



jingkids北京

夏日寻花

Summer Flowers



封面故事

京城夏之乐

Beijing Under the Summer Sun



关注菁kids 媒体公众平台

探讨海内外国际教育话题
分享育儿成长故事
父母社区交友互动

微信关注：菁kids、菁kids上海

活动咨询

邮箱：marketing@truerun.com

联系电话：(010) 5941 3140

杂志订阅

邮箱：distribution@truerun.com

联系电话：(010) 5941 5559

微博关注：@菁kids杂志-北京

菁kids官方网站：www.jingkids.com



菁kids



菁kids上海



北京市私立汇佳学校
BEIJING HUIJIA PRIVATE SCHOOL

国际化

不是课程的复制

不是文化的移植

不仅仅是

外语流利

不止步于

“拿来主义”

我们要培养

中国孩子

用世界听得懂的语言

和世界能够理解的

表达方式

在全球的舞台上

自信地展示

独特的自己



HUIJIA SCHOOL UNESCO CLUB
联合国教科文组织协会
俱乐部成员校



汇佳——中国大陆**第一所用双语**
为3-18岁学生提供**IB教育**的国际学校

北京市私立汇佳学校
北京市昌平区昌怀路157号
400-889-1993
admissions@huijiaedu.org



与乐成一同绿色地成长

屋顶花园上的探索时光



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二路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, P.R. China
地址: 北京市朝阳区东柏街11号, 100022

YCE Ye Cheng Education 乐成教育



BCIS Graduation Class of 2015

祝贺

BCIS 2015届毕业生同学们,

你们毕业了!

BCIS本届27名优秀毕业生被下列大学录取,
共收获14项国际优秀学生奖学金, 奖金总额逾五十万美元。

美国

美国旧金山艺术大学
美国大学(2)
亚利桑那大学
贝勒大学
本特利大学*
波士顿大学
布莱恩特大学*
美国加州艺术学院 (旧金山)
加州大学伯克利分校
加州大学 戴维斯分校(2)
加州大学欧文分校
加州大学洛杉矶分校
加州大学圣地亚哥分校(3)
加州大学圣塔芭芭拉分校
加州大学圣克鲁兹分校
森特学院
哥伦布艺术设计学院
康涅狄格大学*
特拉华大学*
爱默生学院*(3)
富兰克林与马歇尔学院
乔治梅森大学*
乔治华盛顿大学(2)
伊利诺伊大学香槟分校
缅因大学*
玛利斯特学院*
马里兰艺术学院
迈阿密大学
曼荷莲学院
新奥尔良大学*
美国东北大学
美国西北大学卡塔尔国分校*
帕森斯设计学院*
普拉特学院
普渡大学
罗德岛大学*
罗诺克大学*
罗彻斯特理工学院
萨凡纳艺术设计学院*
南加州大学
纽约州立大学奥尔巴尼分校
雪城大学
德州农工大学*
德克萨斯大学奥斯汀分校*
杜兰大学
弗吉尼亚大学
华盛顿大学

澳大利亚

澳大利亚国立大学*
昆士兰大学*

中国香港地区

香港科技大学
香港大学(3)

英国

巴斯大学
英国布莱顿大学*
伦敦城市大学*
中央圣马丁艺术与设计学院*
金史密斯学院, 伦敦大学
伦敦国王学院
莱斯特大学*
伦敦政治经济学院
曼彻斯特大学(2)
英国皇家兽医学院*
圣安德鲁斯大学*
萨里大学*(2)
华威大学

加拿大

英属哥伦比亚大学
多伦多大学

荷兰

阿姆斯特丹大学*

BCIS
Graduation
Class
of 2015



YCE YueCheng Education
乐成教育



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 Baizwan Nan Er Road, Chaoyang District, Beijing, P.R. China
地址: 北京市朝阳区百子湾南二路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, P.R. China
地址: 北京市朝阳区东柏街11号, 100022

WOMEN

OF CHINA

《中国妇女》英文刊 2015 年 7 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: June 22, 2015

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: 2015年6月22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	WEILIANG 位亮
Executive Publisher	Jingbo Wu
Managing Editor in Shanghai	Elva Li
Deputy Managing Editor	Abby Wang
Senior Editor	Ines Yang
Editor	Cherry Dong
Editor in Shanghai	Xiaohui Chen
Contributing Writers	Liyan Zhao, Luo Xuehui, Shui Wenlu, Gui Gui
Editorial Consultant 编辑顾问	Zhu A'Man, 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	010-6522 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 0368/0972777879
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

BATTLE OF THE BUNS

thebeijinger



2015 Burger Cup

北京最权威汉堡大战，
这个七月，盛世回归！



有关合作事宜请邮件至 events@theBeijinger.com
活动详情请关注 www.theBeijinger.com 或扫描右方二维码





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

CEO & Founder 创始人及首席执行官
Owner & Co-Founder 联合创始人

魏思得 Michael Wester
马春蕾 Toni Ma

Executive Publisher 执行出版人
Managing Editor in Shanghai 上海版主编
Deputy Managing Editor 北京版副主编
Senior Editor 资深编辑
Editor 编辑
Editor in Shanghai 上海版编辑
Intern 实习生
Contributors 撰稿人

吴竞波 Jingbo Wu
李佳 Elva Li
王蕾 Abby Wang
杨姣 Ines Yang
董一璠 Cherry Dong
陈晓辉 Chen Xiaohui
林衫 Shell Lin, 钱进进 Jessie Qian
赵丽彦 Liyan Zhao, 罗雪挥 Xuehui Luo, 水纹路 Shui Wenlu, 桂桂 Grace Gui

Digital Marketing&Content Director 数码战略总监

詹家伟 Jerry Chan

Art Director 艺术总监
Art Designer 设计

罗肃 Susu Luo
贺娟娟 Helen He

Production Manager 制作部经理
Photographers 摄影师
Advertising Designer 广告设计

郭挺 Joey Guo
隋思聪 Sui, 刘明彻 Ken, 尤思宇 Uni
贾静 Yuki Jia

Sales 销售部

王丹 Ivy Wang (总监), 胡晓娜 Sheena Hu, 张莎莎 Sasha Zhang,
刘潜 Winter Liu, 徐佳 Emma Xu, 唐奥Tang Ao, 吴瑾 Veronica Wu,
白文轩 Wilson Barrie, 李希雅 Olesya Sedysheva, 黄越 Shirley Huang
赵原君 Shane Zhao, 杨莎莎 Lareina Yang, 王宁 Tina Wang

Marketing & Distribution 市场发行部

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, 苏梦 Laura Su, 曹箐 Cao Zheng, 赵凤娟 Zhao Fengjuan
秦莉 Lily Qin

Office Coordinator in Shanghai 上海办公室主任

Editorial 编辑部
Advertising 广告部
Marketing 市场部
Distribution 发行部

jing_editor@truerun.com
010-5941 0368/69/72/77/78/79, sales@truerun.com
marketing@truerun.com
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, 关注微信公众号: 菁kids; 新浪官方微博@菁kids杂志



夏季撒欢儿正当时

Summer is the Time to Play

北京的夏天从六月中旬就差不多开始了，当你还沉浸在春天宜人的温度里，夏天早已埋伏在各个角落。直至某一个艳阳天，期待着小凉风来袭，结果风来了，却是热的，春天也就算递了交接棒，夏日来袭。

打小儿生长在北京，我已在这儿过了二十多个夏天。孩童时代，夏天对我有着极大的吸引力。原因再简单不过，就因为夏天可以吃到冰凉西瓜和冰棍儿。小时候的食物并不像现在这么多种多样，但在那些年，黑籽儿红壤的大西瓜以及红豆沙、大红果儿冰棍儿却成为了我对夏天最大的期盼，没有什么事儿比得过直接拿勺儿挖西瓜，狼吞虎咽那般爽快自在，也没有什么心情比得了跟爸妈出门儿，正大光明指着冰柜说我要吃冰棍儿后被满足的偷乐开心。以至于到了现在，西瓜和冰棍儿都成了我最难以磨灭的对夏天的友好印象。

七月正是夏天正当红的时候，相比六月的为时过早和八月的三伏天暑热，将暑期的专题放在七月来做更是恰如其分，赶上学生们迎来了一年中 longest 的暑假假期，也意味着给难得的家庭亲子时光与同学好友聚会腾出了更多时间。所以，编辑部早早的定下来了七月刊的主题，就是要讲讲北京的夏天究竟有什么可玩儿，有什么可做。

要说夏天有什么毛病，那就一个字儿，热！再好的天气再好的景，也抵不过刚出门就被热气顶回来的烦闷焦躁，以至于大部分人不是逃离了北京避暑，就是窝在了空调房里自得其乐。北京的夏天真的只能这么过吗？

有什么地方既可躲避暑热，又可亲子玩乐？编辑部的一致答案：博物馆！北京大大小小拥有上千家博物馆，可说到博物馆，枯燥、乏味、老套、陈旧、无趣……一个个诸如此类的词构造出了我对博物馆的全部印象。也许是学生时期博物馆带给了我太多的灰色记忆：课本里干巴巴的博物馆介绍、老师带队大批学生们一窝蜂涌进博物馆内听展览讲解、博物馆游览后必须要杜撰出来的观后感、暑假作业里明确标示的需参观博物馆记录，甚至还有一次，学校要求自行参观国家博物馆后必须上交国博门票票根以表诚实。这些非自愿且略带强迫性的经历始终让我对博物馆望而生畏。在编辑部对我进行了一系列的安慰劝告指导后，他们说：“别再守着你的旧观念了，现在的博物馆可是用来玩儿的！”

本期封面故事中使我最终转变印象的是那次和一个酷爱带着女儿逛博物馆的父亲谈话，他在女儿很小的时候就带着她到处逛展。对于他们来说，博

物馆储存着他们父女间最独特、温情而美好的记忆。父亲并不胁迫女儿一定要看什么，反而通过聊天、讲故事，甚至音乐，潜移默化的引导，找寻她在感兴趣什么，一起去看，由此发现共同的爱好和兴趣点。这种陪伴的形式，父女间默契的配合，对孩子的尊重，使得这个女孩儿如今痴迷绘画，准备考中央美院，她的作品惊艳了整个编辑部，今年的下半年，她甚至还会在798举办自己的个人画展。谈话中，父亲讲述的各大博物馆精彩的展出，逛展中的奇闻趣事始终让我感慨：一是逛博物馆原来也可以这么有意思，二是天下的爸爸都这样儿该多好！

此外，封面故事中还有两个妈妈分别讲述了她们带着孩子夜宿博物馆的经历，黑漆漆的博物馆夜晚究竟是什么样子，不光圆了孩子们博物馆奇妙夜的梦，还能将看展、探索、游戏、活动相结合，孩子们在其中乐不可支。同时，我们还采访到了故宫博物院的宣传部，没想到看似宏大威严的故宫竟然隐藏着这么多有趣的活动：朝珠DIY、皇帝的新衣、手绘龙袍、寻访石鼓等等，还有相关如“清帝大婚展”这样的随展活动。除此之外，世界各大经典博物馆还都依据自身特点研发了有趣的App，不出家门一样可以走遍世界。

博物馆之外，我们还搜罗了一系列适合在北京过夏有意思的事儿，观星、寻花、走胡同，还有热闹又美味的“舌尖上的夜市”指南。足够为你在这个夏天留在北京找到了好理由，充分享受一整个夏天，开始撒欢儿吧！

董一璠

董一璠 Cherry Dong
编辑

目录 CONTENTS

七月刊 2015

07 编者按

Editor's Note



社区报道

12 活动备忘录

Events

66 社区热点

Notice Board

70 简报

The Circuit

66

杂志免费取阅点

Distribution



18

京城夏之乐

Beijing Under the Summer Sun

20 探秘夜间博物馆

Exploring the Capital's Museums of Night

23 酷爸俏妞去逛展

Checking Out Exhibitions with Dad

26 玩儿转故宫大课堂

Unlocking the Forbidden City

28 世界博物馆逛玩攻略

Navigating the Museums of the World

30 全球博物馆app Top10

Top 10 Museum Apps Around the World



话题

32 夏日寻花

Summer Flowers

34 夜市·北京

Beijing Night Markets

36 晚安，我们去观星

Let's Go Stargazing

38 深巷寻酒店

Hotels in Hutong

58

分类信息
Directory

36

美食娱乐

摄影师专栏

Family Photography

16 如何拍摄儿童夜景照?

How to take Better Photos of Your Kids at Night

17 宝贝相片

Baby Photos

看世界

Family Travel

50 不一样的蒙古国: 从“游牧”到探险

A Different Mongolia

50



教育

校园投稿

Campus Contribution

44 回忆夏令营

My Summer Camp

未来艺术家

Blank Canvas

68 来自君诚国际双语学校的艺术作品

Students' Artwork from Spring Board International Bilingual School

父母社区

49 说说瑞典奶爸

Being a Daddy in Sweden



55 我为什么是我

I Am Who I Am

61 迎来与送往

Picking Up the Parents

72 半圆半滑的智慧

Everyday Diplomacy



本期封面模特:

郑峻宇, 韩国, 现就读于北京市私立汇佳学校小学部二年级。小小年纪的他已经能熟练掌握三种语言: 韩语、中文、英文。生活上的他活泼好动、精力充沛, 笑容充满感染力, 总能成为朋友和老师间的开心果。马术和高尔夫是他最喜欢的运动项目。

摄影: More × Joli 影像工作室



“小欧巴”的西瓜大餐

帅帅的“小欧巴”郑竣宇，是编辑部全票通过的小模特，充满感染力的笑容，活泼的性格，以及望着人真诚的小眼神，都完全贴合我们对封面模特的期待。在设计这期封面时，我们选择了所有我们心中美好的夏日元素：清凉夜晚、怡然胡同、灿烂笑容，当然还有夏日必备圣品：大西瓜！

夕阳西下，我们和“小欧巴”相约在胡同门墩前，两位女编辑从菜市场抱来了十几斤的大西瓜。这时，天色已经暗了下来，最后一缕橙黄的光落在了大大的红门前，我们赶紧切开西瓜，端到坐在门前的“小欧巴”面前，大概“小欧巴”也是饿了，捧起西瓜，哧，就是一大口，然后他也被自己的表现逗乐了，开心的朝着摄影师笑起来。摄影师赶紧趁机抓拍，咔嚓咔嚓，不一会儿，西瓜就见了底，于是就有了现在的这张封面。

在“小欧巴”吃光了大半个西瓜后，“小欧巴”摸着自己圆滚滚的小肚子，说：“就拍到这吧！吃不下了！”摄影师More，虽然是拍遍了中外明星，但在碰到了这个拒绝拍摄的“小欧巴”也是无可奈何，只好收工啦！

拍摄结束后，“小欧巴”望着摄影师手上的照相机问：“你这相机能不能借我拍拍啊？”More看着“小欧巴”萌萌可怜的小表情，马上“伺候”起了这位“摄影新星”，一边指导，一边当摄影打灯，孩子妈妈成了最美的模特。



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。

经过美国家电制造商协会(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

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



伊顿儿童读书俱乐部

大声朗读可以刺激儿童的感官，从而提高孩子的听力和记忆能力。参加伊顿丽都国际幼儿园朗读课与其他的妈妈和孩子一起大声朗读。孩子们与妈妈一起在听故事中互动，随着音乐跳舞，并且孩子们会一起动手来完成一个艺术项目。

时间：6.9/6.23/7.7/7.21
10:00-11:30

地点：人民大会堂

价格：免费

电话：010-6430 1503

优人神鼓《时间之外》

作品运用科技影像技术更加清麗的建构出舞台的立体感，多元层次的舞台，透过投影及镜面地板的运用，建构出4D的虚空间，再借助灯光的投射，映射出“真”与“虚”之对比，协助观众与表演者共同进入“宇宙时空”。同时，某些舞蹈的韵律是以严格界定好的动作和路径组合而成，演员首先需透过认识自己，觉察自己内在的存在状态，经过长时期相关演练，才能精确呈现。这种舞蹈叫做“神圣舞蹈”。

时间：6.24-6.25

地点：国家大剧院

价格：100-580

电话：010-6655 0000

美国圣地亚哥青年音乐会

圣地亚哥青年交响乐团暨音乐学院成立于1945年，在全美持续运作最久的青年管弦乐团中位列第六，培养过的学生数以千计。这个音乐季，巴尔博亚文化园演奏团队以及社区音乐项目共吸收九百余名8到25岁的年轻音乐家。他们不仅可以在轻松活泼的氛围中接受严格、优质的音乐训练，同时又能结识终身受益的良友。

时间：6.27

地点：中山音乐堂

价格：80-180

爱乐汇·《爱丽丝梦游仙境》经典童话故事音乐会

长鼻子匹诺曹、丁丁历险记、爱丽丝梦游仙境和伊索寓言等童话故事是全世界一代代读者和观众都熟悉喜爱的童话名篇，“爱丽丝梦游仙境童话故事音乐会”作为一场儿童青少年音乐会，将会在欢乐愉快的氛围中，把“诚实待人”等优良的品德传递给儿童、青少年朋友，寓教于乐。

时间：7.4

地点：北京音乐厅

价格：100-380



英国原版音乐剧《人鬼情未了》

故事讲述了彼此深爱着对方的年轻银行职员山姆与未婚妻莫莉，在一天晚上看戏归来时遭到了歹徒的抢劫，在搏斗中山姆中枪身亡，莫莉悲痛欲绝。之后，山姆变成了鬼魂，他很快就发现其朋友卡尔竟然是导致他死亡的主谋。卡尔为了窃取银行里的巨款，而想要获得山姆所掌握的密码。不仅如此，卡尔还在他死后对莫莉展开了追求。为了保护莫莉，山姆找来了灵媒奥塔，并通过她与莫莉取得了联系。最终卡尔自取灭亡，现出身形的山姆与莫莉深情拥吻。

时间：6.30

地点：保利剧院

价格：380-1280

托马斯70周年国贸之旅

托马斯之旅全球首站——国贸商城邀您玩转一夏：70个小火车轰隆隆进站，多多岛场景齐刷刷亮相，托马斯大电影首秀中国，微信摇一摇好礼不断，更有小火车巡游、多米派对、各种小课堂！

时间：5.31-7.17

地点：国贸商城

价格：免费



OASIS
INTERNATIONAL HOSPITAL
北京明德医院

**更好的就医环境
更好的就医选择
就在明德医院！**



每周六，明德医院开设各类健康讲座、家庭急救知识课堂等。拨打 +86 10 5985 0451 预约听课。

 ENT 耳鼻咽喉科
 EYE 眼科
 DENTAL 口腔科

 DERMATOLOGY 皮肤科
 FAMILY MEDICINE 全科
 INTERNAL MEDICINE 内科

 LAB 医学检验科
 OB/GYN 妇产科
 OPHTHALMOLOGY 眼科

 PEDIATRICS 儿科
 PHARMACY 药剂科
 PHYSIOTHERAPY 理疗康复科

 SURGERY 外科
 TCM 中医科



 **400 87 62747**
010 5985 0333
 朝阳区酒仙桥北路9号



活动备忘录 EVENTS



话剧格林童话《灰姑娘》

皇宫将举办舞会，灰姑娘为了实现参加舞会的梦想，忍受着继母和两位姐姐的嘲笑与谩骂。为了帮助灰姑娘，性子急躁的笔尖将书中的结局告诉了灰姑娘。于是，灰姑娘的故事发生了改变…… 神仙奶奶还出现吗？王子能够寻找到属于自己的爱情吗？美丽的礼服、漂亮的水晶鞋还会有吗？善良的灰姑娘能实现她的梦想吗？

时间：7.4

地点：中山公园音乐堂

价格：40-100

儿童剧《好饿的毛毛虫》

《好饿的毛毛虫》2014年作为第十六届中国上海国际艺术节参演剧目首次亮相国内，今年将在全中国展开巡演。该剧中文版由大山配音，将人人皆知的毛毛虫搬上大舞台，不仅让小朋友们看到一部会动的童话书，和毛毛虫一起长大变蝴蝶，而且能让更多孩子们接触与享受戏剧。

时间：7.15-7.20

地点：中间剧场

价格：100-960

奇幻卡通视听交响音乐会

中国歌剧舞剧院交响乐团是隶属于中国歌剧舞剧院的国家级职业交响乐团，是中国历史最为悠久的交响乐团之一。此次音乐会编排了让小朋友也能听懂的经典动画音乐曲目诸如《狮子王》《千与千寻》等。

时间：7.16-7.17

地点：北京音乐厅

价格：20-150

费城男童合唱团音乐会

美国费城男童合唱团曾赢得过艾美奖并获得过格莱美奖的提名，全世界都有他们的粉丝和追随者。合唱团成立于1968年，曾多次进行世界巡演，并与知名乐团合作录制唱片，频繁在电视节目中出现。他们也一直致力于打破以前的传统束缚，不断进行歌曲的创新，使其成为美国乃至世界上最成功的男童合唱团之一。

时间：7.18

地点：保利剧院

价格：100-580



国家大剧院歌剧《游吟诗人》

《游吟诗人》是意大利作曲家朱塞佩·威尔第创作成熟时期的三大杰作之一。曲折复杂的剧情，强烈的人物情感和矛盾冲突，极富表现力和充满戏剧性的音乐，使该剧成为全世界最受欢迎、上演率最高的歌剧之一。剧中“铁砧大合唱”、咏叹调“柴堆上火焰熊熊”、“她的微笑胜过星光”等更被列为十九世纪浪漫主义歌剧的经典唱段。

时间：7.26-7.29

地点：国家大剧院歌剧院

价格：100-880

《北京.北京》丽娟艺术课题展

此次展览主题为《北京.北京》，以北京为核心，从城市、历史、人文、未来等几个元素入手，通过艺术的方式重新阐释北京。期待孩子们能够围绕我们共同居住的环境开展对话，并以这些小小艺术家的作品，能够带给人们更多的启示。

时间：8.23-9.17（开幕：8.23 15:00）

地点：草场地319号静画廊

悦享·食全食美

秉承提供地道美食的承诺，北京诺金酒店全日制国际自助餐厅 — N'Joy悦尚优雅呈现，寓意“享受食物带来的乐趣”。食客可于早餐、午餐及晚餐时段享用世界级品质的国际美食，来自十个国家的诺金厨师团队将为宾客打造地道风味佳肴。这里拥有北京星级酒店中面积最大的自助餐台及开放式厨房，面积达800平米，专设绿色时蔬台，烹饪原材料全部采自诺金有机农场，倡导健康饮食，更有两间包房可尊享私密空间。宾客可随明代探险家郑和开启世界美食之旅，品鉴卓越一流的烹饪技巧，品味琳琅满目的国际餐餐，体验热情好客的中式礼遇，悦尚为各界美食家呈现全方位感官体验。此外，悦尚还设有露天餐位，可享阳光美食。



中国北京朝阳区将台路甲2号 100016

电话：+86 10 5926 8888 Ext.8238 info.beijing@nuohotel.com www.nuohotel.com

如何拍摄儿童夜景照?

