



## 低龄留学之路怎么走?

Living and Learning in Foreign Schools



封面故事

# 寄宿教育新热潮

Boarding School Expand to China



# 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

微信: 菁kids上海





Shanghai American School  
An International Community

**小学校园  
开放日**

11月10日（浦东校区）

11月12日（浦西校区）

预约报名请扫二维码  
或致电招生部

**上海美国学校**  
**培养终生学习的热情**

作为上海学生人数最多、历史最悠久的国际学校，上海美国学校至今已为幼儿园至12年级的学生开设各类课程，其中IB与AP课程超过了20多种。在上海美国学校，我们相信语言不应该成为学生学习的障碍。本着这样的理念，针对英语非母语的学生，我们开设了英语强化课程（Intensive English as an Additional Language），让学生更有效地掌握英语知识。

[www.saschina.org/admission](http://www.saschina.org/admission) +86 21 6221 1445 ext. 2152



# 目录 CONTENTS

2015 十一月刊

## 07 卷首语

Editor's Note



28

## 社区报道

### 08 活动备忘录

Events

### 58 简报

The Circuit

62

## 发行点

Distribution



26

16

## 寄宿教育 新热潮

Boarding School Expand to China

### 18 低龄留学之路怎么走？

Living and Learning in Foreign Schools

### 20 Global Citizen 需要哪些技能？ 现在招生官都看什么？

What does it Take to Become a Global Citizen?

### 22 择校从自我认知开始

Finding Out about Yourself When You're Searching for a School

### 24 放松和自信才容易融入异国文化

How to Integrate into Foreign Cultures



40

### 26 瑞士寄宿学校到底 “贵”在哪里？

Why do Swiss Boarding Schools Cost More ?

### 28 在瑞士读寄宿高中

Boarding in Switzerland



# 48

分类信息  
Directory



# 12

## 教育

### 为师之道

Featured Educator

### 30 寄宿教育之关键：为学生提供“支持”

Help and Support for Students in Boarding School

### 未来艺术家

Blank Canvas

### 46 来自上海协和国际学校学生的艺术作品

Artworks from Students of the Concordia International School of Shanghai



# 13

## 美食娱乐

### 摄影师专栏

Family Photography

### 12 如何拍摄儿童夜景照？

How to Take Better Photos of Your Kids at Night

### 13 宝贝照片

Baby Photos

### 出去玩

Going out

### 36 带你玩转万圣节

Crazy Halloween

### 看世界

Family Travel

### 40 冰岛：海洋明珠游走记

On the Road in Iceland

## 为人父母

### 14 说说瑞典奶爸

Being a Daddy in Sweden

### 45 家有俩宝

At Home with My Two Sons



### 64 童话的小辫子

A Fulltime Housewife Hits Her Mid-Life Crisis



本期封面模特哥哥袁士凯 (Hugo Noublanche Y7) 和妹妹袁艺文 (Chloe Noublanche Y5) 都是来自上海英国学校浦西校区 (BISS PUXI) 的学生，这对中法混血的孩子精通中、英、法三国语言。哥哥Hugo是个安静的理科男，数学成绩超群，且酷爱运动，爱足球也爱陪妈妈跑步；妹妹Chloe是个活泼的小精灵，热爱唱歌，舞蹈，钢琴。

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: October 27 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10月27日

Adviser 顾问 彭珮云 PENG PEIYUN  
全国人大常委会前副委员长

Adviser 顾问 顾秀莲 GU XIULIAN

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  
Editor in Shanghai Xiaohui Chen  
Office Executive in Shanghai Echo Li  
Managing Editor Abby Wang  
Deputy Managing Editor Ines Yang  
Contributing Writers Daodao, Tao Tai, Gao Qing, Gui Gui, Cao Qi Hua, Gao Mei  
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 PRINTING (SHANGHAI) CO., LTD.  
上海利丰雅高有限公司

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**





抢订中

菁kids上海可以订阅啦!

国际教育、家庭生活、都市资讯……  
每年只需**240元**，快递到家，方便贴心



菁kids杂志

咨询热线 5941 5559 (工作日10点至18点)

或发邮件至 [distribution@truerun.com](mailto:distribution@truerun.com)

领取订阅表格



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**

魏思得 Michael Wester

**Owner & Co-Founder 联合创始人**

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

**Editor in Shanghai 上海版编辑**

陈晓辉 Xiaohui Chen

**Office Executive in Shanghai 上海办公室主任**

厉校麟 Echo Li

**Managing Editor 主编**

王蕾 Abby Wang

**Deputy Managing Editor 副主编**

杨姣 Ines Yang

**Contributors 撰稿人**

道道、陶太、高晴、桂桂、曹绮琳、高梅

**Art Director 艺术总监**

罗肃 Susu Luo

**Production Manager 制作部经理**

郭挺 Joey Guo

**Photographers 摄影师**

隋思聪 Sui

**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,  
张莎莎 Sasha Zhang, 刘潜 Winter Liu, 徐佳 Emma Xu, 唐奥 Tang Ao,  
吴瑾 Veronica Wu

**Marketing & Distribution 市场发行部**

罗永宝 Tobal Loyola, 杨莎莎 Lareina Yang, 王宁 Tina Wang

**IT 技术支持**

严文 Yan Wen, 艾尔威 Arvi Lefvere

**Finance 财务部**

赵蕊 Judy Zhao, 崔璇 Vicky Cui

**HR & Admin 人事部**

苏梦 Laura Su, 曹箐 Cao Zheng, 赵凤娟 Zhao Fengjuan, 王琪 Teresa Wang,  
宋琳琨 Loke Song

**Editorial 编辑部**

021-6131 6691, 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



扫描左侧二维码, 关注“菁kids上海”公众微信



# 去国际寄宿学校

## Go to International Boarding Schools



图：叶子（瞬间影像）

采访这期寄宿学校的时候，观摩了孩子刚刚去了寄宿学校的家长的故事。看看他们微信发来的校园照片，第一个感觉是羡慕，羡慕得眼冒金星。一所位于加州，背山面海，美国西海岸的阳光和群山的葱郁一样也没落下，全木质的学生宿舍，巨大的图书馆，各式各样的运动操场，泳池，舒适公共学习大厅，学校总共才几百人，第一周入学就全校拉出去野营了一周，温馨的家庭氛围很浓。另一所位于瑞士。瑞士的风景和雪山就不用我介绍了吧，学校随便一个图书馆或餐厅的窗外风景就是一张现成的明信片。还不仅如此，学生还有天然的地理优势学习滑雪、登山等等运动项目。校长夫妇更像童话故事里的人物，完全就是雪山上的霍格沃兹。

于是我立刻理解了家长们为什么愿意支付每年5万+美金的学费，为什么愿意孩子初中还没毕业就离家，为什么愿意不惜飞好几个城市去学校面试而让孩子走上海外留学这条路了。这些寄宿学校，特别是美国、欧洲顶尖的寄宿学校，实在是有一种魔力，你太难对这样的学校say no.

在这样的寄宿学校，你可以收获受益终生的友谊，收获强健的体格，收获全球化的视野，收获到的东西可能比常春藤名校带来的招牌效应还要多得多。

毫无疑问，留学低龄化的趋势是越演越烈了。具备支付能力和规划能力的父母越来越多，也越早开始考虑孩子海外留学的道路。强烈建议大家仔细阅读本期封面故事里，我们独家采访到的Finding School网站的创始人张溪先生的文章。他身处美国教育资源最为丰富的波士顿，他创办的Finding School已经成为美国初高中留学的家长群获取一手信息的重要平台，可以说，他的平台为大陆小学生的留学DIY申请做出了巨大贡献。

而我们也特地询问了他掌握的低龄留学这两年的最新趋势。他提到，由于“低龄”的特点，如果一个家庭选择在孩子十五六岁的时候就将他送出国，这意味着整个家庭的生活重心和状态都要改变，因此算是付出很大的决定。

我们本期介绍的低龄留学生的家庭，之前肯定也反复做过权衡和比较。对于早已有意走美高申请之路的家庭，他们的申请经验可以作为大家的参考和借鉴，但我们想提醒更多家长要首先考虑的是，低龄留学无论是它的优点还是缺点，都比较明显。这也是张溪先生的原话。

在优点上，经历低龄留学一路走过来的学生，他们的语言能力几乎可以

接近母语的水平；会拥有国际性的事业，因为他们身边接触的同学和老师都是有全球化背景的，这种影响对孩子是潜移默化的；另外低龄留学群体申请美国本科的能力要远优于从国内直接出来的大学生，这并不体现在录取率的高低上，而是经历过美国私立初高中教育的孩子，他们在对自己将来的规划，在对学校和专业的选择上有非常强大的主观能动性。

低龄留学的弊端也显而易见。孩子在小的时候没有父母在身边，这是很大的问题，父母的缺失对孩子的情感发育、人格体系会有一定的影响。这里面的风险必须要考虑。但从另外一个角度来说，美国的顶级学校都历经了一两百年的运营，他会有一套体系尽量去弥补这些缺陷。

即使是这样，**对于特别没有能动性、性格比较内向，在时间管理能力方面较差的孩子也不应该低龄出国，至少在没有准备好的时候不应该出国，因为有很大的风险。**永远不要奢望美国的学校会像中国的学校那样，老师每天跟在你的屁股后面盯着你，很多学校有一定的弹性，他们会希望孩子有一定的自制能力和时间管理能力，这样在美国会生活得才会比较好。

现在慢慢也有很多家长开始关注孩子的心理健康问题。跟孩子的日常沟通、沟通的方式、什么时间来看孩子，是不是应该到美国参加家长会等，家长在这些方面如果能够做得好，对孩子会是很好的影响。作为家长一定要成为孩子的朋友，经常沟通，发现不好的趋势要及时配合学校，解决问题。

最后，用一些数据来结束本文吧。我国比较正规意义上的留学教育仅有一个半世纪多的历史，据统计，在1872年到1978年这106年中，中国出国留学总人数约为14万人。而从1978年到2012年年底的34年里，中国各类出国留学人员总数达264.47万人，是之前1个世纪的17倍。

来自教育部的数据显示，近四年来全国高考弃考人数激增，2011年接近100万人，其中因出国留学而选择弃考者的比例达到21.1%。

全球化对现代社会有着重大影响，它也同样影响着国际寄宿学校。2014年，“地图集项目”（Project Atlas）报告说，全美的学校共录取88万名国际学生，其中有27.4万名学生来自中国大陆，占海外学生总数的31%，比上一年也增长了17%。

十年前只有不到6.3万名中国学生在美国学习，来自印度的学生都有7.7万人。短短十年间，印度学生的人数增长了不到3万人，而中国学生人数增长了4倍多。目前全美的留学生人数，中国第一，印度第二，韩国第三。

李陆

《菁kids》上海版主编



# 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》上海版的活动备忘录上吗？赶快联系我们吧！  
电邮：editorjksh@126.com  
微信：菁kids上海



## COPYLEFT：中国挪用艺术

中国挪用艺术至少包含三种现象：和中国艺术传统相关的临摹、和西方现当代艺术相关的挪用以及和当下社会现象相关的山寨。通过梳理中国当代艺术中和临摹、挪用、山寨相关的艺术创作现象，探讨重复和创新、原创的关系，艺术创作方式和新技术、新材料的关系，看出中国挪用艺术和西方的不同之处。

时间：2015年08月15日至11月07日

地点：黄浦区花园港路200号上海当代艺术博物馆

费用：免费

## “图案真奇妙”-青少年艺术项目

本展以图案的延续设计美感为规划主轴，邀请艺术家以拼布、电脑绘画、服装、剪纸、纤维创作及版画和刻印等方式创作结合展出主题的作品，藉由不同风格、材质、色彩与创作形式的图样造形，让观众经由发现与创想，观察图案之美，感受传统与创新图案变化，进而欣赏艺术家诠释的艺术创作。

时间：2015年08月26日至11月15日

地点：黄浦区上海市黄浦区南京西路231号上海当代艺术馆

费用：50元(普通票) 25元(学生票)



## 30年300件：国人的记忆展

“30年300件：国人的记忆展”带我们回到1980年代，展示沪上百姓的衣食住行用品，是30年前中国日用品工业设计的视觉呈现。这不仅是为了挖掘被淡忘的曾经，当人们置身于展厅，通过沉浸式的体验，也在时空的层面上达成了与旧日的接壤和相遇。

时间：2015年09月03日至11月03日

地点：上海国际工业设计中心

费用：15 - 20元

## 上海汽水及可口可乐怀旧收藏展

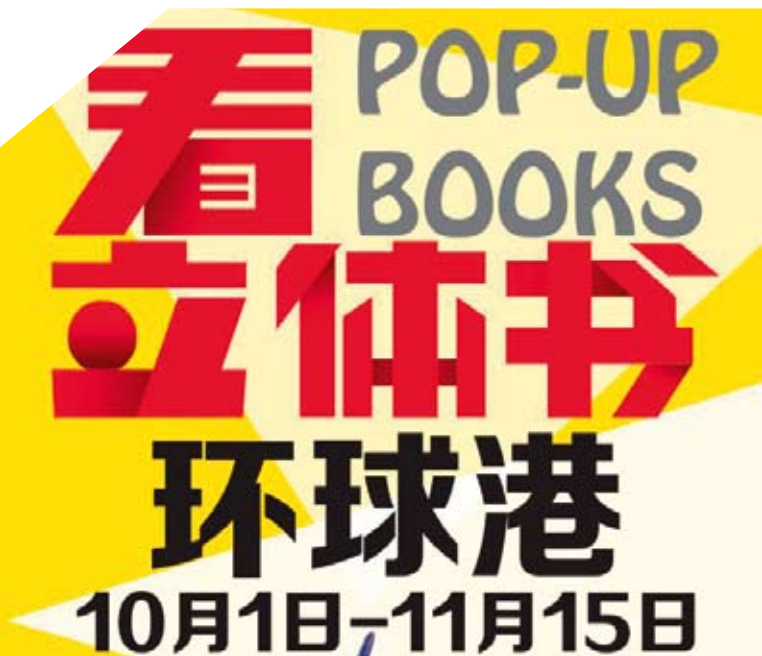
收藏家高蒸杰1983年出生于上海，汽水及可口可乐文化收藏家。从2003年起，开始收藏上个世纪20至50年代、近现代的汽水瓶及相关周边产品，主要收藏题材为可口可乐并涵盖了从历史平面史料、玻璃瓶、易拉罐、徽章、标签、海报、广告牌、金属车模、金属飞机、芭比娃娃玩具等等，至今收藏已经20000余件。

时间：2015年09月19日至11月23日

地点：上海徐汇区古宜路125号

费用：免费





### “趣”看立体书

一本纸质书，除了文字与图像在纸上游移外，你是否想象过其他的可能性？展开，弹出故事的背景；展开，主角邀你一起互动；展开，弹出一个城堡、一个教堂……立体书的独特魅力与惊喜，会让你感叹设计师的独具匠心！

时间：2015年10月01日至11月15日

地点：普陀区中山北路3300号月星环球港4楼(近凯旋路)

费用：60元

### 第十七届上海国际艺术节

本届艺术节继续凸显国际性、经典性、艺术性、创新性和观赏性：集聚舞台演出、展览博览、“艺术天空”系列演出、艺术教育等板块活动；荟萃一流经典、力推原创新作、传播创意文化，一如既往地中外观众奉上最精彩最辉煌的艺术盛宴。

时间：2015年10月16日至11月16日

地点：上海黄浦区上海大剧院

费用：50元(最低)

### 巧虎大型舞台剧

无数小朋友们喜爱的巧虎又来啦！这一次，巧虎和伙伴们应邀来到了冷冰冰王国，却发现这里所有人都很冷漠，他们还被国王与皇后关入了监牢！？这一次，巧虎该如何机智地化解这些危机拯救大家呢？冷冰冰王国历险记 和巧虎一起在寒冷的冰雪王国体验漫漫“历险路”，拯救公主吧！

时间：2015年10月31日至11月08日

地点：闸北区平型关路1222号大宁剧院(近灵石路)

费用：160-320元

### 上海德威英国国际学校将举办开放日

上海德威英国国际学校成立于2003年，是上海享有盛誉的国际学校。在11月，上海德威英国国际学校将举办两场公开日。家长可登陆学校官网[www.dulwich-shanghai.cn](http://www.dulwich-shanghai.cn)或拨打招生热线86-21-58999910分机713报名参加。

时间：2015年11月4日（幼儿园场），2015年11月25日（小学场）

地点：

幼儿园：上海市浦东金桥蓝桉路425号

小学：上海市浦东金桥蓝桉路266号

费用：免费



# 活动备忘录 EVENTS



## 超级动漫《机器人魔像》 ——爱丁堡精品戏剧

《机器人魔像》根据本世纪初捷克作家古斯塔夫·梅林克畅销书改编，由1927剧团《上街的动物和孩子们》原班人马创作，以戏剧表演和音乐、手工动漫、粘土动画及影像的同步呈现讲述黑色科幻故事，2014年奥地利萨尔兹堡艺术节首演获得巨大反响。

时间：2015年11月06日至11月07日

地点：浦东新区丁香路425号（近世纪大道）

费用：120-580

## 英国烟火节

“Bonfire Night”是英国一年一度的传统节日，是为了纪念发生在1605年英王詹姆斯一世在位期间的叛变事件。上海英国学校每一年都会举办英国烟火节，延续传统来庆祝这个建立在恐怖事件和黑色火药基础上的特殊节日。我们将为您准备巨大的篝火堆，绚丽的烟火以及免费的美食美酒。再次敬候您的光临！

时间：11月7日18:00-21:00

地点：浦东新区沪南公路2729号康桥半岛600号 上海英国学校浦东校区

费用：免费

## 韩国第一音乐喜剧《乱打神厨 NANTA》

“NANTA”以韩国民俗音乐“四物农乐”的旋律为基础，融合了类似摇滚的打击乐节奏，使得它有一种强大的力量和独特的魅力。你大可不必担心听不懂韩语或演出太无聊而睡着，因为你根本没有时间走神！《乱打神厨》不是传统意义上的打击音乐会，而是场会令人不断捧腹大笑、尿点全无的音乐喜剧。

时间：2015年11月11日至11月29日

地点：黄浦区延安东路433号上海共舞台ET聚场（近云南南路）

费用：160-320元

## 上海新加坡国际学校嘉年华

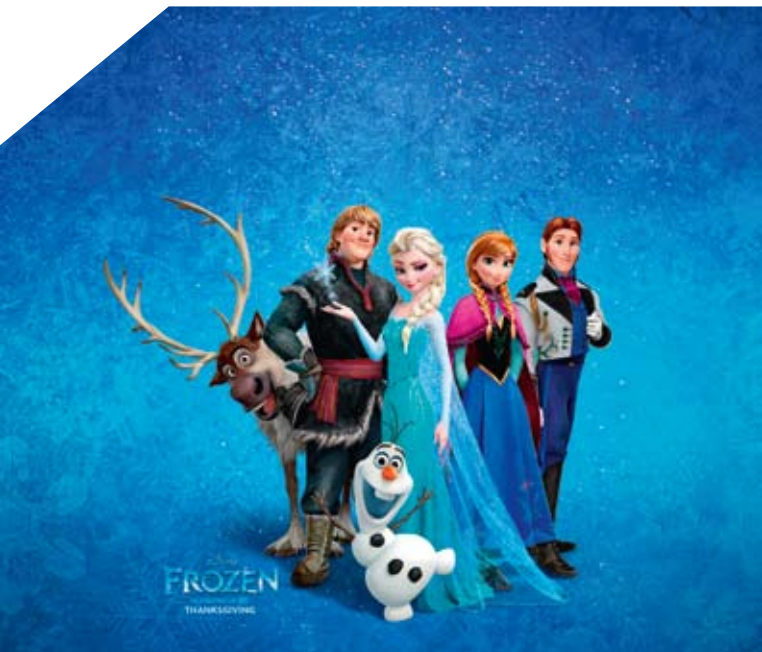
这是一次融合了学生、家长、教师和员工在内的年度盛筵：不同的游戏和娱乐活动，生动有趣的表演，来自世界各地的美味食物都等你的到来。届时，您可以免费进入活动场地，本次活动将对上海新加坡国际学校的所有成员和公众开放。此次活动是公益性质的，所得收入将用于铺路石（Stepping Stones）公益项目。

时间：2015年11月14日

地点：上海市闵行区朱建路301号

费用：免费





## 2015冰上迪士尼之魔幻欢乐季（上海站）

《冰雪奇缘》2015年冬天又回来了！这一次，艾莎公主将走出电影院，在货真价实的冰上场地，施展她的魔法，建造她的冰雪王国！而随着艾莎的魔法，世界上最受欢迎的冰上舞台剧品牌之一——2015冰上迪士尼之魔幻欢乐季也正式拉开帷幕，为你和你的家人释放无数快乐！

时间：2015年11月20日至11月22日

地点：浦东新区世博大道1200号梅赛德斯-奔驰文化中心

费用：原价180/280/380元

## 全国中学生学术辩论联赛

全国中学生学术辩论联赛是中国第一家引入全美演讲与辩论联盟（NSDA）赛制的比赛，以“公开论坛式辩论”为比赛辩种，学生可自选参加中、英文辩论专场。联赛分为区域联赛和全国总决赛。每年有两次区域联赛，两次累计积分名列前茅者将进入全国总决赛，并有机会获得NFL的特邀，参加在美国举行的NSDA总决赛，一展辩才。

上海赛区：

2015年11月21日-22日

咨询电话：021-61907080-658/668/689

## 德国中世纪圣诞之城席卷魔都

日耳曼勇士，罗马护卫队，威尼斯工匠，维京海盗，高卢圣诞老人和一队帝都逃亡来的斯巴达勇士将浩浩荡荡在这座千年古城里，支锅造饭，安营扎寨，欢度圣诞。小巷的两边是老城的烤肉店，香料店和首饰店。广场上表演的是射箭、古乐器那些很久流行的玩意，连摊位上出售的也是古老工艺制作的手工作品。

时间：2015年11月27日

地点：徐汇区瑞金路口徐汇滨江绿地（近龙腾大道东安路）

费用：10元起

## 温馨喜剧《最后14堂星期二的课》

生命中最要紧的事，是学着付出爱，以及接受爱。一出震撼心灵 感动不断的好戏创台湾与大陆各地巡演达一百多场 近二十万观众热烈推荐 值得您与生命中最重要的人一起观赏的好戏。根据美国著名作家米奇·阿尔博姆的畅销书《相约星期二》改编。

时间：2015年11月27日至11月28日

地点：浦东新区丁香路425号东方艺术中心

费用：361-646元





# 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。



● 黄悦心-22个月-马来西亚



● 壹壹-1个月-中国



● 黄悦心-22个月-马来西亚



● 娜宝-16.5个月-中美



● 孙诺娃-3岁-中国



● 张嘉莉-15个月-中国

● 美式儿童摄影会所提供

欢迎各界为本栏目投稿（0-3岁宝宝）：editorjksh@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editorjksh@126.com，注明“应征模特”，写明宝宝姓名、年龄、国籍。





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《菁kids》杂志副主编。2014年迁居瑞典。现为自由撰稿人，译者。

# 说说瑞典奶爸

## Being a Daddy in Sweden

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，只是我用脚踮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，下班延些时也很平常。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点时间。

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项。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。



# 菁kids上海正在寻找你！

菁kids是为都市家庭提供最详实国际教育资讯的首选中文平台。我们的读者以孩子教育为家庭重心，对国内外的国际化教育理念和实践有强烈的求知欲。

《菁kids》杂志北京版于2012年11月创刊，是享誉北京多年的英文家庭月刊beijingkids的姐妹刊物。现在，我们已经来到了上海！

我们已经正式发行了《菁kids上海》的试刊号以及2015上海择校指南，随着读者和关注者的日增，我们的上海团队也迫切的希望你带着满满的热情和干劲加入菁kids的大家庭！

如果你喜爱文字，热爱教育，并且永远对于新的事物乐此不疲，那你就是非常合适的菁kids编辑候选人！我们希望可以在你的帮助下完成以下工作：

## 招聘职位：

### 编辑及资深编辑

## 主要职责：

协助执行出版人、主编对杂志和数字媒体平台的选题进行规划及运营执行。

杂志的采编、写作、校对等日常工作。

参与重要客户及社区相关的活动。

力求在上海的家长社区里成为有影响力的人物。

组织并参加每月的jingkids上海家长顾问委员会。积极组织并收集所有讨论内容的反馈。

## 要求：

至少2年以上采编工作经验，有团队领导经验者优先

优秀的文字处理能力

熟悉上海，热衷上海的国际教育事业

喜欢孩子，已经成为父母的优先考虑

母语中文，并具有流利的英语交流能力者优先考虑



当然啦，我们也会提供给你非常诱人的福利：

气氛欢乐的办公环境，年轻有朝气，好吃好玩等着你；

热情友好的同事及BOSS，充分发掘你的才华和潜力；

外企管理方式，简单、透明、直接；

优越的带薪年假及圣诞假期，从此有钱也有时间！

简历请发送到

[employment@truerun.com](mailto:employment@truerun.com)

或[elva.li@jingkids.com](mailto:elva.li@jingkids.com)并注明

“应聘菁Kids上海编辑职位”，

我们非常期待阅读你精彩的人生阅历！



# 寄宿教育 新热潮

Boarding School Expand  
to China





孩子离开家，独自寄宿于学校，是他们在实际意义上离开父母，尝试“独立”生活得第一步。若想要这一步迈的成功，从一开始在学校的选择上，父母们就必须得“步步为营”；直至终于找到合适的学校，如何帮助孩子在新的环境中尽快适应，又成为新的挑战。基于这些，本期封面故事采访了多位从事寄宿教育相关工作以及曾成功申请国外寄宿学校的家长和学生，希望他们的讲述和分享，能够为选择寄宿之路的家庭提供些许帮助。



# 低龄留学之路怎么走？

## Living and Learning in Foreign Schools

采、文：晓辉



所谓“低龄留学”，是指在上大学之前，从初中毕业或小学毕业开始，家长就安排孩子出国学习的一种留学形式。在中国的一线大城市，低龄留学虽已成趋势，但由于国内外信息不平衡、留学孩子年龄过小等原因，低龄留学之路伴随着各种各样的问题。本期菁kids编辑采访了总部位于美国波士顿的留学咨询平台“Finding School”的创始人张溪先生，听他来分析低龄留学之路的方方面面。

### 把美国基础私立教育介绍给国人

我从99年本科毕业之后就来到美国求学，至今已经在美国呆了差不多16年的时间。我现在工作和生活的城市，波士顿，是美国教育资源最集中中的一个城市，哈佛、MIT等世界名校都聚集在这个都市圈里，而且这里密集分布着大量的美国顶级私立初高中。

最初决定做Finding School 这样一个网络信息分享平台，是因为在大概08、09年的时候，我突然意识到身边慢慢多了很多从高中就出来求学的小孩，低龄的孩子越来越多。

由于“低龄”的特点，如果一个家庭选择在孩子十五六岁的时候将他送出国，这意味着整个家庭的生活重心和状态都要改变，因此算是付出很大的决定。但由于语言、文化的差异，美国本地的私立初、高中信息跟本科相比又非常不透明，也没有非常权威的评估体系，导致很多家长在择校过程中走了很多的弯路，所以最后的结果并不是很好。

基于这两个方面，当时我觉得应该做一些事情，利用我生活在这里的优势，让国内的家长真正了解美国的基础教育是什么样子的，能够让他们在择校、甚至留学的过程中走得顺利一些。这无论对整个家庭，还是社会，我觉得都是有意义的事情。所以当时就是这个简单的初衷：把美国基础的私立教育介绍给国人。

在我做了FS大概3、4年之后，开始收到家长们非常好的反馈，让我意识到我做的事情比想象的更重要。很多家长通过各种渠道跟我来讲，FS的信息让他们少走了很多弯路。所以，听到这些，我想在这个过程中我还是多少尽了一些力的。

### 有效利用FS上的各种信息，尽量把试错机会降到最低

FS网站上载有大量关于美国私立初中的信息，如果能够合理、有效的运用这些客观数据，对美国学校的申请和准备会非常有帮助。

除了一些以事实为根据的信息，例如学校的学费和课程设置等资料之外，FS上还有很多在校生、在校家长和老师等填写的关于学校的点评和内部分享，这些也比较有参考价值。另外，网站上还有我们亲自去学校访问获得的大量一手资料，音频、视频、报告等，这些信息会更加客观具象。

### 实地考察是判定一所学校是否“合适”的最终标准

大量的数据研究可以帮助家长得到对一所学校比较整体的把握，但这种朦胧的印象并不能作为你是否选择这所学校的最终标准。

因为每个家庭和孩子都有他们独特的需求，而且现在的家长规划意识和独立意识越来越强，学校的排名已经不是评判一切的标准。所以我非常鼓励条件允许的家庭，家长一定要带着孩子到美国亲自看看这些学校。要带着孩子去，因为你作为家长观察的角度和孩子观察的角度是完全不一样的，评估的标准不一样。

