: 6686 6244
网站: www.pladaily.com.cn/item/jb 或 www.chinamil.com.cn

中国妇女儿童博物馆
Chinese Museum of Women and Children
地址: 东城区建国门内大街23号
电话: 6526 9678或6526 9456
网站: www.cwm.china.com.cn

北京戏曲博物馆
Huguang Guild Hall Opera Museum
地址: 宣武区北京湖广会馆内虎坊路3号
电话: 6351 8284
网站: www.beijinghuguang.com

Miller/Reis Art Studios
地址: 朝阳区崔各庄乡费家村香格里拉艺术公社西园5号
邮箱: JeffMiller.FilipaReis@gmail.com

InGeniousKids International Play Group
地址: 朝阳区天鹤湾雅成二期18号楼1层109号
电话: 158 1122 2282
邮箱: chamsclai@hotmail.com 或 arencibiaplaza@yahoo.es或caohanj@qq.com

天坛公园
Tiantan Park
地址: 崇文区永定门大街

电话: 6702 8866
网址: www.tiantanpark.com

索尼探梦

Sony ExploraScience
地址: 朝阳区朝阳公园(南门)
电话: 6501 8800
网址: www.explorascience.com.cn

快雪堂书法博物馆

Kuai Xue Hall Calligraphy Museum
地址: 西城区文津街1号北海公园内
电话: 6406 2285

红领巾公园

Honglingjin Park
地址: 朝阳区后八里庄5号(东四环红领巾桥东)
电话: 8581 9548
网址: www.hljpark.com

北海公园

Beihai Park
地址: 西城区文津街1号
电话: 6403 1102
网址: www.beihaipark.com.cn

北京植物园和卧佛寺

Botanical Garden and Wofosi
地址: 海淀区海淀区香山卧佛寺路
电话: 6259 1283

朝阳公园

Chaoyang Park
地址: 朝阳区农展馆南路1号
电话: 6506 5409
网址: www.sun-park.com

中华民族园

Chinese Ethnic Culture Park
地址: 朝阳区民族园路1号
电话: 6206 3640/3646
网址: www.emuseum.org.cn

后海

Houhai
地址: 西城区地安门外大街(北海公园北门对面)

大观园

Grand View Garden
地址: 宣武区南菜园街12号
电话: 6354 4993
网址: www.bjgdg.com

世界公园

World Park
地址: 丰台区花乡丰葆路158号
电话: 8361 3344
网址: www.beijingworldpark.cn

陶然亭公园

地址: 宣武区太平街19号
电话: 6353 2385
网址: www.trtpark.com

地坛公园

Ditan Park
地址: 东城区安定门外大街甲2号
电话: 6421 4657
网址: www.dtpark.com

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

游艺时光小区艺术中心

MAC Time Community Art Center
地址: 顺义区天竺镇裕翔路99号欧陆广场L5-507A
电话: 8046 1820
邮箱: bj_mactime@yahoo.com.cn

海淀公园

Haidian Park
地址: 海淀区新建宫门路2号
电话: 6285 0569
网址: www.haidianpark.com

中山公园

Zhongshan Park
地址: 东城区天安门西侧
电话: 6605 5431 ext 270
网站: www.zhongshan-park.cn

龙潭湖公园

Longtanhu Park
地址: 崇文区龙潭湖路8号
电话: 6714 4336

南馆公园

Nanguan Park
地址: 东城区西洋馆胡同甲1号
电话: 6403 4087

圆明园

Old Summer Palace (Yuanmingyuan)
地址: 海淀区清华西路28号
电话: 6262 8501
网址: www.yuanmingyuanpark.com

日坛公园

Ritan Park
地址: 朝阳区日坛北路6号
电话: 8561 6301

北京欢乐谷

Happy Valley Amusement Park
地址: 朝阳区东四环小武基北路
电话: 6738 9898 ext 0, 6205 0088
邮箱: happyvalley@bjoct.com
网址: http://bj.happyvalley.com.cn/park/

四得公园

Si'de Park
地址: 朝阳区将台西路
电话: 6438 6093

颐和园

Summer Palace (Yiheyuan)
地址: 海淀区颐和园路
电话: 6288 1144

太阳宫公园

Sun Garden Palace Park
地址: 朝阳区太阳宫中路6号(望京桥附近)
电话: 8457 4426

国家大剧院

National Centre For The Performing Arts (NCPA)
地址: 西城区西长安街2号
电话: 6655 0000
网站: www.chncpa.org

青年湖公园

Qingnianhu Park
地址: 东城区安定门外大街
电话: 8411 6321, 8411 6911 (高尔夫俱乐部), 8411 6321 ext 8032 (水世界)

柳荫公园

Liuyin Park
地址: 东城区安定门外蒋宅口
电话: 8411 3699

万芳亭公园

Wanfangting Park
地址: 丰台区右安门外洋桥西里甲2号
电话: 6721 5333, 6722 7339

Makeup Aartists Nina Griffie and Meghan Evelyn

电话: 152 1001 7548
邮箱: info@ninagriffie.co.uk
网址: www.faceslaphk.com, www.ninagriffie.co.uk

人定湖公园

Rendinghu Park
地址: 西城区德胜门外安德路六铺炕街11号
电话: 6202 3200

紫竹院公园

Zizhuyuan Park
地址: 海淀区白石桥路45号
电话: 6842 5851

团结湖公园

Tuanjiehu Park
地址: 朝阳区团结湖南里16号
电话: 8597 3603

世界花卉大观园

Beijing Garden of World's Flowers
地址: 丰台区南三四环草桥出口南四环路北侧
电话: 8750 0840

首都图书馆

Capital Library
地址: 朝阳区东三环南路88号
电话: 6735 8114
网址: www.dcn.net.cn

德润屋

De Run Wu
地址: 昌平区兴寿镇辛庄草莓园
电话: 8459 0809
邮箱: jiyunliang@vip.163.com

今日美术馆

Today Art Museum
地址: 朝阳区百子湾路32号
电话: 5862 1100
网址: www.todayartmuseum.com

陶此一家

Funky Pots
地址: 朝阳区光华路22号, 光华路SOHO, 3单元528室
电话: 5900 6867
网址: http://www.funkypots.org/english_home.html

新红资俱乐部

Red Capital Club
地址: 东城区东四九条66号
电话: 6402 7150或8401 8886
邮箱: info@redcapitalclub.com.cn
网址: www.redcapitalclub.com.cn

