

声音

VOICES

2017年04/05月

本期精彩话题

如何培养孩子的社会责任感
艾毅教育集团即将迎来哈佛大学阿卡贝拉合唱团！
如何判断您孩子是否有过敏反应？

“珍惜每一天”

我们只有一个地球！本期“学生之声”栏目中，我们的学生对于如何为环保履行自己的责任作出了精彩回答，以及他们创作的“珍惜每一天”艺术设计。



IVY EDUCATION GROUP
艾毅教育集团

艾毅教育集团出版
艾毅教育集团版权所有



乐队和学生现场表演
游戏和娱乐项目
体育竞赛

适合所有年龄段的充气城堡
来自启明星自我餐厅和一流餐饮伙伴的美味佳肴
中奖率超高的抽奖活动

...以及还有更多你意想不到的惊喜!

特色: 著名北京农场将会有30多家特色商家现场展售!

UNITY DAY是我们向艾毅/启明星社区, 以及北京社区对我们过去一年来的支持的衷心感谢!

我们诚挚邀请您来参加这场美丽夕阳下的盛大庆典。

日期: 5月20日

时间: 15:00-20:00

地点: 启明星双语学校北皋校园

门票: 免费

衷心期待您和您家人的到来!



声音 VOICES

艾毅教育集团出版

鸣谢

主编 Ja Wuttihamrong

责编 梁语桐

专栏 许尚杰
宋冉
王婷
Ja Wuttihamrong

特别专栏 北京和睦家医院
艾毅多元智能幼儿园
御锦城校园 (西安)

翻译 梁语桐
马慧明

主设计师 彭丽雅

摄影师 马骞
彭丽雅

编者的信

亲爱的读者朋友,

您好。每一期《声音》我们都倾注了满满的爱和关注, 但是这一次对我们来说却是意义非凡! 因为这期的封面并不是我们决定的, 而是你们的抉择。我们非常感激您对我们的支持! 在竞选期间, 我们收到了100多幅来自我们全国十六个校区学生们的设计作品, 每一幅作品都深深地震撼了我们! 这些优秀的作品让我和《声音》团队的所有成员都体会到了艾毅和启明星学生的行动力和创造力。衷心感谢大家!

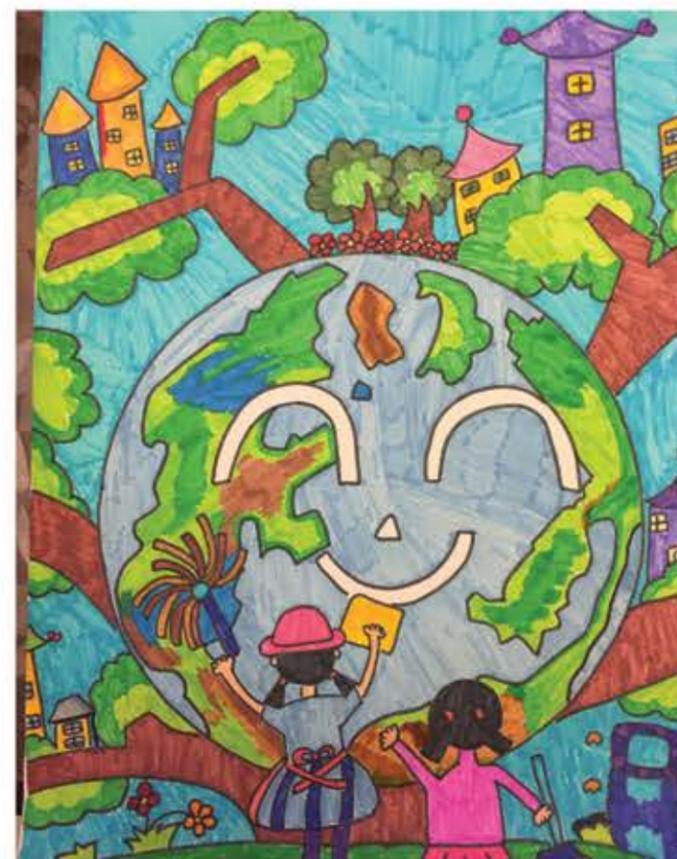
我们喜欢这期封面设计的另一个原因是——地球日。到目前为止, 我已经参加了三届不同的地球日庆祝活动了, 每一届活动都充满无限趣味, 并且独一无二。但是, 每一届活动都有一个共同的闪光点, 那就是我们学生的努力、承担义务的勇气以及对地球的责任感。当然, 这不仅仅发生在地球日这一天, 而是发生在每一天!

我们只有一个地球。我们所有人都有责任让我们的学生和孩子们认识到: 珍惜和关爱地球——这不仅仅是关乎他们, 更是关乎于人类的后代。

所以, 让我们珍惜每一天!

祝好,

Ja Wuttihamrong
主编



400 890 2199
www.ivyschools.com



Distinguished Speaker Series
杰出教育专家讲座系列

艾毅教育集团荣幸地邀请您来参加来自
美国哈佛大学最负盛名的无乐器伴奏的合唱团

THE HARVARD
KROKODILOES

这个优秀合唱团中的四位成员将会现场与您分享他们的学习经历。
并且，他们还将在分享会结束之后奉上一场精彩的现场表演！

日式：6月10日，星期六

时间：9:30-12:00

地点：待定

如需了解更多详情，请关注我们的官方微信！
5月5日开始报名！



“种一棵树最好的时间是二十年前，
其次是现在”

——中国谚语

途西教育是一家我敬佩的留学咨询机构。它由两名哥伦比亚大学的毕业生Andrew和Michael共同创办，而在他们成立该公司的第一天，我就知道他们将是不平凡的。Andrew和Michael致力于为学生提供具有伦理的留学指导，而不只是关注考试分数或者向家长保证学生们能进入藤校。然而，我也质疑他们的这个使命是否能够被家长接受。而今天，他们不仅幸存了下来而且做得非常好，并且也取得了行业内最好的顶尖大学录取业绩。