用句老话，耳听为虚，眼见为实。如果你把孩子送到一所学校里呆四年，这样的一次考察其实是非常值得做的，他可以帮助你确认这所学校和孩子是否相互合适。

### 顶尖美国私立初中的审核、录取趋势

1. 标准化成绩要求越来越高，有些学校甚至出现了所谓的“最低门槛”



张溪

毕业于北京大学广告系（本科）和哈佛大学设计学院（硕士），是互联网留学咨询平台Finding School 创始人。他坚信FindingSchool能为莘莘学子打开一扇了解海外低龄教育的大门。



但另一方面，标化成绩能够体现出来的有用的录取信息也在递减。因为各种刷分和猜题，导致学生的考试分数越来越高，孩子在不平和的心态下参加这种刷分的考试，得到的最终成绩和真实能力之间的匹配度就降低了。因此学校在录取一个孩子的时候，他们心里也是比较嘀咕的：这个孩子的真实能力是否像他的成绩一样优秀？尤其是一些比较好的顶级学校，他们不设第二语言的辅导课程，也就是说孩子一入校马上就要利用英语进行课堂讨论，撰写科学报告，所以挑战是非常大的。

## 2. 在录取过程中出现了第三方的面试机构，这个只在中国市场才会出现

第三方面试机构的介入表明，一所学校实在没有办法应付来自一个国家的这么多申请的人，所以必须依赖第三方面试机构的协助：在你申请之前，要通过第三方的面试，再进行下一步。

## 3. 低龄留学的趋势在向更低龄的方向发展

在过去一两年中，中国的一线城市，小学阶段的家长的这种留学意识已经非常强烈了，不少孩子从初中开始就被送出国留学。

## 4. 选择更加多元化

五六年前，国内的学生大部分都是来读私立的寄宿初高中，现在的主流则是来读私立的走读初高中（父母移民或陪读）。也有一部分会选择美国的公立学校，一年的交换生等各种项目。这些不同的选择各有利弊，各适合于一定类型的家庭。

## 5. 有国际学校教育背景的学生有更大机会被录取

现在很多学校在选拔学生的时候会对他们在国内的教育背景有所挑选。在比较好的国内国际学校毕业的学生，相对来说来说他们被录取的机会比公立学校的学生更大。

无论在学生提供的申请材料的准确性还是在对孩子真实水平的考察中，美国的招生官更信赖国际学校的培养。因为国内比较顶尖的国际学校，他们从教材、授课方式到师资配置等各方面都跟美国本地比较相似，所以招生官更容易相信他们提交的材料。国际学校中的孩子语言水平较高，对“美国式”的学习和交流方式也有更好的了解，因而能够更快地融入到学校的日常教学中，也更容易度过快乐、充实的四年。

## 面试官寻找的不是“分数”，而是“潜质”和“契合度”

中国大部分家长会认为分数是决定一切的，这是一种“高考思维”。其实美国的私立初高中，他们在对孩子进行面试的时候，评估的是一个孩子的“潜质”，并不会停留在对学生目前的状态和成绩的考察之中。

另外，这个学校擅长的培养方式，它能够为学生提供的资源和设施是否与学生本身的潜质相契合——“高契合度”，这是他们一直在寻找的东西。孩子想要什么样的学校，学校能够给他什么东西，这是一个相互平衡的过程。如果学校提供

的东西并不适合孩子，那就走不远，学生来了半年可能就要转学或退学。

分数决定一切，这个壁垒在慢慢被打破，面试越来越受重视。

## 面试成功的关键：自信的交流、真实的回应、会问问题

低龄留学群体的校园面试能力不可能通过短期的密集培训获得，因此我鼓励有计划的家长可以尽早开始准备。

在准备阶段，有三点要注重培养。首先是孩子与面试官自信交流的能力。

有太多孩子在与面试官的交流中是非常不积极的状态。能够自信交谈，向交谈对象表明自己的想法，这是面试中非常重要一点。例如，你可以梳理自己在十多年的生活中发生的有意思的事情，这些故事要非常具体，能够体现你的特质。在这些方面如果提前准备，就可以融会贯通，串联起来的亮点非常吸引人。

二是在与面试官交谈的过程中一定不能假装一些东西，要呈现最真实的自己。不能夸大事实，一定要保证你说的事情基本上都是你自己做过的。因为面试官们在你之前已经面试过几百甚至上千的孩子，他有能力可以判断你的回答是否真实。

另外还要准备一些有意义的问题。在美国面试的时候，会有一定的时间留给学生向面试官提问。你的问题最好不是来自网站，而是结合自身和学校的实际情况提问。如果你能够提出合适的问题，在一定程度上已经表示你对这所学校的认可和关注，你有付出自己的时间在这所学校，这会给面试官留下很好的印象。

值得一提的是，在一些学校的面试中会加入“家长面试”的环节。这一环节的主要目的是考察家长的阐述和学生的回答之间是否存在矛盾的地方，因为教育不是单个存在的现象，它是整体，是在一个家庭的环境下熏陶出来的。

如果只有很短的时间做准备，礼仪、礼节、交谈的方式、眼神的交流等硬性的东西也可以在临行前的一两个月进行集中化的培训，但我觉得这些东西并不起决定作用。

## 学会利用学校配置的各种资源，“主动”生活

中国小留学生初到美国，在学习和生活中会有很多需要熟悉和适应的事物。

语言。英语是留学生在美国参与所有生活的润滑剂，语言的真实水平决定了你能在多大程度上尽快融入美国生活。有的学生英文分数很高，但语言应变能力不行，一上课或写论文就出现问题，所以语言一定要在出国前好好补充。

授课方式。讨论式的上课方式在美国的初高中中会大量出现，它没有固定的方式，但以谈论为主。这些对于中国大陆的学生来说，可能会非常不适应，上课的参与度也是他们评分的重要标

准，因此如何去熟悉、适应这种方式就变得非常重要。

人际关系。到了美国之后，要面对各类人群，美国各个地区的学生，还有来自世界其他地方的学生，这之中可能会有好奇，会出现不愉快的冲突，你如何去应对调节，也是很有挑战性的。

体育运动。美国初高中的体育文化非常重要，作为一个从国内来的孩子，如何去参与、挑选适合自己的运动，在运动当中去发现自己，找到快乐，这也是一个比较长的适应过程。

其实所有这些问题在学校内都有相应的应对措施，可以跟老师沟通解决。很多学生就是没有有效利用学校的资源，才会一直拖着问题生活。中国很多孩子出来都是一种“等待”的状态，没有主动的想法去发掘资源，解决问题，这是中国学生的普遍缺失。

一般美国的私立初高中都会有专门的指导老师，每个老师负责3-5个学生，这些老师会帮助学生在生活和学习的方方面面。很多事情都需要时间才能够解决，因为是全新的生活环境，不是一蹴而就的，不能急，需要适应。

## 低龄留学之利弊

低龄留学无论是它的优点还是缺点，都比较明显。

在优点上，经历低龄留学一路走过来的学生，他们的语言能力几乎可以接近母语的水平；会拥有国际性的事业，因为他们身边接触的同学和老师都是有全球化背景的，这种影响对孩子是潜移默化的；另外低龄留学群体申请美国本科的能力要远优于从国内直接出来的大学生，这并不体现在录取率的高低上，而是经历过美国私立初高中教育的孩子，他们在对自己将来的规划，在对学校和专业的选择上有非常强大的主观能动性。

低龄留学的弊端也显而易见。孩子在小的时候没有父母在身边，这是很大的问题，父母的缺失会有一定的影响。但从另外一个角度来说，美国的顶级学校都历经了一两百年的运营，他会有一套体系尽量去弥补这些缺陷。

**即使是这样，对于特别没有能动性、性格比较内向，在时间管理能力方面较差的孩子也不应该低龄出国，至少在没有准备好的时候不应该出国，因为有很大的风险。**

永远不要奢望美国的学校会像中国的学校那样每天跟在你的屁股后面盯着你，很多学校有一定的弹性，他们会希望孩子有一定的自制能力和时间管理能力，这样在美国会生活的才会比较好。

现在慢慢也有很多家长开始关注孩子的心理健康问题。跟孩子的日常沟通、沟通的方式、什么时间来看孩子，是不是应该到美国参加家长会等，家长在这些方面如果能够做得好，对孩子会是很好的影响。作为家长一定要成为孩子的朋友，经常沟通，发现不好的趋势要及时配合学校，解决问题。

# Global Citizen 需要哪些技能?

## 现在招生官都看什么? EDUCATION

### Finding Out about Yourself When You're Searching for a School

文: Janet Anderson 译: 高晴 编: Elva

Janet在美国出生长大, 高中上的也是著名的寄宿私校。同时又在国内的国际学校招生部、教育咨询机构都任职过, 对美国的寄宿学校非常有发言权。这次菁Kids特约她为我们介绍一下中国家庭的孩子如何提高自己在申请海外寄宿学校时的竞争力。特别是软实力。



Janet Anderson

融尚私塾上海教区负责人

Janet 曾就读于美国最著名的私立学校之一鲁米斯查菲高 (Loomis Chaffee), 大学毕业于康涅狄格学院 (Connecticut College)。在中国拥有国际学校招生办和教育咨询领域工作5年后, Janet发现, 帮助学生建立起自己独特的社会定位与路径, 比只被大学录取更重要。





- 对世界经济、政治、社会、文化、技术和环境的运作能有一定的理解力
- 从地方到全球各层面的参与和支持全球社群
- 承担和接受他们的行为责任。
- 学习不同的技能，建立丰富的履历，以适应不同的环境和境况。

**软性技能：**这涉及到个人的情商（EQ），其中包括个性特质，如：领导能力，批判能力，创造力，解决问题的能力，沟通方法，团队合作和建立关系的技巧。

**硬性技能：**经过培训后可以被定义和衡量的技能，例如：钢琴演奏水平，演讲写作能力，项目管理能力等。这些技能最终还能转化为职业，例如成为建筑师、音乐家、律师等。

### 寄宿学校的本质是什么？

中国的城市化速度在过去30年里是惊人的，随着中国中产阶级的数量和财富快速增长，更多的家庭愿意在教育上进行投入，为孩子提供最好的教育资源，在这样一个大趋势下，约有10%的国内富有家庭会送孩子进入美国私立寄宿学校。

寄宿学校其实是私立的大学预科学校，为学生提供从初中到高中的在校学习和住校生活。虽然学制上和公立学校相似，但它提供的教学资源、课外活动、价值体验、精英化社交圈，是公立学校无法比拟的，所以可以被称为“黄金资源”。寄宿学校的学生来自于美国和全球的精英家庭，这些家庭拥有的关系和财富为他们带来了更有利的机会，例如：实习，就业，商业贸易等。这就是美国大众通常理解的寄宿学校，也是大多数中国家庭认可的寄宿学校。

然而中国家长更看重学校的声誉，他们往往青睐那些拥有良好学术名望的学校，因为这意味着他们孩子从学校毕业后能拥有良好的全球竞争力。遗憾的是，在这种迷恋名牌学校的情节下，家长更看重的是孩子毕业后找到好工作的机会，而不是在学习中获得社会真正需要的技能。

在国内的国际学校和教育咨询机构工作的这些年，我接触过的家庭和孩子让我更有感触，未来的寄宿学校申请，竞争将会越来越激烈。因为希望孩子出国学习的华人家庭将会越来越多。而美国寄宿学校们更看重的实际上是这些技能

### “国际化”究竟需要哪些技能？

在新生代的教育上，如何让孩子进入职场、进行创业前做好充足的准备，使其在社会中发挥重要的作用，这里有三个关键的条件。这也是招聘官、政府机构和未来雇主所关心的，下面让我们仔细分析一下，未来的学生需要具备开阔的国际视野，是地球村中的世界公民。这要求你不仅熟悉本国的文化，还需对国际事态保持高度的敏感性。他们需要具备以下的特质：

### 招生官更看重什么？

世界公民的概念已被国际教育界所接受，教育部门和教育者期望通过各种不同的渠道，比如IB课程、教育交流项目、社区项目来培养出具有批判思维的思想家，问题解决者，和驾驭文化的领导者。然而学生们关心的却是这些活动带给自己的市场竞争力，也就是过于功利性地去理解这些活动。中国学生很擅长以某个目标为终点，制定计划，力求实现所谓的成功，但这往往忽视了这些教育活动带来的真正意义和获得的技能。

反观我多年与各类家庭接触的经历，发现国内家长和学生太关注如何进入名牌寄宿学校和常春藤盟校，而忘记了这背后的真正意义，他们总是太关注结果，而忽略了学习过程对于获得技能的重要性。事实上，培养技能，特别是软性技能，能让你拥有不同的人生体验，还能让年轻人打下一个良好的基础，具备了稳定的综合实力，能够灵活应对今后人生中不论专业、社会、文化的各种场合。

而正是这些“稳定的”综合实力，才是寄宿学校招生官们看重的。寄宿学校招生的独特之处，不仅是在语言上评判学生，更是从他们能否驾驭文化，拥有软性和硬性的技能，适应学校生活的能力来综合衡量的。

当家长和学生咨询我选择哪所学校的时候，我总会对他们强调“生活技能”的重要性。先要学会生活，基本的品格培养，软硬技能的学习，这不仅仅对寄宿学校的学生很重要，同样适用于任何一位希望未来获得成功的学生。在技术如此发达的时代，如果年轻人要达到成功，就必须拥有软性技能和硬性技能。软性技能能帮助你走得更远。

所以，我会对学生和家长建议，如果你想申请国际学校或寄宿学校，那么早期一定要培养扎实的阅读和写作能力、口语听说能力，找到一位能对孩子有积极影响力的导师，让学生认识和完善自我，这样他们才能在有意义的方式下成长为合格的世界公民。



# 择校从自我认知开始

Finding School Became a Period of Self Reflection

采: Elva

William Zhang, 14岁, 喜欢弹吉他、踢足球、打篮球和游泳。他曾在上海圣玛丽国际学校就读, 现在在位于美国芝加哥的摩根公园学校。他和他的妈妈Scarlett Guan接受了菁kids的采访。

MORGAN PARK  
ACADEMY

STARTS SEPT 8  
ACES STILL AVA  
LL ADMISSIONS  
773-881-6700

MORGAN PARK  
MILITARY  
ACADEMY  
EST. 1873





蛮艰难，对于一个没有经验的家长来讲，我学到了很多。

### 最后收到了多少学校的录取信？又是如何取舍的？

**Scarlett:** 收到了三个学校的offer,以及两个学校的Waiting List.

### 孩子入学后的学习、生活适应得如何？

**Scarlett:** 适应的确需要一个过程，这有赖于学校家长的共同努力。选择合适的沟通频率与孩子交流，并在方法上给与指导。对孩子给与充分的信任和授权，相信他们都会度过最艰难的一段时间。

### 如果孩子在学校遇到各种困难，例如文化差异，学习进度跟不上，思念家乡，校园欺凌等等问题，作为家长该如何支持？

**Scarlett:** 家长要掌握一个“管”和“放”的平衡。对一些重要的点，比如学习进度等是需要掌握信息的及时更新。但对于“文化差异”这样的问题，我自己认为我们家长其实也缺乏一定的知识和能力，我们能做的就是疏导孩子的心态而已。目前我们没有遇到“校园欺凌”这个问题，但每个孩子在成长过程中或多或少都会遇到挑战，让他们自己成长吧。所以又回到择校问题，选择一个相对好的学习环境对海外求学来讲就尤为重要了。

### 为什么打算送孩子去寄宿学校？

**Scarlett:** William是一个性格沉稳的男孩子，他在学习上很有计划性，对自己的未来目标也十分清晰。但是他不喜欢中国刻板的成绩导向的教育制度，虽然他每次都可以拿到优异的成绩，但他认为这并不能体现他的真正能力。他在中国完成了6年的小学课程以及2年的初中课程，在进入初三之前我开始考虑何时送他出国。起初我考虑在国内读国际高中，然后申请美国的大学。但是进入国际学校一个月我就发现，国内的有些国际学校只是在形式上有美国的课程学习，其实内在的管理和师资力量和理想还相差很远。所以我立刻决定提早送孩子去美国读高中。

很难在一个陌生人的面前很好地展现自己表达自己。虽然他对自己的特点很了解，但是他也从来没有非常系统地剖析自己的内心。

最有意思的部分就是面试前对自己性格的了解以及如何对学校情况以及面试官的研究。William使用MBTI的性格分型工具，对自己的性格进行了全面的了解，自我认知得到了很大的提升。他更充分地知道自己的优势以及需要发展的方面，对他以后择校和将来的发展方向有了进一步的帮助。对于学校的了解，基本是从学校网站上进行信息收集，对于面试官的个人信息了解，可以帮助他在面试时开启友好的气氛以及选择合适的话题。

面试，是需要充分准备的。所以从一开始的紧张，到最后的轻松自如，其实都是一个准备的过程。

### 大概提前多久开始着手申请寄宿学校的准备工作？

**Scarlett:** 提前一年。也就是在入学前一年的8月份。

### 主要从哪些渠道了解寄宿学校的信息？

**Scarlett:** 主要是从findingschool.com的网站上以及学校的官网。

### 从开始信息搜集到最后入学，整个过程大概用多长时间？

**Scarlett:** 从8月份开始搜集信息一直到次年的4月份拿到offer。

### 说说您们面试的经历？最有意思的部分是什么？心情如何？

**Scarlett:** 面试是个艰难但又十分有趣的过程。之前我一直认为William在面试方面的能力很薄弱，因为对于一个内向性格的中国学生来讲，他

### 在学校的选择方面，您们最看重的因素有哪些？能否列举3-5个因素

**Scarlett:** 我们最看重的因素：

\*学校的师资力量，从教师的硕士学历比例到开设的AP课程数量上做初步的判断

\*学校中国学生的比例。高于20%的直接忽略。

\*学校的位置，东北部或者大城市。

### 申请过程中，最困难的部分是哪个？

**Scarlett:** 其实各个方面的准备都很重要也



# 放松和自信才容易融入异国文化

## How to Integrate into Foreign Culture

采: Elva



Michelle Yin, 15岁, 来自上海。曾就读于上海市平和双语学校, 喜欢绘画、网球、拉小提琴以及她的小狗。2015年9月进入纽约州多布斯市的迈斯特中学就读。这是一所男女合校的全日制寄宿学校。她和她的妈妈Annie Xiao接受了菁kids的采访。

### 为什么打算送孩子去寄宿学校?

**Annie:** 作为Michelle的妈妈, 我希望我的女儿更加全面发展, 更加独立, 而不是仅仅关注于学术成绩或者过于自我。在参加完美国寄宿学校暑期项目后, Michelle变得更加上进和积极主动。她自己亲眼看到并且亲身感受到中美文化的差异, 所以她相信美国寄宿学校对她来说是一个非常合适的选择。

### 您们从什么时候开始申请的寄宿学校?

**Annie:** 我们是2014年开始申请的, 那个时候Michelle正在读8年级。

### 主要从哪些渠道了解寄宿学校的信息?

**Annie:** 有一些比较专业的网站如findingschool, 还有就是融尚私塾这样的专业咨询顾问的推荐, 再有就是朋友的推荐

### 从开始信息搜集到最后入学, 整个过程大概用时多长?

**Annie:** 大概一年半的时间

### 说说您们面试的经历? 最有意思的部分是什么? 心情如何?

**Michelle:** 在美国已经开始寒冷的冬天里, 我和妈妈坐着飞机到了美国开始了我们的面试之旅。在面试的一个星期中, 我们每天都要去两所学校, 因为每所学校都是在偏远的、远离城市嘈杂的地方, 所以在车程上我们每天都会花上一大段时间。但这些都是值得的, 因为这让我们有了宝贵的机会去参观美国这些优秀的高中, 让我有了更加想要来美国的欲望。

去参观学校的前一个晚上, 我都会和妈妈仔细地阅读学校的网站, 因为每一个细节都可以让我在面试中更加从容, 更好地表现出我对学校的了解。一开始, 学校会安排学生带你参观校园, 让我们能更好地了解学校的设施, 环境等等。这部分其实是一个非常有用的环节, 因为你能从你的“导游”口中知道学校很多有意思的, 在网站上没有的事。但刚开始我并不敢去跟“导游”



有什么交流，只是一味地在那里点头，跟着她在学校漫步。但后来，走访了好几个学校以后，我发现这些学生的亲身经历也能让你在与面试官的交流中更加地从容。所以我觉得，当学生在进行 school tour 的时候要好好把握住这个机会。到了真正面试，我发现根本无需紧张，因为面试官们都非常友善，跟他们面试跟普普通通的聊天根本没有区别。所以我很快就放松了下来，并且非常享受这些对话。所以我认为只要学生在面试时保持放松的心情，在面试官面前表现出自己是个非常全面的学生，你的面试之旅会非常愉快。

### 在学校的选择方面，您们最看重的因素有哪些？

#### 能否列举3-5个因素

Michelle:

- 口碑排名
- 国际学生的百分比
- 顶级院校（常春藤联盟）升学指导
- 文化：包容、尊重和开放
- 优秀的艺术和体育项目以及好的设施
- 方便的地理位置
- 竞争及压力适中

### 申请过程中，最困难的部分是哪个？

Michelle: 在美高申请的一年中，我无数次累得哭了起来，但这更让我相信了先苦后甜这句话。我觉得申请中最困难的并不是面试，文书，或者哪一部分，而是要同时做这些事是最难的。当学

校老师布置许多作业，一张又一张卷子发下来，一个又一个project布置给我，但文书，面试，托福和SSAT都要准备，这时间真的是不够用啊。在有限的时间里要同时完成这么多东西，在申请时我多次感觉到自己做不到，但是想起之前已经做出的努力和梦想的海外高中生活，最后还是坚持了下来。好的时间规划在申请的路上真的非常重要，因为很可能所有事情突然都需要你在这两天时间里完成。所以我希望今年申请美高的同学们，要好好的分配自己的时间，这样就能好好的完成申请的每个部分，也能拿到你最想要的offer了！

### 最后收到了多少学校的录取信？又是如何取舍的？

Annie: 综合考虑了上文我们提到的看重学校的因素，Michelle选择了一所非常契合的高中——纽约迈斯特中学。另一方面，这所学校的所有课堂都采用Harkness圆桌式教学方法，这种教学方式会促使Michelle走出她自己的舒适区域，积极地参与到课堂讨论中，并且有自信有重点的去表达自己。

### 孩子入学后的学习、生活适应得如何？

Annie: Michelle看起来做得非常好，适应得也很不错，不过她也承认高中的学习与她之前在暑期学校的经历很不一样。她想要和我每天通话，因为她确实有一点点想家。另外，她也需要适应Harkness圆桌教学，因为在这种教学方式下，老师的角色是促进学生思考而不是仅仅给予知识。

学生需要阅读材料并为下节课上讨论准备自己的观点，而且要能在课堂上表达出这些观点。对于一个习惯坐在那里只需要听讲的中国学生来说确实有一点点难以应付。有时候，美国本土学生表达很多，这使得国际学生更加难于参与其中。此外，在交朋友方面，她不能仅仅只和中国学生交朋友，她也需要和美国本土的学生和来自其他地方的国际学生交朋友。而且她也需要和自己的室友处理好关系，因为她们来自不同的文化，有着不一样的生活习惯。不过，这仅仅是一段短短的适应时间，因为Michelle是一个思维活跃且很擅长与人交往的一个学生，而且在入学之前她已经预料到她会经历这些。我收到她的指导老师和宿舍监管寄来的信，Michelle目前已经适应得非常好的。

### 如果孩子在学校遇到各种困难，例如文化差异，学习进度跟不上，思念家乡，校园欺凌等问题，作为家长该如何支持？

Annie: 目前为止，Michelle表现得非常出色，我与她的指导老师和宿舍监管保持着密切的联系，以此了解Michelle的进步状况。她的老师也经常写信给我及时反馈她的进步状况。指导老师给了我很大的安全感，不管我什么时候需要她的帮助都能联系到她。去美国读书前，Michelle在融尚私塾学习过明辨性思维读写课程，我认为这门课对于她在美国开始学习奠定了坚实基础。对于国际学生来说，拥有坚实的读写基础以及流利的听说能力相当重要。



# 瑞士寄宿学校到底“贵”在哪里？

## Why do Swiss Boarding Schools Cost More?

文：周一妍 编：Echo



瑞士是IB课程的发源地，拥有最高端最优质的国际学校，全球最昂贵的十大私立寄宿学校9所在瑞士。以博索雷(美太阳)学校为例，该校在《福布斯》杂志评选的“全球十大贵族寄宿学校”中排名第二，学费为65万人民币。如今，中国低龄留学热潮正在向全世界蔓延，而越来越多的中国家庭将目光投向瑞士国际教育。我们再以瑞士博索雷(美太阳)学校为例，全校共240名学生，两年前中国学生人数为个位数，现在一下子增长到22人，已经达到学校可招收中国学生的名额上限。

为何需要支付如此昂贵的寄宿费用，中国家长还是愿意买单？这一笔巨额教育投资性价比到底如何？拥有6年瑞士寄宿中学留学顾问经历的王祺回答了这些问题。王祺是华东师范大学艺术教育硕士，目前担任瑞士诺贝教育中国区首席代表。她曾在瑞士居住多年，先生出身于瑞士教育世家，现常年往来于瑞中两国，两个孩子就在瑞士上学。如此深谙瑞士寄宿教育，一定是我们采访的不二人选。本文由“外滩教育”公众号记者采访，菁kids特此得到授权并转载此文，希望能够给我们的读者们一个清晰明了的答案。



## 瑞士教育对于大部分中国家长来说，是陌生、神秘、高大上的，你怎么认为？

我们的家长接触到比较多的是英国和美国教育，但不少家长总觉得还有些不尽如人意的地方。比如说，美国不安全，时时听闻校园枪击案，校风和社会风气过于自由开放，又缺乏些文化积淀；而英国主流文化又比较骄傲，可能会发生排外情绪。所以很多家长会很苦恼，似乎总找不到最合适的方向。而当他们了解了瑞士教育，一下子会觉得豁然开朗，原来有这么好的一条路，怎么以前不知道呢。

瑞士学校一直被称为“贵族”学校，其实我倒觉得在这些学校中有时更“苦”：长跑10公里、去徒步、去露营（不是娱乐的那类）、去攀登高峰、去非洲为当地孩子盖房子、严格的作息和管理……有些学校对礼仪和言行也有着近乎苛刻的要求。“尊重他人的文化，尊重他人的宗教，尊重自己”、“责任感”、“自律”、“天下大同”、“公平竞争”都是瑞士学校反复强调的。孩子在这样与国内教育非常不同的体系下所获得的进步会很明显。

了解瑞士教育后，家长会发现，寄宿费用虽然乍一看确实不菲，但性价比还是很高的。把一个孩子送到瑞士，费用包括学费、1-2人间的寄宿费用、餐饮，还有滑雪、登山、音乐、艺术等所有高大上的课外活动，一年多次全球文化考察机会等等，内容很丰富。所以很多家庭在衡量经济实力后觉得确实物有所值，就会很快把孩子送过去读书。

当然，这些家长绝不是因为自己忙于事业发展而无暇顾及孩子，才把孩子送出去让别人教育。他们是在反复权衡空气质量、食品安全、治安环境、社会风气、教育体系、学术能力、价值观念、行为规范、素质发展、个性培养等各个方面后，才最终做出这样的决定的。综合考虑以上各方面，瑞士真是一个非常完美的地方。

## 现在瑞士有多少寄宿学校可供中国人选择？

总共15所。瑞士和英国不同，瑞士本身不大，瑞士人又特别注重Reputation(声誉)，所以学校数量不是很多，但每一所都潜心经营了几十甚至上百年。在这15所学校中，11所是瑞士教育联盟的学校。这个联盟设立的目的就是在全世界推广瑞士教育的形象，让人们想到瑞士教育就像是想到瑞士的银行、钟表、医疗、机械和旅游一样。广招国际学生早已不是主要目的，因为学校规模都很小，基本人都是两三百，或三四百人，每年的名额都是供不应求的，很多学生都是在waiting list上面。

## 这15所里，是不是学费越贵学术越好呢？学校有没有排名呢？费用多少？

瑞士的学校没有排名，因为各具特色。唯一量化的就是学费，而学校的学费是基于学校的

文化特色和定位决定的。学费大概是40万到70万，如加上寄宿生活费和所有课外活动，还有10%的杂费，大概是一年50万到80万左右。

## 瑞士学校的学术力量如何？从中国孩子的学术水平来看，入读瑞士中学是否能无缝连接，还是需要重读一年？

瑞士学校的课程设置极具国际性。美、英、法、德、瑞士、意大利等中学文凭都可选择获得。另还有IB、IGCSC、A-LEVEL等国际课程可供选择。当然，大部分中国学生还是会选择IB课程，IB全球中学文凭，是全世界是挑战性和含金量的文凭，而其本身就是1968年在瑞士日内瓦设立的。