钟鼓楼

Drum and Bell Tower
地址: 东城区东城区地安门大街

法国文化中心

French Cultural Centre
地址: 朝阳区工体西路18号
电话: 6553 2627
网址: www.ccfpekin.org

美好时光亲子书馆

Our Time
地址: 朝阳区望京广顺南大街北口东亚望京中心A座2316号(望京沃尔玛超市西南侧)
电话: 138 1103 7486

白云观

White Cloud Temple (Baiyunguan)
地址: 宣武区西便门白观观街6号
电话: 6344 3666

绿牛有机农庄

Green Cow Organic Farm
地址: 顺义区北京绿牛有机农场(北京京承高速与机场北线交汇处的东北方向董各庄附近)
电话: 8046 4301 或135 0113 6920
邮箱: thelovelygreencow@gmail.com

官园花鸟鱼虫市场

Guanyuan Fish and Bird Market
地址: 海淀区西三环紫竹桥广源大厦(近紫竹桥东北角)

海淀少年宫

Haidian Children's Palace
地址: 海淀区海淀区万柳星标家园甲6号
电话: 8256 7306
网址: www.hdac.cn

莱太花卉市场

Laitai Flower Market
地址: 朝阳区麦子店西路9号
电话: 6463 6145

LaFaFa Music

地址: 西城区阜成门外大街2号万通新世界A座24层
电话: 8832 0818
邮箱: peel.sarah@lafafa.net
网址: music.lafafa.cn

快乐猩猩

Gorilla Treetop Park
地址: 朝阳区朝阳公园里, 农展南路
电话: 6506 5409

和饮轮饮

Wain Wain
地址: 朝阳区建国路88号Soho现代城A座3512室
电话: 8589 4383

英伦创意园

A-Z Kids
地址: 顺义区A-Z英伦创意园, 顺义区林荫路荣和广场3号楼102
电话: 8559 2883/6
网址: www.a-zkids.cn

肚兜艺术中心

Kinderdudou Art Center
1) 地址: 阳区北苑校区: 红军营东路18号时代庄园3816, 电话: 8496 0095, 邮箱: kinderdudou@126.com; 2) 朝阳区望京校区: 望京湖光中街1号LOFTEL大厦707, 电话: 6470 3505, 邮箱: kinderdudou@126.com
网址: www.kinderdudou.com

杂志免费取阅点

希望免费拿到每期的菁kids杂志吗？看看下面哪个发行点离您最近。每月20,000份菁kids杂志免费派送到500多个公开发行人点，在此选登部分地址方便读者免费取阅。

若您希望杂志派送上门，可选择付费订阅；全年12期，人民币200元，请联系：distribution@truerun.com，电话：5941 5387

三里屯

北京英国学校	朝阳区三里屯西六街5号
法国学校	朝阳区三里屯东四街13号
艾毅国际幼儿园-东湖别墅	东城区东直门外大街35号东湖别墅C101室
国际急救中心	朝阳区新源里16号珉莎中心1座105
朝阳威斯汀酒店	朝阳区新源南路1号
三里屯酒店Village Café	朝阳区三里屯北街11号院1号楼
盈科中心公寓	朝阳区工体北路甲2号盈科中心公寓C栋前台
万国公寓	东城区东直门外小街18号
东湖别墅	东城区东直门外大街35号
海晟国际休闲俱乐部	朝阳区东直门外大街乙36号
三里屯soho公寓	朝阳区工体北路8号三里屯sohoA座B2物业中心
鲸鱼宝宝童装	朝阳区工体南路7号
婕妮璐食品店(东湖别墅)	东城区东直门外大街东湖别墅俱乐部地下
绿叶子食品店(三里屯店)	朝阳区三里屯北小街1号
婕妮璐(三里屯店)	朝阳区三里屯北小街1号
绿叶子(杰座店)	朝阳区幸福一村西里5号楼1层
书虫	朝阳区南三里屯路4号楼
鹿港小镇(工体店)	朝阳区工体西路6号(工体100南面)
鱼邦(餐厅)-三里屯	朝阳区三里屯酒吧后街(友谊青年酒店附近)
申德勒加油站西餐厅	朝阳区三里屯北小街10号
赛百味工体店	朝阳区工体北路工人体育场北门对面
彼得潘意大利餐厅	朝阳区三里屯西五街, 京谊大厦写字楼大门口西边
大明西餐厅	朝阳区亮马河南路1号
为人民服务-三里屯	朝阳区三里屯西五街1号
法派	东城区东直门外大街东湖俱乐部大堂
尚水长廊铁板烧餐厅	朝阳区三里屯Village北区3层N4-30
皇后饼店	朝阳区三里屯北路南区S9-33单元
一坐一忘	朝阳区三里屯北小街1号
莫劳龙玺西餐-工体	东城区新中街红五楼1-2#(工人体育馆北门正对面)
紫苏庭(三里屯店)	朝阳区工人体育场北门正对面胡同(工商银行后面)
鼎泰丰餐厅	朝阳区新源西里中街24号
入迷	工体北路(兆龙饭店对面)
Mosto	朝阳区三里屯北路81号那里花园3层
Moment Café	朝阳区工体北路三里屯sohoB1-525
Alona Studio	朝阳区新源南路金茂威斯汀饭店五层天梦水疗
光彩国际健身俱乐部	朝阳区工体西路18号光彩国际公寓内
瑜伽苑	朝阳区工体北路17号六楼
恒河印度餐厅	朝阳区工体北路13号世贸百货1号楼2楼202室
北京弘医堂医疗连锁机构	团结湖北路2号
鸟巢	朝阳区工体北路4号院
西门子家用电器	朝阳区新源街63号院星源汇东塔底商102号
中华宝贝功夫会馆	工体北路世茂百货商场三层
本垒美式烤肉	工体北路4号机电研究所院内(近中国银行)

CBD

家育苑	朝阳区东三环中路建外soho西区14号楼旁边
北京巧智博仁国际幼儿园-国贸	朝阳区建国门外大街1号国贸北公寓座一层
金宝贝北京建外(SOHO旗舰店)	朝阳区光华路soho3单元7层
北京乐成国际学校	朝阳区百子湾南2路77号
伊顿国际学校-世贸国际公寓	朝阳区光华路甲9号世贸国际公寓D座商务楼3层
贝立兹语言培训	朝阳区日坛路6号新族大厦8层
蒲蒲兰绘本馆	朝阳区东三环中路39号建外SOHO13号楼一层1362