Andrew给他的学生的其中一个忠告就是要定下一个远大的目标，并对世界产生真正的影响。他讲了一个故事：他指导的一位高中生收集了很多数据来证明会说英语的家政工作者比不会说英文的可以获得更高的薪酬。随后，这个学生在北京开办了一所专门教授家政工作者英语的学校。目前，这个项目已经在多个城市发展了起来，而这名高中生也进入了宾夕法尼亚大学继续读书，并把事业交给了一个专业团队继续下去。

大多数被顶尖大学录取的学生都有相似的故事经历。说到这里，我想先表明我写这篇文章的目的不在于建议如何进入顶尖

大学，而是在于回答一个非常重要的问题：教育的目的是什么？世界伟大的大学很清楚告诉了我们，他们是要培养能够改变世界的未来领导者。

艾毅的创办就是为了实现这一个目标。我们鼓励低年级的孩子们，给予他们自信，让他们知道自己虽然年纪小，但也有很棒的想法。对于高年级学生，我们则灌输培养他们对环境和人类的责任感。每个学生都要独立思考或与同学合作来完成他们自己的“孩童创意挑战”(DFC)项目。

我们的孩子们正处于一个激动人心的时期，在互联网如此发达的时代，全世界的机会都对他们开放。与我们成长时代相比，这是一个根本的转变。

我也想借此机会祝大家4月22日地球日快乐，这是一个非常有意义的节日！如果您想了解在地球日期间您可以做些什么，请访问www.earthday.org。

James
许尚杰

艾毅教育集团创始人和总裁

艾毅教育集团即将迎来 哈佛大学阿卡贝拉合唱团!

喜大普奔!艾毅教育集团确定将在本学年末迎来美国顶尖高校哈佛大学阿卡贝拉无伴奏合唱团“THE KROKODILOES”!我们也是北京负责接待合唱团的唯一的教育集团。Kroks还将以演讲嘉宾身份出席我们本学年最后一期“杰出教育专家讲座”,讲座日期是6月10日(星期六)。

这次“杰出教育专家讲座”之所以与众不同,不仅是因为我们邀请到了这些来自美国哈佛大学的才子们作为主讲嘉宾,更是因为本次讲座的邀请听众不再是家长,而是我们的学生!

届时,合唱团中的四位代表将会上台与到场的小嘉宾们一同探讨。这四位代表分别来自不同的地区,在计算机科学、环境科学、经济学、戏剧和艺术等不同领域学习!到场的学生们将会听到哈佛大学高材生的学习历程,并且主讲嘉宾们还将针对平衡学习和兴趣爱好方面,为到场学生们提供一些建议。此外,学生们还有机会直接向这四位即将上哈佛大学二年级的的大学生提问!

在研讨会结束后,我们将会在中场休息后进行此次活动的第二部分——小型现场演唱会。Krokodiloes将会为现场观众带来的45分钟的精彩表演,此外,我们启明星双语学校的新星合唱团也将会倾情献唱!

机会不容错过!本次活动将于6月10日(星期六)上午9:30-12:00举办,入场免费。但由于坐席有限,请您务必提前预约您的坐席。5月5日将正式开启活动微信在线报名,请关注我们的微信公众号获取最新资讯!

我们诚挚期待您的到来!



艾毅教育集团招生会在 北京颐堤港完美收官

近期,艾毅教育集团在北京著名的购物中心——颐堤港,举办了占地90平米的大型校展会。这是颐堤港购物中心首次允许教育培训类单位在这里进行如此大面积的学校宣传活动,这也说明了出了这座在北京首屈一指的购物中心对艾毅教育集团极大的信任。

在为期两天的活动中,我们接待了700多个家庭和数百位孩子,不仅如此,我们还为颐堤港VIP客户特别举办了专场活动。很多家长正在为孩子找寻学校,为此他们向现场工作人员和教师们咨询了我们的各种类型的项目。与此同时,孩子们在趣味十足、又可以学到新知识的科学角和图书角玩得不亦乐乎!3月25-26日两天的所呈现出来的一切证明了这次招生会非常成功!



启明星男子篮球队会师决赛

3月30日,在北京加拿大国际学校举行的3人篮球对抗赛(U-11)中,启明星双语学校运动健儿们英勇拼搏再创佳绩,展现出顽强的意志品质、高超的运动技能和良好的体育道德。此次比赛,启明星男子篮球队和女子篮球队各选派两组队员参赛。尽管女子篮球队未能进入决赛阶段,但男子篮球队两组队员均以全胜战绩会师最终决赛。

两组队员在决赛阶段势均力敌,比分一直处于胶着状态。比赛最终定格在8:6,由张良信、余兆晨、黄心惟和莫知安组成的启明星球队以2分险胜由余兆珩、贺之阳、陈子谦和张博奕组成的另一个启明星球队。两组启明星队员在赛场上均全力以赴,展现出永不言败的意志品质和高尚的体育道德风尚。

启明星三里屯小学校长Kari King将来访北京



4月24日—28日，即将上任启明星双语学校三里屯校区小学校长Kari King女士将会到访北京！她将从巴拿马直飞北京，与艾毅和启明星的老师见面、近距离参观教室、感受教学安排、看到学校和学生们的行动。

启明星还将于4月25日（星期二）晚间为King女士和三里屯校区的高层管理团队举办一个特别的信息交流会。同时，已为孩子们在启明星三里屯校区注册的家长和艾毅国际幼儿园三里屯