就入学而言，年龄越小的孩子被录取的几率越大，基本不需要复读。申请高中的学生就要看综合实力了。一般申请9年级的话不用复读，申请10年级就要求复读一年。除非孩子英语非常好，可以说服学校不用复读也跟不上。

## 一般瑞士学校毕业后的大学方向呢？

美国大学还是不少人的选择，毕竟学校比较多。以瑞士学校的学术能力，很多学生可以进入美国常春藤系和英国罗素集团的学院，或是留在瑞士。每所学校都有一对一的大学升学指导老师，他们长期与全世界顶级大学保持紧密联系，每年都输送不少优秀学生。

但其实，像哈佛大学的本科在瑞士并不是那么热门，可能很多人会去考斯坦福，去考普林斯顿或者布朗大学，也有的会去日内瓦大学的国际关系学院，爱因斯坦的母校——苏黎世大学的商业管理系。

我认识的一中国男孩，原来想去耶鲁的，但是在瑞士学习后，发现更喜欢欧洲的生活环境和文化，所以他选择了瑞士日内瓦大学的生物医学专业。同样，留在瑞士去全球排名第一的洛桑酒店管理学校也不少。

## 中国孩子从瑞士毕业之后，真的能够获得非常强大的人脉资源吗？

确实是这样，你想象一下，孩子在瑞士学习2至6年，或更长时间，寄宿生活能让他们获得全世界的友谊，而其他学生也都是来自于社会地位较高的家庭。瑞士学校的氛围非常友善、平等、人性化，所以这些友谊，会在今后转化成重要的社会资源和人脉。学校每年在世界各地进行校友会，很多老校友都四、五十岁了，是各行业的领军人物，以后不论在世界各地，只要有需求，所有校友都会相互提携，伸出援助之手来帮你。

## 一些瑞士寄宿中学的师生比接近1:3，学校都宣称可以为学生度身定制课程，是这样吗？

是的，的确是量身定做。如曾经有位家长咨询，孩子在国内已学习多年马术课程，今后目标是参加奥运会，但又非常想去瑞士读书。我与学校联系，尽管这只是一个潜在入学者的需求，但学校马上给到反馈，他们已经找到很资深的马术教练，可以提供一个星期两到三次的私人教学。

再如有位在玫瑰山就读的学生，她已流利使用英语和德语，但她还想学习韩语，结果学校就安排了私教课。在瑞士学韩语？真有点不可思议吧。

## 瑞士寄宿学校的入学门槛是怎样的？

瑞士全球的招生名额一直是供不应求的，中国的名额已经趋于饱和，申请也是越来越难。但对于校方来说，可以在更多更好的候选人中挑选。

要进瑞士寄宿学校要求多而高。英语口语表达能力和语言能力，还有谈吐举止。之后有笔试：英语，语法，写作，数学，科学等。还要国内的成绩单和老师推荐信，个人陈述和家长陈述等，所有环节一个不能少。







# 在瑞士读寄宿高中

## Bording School in Switzerland

文：瑞士诺贝教育 编：晓辉

Cai Yu ,2012年8月入学瑞士莱辛学校，2015年6月即将毕业。对医学专业已有着明确目标的他，现在已手握着一份靓丽的大学录取名单，其中包括以医学专业见长，加拿大排名前3，可与美国常春藤名校分庭抗礼的多伦多大学;英国排名前5的伦敦大学学院(UCL)以及全美排名35的加州大学圣地亚哥分校(UCSD )。而他的父亲，Cai Guang先生——一位在孩子教育上始终高瞻远瞩的家长，曾经任教于上海知名大学的教育专家，显然对于孩子在瑞士国际寄宿学校的学习是非常满意的。





日生活，通用的是英语，教师基本来自美英或瑞士本国。在英语达到一定水平后，更可以选修第二门外语(一般是法语和德语)，这样让孩子走进大学生活后，又多了一个了解世界的工具。

最后，Cai 先生强调说，这一决定还有一个重要原因，即他认为欧洲文化没有美国文化那么咄咄逼人。“我不希望他读书是为了功利性的目的，我更希望他能好好地了解这个世界，能够在高中阶段让他享受一下应该有的纯粹的青春人生，这样反而可以为成年后进入真正的竞争环境做好多元的心理准备。”

Cai先生告诉我们，进入瑞士莱辛学校学习之后，Cai Yu在各个方面都有了更好的发展，无论是学术、兴趣爱好、体育活动，还是在与人的交往方面。“Cai Yu本身就是个喜欢运动的男孩子，进校后简直可以用‘如鱼得水’来形容。游泳、网球、滑雪、学校乐团、每年两次的欧洲文化之旅等等，都是他的最爱。我很高兴，他能够在阳光、洁净的空气、优质的高山矿泉水的陪伴下，感受到快乐的高中时光。”

当然，除了“会玩”，Cai 先生表示，孩子的学习主动性和独立性也大大提高了。“一个从你要他学变成自己要学的孩子，他能够释放出来的能量是惊人的。”除此之外，Cai Yu的社交能力也在一年一换的室友和与不同国家同学交往中，得到不断的进步。这不禁让Cai先生感慨，在良好的德智体全面发展的氛围里，孩子收获的不仅仅是自信，更多的是他养成了探索世界的勇气。

低龄出国的孩子由于年龄较小，离开父母单独生活有可能会与父母的感情产生隔阂，在谈到这方面问题的时候，Cai先生觉得时空的距离并不像大家说的那样减淡了孩子与他们的感情，从某种意义上反而加深了，因为“身处西方社会的孩子可能更能体会到东方父母的一份拳拳之爱”。

但他同时也表示这要因因人而异，还要看各个

孩子的具体情况。“在留学前，应该平衡一下家长自己的担忧，并培养孩子开始学习独立生活的能力。我们基本一个星期视频一次，孩子和我们在视频中能够充分交流。平日里，主要借助于微信。只要大家有空，零零散散的时间都可以利用起来，进行顺畅的交流。”

无论从哪个方面来看，Cai Yu 的小留学生生活都是快乐和成功的，如今即将升入大学学习医学，对于Cai先生来说，没有比这个让他更欣慰的了。

“孩子向往医生职业，当然也知道这个专业和职业的艰难。所以在IB的选课时就考虑到这个专业的要求，并在两年的IB学习中充分投入了精力和热情。在课外，他也一直很积极地在与学校的大学升学指导沟通，不断完善自己的申请计划和材料。”

Cai先生说，在申请大学的过程中，学校在一些关键节点上的把握，对孩子的帮助特别大。比如说，在高二前就会有专业的职业规划课程，可以很好地唤起学生对大学所选专业和人生理想的思考；到了大学申请季前，大学升学指导老师还会根据每个毕业生的学习特点和状况，为其规划最适合申请的大学，这也保证了很高的申请成功率。

“在这过程中，我觉得孩子必须树立自己的目标（是自己的，而不是家长命令或要求的）和实现目标的准备。”相比国内孩子考大学，基本是家长在操这个心，Cai先生表示，“Cai Yu在大学申请整个流程中，都完全没有让我操心，而是在学校的指导下独立有序地进行着。这更让我深深地体会到送孩子出国留学的意义”。

**最后，提到对于有志前往瑞士读书的孩子，Cai先生跟我们分享了这样几条建议和忠告：**

1. 孩子要有基本的自控力。自控力主要是指：要懂得严格遵守国外学校的规章制度和纪律，不能漫不经心地搞特殊化；此外还要合理地分配学习和课外活动的比重。
2. 要有一定的语言基础；
3. 对国外的学习和生活要有一定程度的提前认知，不能片面认为国外学习就是轻松的。

本文转载自瑞士诺贝教育微信公众号。

# 寄宿教育之关键：为学生提供“支持”

## Help and Supports for students in Boarding School

采、文：晓辉 录音整理：高梅 图：上海惠灵顿国际学校提供

上海惠灵顿国际学校是目前上海市唯一一所提供寄宿教育的国际学校，借由杂志11月刊封面故事为“Boarding School”的机会，菁kids编辑采访了惠灵顿的舍监老师Adam Shaw 先生，听听他对寄宿教育的介绍和认识。





**菁kids：上海惠灵顿的寄宿模式来自于英国惠灵顿，那在英国，传统的寄宿学校一开始是如何出现的？惠灵顿学校从何时开始提供寄宿教育？**

**Adam Shaw：**英国最初开办寄宿学校，是为了帮助工作繁忙的家长照顾孩子，而且人们相信，寄宿学校的学习模式可以培养孩子的责任感，尤其是对自己的责任。在寄宿教育中，教会他们独立是关键所在。

就惠灵顿来说，开始（约150年前）提供寄宿教育的原因，是想给那些在战争时期失去父亲或母亲的孩子提供教育机会。战争会牺牲很多士兵，也就是会打散很多家庭。寄宿学校除了教育学生独立之外，同样也会给予社会环境很多关注。

英国惠灵顿，大约90%，甚至更多的孩子住在学校，分属不同的学院（House，学生可自由选择他想成为哪个学院的一员）；在上海，一个学院中只有一部分是寄宿生，大多数学生天天回家，所以变成了带有寄宿选择的学校。

**菁kids：寄宿生活主要在放学后，一个寄宿学生的寄宿生活是怎样的呢？**

**Adam Shaw：**对惠灵顿的寄宿生来说，他们4:45回到宿舍，集合后进行交谈，自由活动，直到5:50；6-7点预习，为第二天的课程做准备；7-8:30是晚餐加饭后休息，期间学生可以选择自己喜欢活动；之后大家回房间集合，点名记录，确保每个人都在，然后他们洗澡，到九点所有人都必须在房间里；睡觉时间是不同的，年龄较长的孩子一般是十点，期间他们休息放松，完成余下的作业。

**菁kids：在自由活动期间，学生可选择的活动形式主要有哪些？**

**Adam Shaw：**较常规的如游泳、篮球、羽毛球等体育运动，或只是坐着阅读、交谈。宿舍里有活动室，还有一个有电视的房间，每三周会有一两次电影之夜，如果他们在某方面做得很好，老师就会组织看电影庆祝。两周一次会举办知识竞赛，把学生都召集起来，问一些常识性或图片相关的问题，带一点竞争性。之前还办过摄影展，我们向话剧部借了所有的衣服，孩子们打扮好在宿舍周围拍照。

**菁kids：如果有学生什么活动都不想参加，他能回宿舍吗？**

**Adam Shaw：**一般情况下每个人都需要参加，不过10-12年级的学生，他们可以选择，如果他们想继续学习，想做别的事，因为他们在很大程度上已经能为自己负责。之后迎接他们的是大学

生活，不会再需要被照看，但现在我们仍需要看着他们，毕竟他们仍在尝试，会有很多问题产生。

**菁kids：这期间的活动都会有老师在场吗？在宿舍和学生管理方面有什么常见的问题？**

**Adam Shaw：**我们有不同的老师住在宿舍楼，每天晚上有老师值班，学生有任何问题，都可以随时敲门，向值班老师寻求帮助。学校还有一些实习生，多数来自英国的惠灵顿，他们在那里毕业，现在又回到学校实习，协助宿舍管理以及各个部门的工作，因而孩子们一直有人陪伴。

至于在管理方面，有一个具有现代感的问题是电子产品，如手机、电脑游戏之类。九点的时候我们会统一收回电子产品，但有的学生会把它们藏在衣橱里，有的学生还会上交假的，留下真的，这是他们这个年龄段的常见问题。年级较长的孩子得到信任，虽然他们有人也藏，但以我的教育观念来看，孩子需要被信任，这很关键。

对于被发现的孩子（一般都会以各种方式被发现），以我的经验，第一次就进行惩罚或采取拿掉手机，严厉批评的方式，往往不奏效。如果你逼迫一个孩子，他们会反抗回来，因为他们可能并不认为自己做错了，所以我们需要交谈，帮助他们分析这个事情。

举个例子，假如小约翰在课上做错了什么，我们应怎样处理？有一种处理方式我们不会采取，那就是让他下课或午休时间过来坐着反省，这样没有效果，解决不了问题。学生做错了事情，我们的工作是他坐下来，问他发生了什么事。“告诉我你的看法，你为何这样做？为什么你觉得这样做也许并不好？如果你有选择的机会，你会和原来表现得不同吗？”鼓励学生把问题说出来，这种处理方式比只对他说道“你有麻烦了，坐下来”会更强有力。有时稍微改变下方式，会让一切更清晰，更易于解决。

通过坦诚的交流，多数学生都会理解，认识

到自己的错误，即使他们当中有的还是会再犯（笑）。

**菁kids：选择寄宿的学生遇到的最主要的问题是什么？**

**Adam Shaw：**对于新寄宿生来说，想念父母是一个问题，因为毕竟是第一次离家寄宿，也给我的管理带来很多挑战。但多数学生跟同学们度过一段时间就会适应。

在寄宿生活中学会“独立”和“自我管理”是很重要的，因为不能事事都寻求帮助。所以我花了很多时间跟他们讲如何管理自己，如何利用晚上的时间，要按时完成作业等等。部分学生的父母工作很忙，孩子在家里，他们没空照管，送到学校里来，作为舍监老师，就要照顾好孩子，就算只有一个小时。

**菁kids：作为学院院长和舍监老师，您认为在您的工作中最重要的部分是什么？寄宿制度的根本目的为何？**

**Adam Shaw：**保障学生的安全是基础，但最重要的还是要使他们快乐。要实现这一点，最有效的一个方法就是要经常和学生聊天、交谈，鼓励和引导他们说出自己的想法和疑惑，以此帮助他们将各种情绪和感情表达抒发出来。因为只有心灵愉快，学生们才有动力刻苦学习，进而举止端正，得到全面发展，做得更好。

寄宿和学院制度的根本目的是为了帮助、支持学生，培养他们的独立意识和责任感。要让学生知道，无论发生什么，都会有人跟他们站在一起，理解并帮助他们，这至关重要，也是我工作的方式。

如果你有机会接触我们这里的孩子们，会发现他们都很快乐，因为他们得到了帮助和支持。去年年底，我和孩子有次交谈，他说有一件让他们很感激的事情，那就是这里的老师都会和他们坐下来谈话。这也是我最乐于做的事情，孩子们则更感兴趣。



**Adam Shaw**

上海惠灵顿国际学校舍监老师。Adam曾在迪拜Repton School 做过相关寄宿工作，后作为设计和科学教师受聘于天津惠灵顿国际学校。在2013年，他来到上海，成为上海惠灵顿的舍监老师，全程参与了整个惠灵顿的相关寄宿准备工作，并为此参观和拜访了英国和其它国家的多所领先寄宿学校。

# 艺术手工游戏， 让孩子更加快乐、自信！

## Art Recipes for Children to Be More Happy and Confident

文：Robin Shepard 编：Echo 图：学建教育

游戏是小朋友最自然的表达自我的方式，它是孩子表达情感和愿望，与外部世界探索关系的重要媒介。在为有特殊需求的孩子（如自闭症和发育迟滞）提供治疗方案时，治疗师一般多会采用艺术治疗干预手段，鼓励孩子接触不同的艺术材料，参与简单有趣的艺术创造活动。这样的艺术创造，作为一种专业治疗方式，可以有效地让孩子学会更好地表达，增加对自我行为和情绪的认识，从而达到很好的治疗效果。若作为家庭亲子游戏，则能加强亲子之间的情感联结，还有助于孩子个性的完善和发展。最重要的是，小朋友可以在游戏中体会到创造和成功的快乐，更加自信。

### 与孩子们共同尝试2个特别棒的艺术手工小游戏吧！

#### 珊瑚泡泡

这个小游戏，只是用一些洗洁精和大量的无毒颜料在纸上绘制泡泡图案。这些图案完成后，看起来像是海洋中的珊瑚。通过简单的制作技术，能产生很多奇异美妙的效果。操作简易，有趣好玩，可以和小朋友一起在家中尝试一下。



#### 材料准备：

6份水  
2份液体洗洁精  
2份无毒，水性涂料

#### 制作过程：

1. 在一个浅盘或者平底锅中混合所有的材料。
2. 将一根吸管插入混合物中，然后对着吸管吹气产生许多泡泡，直到泡泡溢出。
3. 将一页纸盖在碗上，那么这张纸的一面将会覆盖泡泡。然后再移开这张纸，放到通风处，风干。在移动过程中，要小心，不要弄破这些泡泡。
4. 最后拭目以待纸上的泡泡图案，结果非常有趣和让人期待哦。

#### Tips

即使孩子不会吹吸管，他们也可以从帮助混合材料和放置纸张中获得许多乐趣。





## 高盐面团海星和热带鱼

先准备高盐面团，很容易，像饼干面团一样捏合即可。后用饼干模子来盛放面团，放到烤箱中烘烤。再用五彩的丙烯涂料进行装饰，漂亮的海星和热带鱼就做好啦。当然，模子多就能做出更多好玩的。



### 材料准备：

2份中筋面粉  
1份盐  
1份水

### 制作过程：

1. 将所有材料在一个碗中混合均匀。
2. 一个光滑的平面开始捏合面团。可以洒一些面粉在手和面团上，面团不会发黏。越是揉搓玩乐，面团的质感越好。
3. 搓揉好后，将适量面团放进饼干模子。
4. 将饼干模子放到烤箱中，用低温（100摄氏度）烘烤1小时，
5. 烘烤好的半成品，等冷却之后，用五彩的丙烯涂料或马克笔上色。漂亮的海星和热带鱼就做好啦。

## Tips

如果想要做成挂饰的样子，记得用铅笔或者牙签做出一个洞。这样一来，在烘烤之后，绳子就可以轻松穿过去了；虽然面团无毒可食用，但是味道绝对不好吃。



### Robin Shepard

The Essential Learning Group诊所儿童早期干预治疗项目主管。Robin Shepard为年龄段为2-6岁，有轻度到重度的特殊需要的小孩子提供治疗方案，包括自闭症和发育迟滞。很多孩子在参加了在该项目治疗了一段时间后，能进入普通学校进行就读。

# 儿童视力发育



## 与规范验光

Children's Eyesight Development and Refractive Examination

文: Steven Zhang 编: 晓辉 图: 全康医疗中心提供



## 儿童视力发育规律

胎儿眼球发育始于怀孕两月时，出生一月婴儿的视力只有光和手动感，此时的宝宝还借助听觉、嗅觉辨认亲人。随着身体发育，幼儿视力也在逐渐增长，大约1岁>0.2，2岁>0.4，3岁>0.5，4岁>0.6，5岁>0.7，到6岁以上，能达到1.0（标准视力是1.0，而非我们误传的1.5）。视力水平的发育也是从小到大、从远视到正视再到近视，通常5岁以前有轻度远视。

## “屈光不正”与近视矫正

视力不好是最常见的儿童眼科主诉，孩子视力下降，或是由于视网膜功能不好，或是屈光通路有恙。我们俗知的眼睛“度数”问题，在眼科医学中称为“屈光不正”，包括近视、远视、散光等眼部问题。

“散光”指角膜形状呈椭圆形，每个人多少都有，绝对正圆极少，即绝对无散光者极少。散光是天生的，属正常情况，如同鼻子有高低，因此只有在散光影响到视力或引起视疲劳时才需要纠正（不正常的进行性高散光另论）。

“近视”既与人种有关（东亚地区是全世界近视高发地区），也与读书多、活动少、考试压力大等生活习惯和外部环境因素有关。近视只会每年加深，直到18-20岁左右，度数才会基本稳定下来。而“远视”则通常意味着眼球过小，在幼童中属正常现象，但与年龄无关的高度远视就需要治疗。

裸眼视力低一点并不可怕，只要矫正达到标准就行。在进行矫正之前，为了得到一个基本的、稳定的度数，需要对儿童眼部进行规范验光，称为“医学验光”，以此数据作为配镜参数。

值得注意的是，由于每个人的屈光度数都会有波动（年龄越小，波动的可能性越大），因此在验光过程中需要滴入“散瞳药水”，使眼部放松。在临床上，为了减少儿童的不适，对于大部分明确的、度数并不高的近视，医生一般会使用快速散瞳药水。若小朋友已经经历过多次验光，并且度数变化不大，且不属于“建议使用强散瞳剂”的案例，医生则会比较快速散瞳剂使用前后的差别，根据经验做出微调，得出配镜处方，以期得到“清晰、舒适、持久”的戴镜体验。

## 如何在日常生活中判断儿童视力发展状况？

通常3岁以上的宝宝稍加训练，就会指认视力表，有儿童卡通图案视力表，但不如E字表准。幼儿园多从小班开始普查视力，如低于该年龄段标准，就应去眼科做进一步检查（若有“早产儿+吸氧史”或有家族遗传眼病史，或外观已有异常，必须提早做详尽的眼科检查）。

细心的家长还可以通过观察婴儿能否追踪物体来判断视力，最好轮流遮住一眼，这样就能分别知晓左右眼睛的功能状况。日常生活中的一些细节也会有所提示：若孩子在看电视时有头部倾斜或要跑到电视跟前才能看清，提示可能有视力障碍，或两眼视力不平衡，或有弱视，这时应该去眼科检查，明确是否有屈光问题（近视、远视、散光）或斜视、斜颈的可能。绝大部分“斜头、斜眼看电视”的孩子并无实质性疾病，不需要特别纠正，好比不需要特别纠正左撇子一样。

在现代生活中，影响小朋友视力的罪魁祸首就是各种高科技电子屏幕，“电子保姆”如电视、手机、ipad、iphone等，屏幕越小越容易引起视疲劳，进一步导致近视或使近视加深。电子产品的使用应掌握“远距离、少用、间歇”的原则，家长在这方面的提醒、监督作用的发挥是保护小朋友视力健康发展的重要因素。最后请家长记住一点：我们的孩子一般不会面临当兵、招工（保安）等压力，哪怕视力略差一点，生活开心就好。



**Steven Zhang**

上海全康医疗中心眼科专家。Steven医生硕士毕业于上海第二医科大学，受训于荷兰鹿特丹眼科医院和阿姆斯特丹VU医学中心。擅长角膜疾病和屈光不正治疗，包括医学验光、RGP验配和准分子激光手术，在青光眼和葡萄膜炎的治疗、眼睑美容手术和眼表显微手术方面有超过20年的临床经验。

本文未经许可，不得转载。

**BRITANNICA**  
INTERNATIONAL  
SCHOOL,  
SHANGHAI

SIXTH FORM  
RESEARCH  
A-LEVEL  
PERSONALISED LEARNING  
WORLD SCHOLARS CUP  
GLOBAL PERSPECTIVE & RESEARCH  
HIGHER EDUCATION COUNSELLING  
COMMITTED AND EXPERIENCED UK TEACHERS  
EXTENSIVE ENRICHMENT PROGRAMME  
SIXTH FORM  
WORLD SCHOLARS CUP  
TOP INTERNATIONAL UNIVERSITY ENTRANCE  
2016-2017 ENROLMENT  
CHOICE OF SUBJECTS TO STUDY  
EXPERIENCED UK TEACHERS  
INTERNATIONAL TRIPS AND EXPEDITIONS  
A-LEVEL PERSONALISED LEARNING PROGRAMME  
ACADEMIC AND PERSONAL MENTORING  
MODEL UNITED NATIONS  
SMALL CLASS SIZES

2016年八月，你16岁了吗？  
想进入世界顶尖大学吗？  
来加入上海不列颠英国学校的  
A-Level课程吧  
立即报名

上海不列颠英国学校  
古北路1988号，近吴中路  
电话：64027889  
邮箱：sixthform@britannicashanghai.com

WWW.BRITANNICASHANGHAI.COM

An Orbital Education School

# 带你玩转万圣节

## Crazy Halloween

文/图: Sally Wilson 译: 赵明霞 编: 王蕾、Echo



不给糖就捣蛋！大人孩子都爱的万圣节活动一大波袭来！想置办一个属于自己的独特派对吗？或是找寻一场魔都最纯粹的万圣节舞会？菁kids帮你全搜罗。

## 零压力办场“邪恶派对”

### 谁会来？

首先，确定你的万圣节派对需要满足哪个年龄层的口味，列出嘉宾名单。如果其中一些客人是非常年幼的儿童，那么请务必小心：不要弄得太恐怖。

### 确定日期

今年的万圣节是星期六，非常完美的日子。

### 恐怖游戏

游戏主题包括“木乃伊包裹”（即像木乃伊一样，用绉纸把客人包起来）、咬苹果、订女巫和制作骷髅。特别提醒：千万别忘记准备一些相称的音乐！

### 选择主题

如果把整个派对精炼成几个要点，那么准备装饰物、食品、游戏以及活动将是“小菜一碟”的事。比如，你可以举办一个集合了蜘蛛、蝙蝠和黑猫的“全黑昆虫&动物”舞会；或者，你的舞会主题也可以是女巫、幽灵或者小妖精。如果想要举办一个“没那么可怕”的舞会，可以以“秋天”为出发点，比如南瓜和秋天的树叶。不过，要记得提前购买舞会装饰物和游戏所需的手工材料。

### 设定预算

如果你计划雇佣娱乐团队来助兴，那可不方便，需要提前几周就开始预约。

### 发出邀请

设计并且派发你的邀请函。这些邀请函的制作可以从舞会主题中提炼要点，它们还应该包括答复表（RSVP）、着装规定，并要求被邀请人注明是否存在食物过敏的问题。



**购买服装**

孩子越小，准备的服装可能越简单。通常情况是，孩子们往往因为长得太快穿不下之前的服装，也或许会因为某些怪癖而不愿再穿旧衣服。值得注意的是，十月末天已转凉，要准备一些可以穿在外套下面的、保暖的衣服。

虽然淘宝上有很多可供选择的服装，但是怎么比得上亲自挑选更过瘾呢？在上海，可以去七浦路、城隍庙转转，快把小家伙们打扮起来吧！

**决定菜单**

你可以提供一些普通的食物，但给它们起一些有创意的名字，比如：一盘肉丸番茄酱意面被叫做“女巫肠粉”、爆米花被叫做“蝙蝠脑”，还有葡萄干可以是“臃肿黑蚂蚁”。你还可以更有创意——制作一份蝙蝠形状的披萨，配上手指热狗，或是一个姜饼鬼屋。

请备好任何你可以提前制作的食物，把糖果准备好，在你的房间内设立几个供孩子们玩“不给糖就捣蛋”的地方。对于想控制糖份摄入的家长也可以考虑分发假文身图案、贴纸和荧光棒等小玩意儿。如果你居住在国际化社区，小区有庆祝万圣节的传统，那么上门来的孩子会很多，要多准备些糖果。另外，南瓜雕刻是最重要的传统之一，别忘了雕刻剩下的南瓜肉可以做成南瓜派和南瓜汤。

**感受最纯粹万圣节**

不想自己办派对？没问题。虽然万圣节对于中国人来说并不是一个传统节日，但仍有很多途径可以享受“恐怖狂欢”。





### 浦东嘉里城“奇境列车之旅”

忽明忽暗的灯光、行为怪异的乘客、突如其来的意外、令人毛骨悚然的诡异声响……这所有的恐怖事件都在佩戴虚拟实境眼镜后轮番向你袭来，你能所做的只有抛开一切，放声尖叫！嘉里此次活动均采用先进的“虚拟实境”技术，通过生成一种交互式的三维虚拟现实场景，带给用户身临其境的感官体验。

这趟备受瞩目的列车已于10月4日停靠浦东嘉里城B1“噩梦始发站”，将持续运行至11月1日。此外，10月30日起，活力无限的浦东嘉里城内还将有一系列围绕万圣节主题的活动展开。室外前庭至中庭的万圣节市集，10月31日万圣节当日的恶魔巡游化妆舞会、真人抓娃娃机、“不给糖就捣蛋”等主题活动也将陆续上演。

另外，节日期间，浦东嘉里大酒店The COOK厨餐厅、The MEAT扒餐厅、及The BREW酿餐厅将推出一系列万圣节主题套餐。在The COOK厨餐厅享用万圣节自助晚餐或万圣节早午餐的客人可免费获得一张体验门票。

**时间：**10月04日至11月01日

**购票：**浦东嘉里城B1中央活动区“噩梦始发站”购票或登录大麦网购票

**地点：**浦东新区芳甸路1155号 7号线花木路站

### 上海嘉庭中心迎战万圣节

为一群小恶魔们准备好了所有道具和材料，设计专属自己的万圣节面具。更有自助参会，等着你穿上最特别的装扮来嘉庭中心度过一个难忘的万圣之夜。上海嘉庭中心是国内首家专注于菁英人群嘉庭的俱乐部，其格调和环境一定会让家长满意，让孩子玩疯！具体活动信息可电询021-8025 8666