伊顿学校新城国际校园	朝阳区朝外大街6号新城国际19号楼1层
富力城新园双语幼儿园	朝阳区东三环双井桥北富力城D区西门
迈格森国际教育北京中心	朝外大街甲6号万通中心商业区2层
北京德福双语幼儿园	朝阳区东三环南路大路园2号(富力城内C5座旁边)
迪士尼英语	朝阳区光华东里中海广场2号楼25层
快乐音符	朝阳区东大桥路尚都soho北塔2层2210
普华门诊	朝阳区东三环南路华腾园7B
维世达诊所	朝阳区光华路1号嘉里中心商场三层
北京庇利积臣医疗中心	朝阳区日坛东路7号
和睦家建国门保健中心	建国门外大街国际俱乐部饭店公寓楼地下一层
五月花口腔诊所	朝阳区国贸写字楼2座3层03-06
北京仁泰门诊部	朝阳区华贸中心16号商务楼102号
瑞尔牙科	朝阳区建国门外大街19号国际大厦A座208
瑞尔牙科	朝阳区建国路乙118号京汇大厦201
瑞尔牙科	朝阳区建国路华贸中心公寓16号楼101
瑞尔牙科	朝阳区光华路5号世纪财富中心1号2层
爱康国宾	朝阳区建华南路17号现代柏联大厦2层
北京JW万豪酒店	朝阳区建国路83号华贸中心
柏悦酒店	朝阳区北京建外大街2号
丽晶苑	朝阳区建国门外大街乙8号
国贸公寓	朝阳区建国门外大街1号
丽舍服务公寓	朝阳区建华南路17号
雅诗阁	朝阳区建国路乙108号
北京京广中心公寓	朝阳区呼家楼
逸兰新城国际	朝阳门外大街6号新城国际23号楼1层
北京财富中心千禧公寓	朝阳区东三环中路七号院六号楼
婕妮璐(日坛店)	朝阳区日坛北路4号
北京华联大望路店	朝阳区建国路87号新光天地B1
如果果汁店	朝阳区朝外大街6号新城国际11号楼14号商铺
婕妮璐超市-新城国际店	朝外大街6号新城国际17号楼
金宝乐俱乐部(Melonhead)	朝阳区光华路9号世贸天街南街412号商铺
法美味饼业(北京)有限公司	朝阳区西大望路华贸中心15座102号
赛百味建国门店	朝阳区日坛路6号新族大厦一层
安妮意大利餐厅-大望路店	朝阳区大望路现代城西侧
泰姬楼印度餐厅	朝阳区光华东里8号院中海广场北楼F2层03
小王府	朝阳区光华路东里2号楼
羲和雅居	朝阳区日坛公园东北角
申德勒加油站西餐厅	朝阳区光华路甲15号日坛商务楼888号(日坛公园南往东)
恒河印度餐厅	朝阳区光华路9号世贸商业中心(世贸天阶)1号楼地下一层
隐泉日本料理	朝阳区光华路甲8号和乔大厦C座二层
赛百味国贸店	朝阳区建国门外大街1号国贸1座地下2层NB209溜冰场旁
祖母的厨房秀水店	朝阳区建国门秀水南街甲11号
祖母的厨房(SOHO店)	朝阳区东三环中路39号建外sohoB座0103
鼎泰丰餐厅(新光天地)	朝阳区建国路87号新光天地六楼
牛扒工厂	朝阳区建国门外大街1号国贸商城地下二层NB-203
美味珍	朝阳区建国门外大街1号国贸大厦西楼一层L124
安妮意大利餐厅	朝阳区神路街39号日坛上街2-3-108
野百合餐厅	朝阳区广渠路31号天之骄子2号楼底商2-18
赛百味-银泰店	朝阳区建外大街2号银泰商业中心地下一层B25B
富客汉堡	朝阳区建外大街1号国贸商城地下一层EB103
安妮	朝阳区金桐西路10号远洋光华国际AB座1层
北京东方大班健身中心	朝阳区西大望路1号
东方大班国际俱乐部店	朝阳区日坛路6号新族大厦一层
东方大班新城国际店	朝阳区朝外大街6号新城国际公寓三期25号楼
巴黎奢华美发沙龙	朝阳区建国门外大街国贸商城三期三层311
一体Spa	朝阳区朝外大街新城国际26号楼103

一休保健会所	朝阳区朝外大街6号新城国际3号楼103
和睦家朝外诊所	朝阳门外大街6号万通中心AB座2层3017室
途西教育	朝阳区呼家楼京广中心2701-2704
匹考克甜品	东大桥路8号SOHO商都北塔2层2211商铺
A派国际双语幼儿园	百子湾南二路78号院5号楼
中国大饭店	国贸写字楼2座5层中国大饭店公关部
新加坡Art Bug英文艺术院	朝外SOHO, A座753号
易思凯斯咖啡 世贺天阶店	朝阳区光华路9号时尚大厦1层L121
国际宝贝	将台路2号和乔丽晶B座底商
蓝色牙买加咖啡馆-新城国际	朝外大街新城国际公寓16号楼107商铺
Burger Bar	朝阳区东大桥路9号侨福芳草大厦LG2-5号
艾毅国际幼儿园	新城国际公寓24号楼
伊莱学校	东大桥路8号SOHO尚都北塔B座1011室(周一停业)
嘉悦芭蕾	光华路22号光华路SOHO5层527,528
融尚私塾	东三环北路2号南银大厦1215室