How to take Better Photos of Your Kids at Night

文/图: More



夏夜凉风习习，一扫白日的暑气，是一天里最惬意的时候。但是，在昏暗的夜色中，家长们想把小宝贝拍美却不是一件容易的事。

很多家长一定遇过这样的问题：孩子明明站着没动，怎么又拍虚了呢？挺白净的一个孩子，怎么在照片里这么黑呢？照片颜色怎么怪怪的？

摄影是光与影的艺术，所以上面的问题都和光有关。

夜间光线很暗，所以在拍摄上需要注意以下几点

切记快门速度不可过高。在不借助闪光灯的情况下，如果快门速度太快，就很难在夜晚得到曝光正常的照片（也就是照片会偏暗）。解决的办法：放慢快门速度，使用三脚架或独脚架（因为放慢快门速度后，手持相机很难端稳），并嘱咐孩子尽量动作不要太大。

切记感光度不要开得太高。夜间拍摄时，感光度太高会严重影响画面质量，非专业相机（卡片机或手机等）最好不要超过ISO 800。

需要调节白平衡。举例来讲，当路灯是画面主光源时，在不调节白平衡的情况下，拍摄的照片容易偏黄。因此，当画面偏黄时，可将色温调整至2500K-2800K。

其实，专业摄影师在晚上拍照通常会配上闪光灯（不是相机的内置闪光灯）。但一般家中没有配备专业闪光灯。在这种情况下，该怎么给孩子拍好夜景照片呢？在这里，我教大家两个小技巧。

技巧一：灵活使用环境光源

在夜间拍摄孩子时，可以巧妙地借住环境光源来捕捉孩子的表情神态，

例如商场的广告灯箱、商场橱窗、公交车站的灯箱等。在这种环境下，让孩子面部朝向或靠近光源，将相机光圈开到最大（f1.4或f2.0或f2.8），调高感光度，放慢快门速度，就能拍到光线很柔和的孩子照片。

但需要特别提醒家长的是，一些商场举办的灯光节或是灯光装饰，并非很好的拍摄光源。与之恰恰相反的是，在这种灯光秀环境下拍摄的难度较大。除非相机镜头的光圈足够大（f1.4或f2.0），ISO调至600-800，快门速度放到1/30秒或1/50秒。

技巧二：带上便携的LED灯（手机自带手电就是LED灯哦）

很多家长认为单反相机很沉，携带脚架等器材又太麻烦。怎么办呢？我有一个“偷懒”的办法。——就是LED灯+手机！

当一家人出门进行夜间拍摄的时候，妈妈或者爸爸可以举着LED灯照在孩子的脸或身上进行补光，然后用手机就能拍到令人满意的照片。前提是至少三人出行，起码还能有个“摄助”呢！



More

儿童风尚摄影师。More × Joli 摄影工作室合伙人。善于捕捉孩童本真的一面，呈现有温度和情绪的人物照片。呈现“看到的真实和看不到的真实”。More同时在进行『1×100』新生拍摄项目，记录100个孩子在出生24小时内的模样，以及初为父母的状态。



● 哈里 - 1岁半 - 中国



● 牵牵 - 6个月 - 中国



● Alice - 3岁 - 美国



● 南南 - 2岁 - 香港



● 聪聪 - 20个月 - 德国



● MAX - 1岁 - 挪威



● Kyler - 1岁 - 美国

● 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。

京城夏之乐

Beijing Under the Summer Sun

图：More × Joli 影像工作室

七月正是一年中夏意最浓的时候，每年的这个时候，孩子们也迎来了一年中 longest 的暑假，得空儿放松。酷暑漫漫，往年的你是不是早已为全家准备好了逃离京城的计划？今年何不留下来，别再错过北京这难得一年中最绿意盎然的时刻。

那么问题来了，京城之夏怎么过？既要避暑纳凉，又可亲子玩乐，博物馆绝对是个不二的选择。不要微皱眉，赶紧抛掉脑中枯燥博物馆的思维定势，跟着我们来看看博物馆正确的逛玩方式，新奇、有趣，还能分分钟Get到意外的知识和惊喜！



探秘夜间博物馆

Exploring the Capital's Museums of Night

文: Cherry Dong 图: 家庭、国家动物博物馆提供

凡是看过电影《博物馆奇妙夜》的孩子们恐怕都会升起一个大大的问号：夜间博物馆里的所有展品真的会活过来吗？随着电影的大火，博物馆对于孩子们来说再也不是一个枯燥乏味的科学课堂，它变得更加神秘、有趣，值得好好儿研究探索。北京最近多家博物馆也顺势开放了自己的夜间时间，欢迎家长们带着孩子来看看博物馆夜里的真实样子。

本期我们采访到的两位妈妈不久前分别带着自己的孩子参加了不同两家博物馆的夜宿活动，在此她们将分享了她们的夜宿故事，聊聊博物馆夜间的奇妙之旅。



今年四月，北京耀中国际学校的妈妈们自发组织了**夜宿国家动物博物馆**的活动，其中一位妈妈Jenny和菁kids分享了从筹备到夜宿当天的一系列安排和感受。

菁kids: 妈妈们如何想到要组织夜宿博物馆的活动呢？

Jenny: 最近，北京很多博物馆都开始举办夜宿活动了。我们中间的一个妈妈之前有参与过这样的夜宿活动，大人和孩子的感觉都很好，她就推荐给其他的家长，希望能再组织一场，大家结伴去。孩子们听说后积极性也特别高。《博物馆奇妙夜》这部电影他们都看了很多遍，影响很深，都想去一探究竟，看看是不是真的会像电影里讲述的那样，各种展品都复活了。

菁kids: 你们是怎么组织的？

Jenny: 北京耀中国际学校专门有一个妈妈俱乐部- YCIS Mom's Club，

是由讲中文的妈妈们自发组织起来的一个小群体，经常会举办一些家庭活动。我们就在群里号召，看有多少家庭想要报名。又联系了国家动物博物馆的负责人，他们之前也一直在举办夜场活动，接的大都是散客，他们也同意我们包场。但是博物馆一个晚上最多只能接收25个家庭，大约50-60人。最后我们征集到50个家庭报名，所以就安排了两天两场。

菁kids: 活动之前你们有做什么准备吗？

Jenny: 其实不需要太多准备，博物馆会提供帐篷、睡袋、充气床、枕头等这些住宿必备的东西，我们只需要带一些简单洗漱用具就可以了。当天晚上我们也带了很多简餐和零食，休息的时候可以吃点儿东西。除此之外，博物馆特意叮嘱每位小朋友要带上自己的手电筒，这个是必须要准备的。

我家有两个孩子，分别是6岁和4岁。这次的活动对他们来说是第一次，既可以外出夜宿，又是在博物馆，而且还是跟他们非常熟悉的好朋友一



起去，所以都特别激动。活动开始前的几个礼拜，孩子们就开始一天一天倒数计时。

菁kids：当天活动都有什么具体内容吗？

Jenny：晚上7点博物馆签到，工作人员发给每个小朋友一顶动物帽子，大概有6种不同动物，之后游戏按照帽子上的动物分组。然后家长和孩子们一起看了一场4D电影，大约15分钟左右，主要讲的是侏罗纪时代恐龙们如何生存，怎么生活，座椅也会跟着情节晃动，孩子们觉得很新鲜。

电影之后，工作人员带着小朋友开始做游戏、游览博物馆。我们那天刚好赶上馆长亲自接待，他带着小朋友们边逛展厅边讲解每种动物的习性、生活方式，为什么濒临灭绝等等。年龄稍大的孩子听的很认真，年龄较小的孩子会和朋友们跑来跑去，拿着手电筒寻宝探秘，特别有意思。博物馆人员还抱来了两只活的动物：一只毛茸茸的毒蜘蛛和一只小貂，每一个孩子都能亲

手抱抱摸摸这只小貂，和它合影留念。

最后工作人员发放帐篷等并讲述搭建方法，孩子和家长就开始忙活起来，一切就绪之后，11点熄灯。

菁kids：这次活动的最大收获是什么？

Jenny：其实这个活动并不是说孩子能学到多少知识，最重要的是那个氛围，小孩子跟着大孩子在博物馆里跑来跑去，不停探险的那种感觉。带孩子在野外扎营有时很辛苦，将地点选在博物馆，不需要准备太多东西，每一项活动都有工作人员带着，孩子们很安全，家长也轻松了不少。

当天晚上，我带小儿子洗漱完他还跟我说：“妈妈，这个旅馆太好了！”我说，“这个不是旅馆，这个是博物馆。”他说：“妈妈，那我们可不可以以后出去玩儿都住在博物馆？”那时我就知道这趟很值得。

Tips:

- 活动从晚6:30开始，这个时间段北京容易堵车，强烈建议乘坐地铁等公共交通，博物馆周边停车并不方便。
- 选择搭建帐篷地点时，尽量选在有公共卫生间的一层，方便晚间洗漱及上厕所。
- 夜里的博物馆只开设应急灯，携带类似宜家的这种小台灯的话，由于灯光很弱，映射范围小，作用不大。大光亮的手电筒必备。
- 博物馆内温度舒适，但空气偏干，建议携带一些小型的喷雾剂。



中国古动物馆是一座系统介绍脊椎动物起源和系统发育的国家级博物馆，也是目前亚洲最大的古动物博物馆。西城区实验小学的盈盈和妈妈一起也曾经做了一次**中国古动物馆奇妙夜之旅**。让我们也听听她们的分享吧。

这次夜游活动内容很多：

制作活动衫 - 当晚到博物馆报到时，小朋友每人先得到一件小衬衫，然后给自己的活动衫涂颜色，接下来的活动小朋友们都会穿着自己设计的专属衬衫。我们到的比较早，但盈盈几乎是最后一批涂完颜色的，因为她画完恐龙后又很费心地在地周围涂了一大片绿色，直到涂完穿在身上，才长叹一口气：这下小恐龙有草吃了！（不过后来盈盈了解到恐龙时代根本没有草！）

夜游展馆 - 在工作人员的带领下，大人和孩子分两组进入古脊椎动物馆。馆区分三层，古鱼类和古两栖动物展厅、古爬行动物和古鸟类展厅以及古哺乳动物展厅。馆内四周黑漆漆的，仅有应急灯开启，讲解员打着手电筒分别对各个精彩展品进行介绍，很多小知识都是在这时候学到，盈盈了解到，有很多我们日常认为的“恐龙”其实根本不属于恐龙类别。

浮雕制作 - 小朋友们制作自己的专属浮雕，工作人员先讲解制作步骤：将碗里的水倒入石膏里，短时间里快速搅匀，石膏凝聚前倒入模具，用小工具排出气泡，最后一步就是等待啦！

探秘化石 - 孩子们每人获得一串密码，用密码找到并打开相应的保险箱，取得自己的化石，

然后由工作人员讲解专业的化石挖掘过程。小朋友们穿着白大褂戴着防护镜，在灯下有模有样的分析着2亿年前的三叶虫化石，并且亲自动手刮开岩石取得化石。

观看3D电影 - 3D电影讲述了一个小男孩在逛博物馆时，突然穿越到了数亿年前，附身在一只小类鸟龙身上后发生的故事，最终小男孩终于穿越回来，可让盈盈舒心一把，差点儿以为这事儿会发生在自己身上！

安营扎寨 - 博物馆内提供帐篷、防潮垫和睡袋，由工作人员讲解帐篷的搭建和分解方法。盈盈和妈妈在馆内兜兜转转，展厅一层中央是几具巨大的恐龙骨架，周边适合帐篷的搭建，最终选定了霸王龙的地盘，在妈妈的协助之下，盈盈一个人就把帐篷搭建起来了。

早餐DIY - 第二天早上起床，博物馆特意为孩子们准备了自制三明治的原料。为了和科学挂钩，三明治也改名成为地层三明治，面包上一层虾米一层火腿一层鸡蛋一层动物饼干，代表不同时期地层里的动物标本，浇上番茄酱后再盖一层面包，就完成了。

从第一天晚6:30报到，到第二天早餐后，这一整晚的博物馆夜宿让盈盈激动万分，她发自内心的觉得“妈妈，博物馆怎么这么好玩儿！”



物品准备清单：

1. **睡觉用**：毯子或者褥子、枕头、睡前书
2. **洗漱用**：牙杯、牙膏、洗面奶、擦脸油、毛巾、梳子
3. **活动用**：手电筒、小零食、湿巾、水杯
4. **其它**：手机及充电器、夜灯、纸巾、药（退烧的、止咳的、创可贴等）、耳塞、衣架、钱包、钥匙、备用便携袋

酷爸俏妞 去逛展

Checking Out Exhibitions with Dad

文：郑伟 编：杨姣

对郑伟来说，带女儿逛博物馆已经逛了差不多10年了。第一次具体看的什么展览，郑伟已经记不清了，只记得女儿刚刚上二年级，已经看过那时新建成的首都博物馆，看过难得一见的毕加索原作展、还看过来自法国奥赛博物馆的四十几幅珍贵的原作。这些记忆虽然已经模糊，但从此父女二人就成了黄金搭档，逛博物馆成了他们最爱的家庭活动。当然，父女二人对于博物馆也有自己的看法和认识……

郑伟：建筑及室内设计师，果壳网“在行”的艺术类行家，策展人

女儿郑丰林：16岁高一学生

女儿说

我喜欢去博物馆，喜欢和爸爸去，妈妈不爱看展。

最近在798尤伦斯艺术中心“M.随寓而安”，看到了奈良美智的原作，简直太棒了，我发现在简单的背景里有着复杂的色调，和印刷品看到的完全不一样。

我最喜欢国家博物馆，因为那里免费，而且环境舒适。具体去哪个博物馆，多半是以展览决定的。

爸爸说

带女儿逛博物馆很有春游的赶脚，我们一路吐槽，一路讨论，吃美食，有时还会遇见意想不到的事情。

我只希望她迈开步子，走出家门，多去看，体验原作传递出来的气息，留下印象，不需要有直接的结果产生。作为一国之都，北京有很多重要的展览和艺术活动，这是给孩子的得天独厚的条件。

我会做全年的观展规划，以春节为起点，从各个博物馆官方的展览通告，可以看到未来半年的展览资讯。除此以外，豆瓣的北京展览、微信上各种展览的信息，我也都会随时查看，挑选好按时间排列出来。工作日和女儿考试前后的时间除外，还有些展览最后一天已经在撤展，也要舍去，主要安排假日和周末的观展。



看展前如何准备？

爸爸的建议：

- 1、看天气预报，搜索周边美食，计划好看展后吃什么，设计交通路线（包括停车位或者地铁路线）。
- 2、带好水、相机、电池。
- 3、了解一下展览的内容，做一下相关的功课，不要一头雾水就去。
- 4、保持一个好心态，把看展览当做逛街就好，不用当做专门的上课学习。

女儿的建议：

- 1、把手机电量充的足足的，以便拍照（我对摄影暂时还没有兴趣，所以没有发展相机装备。）
- 2、找出合适的鞋子，好看的衣服，出门要漂漂亮亮的。
- 3、带上一个好胃口，准备大吃一顿。

父女俩平时经常去国家博物馆、首都博物馆、世纪坛艺术馆、798艺术区、中国美术馆等。郑伟特意为青kids读者列出以下小贴士：

国家博物馆

特色

原历史博物馆改造之后空间宽敞，很舒服，历史、经典、回顾类的展览偏多。

展览信息和门票

关注微博或官方网站信息（www.chnmuseum.cn）

提前预约就可以从北门领票进入，相对排队人数少多了。没有预约，在国博东门凭证件也可以领票进入。常设展览是佛教，木艺，非洲等，专题展览会收门票。

参观建议

服务台提供咨询，常设展览都有明显指示。初次观看可以按楼层依次观看。如果主要为专题展而来，可以直接去看展，一两个小时即可。

观展后的建议

建议养成整理照片的习惯，在电脑里用时间和名称编辑：年月日+博物馆+展览名称建立文件夹。

看展时有问题，可以记下关键词，再上网搜索，这样看展之后还可以继续学习。也可购买国内外相关著作。（我个人推荐，国内艺术类图书出版社：三联书店、广西师范大学出版社，国外出版社：Taschen、rizzoli。书店：三联书店、叶一堂）

路线建议

地铁：1号线天安门东站。

驾车：可停在正阳门东的北京规划展览馆停车场，再远一点可停在前门地下停车场。



798

特色

工厂区变身综合艺术旅游区，各种画廊艺术机构扎堆的地界儿。当代艺术的作品居多，国内艺术家比例大，个展、群展，艺术的更多可能性在这里交织。

了解展览的最新消息

豆瓣同城的“北京最近一周展览活动”，可以看到当前的展览作为近期出行参考。

参观建议

798的画廊众多，如果没有特殊计划，建议去：UCCA尤伦斯艺术中心；蜂巢艺术中心+东京画廊（两个挨得很近）；佩斯北京等等。一般要看半天到一天，如果只看某个单独展览会时间也可以很短。

美食提示

798里到处有餐饮咖啡，吃喝不愁。小蜜蜂蛋糕在798，不过要预定。那家小馆，小万食堂，还有一些特色餐厅也值得尝尝。

观展前后的建议

简单的美术史类书籍可以翻阅，当代艺术不需要体验临摹，只需要观看，用宽的视野欣赏影像、画面、视觉效果。

路线建议

地铁：14号线高家园站下，车步行至798。

驾车：京密路到大山子附近，798有多个出入口可进入到艺术区内。建议驾车到南门（星城国际大厦东），走陶瓷二街、陶瓷三街，看蜂巢和东京画廊，之后穿过二街、三街到798路，看UCCA尤伦斯艺术中心，到797路，参观佩斯北京。



首都博物馆

特色

常设展览北京的历史风貌展，多层展示厅，空间分配的很好。

展览信息和门票

官方网站（www.capitalmuseum.org.cn）和媒体通告会介绍专题展览，专题展览内容的制作，展示，学术等方面，具有很高水准。可以上官网凭证件预约，北门进入。

参观建议

这里有各个时代北京出土的文物宝贝，记得找李莲英的玉扳指，宫里的宝贝、历史的痕迹都不少，值得多看多了解。首博适合半天参观，走马观花的看常设展览，着重看感兴趣的专题展。

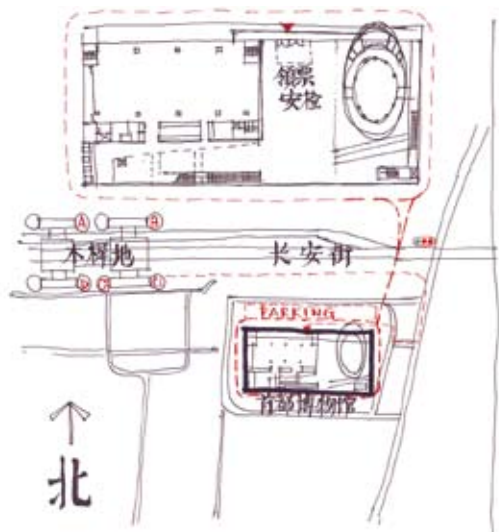
观展后的建议

一些有关北京的书籍值得看：王军的《城记》，侯仁之的《北京城的起源与变迁》、《北京的城墙和城门》；王世襄的《锦灰堆》；齐如山的《北京土话》、《北京三百六十行》。如果对展览中的建筑模型感兴趣，建议带孩子找机会去实地看看。