**时间：**2015年10月28日迎战万圣节；  
2015年10月31日万圣节自助餐会

**地点：**上海市泸定路46号







### 2015上海魔夜魅影万圣节惊悚主题派对

一年中的恐怖气氛将升至极致，不用再躲在被窝里看鬼片，参加上海万圣节最大型惊悚派对，体验西方万圣节经典习俗。

**时间：**2015年10月30日 星期五

**地点：**浅水湾文化艺术中心 上海普陀区宜昌路179号

**官方购票：**<http://www.yeguanjia.com/party/222.html>



### Mad Science独家定制万圣“狂欢夜”

DIY南瓜、讨糖果……那只是万圣节的标配，怎么让小朋友们在万圣节过的更惊奇、有趣、充满着科学酷酷的感觉呢？由Mad Scientists团队打造的神奇黑屋，让神奇科学堂儿童科学体验中心每一处都将充满着万圣节的气息。小朋友们可以在黑屋里亲自制作会闪闪发光的粘液并探索在深海世界里发光的神奇“水母”等，这样的黑屋是不是特别炫酷呢？具体信息可登陆父母邦查看并购买入场券。

**时间：**2015年11月01日

周日 17:30-20:00

**地点：**浦东新区金科路2889弄长泰广场2座3楼

**购票：**具体信息可登陆父母邦查看并购买入场券



（原文载于beijingkids十月刊，菁kids加以编辑）

冰岛

# 海洋明珠游走记

On the Road in Iceland

文/图: Lilly 编: Echo





从孩子们一出生开始，每年圣诞节和暑假，我们全家都会安排两次远足。近年来，法国、英国、挪威、芬兰、苏格兰、维也纳、布拉格等等，都留下了一家人的足迹。每次远足，我们都不会跟随旅行社，而是自己准备所有的行程和攻略。旅行的好处不言而明，孩子们已经习惯了和我们一起探索这些各具特色且充满冒险的旅途。2013年，我们从冰岛首都雷克雅未克出发，开始十天九夜的自驾环岛游，全程大约四千公里，一家人在兴奋的旅途中收获了这一颗耀眼的海洋明珠。





说到冰岛，在看到那里冰川瀑布之前，需要先了解欧洲的海盗文化，也就是维京文化。这个坐落于大西洋和北冰洋中间黑色岩石上的小小岛国，气候恶劣却又神秘莫测。公元860年，挪威的维京海盗离开家一直往西远航，登录冰岛，自此开始定居于此。这里岩浆活动非常活跃，30多座活火山，冰川占总面积的11%，自然条件如此恶劣，所以冰岛成了全世界人口密度最低的国家之一。而这些海盗的后裔，如今依然在这片神奇的土地上延续着生命。

第一天在抵达雷克雅未克市之前，我们驾车直接去了蓝温泉Blue lagoon。这个行程安排非

常棒，一身的疲惫在第一眼看到蓝色耀眼的温泉时全部消失了，取而代之的是兴奋和不可至信，蓝温泉水温很高，耀眼的孔雀蓝色，四周都是礁石，水底还有火山泥，大家可以自行取用。所以蓝色的水里全是一个个泥人，孩子们玩的乐不思蜀。

第二天，我们开车320公里，去了黄金圈，SKOGAR。在这一天，我们看了大小不同的五个瀑布，有细水长流的，有像水帘洞一般可以穿越的，也有三条瀑布壮观交汇在一起的……除了各具特色的瀑布，还看到一个个喷泉，这些冒着巨大热气的水柱每隔几分钟就从地面的一小滩水突

然冲天而成几十米高的水柱，吓孩子们一个措手不及。

第三天我们经过的是冰岛最美的黑砂平原熔岩和沉积平原，以及欧洲最大的瓦特纳冰川。要看冰川真是是件很辛苦的事情，大夏天，孩子们穿着羽绒服，越往山里走越冷，大约步行了半小时。冰川远景才大约出现在眼前。这几万年前的冰川，我们也只能在几公里外远远的看看，想触碰一下都不可能。整个冰岛的深处是几亿年来形成的冰川，是人类从来到不了的地方，面对这么古老壮观的存在，突然觉得自己好渺小。





第四天，我们在冰岛最美最美的一条沿海公路狂奔了一天。冰岛的单车道很窄，因为车子少人少，修宽了也浪费。遇见对车就需要老老实实的停车在一边，等他走了再开上去。大家轮流开，秩序良好。如此美的沿海公路，时而左手是高山峻岭，右手是悬崖峭壁，又时而左边青山绿水，右边白浪拍岸，而且弯道极多，各种高低落差超过五米的坡道。那天由于孩子爸爸开了三天的车有些疲惫，由我来开车。趁这大好机会，直接带着兄妹俩玩起了极品飙车，孩子们当然也是惊叫连连。结果就是，孩子爸爸再不允许我在冰岛开车了。

第五天的行程丰富充实。我们在欧洲第二大瀑布—黄金瀑布(Gullfoss)看到了一道又一道彩虹，然后到达Husavik。据说运气好可以看到鲸鱼，不过我们的运气一般，没有看到鲸鱼，却看到了一群群海豚。坐了三个小时的船去看北极圈小岛，虽然路上没有看到鲸鱼，但孩子们被船长邀请进了主舱。他们戴上了船长帽，亲手把了舵。妹妹还为导游姐姐做了小助理，为大家展示了鲸鱼的骨架。在这里我们还看到了冰岛特有的

PUFFIN小鸟，这种小鸟黑黑的羽毛，桔色鲜艳的大黄嘴，还有对萌极了的大眼睛，深受孩子们的喜爱。

我们太爱第六天了，因为来到了《地心游记》中为我们描述的地心入口—Snaefells Peninsula。那天下着小雨，我们按要求全副武装成如矿井工人，跟着导游下了井。底下很黑，大约下到六十米的深度，我们头上的头灯就只能照到极近的距离，耳朵里都是嗡嗡声。地底的石头有不少是钟乳石，还有全世界最古老的北极狐的化石。最后，为了让大家体验一下独自在地底的黑暗，导游让大家把头灯关上，静静的呆一分钟，以北欧人的幽默，在一分钟极度黑暗和恐惧的尽头，一个巨大的声响和光影，为我们指了一条可以通向意大利的地底之路。至今孩子们还认为真的可从冰岛的火山底下跑到意大利去，哈哈……





第七天，瓦特纳冰原（Vatnajökull Glacier）上的杰古沙龙湖是我们的目的地，这里是《007》和《古墓丽影》的拍摄地。我们一到湖边就被这里的蓝色的冰块吸引住了。冰岛所有的蓝色是在太蓝了，这巨大的蓝色的冰块以各种奇怪的姿态漂浮在水面上，最惊人的是这些冰块居然还会不停地翻身，吓我们一跳。孩子们嘴里一边含着导游姐姐分享给大家的万年玄冰，一边不停问为什么这里的冰会是蓝色的？为什么冰山会翻身？我们得到的解释是因为冰块中进入空气，影响了密度，造成了蓝色和翻身。我不知道孩子们能不能明白密度，但是，亲眼见证大冰山在湖面上翻身，真的非常震撼。

第八天，我们去往Stykkishólmur小镇，当地正在举行丹麦节。因为冰岛的居民几乎都是当年丹麦和挪威维京海盗的后裔。所以，每年为了纪念祖先漂洋过海定居在这里，他们都会举办庆祝会。在冰岛的国土上，到处插满了丹麦国旗，大人们身着丹麦服装，孩子们玩着丹麦游戏，我们品尝着丹麦食物，真的非常具有穿越感。

第九天，向美丽的黑沙滩进发。我们费了些劲爬上了那座大象似的悬崖，又费了点劲在风里拍了全家福。清晨踏足在黑色沙滩和白色浪花里，全家人一起迎接太阳的升起，那种美妙的感觉，不言而喻啊！

在陡峭的半山腰上，经常能看到羊。我们一度认为这些迷路的羔羊是年轻的牧羊人弄丢了的。但是当地人告诉我们，冰岛所有的羊全部打上了芯片，然后被放养在了整个岛上，每年到了剪毛的季节，大家都会从山上把羊们赶进羊圈，然后扫芯片来辨别主人。如此放养方式在国内很少见，想象自由随性环境下养出来的羊毛，是不是特别温暖。



最后一天，我们自驾回到了雷克雅未克市，吃了最后一顿各取其名的当地鱼——虽然对于中国人来说，他们都叫三文鱼，肉感十足。

如今两年过去了，我们已记不清楚那些绕口的冰岛地名，但所有冰岛的回忆，充满传奇般的美丽。我们喜欢那里的人烟稀少，及会突然出现在一片荒芜中如童话般的小木屋；我们喜欢那些

满目沉重的黑色焦土，及与绿色苔鲜相互碰撞出来的美妙感觉；我们喜欢那蓝得耀眼的海水，及远处不可触及的古老而又神圣的冰山。相信这所有旅途上收获的风景，必将让我的孩子们更加热爱大自然，热爱旅行。2015年圣诞，北海道、大溪地，我们继续在路上！



**袁莉莉**

上海交大EMBA硕士。有一对可爱的中法混血宝贝，自称女童玉女妈。这是一个不是在和孩子旅行，就是和孩子们在旅行路上的妈妈，时刻 Po 拍孩子们的照片；这又是一个拥有自己事业，跨界创业的女企业家。平时爱秀跑步，爱玩帆船，亦是朋友圈里参与慈善活动最积极的妈妈。



# 家有俩宝

## With Two Sons at Home



### 道道

做过6年记者，后改做企宣，工作教子两手抓。小儿云舒刚上小学，不爱卡通爱国学，妈妈也在伴读的道路上温故知新，更觉任重道远。

云舒爸调休，被抓差接儿子放学。正常情况40分钟的路程，父子俩走了一个半钟才到家。期间，云舒陪着爸爸逛了街买了手机贴膜，顺便在公交车站体验了上上下下的享受。当我哼着小曲儿推开门，发现浩大的作业工程刚刚拉开序幕，耳畔即刻杜鹃啼血猿哀鸣。

毫无疑问，晚饭桌上的气氛变得不太友好：“不知道他放学后的时间多紧张？这种时候居然带他去逛街，怎么想得出来？”“我们顶多花了30分钟好不好？”“30分钟？我们每天紧赶慢赶能挤出5分钟来讲故事都笑不动啦。”……此时，默默吃饭的云舒一句话及时阻止了战火蔓延：“这就是男人和女人的冲突。”

说的没错。但请允许我在心里把话说完：你当然不知道30分钟意味着什么。因为你每天吃过晚饭洗好碗盖就自由自在出门消食，回来的时候娃已经学完古诗练完琴整理好书包，一切就像没发生过一样；因为儿子的到来对你来只是有了一个人管你叫爸爸偶尔让你抱一下并且花完你大部分的薪水。在此之前你的生活是足球F1加魔兽世界，在此之后你的生活变成足球F1外加中国好声音；因为，你每天抱个手机就可抵一日三餐，目光停留在悍妻娇儿身上的时间及不上二维码扫一扫；还因为你笨手笨脚第一次给娃换尿布就把他冻得鼻涕横流，第一次给他剪指甲就剪得只剩下南半球……

婚姻的陷阱之一在于，生娃是个买一送一的买卖——当你尚不知该如何独自应付一个低龄外星生物时，生活已经冷着脸把长大成人版推到面前。你以为百年一遇让他接孩子，并且碎碎念叨过几点放学，坐几路车，另外贵公子还有40%左右的机率被老师留堂，之后，除非外星人入侵应该不会再有其它意外。结果却是，他永远有办法从你的意料之中成功越狱。

既然继续争论的结果只能向儿子证明成年人的不智，我决定明里收兵暗中使劲——今晚你陪读（不让你亲力亲为，还真当自己娶到了田螺姑娘）。气呼呼的爸

爸在惊天动地地洗好碗后，怀着“我陪就我陪”的慷慨破天荒坐到了儿子身边。而我则闪进外婆房中，调低电视音量开始收听现实版肥皂剧——“这一横怎么会歪着写呢？”“那个口字的位置不对搞得整个字那么难看！”“这个问题我跟你说过多少回了怎么就是记不住？！”“往哪看往哪看，叫你干嘛听不到吗？”……我上回听他一口气说这么多话还是大四那年第一次约会晚上。陪小学低年级同学做功课这件事，果真足以让所有正常人短失理智，没有男女之别，甚至像爱情一样不分年龄、种族、性别。

收工之际，刑满释放的爸爸脸上早已没了杀气，对黄脸老婆说话的口气回到蜜月期，男人和女人穿过共同的苦难再度携起手来，和谐得一塌糊涂。

此时沉浸在幸福中的我还不知道，一分钟后将再度迎来崩溃时刻——桌上摊着几份通知需要家长签字画押。只见爸爸目光如炬哗哗扫过通知内容，待要提笔却愣住了，“你哪个班的？”天！你确定接回来的是亲儿子？

翌日，身怀二宝的大学同学发来甜腻的信息，“亲爱的，你是不是也计划再来一个？”“这个，还是不用了。”“为什么呢，云舒那么乖，你就不想给他个伙伴一起成长吗？”“不是不想，是我家已经有了。”对方待要再闲扯几句，我果断掐断话头：“亲爱的我今天有点忙，因为昨天玩了把大撒把，娃果然漏做了功课，自作自受的结果就是，咱们只能改天再聊了。”



Michelle\_Grade 7\_Digital Surrealism Project



Kevin\_Grade 8\_Digital Surrealism Project

# 来自上海协和国际学校学生的 艺术作品

Artworks from Concordia International School of Shanghai



Cindy\_Grade 7\_Digital Surrealism Project



Adam\_Grade 8\_Digital Surrealism Project





Selena\_Grade 6\_Zentangle Project



Olivia\_Grade 5\_Zentangle Project



Dennis\_Grade 5\_Zentangle Project



Emily\_Grade 6\_Zentangle Project

# 分类信息 DIRECTORY

## 学校名录 Schools

### 安乔国际双语幼儿园

#### Angels International Bilingual Kindergarten

安乔国际双语幼儿园是一所采取中、英语教学的学校，从本校毕业的学生，不管来自哪个国家，都能说出流利的中、英文，并且能独立阅读简易的中、英文故事。另外由西方老师授课的打击乐、轮滑课等课程最受孩子们的欢迎。透过这些丰富多彩的活动，安乔的小天使们每天在快乐中学习，而13名专业的外教团队，配合25名中文专业幼教老师，安乔国际双语幼儿园为孩子创造最优质的教育环境，所以从安乔毕业的孩子，都非常热情、活泼、有礼貌，并且学到比同年龄的孩子更多的知识。

地址：上海市青浦区徐泾镇蟠龙村281号  
电话：(021) 5988 3458  
电邮：admissions@angels.org.cn  
网址：www.angels.org.cn

### 复旦附中国际部

#### Fudan International School (FDIS)

复旦附中国际部坐落于上海市杨浦区，毗邻复旦大学，隶属复旦附中（上海市重点高中，四大名校之一），并且于2014年3月被上海市教委纳入外籍人员子女管理学校。学校于2002年创办，提供1-12年级的英文课程和9-12年级的中文课程。学校旨在培养具有创造力、懂得反思和自主探究、既具备学术能力又具有社会公益服务精神的全面发展的学生。

英文课程：  
地址：上海市杨浦区国权路325号  
电话：(021) 6511 1292  
邮箱：admissions@fdis.net.cn  
网址：www.fdis.net.cn  
中文课程：  
地址：上海市杨浦区国权路384号  
电话：(021) 5552 0127  
邮箱：fdischina@163.com  
网址：fdischina.fdfz.cn/CN/

### 虹桥国际学校

#### Hong Qiao International School

虹桥国际学校分幼儿园，小学部，中学部，招收从18个月至14岁外籍及港澳台学生，教授国际文凭（International Baccalaureate）课程，致力于培养具有全球性视野的终身学习者。2015年2月，学校将迁至长宁区伊犁南路218号，新校区坐落于古北中心区域，配备小型剧场，游泳池，屋顶花园，以及STEAM(Science, Technology, Engineering, Arts, and Maths)设计中心。

地址：上海市长宁区伊犁南路218号  
电话：(021) 6268 2074/6268 9773  
电邮：Admissions@hqis.org  
网址：www.rbischina.org

### LUC国际儿童中心

#### The Little Urban Center (LUC)

LUC是一个非营利性的教育机构，为1岁半至6岁的小朋友提供双语学前教育。LUC的教师团队由资深外教和中教组成，

提供探究式的互动型教学的课程，帮助学前年龄的小朋友充分发挥想象力，提高求知热情，让小朋友们富有责任心以及独立能力。LUC的幼儿园预备课程特别为1岁半至3岁半的小朋友提供一个双语并且接近家庭的环境，让第一次上学的小朋友能够尽快适应集体生活，在社交能力和学科内容上为未来的学习打好基础。另外，LUC活动中心也以小朋友举行派对活动而著称，同时提供多种课后班供家长和学生选择。

地址：上海市浦东新区芳甸路779弄233,281号  
电话：(021) 5187 2889  
电邮：admission@thelittleurbancenter.com  
网址：www.luc-china.com

### 蒙台梭利儿童之家

#### Montessori Children's Academy

蒙台梭利儿童学院成立于2005年，学校秉承蒙台梭利理念，提供全英文与全中文小班混龄教学。学校班级主班老师均持国际蒙台梭利证书，来自英语母语国家，助教均是既是幼教毕业，又能讲一口流利英语的师范生。学校位于浦东碧云国际社区，环境整洁、幽雅，并有室内外操场。

地址：上海市浦东灵山路2000弄56号  
电话：(021) 5075 5472  
电邮：monteacademy2005@yahoo.com  
网址：www.montekinder.com

### 牛津国际公学常州学校

#### Oxford International College of Changzhou (CZOIC)

牛津国际公学常州学校自2011年起由必益教育集团及地方政府共同建立，力求将高素质国际化教育引进常州。牛津国际公学常州学校招收年龄为3-18周岁的中外国籍学生，寄宿生年龄为6-18周岁。学校遵循纯英式教育体制提供英国爱德思A-Level和IGCSE课程。学校由拥有高级资质的专职教师任教，教师来自中国、英国、美国、加拿大以及其他以英语为母语的国家。学校的宗旨是培养未来的领导者。学校不仅注重学科教育，更注重学生的人格培养，帮助学生未来进入牛津、剑桥、哈佛等世界顶尖大学，并在日益国际化的社会中取得成功。

地址：中国江苏省常州市武进区经济开发区环湖北路9号  
电话：400-019-8880 / (0519) 8888 0682  
电邮：info@czoic.com  
网址：www.czoic.com

### 启德儿童国际教育

#### The Child Academy (TCA)

启德儿童国际教育是一所拥有特色的双语课程的多元文化国际幼儿教育机构。早在2007年来自加拿大的创始人在德国中心开办了第一所校区，于2013年又成功的开办了金桥校区。TCA专门设计了开拓性的教学课程，并配套使用专业的教育，来积极培养他们在学习、社交、情感及身体方面的综合发展。

张江校区：上海市浦东新区科苑路88号德国中心

金桥校区：上海市浦东新区新金桥路1888号  
电话：(021) 2898 6828; 6855 8658  
电邮：info@thechildacademy.com  
网址：www.thechildacademy.com

### 启星学校

#### Bright Start Academy (BSA)

启星学校是一所美式双语幼儿园，采用浸入式教学法，旨在为18个月-6岁孩子提供最好的早期教育。学校拥有三大课程项目：幼儿园、亲子早教、英文读书会，满足各种不同的家庭需求。  
地址：上海市徐汇区苍梧路10号3幢2楼  
电话：(021) 6451 7908  
电邮：yolanda@bsaschool.com  
网址：www.bsaschool.com

### 上海不列颠英国学校

#### Britannica International School, Shanghai

上海不列颠英国学校致力于为学生提供最优质的英式私立教育，学校重视教学质量、师生关怀以及宽泛全面的课程大纲。学校以英国国家课程为核心，拥有一批经验丰富的、博学有爱的师资队伍教授课程。学生们拥有来自于不同的文化和背景，学校为每个学生提供有针对性的个性化的教育来满足每一个学生的需求。小班授课、个性化教育、私人订制的学习计划和包容性的宗旨给学生提供了有效学习压力的后盾，帮助他们实现自身最大的潜能。

地址：上海市闵行区古北路1988号  
电话：(021) 6402 7889  
电邮：admissions@britannicashanghai.com  
网址：www.britannicashanghai.com

### 上海长宁国际学校

#### Shanghai Community International School (SCIS)

成立于1996年的SCIS 为超过2600个居住在上海的外籍家庭子女提供了严谨的国际化课程。该校在中国取得非营利性办学资格，并由独立的董事会成员运营管理。该校也是接受国际学校基金会监管的院校之一。SCIS 拥有三个校区，分别位于上海的浦西、浦东及杭州。学校由约1600个家庭组成，有来自超过60个国家、说45种母语的学生。学校的目标是帮助学生在国际化的环境中发展学术及个人成熟独立的品格。学校采用国际化的课程大纲和先进教学经验，涵盖幼儿园托班至12年级。11至12年级开设国际文凭课程。

虹桥校区：上海市虹桥路1161号，(021) 62614338-1  
虹桥幼儿园：上海市虹桥路2212号，(021)6295 1222  
浦东低年级校区：上海市浦东康桥路秀沿路800号，(021) 5812 9888  
浦东高年级校区：上海市浦东周浦区横桥路198号，(021) 5812 9888  
电邮：admission@scis-his.org  
网址：www.scis-his.org

### 上海长宁民办哈比桥治幼儿园

#### Happy Bridge Kindergarten of Shanghai (HBKS)

上海长宁民办哈比桥治幼儿园坐落于淮阴路489号。由顺德教育集团投资承办、经上海长宁区教育局发证许可的幼儿园。总占地面积约2023平方米，幼儿园欧美设计，环境优美，设备设施齐全，有宽敞的塑胶操场、足球场，假山喷水金鱼池、阳光运动房、玩沙池、多功能舞蹈厅。开设托班、小班、中班、大班，年龄从2-6周岁的中、外幼儿，哈比桥治幼儿园实行董事会领导下的园长负责制。  
地址：上海市长宁区淮阴路489号  
电话：(021) 6223 8870  
电邮：happybridge@outlook.com  
网址：www.happybridge.org

### 上海德威英国国际学校

#### Dulwich College Shanghai (DCS)

上海德威英国国际学校创办于2003年，是英国著名的伦敦德威学校在浦东碧云国际社区开办的一所分校。德威英国国际学校目前在国内设有上海德威、北京德威、苏州德威、江苏省苏州德威国际高中及德威国际高中课程-珠海五所分校。招收中国境内持居留证件的外籍人员子女和港澳台同胞及华侨子女。上海德威是德威伦敦学校在中国创办的第一所分校。分为幼儿园、小学部及中学部。目前学校有来自世界约40个国家的超过1500名年龄为2至18岁的外籍学生，是一所多文化混合的国际学校。

地址：上海市浦东金桥蓝校路266号（小学部和中学部）  
上海市浦东金桥蓝校路425号（幼儿园）  
电话：(021) 5899 9910  
电邮：admissions@dulwich-shanghai.cn  
网址：www.dulwich-shanghai.cn

### 上海枫叶国际学校

#### Maple Leaf International School - Shanghai

上海枫叶国际学校创办于2013年9月且隶属枫叶教育集团，占地面积300亩，是集团的第八个校区，地处江、浙、沪交界之处，坐落于上海市金山区枫泾镇。学校教育教学设施符合国际标准，25人的小班化教学。枫叶教育始创于1995年，是加拿大BC省在中国的第一所海外高中。2010年底枫叶国际学校被英国剑桥及牛津全球教育导向文献确认为亚太地区名校。现在全国8个城市有校区，在校学生达12500多名(外籍学生800多名)，教职员工近2000名，其中具有专业资质的外籍教师340多名。  
地址：上海市金山区枫泾镇国际教育园区  
电话：(021) 6012 9727  
导航：朱枫公路“中国农民画村”站  
网址：shanghai.mapleleaf.cn

### 上海惠灵顿国际学校

#### Wellington College International Shanghai

上海惠灵顿国际学校坐落于浦东世博园区的南侧，于2014年开学。现有超过600



名，年龄从2至18岁的外籍学生。学校课程设置以英国惠灵顿公学为模板，强调对学生八大智能的培养：语言和逻辑、自我认知和人际、文化和体育、道德和精神。10-11年级提供ICGSE课程，12-13年级提供IB课程。  
地址：上海市浦东新区耀龙路1500号  
电话：(021) 5185 3885  
电邮：admissions@wellington-shanghai.cn  
网址：www.wellington-shanghai.cn

### 上海哈罗国际学校 Harrow International School Shanghai (Harrow Shanghai)

上海哈罗国际学校是一所男女同校的全日及寄宿制国际学校，为2岁至18岁外籍及港澳台籍的学童提供优质英式教育。作为继哈罗曼谷、哈罗北京、哈罗香港之后的第四所哈罗国际学校，即将于2016年8月开学的哈罗上海将秉承英国哈罗公学的独特教育理念，著重高水准的学业水平、丰富的课外活动，以及高素质的舍监关制度。寄宿将是哈罗上海校园生活的重要一环，强调领导才能和团队合作技巧，学生由6年级起可以申请寄宿。人际关系与群体生活的素质和性格培育也是校园生活的根本。  
地址：上海市浦东新区高西路兰嵩路  
电话：(021) 6837 3180  
电邮：info@harrowshanghai.cn  
网址：www.harrowshanghai.cn

### 上海黄浦区民办玛诺利娅主题幼儿园 Magnolia Kindergarten

上海黄浦区民办玛诺利娅主题幼儿园是一所招收18个月至6岁中外幼儿的全日制学校。学校开设中法、中英部，玛诺利娅主题幼儿园从2014年8月创办至今，致力于为孩子、为家长营造一个温馨的家，探寻幼儿教育之路。孩子是幼儿园一切活动的出发点和归宿，不仅让孩子享受快乐的童年，同时为未来的成长与发展做准备。所有的孩子都是独一无二的，我们要把孩子的内在潜能挖掘出来，鼓励并支持孩子们与生俱来的好奇心和进取心；把儿童看作一个与自己地位平等的生命来看待，二者彼此尊重、互相学习，相互成长。  
地址：上海市黄浦区江阴路57号  
电话：(021) 6314 9369，18917076810，18964200810  
电邮：contactch@magnolia-kindergarten.com (中文、英语)  
contact@magnolia-kindergarten.com (英语、法语)  
网址：www.magnolia-kindergarten.com

### 上海民办包玉刚实验学校 YK Pao School

上海民办包玉刚实验学校是一所双语学校，志在将世界先进教育引进中国，打造中华文化根基，拓展国际视野，发展全人教育，创办一所世界级的优秀学校。包校接受中外籍学生，为非营利性性质，所得收入全部投入学校的发展。学校优势是双语教育、全人教育、国际课程。小学部为走读，中学部英美模式以寄宿为主辅以走读，提供IGCSE课程和IB课程。  
小学部：上海市长宁区武定西路1251弄20号；  
中学部：上海市松江区三新北路900弄1800号

电话：(021) 6167 1999  
电邮：contactus@ykpaoschool.cn  
网址：www.ykpaoschool.cn/cn/

### 上海美国学校 Shanghai American School (SAS)

上海美国学校是一个独立的非营利性学校。学校创建于1912年，是中国最大的也是历史最悠久的国际学校。学校有学生3300人，来自于40个国家。作为中国最顶尖的学校，学校98%的毕业生前往世界各地的大学就读，我们引以为豪。学校的课程体现了对学术严谨的高期望，也反映了学校需要来自多国文化的学生群体。通过和家长合作，学校培养每一位学生的发展潜能，使学生在学术、体育、社交、情感和道德上全面发展，激励所有学生具有终身热爱学习的激情，诚信和同情心和实现梦想的勇气。学校开设美国核心课程，也是唯一——所在上海的学校对高中学生开设AP，AP核心课和IB课程以及常规课的学校。  
浦西校区  
地址：中国上海市闵行区华漕镇金丰路258号  
电话：(021) 6221 1445  
浦东校区  
地址：中国上海市浦东三甲港凌白路1600号上海  
林克斯社区  
电话：(021) 6221 1445  
网址：www.saschina.org

### 上海七宝德怀特高级中学 Shanghai Qibao Dwight High School (QDHS)

上海七宝德怀特高级中学，是由上海市七宝中学和美国纽约市德怀特学校合作举办，上海市教育委员会批准设立，中国教育部备案的上海第一所独立设置的中外合作高中。学校在课程方面保留了中国的核心课程（语文、历史、地理、政治）和优势课程（数学），汲取德怀特学校实施IB课程的丰富经验和校本特色，于10年级开设IBDP预备课程，11-12年级开设IBDP课程。学生可以共享德怀特学校的全球教育资源和七宝中学教育集团资源。学校旨在培养具有“全球视野、中西融合、科文并举、精英气质”的优秀高中生。  
地址：上海市虹莘路3233号（2015年启用）  
电话：(021) 6461 0367，5485 6371  
电邮：info@qibaodwight.org  
网址：www.qibaodwight.org