校区的大班家长们将会与King女士和我们经验丰富的管理团队见面，了解有关学校的更多信息。

King女士此次来访主要是为了在她八月份正式上任之前，更加深入了解和感受启明星双语学校的独特之处。我们衷心期待和欢迎King女士和她的先生在本月末的来访！



以人为本

艾毅教育集团正式启动艾毅教师发展学院，向艾毅社区全面开放

去年9月，艾毅教育集团成立了一个新部门，艾毅教师发展学院。成立学院旨在让艾毅广大教职员工接受来自全球的培训发展机会。我们自主研发课程，同时也搭建电子平台，让全国的老师都能拥有便捷的培训机会。

这个月，艾毅教师发展学院开设了春季课程。这次的课程主要关注的是教室里儿童早期的语言发展。课程中我们会分享各种技能和策略，确保老师们能在课堂上保持良好的状态。此课程为网络课程，北京地区可提供面授课。

我们还将组织与印度河滨学校的合作交流项目。5月，河滨学校的管理层及教师团队将参与到我们的教学中来，7月，我们将派遣艾毅教师去印度学习。这类交换学习活动对于我们这些志同道合的教育工作者来说，是十分难得的学习机会。

我们也开通了官方微信平台。每周我们都会分享世界范围内的文章，视频，以及与教育相关的各种见解。请您对艾毅教师发展学院保持关注。

教师专业就像世界万物一样，是在不断变化发展的。新理念、新方法以及新的思维方式都在不断涌现。这个渠道致力于与大家分享和教育有关的一切。

我们也会在《声音》同步分享各类信息及故事。

无论你是一个新老师，亦或经验丰富的教育家，管理者，家长或学生，我们都希望艾毅教师发展学院能给你带来启发思考的机会，让你更加热爱自己所从事的教育行业。



我们的三里屯校区即将开学!

信息分享会

地点：北京市三里屯通盈中心洲际酒店，玫瑰厅

时间：10:00-12:00（星期六）

05月13日 · 06月10日



请扫描二维码，即刻预约信息分享会!





培养孩子社会责任感的三个好办法!

出处: 加拿大联合国儿童基金会 (2016年11月第一版)

“做父母是世界上最困难的工作”这绝对是一句毋庸置疑的名言。父母不仅要确保孩子基本的温饱和教育之外,更大的挑战是还想把他们培养成一个有责任心、关心人类社会、对别人怀有同情心的人。怎样才能鼓励您的孩子去关心周围的世界呢?试试下面三个简单有益的方法吧,让孩子们获得重要的生活技能和社会责任心。

1. 布置小任务

给孩子分配一些简单、容易完成的小任务是帮助他们理解责任、义务、学习如何面对失败的好方法。您可以花些时间给孩子示范一下如何去做这件事,接受他们可能会犯错误的事实,并强调他所做的都是有价值的。最重要的是,要让孩子理解他们所做事情的重要性。比如告诉孩子,有规律的遛狗不仅能够使小狗更加开心,有助小狗的健康,还可以让家里保持干净和整洁。

2. 鼓励他们存钱

财务方面的责任心应该从小开始培养。鼓励您的孩子将别人给的、或者自己赚到的零用钱存进存钱罐里。告诉他们不要立马花光所有钱的重要性,要对自己的需求做一个优先排序,而且要在计划自己的预算时考虑到其他人。

3. 心存善良

培养具有同情心和爱心的孩子,及早的和他们谈论身边的世界及其他他们的社会角色是非常重要的。家长们还要以身作则,向孩子展现回馈的重要性,无论是通过捐赠金钱还是时间。

您还可以和孩子一起去做志愿者,教他们去帮助不幸的人们或选择可以支持的慈善事业,尤其是那些帮助母亲和儿童的慈善组织,更能够引起您和孩子的共鸣,并能激励他们回馈社会。



2017 启明星双语学校太空营

MISSION TO MARS

火星任务: 和我们一起开启火星之旅吧!

美国国家航空航天局 (NASA) 从2003年起已经发射了3个火星探测器。最新一代的探测器旨在研究火星的气候和地质, 以此来确定在火星上是否有过生命迹象。北京新世野咨询有限公司汇集了工程和教育领域的专家来带领您的孩子体验一次难忘的火星之旅。从制造火箭、到使用探测器的整个阶段, 我们希望学生能亲自动手, 体验现今火星探索背后的科学原理。

我们的老师: 来自美国国家航空航天局喷气推进实验室、国际商业机器人和本田的顶级工程师, 和拥有逾十年双语教学经验的专业教育工作者。



Sam 霆姆

前美国国家航空航天局喷气推进实验室 (JPL) 的高级研究员与开发员, 太空营创始人



Queena 昆娜

加州大学洛杉矶分校社区学校幼儿园12年制的副校长, 双语教育专家



Kevin 凯文

国际商业机器人公司的方案培训师, Botdemy 机器人营和幼儿园12年制工作坊的创立者

更多鼓舞人心的老师即将加入...

时间: 7月10日—7月14日 上午9:00—下午3:30

地点: 启明星双语学校北皋校区

招生对象: 2—6年级的学生 (最多60人)

费用: 5490元 (不包含自选的交通支出)



好奇号火星探测器



太空营探测器



太空营火箭实验



马上报名!



主办方

NEW HORIZONS
EDUCATIONAL CONSULTING

联系方式

微信号: NH_consulting
邮箱: beijingspacecamp@gmail.com
电话: +86 155 8192 5537

关注我们!



早鸟优惠!