路线建议

地铁：1号线木樨地站C2（东南）出口，

驾车：从首博东门可进入到博物馆的停车场，停放在北侧比较方便。



中国美术馆

特色

位于市中心，交通方便。主旋律展览很多，一些重大展览，布展非常精心、有特色。

了解展览的最新消息

美术馆官网（www.namoc.org）有资讯发布，重要的大型展览，会在媒体上通告。

参观建议

每一层都分成东西两个展厅，可依次参观。半天就可以看完。有小朋友到美术馆临摹，这个体验很好，需提前计划好时间。

观展后的建议

美术馆看完之后可以到王府井、皇城根公园、故宫和景山公园逛逛走走。在美术馆书店可以根据不同的展购买一些相关书籍。

路线建议

地铁：8号线美术馆站

驾车：可以直接从正门进去停到美术馆内部的停车场



中华世纪坛

特色

很多西方重要艺术家和专题展都在这里举行，布展好、环境安静。

了解展览的最新消息

官方网站资讯，媒体信息。

参观建议

从世纪坛东门进入，直接去看专题展，一两小时就可看完。

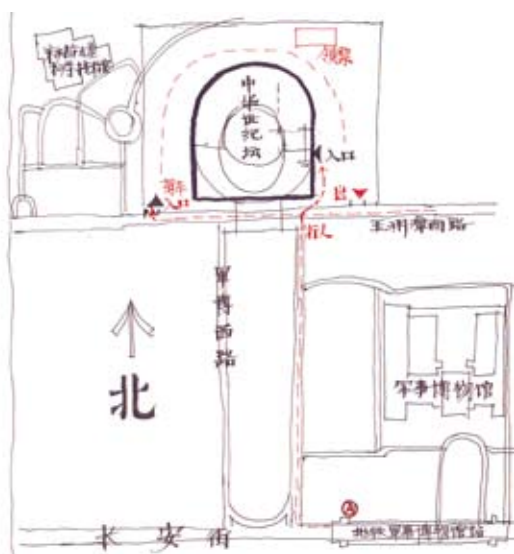
观展前后的建议

有些专题需要提前了解一下背景资料，世纪坛的不少展览都需要在参观之后再补充延伸阅读，很适合学生丰富知识。

路线建议

地铁：1号线军事博物馆站

驾车：沿长安街向西到世纪坛路口向北转弯，从南侧入口进入停车场。



玩儿转故宫大课堂

Unlocking the Forbidden City

文: Cherry Dong

今年是故宫博物院建院的第90个年头，这座拥有600年历史，78万平方米建筑面积，1807558套收藏品的雄伟宫殿古建筑群，对你来说，究竟只是些令人惊讶的有分量的数字，还是近乎神圣不可侵犯的综合类博物馆？其实，故宫也可以变得很好玩儿，它既是一件古物、一处建筑、一段历史，也同样是一间课堂，以及一个就在我们身边陪玩儿的好伙伴。

本期青kids采访到了故宫宣教部的相关人员，特意为即将到来的暑假盘点一下故宫针对孩子们开展的多样活动：

故宫知识课堂

故宫知识课堂旨在利用故宫中的各种文物与历史脉络，通过多种多样有趣的小活动，为孩子们普及相关的历史文化知识。每年主题不同，主要在寒、暑假期间开展，详细信息需要在故宫官方网站实时查询报名。

主题DIY教育活动

从2007年开始，故宫就在酝酿筹备一系列有趣的主题性动手制作类活动，为此还在志愿者中发起了一项教育活动创意比

赛，发动更多的人，琢磨出更好的点子，寓教于乐。也因此收到了涵盖故宫历史、建筑、展览、文物、技艺等五花八门的创意，经过这几年的发展，活动越发丰富，类型也更加有趣，以下是近期一些频繁开展的活动：

朝珠DIY：小小的朝珠也有大学问！从清代皇帝的朝服像看起，他脖子上挂着的珠子是什么？朝珠是什么？一串朝珠上有多少颗珠子？朝珠都有什么材质？佩戴朝珠有什么讲究？活动中，朝珠所蕴含的的知识被拆解成孩子们易记住的点，通过识别颜色、辨识佩戴场合，了解串珠数量和部件，学习知识，并亲手制作一条自己的朝珠。

皇帝的新衣：电视里的宫廷剧中，除了嫔妃间的勾心斗角，吸引眼球的还有那些美轮美奂的衣冠华服。作为明清两代24位皇帝的家，故宫中精美绝伦的帝服、后服绝不在少数。小朋友们了解了与皇帝、皇后有关的服装服饰小知识后，还可以运用彩笔，为自己的石膏小皇帝、小皇后绘制出你眼中最美的衣服。

传拓制作：传拓是我国传统的手工艺艺术，也是碑碣文字的纸本复制品。拥有超过万件拓本藏品的故宫结合碑刻展览，特



意开展了拓片制作观摩体验的活动。孩子们不仅可以了解拓片艺术及制作技法，还可以亲手参与制作石刻拓片。

除此之外还有一系列如：布艺堆绣，巧仿瓷瓶（瓷瓶布艺制作）、青白相间，妙笔生花（儿童手绘青花盘）、霓裳幻彩，手绘龙袍（亲手绘制龙袍）、瓷片觅踪、寻访石鼓等等活动。

主题参观活动

故宫利用宣教部的讲解资源，为青少年串联参观故宫的线索，有针对性的带领青少年在故宫的常规线路、常设专馆开展参观活动。

随展活动

根据故宫每年的专题展览，举办一些配合展览的，适合青少年的随展活动或课程。如配合陶瓷馆曾举办过“陶瓷寻龙”参观、“清帝大婚展”等活动。此外还有美术创作、知识讲座等形式。

主题日活动

结合多种纪念日举办青少年文化宣传活动。如结合国际博物馆日开展艺术创作活动，结合中国文化遗产日组织志愿者活动。此外，五一、十一等长假期间内还组织过学生开展“倡导观众文明观展”活动。

此外，故宫的相关人员还提供了几点参观贴士：

- 选择淡季或每日下午两点之后的时间前来参观，没有人挤人的情况下参观环境更舒适。
- 不要把时间花在常规线路的参观上，在故宫的东、西路，外东路、外西路隐藏着好多的常设专馆，比如现在可以看到的书画馆、陶瓷馆、钟表馆、珍宝馆、玉器馆、青铜器馆，还可以浏览的老照片展。
- 书画馆、陶瓷馆、钟表馆、珍宝馆每天都有志愿者做义务讲解，孩子们一定会有收获。志愿者的上岗时间为：9:30-11:30；13:30-15:30。
- 参观时可以选择租用录音导游器，信息量大，价格便宜，而且还有专门的儿童版！
- 故宫每周二对学生实行免票参观，其余时间也可以通过网络预约购票，省去了现场买票的繁杂慌乱。
- 故宫出版社有很多普及读物，除了亲自参观实地考察外，孩子们还可以通过书本了解到更多更加丰富的故宫故事。

故宫的工作人员向我们透露，今年作为故宫博物院建院90周年，故宫将推出很多新展览、大展览，宣教部也会顺时推出一些随展活动。

活动实时资讯请查询故宫博物院官网：www.dpm.org.cn

故宫博物院微信公众号：微故宫



世界博物馆逛玩攻略

Navigating the Museums of the World

文/图：陈颖



每年的5月18日是世界博物馆日，今年的主题是：博物馆需致力于社会的可持续发展（Museums for a Sustainable Society），旨在指明博物馆与社会的联接以及公众的参与。对许多家庭来讲，博物馆是观察社会和自然的窗户，参观博物馆是对孩子的一种文化启蒙。

我在美国生活多年，这期间带孩子去过芝加哥、纽约、波士顿以及华盛顿的许多博物馆。四年前我们回到北京，又多次去过日本、土耳其、印尼和柬埔寨。这里先分享一些我们在国外参观博物馆的方法及体会。

去之前功课怎么做？

上网快速查攻略：对于不熟悉的国家 and 城市，又不知道有哪些博物馆可以逛，这是最快最省事的办法。查询网上的一日游、三日游等行程可以得到一个大概方向。

旅游书：最常用的是DK出版的目击者旅游指南（Eyewitness Travel）系列。这套丛书对国家和城市的历史经济文化都有比较清楚的介绍，对景点特别是博物馆有细致的彩图，博物馆的网站、交通以及票务都交代得非常清楚。且每年都有新版本发行。

博物馆官方网站：官方网站有展馆信息、最新展览、活动、导览时间、餐饮和休息处等实用信息，有利于更合理地安排参观内容和时间。

可以鼓励引导孩子提前去了解一些与博物馆相关的背景知识。如果能跟孩子一起制定计划就更好。

博物馆到底应该怎么看？

追求短而精

博物馆，特别是综合性大型博物馆，比如纽约大都会博物馆，往往一整天都看不完，要走很多展厅还要不时停下阅读欣赏，孩子和大人都会很疲

劳。轻装上阵，合理规划，短而精的参观往往效果更好。

不要超过两个小时：在同一个博物馆的参观时间不要太长，中间可以去咖啡厅喝点饮料、吃点东西，然后再继续。儿子10岁的时候，我们在华盛顿游览，市中心大草坪两旁坐落着众多著名的博物馆，例如史密森尼博物馆，国家航空和航天博物馆，国立美国历史博物馆等。我喜欢的达芬奇《圣母子》并没有留住一个10岁男孩的脚步，我们只在里边待了一个小时就出来了，在外面的大草坪上坐下来吃午餐，看松鼠爬树。换换脑子再转战旁边的国家航空和航天博物馆就不觉得那么单调了。

以孩子兴趣为主：一味地追求把博物馆精品都看完是没有必要的。对孩子来讲，一件公认的精品未必会引起他的兴趣，而那些我们认为不重要的藏品却会不经意地抓住孩子的心。儿子五岁来到纽约大都会博物馆的时候，对油画雕塑视而不见，只在兵器盔甲厅仔细琢磨，趁机了解一下古代兵器也是很好的学习。

抓住重点进行引导：当然，让孩子了解一下博物馆的重要展品也是必要的。建议不要太执着于参观线路、系统知识或者艺术史发展这些思路，直奔主题，把重要的作品先看完。

只看展品？当然不！

博物馆活动：博物馆里除了展品，常常还会有些意想不到的活动。前年夏天去往波士顿美术馆，意外发现莫奈的《穿日本和服的莫奈夫人》正在修复，旁边还有一件古代木雕也在修复中。参观者可以通过玻璃墙很清楚的看见正在进行的修复工作，旁边还有详细的图示，解释修复的来由和过程。一位女士还热心地把正在修复的木雕拿到玻璃门前，让孩子们兴奋不已。

培养孩子的独立参观能力：在博物馆买票、存放衣物、索取导览图这些事情都可以让孩子去做，激发孩子的主动性积极性。



礼仪教育：看展礼仪也是参观博物馆很重要的一部分。比如听从工作人员的指挥，保持安静、不吃东西、不碰触展品，遵循相关拍照规定、观看展品时不要挡住别人等等，让孩子从小养成在公共场所的好习惯，学习文物保护和版权观念。

跟对组织很重要

博物馆讲解员：博物馆中，尤其是私人博物馆都会有讲解员解说 (Docent Talk)，短则30分钟，长可达1个小时。一般国外的讲解员对博物馆本身的历史和作品了如指掌，参观者可以直接和讲解员交流互动，这样的导览比导览录音更能抓住孩子的注意力，让参观变得活跃并且印象深刻。这种讲解特别适合有特色且规模相对较小的博物馆，比如威尼斯佩吉·古根海姆美术馆，纽约弗里克美术馆等。

青少年组团参观：这里想专门写一下十几岁孩子出行。这个年龄的孩子求知欲旺盛，吸取知识的能力甚至超过父母，但是又开始有叛逆心，他们更愿意与同龄人交流，一般不愿意跟父母旅行，但是又不像大学生一样可以独立。儿子14岁了，这几年的出国旅行我们基本上都会跟他的好朋友家庭一起出行，有时候是两三个家庭，有时候甚至是八九个家庭。对八九个家庭的大部队出行，一般是提前两三个月计划。今年春假，我们九个妈妈带着十五个十来岁的孩子进行了一次八天的土耳其文化之旅。

这个夏天，我们将去英国，儿子报名参加了伦敦的击剑夏令营和比赛。英国特别是伦敦有太多的博物馆可以去参观，我们准备提前一周到，并且买了英文版目击者旅游指南《大不列颠》和中文版目击者旅游指南《伦敦》，现在开始做功课，大英博物馆，我们就要来了！



SIBS
君诚国际学校



教育旅程的起点！
WHERE YOUR CHILD'S
EDUCATIONAL JOURNEY
BEGINS!



010-80490307
80492560 (Korean)

地址：北京市顺义区后沙峪镇火沙路古城段15号
www.sibs.com.cn

全球博物馆APP TOP 10

Top 10 Museum Apps Around the World

文：橙子、Cherry Dong

博物馆对于孩子们来讲就像是通向多面世界的一扇扇窗户，当你不可能跨越千山万水——观赏时，现代科技却可以让你通过小小的面板，足不出户，实现零距离观摩。本期我们就来推荐全球范围内的10款精选博物馆app，范围广泛、内容丰富，将那些原本只能远观的艺术品近距离拖到你面前，简单滑动几下手指，你甚至能把蒙娜丽莎脸上的皱纹看个仔细。

以下应用，除特殊标明皆都免费，且大都有安卓版，可以直接在苹果或者安卓下载。



Musée du Louvre 卢浮宫

卢浮宫，世界上最古老、最大、最著名的博物馆之一。这个应用几乎把卢浮宫整个儿搬到手机屏幕上。免费版有数百件馆藏高清画作皆可下载，其中包括拉斐尔、达芬奇、伦勃朗等大家之作，并附有详细中文介绍。完整版人民币12元，下载画作升级至上千件。此外，另有一款“卢浮宫指南”app可提供卢浮宫内中文语音导览，精选世界名作及经典参观路线推荐，相当实用。



The British Museum 大英博物馆

大英博物馆是世界上规模最大、最著名的博物馆之一。对实地参观来说，这款应用就是最好的导览，里面的展品分布、地图、最受欢迎的步行参观路线等信息，可以边浏览边搜索，省下大量的时间和精力。如果暂时没有机会亲自去英国伦敦，那这款应用里包含了600多件展品的图片和文字介绍，平时利用碎片时间浏览一下，也足够让你和孩子大开眼界。



MoMA The Museum of Modern Art 纽约现代艺术博物馆

MoMA是全球最杰出的现代艺术博物馆之一。和大英博物馆的应用比起来，你能明显感觉到MoMA的应用更时尚，更贴心。它除了具备导览作用，介绍最新展览、藏品和馆藏分布外，还有很多视频介绍艺术家的创作过程、理念等，让你了解艺术品背后的故事。



American Museum of Natural History 美国自然历史博物馆

美国自然历史博物馆是世界上最大的自然历史博物馆之一。这个应用是根据馆藏研究而制作，专门介绍生活在地球各处的发光生物。里面的图画非常漂亮，整体风格类似于是一本装帧精美的DK百科全书，讲的虽是科普知识，但却简单易懂。看得出是精心制作，不管大人还是孩子都会喜欢。



e-Museum 东京国立博物馆、京都国立博物馆、 奈良国立博物馆、九州国立博物馆

在这个应用里你可以同时浏览东京国立博物馆、京都国立博物馆、奈良国立博物馆、九州国立博物馆这4所博物馆，配有约1000件国宝级展品的高清晰图片及解说，细节部分皆都一目了然。除此之外，它还将展品做了明晰的分类，非常方便，易于查找。最重要的是，它有中文版，完全不必担心看不懂。



精彩100·国宝设计竞赛 台北故宫博物院

台北故宫博物院出的这款应用具有很强的互动性，它会让你满怀好奇的去探索：在漫漫历史长河当中到底哪些东西可以被称为国宝？里面还有很多互动小游戏，画画、猜谜，使得这些历史文物在不经意间变得生动、有趣起来，它们不再是冰冷的艺术品，反而能够成为引发孩子们兴趣的好伙伴。



中国国家博物馆

中国国家博物馆app对于想去观展的人来说绝对是必备，除了包含有国家博物馆的简介、参观须知、馆内展厅地图等实用信息外，还会随时更新博物馆内的展览咨询，具体时间、展厅及展览的详细介绍。除此之外还有一些馆藏的展品介绍及图片，即使不能实地参观的人们也能通过手机不错过那些经典的珍藏。



每日故宫

每日故宫是由故宫博物院官方出品的一款优质app，样式简洁大方，内容清晰。app以精美的日历形式构成，每日都会推荐一件精选馆藏文物作品，高清图片并配上文物工艺要点及背景故事，还有优美的背景音乐。此外，故宫还研发了多款具有针对性的app，如针对儿童互动性较强的“皇帝的一天”，以及“紫禁城祥瑞”、“胤禩美人图”、“韩熙载夜宴图”。



iDaily Museum 每日环球展览

iDaily Museum这款app专门针对于全球的艺术展览及博物馆活动，对于喜爱观展的家庭来说是个非常好的信息介绍及导览。你可以选择自己所在的城市，查找身边的展览和博物馆活动，也可以选择世界，看到全球正在展出或即将展出的展览信息。此外，对于那些一定要去看的展览，你还可以锁定开展时间，给自己做个提醒，非常贴心。



大都会艺术博物馆

纽约大都会艺术博物馆分为免费版和付费完整版两种，免费版可欣赏到博物馆内展藏的300多幅名家名作，而完整版中这个数字上升到了1500多件，能放大、下载，还能发给朋友一起分享。此外，如果你是展览迷，你可以花人民币40元购买一个Great Museums的app套装，内含：卢浮宫、大都会艺术博物馆、美国国家艺术馆、伦敦国家美术馆四家博物馆。其中有近6000幅馆藏精品画作，值得一提的是，你甚至可以浏览到没有在公众区域展出的特殊珍藏品，并下载。

本文部分内容转自小花生网微信公众帐号，感谢小花生网授权。



我们现在提供11年级优才储备项目
We are now offering a Year 11 Scholars Programme

11年级的优才储备项目旨在为具有高度自我驱动力和学习能力的学生设立。此项目为一年的强化课程，帮助学生提高英语语言水平并在核心科目取得GCSE证书，为升读12和13年级的A-Level课程提供良好基础。

请联系哈罗招生部了解更多详细信息。
电话 +86 10 64448900 转 6900,
或发送邮件至admissions@harrowbeijing.cn

The Year 11 Scholars Programme is designed for highly motivated and capable students. It is an intensive one-year programme designed to improve English language levels whilst gaining students GCSE qualifications in core subject areas, enabling them to access the School's extensive A-Level curriculum in years 12 and 13.

For more information, please contact our Admissions office at +86 10 64448900 ext. 6900, or email us at admissions@harrowbeijing.cn

10年深耕北京
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

夏日寻花

Summer Flowers

文/图：史军

莲花和睡莲

虽然同在池塘里，但是，莲花和睡莲可是两种完全不同的植物。那些能结出莲蓬的就是莲花，不会结莲蓬的就是睡莲了。当然了，这两种的花的区别远远不止于此。

最明显的差别就在叶子上，莲花的叶子是挺立在水面之上的，而睡莲的叶子是趴在水面上的。另外，莲花的叶子是个完整的“圆饼”，而睡莲的叶片有一个很深的裂口，就像被切开的披萨饼。即便是看不到花，我们也能把这两种植物分开了。《植物大战僵尸》里面，那些飘在水面上，承载植物的就是睡莲的叶片了。

当然了，两者的花朵也不尽相同。莲花花朵的颜色比较单一，通常只有粉红色或白色的；睡莲的花色就很丰富了，红的、黄的、蓝的都有。有一首挺著名的歌曲《蓝莲花》，唱的其实就是睡莲。

除此之外，莲的种子会藏在莲蓬里面，但是我们从来没有看见过睡莲的果实，那是因为睡莲的花朵在完成授粉之后，就躲到水下去繁育下一代了。

凤尾丝兰

在我们身边有很多叫兰但却不是兰的植物，比如吊兰不是兰，葱兰不是兰，韭兰不是兰，君子兰也不是兰。当然，凤尾丝兰也不是兰花。它而是龙舌兰科，丝兰属的植物。我们熟悉的芦荟也是龙舌兰科的植物。

凤尾丝兰的花异常美丽，乳白色的花朵像一个个小灯笼。如果注意观察，就会发现，他们花瓣开口都是向下的，花蕊也非常低调，可能会有特殊的夜行性动物来为他们传播花粉吧。

凤尾丝兰在很多时候被误认为是剑麻。其实剑麻的花序（能达到三四米）比凤尾丝兰要高多了，而且还颇像路灯呢。





龙葵

童年时，我们喜欢吃的一种野果叫“野葡萄”。可是一直有疑问，野葡萄为啥就不会爬藤，反而长得一副辣椒苗的模样呢？反而野葡萄的籽儿却很多？

很多年后，我才知道这种东西压根就不是葡萄，它的大名叫龙葵。它们真的是辣椒的亲戚，都是茄科植物，五片花瓣，趴在果实上赖着不走的果蒂（宿存花萼）就是它们的身份识别特征。

龙葵上的野葡萄，不是什么时候都能吃。那些深紫色变软的龙葵果实才是我们的目标。要是不小心吃下绿色的果子，嘴唇，舌头都会发麻，那可绝不好玩儿。而深紫色的果实，却是甜蜜的。

不得不感叹，年幼的孩子就能精准地区分浆果的成熟度。这几乎是人类与生俱来的本领，对果实成熟度的准确判断，在很大程度上决定了食果动物的生死。因为，在果实成熟之前，通常聚集了大量的毒素，比如青涩的龙葵果里就有大量的龙葵素，这就是它们麻嘴的原因。这样就可以避免贪吃的动物来破坏幼嫩的种子。一旦种子成熟，外面的果皮就会收起自己的化学武器，脱掉绿色的外套，换上彩色服装，以吸引动物来进食。在动物大快朵颐的时候，种子就登上了专用班车，前往未知区域，在跌落的排泄物上生根发芽了。