### 上海市静安双美亲子教育培训学校 Melody Preschool

上海市静安双美亲子教育培训学校创立于2003年，位于繁华的国际静安商业中心，这里既有深厚的老上海的文化底蕴，又汇集了来自世界各地的多元文化内涵。学校课程特色鲜明，英文教学、法文教学和中文课程相得益彰，还开设了奥尔夫音乐、芭蕾舞、美工创意、KMI逻辑思维训练、中国功夫等课程。同时，学校还以中外节日为载体，组织丰富生动的多元节日活动，让孩子们感受不同的节日氛围，体验多元文化，享受不同文化带来的乐趣。学校深受社会和家长的认可和欢迎，享有较高的社会声誉。  
地址：上海市静安区胶州路149弄10号  
电话：(021) 6258 6238，18821009254

电邮：melodyjangan@@hotmail.com  
网址：www.e-melody.cn

### 上海市进才中学国际部 Shanghai Jincal High School International Division

进才中学国际部设中文部和英文部，中文部采用国内教材，英文部采用美国原版教材。学校已在六至十年级实施国际文凭组织中学项目（IBMYP），高中国际文凭组织大学预科项目（IBDP）及国际文凭组织小学项目（IBPYP）。除完善的教学设施外，学校还拥有可容纳600余人的留学生公寓，每寝室2人，生活老师24小时负责住宿生活管理及服务。欧洲餐饮公司经营的学生餐厅提供营养丰富的三餐。校区周围交通便捷，有直通地铁站的公车。学校还为走读学生提供校车服务。  
地址：上海市浦东新区峨山路26号  
电话：(021) 5833 1668  
邮箱：jcjd.reception@jcjd.cn  
网址：www.jcjd.cn

### 上海市金苹果双语学校 Shanghai Gold Apple Bilingual School

上海金苹果双语学校，是由上海亚龙投资（集团）有限公司投资兴办的一所从幼儿园、小学、初中到高中和国际部的寄宿制民办学校。现有来自于二十多个国家和地区、全国各省市的两千多名学生，在学校内共同学习中西文化课程，形成了多元并举，国际认可的办学模式。学校师资力量雄厚，多年来所教学生在参加中考、高考中屡获优异成绩，中考高考录取率和优良率均排在全市同类学校前列。现已走过15载发展历程，教育教学成绩显著，在上海及乃至全国都有很大的影响力和知名度。  
地址：上海市浦东新区巨峰路1555号  
电话：(021) 6897 3118 / 6897 3866  
网址：www.jinpingguo.com.cn

### 上海私立蒙特梭利幼儿园 Montessori School of Shanghai (MSS)

学校的宗旨是为上海的孩子提供纯正的双语蒙特梭利教育，让孩子们在这里茁壮成长。他们探索和学习数学、语言、科学、地理、感官和日常生活等各个区域，这些区域交织分布在宽敞明亮、设施新颖的教室里。在上海私立蒙特梭利幼儿园，我们激励和鼓励孩子成为世界公民。我们的使命是致力于使用纯正的蒙特梭利教育培养学校里每一个孩子的心智、心灵和生命。  
青浦园：上海市青浦区高泾路586号（近沪青平公路）  
电话：(021) 5988 6688  
电邮：admission.qingpu@montessorisos.com  
徐汇园：上海市徐汇区东湖路21号  
电话：(021) 5403 7699  
电邮：admission.xuhui@montessorisos.com  
嘉定园：上海市嘉定区希望路1313号  
电话：(021) 5910 2208  
电邮：admission.jiading@montessorisos.com  
网址：www.montessorisos.com

### 蒙台梭利幼儿园 Montessori Academy

学校的使命是“通过发现和唤醒幼儿的潜能，培养他们的独立能力和技能，提供

优秀的教育environment by discovering and awakening children's emerging potential and carefully cultivating the development of their natural talents and abilities环境。”台校幼儿园录取18个月至6岁的学生，持有蒙台梭利认证的教师来确保孩子最好的教育；课程侧重于实际生活，感官，语言，数学，科学，文化，艺术和体育。有大型室内和室外设施，配备各种蒙台梭利教具。我们提供的生日派对和延时班课程，包括美术手工课，烹饪，足球，功夫，英语课，语文课，亲子课，音乐，周末班等。我们的全球课堂允许学生与来自不同文化和国家的儿童进行交流和互动。  
地址：浦东新区1087-1097碧云路D栋  
电邮：admin@montessoriacademy.com.cn  
电话：021-6886 7727  
官网：www.montessoriacademy.com.cn

### 上海市民办中芯学校 SMIC Private School (SMIC)

上海市民办中芯学校位于浦东张江高科园区，由中芯国际集成电路制造有限公司于2001年创办，现有来自26个国家和地区的2000余名学生，教职员工200多名，其中100多位专职外籍教师。是一所从幼儿园、小学、初中到高中一体化，并具有鲜明外语特色的双语学校。学校确立以学生发展为本的教育理念，提出“品格第一，追求卓越，胸怀世界，快乐成长”的办学方针。学校融合多元文化，贯通中西精髓，人文经典浓郁，科学创新发展，是读书成才的乐园。  
地址：上海市浦东新区青桐路169号  
电话：(021) 2033 2588  
电邮：ES\_info@smicschool.com  
网址：www.smic-school.cn

### 上海市民办平和双语学校 Shanghai Pinghe Bilingual School (SPS)

秉承“精品、高素质、国际化”的办学宗旨，通过多元融合、国际理解的教育氛围，平和为来自世界各国的学生提供兼有东西方基础教育之精华的优质教育服务。平和尊重学生生命成长规律，尊重教育自身规律，以学生的健康成长和全面发展为本，全面实施素质教育。注重教育过程中学生的经验和实践，强化创新意识和能力的培养。坚持中国基础教育与西方教育优势的结合、中西方文化精髓的结合、科学精神与人文情怀的结合。旨在和谐向上的人文氛围以及“平而不庸、和而不同”的学校文化内，培养以中华传统文化为根基的、成功的学习者和合格的世界公民。  
地址：上海市浦东新区黄杨路261号  
电话：(021) 5031 0791  
电邮：zhaosheng@shphschool.com（招生）  
网址：www.shphschool.com

### 上海市民办尚德实验学校 Shanghai Shangde Experimental School

上海市民办尚德实验学校由上海尚德教育投资发展有限公司投资兴建，学校占地216亩，建筑面积14.7万平方米，由幼儿园、小学部、初中部、高中部、国际部组成。作为一所IB World School，学校提供从幼儿园到高中完整的国际教育体系，学校是DP授权学校，还是PYP小学和MYP中学的候选学校。尚德国际部致力于通过

中国本土文化和国际课程理念的融合，培养影响世界的中国人。  
地址：上海市浦东秀沿路1688号  
电话：(021) 6818 0191, 6818 0192  
电邮：shangde@shangdejy.com  
网址：www.shangdejy.com

### 上海市民办复旦万科实验学校 Shanghai Fudan Vanke Experimental Private School (SVKS)

我校位于闵行区星站路，是1996年由上海万科房地产有限公司与复旦大学附属中学联合创办的一所九年制民办学校。学校目前有在校学生1200多名，来自中国以及其他17个国家和地区；针对国内外学生的不同需求，开设了A、B、C三种不同的班制，每班人数为20人左右。A班为母语为非汉语的境外小学生开设的汉语强化班，B班为母语为中文的学生和汉语过关的境外学生开设的国内双语班，C班为具有较好的中英文语言基础的境内外学生开设的国际双语班。  
地址：上海市闵行区星站路263号  
电话：(021) 6419 7597  
电邮：admissions@mail.vks.cn  
网址：www.vks.cn

### 上海市泰宁国际幼儿园 Tiny Tots International Pre-school Kindergarten

泰宁国际幼儿园创办17年以来一直建立在给予孩子一个美好安逸的学校环境来开启他们的学校之旅。学校一直以来保持着一种小家庭式的教学氛围和环境，给予孩子完整专业的学术教育系统，并结合经验丰富的教师及教师助理的精心教育与照料。学校还有丰富多彩的兴趣课活动包含在教学课程中，课程包括芭蕾，艺术，拳击，音乐，烘焙和足球等，给予孩子不同的体验和学习机会。  
地址：上海市复兴西路43号（复兴校区）  
电话：(021) 6431 3788  
传真：(021) 6433 2468  
电邮：info@tinytots.com.cn  
网址：www.tinytots.com.cn  
地址：上海市古美路50号（上海花园校区）  
电话：(021) 6480 8933  
传真：(021) 6480 8948  
电邮：info@tinytots.com.cn  
网址：www.tinytots.com.cn

### 上海市位育中学国际部 Shanghai Weiyu High School International Division

位育中学国际部建立于2002年，办学过程中逐步形成了“国际视野、和谐文化、高尚人格、健康体魄”的办学宗旨和育人目标。国际部有一支高学历、高学术水平的外中教师队伍，视野开阔，教学理念新颖，学科知识渊博，教学态度严谨，教学方法灵活，教学风格民主。国际部拥有独立、先进的教学大楼，为学生的学习和生活创造了愉悦和谐的环境。2010年位育中学被国际文凭组织授权实施IB的大学预科项目（Diploma Programme）。位育中学成为沪上首家招收中国籍学生学IBDP课程的公立市重点中学。  
地址：上海市徐汇区位育路1号  
电话：(021) 6496 0246  
电邮：weiyudp@hotmail.com  
网址：www.weiyu.sh.cn

### 上海协和国际学校 Concordia International School of Shanghai

上海协和国际学校创建于1998年，不仅为学生提供出色的学术课程，也提供运动、艺术、社会实践等方面的综合课程，旨在给学生机会体验一段无法超越的学习经历。学校致力于追求卓越，为亚洲国际学校的完善作出积极努力。学校的高中毕业生进入世界各地的优秀大学继续深造。协和注重家长的参与，日趋完善并充满活力的学校社区为整个家庭的成功奠定了坚实的基础。  
地址：上海市浦东新区金桥明月路999号  
电话：(021) 5899 0380  
电邮：admissions@concordiashanghai.org  
网址：www.concordiashanghai.org

### 上海西华国际学校 Western International School of Shanghai (WISS)

上海西华国际学校（WISS）是一所国际教育体系（IB）贯穿幼儿园至高中的国际学校，提供小学课程，中学课程和预科课程（3-19岁）。WISS 使命至于未来，有着丰富且慈爱的社团活动，致力于让每位学生成为一个全球化的公民，作为一个平衡发展，勇于奉献的领导者走向世界。  
地址：上海市青浦区徐泾镇联民路555号  
电话：(021) 6976 6388  
电邮：admissions@wiss.cn

### 上海徐汇区民办安琪儿幼稚园 Sunrise Montessori International Preschool and Kindergarten

上海徐汇区民办安琪儿幼稚园坐落于上海繁华的商业中心徐汇区衡山路。始建于1994年，有来自世界各地，不同国籍的学员。从2006年起，学校开办了法语班，专门为在沪的法国儿童提供教育支持。校园环境优美，设施齐全，有专门的活动室，给孩子提供充分玩乐的场地。致力于培养孩子的学习能力，寓教于乐，为孩子今后进一步的学习打下坚实的基础。  
地址：上海市徐汇区衡山路9弄2号  
电话：(021) 6466 5309  
电邮：sunik@sunriseik.com, sunik.fr@sunriseik.com  
网址：www.sunriseik.com

### 上海协和双语高级中学 Shanghai United International School Gubei Secondary Campus (SUIS Gubei)

上海协和双语高级中学是协和教育中心（集团）旗下一所招生初高中年级学生的全日制中学。自2007年建校之日起始终在探索一条中西文化融合的教育之路，实行中外校长共治、中外教师合作教学、中外课程相兼互补，引进实施英式国际课程、IGCSE课程和IB国际文凭证书课程。至今已有四届毕业生，无一例外地进入了世界排名前100位的大学和其他知名学府。  
地址：上海市红松东路248号（靠近古北新区）  
电话：(021) 5175 3015, 5175 3030-858  
电邮：admissions.gubei@suis.com.cn  
网址：www.xiehegz.cn

### 上海新加坡国际学校 Shanghai Singapore International

### School

上海新加坡国际学校（SSIS）致力于培养学生成为具有使命感的优秀世界公民。幼儿园课程注重培养学生在智商、情商和体育方面的均衡发展；小学采用新加坡课程体系；7-8年级的课程结合了新加坡和英国教学大纲的精华，旨在为学生在9-10年级学习IGCSE课程打下坚实基础；11-12年级学生可以选择学习IBDP课程或者IBCP课程，SS IS是大中华区第一家开设IB Career-related Program (IBCP) 的学校；华文课程分层因材施教，集合了新加坡和中国华文教学的精华；SS IS还与上海太阳岛高尔夫俱乐部合作，在体育必修课、选修课和课后活动中加入了很多高尔夫元素。  
闵行校区  
地址：上海市闵行区朱建路301号  
电话：(021) 6221 9288  
徐汇校区  
地址：上海市徐汇区华泾路1455号  
电话：(021) 6496 5550  
电邮：admission@ssis.asia  
网址：www.ssis.asia

### 上海英国学校 The British International School Shanghai (BISS)

上海英国学校，是一所致力于向在沪工作的外籍人士子女提供国际教育课程的全日制国际学校。作为英国Nord Anglia教育集团的成员，学校为每一名学生提供了首屈一指的学习体验及高质量的教学环境。上海英国学校有口皆碑的声誉及杰出的教育成果，得益于学校独特高效的学习教学方法将“资优生小组”的教学模型有效应用于所有学生的学习生活中，能够帮助他们取得远超其预期目标的优秀学术成绩。上海英国学校的学生，来自于60多个不同的国家地区，他们是真正的国际化环境的重要组成部分。学校除了提供精彩的学习生活，更是有丰富的课外活动来让学生尽情探索自己的兴趣和爱好。另一方面，英国国家课程及IB文凭课程则是学校学术资质的有力保障。上海英国学校的毕业学生，凭借着自己优异的考试成绩，确保了跻身世界一流大学深造的机会，更帮助他们走向未来的成功道路。

浦东校区  
地址：浦东新区沪南公路2729弄康桥半岛600号  
上海英国学校浦东校区  
电话：(021) 5812 7455,  
(021) 5812 7455-1016  
电邮：enquiries@bisspudong.com  
网址：www.bisspudong.com  
浦西校区  
地址：上海市闵行区华漕镇金光路111号  
电话：(021) 5226 3211  
电邮：admissions@bisspuxi.com  
网址：www.bisspuxi.com

### 上海中学国际部 Shanghai High School International Division (SHSID)

上海中学国际部创办于1993年，1995年加入IB国际文凭组织，2002年成为上海唯一一所联合国教科文组织联系学校。学校是美国大学委员会授权AP、SAT、PSAT的教育考试中心，是美国教育考试服务中心授权的托福考试中心，是剑桥大学国际考试委员会授权的A-LEVEL考试中心，同时也是ACT考试中心。学校现有浦东、

浦西两个校区，共有来自60多个国家和地区的3000名学生。  
浦西校区：  
地址：上海市徐汇区百色路989号  
电话：(021) 6476 5516 / 6453 3318  
邮箱：admission@shsid.org  
浦东校区：  
地址：上海市浦东新区霍香路38号（近祖冲之路）  
电话：(021) 6879 2990/(021)5027 8818-8508  
邮箱：admission\_pd@shsid.org  
网址：www.shsid.org

### 宋庆龄幼儿园 Soong Ching Ling Kindergarten International Division

宋庆龄幼儿园座落于充满生机的赵巷绿色生活居住园区和虹桥经济开发区，是一所致力于推广优质早期教育的知名国际学校。秉承宋庆龄“把最宝贵的东西给予儿童”的教育思想，培养宋幼孩子宽阔的胸襟、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。国际部运用英国国家教程，每班配备三位老师：一位是有资质的母语为英语的教师，一位是有一定英语水平的有资质的中国老师和一位助教。教师们把东西方文化融合一起为孩子提供优秀的早期教育。  
地址：上海市闵行区虹梅路3908号（近延安西路）  
上海市青浦区余山赵巷业辉路1号  
电话：(021) 6242 9851-25/71  
电邮：shsclk02@hotmail.com  
网站：www.sclkids.com

### 星贝儿童馆 StarPlay Academy (SPA)

星贝科教服务（上海）有限公司投资的星贝儿童馆（StarPlay Academy）位于徐汇区漕河泾科技园附近，星贝儿童馆是一家以右脑开发为主题的早教托管中心，以闪卡（Flash Card）为载体，通过锻炼来提高右脑的能力，同时通过体能的锻炼加以巩固。星贝儿童馆的理念是：让每个小朋友在快乐的环境中培养学习、生活的能力。  
地址：上海市徐汇区苍梧路10号B栋308室  
电话：(021) 6408 4700。  
邮箱：enquiries@starplaysh.com  
网址：www.starplaysh.com

### 新加坡伊顿国际幼儿学校 EtonHouse International Pre-School, Shanghai

位于浦东陆家嘴中心地段的新加坡伊顿国际幼儿学校为18个月至6岁的孩子提供独特且高质量的幼儿课程。伊顿国际教育集团在亚洲及中东地区有一百多所分校。学校课程受启发于著名的意大利城市瑞吉欧教育体系，在此基础上自主研发了一套独有的“探索-思考-学习”教育体系。在伊顿孩子们都被认为是有能力的思考者和交流者。伊顿的双语课程引导孩子们通过探索、发现、假设、预料、解决问题，从而构建和加深他们对这个世界的理解。学校的大型户外活动场所也是经过特别设计的，确保孩子们能与大自然建立亲密的关系。  
地址：上海市浦东新区浦城路40号  
电话：(021) 5896 8686  
电邮：enquiry-sh@etonhouse.com.cn



网址: sh.etonhouse.com.cn

### 上海市徐汇区爱菊小学境外部 Shanghai City Xuhui District Aiju Primary School International Division

徐汇区爱菊小学是一所充满艺术气息的民办学校, 于1993年9月成立。主要招收华裔华侨和港澳台学生, 另有法籍班, 招收法籍学生, 境外生占总人数约16%。坚持“以素质教育带动‘特色’、‘特长’”的发展, 以艺术教育推进素质教育, 着力培养学生的创新精神和实践能力。提供中文课程和部分英文课程。  
地址: 徐汇区安福路247号  
电话: (021) 5404 3697转636  
电邮: ajxx\_sh@yahoo.com.cn  
网址: ajxx.xhedu.sh.cn

### 上海奥伊斯嘉日本语幼儿园 OISCA Shanghai Japanese Kindergarten

奥伊斯嘉上海日本语幼儿园经上海市教育委员会批准, 于1996年正式开园, 是一所外商独资学校。教学理念是把肩负未来的孩子们培养成健康的、宽容的、聪敏的孩子。孩子们通过参加游戏来丰富语言表达能力, 体会自然界的美丽与神奇; 通过参加游戏, 提高注意力, 使孩子们心中充满喜悦、探求的欲望和成就感。同时, 了解和学习日本的传统文化和风俗习惯, 充分培育每个孩子的感性 and 理性, 促进孩子们的成长、发展。  
地址: 长宁区茅台路715弄20号; 长宁区新渔路450号; 浦东临沂北路200号  
电话: (021) 6290 3298; 6238 9335; 6889 9031  
电邮: honen-campus@oisca.sh.cn  
网址: www.oisca-youchien.net

### 上海长宁区耀华专修学校 Yew Wah School of Shanghai Changning

上海长宁区耀华专修学校建基于耀国际学校多年在香港及内地城市推行优质国际教育的经验之上。于2001年经上海市长宁区教育局批准成立, 从2004年起向中国学生提供优质国际教育, 开办英国剑桥大学考试委员会(CIE)授权的课程为基础的出国留学预科课程(OUPP)。聘用拥有专业资格和丰富经验的外籍教师, 以及具有国际教育背景的中国教师, 为学生提供多元文化的学习环境。  
地址: 长宁区古北路600号  
电话: 800 820 2130; (021) 6275 4365  
电邮: oupp.sh@ywies.com  
网址: www.ywies-sh.com

**上海耀华临港校区**  
**Yew Wah International Education School of Shanghai Lingang**  
上海浦东新区民办沪港学校是上海耀华的临港校区, 位于上海浦东新区临港新城。学校开设小学及初中课程, 实行中英双语教学, 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。  
地址: 中国上海市浦东新区临港新城银莲路2号  
电话: 0400 021 0042  
电邮: enquiry.shpd@ywies.com

### 上海德国学校

### German School Shanghai

上海德国学校创办于1995年, 是由学校家长委员会成立的私立全日制学校, 是德国政府认可的驻国外德国学校。学校在上海开设两个校区, 浦西欧洲校园的学生包括幼儿园直到十二年级高中毕业生, 浦东校区包括幼儿园到十年级的学生。所有课程均采用德语授课, 入学条件中包括学生必须具备足够的德语水平, 不招收中国国籍的学生。学校颁发的所有成绩单和毕业证书等同于在德国国内机制中享有的权利。  
地址: 青浦区高光路350号  
电话: (021) 3976 0555转307  
电邮: info@ds-shanghai.de; pudongcampus@ds-shanghai.de  
网址: www.ds-shanghai.de

### 上海法国学校 French School of Shanghai

上海法国学校创办于1995年, 现有自幼儿园到高三的学生1000多人。学校主要接收法国学生和来自法国教育体系的讲法语的学生, 此外学校也接收一些外国学生。教学以法国教学大纲为依据, 并受法国教育主管部门认可和监管。教学语言为法语。  
地址: 青浦区徐泾镇诸光路399弄30号  
电话: (021) 3976 0555; 6897 6589  
电邮: prenom.nom@ef-shanghai.com  
网址: www.lyceeshanghai.com

### 上海格致中学国际部 The Overseas Division of Shanghai Gezhi High School

作为上海有实力的公办高中之一, 上海格致中学国际部有着深厚的教育教学文化底蕴, 联合美国安生文教基金会, 使格致的“文化之花”融合安生的“课程之树”, 目标是培养成为人类社会的“栋梁之才”。学校结合中西方教育的优势和课程特色, 根据学生不同的学习目的、学习情况和学业选择设置课程。雄厚的师资、先进的设施、多方位的教育网络和资源为教学质量提供坚实保障。  
地址: 黄浦区广西北路66号  
电话: (021) 6351 0228; 6351 6511  
电邮: gezhi@hpe.cn  
网址: www.gezhi.sh.cn

### 华东师范大学第二附属中学国际部 The International Division Of No.2 High School of East China Normal University

华师大二附中は上海市政府批准的具有直接从事校外招生外籍学生并进行学历教育资格的学校之一, 其国际部成立于1999年。每年春、秋季招收具有外国护照以及港澳台地区的12-18岁的学生。汉语、英语与母语教学兼顾, 提供丰富的选修课程和社团活动。办学理念是崇尚科学, 热爱艺术, 全面提升学生素质。  
地址: 浦东张江晨晖路555号  
电话: (021) 5080 4157  
电邮: caojianing@hsefz.cn  
网址: www.hseid.com

### 上海交大南洋中学国际部 The International Department of Shanghai Jiaoda Nanyang High School

上海交大南洋中学国际部依托上海交通大学百年名校, 获得美国加州官方授权, 携手世界著名的培生教育集团, 与美国加州埃斯康迪德特高中合作设立中美高中融

合课程(美国、上海高中双文凭)。已获得中国首家授权(除香港), 校内开设“全球考试中心”。所有国际部在读学生将不出国门即可在线参加GED(美国通用文凭考试)、uexcel(美国大学学分前置考试)、PTE(培生英语考试), 考试成绩合格即可获得美国高中文凭, 同时申请世界名校。  
地址: 金山区松隐大街100号  
电话: (021) 5738 3277  
电邮: info@jdnygj.com  
网址: www.jdnygj.com

### 上海韩国学校 Shanghai Korean School

上海韩国学校是一所韩国教育部直属的外资学校, 成立于1999年。学生生源为在沪韩国人子女, 教学完全采用韩国教育体制, 同时它还肩负韩国侨民聚会及开办培训课程的作用。目前在校学生超过一千名, 年级设置为幼儿园至12年级, 只招收韩国籍学生。  
地址: 闵行区华漕镇联友路355号  
电话: (021) 6493 9517  
电邮: ghu@scischina.org  
网址: www.skoschool.com

### 上海李文斯顿美国学校 Livingston American School Shanghai

上海李文斯顿美国学校是由美国前国会议员李文斯顿先生创立的, 提供从幼儿园到12年级的全美式教育。课程安排是完全依照由小学教育开始到初中高中的国际标准课程, 学生有机会接触各种不同的世界文化。学校采取美国教学的学分制, 学生可以选择提前修满高中阶段所需学分提前进入大学。  
地址: 长宁区甘溪路580号  
电话: (021) 6238 3511; 5218 8372  
电邮: info@laschina.org  
网址: www.laschina.org

### 上海市燎原实验学校 Shanghai Liaoyuan International High School

上海市燎原实验学校与加拿大最大的私立暨大学预科哥伦比亚国际学院(CIC)共同开设加拿大安全略省国际高中课程项目, 有留加计划的学生能够提前享受加拿大本土的教育资源, 为将来申请世界知名大学做好充分的前期准备。国际部汇聚了众多国内外长期从事一线教学的教育精英, 学生的课程为全外教英语授课, 学籍注册在加拿大安全略省, 教学全程进行受到监督。  
地址: 闵行区平阳路150号  
电话: (021) 5480 3754; 6480 6128  
电邮: lyxx@liaoyuanedu.org  
网址: international.liaoyuanedu.org

### 上海美丘第一幼儿园 Shanghai Utsukushigaoka Montessori Kindergarten

上海美丘第一幼儿园创办于1996年, 是位于日本横滨市青叶区的美丘儿童之家的姐妹园。学校除了招收来自日本的幼儿, 也开设了国际部(英文班、中英文班), 招收来自世界各地的幼儿。幼儿园致力于帮助掌握和了解各自的母语、文化, 同时学习和体会异国文化, 培养国际主义观念。学校的教育方针以蒙特梭利的教育理念为

基础, 关注每一位幼儿的成长过程。蒙特梭利式教育意在培养出“自己的事情自己做”、“有自信心”、“相信自己也关心他人”的幼儿。  
地址: 闵行区虹许路788号(名都城内)22号  
电话: (021) 6405 6318  
电邮: enrollment@montessori-sh-u.com  
网址: www.montessori-sh-u.com

### 上海七色花小学 Seven-colour Flower Elementary School

上海市七色花小学创办于1994年9月, 是上海市艺术教育特色学校。把“立美人”作为办学理念, 将审美教育渗透在各学科之中, 为学生搭建展示艺术才华的平台。同时注重特色创新课程和开发丰富的社团活动, 积极推动校内多元文化相互交融。提供中文课程。  
地址: 黄浦区雁荡路56弄13-46号  
电话: (021) 5386 1505  
电邮: szj700208@hotmail.com  
网址: www.qsh.lwedu.sh.cn

### 上海日本人学校 Shanghai Japanese School

上海日本人学校是上海唯一被日本文部科学省认定的学校, 只招收日籍学生。学校以日报教育基本法、学校教育法、日本文部科学省学习指导要领为依据, 使用日本国内的教科书, 实施日本国内的小学6年、初中3年的9年一贯义务教育制。从小学1年级就开设每周各一节的中文会话课和英语会话课。每个年级的学生都有机会和上海的中小学进行友好交流。  
地址: 闵行区虹梅路3185号; 浦东锦康路277号  
电话: (021) 6406 8027; 5059 5333  
电邮: hennyu\_hq@srx.net.cn  
网址: www.srx2.net.cn

### 上海市实验学校国际部 Shanghai Experimental School International Division

上海市实验学校国际部构建符合国际型人才培养需要又能突显实验特色的课程体系, 注重跨文化教育模式探索和多元国际文化背景下的小学汉语言教学研究和数学思维训练, 同时遵循培养学生“懂中国文化, 有世界眼光”的愿景目标, 开发中华文化特色课程、开展国内外节日礼俗系列活动。基本学制为小学、初中、高中三年制。提供双语教学, 接受外籍学生申请。  
地址: 徐汇区田林13村1号  
电话: (021) 6470 1913  
电邮: ses\_admission@126.com  
网址: www.ses.sh.edu.cn/international

### 上海师范大学附属第二外国语学校国际部 The Second Foreign Language School Affiliated to Shanghai Normal University International Division

上海师范大学附属第二外国语学校是一所集小学、初中、高中为一体的高标准寄宿制学校。上师大附二国际部在中国境内开设加州在学直升班, 课程采用原版美国哥伦比亚大学语言教材和美国国际高中教材。配备来自美国的外籍老师, 运用走班制学习, 教师作为辅导员帮助学生成长,