4月30日或之前报名,
凭优惠码 "MARS2017"
获得**500元**优惠。

我将如何珍惜每一天

近距离接触《声音》封面设计竞选大赛的获奖者们

历经一个月的比赛和7,000多人评选投票,《声音》4月刊封面设计竞选大赛各组别的奖项,最终由四位学生和一个幼儿园班级分别获得。祝贺和感谢所有的获奖者。在今天的“学生之声”专栏,我们将会欣赏到获奖学生们的精彩画作,聆听他们本人讲述的创作灵感来源,以及他们是“如何珍惜每一天”。



杰出个人创作奖 (2-5岁)
Arika Junna Sanders-Minami (3岁8个月)
艾毅国际幼儿园北京东湖校园 小班

1. 什么原因参加让你决定参加这次《声音》封面设计大赛?
我喜欢画画。我喜欢粉色。
2. 作品的灵感来自哪里?
我想看到很多的花。
3. 你将如何“珍惜每一天”?
我会每天用纸巾清理狗狗Moca的粪便。



杰出个人创作奖 (6-9岁)
袁思成 (7岁)
启明星双语学校 一年级C班

1. 什么原因参加让你决定参加这次《声音》封面设计大赛?
我觉得参加这次封面大赛很有意义,我想让大家通过我画的画来明白我的环保理念,大家一起保护环境。
2. 作品的灵感来自哪里?
大家喜欢使用纸袋和塑料袋,虽然很方便,但是会破坏环境。纸袋和塑料袋大家在使用完之后就会丢掉,所以我想,如果我可以说服大家都使用这种可以反复使用的环保袋来装东西,就不会浪费,也不会污染环境。
3. 你将如何“珍惜每一天”?
我珍惜每一天的方式就是把垃圾分类,不会把不可以循环利用的垃圾扔在别的垃圾分类里面。而且我还要节约用水用电,如果我浪费了它们,可能别人就用不到了。

杰出个人创作奖 (10岁及以上)
Kylie Chung (11岁)
启明星双语学校 五年级A班

1. 什么原因参加让你决定参加这次《声音》封面设计大赛?
这是启明星首次举办设计竞选大赛,所以我决定参加。我也是非常喜欢尝试新鲜事物的,还有可以获奖。
2. 作品的灵感来自哪里?
我们的主题是“珍惜每一天”,所以我想到了时钟,因为我们每天都要与时间打交道。随后我决定用地球等标记代替表盘数字,这样会感觉酷酷的。(还有就是我不喜欢数学!)
3. 你将如何“珍惜每一天”?
我会做到回收利用,节约用水,保护树木和我们的地球。



杰出团队创作奖
艾毅多元智能幼儿园天津生态城校园 大A班 (5-6岁)

1. 什么原因参加让你决定参加这次《声音》封面设计大赛?
孩子们每次拿到月刊时都会问:“有我们幼儿园吗?是谁在上面呢?”当他们得知可以设计《声音》封面的消息时,孩子们激动极了。随后我们班级内开展圆圆活动,一起参加比赛!
2. 作品的灵感来自哪里?
冬令营的时候,我们体验地球融化实验,感受到了地球的脆弱,需要我们每个人保护。
3. 你将如何“珍惜每一天”?
我们不保护地球,地球就不见了,所以我们要珍惜现在每一天。

最佳创作奖
申一一 (5岁9个月)
艾毅多元智能幼儿园成都三千城校园 大A班

1. 什么原因参加让你决定参加这次《声音》封面设计大赛?
妈妈说这样可以在艾毅幼儿园最后一学期留下有意义的难忘回忆,因为我太爱我的幼儿园了!
2. 作品的灵感来自哪里?
在2016年我多了个弟弟。作为姐姐的我,一直想和弟弟一起去旅游,但是由于空气质量原因这个想法一直未能实现,刚刚好我借助了艾毅这次《声音》封面设计大赛——带着弟弟一起给地球妈妈做了做卫生(虽然我不小心把弟弟画成了妹妹)。希望环境更美丽,空气更清新!
3. 你将如何“珍惜每一天”?
记得老师妈妈教过我们“一寸光阴一寸金,寸金难买寸光阴”!





“环保”要从小开始培养
Cultivating Environmental Awareness from Childhood

作者：艾毅多元智能幼儿园御锦城校园，西安

环境是人类赖以生存的基本条件，随着人们生活水平的日益提高，相应的环保问题也接踵而来：人口膨胀、沙漠蔓延、森林锐减、水源污染、垃圾成灾、温室效应加剧……无一不威胁着我们生存的环境，我们面临着如此沉重的挑战，环境保护已成为全球关注的焦点。孩子对周围环境是有一定感受的，但是对生活中的环境污染缺乏关注、对自己生活着的地球的生态现状也不了解。因此，艾毅幼儿园认为环保教育是一项意义深远的工作，从小启蒙孩子的环保意识，鼓励他们积极参与保护和改善环境的活动，这是他们人生起锚的一项社会任务。那么怎样才能让孩子真正了解到环保的意义，并通过自己的能力在生活当中实践环保行为和影响身边人？

在西安市艾毅多元智能幼儿园御锦城校园，老师们会组织策划各种有趣的环保活动。前不久，我们中班的孩子在老师的带领下就开展了一场制作“绿色环保袋”的趣味活动。老师们还特别邀请了家长们也一同参与进来。每组家庭都充分发挥想象力和创造力，学习制作了很多不同图案的“绿色”环保袋。在主导课堂上，孩子们在老师的带领下，和小朋友一起合作，集体完成了分类垃圾桶的制作与设计。随后，老师将制作好的垃圾桶摆



在楼梯口，并在墙上贴上“10种善待地球的方法”的宣传展板，倡导宝贝们从小懂得节约能源和爱惜粮食、善待益虫、爱护公物及花草树木，不随手乱扔垃圾等等。在早晨入园时间，老师还让宝贝们将从家中带来的垃圾分类置于垃圾桶内，在这个过程中孩子们做得非常棒哦！