紫薇

紫薇树的植株不高，通常我们看到的只有一个成年人的个头，但是花朵却非常惹眼，每朵花都有6片羽毛状的深紫色花瓣，每片都有很长的“柄”。花瓣的边缘有褶皱，让人有种这花朵是不是“烫头”了的感觉。花瓣中央黄色的花蕊是蜜蜂的最爱，那可是补充花粉的好地方。这些特征组合在一起，人一眼就能认出紫薇花了。

紫薇花的花期很长，在温度适宜的地方，可以从6月份一直持续到9月份。正因如此，紫薇还有一个特别名字叫“百日红”，在南宋诗人杨万里的诗句中，是这样表扬紫薇花的——“谁道花无红百日，紫薇长放半年花。”也正因如此，紫薇可以与荷花一起，为夏日浓浓的绿荫增添了几抹亮色。

紫薇还有一个好玩的名字，叫“痒痒树”。在无风的日子，轻轻挠挠它们主干的枝桠，就会发现枝头的叶子和花朵都在颤动。就好像被挠了咯吱窝的小朋友，笑得花枝乱颤的。遗憾的是，我们至今也还不知道“痒痒树为什么会动”的确切答案。

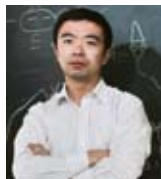
紫茉莉

在7月的一个晚上，我总算拍到了紫茉莉开花的场面。虽然我每天都能看到它们的花朵，但没有一朵是完全展开的。道理很简单，这些花到白天就跑去睡觉了，夜晚才是它们的工作时间。

说紫茉莉，可能有些生疏，其实我们更熟悉它像地雷一样的果子，所以也叫地雷花。在夏末的时候收集黑色的“地雷”果子，也是小伙伴的乐事一件。

大概是因为人类是白天活动，夜晚睡觉的动物，所以我们也认定白天才是正经的工作时间。其实，夜晚的生命世界一样热闹。晚上虽然没有蜜蜂和蝴蝶，但是有很多活跃的蛾子，它们是与蝴蝶一样重要的传播花粉使者。

紫茉莉的香味儿很浓，那就是为蛾子之类的传粉昆虫准备的香气路标。想来也是，那长长的花冠管，只有蛾子能伸嘴进去吃花蜜。这是在漫长的进化历程中，植物与动物之间形成的默契合作关系。比如，蛾子喜欢的花是晚上开的，鸟类喜欢的花是红色的，蜜蜂喜欢的花是蓝色和黄色的，而蝙蝠则喜欢那些花蜜满满的花！这就是神奇的协作关系，有时工作时间不是自己决定的，还要看合作者的喜好。



史军

植物学博士，果壳阅读图书策划人，著名网络音频节目《科学脱口秀》主播之一，中国植物学会兰花分会理事，中国科普作家协会会员，曾任《科学世界》杂志副主编。毕业于中国科学院植物研究所，多次带领学生赴云南西双版纳，广西崇左白头叶猴国家级保护区进行科考活动。

夜市 · 北京

Beijing Night Markets

文/图：杨姣





炎炎夏日，美食与夜晚更配哦！说到吃，在北京的孩子可绝对缺不了嘴。除了作为国际之都坐拥世界各地美食，传统的民间小吃更是老百姓舌尖上的小滋小乐。北京夏夜，举家携幼来夜市逛逛，热闹非凡的氛围，集大成的美味，保证能让你吃到肚滚溜儿圆！

东华门夜市——老北京小吃

各色食摊连成小吃风景线，顺着繁华的王府井街道寻找到自然，热情，淳朴的老北京旧时风情。各色老北京小吃是食客不能错过，从烤肉串到艾窝窝，从糖葫芦到炒冰，无论是民间小吃，还是宫廷小吃；无论冬日小吃，还是夏日小吃，这里都能找到。在月明星稀的夏夜，就着徐徐清风喝一碗玫瑰冰糖紫米粥，感受一下老北京的夜晚情怀。

地址：东城区王府井东安门大街(南河沿大街东)

南锣鼓巷夜市——创业商品+创意美食

南锣鼓巷的夜，来自世界各地的游客、附近的学生、聚会的白领。一家家小店展示着极具创业的个性商品：“创可贴8”、“肚脐眼”、“兴穆手工”等等，一个个摊位也售卖着很有原创气质的小吃，“文宇奶酪”“脑子加工厂”“这儿没玉米汁”等等，走走逛逛尝尝，一条街走下来会很很有收获。

地址：东城区南锣鼓巷

后海夜市——湖光夜景+传统商品+酒吧音乐

夜幕降临，走在后海边，走过一家家的酒吧，耳边更换着不同风格的流行歌曲；在北岸的餐厅品尝各色美食：烤肉、卤煮、冰激凌、奶酪蛋糕应有尽有；在荷花市场码头走上一艘摇橹船，听着琵琶曲泛舟湖；漫步在烟袋斜街把玩各种或传统或现代的小玩意。总之后海的夜，丰富而惬意。

地址：西城区什刹海后海



晚安 我们去观星

Let's Go Stargazing

采/文：李子 图：Steed



观星达人Steed和星星的缘分，要追溯到很小的时候。

“每到夏夜，大人们就会搬一把藤椅，拿一把蒲扇，坐在门外的马路边上乘凉。那时的天空如此璀璨，大人们会指着淡淡的银河，给孩子们讲牛郎织女的故事。偶尔，还会有一道闪亮的流星，顺着大人们的指尖划落。”

现今，都市里的不夜天灯火通明，虽明亮，却不璀璨。于是，Steed踏上了重新寻找星空的旅程。在他看来，观星，不仅仅能在胶片上和脑海中留下繁星，还能为内心带来平静。

“要知道，天上的几乎每一个光点，都是一颗在远处闪耀着的太阳，而看似平静的淡淡银河便是由千亿颗这样的太阳构成的。所谓一沙一世界，而星空的世界，又岂止千万。” Steed说，“当千亿世界的太阳发出的光，经过成千上万年的漫漫旅程，终于照射在你的身上，你会觉得，尘世间的一切烦恼都只不过是庸人自扰，根本不值一提了。”

▶ 门头沟区东灵山

位于北京城西，距离市区大约100公里。此处海拔超过2200米，是大北京地区的最高峰。

即使北京城区被严重雾霾笼罩，东灵山顶也往往会突出重围，耸立于霾海之上，还给你一片清澈到透明的天空。只不过，这里需要你徒步一些山路才能够抵达。



◀ 房山区百花山顶

位于北京城西南方向，距离市区大约80公里。沿着山路开车可以直达峰顶，海拔约1900米，是大北京地区可以开车直达的最高处。这里可以遥望灯火通明的北京城，以及北京城的光罩上方，夜空中繁星密布的本来模样。

天黑之后面向南方，躺下仰望，应该能够看到一条淡淡的白色云带纵贯整个夜空——这便是我们所在的银河。夏季可以看到全天银河中最明亮的部分，即银河系的中心所在的区域。



▲ 密云古北口蟠龙山长城

位于京城东北方向，距离市区大约100公里，有高速公路直通，2小时即可抵达。

这里的明代长城依山势而建，盘旋蜿蜒状若蟠龙。站在已经有些破败的敌楼之上仰望似乎亘古不变的星空，你可以感受到时间的永恒。



▼ 河北张北坝上草原

位于北京城北，距离北京市区大约150公里，行车约6个小时车程即可抵达。

这里远离城市光害，能够找到北京周边最黑暗的夜空。繁星密布已经不足以形容此处的夜空——在最晴朗的无月夜中，银河和天空中最明亮的星星，甚至能够在草地上投射出你的影子。



Steed

曾担任过《环球科学》（Scientific American 简体中文版）杂志首席编辑，目前是果壳网“科学人”主笔，“科学脱口秀”主播，微博上小有名气的天文达人。白天，他是天文科班出身的专业人员，在各类媒体上从事天文及物理领域的科学传播工作。晚上，他则是一名星空摄影师，月黑风高时在郊外安营扎寨，负责将星空的美丽定格。

星空达人城市观星Tips：

地点：不必专程为了星空去旅行。在远离城市的自然景观都可以赏星，不妨在夜幕降临之后再出门仰望一下夜空；

时间：选择临近农历初一前后的日子、没有月亮的时候出行。月光会成为夜晚最强大的光源——正所谓“月朗星稀”，明晃晃的月光会把星星掩盖起来；

2015年夏秋，有这么几个日子可以关注一下：7月1日，木星合金星；07月19日，木星合月、金星合月；8月13日，英仙座流星雨；10月22日，猎户座流星雨；

装备：对于观星而言，最好的设备其实就是你的双眼。可以备上一副白天观景用的双筒望远镜，最轻巧的观景望远镜即可；

拍摄星空只需要三脚架和单反相机，将相机固定在足够稳定的三脚架上，保证拍摄过程中相机的位置和朝向不发生丝毫变动；

把相机设到全手动的M档，镜头手动对焦到无穷远，光圈开到最大，感光度设到最高；曝光时间不宜长，20~30秒即可；拍摄前一定要关闭相机默认的机内降噪功能；

软件：如果想拍摄星轨，则可以连续拍摄多张，并用Startrails免费软件把它们叠加在一起；

想要成为星座达人？安卓用户推荐安装Google Sky Map，苹果用户推荐安装Star Walker。只需打开app，举起手机或者平板，朝你看的夜空方向，屏幕上就会显示出那片天空里的星座。

深巷 寻酒店

Hotels in Hutong

文: Cherry Dong

说起北京，最先想到的必是老北京的胡同儿文化。低矮紧凑的民居平房户户相连，组成了一道道交互贯通的小路，有那么些的粗鄙简陋，但却是北京最接地气儿，最生活化的所在。明代有人用“天棚鱼缸石榴树，先生肥狗胖丫头”来形容早先北京四合院儿的景象，闲适随性，其乐融融。

现今，一些酒店也将自己隐在了小小的胡同儿中，若不熟知，你还真不敢直接推门而入，怕是哪家官邸旧居，或是王府大院儿的遗址民宅，还有些藏在深处的压根儿难以寻觅。本期，菁kids带你进胡同儿，走街串巷，揭开那些胡同酒店的神秘面纱，体验一把街边儿巷尾的闲趣自在。





The Orchid

地址：鼓楼西大街宝钞胡同65号

电话：(010) 8404 4818

网址：www.theorchidbeijing.cn

现今，与南锣鼓巷隔着一条街的许多小胡同逐渐受到关注。相比，这些胡同似乎更有民居气氛，更普通，更接地气儿，也更实在。

宝钞胡同，北起东缘胡同，南通鼓楼东大街，东西方向各连接着多个小胡同。沿着宝钞胡同走，直到看见一条细窄的小路，只有1人宽，The Orchid酒店就在这条小路的尽头。

The Orchid于2011年正式开业，由一位西藏姑娘和一位加拿大小伙儿共同创建。走进这儿，好像登时踏进了一处世外桃源，郁郁葱葱的植物满院蓬勃生长，花朵肆意开放，小楼梯，大露台。静谧、舒适、温馨、安逸，好像所有美好的词都可以在这儿组合放置，但它们共同的意义指向都是“家”的感觉。

这位西藏姑娘说，酒店起初建立的目的只是想有个能请朋友们来玩儿来住的地方。合伙的两人都是胡同居民，也都热爱胡同的生活，为了找间可心的房子花了一年多的时间，最终选定了这里，请了一位做设计的朋友设计建造。酒店现今只有10间客房，不同房型，可以在网站预约入住。此外，离酒店不远还有两处单独的胡同住房，他们称为Private Residences，且拥有独立的厨房，相比酒店内的房屋更私密也更家庭化，最适合一家老小齐入住，共同体验胡同民居。

餐厅Toast的早午餐相当出名，很多非酒店住客都会慕名特意前来，早午餐菜单本着自然、健康的原则，皆由小厨房新鲜现点现做，食材配料的选择也绝不马虎。最为推荐的特色有沙卡蔬卡炖蛋及牛油果火箭。伴着美食坐在葱茂的树荫下，阳光明媚，露台吹着小风，舒服又惬意。



古城老院 Cours Et Pavillon

地址：东城区魏家胡同26号

电话：6406 9838

魏家胡同，东起东四北大街，西至南剪子胡同，南通吉祥胡同，北通汪魏新巷。之所以称魏家胡同，其一说法是当年有位魏姓朝廷官员住此，因而得名；其二说法是因胡同地处中城，为皇帝亲军金吾左卫驻地，原称卫胡同，久而久之谐音成魏家胡同。

顺着胡同往里走，直至看到一扇精致的红漆大门，门口还有两只小小的石狮子雕坐着便是。相传，此院儿是当年万历爷赐给某位皇妃父亲的宅子，现今改成了这座精品酒店。进门，便可看到这里的桌、椅、柜、台都是传统中式风格，大厅走廊两侧红漆雕花儿的房檐儿配上老式的灰色小砖瓦，屋顶却是设计感十足的全透明玻璃天窗，阳光明媚，显得厅内十分敞亮。

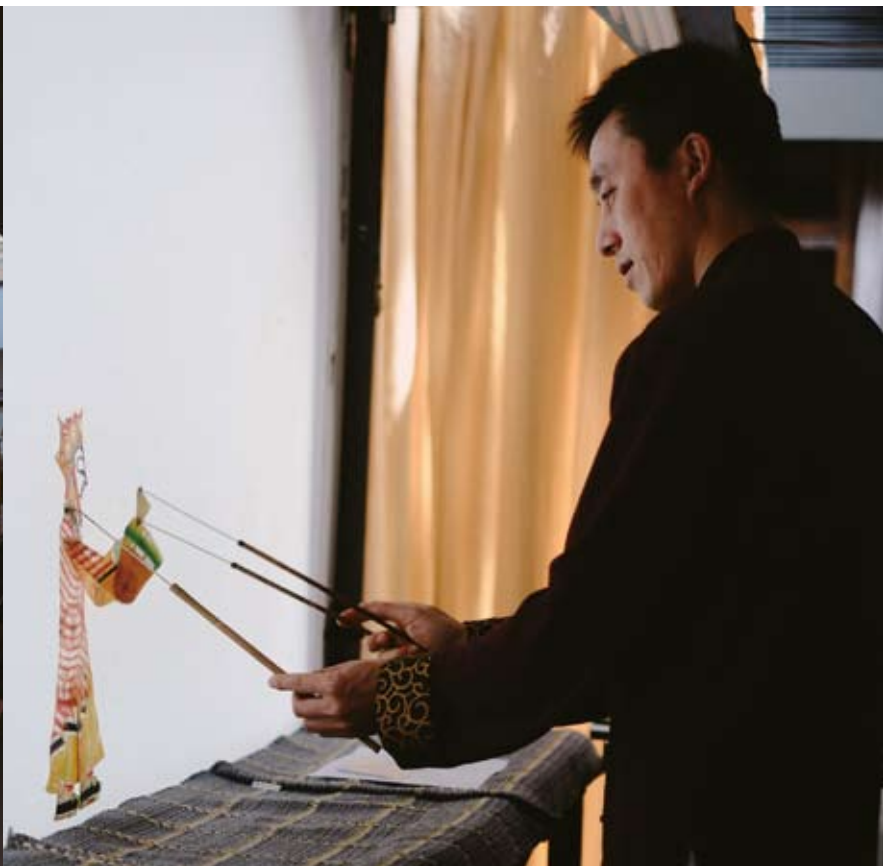
绕过前厅进后院儿，便是套中规中矩的标准大四合院儿格局，南北向正房及东西向厢房各一，配有四方的中心庭院，放养着两大瓷缸的金鱼及丁香树。酒店总共只有这四间客房，房内放置的皆是价值不菲的明清老家具，此外还融合了自动升降的背投电视、露天的按摩浴缸等等高科技在内。

餐厅特意聘请了来自英国的大厨Zak先生掌舵经典法餐，Zak先生曾先后在多家高级餐厅服务，包括伦敦切尔西La Tante Claire的米其林三星餐厅，来此不尝尝他的手艺便真觉遗憾了。

古城老院若说是家酒店，更偏私宅，中式的气派、优雅的现代设计，胡同大宅一样可以这么讲究！



图：古城老院提供



什刹海皮影文化主题酒店

地址：西城区松树街24号

电话：8328 7847

什刹海西南边儿有条街叫松树街，离着德胜门内大街不远，不宽的一条小道儿，周边儿穿插壤着许许多多窄窄的小胡同，伴着铃铃铃的自行车铃铛声穿梭在胡同里，一下儿好像回到了年代久远的老北京胡同民宅。

位于松树街24号的什刹海皮影文化主题酒店于2011年开张，位处老北京内城，距周边的北海公园、荷花市场、钟楼鼓楼、恭王府、烟袋斜街等地不过步行十几分钟的路程。因政府对这儿地区的建筑限制，酒店楼高仅有两层，且四周灰色的外墙很容易无视走过。盯准了墙上一侧的皮影与松树的雕刻图案，便容易找得多。到了晚上，灯箱亮起来，皮影与松树沉浸在温暖的橘黄色灯光里，也是胡同里的一道风景线。

无外乎，皮影是这里的主角。中国当代皮影艺术第一人，皮影雕刻唯一的国家级工艺美术大师汪天稳的北京工作室就设立在这儿。除此之外，还有位长期驻店，拥有十多年皮影学习经验的师傅毛忠博也将这儿作为他的工作台，来这儿的孩子们有兴趣还可以和毛师傅学几手。酒店内

每周二四六晚八点都会固定上演几出皮影戏，中心大堂的皮影戏台是在个牌坊的基础上搭建的，由当初恢复故宫、颐和园建筑的师傅亲手打造。说到上演的皮影戏种类，如今共有3部：《龟与鹤》、《西游记之大战盘丝洞》、《蝴蝶恋人》，其中《蝴蝶恋人》还是由美国的一位皮影导演和师傅们共同完成的，借助了蜡烛、火焰、白炽灯、投影灯等多种设备，可算是现代派皮影中的大阵仗了。

酒店住房共有25间，房型分别按照中国传统皮影戏的角色分为生、旦、净、丑四种，每间房皆有其代表的不同戏剧角色。此外，酒店每周日下午还设有一期家庭亲子皮影小课堂，除了有皮影历史、皮影戏外，小朋友们还可以亲自通过彩绘完成一件自己的皮影，若感兴趣，还可以在师傅的帮助下由小朋友们编排表演一出属于他们的皮影戏呢！



北京华尔道夫酒店胡同套房

地址：东城区金鱼胡同5-15号

电话：8520 8989



去年年底就听说华尔道夫酒店新开了胡同套房，这次正好一探究竟？北京华尔道夫酒店的胡同套房就在华尔道夫正楼的后身，金鱼胡同。位于灯市口大街南侧，东起东单北大街，西至王府井大街，距离市中心繁华商业区不过出门几十米，却有着两座王府级别的四合大院儿。

从华尔道夫主楼后门出来隔一条街便能清楚地看见两扇正式威严的红漆大门，小扣铜制的狮子门环入院儿，大气磅礴的院落环境瞬间有种恍如隔世感。

胡同套房共有两座院子，东院和西院，西院由一套566平方米的四合院单独成院，还配有66平方米的独立花园庭院，以及一个半敞开式厨房的12人餐厅，可邀请酒店的厨师们上门现点现做，最适合人多的大家庭来此聚会。东院由四间胡同套房组成，包括三间70至100平方米的胡同套房和一间121平方米的胡同露台套房。两座院子皆是基于明代传统的四合院特点，按照王府级

别的四合院建筑要素，由中国古建研究所设计建造，院子坐北朝南，以二朱红为主调，筒瓦屋面、鲜亮油饰、满做金线苏画好似古代的宫廷花园。走进屋内，华贵讲究的现代设计与中式建筑摆设合二为一，一派清雅娴静的氛围，焚上香炉，拿本古籍，似乎立刻就能羽化登仙。

除此之外，华尔道夫的四合院东院还有条通往主楼的秘密通道，若想躲得屋外获取片刻清净，走密道也是个不错的选择。

夏日，华尔道夫还更新了他们的下午茶茶点，由大厨设计，特意搭配了多种样式的夏日风吃食点心，用以搭配缤纷多彩的夏日时光。赫赫有名的华尔道夫红丝绒就不必多说了，喜爱甜点的人绝不陌生，这款号称京城No.1的红丝绒蛋糕依旧在这里，等你来尝。



北京前门皇家驿栈

地址：前门鲜鱼口街87号

电话：6701 7790

北京前门皇家驿栈坐落于前门大街鲜鱼口的这条胡同里。鲜鱼口可是北京赫赫有名的一条老胡同，由前门大街一直贯通到南深沟胡同，与前门大街共同承担了老北京南城的商业街区重任，一条街上遍布着众多的老字号商铺，之后还被市政府列为了历史文化重点保护区。

皇家驿栈的原址就是老北京著名的老字号浴池兴华园，从这里步行到故宫博物院、王府井步行街、国家大剧院都仅需10分钟左右的时间。

作为京城首家“水”文化创意精品酒店，北京前门皇家驿栈邀请曾设计过美国世贸大楼911遗址纪念馆的美国ASAP事务所担当设计，以“水”元素为主题，在闹市中窃一隅独享宁静。酒店入口处为一片雨巷，雨幕密集，串珠般自然坠落。南瀑布的细流落在青石瓦上，碎成点滴，又汇成细丝，从屋檐上慢慢流下，北瀑布区直接在半空中吊挂了多盆绿植，接水滋养，尔后SPA区域的巨型水瀑布将天井和酒店底层水疗浴池索性连为一体。躁动的夏日，在此静心听雨声，感受水的流动也是好的。孩子们更是可以直接冲进水瀑布，体验雨中嬉闹的凉爽畅快。