燕莎

北京加拿大国际学校	朝阳区亮马桥路38号
北京巧智博仁国际幼儿园	朝阳区亮马河路50号凯宾斯基写字楼114室
菁童国际婴幼儿启蒙中心	朝阳区亮马桥路21号枫花园汽车电影院内
北京德国使馆学校	朝阳区亮马桥路49A
艾毅双语幼儿园	朝阳区东三环北路2号远洋新干线E座
好思之家幼儿园	朝阳区朝阳公园西路西里南区15号维多利亚花园公寓
和睦家亮马诊所	朝阳区东方东路19号1号楼会所27号
国际医疗诊所	朝阳区亮马桥路50号燕莎中心写字楼C-401/404室
北京京典口腔诊所	朝阳区麦子店西路3号新恒基国际大厦1层118室
北京二十一世纪医院	朝阳区亮马桥路40号21世纪大厦2层
固瑞齿科21世纪饭店诊所	朝阳区亮马桥路40号21世纪饭店2层
瑞尔齿科	朝阳区亮马桥路46号盛捷福景苑1层
希尔顿酒店	朝阳区东三环北路东方路1号
北京海航大厦万豪酒店	朝阳区霄云路26号A
三全公寓俱乐部	朝阳区麦子店街38号
博雅园公寓	朝阳区农展馆南路9号(朝阳公园西门)
凯宾斯基公寓	朝阳区亮马桥路50号
北京盛捷福景苑高级服务公寓	朝阳区亮马桥路46号
清境明湖公寓	朝阳区朝阳公园西路5号
北京天安豪园	朝阳区朝阳公园西路17号
北京亮马河大厦	朝阳区东三环北路8号
凤凰城二期	朝阳区曙光西里甲5号
德国面包房	朝阳区枣营路29号好运街27号
婕妮璐(朝阳公园店)	朝阳区农展馆南路1号朝阳公园西门向南50米
德国食品店	朝阳区麦子店枣营北里15号(宾都苑公寓105室)
新货郎便利店(福景园)	朝阳区亮马桥路46号燕莎福景园公寓
Mothercare母婴用品	朝阳区朝阳公园路6号蓝色港湾SMM-42单元
安妮意大利餐厅	朝阳区朝阳公园西门往南
鹿港小镇(霄云路店)	朝阳区霄云路35号(现代大厦对面)
藏善	朝阳区枣营路29号好运街21号
赛百味三元桥天元港店	朝阳区东三环北路丙2号天元港B1-08
蓝色牙买加咖啡馆(公园大道)	朝阳区朝阳公园南路6号公园大道底商
艾利欧意大利餐厅	朝阳区朝阳公园西门一号
例外果汁	朝阳区东三环北路2号天元港中心B1-09
福楼	朝阳区霄云路18号
美西西餐厅	朝阳区枣营南里小区东门南侧
德国面包房	朝阳区亮马河大厦写字楼2座11层
悠庭保健会所	朝阳区燕莎桥东方东路19号外交会所一层
托尼英盖	东三环北路东方路1号希尔顿酒店大堂一层
鸟巢	朝阳区霄云路35号
新元素	朝阳区蓝色港湾湖畔美食街BS-06
凯宾斯基饭店北京燕莎中心	亮马桥路50号
北京番茄苗艺术中心	蓝色港湾儿童城1层

菲茨有机美丽中心	亮马桥路46号亚星大厦4楼
塔沃拉	朝阳区东方东路19号亮马桥外交公寓会所2层
柏林时光	霄云里6号城宝饭店一楼

丽都

北京世青中学(初中部)	朝阳区高家园小区210号4层
天真者的绘画工作室	朝阳区酒仙桥798 B区706北一街
伊顿国际学校	丽都乡村俱乐部丽都广场C103室
3E 国际幼儿园	朝阳区将台西路9-1号, 日本人学校对面
和睦家医院	朝阳区将台路2号医院前台
北京美中宜和妇儿医院(门诊中心)	朝阳区芳园西路9号
和睦家启望中心	朝阳区芳园西里9-11号
爱康国宾	将台路丽都饭店5号楼3层
爱败妈妈	朝阳区将台路和乔丽晶公寓G101
丽都假日饭店	朝阳区将台路6号
丽都假日饭店公寓	朝阳区将台路6号
和乔丽晶公寓	朝阳区将台路2号
尤伦斯当代艺术中心	朝阳区大山子798艺术区
婕妮超市海润店	朝阳区将台路乙2号海润国际公寓底商
旋	朝阳区芳园西路6号
婕妮超市-观湖店	朝阳区姚家园路105号观湖国际
绿叶子-丽都店	东四环阳光上东丽都水岸会所底商
颐锦	朝阳区芳园西路6号2号楼
娘惹厨房丽都店	朝阳区高家园小区高家园中学对面(丽都饭店对面)
泰姬楼印度餐厅	朝阳区机场路丽都假日饭店丽都广场三层
亿多瑞餐厅	朝阳区芳园西路6号(丽都广场对面)
安妮	朝阳区将台路商业街(和睦家对面)
泰辣椒	朝阳区机场路将台路丽都广场缤纷廊B座
法派	朝阳区将台路海润国际公寓底商
新元素(丽都店)	朝阳区将台路6号丽都饭店
漫咖啡	朝阳区将台西路7号
翠欧国际餐饮	朝阳区将台西路珀丽酒店西侧
彼得西餐(丽都店)	朝阳区将台西路9-2
恒河印度餐厅	朝阳区将台路2号海润国际公寓底商5号
北京东方大班健身中心-丽都	朝阳区机场路丽都广场9号公寓2层
北京体育俱乐部	朝阳区将台路6号丽都乡村俱乐部2层
明经堂	朝阳区芳园西路四得公园9-10-A号(霄云桥东300米)
沐奇游泳俱乐部	朝阳区芳园西路1号和乔丽晶H101
北京和睦家康复医院	朝阳区姚家园北二路1号(东风公园南门)
新元素	颐堤港商场1层
Flamme	朝阳区酒仙桥路18号颐堤港商场2层269号
蒲公英儿童教育	东四环北路6号阳光上东26号楼7单元0102底商

朝阳其它地区

汇佳幼儿园三元桥园	朝阳区静安东里6号
美育儿童音乐舞蹈学校	朝阳区望京阜通东大街6号院4号楼2层
北京昆泰酒店	朝阳区望京启阳路2号
常春藤国际学校	朝阳区东风南路东上10号
北京中美宜宝国际幼儿园	朝阳区酒仙桥南十里居泰华滨河苑41号院4号楼
新加坡国际学校	朝阳区安贞西里四区17楼
北京耀中国际学校	朝阳区后八里庄5号红领巾公园东门
金宝贝北京丽都店	朝阳区望京街9号望京国际商业中心E座2层01号
青苗双语学校	朝阳区东四环北路6号阳光上东二区
北京市世青中学	朝阳区花家地北里18号(94中学内)
艾毅双语幼儿园-卓锦园	朝阳区崔各乡新锦路18号
青苗国际中学	朝阳区南十里居38#
耀华国际教育培训学校	朝阳区后八里庄5号红H110室(红领巾公园东门)