## 分类信息 DIRECTORY

让学生提前感受美国式的学习。在校学习期间,定期组织学生前往美国特许高中及社区大学进行交流学习。

地址: 浦东惠南镇拱极路2151号  
电话: (021) 3139 1945; 5818 0876  
电邮: info@edu-shanghai.net  
网址: www.edu-shanghai.net

### 上海耀中国际学校

#### Yew Chung International School of Shanghai

1993年上海耀中国际学校成为首间获中国政府官方正式认可和注册办学的国际学校,在浦西及浦东的四个黄金地段设立校舍,提供幼儿园、小学及中学教育。在校学生来自世界各地超过50个国家和地区,其中美籍华人香港台湾人较多。独特的双语和多元文化教学模式,使耀中在学界中别树一帜。学校获新英格兰学校与学院协会(NEASC)以及国际学校协会(CIS)认证。中学部已获授权成为剑桥国际考试中心及IB世界学校。

地址: 长宁区荣华西道18号; 长宁区水城路11号; 浦东花木路1817号御翠园; 浦东东绣路1433号  
电话: (021) 6219 5910;  
6242 3243; 5033 1900; 5045 6475  
电邮: gboffice@sh.ycecf.com;  
hqoffice@sh.ycecf.com;  
rpooffice@sh.ycecf.com;  
cpoffice@sh.ycecf.com  
网址: www.ycis-sh.com

### 中国福利会幼儿园

中国福利会幼儿园是宋庆龄女士1949年亲手创办的一所幼儿园。中国福利会学前教育秉承宋庆龄女士“把最宝贵的东西给予儿童”的理念,积极探索,确立了“让每个孩子快乐成长,让每个孩子和谐发展”的办园理念,围绕“健体健心、自理自信、动手动脑、全面发展”的幼儿培养目标,逐步形成和完善了以“学生活、学学习、学做人”为切入点的“生存课程”。在全体教师的辛勤耕耘下,一批批孩子健康茁壮成长。目前幼儿园拥有江湾和康桥两个园区, 40个班级的规模,能同时容纳1000多名幼儿。  
地址: 杨浦区国晓路300号; 浦东秀沿路1368号  
电话: (021) 5105 2266; 6819 2266  
电邮: cwikin@gmail.com  
网址: www.cwikin.com

### 中欧国际早教中心

#### Sino European International Preschool (SEIPS)

中欧国际早教中心,是一个外资管理的早教机构,提供双语早期教育服务。中欧国际早教中心为本地及外籍人士的子女提供一流的纯国际化的教育。  
地址: 浦东浦明路1999号2号楼  
电话: (021) 5045 8668  
电邮: nina.cheung@seips-china.com  
网址: www.seips-china.com

### 上海市民办万源城协和双语学校

#### Shanghai United International School Wanyuan Campus

上海市民办万源城协和双语学校是依托上海市教科院民办教育研究所、由协和教育中心(集团)投资创办,开设1-12年级课程,秉承中西文化相融合理念的国际化学校。1-8年级通过开设“国际课程实验

班”,9-12年级通过开设“美国高中课程暨AP课程”的方式,使学生不出国门就能体验和接受最先进的教育理念和教学方法。

地址: 闵行区平吉路509号  
电话: (021) 6498 0188  
电邮: admission\_wy@suis.com.cn  
网址: www.suis-wanyuan.com.cn

### 上海教科实验中学国际部

#### Shanghai United International School Jiaoke Campus International Department

上海教科实验中学开办于1998年,是一所隶属于上海协和教育中心(集团)的全日制中学(初、高中)。学校于2010年引进加拿大不列颠哥伦比亚省(简称B.C.省)课程。课程主要包含三部分,分别是国内的四门课程(语文、政治、历史、地理)、BC省高中同步课程、以及英语辅助课程,旨在为学生提供中外融合的优质教育和生活体验,培养学生成为兼具爱国情操和国际视野的世界公民,为国内高中学生在多元文化教育过程中创造多元出口。  
地址: 闵行区万源路55号(近古美西路、顾戴路)  
电话: (021) 3422 6621  
电邮: 61@north-america.cn  
网址: jk.studyabc.org

### 上海市浦东协和双语学校国际部

#### Shanghai United International School Pudong Campus International Department

上海市浦东协和双语学校校区于2008年9月落成,校区配有40间标准教室和各类专用工作室,设有一个400平米的学习资源中心,是一所环境精致、设施优越、资源丰富、注重人文关怀的九年一贯制学校。国际部小学以英国国家课程(National English Curriculum)为核心,强化中国语言和中国文化的教学内容,并开设以21世纪全球社会及环保为主题的探究课程,形成独具特色的三大内容体系。国际部中学学生将参加国际普通中等教育文凭考试(IGCSE),11和12年级的时候,学生们将学习剑桥普通教育高级文凭课程(Cambridge A Level)或IB课程。  
地址: 浦东雪野路48号(近云台路、洪山路)  
电话: (021) 5886 6080  
电邮: admission@subs-ed.com.cn  
网址: www.suis-pd.com

### 上海市世界外国语小学国际部

#### Shanghai World Foreign Language Primary School

上海市世界外国语小学创办于1993年,2005年8月起转为民办学校,学校分本部、境外部、PYP部(IBO国际文凭组织小学项目部),学校东校区为境外和PYP使用。全校共有46个班,1338名学生。其中境外18个班,PYP8个班。  
地址: 徐汇区浦北路380号  
电话: (021) 5419 5697  
电邮: wfipsmail@163.com  
网址: www.wfips.com

### 上海市世界外国语中学国际课程部

#### Shanghai World Foreign Language Middle School

上海市世界外国语中学创办于1996年。2004年开办IB的中学项目MYP课程(针

对初中),2008年开办IB的文凭项目DP课程(针对高中)。世外中学不仅是IB成员校,而且是联合国教科文组织教师教席联席学校。世外中学的国际融合课程初中项目实行分层走班,有中外教合作授课、中外教分层授课、中教双语授课等授课方式。国际融合课程高中项目该课程除了母语(中文)文学课程、核心课程知识论和中国人文课程之外,均用英语原版教材进行全英语授课。

地址: 徐汇区虹漕南路602号  
电话: (021) 5419 0200; 5419 8567  
电邮: swxz\_ibzs@wflms.com  
网址: www.wflms.cn

### 上海市文来中学国际部

#### Shanghai WenLai International School (SWIS)

上海市文来高中是由七宝中学于1994年创办、民办运作、独立管理的七宝教育集团核心学校。学校自2006年始尝试引进国际课程,开拓学生国际化视野。2009年正式成立文来高中国际部(Shang-Hai WenLai International School)简称SWIS,开设中美、加拿大CIA、中日三个课程班。以激发内心的成长力量为办学理念,办学宗旨为融汇东西文化优秀传统,贯通中外教育经典课程,为世界名校输送拥有全球视野和具备中国精神的中学毕业生。  
地址: 上海市虹莘路2166号  
电话: (021) 3417 4739  
电邮: wlgz@mail.qibao.sh.cn  
网址: www.wlgzswis.com

### 上海悦田幼儿园

#### Morgan Rothschild Academy

悦田幼儿园于2004年成立,是一所提供幼儿学习美术、语言、数学、良好学习习惯、品德及社交的幼儿教育机构。学校有30%的课程以中文教授,70%的课程以英文教授。学校的课程由美国哈佛大学以及史丹福大学的幼儿教育专家设计规划。中文课程内容以上海市教委二期课改为主,英文课程以高瞻教育基金会课程为主。  
地址: 上海市沪青平公路1358号161栋  
电话: (021) 6976 1000  
电邮: morganchina@morganrothschild.com  
网址: www.morganrothschild.com

### 尼多早教中心

#### The Nest

借鉴国际优秀教育实践,尼多为所有孩子提供了一个独特的,有爱心,个性化的教学计划。尼多的员工团队由许多具有各种丰富教育经验的成员组成,为每个孩子的个性化学习提供帮助。  
地址: 上海市宛平南路909弄14号楼  
电话: (021) 5403 4102  
电邮: info@shineacademy.asia  
网站: www.thenest.asia

### 创新学习中心

#### The Innovative Learning Center (ILC)

创新学习中心(ILC)为儿童提供全日制的课程,为他们创造了一个充满关怀的小环境。中心的课程为他们提供了兼顾学业,社交,情感和治疗支持的服务。学校提供的密集型辅助课程是为了帮助那些需要将学业,社交,行为和医疗支持服务结合在一起的客户。课程包含:婴儿班课程、早期干预课程、少儿课程、青少年课程、生

活技能课程。这些课程关注了交流技巧,身体发育,游戏技巧,学业,交流,自律和社交技巧,职业教育和生活技能,以及帮助有特殊需要的青少年提高学习技能和独立工作的能力。此外,学员辅助课程是帮助那些对于学业有行为和认知能力的学生,但是需要一些辅助的支持来帮助他们提高学习技能和独立工作的能力。独立学员课程是为了那些需要单独接受训练和辅导的客户提供服务。

地址: 上海市浦西和浦东校区  
电话: (021) 5206 6273  
电邮: services@chinaelg.com  
网址: www.chinaelg.com

### 佛蒙特州国际学校

#### Vermont International Academy (VIA)

佛蒙特州国际学校(VIA)给中国学生提供了一种独特的教育,学生通过在VIA国际课程的学习,在顺利完成学业后,将保证进入全美的大学,包括在美国的合作学校。VIA国际学校也欢迎美国学生来华学习,分别提供四个星期、一学期以及一年的课程。有美国学生在VIA校园学习,为中国学生在去美国留学之前,与美国同学交朋友、向美国学生了解更多美国的文化提供了美好的机会。  
地址: 上海市黄浦区南车站路353号上海市大同中学3号楼3107室(总部)  
电话: (021) 6316 2678, 400 995 0766  
电邮: info@vermontia.org  
网址: www.vermontia.org

### 光华浦东国际课程中心

#### Guanghua Pudong Education Center of International Curriculum

光华浦东国际课程中心(原光华控江)成立于2008年8月8日,由上海市教育管理机构正式批准,获得办学许可。学校致力于为国内学生提供美国高中AP课程(授权号694597)及英国高中A Level课程(授权号CN213)的教学与考试。学校积累了成功的教学和管理经验,获得了值得称道的教学成果。历年毕业生中有9成获得世界知名大学录取通知,包括:牛津大学、剑桥大学、伦敦政治经济学院、加州大学伯克利、威斯康辛大学麦迪逊大学、佛吉尼亚理工学院等。  
地址: 上海浦东新区川周公路2788号  
电话: 400-820-0852  
网址: www.cic-ghc.com

### 中加枫华国际学校

#### Sino-Canada International School

中加枫华国际学校是经中、加两国教育主管部门批准,实行中加两国双学历教育的加拿大国际学校。学校位于江、浙、沪交界处的苏州吴江淀山湖畔,环境优美且交通便捷。中加枫华高中部课程内容及教学管理与加拿大不列颠哥伦比亚省(BC省)完全同步,多次被BC省教育部评为“最好的海外学校”;BC课程质量更是连续4年蝉联所有加拿大海外学校第一名。学校高中毕业生100%升入加、美、英、澳、欧大学,80%学生迈入世界一流名校。学校地址:江苏省苏州吴江市汾湖经济开发区康力大道1号(中加教育园)  
上海招生办公室地址:上海市长宁区兴义路8号万都中心2503室  
电话: (021) 5208 0090, 5208 0091



电邮: quyanhong@sinocanada.cn  
lucyyu@sinocanada.cn  
网址: www.sinocanada.cn

## 昆山加拿大国际学校 Canadian International School Kunshan (CISK)

昆山加拿大国际学校是加拿大圣约翰学校 (SJK) 的附属学校, 母校是著名的国际IB组织成员学校。目前学校为学生提供幼儿至九年级课程, 并逐步扩展到十二年级课程。学校采用加拿大安大略省教育厅颁布、与加拿大本土学校一致的教学大纲, 教学语言为英文, 小班设置, 强调个性化教学, 有效指导学生。所有授课教师均具专业教师资格证书。学校致力于建设一个热情、关爱、益学的学校社区, 使学生在获取知识、强健体魄、增强社会意识、提升艺术情操、纯洁心灵等方面得以全面发展。  
地址: 江苏省昆山市马鞍山西路1855号  
电话: (0512) 5778 1328; (0512) 5777 9328  
电邮: admissions@ciskunshan.org  
网址: www.ciskunshan.org

## 无锡国际学校 Wuxi International School (WIS)

无锡国际学校 (简称WIS) 位于无锡市滨湖区万新路8号, 是无锡唯一一所公立的国际学校。它占地48652平方米, 绿化面积达到18391平方米。无锡国际学校自2003年创办起就致力于在无锡居住和工作的外籍、港澳台人士子女提供国际教育。无锡国际学校由无锡市学校管理中心直接管辖。  
地址: 江苏省无锡市滨湖区万新路8号  
电话: (0510) 8528 1166  
电子邮件: admissionoffice2@wids.cn  
网站: www.wids.cn

## 课外活动After School

### 上海嘉庭中心 Shanghai Town & Country Community

上海嘉庭中心是中国首家会员制的顶级家庭休闲生活与运动养生中心, 其独具特色的设施、严谨的会员邀请制、国际化的管理团队, 确保了菁英家庭在最优质的环境中享受尊贵的专属服务, 并通过为家庭成员专门定制的寓教于乐的活动, 尽心竭力为您打造更多美好的家庭回忆, 让孩子在菁英环境中茁壮成长。  
地址: 上海市泸定路46号 (近云岭路)  
电话: +86 21 8025 8666  
网站: www.ddleisure.com

### 浦东嘉里城儿童探险乐园 Kerry Parkside Adventure Zone

专为孩子们打造的超大型游乐场, 滑梯游戏和攀爬挑战赛能让孩子们保持健康的体魄和活跃的思维。适合幼儿的波波池和多种组合玩具, 嬉戏玩乐的同时拓展运动技能。马戏团包房、丛林谷包房、海盗船包房三大主题派对, 为孩子即将到来的生日或是为任何一个值得庆祝的日子举办一场欢乐庆典。与此同时, 团队人员会帮助照看孩子们, 让他们安全游玩, 家长可以放心地看着孩子度过愉快的时光。  
地址: 浦东花木路1378号4楼  
电话: 6169 8878; 6169 8856  
网址: www.kerry-sports.com

### Little Bugz国际儿童会所 Little Bugz

超过五百平米的“丛林健身房”, 球池, 沙坑, 秋千, 滑梯, 积木游戏, 还有美国最新的EYE-PLAY互动游戏系统, 小小图书馆的中英文图书, 可以让孩子们在玩乐后坐下安静的读书。坚持最高卫生标准、使用环保材料、进口博朗空气过滤系统, 木地板, 地暖, 每天对所有设备和玩具消毒。  
地址: 徐汇区建国西路285号2楼201室  
电话: 6120 8350  
网址: www.littlebugz.com

### 星期8小镇 Eday Town

星期8小镇是国内首家采用星期8模式的儿童娱乐场所, 专为3-13岁孩子创建的角色扮演主题乐园: 近7000平米的场馆, 以2/3的比例打造真实生活场景, 既有设施林立的街道, 又有各式风格的建筑, 更有各色不同品牌商店和工厂, 是任孩子体验、娱乐、创造、学习的小一号世界。在这里, 儿童可以在大人的必要辅导下, 自主模拟扮演各种社会角色, 提前感知成人世界, 培育健全心理, 增强社交能力, 塑造健全人格。  
地址: 闵行区都市路5001号仲盛世界商城5楼  
电话: 400 820 5066  
网址: www.edaytown.com

### X Club真人激光镭战 X Club Laser Tag

真人激光镭战游戏是一种集娱乐和培训于一身的时尚军事体育运动, 是一种团队游戏, 受到青少年欢迎。俱乐部500多平方米的镭战竞技场, 最多可由三个队共同竞技。激光标记的墙壁、各种障碍物、反光镜和高架平台为游戏增加了趣味性, 是室内镭战游戏的绝佳场所。另有1000多平方米的聚会空间, 还可举办儿童派对, 并具有完整的小吃和美食菜单。  
地址: 徐汇区肇嘉浜路366号  
电话: 400 666 8023  
网址: www.xclubshanghai.com

### CuCuGua早教中心 CuCuGua.Early Learning Center

CuCuGua是一家专为0至8岁儿童开设的早期幼儿启发教育中心。中心将通过一系列的指导性和协调性活动, 来帮助促进孩子学习, 并以创造性的方式激发他们各种潜力, 并致力用西班牙语作为向导来建立家庭之间稳定而持久的关系。也为各位家长提供一个互相交流, 分享育儿经验的平台。授课语言为英语, 中文和西班牙语, 中心开展的所有活动都使用西班牙语。  
地址: 闵行区虹梅路3215弄201号5楼  
电话: 15800965420; 15800966346  
网址: www.cucugua.com

### 棒棒贝贝科技中心 SOOPER Builder

上海棒棒贝贝教育咨询有限公司成立于2004年, 是一家始终致力于儿童科技启蒙和创造力培养的服务性机构。采用国际先进优质教具及“Design Thinking”教育理念, 培养孩童用逐步建立的“独立且逻辑”的思维能力, 在实践中探究科技世界。经过多年的教学实践, 已形成3-16岁科技搭建课程和授课体系。  
地址: 浦东杜鹃路68号 (靠近浦建路);

浦东长岛路825弄44号; 长宁区长宁路2041号  
电话: 5021 8398; 3882 1887;  
3212 0910  
网址: www.88bbcn.com

### 新艺树儿童美术 New Art Tree

新艺树儿童美术是台湾美术教育连锁机构, 推广3-14岁多媒体创作课程, 包罗万象的教学内容从不重复, 具深度广度: 美学知识、艺术赏析、画家介绍、造型几何、媒材运用、故事绘本和流行时事, 专业引导孩子独立创作思考。  
闵行校区:  
地址: 闵行区运乐路569弄弄尚国际3楼303  
电话: 5437 9802  
长宁校区:  
地址: 长宁区水城南路59号明珠大楼16楼1601室  
电话: 6270 9051  
网址: www.newarts.com.tw

### 卓基思维 Cherish Inspiration

卓基思维是一家专注于培养孩子的思考力、专注力、记忆力、表达力及良好的学习习惯的学前教育机构。机构开发了适合3-6岁中国孩子需求的“核心逻辑思维”教材, 从言语、数、量、图形、空间、记忆、推理、常识等方面培养逻辑思维能力, 配以丰富有趣的实物教具, 在尝试、探索地学习过程中让孩子更好地理解、吸收、运用所学所得。  
地址: 长宁区延安西路2633号美丽华商务中心B313  
电话: 6248 3975  
网址: www.cttraining.cn

### 橙色熊猫国际双语日托中心 Orange Panda - International Bilingual Daycare Center

橙色熊猫提供高品质、专业化的日托服务。日托中心的外籍和中国的护理人员都有相关教育背景。老师们鼓励孩子们通过玩耍和挑战来实现自身发展, 并通过关爱、健康、安全和发展来做到这一点。在中心, 老师们负责照顾3个月到4岁不等的儿童。拥有独立的婴儿组与幼儿组。您可以根据需要来选择半日或全日托班。中心的开放时间是上午8:30到下午6:00。  
地址: 静安区康定路370号  
电话: 18939952253  
网址: www.orange panda.cn

### 两块积木乐高创意馆 Two Building Blocks

两块积木乐高创意馆专注于乐高教育, 乐高源自丹麦, 热销世界八十多年的经典教育产品, 是全球最受家长和孩子们喜爱的品牌之一, 为2-12岁孩子打开了发现和探索世界的大门。乐高教育认为, 孩子是主动的学习者, 他们身上有着天然的兴趣和本能, 而发挥其本能的学习就是让孩子置身于充满趣味性、刺激性和挑战性的活动中, 主动去探究知识的奥秘。  
地址: 徐汇区虹桥路808号加华广场D112 (喷泉处)  
电话: 6448 0969  
微信公众号: 两块积木 (twobuildingblocks)

### LUC彩虹俱乐部课后国际班 LUC Rainbow Club Afterschool Program

LUC成立于2012年, 是一家非营利性的教育机构是一家专门为孩子们定制的国际俱乐部。LUC注重培养孩子们的教育和社交发展, 社区参与, 以及对全世界文化的欣赏。为孩子们提供因材施教的细致关爱和独立的三层活动空间。LUC彩虹俱乐部为学龄前儿童提供每日两小时的兴趣班, 课程包括俄罗斯艺术体操, 国际武术, 世界流行舞, 美国音乐工作室, 声乐合唱, 国际烘焙坊等。另外想进行语言训练的孩子们还可以参加由专业教师教授的英语和汉字课。  
地址: 浦东芳甸路779弄御翠坊233号  
电话: 5187 2889  
网址: www.luc-china.com

### 德倍礼 Debrett's

2014年3月, 拥有250年丰富历史的英国生活风尚品牌Debrett's在中国推出。通过互动式及体验式方式, 在第一印象塑造、与新朋友交往、衣着礼仪、用餐及应酬礼仪、面试礼仪等方面让参与者对英国文化有更为深入的了解, 系列课程还将为青少年教授在国内很少能接触到的马术、马球、射击等一系列贵族传统体育运动。  
地址: 长宁区仙霞西路99号尚嘉中心15楼50单元  
电话: 18614201003  
网址: debretts.cn

### 乐天陶社 The Pottery Workshop

上海乐天陶社2002年创建于上海中心城区, 是陶瓷艺术教育和交流中心。引导初学者从最基本的手捏陶艺到拉坯制作, 进阶的学生我们会进行审美的培养以及做模具等各种不同技法的学习, 老师均可中英文授课。陶社专门开设儿童班, 儿童陶艺夏令营和亲子手工陶艺课等课程, 教授东西方陶艺技巧, 小人偶, 面具, 火箭, 动物等等都是课程的主题, 激发孩子的灵感, 发挥自己独特的表达能力, 小朋友会在课程中获得许多乐趣。  
地址: 黄浦区陕西南路180弄1号甲  
电话: 6445 0902  
网址: www.potteryworkshop.com.cn

### 小小运动馆 The little GYM

小小运动馆面向4个月到12岁的儿童, 为孩子们提供循序渐进的课程, 科学、专业的运动和游戏提高力量、平衡性、协调能力、敏捷度等运动能力, 在游戏中学习数字、语言、颜色和空间概念等各方面认知学习和掌握前滚翻、侧手翻、甚至后手翻, 自信心实现飞跃, 更乐于尝试和挑战。小小运动馆提供的课程包括亲子班、学前班、学龄班、空手道、舞蹈和球类运动等。  
地址: 徐汇区天钥桥路580号星游城2楼F10-F11, 6481 0608; 浦东世纪大道100号环球金融中心2F, 5418 2260; 浦东芳甸路300号联洋广场A区301, 6106 9109; 普陀区大渡河路196号长风风景广场3楼L3--27/28, 5186 0081; 宝山区真华路928号大华虎城第三空间B1楼5661 6626; 黄浦区徐家汇路618号日月光中心徐家汇区3楼45-47, 3356 5039; 闵行区莘松路58号东苑丽宝4号楼3楼301-302

## 分类信息 DIRECTORY

(莘庄龙之梦对面), 6497 7687  
网址: www.thelittlegym.com.cn

### 新视野

#### New Horizons

New Horizons成立于2006年,以辅导在上海的国际学校学生的学习特质为主轴,自己编写一套独一无二的辅导教材,可分阶段用来辅导英语为母语和英语非母语的国际部学生。并采用计算机阅卷的套装软件便于诊断和分析每一学生学习的强项和弱项,设计了一套独家的培训课程教导 SSAT, SAT, ACT和AP/IB等考试。  
地址: 长宁区虹许路480号1楼; 浦东黄杨路18号B栋203室; 闵行区辛乐路372号二楼  
电话: 5228 0110; 5834 1378; 5228 8552  
网址: www.horizonsprep.com

### 爵士上海音乐学校

#### The JZ School

中国唯一一家专业从事爵士乐教学的音乐培训学校,外籍教师为主,多采用英语教学,具有高质量的教学保证。无论是爱乐者还是奏乐者,都可以在JZ School获得学习和交流的机会。JZ School不仅提供适合各个年龄、各个水平的音乐课程,还会定期举行免费的大师班,有机会和国际大师近距离接触。招收学员从3岁开始,除了小朋友和青少年的课,成人课程也有。  
地址: 徐汇区武康路280弄12号  
电话: 5403 6475  
网址: www.jz-school.com

### 颜色盒子艺术创意中心

#### Colorbox Creative Arts Center

颜色盒子艺术创意中心为不同年龄层次及国度的艺术爱好者提供各式艺术培训,包括视觉艺术创作、写作、音乐以及各类行为艺术等。中心专门设置幼儿课程、青少年课程和家庭课程。为孩子们营造了富有创造力的教学环境,各类材料资源充足。注重手把手的教学和示范是我们的教学特色,实行小班授课,一般每个班级人数在5-8人,采用英语、法语和普通话教学。  
地址: 徐汇区襄阳路383弄20号1楼  
电话: 6467 7002  
网址: www.colorboxarts.com

### 海谷龍早教·右脑开发

#### HEGURU Education

海谷龍是日本最大的右脑开发学校,经过海谷龍创始人逸见先生和逸见女士三十多年的研究与发展,海谷龍教学法对儿童早期教育非常有效。不同于传统的教学法,它着重培养孩子吸收信息的能力。通过有趣的游戏、拼图、歌曲和高速闪卡来激发您孩子的右脑潜能。这种高速处理数据,图片记忆和丰富创造力的新方法可以塑造6个月到12岁的孩子。设有孕期课程、婴幼儿课程和学前课程。  
地址: 虹口区西江湾路388号虹口龙之梦4楼B区04-04  
电话: 400 630 3138  
网址: www.heguru.com.cn

### 儿童科技营

#### Children's Technology Workshop

儿童科技营游戏是儿童发展重要的一课。自2004年从香港赴上海至今,儿童科技营致力为3-14岁儿童提供充满启发、创意及趣味性的学习课程,特别设计了多个适合

不同年纪的工作坊,教授孩子更专业的机械概念及探索课程。有丰富课程项目可供选择,如动画片制作、电脑游戏制作、机器人竞赛指导等等。有本地及外籍导师双语授课。长期与上海的多所国际学校保持密切合作。小班化教学。  
地址: 浦东梅花路1099号1层105室; 闵行区虹梅路3211号泰豪大厦5楼504; 黄浦区徐家汇路618号日月光广场徐家汇区3楼38-40  
电话: 5033 3053; 6466 6766; 6126 6526  
网址: ctworkshop.com.cn

### 美迪森宝贝学堂

#### Jack and Beanstalk

美迪森宝贝学堂隶属美国经济科学基金会教育中心,2012年美迪森宝贝学堂携手美国Hooked On Phonics(HOP),专业致力于把美国高端的原版英语教材、教学理念、教学模式及教学方法带入中国市场,以高标准的教育品质服务,实现教学效果和美国同质同步。外教小班教学,外教评估测试,应用多媒体电子白板,每周开放美国儿童图书馆,开设口语班,品格力课程, Drama课程,美式安亲班等课程。  
地址: 长宁区水城南路59号明珠大厦601室  
电话: 18516028861; 6270 3035  
网址: www.mdsedu.com

### 疯狂家族儿童俱乐部

#### KISHOW SCIENCE

疯狂家族是由环球雅思集团创办并运营的国际领先的儿童科学教育品牌,旗下拥有的疯狂科学课程自北美引进,结合世界公认儿童培养体系、国内儿童的需求及九年义务教育的教学大纲,由200多所美国和亚洲重点学校公立教师经数年精心研发,针对3-12岁开设的科学动手课程,数百套独有趣味成品制作,贯穿学习小初中课本知识,掌握各种物理,化学,生物,地球科学等知识,在专业老师风趣讲解中使小朋友从自然科学中体验学习的无限乐趣。  
地址: 闵行区七莘路3655号3楼; 宝山区密山路50号5层  
电话: 3468 0901; 6679 8577  
网址: www.kishow.com.cn

### 卡乐咪

#### COLOR-ME AMBASSY CLUB CENTER

卡乐咪是畅行美国100年的儿童寓乐专家,成立于1906年。作为北美地区儿童娱乐学习产品市场领域的领导者,卡乐咪为1.5-12岁儿童家庭提供健康、创意、互动的活动环境,为家庭、企业、社区、政府、学校等提供来自美国的15000多种产品及丰富的儿童团队活动,包括团队运动/创意手工/主题派对/科学探索/嘉年华/夏令营等等,注于玩的方法和文化的研究及传播,提供高品质的儿童活动产品和服务,致力于为全球的儿童带去快乐和健康。  
地址: 浦东花木路868号101室  
电话: 400 623 9533; 13166223401  
网址: www.color-me.com.cn