还有一次，艾毅御锦城校园全园一同进行了一场别开生面的“亲子环保时装秀”！在校园美丽的操场上，全园的家庭各个穿着全家一起创作的“时装”，每一件都是绝无仅有的独一无二！因为它们都是艾毅家庭们用废旧材料制作而成，不但质地低碳环保而且设计新颖独特，每一处细节都大大体现出大家伙儿为本次时装秀花费了不少心思，准备工作做得非常充分！

艾毅御锦城校园的家长和孩子们不仅在校园里积极响应环保活动和倡议，在日常生活中也非常关注环保。今年，《声音》发起了以“珍惜每一天”为主题的封面创作比赛，我们的孩子和家长积极报名参加。杨逸宸小朋友的《今天·明天》和淡晨萱小朋友的《绿色出行从我做起》的作品在百多幅作品中脱颖而出，并入围2-5岁年龄组。为此，我们为他们感到由衷的骄傲和欣慰。

像这样有趣又充满意义的、大大小小的环保主题活动，几乎每天都会在校园各个角落里发生。在校园里，孩子们似乎不认为环保该是一个单独被拿出来话题进行讨论或是实践，在他们的内心深处，“环保”逐渐已成为了他们日常的习惯和必须做的事情。也许，在很多成人眼里，小小年龄和身高的孩子并不能做出什么惊天动地的大事。但是，作为幼儿教育者，我们深深的能够体会到让孩子们从小就关心和爱护我们生活的环境对社会有着多么重要的意义。因为他们将会是未来文明的传承和改进者。





行动起来!

保护地球五大行动, 让我们今天就开始吧!

作者: EcoKids Canada

自从1970年以来, 世界各地的人们都会在每年的4月22日举办地球日庆祝活动。在今天的地球日到来之际, 我们将与您再次分享五件可以保护地球的小行为, 并且可以马上行动起来, 也让每一天都充满意义。

随手关灯

我们家里、学校里的照明设备需要很大的电量。当我们需要的时候灯光对我们至关重要, 但当我们不需要的时候, 随手关灯也同样重要。请在我们离开学校或者房间的时候, 随手关灯。你可以在家和学校的电灯的开关处设计醒目的标识, 以便提醒大家随手关灯。当然, 也要鼓励身边的人们一起这样做。

选择淋浴

你洗澡的时候从进去到出来需要多长时间? 如果我们能留意洗澡时用的时间, 就能节约很多水和电。

你知道吗? 一次淋浴大约消耗62升水, 而一次盆浴大约消耗160升水。淋浴是最高效的清洁方式因为它耗时更短, 更加环保。为了节约用水, 你可以在打沐浴液的时候关上水龙头。现在还有一种特殊设计的淋浴喷头, 能够通过限制水流减少一半的用水量。

回收电池

每年, 我们都会使用大量的电池。但是, 一旦这些电池处理不当, 它内部的有害物质(如铅、汞、镉)就会进入地下水、土壤和空气中。这些有毒金属对人类和野生动物都是有害的。

通过回收一次性电池, 而不是把它们扔掉, 可以减少环境污染并节约了资源。回收的电池, 可以用来做很多物品的生产原料, 例如锅碗瓢盆、不锈钢产品(高尔夫球杆或者冰箱), 甚至还可以



制作新的电池, 这样就不用去开采新的资源了。

你可以通过在家里、学校里回收电池来减少垃圾填埋池里的电池数量。回收的时候请准备好纸盒, 以便将回收的电池装好。你还可以邀请朋友、家人和同学把不用的电池拿给你来回收。

减少食物浪费



人们每年都会扔掉百万吨的还可以吃的食物, 这是非常大的数量! 即使这些食物用来堆肥, 还是会产生很多负面影响。像水和电之类的资源是种植和运输食物的关键。食物被掩埋还会导致甲烷气体的排放, 它是导致全球变暖的温室气体之一。

“减少食物浪费就是节约能源!”

- 能够节约百万吨用于种植食物的水。
- 能够节约生产制作和运输食物的电。
- 能够减少食物填埋产生的甲烷气体的排放。

减少食物浪费的小贴士

- 很多食物的浪费是因为我们把它们忘记了。下次打开冰箱找食物时, 请仔细看看冰箱的里面, 确保不要把某些食物遗忘了。
- 请检查食物的保质期和最佳食用日期, 尽量在过期之前把食物吃掉。
- 如果冰箱的温度总是变化, 食物就容易变质。所以当我们在冰箱里找东西要记住缩短冰箱门打开的时间。

旧物售卖

每年, 大量的物品都被填埋在垃圾堆里, 因为人们没有把它们回收或捐赠。交换或者捐赠旧物不仅能够节约钱还能减少很多浪费。那么一起来策划一次有趣的旧物售卖活动吧!

- 第一步, 收集你的、朋友们的、家里的不需要的物品和想捐赠的物品。
- 第二步, 寻找一个适合的场地来举办活动。你可以选择在社区中心、家里或者学校。

- 第三步, 制作一个宣传海报, 上面标注清楚活动的日期、时间、地点。你可以和朋友们一起设计富有创意的、漂亮的海报, 还可以使用粗体和不同的颜色让海报上的重点信息具有吸引力。假如再增加一些手工装饰, 那就会让你的海报大放异彩!

活动结束后, 如果还有没售出的物品, 你可以捐给附近的慈善组织。



DIY: 制作可降解花盆

怎么做?