家盒子文化有限公司	朝阳区望京北路51号院4号楼
儿童英语之家	朝阳区望京西路北小河公园东门
优而嘉国际儿童教育	朝阳区酒仙桥南十里居4号院泰华滨河苑底商2层D29
嘉德蒙台梭利双语幼儿园	朝阳区八里庄北里221号
英语之家	亚运村小营北路29号楼融华世家5号楼2单元501
伊顿学校棕榈泉校园	朝阳区朝阳公园南路8号棕榈泉国际公寓
艾毅教育机构	朝阳区东三环北路丙2号天元港中心B座2006室
苹果幼儿园	朝阳区百子湾南二路
三里屯幼儿园	朝阳区朝阳门外大街吉庆里3号
三为园蒙德梭利托幼中心	朝阳区香江北路马泉营四区36号
新天地国际动物医院	望京阜通西大街融科橄榄城商街13-16
北京爱尔英智眼科医院	朝阳区潘家园南里12号潘家园大厦616室
明德医疗	朝阳区酒仙桥北路9号 C1
爱康国宾	朝阳区南十里居28号东润枫景
北京上东盛饭店	朝阳区东四环北路2号
北京新云南皇冠假日酒店	朝阳区东北三环七圣中街12号
北京盘古七星酒店	朝阳区北四环中路27号
北京东隅酒店	朝阳区酒仙桥路22号
北京昆泰酒店	朝阳区望京启阳路2号
国贸世纪公寓	朝阳区广渠门外大街18号
北京辉盛庭国际公寓	朝阳区东四环中路远洋国际中心B座
丽都水岸	朝阳区芳园南里9号院
北京紫檀万豪行政公寓	朝阳区建国路23号
公园大道管理处	朝阳区朝阳公园南路6号公园大道1号楼
北京华伦家居	朝阳区高碑店民俗文化街西侧
绿叶子食品店(公园大道)	朝阳公园南路6号公园大道商业中心11号楼
皮卡少儿中英文图书馆	朝阳区三元桥凤凰城商街10#F305
蓝蛙	朝阳区酒仙桥18号颐堤港1层167号
北京大董烤鸭店	朝阳区团结湖北口3号楼
漫咖啡	朝阳区百子湾西里103号楼110室
创意宝贝	朝阳区青年路朝阳大悦城十层D03
创意宝贝	朝阳区东三环富力城广场三层305-308号
创意宝贝	朝阳区望京园三区华鼎世家306楼首层
蓝天城	朝阳北路101号朝阳大悦城10层
快乐成长蒙台梭利儿童之家	朝阳区潘家园南里28号, 伊东-漪龙台国际公寓
北京京西学校	朝阳区来广营东路10号
北京爱迪国际学校	朝阳区楼梓庄路7号爱迪国际教育园区
北京和睦家医院	朝阳区将台路2号
悦宝园早教	朝阳区三丰北里7号悠唐国际B座7层
北京丽娟实验艺术教育机构	朝阳区育惠里一区4号楼7层
北京国际艺术与科学学校	朝阳公园西路麦子店正街53号
北大公学国际双语幼儿园	朝阳区新北路9号
北京新世纪妇儿医院二层	朝阳区望京北路51号院
大鲸鱼玩具图书馆	朝阳区南湖南路10号院大西洋新城社区湖畔会所1层
爱立方艺术中心	朝阳区将台路乙2号海润国际公寓A座2层
方派披萨	朝阳区香江北路6号观塘广场(近中石化加油站)
贝客面包	朝阳区香江北路6号观塘广场(近中石化加油站)
易思凯斯咖啡 辉盛庭店	朝阳区东四环中路58号辉盛庭国际公寓1层
易思凯斯咖啡 泰康店	朝阳区东三环北路38号泰康金融大厦1层
北京美华妇儿医院	朝阳区安苑路18号
涅瓦文化艺术中心	朝阳区百子湾东里沿海赛洛城222-6
纽约国际儿童俱乐部	朝阳区太阳宫中路12号楼凯德商场三层23-27号
瑞布克亲子阅读俱乐部(周一休息)	大兴区亦庄镇贵园北里甲4号楼5单元302
慈铭—奥亚国际医疗会所	朝阳区北苑路91号院
信安国际教育	朝阳区阜通东大街6号方恒国际中心B座1508
新城文化中心	望京利泽西二路112号楼2层
汇佳幼儿园(国展园)	朝阳区西坝河东里103号
音琴美诗生活中心	朝阳区甜水园街万科公园五号商业街
婕妮路	新东路10号逸盛阁B座108号(近佳美口腔医院)
纽约客美式餐厅	朝阳区湖景东路11号新奥购物中心H1楼
北京乐成国际学校幼儿园	朝阳区双井东柏街11号
北京美中宜和亚运村院区	北苑路安慧北里逸园5号楼(阳光新干线北门)

卓美儿童戏剧学院	望京广顺南大街望京园悠乐汇A座卓美剧场5层
长城脚下的公社	北京朝阳区朝外大街乙6号朝外SOHO A座11层SOHO中国

东城

MOMA国际幼儿园	东城区香河园路1号当代MOMA
纽曼德医疗中心	东城区东长安街10号长安俱乐部701室
久汇齿科	东城区东方银座D座11D
北京港澳国际医务诊所有限公司	朝阳区朝阳门北大街2号港澳中心9层
北京五十五中国际部	东城区东直门外新中街12号
王府井希尔顿酒店	东城区王府井东路8号
北京金隅喜来登酒店	东城区北三环东路36号
东方豪庭公寓	东城区东长安街1号尊萃豪庭公寓2层
北京绿城奥克伍德华庭	朝阳区东直门外斜街8号
雅诗阁来福士中心服务公寓	东城区东直门南大街1号
北京万豪行政公寓	东城区霞公府街3号北门
鲸鱼宝宝童装	东城区东直门南路甲2号
赛百味东环广场	东城区东中街东环广场B座地下一层
葡萄院儿	东城区五道营胡同31号
闲散口音咖啡馆	东城区五道营胡同甲19号-2
花家怡园	东城区东直门内大街235号
花家怡园	东城区东直门内大街5号
易思凯斯咖啡 东方广场店	东城区东长安街1号东方广场W2德勤大楼PW16-17
思道睿	东城区新中街新中国园写字楼B座1层
明宇丽雅饭店	东城区北极阁路7号
绿叶子	东中街29号东环广场B座一层
别墅西餐厅	日坛路1号日坛宾馆
北京二中国际部	东城区内务部街15号