### 婷芭蕾舞学校

#### Ting Ballet School

是中国大陆地区唯一全面采用英国皇家舞蹈学院教学体系,并完全由英国皇家舞蹈学校认证之教师执教的舞蹈教育机构。是

目前上海最具规模的舞蹈进修学校,面积1700平方米,专业舞蹈教室6间,私家会员专属休息区,舞蹈鉴赏影音空间,自助咖啡吧,个人更衣柜以及独立淋浴室,专用停车场等。开设: 亲子舞蹈课程、学前舞蹈课程2.5-5、RAD儿童芭蕾课程5+、儿童爵士课程6+等专业课程。  
地址: 黄浦区延安东路588号东海商业中心东楼2楼; 浦东花木路1883弄御翠园会所  
电话: 6360 0998; 13311760998  
网址: www.tingballet.org

### 绮响音乐艺术中心

#### Fantasy Sound Music Center

绮响音乐艺术中心引进国外一流的艺术教育体系和专业教材,给师生一个丰富多彩的国际化音乐学习和交流平台。提供的课程包括: 钢琴、小提琴、大提琴、萨克斯风、长笛、单簧管、吉他(古典吉他/电吉他/民谣吉他)、电贝司、电子鼓、室内乐团、合唱团、英皇考级辅导(ABRSM)、全美钢琴演奏评鉴考试等培训服务。专职教师具有广泛的国际专业音乐教育背景,能够提供英语、德语、韩语、法语、日语的全程外语授课。  
地址: 闵行区虹梅路3211号泰豪大厦503室  
电话: 3415 1368  
网址: www.fantasy-sound.com

### 童绘视觉艺术中心

#### ARTSPIRE VISUAL ARTS CENTER

童绘是一家从事儿童视觉艺术教育的专业机构。中心引进符合美国VAPA(视觉和表演艺术)标准的获奖艺术教育课程,由世界各国优秀艺术家共同打造,为学龄前儿童提供世界一流的视觉艺术教育。开设: 经典艺术探索班(3-5岁), 经典艺术大师班(6-8岁), 经典艺术少年班(9-12岁)。让儿童在欢乐和愉悦中,发挥各自的想象力和创造力,创作出一幅幅艺术作品。  
地址: 长宁区延安西路2633号美丽华商务中心A202; 浦东碧云路1037号二楼A座; 青浦区业辉路222号北竿山国际艺术园119号  
电话: 6211 9632; 6838 8098; 6921 0080  
网址: www.artspire.cn

### 小鸡啄米手工室

#### RU-WA STUDIO

画拔浪鼓, 做香包, 兔子灯, 布老虎, 虎头鞋, 油纸伞, 扎风筝, 风车, 空竹, 用指尖重拾起童年的回忆, 享受自己动手的无穷乐趣! 小鸡啄米设立的手工学堂, 选择原生态的环保材质, 把对乡土、对自然、对传统民俗文化的解读, 融入到手工制作的每一个环节, 全程提供指导, 提供手工DIY体验活动、课程和定制, 手工DIY的秘诀与传统文化的乐趣!  
地址: 静安区南京西路1025弄静安别墅81号1楼前门  
电话: 6218 5859  
网址: www.xiaojizhuomi.com

### 梅琳舞蹈中心

#### Dance Studio 5

梅琳舞蹈中心不仅提供专业的舞蹈训练,而且也是一个语言中心。每位学员可以用他/她最喜欢的语言来跟老师沟通,并会受到个性化的指导(中文、英文或法文)。

儿童课程包括: 舞蹈启蒙, 儿童芭蕾舞, 儿童踢踏舞, 儿童街舞和儿童瑜伽。同时提供丰富多彩的Workshops: 百老汇, 太极, 灵气, 泰拳道, Boot camp, 空手道, 减肥和营养, Sophrology, 舞蹈和写作, 即兴喜剧, 亲子混合课程等等。  
地址: 徐汇区复兴中路1199号A座205室  
电话: 6260 5240; 136 61634365  
网址: www.dancestudio5.com

### 温鉴良实用咏春上海养生会馆

#### Practical Wing Chun Shanghai

实用咏春拳是温鉴良大师对传统咏春拳进行了独创性的革新而来的一种科学,简单实用的功夫。儿童课程是专为儿童开设的安全、有效又有趣的自我防御技能学习和掌握,改善身体健康状况的同时,也培养孩子积极健康的价值观,例如: 信心, 尊重, 勇气, 合作, 意识和警觉性, 自律与控制。提供两种儿童课程: 小虎班(7-9岁)和小龙班(10-12岁), 均可中英文授课。  
地址: 虹口区大连路839弄5号合生财富广场附楼301、302室  
电话: 6076 0880; 13817069679  
网址: www.practicalwingchun.cn

### 迪斯卡赛车馆

#### Disckart Indoor Karting

迪斯卡赛车馆创建于1997年年初,总营业面积5000多平方米,赛道长达500米,是全亚洲第一家规模最大最专业的室内方程式赛车馆。经欧洲专业赛车厂家设计的独特赛道,是以急缓相间弯道为主的娱乐赛道。40多辆卡丁车采用德国原装进口的“DINO”室内卡丁车,配备日本HONDA160cc 四冲程发动机,以及进口的三元催化器,马力强劲,操作简单。  
地址: 普陀区枣阳路809号(长风公园内)  
电话: 6222 2880; 6285 7778  
网址: www.kartingchina.com

### 明杰教育

#### NEW PATHWAY ACADEMY

明杰教育集团成立于2009年,秉持着为中国学生提供最创新高效并且一站式的考试培训、升学咨询平台的教育宗旨,我们将自行研发的线上、线下互动教学技术鱼传统美式教育价值观相结合,最大程度激发自己的潜力,成功进入到理想的学校。每年成功指导数千名学生,包括7名学生SAT得分2400,200名学生SAT得分超过2300。  
地址: 徐汇区零陵路899号飞州国际大厦25楼F,G,H单元; 长宁区水城南路37号万科广场北9楼; 浦东长柳路58号证大立方1705室  
电话: 5432 5782; 6275 4553; 3382 0351  
网址: www.npathway.com

### 普林斯顿考试辅导

#### PRINCETON REVIEW SHANGHAI

普林斯顿考试辅导是一家拥有30年历史的全球知名连锁考试辅导机构。目前在美国41个州和全球21个国家和地区设有上千家分支机构。在美国,超过50%的高中生曾接受普林斯顿考试辅导中心的课程培训。在上海,辅导中心为留学美国的学生提供科学、专业的考试辅导和咨询服务。课程包括SAT, SAT II, ACT, SSAT, TOEFL, GRE, GMAT, LSAT, MCAT等。



地址：长宁区凯旋路1010号百脑通B幢5楼501室  
电话：5108 2798  
网址：www.princetonreviewshanghai.com

### 耀华国际教育机构 Yew Wah Arts and Language Centre

耀华国际教育机构已有80多年教育历史，并在1998年进入上海。耀华语艺教育中心注重东西方文化融合，致力于为学生创设国际的、多元文化的学习环境。依托耀华国际教育机构丰富的全球教育资源，结合国际先进教学理念，中心研发或引入了丰富的青少年及成人语言、音乐艺术、品格培养等课程。  
地址：长宁区古北路600号  
电话：6219 1706；6234 0011  
网址：www.yalc-sh.com

### 上海明武国际功夫馆 Mingwu International Kungfu Club

上海明武国际功夫馆拥有一支具有丰富教学经验的专业教练员队伍，依托国内著名的资深的武术专家作技术指导；旨在教授和传播各种功夫技能的同时，起到培养少儿自信心，提高自我保护、防身意识，增强身体免疫力，有助于其生长发育的作用。开设的课程有：武术， 太极， 散打， 养生， 气功， 功夫扇， 跆拳道， 空手道， 截拳道， 跆拳道， 综合格斗技 等。均可中英文授课。  
地址：闵行区虹梅路3213号红春大厦3楼  
电话：6465 9806  
网址：www.mingwukungfu.com

### 盛力璘才 SECA Academy – Fencing, Squash and Rowing

盛力璘才隶属于上海盛力璘才体育文化发展有限公司。盛力璘才为青少年开展包括击剑、壁球、赛艇等全球高端体育运动的长期培训项目，通过发掘学业之外的个人独特优势和核心能力，来提升学生未来的发展机会。我们聘请了海外资深的教练团队，以小班课的形式提供高端运动辅导项目。盛力璘才在古北及金桥地区分设两个先进的训练中心，提供新颖独特的双语精英体育训练。  
地址：闵行区程家桥支路213号2楼；浦东川桥路1089号2楼  
电话：4008219000；3473 8000；5087 8000  
网址：seca-a.com

### 上海跑马地 MEADOWBROOK EQUESTRIAN & RURAL ACTIVITY CENTER

上海跑马地是一个专业管理的马术和户外活动中心，占地面积35公顷。国际标准设施：两个有盖的训练场地，六十间马厩，放马栏和专业培训的马匹。国际认可的教练、英语、普通话及广东话的服人员。课程包括休闲骑马及马术训练，个人及小组教授，不同级别的骑马课程。为增加学生比赛经验，每年六月及十二月会举办马术及障碍赛。每年七月会组织两星期的夏令营，带领参加的学生到德国和波兰受训。  
地址：青浦区沈砖公路2780号  
电话：6983 0022；6983 0055  
网址：meadowbrookshanghai.com

### 上海巴西柔术学院 SHANGHAI BRAZILIAN JIU-JITSU ACADEMY

上海巴西柔术学院是上海地区规模最大及最专业的巴西柔术学院，成立于2004年。我们的课程设计能够让零基础学员顺利上手的同时，也会循序渐进，适时激发出孩子们的最大潜力。上海巴西柔术学院竭力营造一个轻松友好的训练环境。即使没有任何相关训练经验的新手，也能很快投入课程中，并体会其中的乐趣。  
地址：黄浦区陕西南路333弄7号；浦东金桥博山东路767号二楼；浦东浦建路727号浦建雅居4楼；长宁区中山西路189 弄12楼C座；闵行区七莘路182号三楼A栋；杨浦区四平路623号11楼D座  
电话：13917420947；13818731715  
网址：www.shanghaibjj.com

### Z FENCING击剑俱乐部 Z FENCING

Z Fencing是新加坡最大的国际连锁击剑俱乐部，致力于发展少儿击剑。为不同年龄阶段开设了不同课程：儿童击剑培训班（4-12岁）、青少年击剑培训班（13-17岁）、成人击剑培训班、学校合作击剑培训班等。具备一整套完善的高科技培训设施，高质量高规格的教学体系，课程由国际教练和冠军团队的支持。强调专注力和协调性，我们认为性格塑造是最重要的教育目的。  
地址：闵行区虹梅路3213号红春大厦706室；闵行区虹梅路3211号泰豪大厦505室  
电话：6465 0207；6426 1113  
网址：www.zfencing.cn

## 健康Health

### 医院诊所 Clinics & Hospitals

#### 百汇医疗 Parkway Health

百汇上海共拥有80多名经验丰富的医师，分布于30多个科室，是上海领先的综合性健康保健服务商。在上海拥有设施先进、服务完善的门诊部 and 专科住院中心，分布于领馆区、浦东金融城、虹桥和金桥高尚住宅区和新天地时尚中心。以顶级的中外医师，一贯的国际安全标准，先进的管理系统，奢华的环境和超优质的客户服务，为国际社区和本地人士提供医疗保健服务，而费用结算直接接轨30多家国际保险公司，免除患者后顾之忧。百汇与复旦大学附属华山医院和瑞金医院等当地知名医院展开了密切合作，共享专业知识技术，不断提升服务标准。  
地址：长宁区虹桥路2258号；南京西路389号明天广场裙房四楼；南京西路1376号上海商城西峰203-4室；黄浦区淡水路170号3楼；碧云路997号；浦东世纪大道88号金茂大厦裙楼1楼  
电话：6445 5999  
网址：www.parkwayhealth.cn

#### 上海嘉庭中心 Shanghai Town & Country Community

上海嘉庭中心是中国首家会员制的顶级家庭休闲生活与运动养生中心，其独具特色的设施、严谨的会员邀请制、国际化的管理团队，确保了菁英家庭 在最优质的环境中 享受尊贵的专属服务，并通过为家庭成员专门定制的寓教于乐的活动，尽心竭力为您打造更多美好的家庭回忆，让孩子在

菁英环境中茁壮成长。  
地址：上海市泸定路46号（近云岭东路）  
电话：+86 21 8025 8666  
网站：www.ddleisure.com

**上海身心佳中医门诊部**  
西藏南路760号（建国新路路口）  
安基大厦14楼05室  
T: (+86 21) 5101 9262  
E: huangpu@bodyandsoul.com.cn

**上海身浦佳中医门诊部**  
上海市浦东新区民生路1518号  
（含笑路80号）金鹰大厦B幢1303室  
T: (+86 21) 6162 0361  
E: pudong@bodyandsoul.com.cn

**上海身闵佳门诊部**  
上海市闵行区程家桥支路211号  
智地大厦（从虹梅路进去）  
T: (+86 21) 6461 6550  
E: minhang@bodyandsoul.com.cn

**上海徐向东中医诊所**  
上海四季酒店 6楼  
上海市静安区威海路500号  
T: (+86) 150 0059 7770  
E: jingan@bodyandsoul.com.cn

**唯儿诺儿科诊所  
United Wellness**  
唯儿诺源自美国。唯儿诺创始人刘晓坤博士在美国行医20多年 并成功在美创办 多家私立儿科门诊部。美国儿科学会会员，FAAP。作为美国儿科医学会认证的儿科医生，刘晓坤博士现致力于将美国先进的医学及经营理念引进到国内：  
1、纯正的美式儿保理念，为0-18岁 中国儿童提供全方位的保健服务。  
2、首创沪上医教结合亲子课程，打造不一样的亲子理念。  
3、中西医专家团队强强联合，为慢性顽疾（湿疹、哮喘等）提供最专业有效的治疗方案。  
4、高质量进行常见儿科疾病治疗及诊断。  
5、与孩子和家长建立长期、信任、关怀备至的全新医患关系。  
地址：中国上海市长宁区富贵东路199 号  
电话：+8621-6236081  
网址：www.united-wellness.com

**红杉发展中心  
Redwood Development Center**  
红杉发展中心是上海第一家双语医疗 & 教育机构，主要专注于儿童各项发展能力，包括动作、智力、心理、语言和社交发展等方面，为儿童提供一系列的咨询、评估、教育支持和治疗服务。中心来自台湾的儿童发展专家专注于（0-18岁的）婴幼儿儿童的评估与治疗，提供各种障碍诊断，包括自闭症、多动症、发展迟缓、脑瘫、骨伤、基因疾病、感统失调等等。  
地址：青浦区高泾路586号；徐汇区东湖路21号；嘉定区希望路1313号  
电话：59886688/59886898  
电邮：rdc@montessorisos.com  
网址：www.rdc-sh.com

**上海和睦家医院  
Shanghai United Family Hospital and Clinics**  
地址：上海市长宁区仙霞路1139号，预约中心：400 639 3900；

长宁区泉口路8号， 口腔科预约电话：(021) 2216 3909；  
闵行区华漕镇金丰路555号上海网球俱乐部内，电话：(021) 2201 0995；  
浦东新区红枫路525号一楼A区， 电话：(021) 5030 9907  
24小时急诊热线：(021) 2216 3999  
总机：(021) 2216 3900  
网址：www.ufh.com.cn

**樱花门诊部**  
地址：延安西路2558号新大楼东4F  
电话：62099820

**禾新医院  
Landseed International Hospital**  
地址：徐汇区钦州路102号  
电话：6195 7888，6225 3456  
网址：www.landseedhospital.com.cn

**美华妇儿服务  
American-Sino**  
地址：长宁区华山路800弄6号裙楼2-3楼  
电话：3175 2500，3175 2520  
网址：www.americanobgyn.com

**上海东方国际医院  
Shanghai East International Medical Center**  
地址：浦东南路551号  
电话：5879 999，150 0019 0899  
网址：www.seimc.com.cn

**沃德医疗中心  
WorldPath Clinic International**  
地址：浦东世纪大道777号  
电话：400 036 8880  
网址：www.worldpathclinic.com

**上海国际医学中心  
Shanghai International Medical Center**  
地址：浦东康新公路4358号  
电话：6023 6666  
网址：www.simcgroup.com

**红枫亚泰妇产医院  
Shanghai Redleaf International Women's Hospital**  
地址：黄浦区淮海中路1209号  
电话：6196 1133  
网址：www.redleafhospital.com

**圣瑞医疗  
Sunray Clinic**  
圣安儿科门诊：闵行区伊犁南路85号，5477 6480；圣恩儿科门诊：徐汇区永嘉路718弄1号，3469 1700；圣欣门诊：浦东新区长柳路58号101室，6868 0119  
网址：www.sunray-clinic.com

**上海天坛普华医院  
St. Michael Hospital**  
地址：长宁区红宝石路388号  
电话：6270 5300  
网址：www.stmichael-hospital.com

**德西门诊所  
Shanghai Delta West Clinic**  
地址：长宁区延安西路2558号工人疗养院B座5楼  
电话：400 821 0277  
网址：www.deltawestclinic.com

## 眼科诊所 Eye Clinics

### 爱尔眼科医院

#### Aier Ophthalmology

地址: 长宁区虹桥路1286号

电话: 400 700 8009

网址: www.aierchina.com

### 瑞视眼科

黄浦区西藏南路758号金利广场2-3楼, 6437 7430, 400 821 1567; 普陀区白玉路7号, 6117 0020

## 牙医诊所Dentist

### 三岛齿科

地址: 长宁区 水城南路37号万科商务楼503(水城南路, 黄金城道路口)

电话: 021-32231688 021-62099800

### 瑞尔齿科

浦东张扬路500号华润时代广场417号(近浦东南路), 5836 8100; 静安区南京西路1266号恒隆广场512室, 3252 1519; 浦东福山路388号宏嘉大厦206-208室, 5066 3380; 普陀区大渡河路178号长风景观广场502B, 3257 1100; 黄浦区湖滨路222号企业天地商业中心2号2楼, 5396 6539; 浦东陆家嘴西路168号正大广场B1楼F16号铺, 5047 6878; 徐汇区天平路245号巾帽园2楼, 6473 7733; 浦东民生路1286号汇商大厦19楼A区, 6100 2996; 黄浦区南京东路300号恒基名人购物中心404室, 6322 2323; 长宁区延安西路2111号扬子商务中心1楼, 6259 7332

### 齐美矫正

齐美矫正, 专业微笑设计

齐美矫正为国内根据美国正畸学会AAO协议, 由正畸专科医师在中国内地开设的牙齿矫正门诊部。专注成人正畸、隐形正畸、儿童正畸、快速正畸、外地远程正畸、正畸美容等, 共有14张椅位, 下设隐形矫治科、固定矫治科, 儿童预防矫治科以及修复美容科。提供不同年龄段、不同矫治策略、不同矫治难度全覆盖的专科矫治方案。

预约即可免费享受以下项目:

- 1、挂号及建档;
- 2、口腔全面检查;
- 3、牙齿全景X光片;
- 4、头颅侧位片;
- 5、正畸石膏模型;
- 6、正畸治疗方案设计。

电话: 4009200055

网址: www.061.cn.

## 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 $\geq 0.3$ 微米的颗粒物, 对于直径 $\geq 0.003$ 微米的颗粒物其净化效能也达到99.5%以上。直径 $\geq 0.003$ 微米的颗粒物比PM2.5颗粒直径小约800倍。

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钟型号款式可供选择。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

## 家庭餐饮Family Dining

### 美式餐厅 American

#### 蓝蛙

#### Blue Frog

浦东花木路1378号浦东嘉里城商场1楼L131单元, 3378 0271; 徐汇区天钥桥路131号地下1层12室, 3368 6117; 浦东世纪大道100号上海环球金融中心B109室, 6877 8668; 浦东富城路12-14号, 6891 0977; 浦东碧云路633号体育休闲中心1楼R3号, 5030 6426; 闵行区虹梅路3338弄虹梅休闲街30号, 5422 5119; 闸北区共和新路1918号大宁国际广场6幢102A-103A室, 6631 3920

#### 彼德西餐

#### Peter's

长宁区虹梅路3911号SOHO3911休闲街7号别墅, 6261 2505

### 新元素

#### Element Fresh Restaurants

长宁区延安西路2088号嘉顿商业广场B101, 6083 7436; 浦东红枫路331号, 3382 1700; 浦东花木路1378号浦东嘉里城1楼, 2022 2537

#### 茉莉西餐厅

#### Yasmine's

浦东碧云路178号(近白桦路), 5030 7886

## 拉亚汉堡经典餐厅

### Laya Burger

徐汇区中山西路2006号(近徐家汇), 6437 1252; 浦东商城路889号(近世纪大道), 6075 6266

### 酷瑞西餐

#### The Cookery

黄浦区南京西路388号仙乐斯广场108单元(近黄陂北路), 6191 1158

### GALLO Café

长宁区水城南路27号(近黄金城道), 5299 0850

### 多利萝玛

#### Tony Roma's

浦东世博村B地块雪野路1057号B9-101C室(近沂南路), 2206 9150

### Green&Safe

长宁区虹桥路1438号高岛屋4楼403, 6295 5117; 徐汇区东平路6号, 5465 1288

### 法式French

#### MoCA on the Park

黄浦区南京西路231号人民公园内上海当代艺术馆3楼, 6327 0856

### K5西餐厅

黄浦区南京西路325号上海美术馆5楼近黄陂北路, 6327 2221

### 木鸭梨露天餐厅

#### Rooftop Cafe Myl

南京西路456号科勒设计中心4楼(近仙乐斯广场), 3305 1136

### 费尼餐厅

#### Fanier

中山南二路699号正大乐城2-104室, 6067 1611

### 欧米亚

世纪大道55号东方浮庭2楼, 3382 9117

### Kathleen's Waitan

虹口区黄浦路200号(近青浦路), 6660 0989, 136 6161 4714

### 芝麻磨坊

闵行区都市路5001号仲盛世界广场5楼, 5227 7749, 150 2146 5381

### 小厨工坊

普陀区中山北路3300号月星环球港B1011, 5852 8666

### 烘焙、熟食和甜点

#### 干诺咖啡&素食小厨

#### Chonor Café

黄浦区福州路17号2楼, 6314 1068

### Big Bamboo

浦东红枫路381号(近碧云路), 5030 1779

### 飞狐

浦东红枫路225号, 5030 9807

### 蔡嘉法式甜品

徐汇区淮海中路999号环贸广场L5-521, 400 097 9788, 6495 9727; 黄浦区茂名

南路112号(南昌路), 400 097 9788, 5436 5681; 黄浦区徐家汇路618号日月光中心广场二楼XJH01-02, 400 097 9788, 6437 2780

### 柴田西点

长宁区紫云西路24号, 5206 5671; 徐汇区嘉善路309号(近建国西路), 6495 3323

### Royce' Chocolates

浦东世纪大道8号上海国金中心LG2楼city'super内, 5012 0998

### CIAO 巧

黄浦区汉口路740号上海扬子精品酒店1楼(近云南中路), 6080 0800, 6080 0899

### 啡你啡思

#### Café & Pub

静安区大沽路396号(近成都北路), 6330 7081; 浦东东方路796号133-135单元, 5888 9196, 5888 9181; 徐汇区东安路599号1-105室(近中山南二路), 6115 8216

### Le Camelia

普陀区中山北路3300号月星环球港4楼L4051室(近金沙江路), 6286 6721; 静安区南京西路1618号久光百货2楼S207-S208, 3105 8684; 浦东芳甸路1188弄证大喜马拉雅中心1-4号B1楼158号(近国际会展中心), 6045 7968

### 好好先生西餐厅

#### Mr Nice

静安区愚园路280号(近乌鲁木齐北路), 5292 1520; 徐汇区徐家汇路618号日月光4楼TK-05商铺, 6426 0093; 长宁区茅台路179号金虹桥中心L403-L405室(近娄山关路), 6260 9602

### 泰晤士咖啡餐厅

杨浦区控江路766号(近隆昌路), 6534 5832, 6530 1143

### 尤海姆

#### Juchheim

长宁区仙霞路99号尚嘉中心LG2, 6067 3757

### 中餐 Chinese

#### PonPon亲子轻食馆

#### PonPon Kids Cafe

PonPon Kids Cafe坐落于上海市长宁区古北地区, 关注0-6岁亲子用餐体验。由两位设计师妈妈从食材的绿色与安全抓起; 不断开发改善食物形态, 鼓励孩子自主享食, 从就餐体验中感受自由与独立。更融合玩乐区与就餐区一起, 让父母更安心用餐。同时提供各类聚会与生日派对的定制服务, 会员享有绘本与玩具外借及各类活动的优先权。地址: 上海市长宁区荣华西道19弄1号103; 电话: 021-62311172, 13004179151; 网址: www.ponponkidscafe.com

### 海底捞火锅

#### Hai Di Lao Hot Pot

闵行区吴中路1100号, 54223132,



54220948; 浦东张杨路588号中融恒瑞大厦6层, 38713936, 38713937; 黄浦区南京东路830号第一百货商店五层, 63617188、63617189; 徐汇区华山路2068号百联徐汇商业广场南五层, 64188837、64185337

**鼎泰丰**

**Din Tai Fung**

长宁区古北新区水城南路37号万科广场北楼2楼; 浦东世纪大道100号上海环球金融中心3楼, 68776886; 黄浦区兴业路123弄新天地广场南里商场2楼11A单元, 63858378; 静安区南京西路1515号静安嘉里中心北区商场4层N4-15, 62178366, 62178376

**小南国**

**Xiao Nan Guo**

浦东花木路1378号浦东嘉里城2楼L225号铺; 浦东世博大道1368号世博源1区2楼; 浦东张杨路3611弄金桥国际商业广场6座2楼, 400 820 9777

**半山小馆**

**Ban Shan Xiao Guan**

长宁区虹桥路1438号古北国际财富中心2期裙房高岛屋07-06, 52830285, 62371261

**上海会馆**

**Shanghai Hui Guan**

长宁区虹桥路1438号古北国际财富中心2期裙房高岛屋07-11, 62787311, 62787366

**意大利餐厅Italian**

**意索娜意大利餐厅**

**Isola bar & grill Shanghai**

浦东世纪大道8号上海国金中心L4楼17号铺 (近银城中路), 5012 1277

**伽雅意大利餐厅**

**Gaia 2 Ristorante & Bar**

徐汇区淮海中路999号环贸iapm广场L6-605 & L7-703号铺, 5466 1699

**华万意大利餐厅**

**VA BENE**

黄浦区太仓路181弄新天地北里7号楼 (近马当路), 6311 2211

**斯比特花园·意大利餐厅**

普陀区中山北路3300号月星环球港2楼2027室, 6286 9601, 6286 9602; 闵行区都市路5001号仲盛世界商城4楼, 33583290, 33583289; 长宁区天山路341号缤谷广场210单元, 32585118; 闸北区柳营路777号盛源生活广场4楼 (近共和新路), 56485020, 56485021

**Le Joli Bistro 周**

黄浦区蒙自路207号11号楼10室, 5386 2072; 浦东金科路1800号东郊宾馆健身中心内1楼, 5027 8847

**义面屋**

静安区南京西路819号中创大厦5楼507室, 5975 5888; 徐汇区华山路2038号百联徐汇商业广场3楼 (近广元西路), 6433 2258

**意厨房**

**The Little Onion**

静安区万航渡路889号悦达889广场L2-09号铺 (近长寿路), 6245 5715

**伊莎贝尔**

黄浦区长乐路139号-19 (近成都南路), 6384 2322

**2nd Floor**

徐汇区长乐路810号2楼 (近常熟路、乌鲁木齐中路), 3251 2858

**GIRASOLE**

浦东明月路188弄108号世茂湖滨花园会所2楼 (近黑松路), 5065 2155

**TAVOLA**

浦东滨江大道2500号 (东园路路口), 2022 8288, 139 1657 7140

**披萨 Pizza**

**马诺诺**

**MARZANO by Pizza Express**

黄浦区太仓路181弄10-12号02/03室 (近兴业路), 5383 3999; 闵行区华漕镇运东路569弄171单元, 52962700; 浦东东方路796号96广场130单元, 6891 2177; 浦东祖冲之路1239弄长泰广场1层17室 (金科路), 6886 7377

**美罗思比萨**

黄浦区成都北路141号 (近威海路), 6340 0478; 浦东东方路971钱江大厦大堂, 5386 2117, 6236 0663; 长宁区延安西路2299号世贸商城1楼(近古北路), 400 887 4992, 6236 1277; 长宁区虹桥路1885弄仙霞网球中心, 3222 1579 东南亚餐厅

**潮泰意Café**

徐汇区淮海中路999号环贸iapm商场L5-503室 (近陕西南路), 5466 6106, 5466 6105; 黄浦区太仓路181弄新天地北里22,23号楼02A单元, 5383 5008