1. 把一个卫生纸卷筒中间剪断, 变成剪成两个小短筒。
2. 把短筒压平, 然后把直筒在长度方向上对折。
3. 当打开直筒时, 你会看到直筒看起来像正方体。沿着正方体的四条棱从下向上剪到纸筒的一半。
4. 然后把直筒底部剪开的四部分向直筒中间折好, 最后将这四部分相互扣起来, 就像纸箱子的底部那样。
5. 第二个纸筒步骤一样。
6. 装饰花盆。
7. 在每一个花盆里面放栽土, 只需要放到花盆的一半满即可。
8. 在每个花盆中种入1-2颗种子, 并把种子推到土壤底部。
9. 把花盆用盆栽土填满。
10. 最后, 请给小种子们浇点水。



在自己创作的可降解花盆里种植物可以减少资源浪费。

你需要的材料:

1. 卫生纸卷筒
2. 盆栽土
3. 种子(最好是你所在地区的本地植物的种子)
4. 安全剪刀
5. 尼龙笔或者记号笔
6. 水

要记得经常给这些小植物浇水, 并把它们放在阳光照射的地方。当种子发芽了以后, 你可以把植物连同小花盆一起挪到一个更大花盆里或者花园里。



可持续食品可以帮助我们保护地球

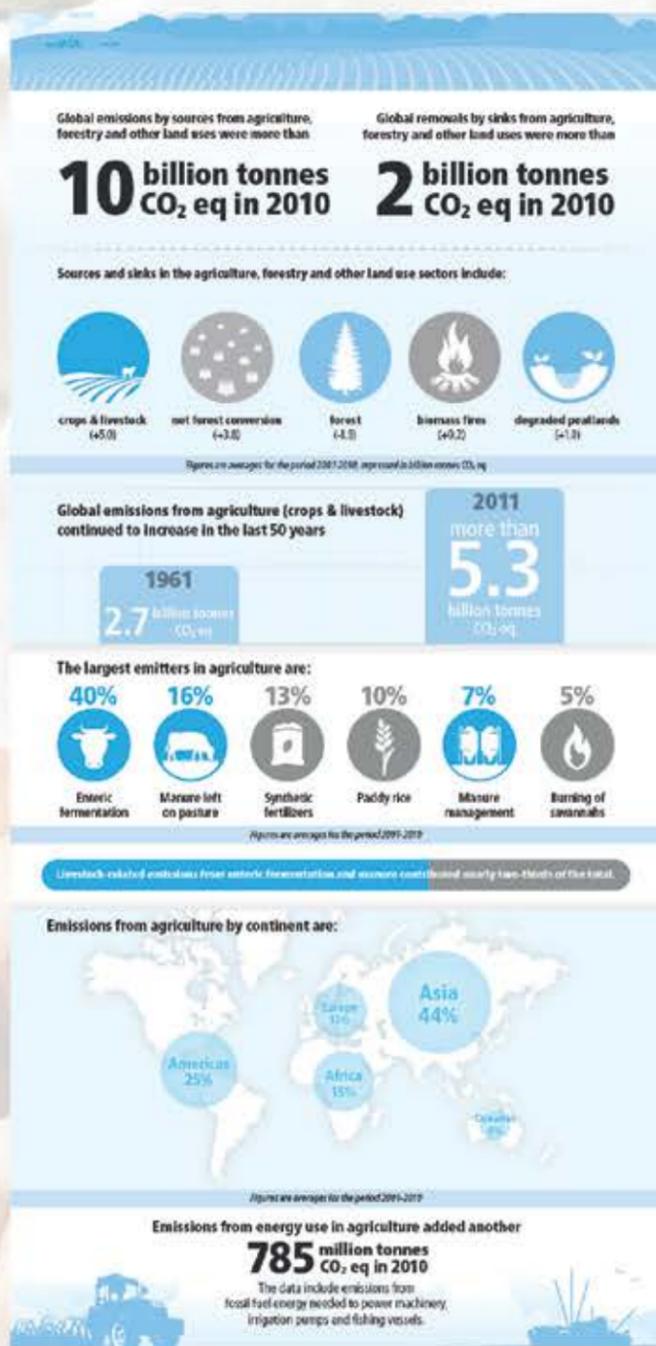
作者：宋冉，艾毅教育集团可持续食品与农业项目顾问

您好，我是宋冉，是您在艾毅教育集团的可持续食品与农业项目顾问。我感到非常激动和幸运，竟有这样特别的机会让我参与艾毅/启明星的可持续食品计划。

您可能在想，为什么说可持续食品可以保护地球呢？我在耶鲁大学森林与环境学院读硕士期间，意识到农业对世界的可持续发展具有举足轻重的意义。这让我开始关注可持续食品与农业。为了分享我在耶鲁学到的内容，首先请看下面联合国粮农组织（UN FAO）、美国环保署（US EPA）以及气候中心国际组织的数据。

- 农业使用了全世界70%左右的淡水资源¹
- 在所有人类温室气体排放源中，畜牧养殖行业供应链的温室气体排放占14.5%²，大于目前整个交通运输行业的温室气体排放（14%）³
- 每年全球约有三分之一的食物被浪费，生产出被浪费的食物所需占用耕地面积为全球耕地面积的30%⁴

此外，气候变化将带来更多洪涝灾害，严重影响世界各地的农业生产，特别是对于干旱和热带地区。农民，特别是发展中国家的农民，必须适应气候变化，否则他们将无法生存。好消息是，根据联合国粮农组织报告，如果在全球范围应用良好农业生产操作方法，可减少全球30%左右的畜牧业温室气体排放⁵。