海淀区

汇宁国际音乐	海淀区黑泉路芳清园3号楼底商
汇佳幼儿园万泉园	海淀区巴沟南路35号小区万泉新新家园
汇佳幼儿园世纪园	海淀区昆明湖南路62号世纪城远园6区甲2号
汇佳幼儿园上第MOMA园	海淀区安宁庄上第MOMA小区
枫叶国际学校	海淀区四季青桥南通汇路16号
清华大学附属中学国际部	海淀区清华大学北侧(圆明园对面)
KindyROO 瑞德探知学堂	海淀区蓝靛厂东路, 金源时代商务中心2#楼B单元3C
儿童英语之家(香山校区)	海淀区香山清琴别墅儿童会所
儿童英语之家(世纪城校区)	海淀区蓝靛厂路(人大附小对面)汇博大厦西侧5层
儿童英语之家	海淀区万柳华府北街万城华府海园北门亚历山大会馆
启明华清幼儿园	海淀区五道口华清嘉园11号
悦宝园早教	海淀区北三环西路大钟寺中坤广场E座3层305A/305B
瑞尔齿科	中关村科学院南路2号融科资讯中心A座308
香格里拉饭店	海淀区紫竹院路29号
北京海润艾丽华酒店	海淀区海淀南路36号
永泰福朋喜来登酒店及服务公寓	海淀区远大路25号
创意宝贝	海淀区农大南路一号上地华联购物中心三层316
创意宝贝	海淀区远大路1号金源燕莎四层4033号
创意宝贝	海淀区翠微路12号嘉茂购物中心四层
悦宝园早教	海淀区中关村大钟寺中坤广场E座3层
北京市二十一世纪国际学校	海淀区恩济庄46号
丽娟实验艺术教育机构	海淀区北坞村路中坞新村东38号
爱立方艺术中心	西直门北大街41号天兆家园5号楼B102
人大附中国际部	海淀区中关村大街37号
沐奇亲子游泳	海淀区清河中街强佑清河新城4号商业楼309室
健一景园	海淀区玉泉路山万安东路西洼果园18号
易思凯斯咖啡(新中关店)	海淀区新中关大街19号新中关大厦A座L108
海淀崛起实验学校	海淀区马连洼北路菊园小区11号
北京市海淀区外国语实验学校	海淀区杏石口路20号
上溯教育	海淀区知春路盈都大厦C座D109

顺义

北京市新英才学校	顺义区安华街9号
丽思·嘉洛德国际双语幼儿园	顺义区水木兰亭府前一街58号
北京蒙台梭利国际学校	顺义区后沙峪乡白辛庄裕京花园附近
启明星	朝阳区顺白路2号奶东工业区
北京德威英国国际学校	顺义区机场路89号丽京花园
北京顺义国际学校	顺义区安华街10号
海嘉双语国际学校	顺义区后沙峪峪民大街5号(罗马环岛东边)
北京德威英国国际学校	朝阳区京顺路香江北路1号香江花园
爱嘉励儿童双语培训学校	顺义区嘉浩别墅3056
北京英国学校	顺义区安华街9号南院
昂立国际少儿英语学校	顺义区仁和镇双兴南区40号楼底商213
三为园幼儿园	朝阳区香江北路丽苑小区A36号
北京巧智博仁国际幼儿园	顺义区后沙峪镇榆杨路4号优山美地别墅区C区会所一层
北京京西学校	朝阳区来广营东路10号
北京智培普奇教育咨询中心	朝阳区嘉浩别墅2108#(南门旁边)
北京蒙台梭利国际学校	顺义区香江北路马泉营路18号
温莎双语幼儿园	顺义区首都机场路89号丽京花园别墅
金翼德懿幼儿园	顺义区天竺镇丽苑街6号美林别墅会所
北京蒙台梭利国际学校	朝阳区香江北路2号院8号楼
君诚国际双语学校	顺义区后沙峪火沙路古城段15号
和睦家顺义牙科诊所	顺义区天竺开发区荣祥广场818号
瑞尔齿科	顺义区天竺荣和商业中心31号楼104
北京临空皇冠假日酒店	顺义区天竺地区府前1街60号
北京首都机场朗豪酒店	首都机场3号航站楼二经路1号
北京龙湾别墅会所	顺义区后沙峪龙湾别墅
丽高王府	顺义区天竺镇丽高花园

裕京花园别墅	顺义区后沙峪乡榆阳路7号
欧陆苑别墅	顺义区天竺镇榆阳路8号
香江花园乡村俱乐部	朝阳区京顺路香江北路1号
丽京花园别墅	朝阳区机场路89号
优山美地俱乐部	顺义区后沙峪镇榆阳路4号
Villa Lifestyles	顺义区天竺镇裕祥路99号地下一层
婕妮商店	顺义区裕祥路白祥广场旁边
格琳塔儿童用品商店	顺义区天竺镇房地产开发区日祥广场#701
新货郎便利店(名都园)	顺义区后沙峪白辛庄村南
乐活城欧陆苑店	顺义区天竺荣祥广场608号
红马车	顺义区日祥广场703
婕妮路超市	顺义区优山美地别墅俱乐部对面
山河汇厨意餐厅	顺义区天竺镇裕翔路99号欧陆广场L201
安妮意大利餐厅香江店	朝阳区来广营东路5号和平大厦一层(长岛澜桥对面)
北京明天意大利餐厅	顺义区欧陆广场一层
赛百味荣祥广场店	顺义区裕祥路荣祥广场808号
OBELISCO-阿根廷烤肉餐厅	朝阳区来广营东路1号
Smallville	西白辛庄3号
果园	顺义区京顺路孙河市场出口(加油站往北走到头)
棒约翰-欧陆店	顺义区天竺镇榆阳路8号欧陆广场223号
棒约翰-天竺餐厅	顺义区天竺镇丽苑街荣和商业中心31号楼
泰姬楼印度餐厅	顺义区天竺镇裕翔路99号欧陆广场2层L222
法派	顺义区天竺镇裕翔路99号欧陆广场1层L111
单太太贝谷	顺义区西白辛庄村开发街5号
马六甲传奇餐厅	顺义区后沙峪镇罗各庄村东北三路6C院(罗马湖畔)
英国茶房	朝阳区顺黄路甲1号创意园内
沐奇亲子游泳	顺义临空皇冠假日酒店西翼一层
檀香树西餐吧	顺义区天竺开发区荣和商业广场丽苑街25号
汉堡王	天竺镇花梨村荣祥广场1栋1层318号
北京市鼎石学校	顺义区后沙峪镇安富街10号