**自助餐**

**Ashley**

浦东张杨路3611弄金桥国际商业广场3座2楼, 6176 7927, 6176 7920; 徐汇区中山南二路699号正大乐城3F5-302, 6079 8326

**明悦大酒店法国自助餐厅**

浦东崑山路500号明悦大酒店1楼 (张杨路口), 5093 3333

**衡山宾馆毕卡第**

徐汇衡山路534号衡山宾馆1楼 (近宛平路), 6437 7050

**绿地万怡酒店MoMo Café**

嘉定区沪宜公路3101号上海绿地万怡酒店 (近叶城路), 3991 6888, 3991 6499

**好山海鲜·烧烤自助餐**

杨浦区黄兴路1800号东方蓝海国际广场三号楼B1层, 6070 8555

**锦屋料理**

徐汇区宜山路425号光启城时尚购物中心4楼, 6029 9752

**欧式餐厅**

**Cocoparty**

普陀区中山北路3300号月星环球港B1017, 5852 8666

**德国汉堡之家餐厅**

黄浦区保屯路399号 (近中山南路), 6377 7179

**325牛排馆**

浦东芳甸路199弄300号联洋广场A区4楼 (近大拇指广场), 6101 7588

**米罗斯希腊餐厅**

徐汇区岳阳路1号(近东平路), 6431 7751; 闵行区虹梅路3338弄16号 (近延安西路), 5440 8530; 闵行区虹梅路3911号1号商铺(近虹桥路), 6262 5011

**利再燃西班牙餐厅**

**LIZARRAN**

徐汇区肇嘉浜路1111号美罗城4楼欧洲街4-11A (近欧洲街), 6427 9903

**家庭摄影 Photography Studios & Service**

**Sarastyle儿童摄影工作室**

**Sarastyle Kids Photo Studio**

地址: 徐汇区高邮路59号  
电话: 138 1721 0292  
网址: www.sarastyle-kidsphoto.com  
电邮: sarastyle@sina.cn

**么么茶儿童摄影**

地址: 徐汇区中山南二路699号5-301 (近东安路)  
电话: 6090 1060  
地址: 杨浦区五角场伟德路59-69号 (创智坊内) 近大学路  
电话: 5509 2067

**美式儿童摄影会所**

Sweet Baby  
地址: 闵行区明中路275弄9号 (欣绿名苑)  
电话: 5778 1053, 189 3993 4118

**安徒生童话儿童摄影**

地址: 松江区三新北路900弄865号 (泰晤士小镇内)  
电话: 5783 9967

**Korea Angel Baby Studio**

地址: 松江区莘松路999弄浅水湾花园别墅49号  
电话: 6789 5689, 156 1883 8032

**CUTEKIDS儿童摄影**

地址: 长宁区定西路1277号长峰大厦206室  
电话: 5665 6953, 6236 1668

**完美相册**

www.perfectalbum.com 个性化照片书、台历等DIY制作网站, 为用户提供照片书, 个性台历制作及印刷等服务。完美相册提供简单快捷的DIY制作软件, 您可用自己的照片 (如宝宝的照片) 制作包括照片书、个性台历、节日贺卡、帆布画等产品。  
地址: 闸北区广中西路333号。  
电话: 3218 1921  
电邮: customerservice@perfectalbum.com

**韩国WPlus儿童摄影**

地址: 闸北区共和新路3088弄祥腾财富广场8号1楼  
电话: 6112 3333, 136 8171 2509

**维尼儿童摄影**

地址: 闸北区平型关路108弄26号108创意广场内  
电话: 6698 9091

**贝儿福图文设计**

**Barefoot Portraits**

创意有趣的拍摄过程, 诙谐自然的全家福, 贝儿福带给您的不仅是精美的照片, 还有令您同样记忆犹新的摄影体验。服务的对象包括上海法国学校, 上海德国学校, 和一些出版机构。咨询你的幼儿园或就诊医院, 有优惠获取哦。  
地址: 静安区淮安路668号 (近西苏州河路)  
电话: 136 3649 9378 (英文), 6083 1066 (中文)

**小资味儿新派婴童摄影**

地址: 黄浦区斜土路780号4号门1楼 (近打浦路)  
电话: 5307 2307, 6330 7177, 159 2193 4848, 189 0177 1022

**阿拉丁神灯艺术儿童摄影**

地址: 浦东陆家嘴西路168号正大广场6楼615-617号 (近东方明珠)  
电话: 5047 6968, 6111 4062

**lbaby**

地址: 浦东万荣路700号大宁中心广场C2栋; 浦东世博园区C片区国展路410号墨西哥馆  
电话: 400 650 0750, 188 2110 2507

**首尔宝贝**

**Korea Seoul Baby Studio**

徐汇区襄阳南路498号 (近建国西路), 189 3971 8856; 紫槐路25号(近丁香路), 400 082 8566  
官方微信号: KoreaSeoulBabyStudio

**西瓜庄园**

**Watermelon Farm**

徐汇区天钥桥路333号腾飞广场3楼, 6426 1598, 6426 1808; 杨浦区五角场淞沪路8号百联又一城5楼南区, 6548 0725, 6548 2264; 浦东芳甸路300号联洋广场A座3楼, 6100 2335, 6100 2339; 宝山区大华路352号虎城嘉年华B119 (卡通尼乐园内), 5609 9985, 5609 9596; 徐汇区漕宝路51号 (光大会展斜对面), 6408 0530, 6483 5605; 浦东张杨路501号第一八佰伴8楼, 6839 2577

**韩国青摄影**

**Korea blue studio**

地址: 静安区华山路351弄-2号(上海摄影家协会所在的老洋房内)  
电话: 6214 7720

欢迎读者推荐适合家庭的指南信息, 请联系 editor@rksh@126.com

# 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editorjksh@126.com，编辑将与您联系图片事宜

## 上海协和国际学校承办第4届中学生机器人研讨会

上海协和国际学校承办了第4届中学生机器人研讨会，以此拉开了上海地区国际学校乐高社团本赛季的帷幕。超过100多名学生分别代表了6个国际学校的30个团队聚首在上海协和国际学校的校园里一起学习。此次活动中，各种程度的学生都有机会参与并交流最新的技术，通过声、光、电等传感器的运用让机器人完成一系列的挑战。



## 新加坡伊顿国际幼儿学校举办Twilight Celebration

中秋佳节，新加坡伊顿国际幼儿学校浦东南路校区举办了Twilight Celebration。学校邀请了家长与孩子一起来参加了Twilight Celebration以庆祝崭新的浦东南路校区的正式运营。孩子们在充气城堡上蹦跳欢笑，互相分享中秋节美食，与同伴们一起与外籍老师探索光与影的奥秘，听中文老师讲述中秋节的来源，整个气氛温馨而和睦。







### 上海西华国际足球队迎来英超斯托克城教练

今年上海西华国际学校（WISS）迎来了前任英超联赛球员及教练到我校斯托克城足球学院！Peter Smith，34岁，他的大部分人生献给了足球，年轻时代效力于利物浦，也曾效力于埃克塞特城并代表国家队踢球。他有非凡的执教经历和资质，与另外两名经验丰富的斯托克城教练继续发扬足球的在西华的魅力！



### 安琪儿幼稚园举办万圣节派对

一年一度的万圣节，是小朋友狂欢的节日。安琪儿幼稚园每位小朋友都穿着不同的服装，带上面具，与父母一起参与到愉快的游戏中。为了鼓励大家积极参与，派对还评出了最佳服装奖。





## 上海美华妇儿每月举办1周岁宝宝生日会

每月一度的美华1周岁宝宝生日会在上海美华妇儿服务门诊部3楼举行。上月活动共有14组1周岁宝宝家庭参加，生日会当天安排了愉快的游戏，蛋糕和礼物。在早教老师的带动下，小朋友和家长都随着音乐开始游戏。面对卡通生日蛋糕，小朋友们都迫不及待地要吹蜡烛，整场活动气氛非常活跃。



## 上海嘉庭中心和法国卓尔贵族礼仪学院联合推出礼仪课程

以“家庭”为核心的顶级休闲与运动养生俱乐部上海嘉庭中心，与法国卓尔贵族礼仪学院联合推出“专属成人礼仪课堂”。CEO陆纪尧先生是法国Bernadac家族的继承人，其家族曾为摩洛哥皇室公主王子们教授高贵的礼仪。此次与上海嘉庭中心联手，愿将最纯正的西式礼仪教养带给中国的中产阶级。上海嘉庭中心未来还将开展针对儿童的礼仪课程，旨在提高孩子们的礼仪修养，培养自信气质，让孩子们更轻松自如地融入到“全球化大家庭”的氛围中。







### 上海协和双语学校举办传统美德集会活动

先锋班的全体师生济济一堂，开展了一次别开生面的以美德为主题的集会活动。本次集会由先锋班的教师团队精心策划，同学们认真准备，呈现给大家一场内容丰富、寓教于乐的盛会。旨在宣扬中华民族传统美德，使孩子们进一步理解美德的涵义，从小事做起，从我做起，让美德之花开遍协和校园。

# ParkwayHealth

## 小超人的 超级关爱

家有小人，爱动爱探索。作为妈妈，如何给他（她）全面的关爱？  
您需要超级团队，和您一同给予超级关爱。百汇医疗，值得您信赖的国际医疗集团。

医疗服务范围：

• 儿科	• 骨科	• 齿科	• 精神科
• 眼科	• 耳鼻咽喉科	• 皮肤科	• 儿童疫苗注射

百汇医疗2005年登录中国，目前在上海、北京、苏州、成都拥有11家医疗诊所与齿科诊所。[www.parkwayhealth.cn](http://www.parkwayhealth.cn)

24小时联系电话：021 6445 5999

Excellence in Patient Care

# 杂志免费取阅点

希望免费拿到每期的青kids杂志吗？看看下面哪个发行点离您最近。  
杂志免费发行点涉及到学校、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。

《青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：（021）6131 6691

## 长宁区

虹桥国际学校	伊犁南路218号
上海李文斯顿美国学校	甘溪路580号
上海奥伊斯嘉日本语幼儿园	茅台路715弄20号
上海长宁区耀华专修学校	古北路600号
上海耀中国际学校	古北新区荣华西道18号
上海不列颠英国学校	古北路1988号
美国普林斯顿教育咨询	凯旋路1010号百脑通B栋5楼
上海小蜜蜂	天山路288弄31号102室
德倍礼	仙霞西路99号尚嘉中心15楼50单元
和睦家医院	仙霞路1139号
上海和睦家	茅台路1068号天祥大厦705室
百汇医疗(瑞祥门诊部)	虹桥路2258号
上海高岛屋	虹桥路1438号2楼
上海Zooligans 幼儿园	虹桥路1765号
上海长宁民办哈比桥治幼儿园	淮阴路489号
上海长宁国际学校（虹桥校区）	虹桥路1161号
上海长宁国际学校（虹桥幼儿部）	虹桥路2212号
上海民办包玉刚实验学校（小学部）	武定西路1251弄20号
唯儿诺	富贵东路199号
上海和德门诊部	红宝石路396号
上海惠华门诊部	华山路800弄6号裙楼4楼
德达医疗	延安西路2558号工人疗养院B座5楼
虹桥南丰城	遵义路100号虹桥南丰城A栋805-809室
美华妇儿服务	华山路800弄6号裙楼5楼
三条	安龙路555号
静冈胜政日式猪排	茅台路179号金光绿庭广场LG2-008/9
空海日本料理	延安西路2000号虹桥宾馆大厅内
GALLO Café	水城南路27号
玉海力	宋园路109号3楼
日内瓦餐厅	哈密路1876-A
启德考培古北校区	长宁区水城南路37号万科广场北9楼
上海天坛普华医院	红宝石路 388 号

## 浦东新区

SEIPS 中欧国际早教中心	浦明路1999号云天地广场2号楼
华师大二附中国际部	祖冲之路736号
上海协和国际学校	金桥明月路999路
上海德威英国国际学校	金桥蓝校路266号
新加坡伊顿国际幼儿学校	浦城路40号层
海富耀华幼儿园	耀华路550弄1号
海富金太阳幼儿园	金杨路750弄57号1362
LUC国际儿童中心	芳甸路779弄御翠坊233号
上海惠灵顿国际学校	耀龙路1500号
上海市金苹果双语学校	巨峰路1555号
上海市民办中芯学校	青桐路169号边)
上海师范大学附属第二外国语学校国际部	惠南镇拱极路2151号
上海哈罗国际学校	黄杨路6号C座UC 18 2013室
德意学堂	红枫路450弄1楼
上海宝贝熊早教	浦城路366号菊园会所2楼
美吉姆早教中心	张杨路3611弄金桥国际商业广场7座2F
小小运动馆	浦东南路588号下一层
小小运动馆	世纪大道100号环球金融中心2F
小小运动馆	芳甸路300号联洋广场A区301
百汇医疗(瑞浦门诊部)	碧云路997号
百汇医疗(金浦门诊部)	世纪大道88号金茂大厦裙房金茂时尚生活中心一层
沃德医疗	南京北路399号六楼
蓝蛙金桥店:	金桥碧云路633号1层R3
蓝蛙环球金融中心店:	世纪大道100号上海环球金融中心B109室
蓝蛙浦东嘉里城店:	花木路1378号浦东嘉里城商场一层L131单元
蓝蛙正大店:	富城路12-14号

喜马拉雅中心大观舞台	芳甸路1188号喜马拉雅中心大观舞台票务中心
嘉里大酒店	花木路1388号上海浦东嘉里大酒店
上海市民办尚德实验学校	秀沿路1688号
上海美国学校（浦东校区）	三甲港凌白路1600号上海林克斯社区
上海市平和双语学校	黄杨路261号
上海德威英国国际学校（幼儿园）	金桥蓝校路425号
蒙台梭利儿童之家	灵山路2000弄56号
启德儿童国际教育（张江校区）	科苑路88号德国中心
启德儿童国际教育（金桥校区）	新金桥路1888号
上海民办光华中学	川周公路2788号
光华浦东国际课程中心	川周公路2788号
上海市进才中学国际部	峨山路26号铺
上海长宁国际学校（浦东低年级校区）	康桥路秀沿路800号
上海长宁国际学校（浦东高年级校区）	周浦区横桥路198号
上海中学国际部（浦东校区）	藿香路38号
瑞尔齿科	福山路388号2楼
身心佳中医门诊部	民生路1518号含笑路80号金鹰大厦B座1303室
尚美齿科	金桥碧云路650弄2号
上海圣欣门诊部	长柳路58号101室
上海东方国际医院	即墨路150号12楼
板长寿司	世纪大道8号国金中心+地下1楼LG1-18号商铺
Big Bamboo	红枫路381号
Pistolera	碧云路855号
飞狐	红枫路225号
百世达	陆家嘴西路168号正大广场3楼25室
启德考培浦东校区	浦东新区长柳路58号证大立方大厦1705室
上海嘉庭中心	沪定路46号
上海东方医院医疗美容科	浦东新区即墨路150号

## 静安区

格林新蕾幼儿园	胶州路561号
迪士尼英语	延平路121号三和大厦20B室
蒲蒲兰绘本馆	愚园路262号蒲蒲兰绘本馆
融尚私塾	南京西路1376号上海商城西峰办公楼703A
百汇医疗(瑞新医疗中心)	南京西路1376号上海商城西峰203-4室
爱丽高端沙龙	常德路800号B12一楼
印巷传媒	江宁路831号永业坊艺术中心一层
静安双美亲子教育培训学校	胶州路149弄10号
君笑齿科	南京西路1038号梅龙镇商厦12层1205B-06
身心佳中医门诊部	威海路500号四季酒店6楼
Big Bamboo	南阳路132号波特曼后门
Must Grill	武定路881号2号楼1楼
睿创公共关系顾问有限公司	愚园路433弄8栋225室
全康医疗	南京西路1788号1788国际中心303室
齐美矫正	南京西路1468号中欣大厦25楼

## 青浦区

上海西华国际学校	徐泾镇联民路555号
宋庆龄小学	业辉路2号
上海德国学校	高光路350号
上海法国学校	徐泾镇诸光路399弄30号
上海悦田幼儿园	沪青平公路1358号161栋
宋庆龄幼儿园（业辉路校区）	余山赵巷业辉路1号
上海私立蒙特梭利幼儿园（青浦园）	高泾路586号
安乔国际双语幼儿园	徐泾镇蟠龙村281号

## 闵行区

上海市民办复旦万科实验学校	星站路263号
上海中学国际部	吴中路633弄明申花园124号
上海英国学校	金光路111号



海富幼儿园	莲花路2151弄上虹新村74-1号
上海美国学校（浦西校区）	华漕镇金丰路258号
上海协和双语高级中学	红松东路248号
燎原教育集团国际部	平阳路150号
上海文来中学国际部	虹莘路2166号
美吉姆早教中心	沪星路289弄2号顺恒国际商业广场2楼
小小运动馆	莘松路58号东苑丽宝4号楼3楼301-302（莘庄龙之梦对面）
CuCuGua早教中心	虹梅路3215弄201号5楼
新视野	虹许路480号1楼
蓝蛙红梅店	虹梅路3338弄虹梅休闲步行街30号
蓝蛙丰尚国际	运乐路569弄7号楼
星期8小镇	莘庄都市路5001号仲盛世界商城5楼
上海七宝德怀特高级中学	虹莘路3233号
泰宁国际幼儿园(上海花园校区)	古美路50号
上海天坛普华医院	红宝石路388号1楼
身心佳中医门诊部	程家桥之路211号
上海圣安儿科门诊部	伊犁南路85号
Big Bamboo	虹梅路3338弄20号虹梅休闲街(老外街)内
Pistolera	虹梅路3307号-2
创意顶顶 Creative Arts	虹许路741号一层
维美特国际SPA会所	运乐路569弄丰尚国际2楼
爸妈乐儿童乐园	运乐路569弄丰尚国际207室
引力健身工作室	运乐路569弄丰尚国际2号308室
诺拉河谷亲子餐厅	运乐路569弄丰尚国际1号139室
上海津信教育	运乐路569弄丰尚国际2号306室
博积教育	运乐路569弄丰尚国际2号302室

## 黄浦区

玛诺利娅主题幼儿园	江阴路57号
小小运动馆	徐家汇路618号日月光中心徐家汇区3楼45-47
美吉姆早教中心	徐家汇路618号日月光中心3层C区
千诺咖啡	福州路17号2楼
蓝蛙无限度店	淮海中路138号上海广场商场118室
上海当代艺术馆	南京西路231号人民公园7号门内
佛蒙特州国际学校	南车站路353号上海市大同中学3号楼3107室
百汇医疗(华鹰门诊部)	南京西路389号明天广场裙房四楼
上海当代艺术博物馆	花园港路200号
瑞视眼科	西藏南路758号金开利广场2-3楼
丽洁口腔门诊部	淮海中路283号香港广场南座906-907室
德真会齿科	淮海中路93号大上海时代广场办公楼4楼
身心佳中医门诊部	西藏南路760号安基大厦14楼05室
酷瑞西餐馆	南京西路388号仙乐斯广场108单元
佳能（中国）有限公司上海分公司	南昌路45号城汇大厦10楼

## 徐汇区

启星学校	苍梧路10号3幢2楼
南洋模范中学境外部	零陵路453号
小伊顿双语幼稚园	宛平南路592号
星贝儿童馆	苍梧路10号B栋308室
小小运动馆	天钥桥路580号星游城2楼F10-F11
JZ School	武康路280弄12号
X Club 真人激光镭战	肇嘉浜路366号
两块积木创意馆	虹桥路808号加华广场D112
环识游学	虹桥路3号港汇中心二座4103室
领峰教育	肇嘉浜路789号均瑶国际大厦28楼D1室
蓝蛙徐汇店：	天钥桥路131号地下1层12室
中国工业设计博物馆	逸仙路3000号
上海话剧艺术中心	安福路288号803室
Little Bugz国际儿童会所	建国西路285号2楼201室
绿地集团	龙华中路596号绿地中心东楼1001室
尼多早教中心	宛平南路909弄14号楼
上海徐汇区民办安琪幼稚园	衡山路9弄2号
上海私立蒙特梭利幼儿园（徐汇园）	东湖路21号
上海市位育中学国际部	位育路1号
上海市世界外国语小学	浦北路380号
上海禾新医院	钦江路102号
圣瑞医疗	永嘉路718弄1号
美国医疗中心	田林路888弄1号东楼

上海瑞和门诊部	虹梅路1801号凯科国际大厦2楼
上海星之捷教育培训	华山路905弄1号
Pistolera	衡山路838号
费尼餐厅	中山南二路699号正大乐城2-104室
宏恩眼科	永嘉路570号4号楼2楼421单元
启德考培徐家汇校区	零陵路899号飞洲国际大厦25楼F、G、H单元八月
上海保加医疗美容诊所	上海市徐汇区兴国路89弄5号
上海红枫妇产医院	徐汇区淮海中路1209号

## 卢湾区

上海七色花小学	雁荡路56弄46号
迪士尼英语	湖滨路222号企业天地1号楼612室
乐天陶社	陕西南路180弄1号甲
百汇医疗	肇嘉浜路108号7楼
百汇医疗(新瑞医疗中心)	淡水路170号3楼

## 虹口区

上海外国语大学附属外国语学校国际部	中山北一路295号
-------------------	-----------

## 松江区

佘山国际高尔夫俱乐部	林荫新路288弄佘山国家旅游度假区
上海民办包玉刚实验学校（中学部）	三新北路900弄1800号
雲舘	松东路219弄29号颐思殿广场二楼

## 杨浦区

美吉姆早教中心	淞沪路316号创智天地广场5号楼B1层
英锐教育	淞沪路303号6楼（创智天地科教广场3期）
光华剑桥中心	政熙路2号光华招生办
复旦附中国际部	国权路325号
启德考培杨浦校区	国宾路36号万达广场B座1901、1904室

## 普陀区

小小运动馆	大渡河路196号长风风景畔广场3楼L3--27/28
哈米畅想小镇	铜川路68号弘基时尚生活中心三楼哈米小镇
月星环球港	中山北路3300号北塔楼5楼

## 宝山区

小小运动馆	真华路928号大华虎城第三空间B1楼
Martin&Friends儿童乐园	共和新路4957号

## 闸北区

蓝蛙大宁店	共和新路1918号6幢102A-103A室
-------	-----------------------

## 嘉定区

上海私立蒙特梭利幼儿园（嘉定园）	希望路1313号
------------------	----------

## 金山区

上海枫叶国际学校	枫泾镇国际教育园区
----------	-----------

## 上海周边城市

昆山加拿大国际学校	昆山市马鞍山西路1855号
牛津国际公学常州学校	常州市武进区经济开发区环湖北路9号
无锡国际学校	无锡市滨湖区万新路8号
中加枫华国际学校	苏州吴江市汾湖经济开发区康力大道1号
华东康桥国际学校	昆山市花桥镇西环路500号华东康桥国际学校国际部升学辅导组
绍兴市领先英语培训学校	绍兴市人民中路399号财通证券4楼

# 童话的小辫子

## A Fulltime Housewife Hits Her Mid-Life Crisis



### 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。

一位做全职妈妈的好友最近下定决心回国工作了。拿到博士学位后，她回归家庭，悉心养育了一双可爱的儿女。如今，孩子已经逐渐长大，她开始努力重返职场。她认为，如果一张博士文凭到50岁还从来没有使用过，这个博士就毫无价值了。于是她在人到中年时，做了这个相当艰难的决定。这意味着她要离家万里，意味着要回到一个其实已经陌生的城市，从头再来。知道这有多么不容易，于是我们互相在电话里鼓劲加油。

好友说，听说国内都是可以雇阿姨奶妈的，你要不要也雇个人照顾家里，自己出来工作？当时我正推着婴儿车，一边通电话，一边在超市里挑柴鸡蛋，突如其来的茫然感，一大盒鸡蛋刹那间不晓得该拿起还是放下。但我明白她，她也明白我，这条全职主妇的道路，我们努力付出了很多很多，可是，童话也有尽头时。隔着千层山，隔着江河海，在电话线的两头，我们对自己的主妇生涯做了相同的点评，均晓得下半生如果还想靠自己，这将是最后的人生拐点了。

无论你生活在东方还是西方，无论你富裕还是贫穷，全职主妇生涯都只适合欣赏童话的前半段：香喷喷的饭桌，浸透阳光的床单，锃亮的地板和家具，开满鲜花的小径，完美主妇从此和家人幸福地生活在一起。

但如果你想绕到后面，揪揪童话的小辫子，你就明白，那些所谓的独立人格，多年学术修炼而造就的大小智慧，一旦陷入生活的泥沼，都将会随着岁月磨蚀而锈迹斑斑。一个人的时间用在哪里是看得见的，主妇宝贵的精血和精力，其实都是在为别人做嫁衣裳，留给自己的少之又少。总有一天，你奉献殆尽，这个势利的社会马上会对你冷眼相向，提高声调，有时，甚至是来自你视之如命的身边人。

危机常常是在风雨袭人的中年来临的。如果可以把人生看做是一场马拉松，全职妈妈恰好此时跑到一半的赛程，尚望不到终点，却已经力不从心。相比职场妈妈，全职妈妈的社会竞争力和形象都处于下风。

日益长大了的孩子再也不满意妈妈呆在家里。女儿的小伙伴曾经讥笑说自己妈妈在宝洁公司上班，人人都以为她妈妈是干保洁的。但我晓得，她其实是很自豪妈妈能在世界500强公司工作的。那一刻，我很担心女儿怎么看待我？果然，女儿有一次认真地告诉我说，日本有一些著名的漫画作品，就是全职妈妈画出来的。她

说，你也可以的，你还可以做一个漫画家。哎！老妈我真的做不到啊！

全职妈妈真的是一个无比纠结的岗位。孩子幼小时，粘着你咿咿呀呀，恨不得寸步不离。而当他们翅膀硬了的时候，别说孩子，自己都希望转变角色，否则失去亲人的尊重，越付出越伤心。

一位全职妈妈告诉我，她最近特别沮丧。一次她接孩子下课，因为车限行，所以和孩子们商量坐公交车回家。孩子们要求打车。妈妈说要勤俭节约，结果他们理直气壮地反驳说，为什么你不节约？你就知道花钱！那位妈妈特别震惊，更悲哀的是她知道孩子们其实都在模仿大人，这不仅是孩子对妈妈的想法，更是整个社会对全职妈妈的看法。

起初是为了孩子，后来是挣脱不了琐碎，以及，习惯了依赖，依赖丈夫，依赖孩子，依赖死水微澜的生活，全职主妇们一步步走向“寄生”的不归路。开始时，悲与痛都只能死扛。再后来，气力尽失，是真的来不及也走不及，活泼泼的灵魂都埋进尘埃，曾经也是少女红颜。

但是这样安宁的夜晚，北京的秋意渐浓，孩子在酣睡，我也只能默默地回忆匆匆那年。时光如果倒转，很难说我还会不会选择做一个全职主妇。

生活原本有无限的可能性。每个人都要对自己的选择负最终责任。我只知道，在退无可退的时候，要镇定，要问问自己的心，想清楚自己是怎样的人，同时还要避免非黑即白，尽量找到一条中间路线，并且知道，有时再努力，也抵不过命运，良辰美景奈何天是有的，竹篮打水一场空是有的，童话的结局有时也凄惨，此事古难全。



# HealthPro®

来自瑞士IQAir AG公司的空气净化器

鸟枪换炮!!!

升级空气 轻而易举!

关注

微博微信即有机会赢取  
美国Vogmask防雾霾N99口罩




活动详情

## 尊享瑞士空气，轻松升级您的空气质量

即日起，持有**任意品牌**旧空气净化器，即可折旧置换 **HealthPro** 全系产品，旧产品 **最高可抵换5000元!** 每台HealthPro新机只可使用一台旧产品抵扣，此活动不与公司内其他优惠活动同时使用。

本活动覆盖**70**多个品牌**400**多款产品 更多详情请致电：**400-6501266**

[www.iqair-china.com](http://www.iqair-china.com) [info@iqair-china.com](mailto:info@iqair-china.com)

 瑞士制造 始于1963年

北京总部  
(010) 8447 5800

上海办公室  
(021) 6126 5435

成都办公室  
(028) 6154 0573

广州办公室  
(020) 8421 7681

青岛办公室  
(0532) 5557 6885

沈阳办公室  
139 9888 4480

# 上海哈罗国际学校

## 2016年8月开学



男女同校的全日及寄宿制国际学校  
为2岁至18岁的学童提供优质英式教育

历史 | 传统 | 卓越

现接受幼儿园至八年级的入学申请

欢迎报名参加家长宣讲会

[www.harrowshanghai.cn](http://www.harrowshanghai.cn)

更多入学信息请拨打招生专线

+86 21 6837 3180

*Leadership for a better world*



HARROW  
INTERNATIONAL SCHOOL  
SHANGHAI