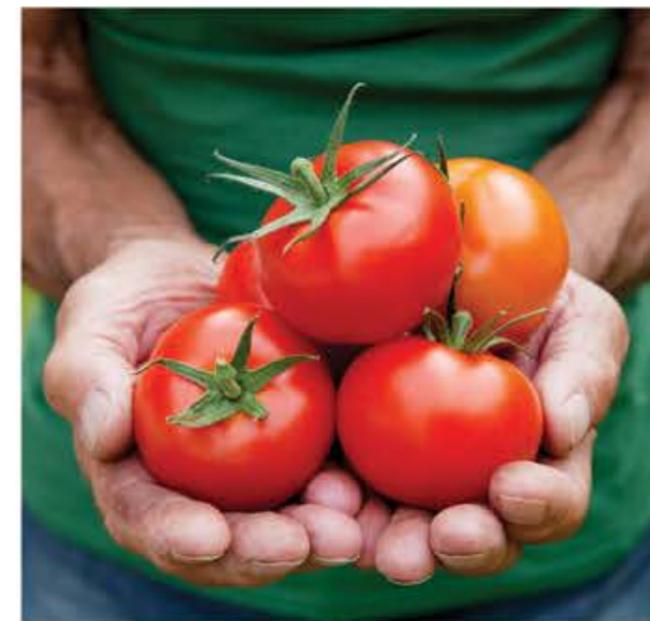
<http://www.fao.org/resources/infographics/infographics-details/en/c/218650>



作为可持续农业的倡导者，我也意识到，我可以把一些事情落实在自己的生活中，然后与我的朋友们分享。如果其中一些朋友愿意像我这样来调整他们的生活方式，他们也会影响周围的人。这样，一个改变的链条就出现了！研究人员把这种现象称为“水波效应”。它完全是自发的、有趣的，并且，其效益是无法估量的。我发现，在我特别真诚的情况下，水波效应的效果特别好。我可以用真诚换来别人的信任，再通过信任让别人下决心做出改变。

比如，无论住在哪，我都会留意本地的有机农场和农夫市集，我喜欢从他们那里采购食品。同时，我决定素食。素食不仅降低了我的碳足迹，也让我自己受益匪浅。尽管素食有很多很好的功效，但我通常会建议别人在决定开始实施素食饮食前先咨询专业人士的营养建议。如果不能完全素食，这也正常。我建议您可以将一部分动物蛋白替换为植物蛋白，为您的餐盘增加更多的时令有机蔬菜水果！当然了，我尽量把盘中所有的食物都吃完，将我自己浪费掉的食物降到最低。

吃饭，是一种重复率很高的活动，全世界每个人都要吃饭。如果我们开始反思，想想餐盘中的食物从哪里来，以及它对世界产生怎样的影响，那么吃饭将不再单调，它会变得更有意义。同时，您将在探索可持续食物的过程中收获很多乐趣，您可以去拜访本地农夫、发现一家新餐厅，甚至自己学习种植和烹饪！下一次，当您的手里握着一个盘子，也许您要花几秒钟考虑一下，然后做出更环保的选择。这些小小的善行，汇聚到一起，就可以帮助我们的地球。



1 http://www.fao.org/ir/water/aquastat/tables/WorldData-Withdrawal_eng.pdf
 2 <http://www.fao.org/news/story/en/item/197608/code/>
 3 <https://www.epa.gov/ghgemissions/global-greenhouse-gas-emissions-data>
 4 <http://www.climatecentral.org/news/food-waste-worsens-greenhouse-gas-emissions-fao-16498>
 5 <http://www.fao.org/news/story/en/item/197608/code/>



如何区分食物过敏和耐受不良

天气开始变暖之后，许多成人和儿童开始频频打喷嚏、搔痒、咳嗽和哮喘，甚至出现这些症状已经近一个月。对这些人来说，这篇文章也许姗姗来迟了。但过敏症状有些是季节性的，有的是终身的，而有些症状并不一定是过敏，接下来本文将就过敏这个话题为大家从医学角度做一个分析。

什么是过敏？

首先，从概念上讲，过敏指的是身体对某些物质或外界刺激的异常反应，这些物质就是所谓的“过敏原”。过敏原可能通过呼吸、吞咽或摩擦，最终引发免疫系统的反应。通常情况下，免疫系统会通过分泌抗体和其他化学物质来保护身体，抵御有害外来物质的袭击。过敏的发生是由于免疫系统将无害的物质错误地判断为是有害，而释放化学物质来抵御威胁，如组织胺，而过敏症状就是组织胺造成的。



通常情况下过敏是遗传的，但不表示家族成员有过敏病史就一定会遗传给你。但可以肯定的是，一旦对某样物质过敏，之后每次接触相同过敏原时都会产生过敏反应。

什么不是过敏？



这里我们非常想解释一种普遍现象：很多新手爸爸妈妈故意让孩子远离他们认为、或害怕孩子会过敏的食物。当孩子开始进食固体食物的时候，可能对一些食物产生反应，例如有幼童第一次吃花生时会起疹子。这时候家长很有可能立刻断定孩子是对花生过敏而把花生从孩子的食谱中完全删去。我们并不赞成这种做法，因为在没有经过过敏原测试前是无法知道孩子到底是真的食物过敏还是仅仅是不良反应或者是对食物不耐

受，而后两者都不是过敏。不良反应是当第一次进食某种陌生食物时，人体可能产生的反应。不良反应不会危及生命，也不会对日常生活造成影响。食物耐受不良可能导致不良反应的发生，但随着进食次数的增多可以被克服。只需要记住：只要不牵扯到免疫系统，就不是过敏。



实际上，据统计只有4%的儿童有食物敏感。因此当孩子对事物产生不良反应时，是过敏的可能性很低。即便真的是过敏，大多数儿童的敏感症状都会都会在5岁左右消失，家长们可以在适当的时候再给孩子尝试喂食这些食物，会产生终生过敏反应的食物通常是海鲜和坚果。