瑞典LightAir(莱特艾尔)空气净化器专注于健康空气领域25年,在传统的HEPA滤网技术之外率先开创了主动式负离子净化原理,凭借其独特的专利技术IonFlow(千万级负离子无臭氧),最小可净化至0.001微米,专攻雾霾致命颗粒。凭借其北欧简约的风格早在2007年就获得IDEA设计大奖,被媒体誉为“空净艺术大师”。

美国Intertek机构
通过国际无臭氧达标测试

德国BiolytiQs
细菌杀灭率超过90%

北欧NIAQ检测
最小可净化至PM0.02

芬兰VTT检测
PM2.5净化率99.94%

☎ 4008 948 788
www.lightair.cn

来自润初美学的 学生艺术作品展

Students Art Work from RC·KIDS



王子曦-6岁-《糖葫芦》



王若暄-9岁-《幸福着生长》



薛皓桐-6岁-《泥塑》



刘浩渊-10岁-《幸福着生长》



庄子-7岁-《水墨牵牛花》



关青棵-8岁-《自画像》



倪冉明慧-15岁-《八哥》



李心言-10岁-《斗牛犬抓周》



薛皓桐-6岁-《幽灵森林》



薛皓桐-6岁-《西方小丑》



殷晋林-5岁-《舞动的树》



颜乐怡-10岁-《小黄人》



胡晶钰-6岁-《蒸汽火车》



李康瑛-7岁-《原始女孩和牵牛花》



朱熙然-4岁-《瓶花生》



徐镜琦-7岁-《外星球的森林》

简报 THE CIRCUIT

“简报”栏目以图文形式直击学校和家庭活动现场。想展示您的活动吗？请将活动日期和说明（150字）发送至jing_editor@126.com，编辑将与您联系图片事宜

鼎石校园坐听“虎咆”

10月28日、30日，美国普林斯顿大学“虎咆”（Tigertones）合唱团受邀在鼎石校园一展歌喉。演出前，“虎咆”参观了鼎石校园，并参加了鼎石的音乐工作坊与学生进行互动，传授经验。



Beijingkids万圣节派对

10月25日、26日持续两天的万圣节大派对顺利结束。鬼屋校舍巡游、化妆游行、tricky or treat游戏、脸部彩绘、恐怖电影播放、南瓜灯制作等等活动充斥其间。孩子们变装各式人物跑来跑去，尽情玩耍。



BCIS Spirit Week主题活动周

10月份，BCIS Spirit Week主题活动周在小学部与中学部分别举办。活动由学生全程主导。小学部主题包括“带上心爱的玩偶来上学”，“撞衫日”与“迪斯科日”等。中学部则有“运动装日”，“睡衣日”，“随心所欲日”与“万圣节日”等。学生穿上不同服装，打扮成不同形象，用独特方式表达自我。



北京德威绘画日

10月23日，北京德威的各年级学生参加了盛大的绘画日活动。这是一个全球范围的活动，旨在提升绘画的影响力并尝试告诉人们绘画不是只有一种“正确的”方式。以“我们的世界”为主题的作品被展示在北京德威丽京校园。



北京君城国际学校万圣节

10月31日，北京君城国际学校举办的万圣节活动中有搞怪精灵走秀，欢歌热舞、鬼屋之行、艺术彩绘、制作南瓜灯、超级糖果寻宝high翻天、万圣节搞笑电影等好玩又有意义的体验活动。孩子们精心地装扮自己，有海盗船长、忍者、女巫等等角色，渲染出节日的缤纷色彩。



3e国际学校世界家庭日

10月18日，3e国际学校家长委员会举办了第9届世界家庭日活动。来自19个国家的家长们现场展出了各国特色工艺品、玩具、民间艺术等，并与大家分享了本国特色食品。孩子和家长们有机会在两小时内“环游世界”，了解不同国家的特色和文化。



青苗万圣节野餐会

11月1日，青苗社区大家庭齐上阵，一起上演了一场热闹的万圣节野餐聚会。现场，时不时传来孩子们在鬼屋玩耍的尖叫声，大孩子们耐心地为小朋友画上临时纹身和面部彩绘，家庭成员聚精会神的雕刻着彩色南瓜灯，当然还有美味的烧烤美食做伴，满足孩子们的小小好胃口。



新世纪妇儿医院万圣节

11月1日，位于望湖公园内的“快乐医院--新世纪妇儿医院”举办了“快乐万圣节活动”。孩子们精心装扮，期间小朋友们不仅可以画脸、做游戏、观看机器人舞蹈表演、还可以得到可爱的动物气球，糖画师傅、熊猫医生和白雪公主一起陪伴孩子们做游戏，吃糖果。



中国太太的客厅

The Disappearing Art of Hosting Parties at Home



陶太专栏

自由撰稿人，毕业于复旦大学，曾为FT中文网、《经济观察报》等撰文。

“当时当地艺术家、诗人以及一切人等，每逢清闲的下午，想喝一杯浓茶或咖啡，想抽几根好烟，想坐坐温软的沙发，想见见朋友，想有一个明眸皓齿能说会道的人儿，陪着他们谈笑，便不须思索地拿起帽子和手杖，走路或坐车，把自己送到我们太太的客厅里来。”

这是1933年，冰心发表的一篇小说《我们太太的客厅》，文章刻薄入骨地描画了一个不知亡国恨的中国太太。人人都觉得这是影射林徽因的，有传闻说林徽因还为此送了一坛陈醋给冰心。当时梁思成和林徽因在北平总部胡同的家，成为北平有名的文化沙龙，徐志摩、沈从文、金岳霖等都是座上客，而且每次聚会都以林徽因为中心，因而被称作“太太的客厅”。据说冰心92岁接受采访时还曾特地辩白说，太太的原型是陆小曼，不是林徽因。

这篇文坛公案孰是孰非，是否越描越黑，早因当事人作古而无从求证。但是后人却因着冰心的妙文，得以领略什么是民国的太太范儿：书桌上铺着自己画的花鸟；大沙发旁边一个红木架子支的大铜盘摆着茶具，盛着各色细点；客厅里供着一大碗枝叶横斜的黄寿丹；窗下矮书架上排着精装的小本外国诗文集，有一套远看以为是莎翁全集，近看却是汤姆司·哈代。妙的是太太“嗤”的一声笑了，说：“莎士比亚，这个旧人，谁耐烦看那些个！”太太的客厅做派非凡。比如太太张嘴就问那个科学家：“试验作的如何了？还在提倡科学救国罢？”政治学者的玩笑话都是“秩序！秩序！你这淘气鬼。”太太的陪嫁丫鬟都有洋名叫Daisy，渐渐会说几句洋文，会在客人来电话时恭敬地回复：“Mrs. is in bed, can I take any message?”