除此之外，皇家驿栈四层屋顶的大片天台和露天泳池也是出了名的。附近难得再有这般可站高望远，眺望前门楼子、正阳门及周边街景的好地方了。不管是坐在天台吹风乘凉，环顾周边美景，还是踏入泳池，舒舒服服泡在水中畅游避暑，无疑不都是夏天最好的享乐方式。



图：北京前门皇家驿栈提供

回忆夏令营

My Summer Camp

编: Cherry Dong 图: Uni



到了夏季，层出不穷、种类多样的夏令营活动又将填满孩子们新一轮的假期，为这个好不容易到来的超级长假增添一笔难忘的回忆。本期我们邀请到了北京市私立汇佳学校的5位同学，跟我们分享他们心中那一段难以抹去的夏令营美好时光，旅途中的那些人、那些事儿、那些景、那片地方化为如今他们笔下的故事。



旅行的意义

——赴美后感

14ib02 吴畅

当我走在异国他乡，望着身边的建筑和人群，总会思考旅行对我的意义，而答案却总是模糊。由于这趟赴美的旅程，我终于找到了问题的一些答案，随着时间也越发清晰明了。

看到更美的风景

走在旧金山干净的街道上，抬眼便是街道两旁精致优雅的房屋，耳畔是风抚过树叶时细微的声响，吸入胸腔的是新鲜干净的空气；在夏威夷的沙滩上，感受着浪花一次次袭来拍打双腿，在柔软的沙滩上留下自己的串串脚印，阳光照射在我和朋友们的脸上，闪烁着灿烂的光芒；大雪纷飞的华尔街上，寒冷的气息加速脚步，大都市的繁华充斥街道，匆匆忙忙人来人往……还有很多的镜头记在心中。

这一幕幕让我感受到每一个城市，往往最容易被记住的风景，不是那些著名的地标，反而是这所城市细节中的点点滴滴，汇聚在一起，构成了一所城市独特的文化。旅行的意义，就在于带着一双发现美的眼睛，感受最真实的风景，也许就在你的身边。

遇见更好的人

这次旅行中，在旧金山，我和几个同学想去买水果，走了好几条街

都寻不到超市，我们便询问了身边经过的一位女士，她先是问我们想要买什么，得知要买水果后，给了我们两个建议，一个是向前走几分钟就会看到的一家小商店，但水果种类可能不全，一个是一家比较远的大型超市，但种类会很全，随后她又重复了一遍自己的话，确认我们明白后，才微笑着离开。

仅从这一件小事，不难看出美国人处事的细致和对待外来旅客的热情。旅行的意义，不正是遇见更多不同的人，看到他们身上的美好吗？

发现另一种自己

这趟旅程中，一个个美妙奇特的时刻就像生活中的偶然，打破了我一成不变的节奏，让我获得了一种在平淡生活中反叛的兴奋。旅行的意义，就是放纵自己去接受未知的事物，在偶然中获得一种也许并不熟知的情绪，发现另一种自己。

给自己一个远行的机会，全身心地投入到旅行中，你会发现，还有很多意义，已经悄然留在你的心中，在岁月的流转间化作最美的记忆。



最美的时光

——美国文化交流之旅

陈舒频 13IB06

2014年7月7日，高一的我们踏上了美国文化交流的路程，前往旧金山和夏威夷。

回首这次旅行，我们更多的是在欢乐的游玩中感受到了美国的文化，体验了不同的氛围。和陌生且友好的外国人打交道，在陌生的城市寻找自己的存在感。

在拥有众多著名景点的旧金山，迎着大风纵览壮观的“金门大桥”。风虽然大，但是那种会当凌绝顶，一览众山小的感受畅快淋漓。参观斯坦福大学和伯克利学院，感受两所名校汇聚了无数未来的社会精英和优异才子们，也更增添了我对大学生活的憧憬。同时作为一名资深“吃货”，我还特意去到了“JELLY BELLY”的糖果制作工厂，一路上尝到了无数口味的糖果，听着工厂的工人讲述着这里悠久的历史，心中像填满蜜糖一样开心和满足。“SIX FLAGS”主题公园让我们彻

底释放了野性和激情，自己买票，独立沟通。在灯火通明的街道，我们还试图鼓起勇气踏进一家又一家店寻找自己想要的商品，和店员讨价还价，感受购物的氛围。所有的一举一动都在证明我们的变化，我们的成长，我们在向社会迈出一又一步。

在经历了旧金山的无限美好后，我们去到了“夏威夷”。这里并不大，但堪称是“人间天堂”。在这里你再也不用担心听不到海声，闻不到海味，买不到满意的东西和吃不到最爱的美味。同时满足了“恋海狂”，“购物狂”和“吃货”的梦想。我们踏遍了海湾，浸泡了海水，吃尽了美食，享受了日出和日落。

在这里的一个星期，我们收获颇多，既让外国人了解了中国人，自身也体会到了异国风情的好客和热心。17天的赴美旅程看似短暂，也让我留下来此生难忘的美好回忆。

云南支教行

14IB1班 龚念童

每当提起夏令营，大家最先想到的都是外出游学或旅行，而在我的印象里，最意义不同的夏令营却是一次云南支教。

这是我第一次参加的支教活动。以前总觉这个年龄去支教不太可能。自己还小，怎么教孩子呢？这次走了一趟云南的山区学校，我发现，“支教”不仅仅是教孩子念书，还有带给他们温暖，给他们讲述北京的故事，还有外面世界的样子。

我们到访的三所小学，每一所都要开车行驶几十公里甚至几百公里的山路后再走一段才能到。学校的环境非常不好，一小块空地就是操场，围着操场的一两栋楼就是教室。学生很少，都是当地山区贫困的孩子，基本生活需求都不太能够保证，更不要说追求自己的理想了。

我们在小学里和一个六年级的班级互动，问他们有什么理想，一个女孩子说：“去哈佛大学。”这或许是一个他们永远也实现不了的梦想，但是她有勇气说出来，真的让我们略有些吃惊。一个大山里长大的女孩，心中竟有着我们都不敢有的梦想，究竟会有多大的信念和努力在支持她的内心。

我们给孩子们带了各种各样的文具。他们的分享意识让我们非常惊讶，我亲眼看到一个男孩子把自己手里的一大盒签字笔拆开，给左右的

同学每人抓了4、5支笔。看到这一幕我不禁有些感动，他们没有拥有好的物质条件，但是却有着最美的心灵。

他们没有英语课，所以我们一队人开始教孩子们讲一点儿简单的英语，比如“中国”怎么说，比如“我爱你”怎么说。看到孩子们学到这些从未接触过的知识时露出的幸福感，心里顿时很满足，因为我明白了此行支教的意义，也发现我们同学平时的学习生活条件让多少人都羡慕的事情。问他们最想知道北京的什么，孩子们都表示他们想更多的了解北京，无论是吃、喝、玩、乐还是我们的学习，他们中间没有人去过北京，所以北京对他们，一直只是一种憧憬。

此外，我们还和孩子们在室内、室外玩了一些小游戏：击鼓传花、你画我猜、贴人等，看到孩子们由刚见到我们时的羞涩慢慢变得活泼，我们都放心下来。

虽然这趟云南支教很辛苦！但不得不说非常有意义，我们体验到山区孩子教育条件的艰苦，也更加懂得珍惜现在的美好时光。



佩斯 ——带给我快乐的地方

13IB02张张

在汇佳生活了近七年的我曾参加过大大小小六次的出国项目，其中给我印象最深刻的无疑是六年级和初二两次去澳大利亚佩斯市生活的共四个月。佩斯是个平淡的城市，人少车少。佩斯也是个美丽的城市，随便一处海港码头、公园绿荫就能成为一片风景。

澳洲友好学校也带给了我们不一样的校园生活。学校里有着多样化的课程设置。初二去佩斯时，我在当地一所简称为PLC的女子学校学习，有一堂化学课让我觉得格外有趣。当时，老师要求我们洗手，给每组学生一袋软糖和一包牙签，并让我们用不同颜色的软糖代表不同的原子物质、用牙签代表物质间的化学键来组建成不同的化合物，而课后我们便可以将糖果分食。这种授课方式十分新颖，那堂课学习的有关化学键的知识仍记忆犹新。

PLC女校每周二、四还专门设置了烹饪课和编织课。每当我们亲手烹饪出美味、缝制出物件，心里都会有莫大的满足感。到现在我还保留着当时制作的三个大小不一的笔袋，其中一个是使用吃完洗净的薯片包装袋做的，每次别人都吃惊地认为我把零食带到了课上，我为此不知偷笑过多少回。

此外，PLC女校还贴心地为每个学生“准备”了两个小伙伴。为我们答疑，与我们共同玩耍、共进午餐，帮助我们更好地融入学校生活。

而最重要的，便是寄宿家庭带给我的影响。

六年级去澳大利亚佩斯是我有生以来第一次出国。在坐飞机的前一晚，一向睡眠良好的我居然失眠了。好在我遇到了一个超级棒的寄宿家庭，和他们接触的第一面我就产生了一种“第二个家”的感觉。而这个寄宿家庭，也是我决定在初二时第二次去佩斯的重要原因。

记忆最深的还是我与寄宿家庭的一次外出郊游。六年级那两个月里因为一场冰雹的缘故，学校难得放了假。在这几天里，寄宿家庭带我去了一处森林，住在森林边有大大小小共四十四只长腿蜘蛛的小木屋里。一出门就能看到澳大利亚特有的袋鼠和袋熊，快乐地蹦跶着，无忧无虑。

我曾一度不敢讲英语，因为怕自己语法有问题或发音不标准，但在寄宿家庭里，他们每一个人都十分耐心地听我磕磕巴巴地把话讲完，并不断鼓励我比之前又有了进步。

我从心底爱这个寄宿家庭，更爱上了在佩斯市这四个月最美好快乐的时光，作为珍贵的记忆留在心里。



美国印象

13ib01 高子娟

2014年夏季，我踏上了前往美国summer school夏校的旅程，申请学校是New York University，正是我所憧憬和向往的大学，旅行中不仅亲身感受了自己的dream school，所见所闻更是加深了我对美国的文化了解。

首先，在美国，老师最重视的是学生在课堂上的实际参与，每节课学生参与的时间通常都要超过课程一半。除了课堂互动，每经过一个小单元，同学们都被要求进行演讲。每人准备一份电子幻灯片，3-5分钟内完成。夏校中，我们的课堂也是热闹非凡，同学之间热烈讨论，氛围活跃。可以说，美国学校的老师注重为学生创造轻松自然的课堂气氛，并在不知不觉中传授知识。

其次，在美国人心里，家庭和宗教信仰占据着重要地位。孩子从小接受的教育便是家庭优先。我们在去儿童博物馆参观时，一进门就看到一幅字上写着：“Family first”。孩子从小就会在父亲节、母亲节，还有父母生日的时候为父母制作礼物，可能是一幅画、自己的照片，也可能是自己做的小礼物。作为家长，也会将这些东西珍惜地摆放或粘贴在家中显著的位置，以此来鼓励孩子，并且让孩子们明白彼此间的珍贵。

此外，很多游学归来的同学都表示，在美国，印象最深的就是当地的人们。他们大多友好、文明，表现得文雅而有修养。我们在环球影城排队时发现，虽然整个影城人山人海，但秩序井然。十字路口，司机们会远远地停车等你穿越马路。车虽多，但在十多天的游学旅途中，没有看到一次司机间的争道抢行。在商店、机场，工作人员极富耐心并总是面带微笑。

作为一个高二在读的学生，一年后的我也将走出国门，这次的旅行无疑让我提前感受了一把国外的文化环境，体验了他们的生活方式，收获颇丰！



说说瑞典奶爸

Being a Daddy in Sweden



桂桂 GRACE GUI

80后妈妈，有一个属兔的儿子。大学曾研习法语和国际新闻，做过媒体记者、编辑，曾任《青kids》杂志副主编。2014年迁居瑞典。现为自由撰稿人，译者。

来到瑞典，我才知道推着婴儿车的奶爸可以是一道无处不在的风景：形象考究的男人，尿不湿，奶瓶，还有咿呀学语的萌娃，可以毫无违和地共存于一个画面。奶爸的存在就像宜家，H&M和爱立信，堪称当代瑞典的一种符号象征。

刚到瑞典时，每每在街头巷尾擦肩这么一位，我的心情总是五味杂陈。羡慕瑞典女人的福气，感慨瑞典男人的觉悟，完了回家哄娃做饭暗自神伤。我几乎从不跟亲爱的那位聊奶爸，他倒不是吃醋的人，只是我用脚趾头也能想到这位理工直男（还好不是直男癌）将如何回应：

“所以呢？”

要想接好这句话可不简单。坑挖这么大，你敢不憋着点儿就跳？不管你暗示他的表现“尚有差距”，还是激励应该“再接再厉”，最终都躲不过他祭出那句终极大杀器：“你要这么想我也没办法。”这句话配上无辜的表情和不作计较的姿态，分分钟就能让你炸毛。怪谁？自找的。有句话叫不作死就不会死，还是保持沉默的好。

然而，不与他说，不代表不与己说。在心里比较了千万遍以后，慢慢地，我居然释然了。这当然与我家亲爱的不断进步有着莫大联系，另外，我发现瑞典男人也并不是天生觉悟高，实在不必格外赞赏。

在我所知的妈妈圈里，有关当妈孤立无援，当爹缺席育儿的吐槽几乎总能激起共鸣。甚至流传基于生物生理学的分析，解释为什么爸爸对孩子不过是闲时逗你玩，而妈妈则绑定了一把屎一把尿。其实，体会了在中国当下做一个妈妈的不易，自然而然会对瑞典好奶爸这种脸谱式的刻画迅速产生向往和渴望，一点也不奇怪。

但与其说瑞典男人发自内心地爱当奶爸，不如说他们有条件当奶爸。或者至少应该说当奶爸本不是男人的一条路，但在瑞典走的男人多了，当奶爸也变成了一条路。

想象有一天，北京城里大街小巷三五成群推婴儿车遛孩子的都变成了男人——不是老爷子辈儿的，而是货真价实的新手爹——如果男人们接受这情景成为常态，女人们能接受吗？观念上接受了，经济上能接受吗？

当妈妈们抱怨因为照顾孩子而难以兼顾夫妻交流，保证生活质量的同时，那些不得不披星戴月早出晚归的爸爸们也多有苦衷。我当然不是默认妈妈们都吃干饭，只有男人上班挣钱。但不必否认，在中国当下，无论夫妻双方谁挣得多，谁挣得少，社会对男人事业和收入的期待与对女人的要求不可同日而语。养儿育女的金钱和时间成本是赤裸裸的。当爸爸们无形中承担金钱压力的时候，时间投入自然成了妈妈们的事情。

说到底，时间是中国爸爸们的一大硬伤。

在瑞典，男人们不缺时间。每周40小时的工作时长是大多数人的极

限，对于不强调固定上班时间的工作，出门早意味着三四点钟下班是常事。而早上迟点，下班延时也很平常。人们把公私时间区分得很开，一旦结束工作，就是家庭空间。这很能解释为何有那么多的爸爸接送孩子们上下学。

不得不提的还有各种名目的休假制度，除了带薪年假（一般为6-8周/年），育儿假（从孩子出生到8或12岁期间，夫妻双方共480天），瑞典还有VAB假（因为孩子生病或拜访医生或例行体检甚至看牙而休的带有津贴的假，从孩子8个月到12岁期间，每年每孩最多120天）等等。这些法律明确保障、现实中也严格落实的假期，让爸爸们不必冒损失收入、丢工作、丢事业的风险，就可以光明正大地为孩子花时间。

说到这儿，有些妈妈可能还是委屈。我当然知道，爸爸陪不陪孩子，有时候根本就不是时间的事儿。没工作没应酬的时候，抱着手机ipad守着电脑瞎忙活的爸爸不少，怎没见他们父爱流露一下？孩子一顿奶吃多少，每天拉几次，衣服穿多大号，说不上来的爸爸有多少？完全是没走心！

对此，我先拍手叫好。完了却仍想说，这是文化和观念造就的结果，我们每一个人都应该为此负责。

在瑞典，堕胎是合法的。不仅如此，非婚生子女、父母离异的孩子、被收养子女和其他孩子一样有完全平等的社会地位，瑞典人不会出于年龄、婚姻或其他任何外在的压力而生养。生养的前提是充分了解并愿意承担责任，这意味着父母双方不仅在心智上而且在实际生活安排上都必须有足够的准备。生而不养因此变得难以想象：如果你连自己都还是个没准备好的小孩，就不要生孩子。做了父母却逃避责任，你将没有任何借口。

对瑞典爸爸们来说，给孩子喂奶、换尿不湿、洗澡、穿衣是基本技能，陪孩子游戏，给孩子讲故事是家庭生活必不可少的组成部分，也是人生乐趣和意义所在。这里的文化不推崇极致的追求，包括物质上的奢侈享受。成功是平静，平衡，也是简约和刚刚好。在消费和娱乐方式上，人们没有眼花缭乱的选择。虽然假期众多，但一到节假日，商店和餐馆都歇业。说得夸张些，瑞典爸爸们不带孩子，又能干点儿什么？

最后，男女平等的思想对培育瑞典奶爸功不可没。女人不期待仰视男人，不嫌弃天天拿奶瓶的男人娘炮，不埋怨回归家庭的男人缺少事业心，不对大男子主义欲拒还迎；男人不追求上得厅堂下得厨房的美，不欣赏家长里短的小女人姿态，不惶恐物质的追求和事业的压力，不认可家庭只是女人的战场。

在这样的土壤上，长出叫人羡慕的“好”奶爸，简直就是必然——要知道，我家这位地道的中国爹，现在也走在奶爸的路上了。

不一样的蒙古国 从“游目”到探险

A Different Mongolia

文/图：杰米



在我和弟弟很小的时候，爸爸妈妈就带我们四处旅行。他们认为世界是个大课堂，旅行是最有价值的经历。



说起蒙古国，你会马上联想到一望无际的草原和骑马的牧民。蒙古的中部和东部的确以草原为主，北部则是山区，南部为戈壁滩，西部是湖泊区。由于深处内陆，加上高纬度和高海拔，冬天非常寒冷，其首都最冷可达-40度，而夏天在草原上的气温则较为适宜，徘徊在0度到25度间。除此之外，到了夏天，蒙古国的首都乌兰巴托是个蓝天白云美丽的城市；而到了冬天，因为供暖的原因，乌兰巴托成为世界上空气污染第二严重且人们不得不忍受冰天雪地刺骨般寒冷的霾都。所以家庭旅行强烈建议选择蒙古的夏天！

2003年：初识蒙古草原

2003年的暑假，我们一家人乘火车从北京出发，开往乌兰巴托。这一路从平原穿过山区，来到一望无际的戈壁滩，再到内蒙古的大草原。

在中蒙边境我们停了2个小时，不是为了吃饭，而是为了给火车换轮子！蒙古的铁路是在苏联占领时期修建的，继承了他们的窄轨铁路，因此从中国开往蒙古的火车都需要换轮子！具体过程非常简单，就是将轮子和车厢解锁，并用吊车将车厢吊起更换轮子。

乌兰巴托的主要景点都在市中心，几乎不需要乘车。当时的我还小，对蒙古历史没有多少了解，只是知道很久以前有个人叫成吉思汗，他非常厉害，曾经占领着半个世界。在蒙古，你能随处看到与成吉思汗有关的东西，如乌兰巴托的国际机场就叫成吉思汗机场，国酒不是茅台，而是成吉思汗伏特加酒。我慢慢意识到成吉思汗是蒙古人的民族英雄，代表了蒙古人的草原精神。

在后来的几天里，我们颠簸在路上，在乌龟岩附近入住了蒙古包。这个地方十分推荐，不但可以在草原上骑马，还可以钻进乌龟岩。





向南走，人迹减少，景色也从一开始翠绿的草原和蒙古包，到一望无际的沙漠和戈壁。到了Dalanzatgat，我们加满了汽油，也装满了所有备用油桶。在戈壁沙漠里，水是最重要的，因此我们买了好几百瓶水，把车的各个角落都塞得满满的！蒙古的Tughrig（蒙古的货币名）非常小，它和人民币的汇率是316:1。在蒙古，买一瓶水需要1000图格里克，早餐需要20000图格里克。每天把那么大一笔钱捏在手里感觉自己就像是亿万富翁！

从Dalanzatgat南下，草原上的车道越来越少，直到一条道都看不到了。我们唯一的路标就是GPS定位仪，我们也只能把希望寄托在这小小的“黑块”上了。

南戈壁的地形非常壮观，在平坦的戈壁滩上高耸的死火山像房顶上的烟囱。我们抵达GPS定点时非常兴奋，因为成吉思汗墙就在我们眼前。周围平坦的地方主要是用土和梭梭木筑成，而在死火山上的城墙则是由黑色的火山岩建成，与橘黄色的土木结构形成鲜明的对比。

若用走马观花的方式游览戈壁滩，你可能会产生“了无生迹”的错觉。而当你走近仔细观察，就会惊喜地发现世界上最干旱的地方竟然孕育着如此多的生命。在长城边的沙地上，我发现了羚羊的足迹。在死火山上漫步时，还惊讶地看到大头羊头骨！此外我们还学着戈壁滩小动物们那样乘凉。在这里，阴凉地儿是相当珍贵的资源！