过敏原测试的重要性

前面提到过敏会引发免疫系统的反应并较难治愈。一些相对温和的过敏反应不会对日常生活活动和睡眠造成影响，其他一些过敏反应则有潜在致命危险，需要通过类固醇喷雾、肾上腺素针和免疫疗法来治疗。



过敏测试的重要性怎么强调都不为过。一旦你认为孩子有过敏症状，应立即带他/她进行测试。皮肤点刺试验、血液检查和双盲食物试验是三种主要的过敏原测试方法。前两种方法主要针对普通过敏测验，双盲食物试验是最具权威性的食物敏感检测方法，通常需要临床辅助治疗。

在北京更易过敏？

许多来自其他国家和地区的家长都困惑为什么自己的孩子在原来的环境里十分健康，但是搬到北京之后突然开始出现过敏征兆。北京的确充斥着各种各样的过敏原，但是我能向您保证您的孩子绝对不是因为来到北京而“突然”出现过敏症状的。文章开头曾说到，过敏是可以遗传的。尽管您的孩子可能之前从未出现过过敏现象，但这有可能是因为之前生活的环境里过敏原的存在相对较少，还有一种可能性是您的孩子并不是真的过敏，而是身体对新的生活环境带来的刺激耐受不良。

也许上述说法并不能起到安慰作用，但是您需要知道的是在北京遭遇的敏感在世界其他任何一个地方都可能遇到。北京春秋两季花粉肆虐，对于呼吸系统敏感人士来说这两段时间最难熬；冬天天气干冷，易发生皮肤过敏；夏季是过敏现象相对较少的季节，因为孩子们在户外活动的时间增多，减少在室内的时间也就相当于减少了在细菌培养基里的时间。值得庆幸的是北京四季分明，如果换做是热带气候，一年四季都可能被过敏症状困扰。



针对北京的过敏现象值得单独说明的一个特点就是缺少持续的医疗关照和护理。例如新加坡当地的医疗文化鼓励每一个人接受来自一个医生的持续的医疗护理，因此当地的过敏症状往往都会在早期发现和确诊。而在北京，一个儿童在成长的过程中可能看过很多不同的医生，因而每个医生所掌握的孩子的病史都十分有限。我们的建议是在条件允许的情况下，尽量为孩子和其他家庭成员选择一个家庭医生，在对家庭成员包括孩子的健康史和病史有一个全面的了解对确诊病症有很大帮助。

所以尽情的享受这个城市带来的欢乐吧！如果您和您的孩子出现打喷嚏、咳嗽和哮喘的症状，请来和睦家医院或联络您的家庭医生对症状进行确诊。

如果您想了解更多关于儿童过敏的信息或有其他咨询，请致电(10) 5927 7222与北京和睦家医院的儿科医生或拨打医院的24小时热线电话4008-919191进行预约。



United Family Healthcare
和睦家医疗

春暖花开，万物复苏。四月初，我们将迎来西方的一个重要节日——复活节。在每年春分月圆之后的第一个星期日。在节日来临之际，成都市文毅三千城校园老师带领小朋友开展了一次美术活动“神奇的复活树”。



看，Rosh老师正在跟小朋友们一起制作数字海报呢！宁波市文毅汇豪校园Pre-K1的孩子们已经学会数10-100的整十数了，现在我们要开始学习个位数了，所以小朋友们在每两个整十数中间印上9个图案，这样小朋友们就可以跟着图案来数数了。

告别清明节假期之后，迎来了天津市文毅生态城校园小朋友们的升旗仪式。负责升旗的年级组是中班的孩子们，快来看看他们可爱的步伐、甜蜜的笑容。随之听到的是孩子们庄严的宣誓——我是中国人，我爱我的祖国，我是中国人，我爱五星红旗！



文毅西安交大校园的小朋友和Stephen老师一起在厨艺课上制作了美味的曲奇饼干，通过厨艺活动小朋友们不仅增强了动手能力，在和Stephen老师交流的同时英文表达能力也有很大的进步哦。

世界上每一本绘本都会给孩子们带来意想不到的好处。绘本对孩子的视觉发展、儿童情感以及想象力起着重要的作用！天津市文毅水岸公馆校园托B班的小朋友正在图书馆里面认真阅读自己最喜欢的图书呢！你最喜欢的书是哪一本？



由启明星慈善委员会建立的众爱图书角正式面向启明星社群开放！众爱图书角的图书种类繁多，不仅有适合小学至中学各年龄段学生阅读的中英文书籍，而且还有适合教师和家长阅读的教育类书籍。这些图书均由北京启明星社群爱心人士捐赠，所有图书售卖收益均用于资助身患严重疾病而又无法负担高额医疗费用的孩子们。



4月初，天津市文毅和风路校园多元智能班级举行了家长开放日活动。园长和老师邀请家长走进幼儿园，参与各项活动。本次活动，我们的老师以户外活动、教学活动展示、角色游戏等丰富多彩的活动形式，向家长展示了孩子们在园学习和生活的快乐时光。

小朋友们对科学总是有一份可贵的好奇和兴趣。为了能让孩子们真实的感受科学的奥妙，西安市文毅首创国际城校园的老师巧妙的创设了很多有意思的活动，引导孩子们通过亲自动手、动脑，获得直接经验。让孩子们在探索中发现，而不是静态地、被动地吸收知识，从而培养孩子的观察能力和思辨能力。



四月春风徐徐，天气晴朗，文毅卓锦校园的全体学生，家长和老师们共同参加了植树活动，在大家的共同努力下，24棵火焰树带着小朋友的期望被整齐的种下，大家都玩得好开心啊！每个孩子都在脑海中构想出了这些树未来的样子，我们也会带孩子们再去看看这些树。这次活动让孩子们感受到我们是大自然的一部分，我们要珍爱自然。