如今，“太太的客厅”当然已经在房产商的推土机下被“不小心”碾平。时髦的太太客厅文化更成为了旧时代的糟粕，早就被打翻在地。经过一场史无前例的劫难，红木家具劈成柴火烧了，封资修文集化成纸浆写大字报了，大难不死的太太们去干校“洗澡”了，高谈阔论的宾客们互相揭发，也许从此老死不相往来了。

一个有钱有闲的阶层被彻底改造了。中国太太的客厅文化不仅断了子，也绝了孙。此后的客厅，无论主人是腰缠万贯，还是现在所谓的时髦中产，从骨子里都是无产阶级了。对贫穷的时代记忆，在多年后仍然扼杀了中国太太们创造一个客厅的冲动。后来，多少人买了大房子，大厅里摆着大椅子、大茶几、大沙发，对着大电视，就是没了宾客如云。闺蜜家房子就不小，不过她从未举办过聚会，她回答很干脆：“一没才华、二没时

间、三没心情。”

其实太太的客厅，也无非是一个更加轻松、非功利的圈子聚会。如果换成先生的客厅，以男主人为主导核心，一下子整个氛围都会奇怪地变得僵硬起来，隐藏在思想、思辨等小闪光之后的那种隐隐的舒适、随意、快活似乎就都不见了，更像一个小组讨论。

只是，有能力在客厅里纵横捭阖的中国太太们少得可怜。与其说三代培养一个贵族，不如说三代培养一个“太太”。那些品味高尚的客厅布置首先不见了。从土豪上溯两代就露馅，如今再有钱也缓不过劲。否则那些金碧辉煌的宫廷式装修，如假包换的“达芬奇”家具，就不会有市场。后来又流行仿古的中式实木家具。可惜连会这门手艺的工匠都濒临绝种了，那么多豪宅大厅里摆着不伦不类的假古董。关键是，也没有精致的太太了。一个有魅力、有见识、善解人意，愿意付出时间、经历、地盘让人宾至如归的太太绝迹了，只有时刻准备着与小三奋战的大奶。

“太太的客厅”越来越偏向家庭化、隐私化。去别人家做客，现在是一件很隆重而且要提前预约的行为。非至交不可为，而且真的不能想来就来，除非你家后院半夜失火。客厅变身为饭厅，最热情的太太也不过是亲自下厨为朋友整两个私房菜，再讲究点的搞个自助。而且多半请的还是小朋友，一帮小屁孩吃着匹萨、薯条，争相表白谁家爸爸最可乐，谁家爸爸最懒。没有人再记得那些风雅的客厅往事，一位朋友听到“太太的客厅”，困惑地问，你是指安利的聚会吗？他们的营销人员最擅长搞聚会！

“太太的客厅”逐渐远离公共空间，昔日的沙龙功能，开始转移到公共的咖啡馆、茶馆甚至网络社交沙龙，比如豆瓣小组、微信群等虚拟的空间内进行。据说如今有赵小姐的餐厅、赵小姐的客厅，其实后者就是一般的咖啡馆。于是，对江山的指点，对专业的思辨，对时局的批判，对社会的讨论，渐渐都被剥离出去，由赵小姐们承担，最后剩在太太的客厅里的，只有慵懒、美食、温馨和情感，都是不折不扣的私人生活。

当然，凡事总有例外。中国也有格调高大上的太太客厅，不过太太们多半是上世纪80年代后出国，在海外见识了猪跑学来的，与冰心笔下的太太客厅早已经不是一个妈生的。比如不会总是开门迎客，不会调笑皆鸿儒，太太更算不上销魂，顶多是拥有一点闲暇，外加Σ几分热心。

+ HealthPro®

来自瑞士IQAir AG公司的空气净化器

来自HealthPro的节日问候

把洁净空气送给最爱的人

欢迎致电预约室内空气质量检测

400-6501266 www.iqair-china.com
info@iqair-china.com



+ HealthPro® 中国

北京总公司

Tel: 010-8447 5800

北京市朝阳区霄云路36号国航大厦1303室

欧陆广场展厅

Tel: 010-6457 1922

北京市朝阳区天竺镇柳林路99号欧陆广场地下一层

新光天地展厅

Tel: 010-5738 2401

北京市朝阳区建国路87号新光天地5层生活家电区

金融街购物中心展厅

Tel: 010-6622 0179

北京市西城区金城坊街2号金融街购物中心四层417

燕莎友谊商城展厅

Tel: 15801361601

北京市朝阳区燕莎桥路52号燕莎友谊商城五层

赛特购物中心展厅

Tel: 18810205987

北京市朝阳区建国门外大街22号赛特购物中心地下一层

百盛复兴门展厅

Tel: 15712868485

北京市复兴门内大街101号6层家电部

百盛太阳宫展厅

Tel: 15712868454

北京市朝阳区十里堡中街12号院1号楼B1生活家电区

卓展购物中心展厅

Tel: 15313351630

北京市海淀区复兴路69号五楼家电区

翠微百货展厅

Tel: 15313351590

北京市海淀区复兴路33号翠微大厦5层家电区

金源燕莎展厅

Tel: 15712869044

北京市海淀区远大路1号金源新燕莎Mall地下一层

瑞士制造
始于1963年

vogmask®



威隔口罩

健康呼吸 时尚出行



Vogmask 祝您圣诞快乐!

高效防尘口罩，其安全舒适的设计适合婴儿、儿童及成人佩戴；针对PM2.5颗粒物的过滤效果达99.978%。

400-6501253
www.vogmask.cn
info@vogmask.cn



What if
the architectural design
of your child's school transformed
the teaching
and learning
experience?

如果
有这样一所学校，
它的建筑设计本身，
就能够改变
教学与学习的
体验



Information Sessions and Campus Tours available every Tuesday
and Thursday. Call the Admission Team NOW to reserve your place.

招生说明会和校园参观于每周二周四举行，
请联系招生部预约报名。

A new WORLD SCHOOL 真正的世界学校

A new MODEL OF EDUCATION IN CHINA 全新的教育模式

(86 10) 8049 6008

admission@keystoneacademy.cn

www.keystoneacademy.cn