离开南戈壁前，我们从长城上取出了三块梭梭木，拿到北京做碳14测年，发现不是汉朝的长城，而该追溯到西夏王朝。也就是说，我们发现了一条新长城！



2011年：中国的隔壁，蒙古的戈壁

在这次旅行之前，爸爸和我一起观赏一幅用16种颜色表示16个朝代所修建的万里长城图，他沿着符号描红，当这些线抵达当代中国边境时就停了下来。父亲和我思索着：长城的修建是真的在边境停了下来，还是境外的长城没有被标在地图上？

于是我们翻开了地图册，找到了蒙古，发现在蒙古境内相对应的地方确实有一些奇怪的小标志，上边一行字“The Chinghis Wall”，即成吉思汗长城。看到这个标志我们非常惊讶，因为我们知道，成吉思汗反对建筑物，主张纯粹的游牧生活，但这几段长城居然以他为名！于是在2011年的暑假，我们带着“这是汉代长城”的猜想飞往蒙古国。

爸爸的老朋友查理叔叔接待了我们，他是一位来自荷兰的蒙古史专家，这次也参与了我们的考察计划。他还带着我们与地理学家巴三教授在咖啡厅见面。他从旧皮包中取出一叠厚厚的A4纸，这些是在谷歌卫星地图中找到的蒙古南部戈壁滩截图。我们对截图进行了细致的分析，最后找到了一些“画黑线”的段落，这是影子，说明这段墙比较高。然后将这些貌似保存完整的成吉思汗长城段所在的经纬度记了下来，将他们输入GPS中，就准备出发了。

整个蒙古国只有大概750公里的柏油路，离开乌兰巴托不久一直到Dalanzatgat，全是机动车在草原上开辟的“高速公路”。这样的路平行着，数目甚至达到二十几条！这独特的景象并不是因为蒙古人有个性，而是因为一条路用多了就会变得颠簸，司机只好再开到草地上压着草重新走出一条，结果导致新的车道越来越多。

听巴三教授说，我们即将要考察的这段成吉思汗长城在非常偏远的地方，离最近的城镇Dalanzatgat也有三百多公里。



2012年：重返蒙古——东部草原地带

2011年的探险非常成功，于是，2012年的暑假我们再次重返蒙古国，去了和南部戈壁滩反差巨大的东部草原。

这次我们全家出马，我和弟弟负责摄影和摄像。一路上也能看到那些平行的草原“高速公路”，但进入东部草原后，车道逐渐减少，最后变成一条，这条路就是成吉思汗长城！但长城怎么可能是一条路呢？原来经过岁月的磨练，曾经壮观的长城早已成为地形的一部分，能看见的地方只剩下地上矮矮的鼓包了。在大白天，这座“墙”并不明显，可等到了日出或者日落的时候，太阳就会在这矮矮的鼓包旁边画上一条黑线，这道影子使它看上去无比壮观。

东部草原主要有两个民族：蒙古人和哈萨克人。在路上我们拜访了一家蒙古人，他们的牧羊犬远远看到我们的车，就急匆匆跑来为我们带路，邀请我们参观它的家。他们的蒙古包非常典型，直径大概八米。一位蒙古大妈向我们招手，邀请我们进屋喝茶。

蒙古人访客礼仪非常讲究，比如：摘帽表示要坐一会儿，脱下大衣则表示要住下来。进入蒙古包，按照规矩，以中间的两个支柱为界，女士从右边走，男士从左边走，然后才坐下。哈萨克人和蒙古人不管在习俗还是住房上差异都很大，最大的不同是他们住木屋。他们都习惯喝奶茶，这让我想起明朝的茶马市，这个传统从那时一直延续到现在。

草原的日落和夜空也格外美丽。我们在银河下安营扎寨，拿出火炉，开始做饭。在星光的照耀下谈论蒙古历史以及草原文化，成吉思汗这四个字一直挂在嘴边。“打烊”后，我们各自回到了帐篷，而就在熄灯的那一瞬间星星亮了起来，我兴奋地拿出了相机和三脚架，在帐篷不远处开始长曝光摄影。这个时刻，我发现我已经深爱着这片草原，这片闪耀的星空。



杰米 林赛

90后，来自英国，目前就读于北京大学历史系。爸爸妈妈多年从事长城研究和保护工作，受到他们的影响，杰米也成为了一个长城迷。杰米从七岁开始就有自己的单反相机，作品在国内外著名杂志都有刊登。他至今游历过32个国家，写过17本游记，拍摄过80万张照片。杰米的梦想是通过图片、写作和讲演使更多人更深入的了解世界。



我为什么是我？

I Am Who I Am



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，二女儿小豆2014年顺利降生。

五月五号的晚上，小悠和我一起泡脚的时候，她说“我有个问题想聊聊，妈妈。”“好，我认真听着。”我们有过约定，她和我说话时我必须看着她的眼睛，而不是看着手机或者别的。她要聊得比较多比较久时我要先告诉我。

“今天我看着一个我不太喜欢的女生，我看着她，我突然就想，我为什么是我？我为什么不是她？如果我是她会怎样？如果她是我又会怎样？”

“啊，哦，嗯。”我没敢轻易发表意见，先多听听小学女生还要说点啥。

“我的这个问题主要是，我，为什么是我？主要围绕我和为什么这两个词，我可以一口气很快地提出一大堆问题。你信不信？”

“说来听听。”小悠喜欢说得特别快来挑战我的听力，很多时候都是瞎说八道，其实就是逗我玩。

但那天晚上她是认真的。她说“我为什么是我我为什么叫悠悠我为什么有妹妹我的妈妈为什么是我我为什么是一个人而不是小猫或者别的动物……快吗？”

“快啊，但这次我都听明白了。真的呀，我为什么是我？我从哪里来？我来这个世界要做什么？这些问题也很困扰我的。”

“我在学校看到杨思佳我就想，如果我是她会怎样？看到徐瑞阳我也想，如果我是她呢？如果我是周蕊轩呢？如果他们是我呢？我真是想不明白。”

可不想不明白嘛，这么有哲学高度的问题，在泡脚的时候跟我讨论，让我还咋舒舒服服懒洋洋泡脚呢？我的脑细胞本来都休息了这下赶紧全力悄悄开动。我也算有点资历的麻麻了，立刻来一个顺水推舟“你琢磨了这许久，有点琢磨出啥来了么？”

“我在想这可能都是老天安排的。别的也没想明白，可能要等我死了以后才会明白吧。死了以后我的灵魂到处飘，飘来飘去的，到底以后是做小狗还是人类？那个时候我肯定就会知道我为什么是我了。”

好吧，哲学探讨瞬间变鬼片了。“这种问题真的很难有答案啊。不过等你以后慢慢经历很多事，大概会有某个瞬间，你会突然感到点什么。这种时候，对我来说，就叫领悟。”

“对对，你说得对。我看到那些两道杠，我就突然觉得，我不是她们，我和她们不同。还有那些成绩特别好的，我就想，我成绩没她们好，我是我，我不是她们，我成绩虽然不是很好，但我压力不大啊。我还有幸福的家，我挺幸运的。我身体健康，我也挺幸运的。不过我也有觉得不好的地方，就是你和爸爸有的时候会误解我。”

妈啊，这一大堆，是对我的表白呢还是控诉呢？我有点搞不清状况，没敢接话茬。

（插一句，某种特色“感恩教育”什么的在哲学思考面前是不是弱爆了？小悠自己感受到来到这个世界好幸运，甩任何刻意的“感恩教育”十条街啊有木有？）

“还记得我们有一本绘本，叫《世界为什么而存在？》明天有时间找出来再念念，肯定会有新感受。”

其实我应该趁热打铁趁凉吃冰赶紧翻出书出来看啊，可是小豆已经爬到卫生间门口要我抱了。我于是又说道，

“世界为什么而存在？我又为什么是我而不是别人？不是每个人都会发现这个问题。而发现了它们的人，在往后生活的时候，可能就会看到和其他人不一样的世界和自己。可是具体怎么不一样呢？只有你自己经历过才知道了。啊，总之带着这样的问题生活，生活肯定会更美好就是了，美美哒呀。”我抱起豆豆，突然也想到，为什么是这样两个女儿？为什么不是别的两个女孩儿？我好爱眼前的这样的两个女孩儿啊，就是她们，不是别人，刚刚好。

泡完脚，全家一起吃芒果，小悠又突然对我说“妈妈，你刚才说得太好了。本来我是想找到一个答案的，到底我为什么是我啊。现在我却觉得，并不一定要有答案，我朝着我琢磨的这个方向去就好了，说不定哪一天就突然明白了。”

听小悠这么说，我真是受宠若惊，要知道她满七岁以后，在一些小事上也常常要和我不一样的见解（比如我说老公啊你穿蓝色挺显年轻啊，小悠就说我不觉得啊爸爸我觉得显老。晕死。），嘲讽我几句。难得我成一次解语花啊。

我很不喜欢和小悠讲大道理，不喜欢告诉她骄傲使人落后谦虚使人进步，不喜欢讲龟兔赛跑孔融让梨的故事。但是我非常非常喜欢听小悠说她的点点滴滴的感受，并认真地和她聊这些感受以及我自己的想法。我希望这些聊天都是从真实的她的故事开始，而不是从一个道理开始。从目前的情况来看，小悠和我都挺享受这般闲聊并很有收获啦。

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学生170名。所设年级包括婴幼儿班至小学4年

级。学校的宗旨是“培养能够以尊重和欣赏的态度跨文化交流并且善于创造性思考和协作的学生。”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,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、创造力和问题解决能力的开发培养,将学生发起、教师引导的课堂活动贯穿于整套教学体系中,将双语多元文化理念运用于幼儿园及小学教育。

地址:北京市朝阳区将台西路9-1号

电话: (010) 6437 3344 ext.100

电邮: admissions@3einternationalschool.org

网址: www.3einternationalschool.org

艾毅多元智能幼儿园

Ivy MI Kindergarten (MIK)

艾毅多元智能幼儿园是一所基于美国著名哈佛大学认知心理学教授霍华德·加德纳博士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课程、中文为主的高品质课程,在开展丰富的主题教学活动的同时,贯穿浸润式双语环境的游戏活动,使孩子们的潜能得到最大限度的开发,为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。

丽景校园:

地址:北京市朝阳区十里堡北里28号

电话: (010) 8583 9477

电邮: info-LJ@ivyschools.com

天时校园:

地址:北京市通州区北苑52号天时名苑

电话: (010) 8159 6406/7

电邮: info-TS@ivyschools.com

天通校园:

地址:北京市昌平区东小口镇天通中苑35楼

电话: (010) 8467 7728/38

电邮: info-TT@ivyschools.com

网址: www.ivyschools.com

艾毅国际幼儿园

Ivy Academy (IA)

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教授霍华德·加德纳博士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学会颁发的多元智能培训证书,还有不少外籍教师在幼教行业从事二十多年教育工作背景。

东湖校园:

地址:北京市东城区东直门外大街35号东湖别墅C座101室

电话: (010) 8451 1380/1

电邮: info-EL@ivyschools.com

新城国际校园:

地址:北京市朝外大街6号新城国际公寓24号楼

电话: (010) 5738 4559/6597 0250

电邮: info-CP@ivyschools.com

网址: www.ivyschools.com

北京BISS 国际学校

Beijing BISS International School

北京BISS 国际学校毗邻奥林匹克体育中心,长期以来倡导先进的国际教育理念和多元化教育环境,提供从幼儿园到12年制的国际IB课程。作为21世纪教育领域的领军者,学校非常重视课堂实践与教学设备技术相结合,以丰富的教育经验和最优的教学方式为英语国家及非英语国家的学生提供生动的课堂教学课程和丰富多彩的课外活动。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,每年都有很多学生被世界一流大学录取。

地址:北京市朝阳区安贞西里4区17楼

电话: (010) 6443 3151

电邮: admissions@biss.com.cn

网址: www.biss.com.cn

北京德威英国国际学校

Dulwich College Beijing (DCB)

成立于2005年,北京德威英国国际学校(DCB)是一所接收1至18周岁学生的英式教育国际学校,在2011年被评为年度“最优质英国国际学校”。学校学术课程安排设置为:9年级前学生学习基于英国国家标准课程的强化课程;10-11年级学生需完成IGCSE课程标准及要求;在12-13年级,学生将完成IB(International Baccalaureate)学位课程。学校不仅重视学生在学术上的发展,也强调体育及艺术方面的发展,同时致力于每个孩子社区服务意识理念的培养及树立。中文课程为9年级前学生必修课程,高中学生也可选择继续学习中文。对于在北京短暂停留的德国学生,学校还提供德语母语课程,以协助他们返回德国申请德语学校或大学,与当地课程做到无缝对接。学校也是PSAT, SAT, PLAN 及 ACT考试中心,并与美国SAT备考教育机构合作为学生提供SAT备考课程辅导。优秀的IBDP成绩帮助学校的毕业生成功进入了英国牛津大学、剑桥大学、罗素小组学校,以及包括美国常春藤联盟及排名前50的各大院校。

丽京花园校区:

地址:北京市顺义区首都机场路89号丽京花园

电话: (010) 6454 9000

香江幼儿园校区:

地址:北京市朝阳区京顺路香江北路1号香江花园

电话: (010) 8450 7676

电邮: info@dulwich-beijing.cn

网址: www.dulwich-beijing.cn

北京哈罗英国学校

Harrow International School Beijing

北京哈罗英国学校以拥有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

位学生安排了辅导老师,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。北京哈罗英国学校倡导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。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:北京市朝阳区崔各庄乡何各庄村287号

电话: (010) 6444 8900

电邮: enquiries@harrowbeijing.cn

网址: www.harrowbeijing.cn

北京君诚国际学校

Beijing Springboard International School (SIBS)

君诚有14年的国际教育经验,小学部由美国校长带领一支优秀的美籍教师队伍,引进原汁原味的美国课程体系,与美国同步同质的教学进度。外籍学生比例占70%,师生比例1:6,小班教学,中文教育尤为突出。高中部全部为外籍学生与港澳台华侨华人的子女,学校提供公立学校的课程体系,90%的学生能够考入北大、清华等重点大学,学校十几年来有几千名高中毕业生,持有国家教育部颁发的毕业证书。

地址:北京市顺义区后沙峪镇火沙路古城段15号

电话: 招生咨询: (010) 8049 0307

幼儿园: (010) 8049 2460

电邮: office@sibs.com.cn

网址: www.sibs.com.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IB课程;为初中及小学生提供PYP和MYP课程。

地址:北京市北京市朝阳区亮马桥路38号

电话: (010) 6465 7788

电邮: admissions@cis-beijing.com

网址: www.cisb.com.cn

北京京西国际学校

Western Academy of Beijing (WAB)

北京京西国际学校是一所领先的国际IB世界学校。成立于1994年的WAB以其世界级的设施,高资质的教师团队,全球化的课程设计,温暖和助学的的环境以及乐于服务的文化而驰名。WAB提供以学生为中心的氛围,在1500名学生中培育了强大的以“链接,启发,挑战:有所作为”为目标的团体感。WAB的学生被激励成长为可以通过深刻的思考和积极的行动来影响周围的世界公民。

地址:北京市朝阳区来广营东路10号

电话: (010) 5986 5588

电邮: wabinfo@wab.edu

网址: www.wab.edu

北京蒙台梭利国际学校

The International Montessori School of Beijing (MSB)

MSB是具有蒙氏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致力于蒙氏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氏教具,有一位资深的外方老师和2-5名经验丰富的中方助教。双语班配有资深的外方和中方主讲老师各一名以及1-2名中方助教。MSB还设立了EAL课程,为母语非英语的学生单独辅导英语。

地址:北京市朝阳区香江北路甲2号院8号楼

电话: (010) 6432 8228

电邮: admissions@msb.edu.cn

网址: www.msb.edu.cn

北京市鼎石学校

Keystone Academy

北京市鼎石学校已于2014年秋季正式开学,为在华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,致力于融合中国、美国和国际教育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中国身份的认同。招收学生范围为学前班至12年级学生,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年级学生必须在校内寄宿。

地址:北京市顺义区后沙峪镇安富街11号

电话: (010) 8049 6008

电邮: admission@keystoneacademy.cn

网址: www.keystoneacademy.cn

北京市海淀外国语实验学校

Beijing Haidian Foreign Language Shi Yan School

北京市海淀区外国语实验学校是北京市海淀区人民政府于1999年批准成立的国际化全寄宿制学校。学校占地390亩,建筑面积10万平方米。现有中小學生4900余名,教职員工900余人,是北京市目前规模最大、国际化程度最高的全寄宿制学校。国际化师资队伍专业过硬、素质精良,教学设备设施均按照国际顶级标准配置。学校设有幼儿园、小学、初中、高中、国际学校、美国分校、海外语言基地、国际运动学院等多个部门及分支机构,学校致力于做中国最好的国际化精英教育,培养未来社会的创造者和领导者,即具有国际视野、世界公民素质、通晓中国文化的国际化人才。

地址:北京市海淀区杏石口路20号

邮编: 100195

电话: (010) 8843 0704

电邮: xiaozhang@bjfles.com

网址: www.bjfles.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的并受国外所瞩目的,旨在为国内外学生提供高质量教学的IB学校。学校注重培养学生勤于探究、积极思考、勇于担当、合作互助的能力,开拓其眼界,服务于社会。世

青的教师队伍是由来自美国、加拿大、英国、澳大利亚、中国等十五个国家组成的一支优秀团队，其教授的课程各具特色，极具创造性。不论是刚开设4年的国际小学课程（IPC）（注：自2014年秋季，世青已完全开设全日制一年级至五年级小学课程）还是被授权多年的IB 初中项目（IB MYP）和 IB 大学预科项目（IB DP），都具有良好的教学口碑。2015学年将开设全新的学前班。世青毕业生被哈佛、普林斯顿、斯坦福、麦吉尔等常春藤大学以及罗德岛设计学院、中央圣马丁艺术与科学学院、伯克利音乐学院等著名专科学校录取。

地址：北京市朝阳区花家地北里18号
电话：(010) 8454 3478/6470 6336
邮件：admissions@ibwya.net
网址：www.ibwya.net

北京市私立汇佳学校

Beijing Huijia Private School

学校于1993年建校，1995年申请引进IB，21年来一直专注于IB标准的双语双文化教育的研究与实施，目前已形成了完整的IB课程体系（小学PYP，初中MYP，高中DP）以及稳定的双文化下的管理团队和中外籍师资队伍，是一所寄宿兼走读制学校。汇佳是中国大陆第一所用双语为3-18岁学生提供IB教育的学校，在培养学生双语双文化的同时，着力训练孩子的良好习惯养成，这是基础教育的根本，也是汇佳完全教育理念的核心，与此同时我们还强调孩子的体育教育和艺术修养，在汇佳，来自包括15个国家和地区的2400名中外籍学生并肩学习，为学生们创造一个接触不同语言、文化和教育背景的国际化学习和成长的完全教育环境。

学校地址：北京市昌怀路157号
电话：(010) 400 889 1993
电邮：admissions@huijiaedu.org
网址：www.huijiaedu.org
微信：北京市私立汇佳学校

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独立学校，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不断探索新的教学方法和学习模式，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，以及热情、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、对社区有贡献的个人或学者。ISB帮助学生通过体验式学习，应用知识和技能创新，努力培养学生的自信心和求知欲。在高中阶段，ISB为11、12年级学生提供了IB 文凭课程和IB 单门课程。学生同时也可以选择微积分和中文的AP 课程。

地址：北京市顺义区安华街10号
电话：(010) 8149 2345转1047
电邮：admission@isb.bj.edu.cn
网址：www.isb.bj.edu.cn

北京市新英才学校

Beijing New Talent Academy (BNTA)

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化学府。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：北京市顺义区天竺开发区安华街9号(首都国际机场西侧)
电话：(010) 8046 7116/8046 7117/8041 3001
电邮：sdm@bjnewtalent.com
网址：www.bjnewtalent.com

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。每年毕业生99.5%以上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，为他们提供国内公立学校课程体系，与中国学生同班就读，每年90%的外籍留学生升入北京大学、清华大学。2012年成立的北京四中国际校区面向国内外招生，中美结合的课程体系，小班教学，教师团队由各学科优秀外方教师和学校本部中方教师组成。目标是培养未来的领导者，思想家和实干家，为世界高等学府输送国际化人才。

四中本校
地址：北京市西城区西黄城根北街甲2号
电话：(010) 6617 3886, 6653 9752
电邮：guojb@bhsf.cn
网址：www.bhsf.cn
四中国际校区
地址：北京市西城区西铁匠胡同宗帽头条2号
电话：(010) 6653 9977
电邮：guojiaoxiao@bhsf.cn
网址：www.bhsf.cn

北京王府学校

Beijing Royal School

北京王府学校是由北京市教委于2003年批准建立的中外合作制学校，分别于2003年与2006年率先引进A-LEVEL课程和AP课程。学校历经十余年，实现了传统教育与国际教育相融合，传统授课方式与移动教学、卫星视频授课相结合，课程多元化与选课个性化相结合。北京王府学校自2003年建校以来，始终坚持与国际接轨的办学理念，和世界各地教育机构、国际知名学府、国内顶尖名校建立广泛联系，开展全方位、多层次的交流与合作。

地址：北京市昌平区王府街11号
电话：(010) 8178 5511/3785
电邮：admission@brs.edu.cn
网址：www.brs.edu.cn

北京乐成国际学校 (BCIS)

Beijing City International School (BCIS)

北京乐成国际学校 (BCIS) 坐落在北京市中心中央商业区 (CBD)，是一所非盈利的国际学校。为提倡严谨的个性化教育，融贯中西，学校为2岁至18岁来自将近50个国家的近800名学生提供由国际文凭组织 (IB) 授权的全套IB课程。经验丰富的教师来自13个国家，他们通过挑战与关爱，让学生成为终身热爱学习、充满爱心与灵感的人，让他们视人类的进步为己任，身体力行为实现世界的可持续发展做贡献。目前，已为全世界10个国家超过200所知名学府输送了5届优秀的毕

业生。距离主校区仅一里之遥的学校幼儿园 (BCIS ECC) 北京第一家获得美国LEED绿色认证金奖的校园，提倡探索式的“玩中学”，是一座为两岁到六岁的儿童量身定制的绿色儿童之城。

北京乐成国际学校 (BCIS) 主校区：
地址：北京市朝阳区百子湾南二路77号
联系电话：(010) 8771 7171
北京乐成国际学校幼儿园 (BCIS ECC)：
地址：北京市朝阳区东柏街11号
联系电话：(010) 6770 0766
电邮：admissions@bcis.cn
网址：www.bcis.cn

北京英国学校

The British School of Beijing, Sanlitun (BSB)

北京英国学校三里屯校区位于绿树成荫的三里屯使馆区内。学校专注于幼儿早期和小学阶段教育，分别坐落于两个校址上并且距离很近，步行即可。三里屯学校按照英国国家课程的标准教学，并且在此课程的基础上做出了一些适合国际学生的课程内容调整。学校特有的‘高性能学习法’向所有学生提供了更多的学习机会，帮助学生提高他们的学习积极性，并且学生们还会获得来自各科老师最有力的支持与帮助，从而创立他们自身的自信心和独立性。

小学部：
北京市朝阳区三里屯路西街5号 100027
电话：(010) 8532 3088
幼儿园部：
北京市朝阳区三里屯路北小街7号 100027
电话：(010) 8532 5320
电邮：s1tadmissions@britishschool.org.cn
（由于邮箱地址添加了针对spambots的保护，您需要激活javascript才能发送）
网址：www.britishschool.org.cn

北京英国学校 (BSB) - 顺义校区

The British School of Beijing (BSB) Shunyi

北京英国学校 (BSB) - 顺义校区是一所颇具规模的国际学校，提供从小学到中学的全面教育。学校旨在为未来的领导者提供最优质的教育。不论是对幼儿园的小朋友还是对即将步入名校大门的高中生，老师都会因材施教，让每个学生的天赋得以施展，为他们提供最个性化的学习体验。BSB秉承英式教育体系，学生到16岁为止会学习英国国家教育课程，并参加IGCSE课程考试，最后两年学习国际大学预科文凭课程 (IB)。同时，学校的德语小学部用德语来教授德国国家课程的核心课目，为德语母语的学生提供1-4年级的课程。学校从2003年在北京建校至今，现在是诺德安达教育集团旗下在全球的31所学校之一。

地址：北京市顺义区天竺开发区安华街9号南院 101318
电话：(010) 8047 3588
电邮：admissions@britishschool.org.cn
网址：www.britishschool.org.cn/shunyi

北京耀华国际教育学校

Yew Wah International Education School of Beijing

北京耀华国际教育学校，座落于北京亦庄经济技术开发区的保华国际教育园内，将于2016年落成启用。耀华国际教育建基于耀中国际学校80多年在香港及内地城市推行优质国际教育的经验之上，结合开

办国际学校并提供全方位教育服务的经验所创办的以招收中国学生为主、兼收外籍学生的耀华国际教育系列。耀华提倡全人教育，致力创建积极、关爱、愉悦、充满欣赏的教育环境，为学生提供最理想的学习及生活经历。耀华致力把国际教育带到您的家园，使学生不出国门，也能真切体验国际教育氛围，接受优质的中英双语教育。耀华竭力培养孩子对不同文化的理解和尊重，培养孩子自信、健康的人格，成就既有中国身后文化底蕴、又拥有国际视野的人才。从1998年于上海成立的耀华国际教育中心至今，耀华学生所获得的国际毕业证书被世界著名的高校广泛接受，毕业生都能申请升读世界一流大学。历届毕业生已被上百所世界知名大学所录取，其中不乏获得奖学金的学生，他们的骄人成绩和潜能已获得世界认同。

地址：北京招生部及展示厅：北京市大兴区亦庄荣
华南路12号 兴基铂尔曼饭店515房间
电话：(010) 8581 4299
电邮：enquiry.bj@ywies.com
网址：www.ywies-bj.com

邦尼国际幼儿园

Bonita Children's Center

邦尼国际幼儿园位于北京市的CBD时尚地标区域——世贸天阶北侧，是一所具有国际背景和由中、英、美、俄、法等国际化教师团队组建而成的，专注6岁以下学龄前儿童国际标准化高端学前教育机构，接纳以中英法俄等为母语的不同国籍学生入园为主，其它语系国籍学生入园为辅。幼儿园倡导用语言沟通世界，用艺术启迪智慧、激发潜能，用审美孕育修养，用环境与世界交流的独特教育理念，坚持对孩子负责、呵护、尊重、并正确引导的准则，让孩子无忧无虑，健康快乐的成长。在充分满足孩子个性化发展的同时，通过多国籍、多语言、多领域潜能开发和艺术环境浸润式教学，为孩子们创造更多与世界交流的条件和环境，打开国际视野，锻炼胆识、培养能力、开发潜质，培育审美，提高素质，孕育修养，促进孩子们全面健康成长。

地址：北京市朝阳区金汇路九号中骏世界城D座3
层301A邦尼国际幼儿园
电话：(010) 5330 6800/8590 7648
电邮：bonitaetzx@163.com
网址：www.bonitakindergarden.com
公共微信搜索：邦尼国际幼儿园

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，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·加德纳的多元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：(010) 400 6633 282
网址：www.mik-kids.com
微信：Muffys

海嘉国际双语学校

BEIJING INTERNATIONAL BILINGUAL ACADEMY (BIBA)

海嘉国际双语学校是一所崇尚快乐教育，

中文达到公立水平，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，英语、数学、科学、美术、体育、音乐和社会课程均由具有丰富国际教学经验的外籍教师担纲执教。英文以美国国家核心标准课程为依据，中文教学采用中国教育部颁布的课程标准为依据的语文和数学教材。每个年级分别设有不同程度的ESL（英文作为第二语言）和CSL（中文作为第二语言）课程辅导班。

地址：北京市顺义区后沙峪裕民大街5号
电话：(010) 8041 0390
电邮：info@bibachina.org
网址：www.bibachina.org

汇佳幼儿园

Huijia Kids

汇佳幼儿园（Huijia Kids）是汇佳教育机构20年完全教育的起点，首家汇佳幼儿园于1999年5月在北京创办。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，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。

万泉园：北京市海淀区巴沟南路35号小区万泉新
新家园 电话：(010) 8255 1751
三元桥园：北京市朝阳区静安东里6号 电话：(010) 6463 5251/ (010) 6463 3252
国展园：北京市朝阳区西坝河东里103号 电话：(010) 6465 5212
上地M O M A 园：北京市海淀区安宁庄上第
MOMA小区电话：(010) 8275 9510
实验园：北京市昌平区中关村科技园创新路20号
汇佳职业学院内电话：(010) 5163 1603
总部电话：(010) 400 886 1993
电邮：hjkids@huijiaedu.org
网址：www.hjkids.com
微信公众号：hjkids

好思之家国际学校&幼儿园

House of Knowledge (HoK)

好思之家坚信未来的领导者需要具备全面的基础，孩子们应在一个既被关怀又富有挑战的环境里茁壮成长。HoK独具特色的教学大纲，首先，通过教育孩子们“学习如何学习”，培养其学会理性思考和合作能力。然后，HoK小学的“准备好开始学习”的德语教程和英语教程，通过应用多感官的教学方法，充分调动孩子们的积极性参与学习，可以为其终生所用。

泉发校区：
地址：北京市朝阳区顺白路马泉营路18号泉发花园北门
电话：(010) 6431 8452
电邮：qf@hokschools.com
朝阳校区：
地址：北京市朝阳区朝阳公园西路15号维多利亚花园
电话：(010) 6538 2624
电邮：vg@hokschools.com

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使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：北京市朝阳区八里庄北里221号楼
电话：(010) 8591 8288
网址：www.jdmontessori.com

金翼德懿幼儿园

Eduwings kindergarten

金翼德懿是为母语为德语、英文或中文的孩子而设的德国国际学校；其课程以德国教育大纲为基础设立，招收1-6岁幼儿。目前金翼德懿设有顺义及海淀两个校区。为孩子们营造了一个自然的，赋予灵感的以及创造性的教育环境，这里的老师能够讲德语，英语及中文，这三种语言贯穿主题教学内容中。所有毕业于金翼德懿的幼儿都能以优异的成就从容步入国际学校、国内名校或德国使馆学校。

顺义校区：
地址：北京市顺义区天竺镇丽苑街6号美林别墅#52
电话：(010) 6450 8384
电邮：eduwings@126.com
海淀校区：
地址：北京市海淀区万柳中路光大西园#6
电话：(010) 8257 0436
电邮：eduwingshaidian@126.com
网址：www.eduwingskids.com



卡尔·安娜国际儿童会馆

(幼儿园、早教中心)

Karl&Anna Kids

(kindergarten&early childhood education)

德国福沃德整体艺术教育、中国主题教育和蒙台梭利的教育理念与实践，在卡尔·安娜国际幼儿园和早教中心完美结合。在培养孩子自立能力、自主学习能力和情商发展的基础上，幼儿园精心设计了音乐、舞蹈、创意、厨艺、科学实验、感统运动、武术、轮滑等多项专业课程，旨在全面提高孩子的艺术修养与艺术创造能力，让他们在一个美丽自然和国际化的环境中幸福成长。为每个孩子创建成长档案，同时针对每个孩子的测评结果为家庭进行一对一的专家指导。幼儿园有两个优美、绿色的校园，一个在观唐别墅区，一个在北辰绿色中央公园内。

观唐校区：
地址：北京市朝阳区观唐东路5号浩华宫2号院

电话：(010) 6251 3042/8250 4010
北辰校区：
地址：北京市朝阳区北苑北辰绿色中央公园内
电话：(010) 8490 6772/8490 7448
网址：www.kakids.org

明悦教育

Aurora Academy International

明悦教育，坐落于顺义区后沙峪，学校致力于将孩子培养成“有国际视野的中国人”。回归生命，回归生活，回归生态-“三生教育”是明悦核心理念。日常教学围绕明悦7大课程体系，主题式教育和实践性学习方法贯穿整个学习过程。教学中力求少、慢、拙、难，设立家长学校，亲子课堂，强调家长学习成长对孩子未来发展的影响，关注孩子感觉、运动、语言、情感的发展，真正做到中国传统文化和西方现代科学的均衡教育。

地址：顺义区后沙峪双裕北街华冠生态园东门
电话：010-61468901/03 18500974470
微信公号：明悦教育
邮箱：steve_mingyue@163.com

培德书院

Peide school

坐落在北京顺义区罗马湖畔的培德书院，是一所以中国文化主体为底蕴，引领孩子探索自我本质与实践迎向世界的现代书院式国际双语学校。空间包含幼儿园、书院课程计划（小学阶段私塾）、工坊、文创、书店、教育馆、画廊、节气厨房等文化教育场域。根深中国、盛开国际，以台湾道禾学校二十年成功实践经验，结合国学与国际全语言环境课程模式，由教学经验二十五年留美第二语言课程与教学叶世芬博士领导中外籍专任教师协同教学。

地址：北京市顺义区后沙峪罗马湖中路甲1号·罗马湖畔
电话：(010) 8047 6088
微博：@培德书院
公众微信号：培德书院

青苗国际双语学校

Beanstalk International Bilingual School (BIBS)

二十多年致力于高端教育品牌，国际双语教育的领航者，提供幼儿园-12年级一贯制教育，自1993年于北京成立以来，青苗坚持真正的中西合璧，始终践行国际化全球教育。二十多年来，学校一直秉持实践着青苗的办学宗旨——“结合东西方教育精华，实现中英双语母语化，培养真正的国际化人才，青苗为学生提供权威的、完善、均衡有益的国际课程，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。

青苗国际双语学校（学前班-12年级）
阳光上东校区（学前班-6年级）：
地址：北京市朝阳区东四环北路6号
电话：(010) 5130 7951
电邮：ues@bibs.com.cn
顺义校区（学前班-12年级）：
地址：北京市顺义区天竺镇丽苑街15号
电话：(010) 6456 0618
电邮：shunyi@bibs.com.cn
幼儿园
青苗国际幼儿园蓝港园：
地址：即将开园
电话：(010) 5960 3997 分机 811
电邮：solana@bibs.com.cn
青苗国际幼儿园万达园：

地址：北京市朝阳区建国路93号万达广场7号楼3层
电话：(010) 5960 3887 / 5960 3997
电邮：wanda@bibs.com.cn
青苗幼儿园常青藤园：
地址：北京市朝阳区东坝南一街4号
电话：(010) 8537 9659
电邮：changqingting@bibs.com.cn
青苗国际幼儿园望湖园：
地址：北京市朝阳区望京北路51号
电话：(010) 6478 4166
电邮：wanghu@bibs.com.cn
青苗国际幼儿园仰山园：
地址：北京市朝阳区安立路30号仰山公园东11门7号楼
电话：(010) 6430 4594/6430 4493
电邮：yangshan@bibs.com.cn

启明星双语学校

Daystar Academy

启明星双语学校是一所为幼儿园至小学6年级学生提供中、英文双语平衡教育的非营利性学校，在这里学生们每天利用半天时间在浸入式语言环境中学习中文和英文课程。学校的发展宗旨是培养双语和学业卓越、具有创造性思维及高贵品格的世界公民。

地址：北京市朝阳区顺白路2号
电话：(010) 5603 9446
(010) 6433 7366 转分机 8009
邮件：admissions@daystarchina.cn
网址：www.daystarchina.cn

清华大学附属中学国际部

Tsinghua International School (THIS)

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，致力于为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”的理念；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，从而成为积极自主的学习者。学校依托于清华大学的丰富教学资源，聘请高水平外教，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：北京市海淀区中关村北大街清华大学西北侧清
电话：(010) 6279 7000/ (010) 6277 1477
网址：www.this.edu.cn
电邮：this@mail.tsinghua.edu.cn

Kids 'R' Kids国际幼儿园

Kids 'R' Kids Learning Academy

Kids 'R' Kids创建于1961年美国，作为美国最早幼教连锁品牌，一直致力于提供高品质的幼儿教育。我们始终坚信“先拥抱孩子，再教授知识”。将于2015年秋季正式开园Kids 'R' Kids国际幼儿园朝阳公园校区，毗邻朝阳公园和蓝色港湾商业区。Kids 'R' Kids专注于为0至6岁的孩子提供纯正的美国幼儿教育，班级设置以半岁为基准划分，课程的教授完全符合不同年龄段孩子成长和发展的需要。全园将实行与美国Kids 'R' Kids同步的全英文授课，真正实现让孩子在浸入式的英语环境中学习和成长。Kids 'R' Kids是美国第一家获得AdvancED认证的幼儿教育机构，全套课程体系由美国幼儿教育专家编写并不断更新。以最新认知神经学研究成果为基础的Brain Waves TMI课程作为核心课程的理论

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



北京港澳国际医疗诊所 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
电邮: service@hkclinic.com
网址: www.hkclinic.com

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

和睦家复兴门诊所

地址: 西城区太平桥大街109号
电话: 4008-919191

和睦家顺义诊所

北京市顺义区天竺开发区荣祥广场806号 101312
电话: 400 891 9191

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牌, 专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

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
电邮: vista@vista-china.net
网址: www.vista-china.net

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, 为宾客提供多语种个性化医疗服务。
地址: 朝阳区西大望路24号
电话: 8776 9899
网址: www.globalcarecn.com

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

牙医诊所 Dentists

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
电邮: marketing@imcclinics.com

瑞尔齿科

Arrair 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

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

购物 Retail



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.北京中塔大中电器店; 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

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层家电区 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层家电区
Email: info@iqair-china.com
网址: www.iqair-china.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

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, 过滤有效率达99.99%以上, 高效去除PM2.5, 灰尘、花粉、致过敏物、治哮喘物、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

家庭摄影 Photography Studios & Services

美国大卫儿童摄影

Dave PIXSTUDIO

电话: 010-65001663
网址: www.pixstudio.com.cn

More x Joli 影像工作室

无杂质摄影, 记录孩子的纯粹。
微信: MoreJoli
电邮: more_joli@163.com
电话: 186 0002 7765

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

默雪映像

Moxue Zhang Photography

网址: www.moxuezhang.com
微信公众号: [moxuezhang_photography](https://www.moxuezhang.com)
电话: 15600566329

美国乐童万色儿童影像机构

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

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

迎来与送往

Picking Up the Parents



赵丽彦

笔名阿朵，海外文轩作家协会成员，文章入选各报刊书籍。目前就职于美国硅谷，养育着四个孩子。

今年春假，我们一家人去芝加哥探望在那儿工作的大儿子。

航班到芝加哥将是清晨6点多。临行几天前，大儿子说会来机场接我们。必须地，我心想。当初我在北京上大学时，家里来人，不管多早多冷，我都会爬起来赶早班车去北京站接，接的是人，送的可是情啊，在我心中，这是理所当然的事。

半夜在旧金山候机时，收到儿子的信息：航班会按时起飞吗？我一算时差，天啊，芝加哥那边已经凌晨两点多了，他竟然还没睡觉？！儿子说工作刚忙完。我有点儿心疼，他睡不了多一会儿，就又要爬起来接机，这也太折腾了。心一软，当即告诉儿子：我们租车，有GPS，直接开过去，就不用来机场了，好好休息吧。儿子答应了。

清晨飞机落地芝加哥，取了车开始上路，想给儿子打电话，可又止住了，还是让他多睡一会儿吧。到了儿子住处附近，一边发信息告诉我们到了，一边找停车位。但转了几个来回，竟然找不到停车的地方！

我心里开始起急，希望儿子下楼来当向导。可是，他只发来两个停车场地址，一直也没出现。好不容易停好车，顶着冷风，拖着行李，来到儿子的楼下，正碰上他从电梯里匆匆走出来。我很窝火，心想：都不让你去机场接了，难道就不能下楼来帮帮忙吗？第一次来看儿子，就受到这样的待遇，我心里很不高兴，可是又不想见面就冲突，就硬忍住了。

那几天在芝加哥一家人玩的不错，转眼就到了分别的时间。返航是凌晨6点，凌晨不到3点，我们就晕晕乎乎拎着行李下楼了。本以为儿子会把我们送出大门，目送离开挥手再见。然而，他只是送到电梯口，连电梯都没上，摆手再见就回去接着睡觉了。

我心里又是一阵难受，感觉来的时候没得到应有的欢迎，走的时候，也没得到应有的送别。

回到家我还在琢磨。虽然他是我的儿子，可 he 已经是成年人了，说教是行不通的。在美国这么多年，亲属来的不多，接送很少，我们在礼节上也没教导过什么，这一次他要来机场又被我们挡住了，怨谁呢？

可是，我也不想就这么淡化处理了。心里的想法不说出来，今后遇到类似情况，我会一次又一次地感到难过。有冲突，回避不是办法。于是，回来一周后，我给他写了一封信：

“亲爱的卡尔，

芝加哥之行令人难以忘怀！你带着我们去了很多好玩儿的地方，品尝了很多美食。最重要的是，我们参观了你的工作地方，见到了你的导师。一家人在一起真是其乐融融。看到充满活力和阳光的你，在芝加哥生活得健康愉快，有什么能比这更让人欣慰呢？谢谢你所有的安排！

高兴之余，我心里还是有些黯然和伤感，也想和你分享一下。你是我最

最爱的儿子，我愿意和你交流，也相信敞开心扉有利于我们互相理解。

临行之前，当你说要来机场接我们的时候，我别提有多高兴了，可是得知你凌晨还在工作，很心疼，就没让你来。后来在你的住处附近找不到停车位，真的希望你能出来帮忙，可是一直没有见到你，那时候，我心里很难受，很沮丧。

离开的时候同样的感觉又爬上心头。我知道，你很累，你很困。我们也是啊！我们的行李不少，有两个还是你的箱子，你就不能陪我们上电梯下楼，在等爸爸把车开过来的时候说说话，和我们道别吗？

回到加州，我们都很累，妈妈下午还组织了一个活动。到了晚上我两个眼皮直打架，真想一头倒下就睡。可是爸爸马上要出差回中国。我告诉自己，要关心你爱的人，就坚持撑到10点，看到司机来接爸爸，我帮助爸爸把行李拿到车上祝他有一个安全、愉快的旅行。也许爸爸不需要我这样做，但我希望他能带着家人的温暖上路，这是我应该做的啊。

以后，我们之间的迎来送往还会很多。将来你会有自己的家庭和孩子，我也会无数次地探望你们。我想告诉你，我是多么的爱你，你在我心目中的地位是独一无二的，即使有烦恼也想和你讲，不想积累成心病！

也许你觉得妈妈很挑剔，可是这就是真实的妈妈，不会自己捂着不说，你觉得呢？

爱你的妈妈。”

信寄出之后，我有点忐忑，不知道曾经是辩论比赛选手的大儿子，会怎么想，怎么回应。

几天之后，儿子的回信来了：

“妈妈，

谢谢你把心底的感受说出来让我知道。你是对的，我应该在迎来送往这方面多改善。这次对你们做的不太周到，我想说，对不起，妈妈！

我的作息习惯是晚睡晚起，如果起得太早的话人总是不在状态。但这不能成为借口，只是一个解释，下次，我一定会做得更好的。

爱你的儿子。”

手捧回信，我心里的疙瘩解开了。都说孩子要教养，沟通也是一个教养的方式。

杂志免费取阅点

《菁 kids》杂志 全年12期，若您希望杂志派送上门，请联系：distribution@truerun.com，电话：5941 5387

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。每期刊物有**20,000**份免费发行到学校、课外班机构、高端住宅区、医院诊所、餐厅咖啡厅、零售等读者经常出入的场所，在此选登部分地址方便读者免费取阅。

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号琨莎中心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
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
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
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	朝阳区工体北路(兆龙饭店对面)
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
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	朝阳区团结湖北路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	朝阳区工体北路世茂百货商场三层
本垒美式烤肉	朝阳区工体北路4号机电研究所院内(近中国银行)
三里屯幼儿园	朝阳区朝阳门外大街吉庆里3号
北京大董烤鸭店	朝阳区团结湖北口3号楼
婕妮璐	朝阳区新东路10号逸盛阁B座108号(近佳美口腔医院)
蓝蛙(三里屯)	朝阳区三里屯路三里屯Village
摩卡站	朝阳区三里屯路81号那里花园1层

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
奥兰希公司	朝阳区建国路乙118号3层B008/A056
北京德福双语幼儿园	朝阳区东三环南路大路口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	朝阳区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
瑞尔齿科	朝阳区建国门外大街19号国际大厦A座208
瑞尔齿科	朝阳区建国路乙118号京汇大厦201
瑞尔齿科	朝阳区建国路华贸中心公寓16号楼101
瑞尔齿科	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
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
佑圣宝贝	朝阳区东三环富力大厦3009室
婕妮璐超市-新城国际店	朝阳区朝外大街6号新城国际17号楼
金宝贝俱乐部(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(日坛公园南门往东)
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Soho 4号楼2层
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2座2层
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
一休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	朝阳区朝阳门外大街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	朝阳区东大桥路8号SOHO商都北塔2层2211商铺
A派国际双语幼儿园	朝阳区百子湾南二路78号院5号楼
中国大饭店	朝阳区国贸写字楼1座B2层
蓝桥博育国际教育CBD校区	朝阳区朝外SOHO， A座753号
易思凯斯咖啡 世贸天阶店	朝阳区光华路9号时尚大厦1层L121
苹果幼儿园	朝阳区百子湾南二路
蓝色牙买加咖啡馆-新城国际	朝阳区朝外大街新城国际公寓16号楼107商铺
艾毅国际幼儿园	朝阳区新城国际公寓24号楼
伊莱学校	朝阳区东大桥路8号SOHO尚都北塔B座1011室
嘉悦芭蕾	朝阳区光华路22号光华路SOHO5层527,528
融尚私塾	朝阳区东三环北路2号南银大厦1215室
嘉里中心大酒店儿童探险乐园	朝阳区光华路1号嘉里中心大酒店二层
北京乐成国际学校幼儿园	朝阳区双井东柏街11号
爱康君安健辽国际	朝阳区建国门外大街乙12号LG双子座2层
国贸世纪公寓	朝阳区广渠门外大街18号
北京紫檀万豪行政公寓	朝阳区建国路23号
漫咖啡	朝阳区百子湾西里103号楼110室
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
涅瓦文化艺术中心	朝阳区百子湾东里沿海赛洛城222-6
北京乐成国际学校幼儿园	朝阳区双井东柏街11号
长城脚下的公社	朝阳区朝外大街乙6号朝外SOHO A座11层SOHO中国
喜悦泰国餐厅远洋光华国际店	朝阳区金桐西路10号远洋光华国际AB座一层
创艺宝贝	朝阳区双花园南里三区 and 生国际家园10号楼102号
创艺宝贝	朝阳区西大望路甲20号院复地首府公寓首层商业D2-103
英孚教育	朝阳区西大望路1号温特莱A-7层
邦尼国际幼儿园	朝阳区金汇路九号中骏世界城D座3层301A
远辉国际商务中心	朝阳区建国路118号招商局大厦18层

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	朝阳区蓝色港湾二层
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世纪饭店二层
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	朝阳区东三环北路东方路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	朝阳区亮马桥路50号
北京番茄苗美术中心	朝阳区蓝色港湾儿童城1层
菲茨有机美丽中心	朝阳区亮马桥路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	朝阳区霄云里6号城宝饭店一楼
金宝贝	朝阳区朝阳公园路6号院5号楼1层L-BL2-19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
绿叶子食品店（公园大道）	朝阳区朝阳公园南路6号公园大道商业中心11号楼
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
北京国际艺术与科学学校	朝阳公园西路麦子店正街53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
北京喜来登长城饭店	朝阳区东三环北路10号

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	朝阳区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	朝阳区将台路丽都饭店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
婕妮璐超市-观湖店	朝阳区姚家园路105号观湖国际
绿叶子-丽都店	朝阳区东四环阳光上东丽都水岸会所底商
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）	朝阳区将台路西路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	朝阳区芳园西路西得公园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	朝阳区颐堤港商场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	朝阳区东四环北路6号阳光上东26号楼7单元0102底商
国际宝贝	朝阳区将台路2号和乔丽晶B座底商

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
明德医疗	朝阳区酒仙桥北路9号 C1
北京东隅酒店	朝阳区酒仙桥路22号
丽都水岸	朝阳区芳园南里9号院
蓝蛙	朝阳区酒仙桥18号颐堤港1层167号
北京和睦家医院	朝阳区将台路2号
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
北京金诺酒店	朝阳区将台路甲2号

朝阳其它地区

汇佳幼儿园三元桥园	朝阳区静安东里6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
青苗双语学校	朝阳区东四环北路6号阳光上东二区
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）
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	朝阳区太阳宫半岛国际公寓11号楼1单元1502室
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
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
爱康国宾	朝阳区南十里居28号东润枫景
北京上东盛贸饭店	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
北京辉盛庭国际公寓	朝阳区东四环中路远洋国际中心B座
北京华伦家居	朝阳区高碑店民俗文化街西侧
皮卡少儿中英文图书馆	朝阳区三元桥凤凰城商街10#F305
创意宝贝	朝阳区青年路朝阳大悦城十层D03
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
北京丽娟实验艺术教育机构	朝阳区育惠里一区4号楼7层
北大公学国际双语幼儿园	朝阳区新北路9号
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
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
北京美华妇儿医院	朝阳区安苑路18号
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
汇佳幼儿园（国展园）	朝阳区西坝河东里103号
纽约客美式餐厅	朝阳区湖景东路11号新奥购物中心H11楼
北京美中宜和亚运村院区	朝阳区北苑路安慧北里逸园5号楼（阳光新干线北门）

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

闲散光影咖啡馆	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	东城区东中街29号东环广场B座一层
别墅西餐厅	东城区日坛路1号日坛宾馆
北京二中国际部	东城区内务部街15号

望京区

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	朝阳区望京后阳路2号
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
北京市世青中学	朝阳区花家地北里18号（94中学内）
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
创意宝贝	朝阳区望京园三区华鼎世家306楼首层
新天地国际动物医院	朝阳区望京阜通西大街融科橄榄城商街13-16
新城文化中心	朝阳区望京利泽西二路112号楼2层
卓美儿童戏剧学院	朝阳区望京广顺南大街望京园悠乐汇A座卓美剧场5层
喜悦泰国餐厅（望京店）	朝阳区望京街利星广场（奔驰展厅）A座裙楼2层
北京新世纪妇儿医院二层	朝阳区望京北路51号院
成安教育	朝阳区阜通东大街6号方恒国际中心B座1508
腾诺咨询	朝阳区望京SOHO塔1C座0603

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
沐奇亲子游泳	顺义临空皇冠假日酒店西翼一层
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	顺义区首都机场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
香江花园香村俱乐部	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	顺义区裕祥路日祥广场旁边
格林塔儿童用品商店	顺义区天竺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
青苗国际双语子校	顺义区天竺开发区丽苑街15号
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	顺义区西白辛庄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	顺义区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	顺义区天竺镇花梨坎村荣祥广场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
睿德国际幼儿园	顺义区后沙峪镇空港街道名都园8208室
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
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
方派披萨	朝阳区香江北路6号观塘广场（近中石化加油站）
绿叶子（顺义店）	朝阳区香江北路1号香江乡村俱乐部一展
北京七彩摇篮儿童服饰店	顺义区日祥广场703
好思之家幼儿园	顺义区泉发花园北门
明悦教育	顺义区后沙峪双裕北街华冠生态园东门旁

海淀区

汇佳幼儿园万泉园	海淀区巴沟南路35号小区万泉新家园
汇佳幼儿园世纪园	海淀区昆明湖南路62号世纪城远大园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）
皮卡万柳馆	海淀区万柳中路碧水云天1号楼底商203室
Muffy's 博识梦飞幼儿园	海淀区香山清琴别墅儿童会所
皮卡西山馆	海淀区肖家河西山庭院会所
Muffy's 博识梦飞幼儿园	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
悦宝早教	海淀区北三环西路大钟寺中坤广场E座3层305A/305B
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
悦宝早教	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	海淀区西直门北大街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（新中关村店）	海淀区新中关村大街19号新中关村大厦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
能动英语屋	海淀区大钟寺中坤广场C座5层
上频教育	海淀区知春路盈都大厦C座D109



STNTUS
鲜途·欧洲真空保鲜专家

VACUUM STORAGE
PRESERVE MOM'S LOVE
FOR EVER

真空保鲜，让妈妈的爱永远留存

efsa
European Food Safety Authority

FDA

欧洲原装进口 保鲜延长3-5倍 不含双酚A 无异味不残留

通过欧盟食品安全局EFSA认证 100%密闭真空环境，不氧化变质 Tritan材质，欧美婴儿奶瓶专用 不会出现色渍附着，持久使用

4008 848 968
www.stntus.com



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



鼎石“中国情怀”闪亮哈佛

5月3日，北京市鼎石学校校长闵茂康受邀出席哈佛大学中国教育论坛年会并发表演讲。他阐述了鼎石建设“世界学校”、“为世界学习”的理想，也介绍了鼎石将“中国”元素融入课程设置、在国际视野下培养学生“中国情怀”的独特之处。



儿童失踪预警APP上线

5月25日国际儿童失踪日，中社社会工作发展基金会儿童安全科技基金成立，在人民大会堂召开新闻发布会，同时启动了中国儿童失踪预警平台，儿童失踪预警APP上线。下载这个APP，在儿童走失发生时可以一键报警，通过群众互助加警方联动的方式，尽可能迅速地帮助家长找回孩子，降低孩子发生意外的概率。

娃娃的新家音乐会为社区家庭与音乐殿堂搭建桥梁

5月下旬，娃娃的新家系列活动之娃娃的新家音乐会在京西学校举办首次演出。“娃娃的新家音乐会”由娃娃的新家工作室与旅美钢琴家苏迈联合发起，为热爱艺术的社区家庭提供开放的展示空间和舞台。中央音乐学院附中钢琴专业的学生们与来自顺义国际学校、德威国际学校、英国国际学校、海嘉国际双语学校、北京鼎石学校、蒙台梭利国际学校等的学生们联合登台表演。



美国教育者学中文

5月29日，美国举行的国际教育工作者协会的年度会议上，中国学生的姓名成了热点。会议组织者Jennifer Vos通过Fordham University对中国学生的调查发现，75%的被调查者使用的是英文名，因为不相信不会讲中文的外国老师会正确念对自己的名字。为了给予逐年增加的中国学生们的背景和传统更多的尊重，Vos倡导国际教育工作者们学习汉语发音。她在本校和其他地方举办汉语发音入门课程，并在大会上带领满屋的与会者学习发音。



悉尼交响乐团访问青苗

5月19日，在国家大剧院五月音乐节的支持下，悉尼交响乐团弦乐四重奏演奏家们来到青苗顺义校区，为师生家长们演奏了一场室内音乐会，随后进行的现场互动中孩子们纷纷提问并与演奏家们进行交流。最后，音乐家们与青苗学子现场即兴演绎了Ben E. King的经典曲目《Stand By Me》。

2015香蕉慈善艺术展收官

5月16日、17日，香蕉慈善艺术展在北京乐成国际学校幼儿园四层社区中心举办。艺术展筹备小组由BCIS 11年级学生组成，共从北京多家国际学校收集，展出作品百件以上。学生们共同努力为中国扶贫基金会筹得善款超过15000元，并将全部捐给善行一百爱心包裹与尼泊尔慈爱基金会。



中国学生曝替考丑闻，被美国起诉

5月8日公布的一份联邦起诉书显示，15名中国公民被控在美国大学入学考试体系中作弊。其作弊计划中涉及假造护照和代人替考。宾夕法尼亚州西区联邦检察官5月21日提出35项指控，涉案的某些人员被控花钱雇佣他人在SAT（Scholastic Assessment Test）、“托福”（Test of English as a Foreign Language，简称Toefl）等大学入学考试中替考，希望通过这些成绩取得美国大学的入学资格。近年来，对于有关作弊嫌疑的审查和惩罚越来越严格。去年秋季，几千名中国、韩国学生的SAT考试成绩暂缓公布。

首届北京众国际学校击剑邀请赛

5月31日，首届北京众国际学校击剑邀请赛在天星调良国际马术俱乐部举行。选手们为在北京“众”俱乐部接受击剑训练的学员，来自京城各国际学校。此赛按照国际赛事规则，整场长达5小时，相比专业赛场的激烈争夺，此次邀请赛照顾到小选手的不同水平，提供充分机会让他们体验击剑运动的乐趣，同时也经受体育竞赛的考验。很多学员家长到场助威，现场气氛热烈温馨。



北京王府学校2015届高中毕业典礼

5月28日，北京王府学校举行了2015届高中毕业典礼，来自联合国教科文组织、美国北卡全球课堂联盟、中国与全球化智库、中共中央党校、国家外国专家局等国内外有关部门的领导专家，以及美国圣母大学、加利福尼亚大学伯克利分校、塔夫茨大学等多所名校的招生官出席。校长发言表达了对学子们的祝福与期许，并为每一位毕业生拨穗正冠、颁发毕业证书。同时学生们也回送礼物，感谢知遇和培育之恩。



Yujin G6



Alice G6

来自君诚国际双语学校的 艺术作品

Students' Artwork from Spring Board International Bilingual School



Yoyo K2



Lily G1



Jeffery G6



Roy G7



Molynn, KG



Anna KG



Emma KG



Emma G2



Celine G1

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

BCIS 2015毕业典礼

5月30日，BCIS 2015毕业典礼在学校剧院隆重举办。管弦乐团开场，27位毕业生在家长，教师的见证下依次登台，郑重接下毕业证书。接着毕业生代表发言，并再一次在舞台上展现了他们的音乐天赋。此外，学校校长、教师以及嘉宾致辞，也祝福他们能够在新的求学征程上一帆风顺。



3e国际学校十周年庆典

5月30日，3e 国际学校举行了建校十周年庆典。在校学生、家长、往届毕业生以及各届校友等600余人纷纷前来参加，共庆母校十周年纪念。





汇佳幼儿园儿童团体操表演

5月16日、17日，正值汇佳幼儿园16岁生日之际，汇佳幼儿园“爱运动，爱汇佳，我健康，我快乐”大型儿童团体操表演正式举行。本次活动以体育为契机，将体育与多种文化元素相结合，希望孩子们通过团体运动用更加开阔的视野认知、尊重和理解不同文化。



好思之家父子日

5月9日，好思之家分别在朝阳公园校区和顺义泉发校区举办了父子日活动。当天，平日繁忙的爸爸们亲自来到校园与孩子们共同体验校园生活，精彩的节目表演，激烈的父子足球队对阵，温馨的母亲节贺卡制作场面，让校园里充满了父子之间的情感！



半圆半滑的智慧

Everyday Diplomacy



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。

当了全职主妇以后，我常常午夜梦回，冷汗涔涔地自省，为什么我会屡次在职场上遭遇滑铁卢，最后不得不荣归家庭，从职场上半路退休？直到我看到一句话：“表现最差的员工常常是那些在工作当中最投入的人”，英国金融时报专栏作家露西·凯拉韦写道，在文章《混日子员工欢乐多》中，她引用了一份研究报告，得出了上述结论。理由其实很简单：抱负高的员工，更容易愤世嫉俗，更倾向于一有机会就走人。

犹如醍醐灌顶，我瞬间明白了自己为什么丢盔弃甲地逃回家，以及周围太多认真工作，甚至业务拔尖的人不得志的原因。认真投入的人通常志向远大，难免对老板恨铁不成钢，总想把老板拔成将军，还欲把老板逼成圣人，最好还与尧舜一般伟大，否则就觉得自己遇人不淑、明珠暗投。问题是，老板也是爹妈生的，进化能力有限，职位比你高，不代表他就有机会变身超人甚至上帝。所以你志在鸿鹄，不见得老板就必须陪你一起飞上青云；你加班加点，老板一样有权利迟到早退，如果你为此气愤不已，眼睛里都要飞出毒箭来，甚至为老板不求上进，不与大佬搞好关系而着急上火，那你就是侵犯了老板的人权与发展权，性质与逼良为娼一样恶劣。

可惜年轻的时候不明白老板也是人，对老板的要求比配偶还高，喜欢越俎代庖，事事感同身受。刚工作时，我曾陪同老板拜见客户。老板精明能干，偏偏那日豪华的套裙下，露出一截秋裤，又无法提个醒，整个过程中，我如坐针毡。我俩不久便分道扬镳。如今我才晓得，其实老板穿秋裤还是穿连裤袜不重要，只要她肯为你升职加薪，哪怕她是睡衣党也得死忠到底。否则你把老板当成假想敌，老板自然把你看作眼中钉，一拍两散，简直是瓜熟蒂落，比经产妇顺产生娃还快，届时你再能干，做了再多功夫也是白搭。

如果我还能重出江湖，再度到职场修炼成仙，事实上，娃大了以后，全职妈妈们常常会这样盘算，我发誓要做一个混日子的员工，一定要对老板好一点。老板不是天敌，老板只是那个天塌下来先砸他的人，据说百分之八十的老板都患有胃炎、神经紧张、失眠、压抑、焦虑，他们可能拿的薪水是你的几何倍数，但是罪不至死，性价比也未必有你高。特别是在一个只问出身的年代，倘若老板不能成为英雄，你真的不必太在意。身为一个混日子员工，你一定要把自己的欢乐与老板的成长划清界限，然后多一点点同情心。倘若一个人，能对上

司不要求，对下属不苛求，不着急成功，幸福感就会比较强，自然人见人爱。

何况混日子员工不仅欢乐多，实惠也多。那些才高八斗、心高气傲的人从来不会久留，他们走一个就挪出了一个坑，只要有足够的耐心，不用争不用抢，总有一天会熬成元老。只要想想猪八戒，混吃混喝，不求无功，但求无过，但是最后还能和立下汗马功劳的孙悟空一道成佛，就知道什么叫做富贵在天。

混日子员工当然也有段数高下之分，混得好的人才有资格笑傲江湖。先锋模范如韦小宝，那才叫混到极致：跟皇上都做了好朋友，黑白通吃，妻妾成群，要风有风，要雨得雨，总能踩到狗屎运。而现实生活中，大多数人都只能摸着石头往前混。我的一位外企女友，深谙混日子的妙用，从不对工作以身相许，更不会搏命打拼。女友总结出混日子的成功秘诀，那就是“半圆半滑地生存”，什么人手下可以混，什么时候能混，混到什么程度都有精准的把握。结果她先是混到了三朝元老，而后混成了行业大拿，从不主动得罪人，也不会轻易被算计，顺利避过了各种公司政治风暴，比历任老板做得都长久。

要想真心实意混日子，一定要明白一个真理，总有一天，你和老板、同事都得排队上天堂或者下地狱，谁也不比谁更崇高，不必为工作上下其手，争权斗狠，大家都是谋生而已。

只是，认真容易混难，每个在工作中太过认真的员工，脑后都有一根反骨，好比天生的反贼，一生中至少要上过一次梁山，一定要拼尽前程，元气大伤后，才懂得放过老板、放过自己。好在亡羊补牢，混日子从不嫌晚。有过全职主妇的经历，伺候过家中大小老板，经历过各种社会歧视，恍若做过了换心手术，早就明白了人生的真谛，不过是装糊涂，朝混混，夕死可矣。

原载于《中国新闻周刊》

菁kids官方网站

www.jingkids.com

为都市家庭提供最详实
国际教育咨询的首选中文平台



关注我们

微博：@菁kids杂志-北京

微信：菁kids、菁kids上海

杂志订阅

联系电话：(010) 5941 5559

邮箱：distribution@truerun.com



如果

有这样一所学校，
能在您孩子成长的关键时期，
发掘、保护、培养他 / 她
独一无二的内在才能，
并使之得到
充分展现……

KEYSTONE ACADEMY
北京市鼎石学校

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