|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | ਬਾਰ੍ਹਵਾਂ ਗ੍ਰੇਡ | ਗਰਮੀਆਂ ਦਾ ਐਡੀਸ਼ਨ | | | | | | |  | |
|  | | | | | | | | | | |
|  | ਨਿਊਜ਼ਲੈਟਰ ਟੈਂਪਲੇਟHigh School & Beyond Planning (ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੀ ਪਲਾਨਿੰਗ) — ਖਬਰਾਂ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ | | | | | | | | |  |
|  | | | | | | | | | | |
| *Replace with School Contact Info* | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | |
| ਵਧਾਈਆਂ!  ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਗ੍ਰੈਜੂਏਟ ਹੋਣਾ ਬਹੁਤ ਵੱਡੀ ਗੱਲ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਕਿਸ਼ੋਰ ਨੇ ਸਖਤ ਮਿਹਨਤ ਕੀਤੀ, ਖੂਬ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਸਫ਼ਲਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ।  **ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਸੁਝਾਅ**  ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਸਕੂਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਚਿੱਠੀ ਜਾਂ ਈਮੇਲ ਭੇਜਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸਨੂੰ ਪੜ੍ਹੋ! ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜਿਹੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਹੀਂ ਭੇਜਣਗੇ ਜਿਸਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਸਮਾਂ-ਸੀਮਾਵਾਂ, ਕਾਗਜ਼ੀ ਕਾਰਵਾਈਆਂ, ਜਾਂ ਵੇਰਵੇ ਛੁੱਟ ਜਾਣ ਦਾ ਜੋਖਮ ਨਾ ਉਠਾਓ, ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਚਿੱਠੀ ਨਹੀਂ ਪੜ੍ਹੀ ਸੀ।  ਆਪਣੀ ਆਵਾਜ਼ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ! ਆਪਣੇ ਲਈ ਵਕਾਲਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਨਾ ਡਰੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਮੰਗੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਬੋਲੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣਾ ਖੁਦ ਦਾ ਵਕੀਲ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਖੁਦ ਲਈ ਅਵਾਜ਼ ਉਠਾਓ।  ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਜਿੰਨੇ ਮਰਜ਼ੀ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਵਾਬ ਨਹੀਂ ਮਿਲ ਜਾਂਦੇ। ਇਹ ਕਲਾਸਾਂ, ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਬੈਂਕਾਂ, ਆਦਿ ਲਈ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।  ਹਰ ਕੋਈ ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਂਗ ਹੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਆ ਰਿਹਾ? ਘਰ ਦੀ ਯਾਦ ਆ ਰਹੀ ਹੈ? ਚਿੰਤਤ ਹੋ? ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਹੋਰ ਨਵੇਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵੀ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਕਲੱਬਾਂ, ਡੌਰਮਿਟਰੀ ਦੇ ਸਮਾਜਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ, ਜਾਂ ਹੋਰ ਸੰਗਠਿਤ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਰਾਹੀਂ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਸਕੂਲ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਕੋਈ ਸੋਸ਼ਲ ਨੈੱਟਵਰਕਿੰਗ ਸਾਈਟ ਦੇਖੋ ਅਤੇ ਇਹ ਚੈੱਕ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਕਾਲਜ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਦਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਕੋਈ ਪੇਜ ਹੈ। ਇਹ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਦਾ ਇੱਕ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਸਾਲ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਇੱਥੇ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਣਗੇ! | | |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  | | |
| ਅਗਾਮੀ ਇਵੈਂਟਾਂ   * *Click here to enter text.* |  |  | **Graduation cap with solid fill**  ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ?  ਗਰਮੀਆਂ ਵਿੱਚ, ਤੁਹਾਡੇ ਕਿਸ਼ੋਰ ਨੂੰ ਖਰਚਿਆਂ (ਟਿਊਸ਼ਨ, ਕਮਰਾ ਅਤੇ ਖਾਣ-ਪੀਣ, ਆਦਿ) ਦੀ ਅਨੁਮਾਨਿਤ ਸਟੇਟਮੈਂਟ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ। ਘਬਰਾਓ ਨਹੀਂ। ਪਤਝੜ ਵਿੱਚ, ਕਾਲਜ ਜਾਂ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਸਾਰੀ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ (ਗ੍ਰਾਂਟਾਂ, ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪਾਂ, ਕਰਜ਼ੇ) ਨੂੰ ਇਸ ਬਿੱਲ ਵਿੱਚ ਲਾਗੂ ਕਰੇਗੀ। ਜੋ ਵੀ ਰਕਮ ਬਚੀ ਹੈ ਉਹ ਸੰਭਵ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਕਾਇਆ ਹੈ। ਬਹੁਤੇ ਕਾਲਜਾਂ ਅਤੇ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬਾਕੀ ਬਚੀ ਲਾਗਤ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਵੰਡਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਭੁਗਤਾਨ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਸਕੂਲ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ; ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨਗੇ। | | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| High School & Beyond Planning (ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੀ ਪਲਾਨਿੰਗ)  ਬਾਰ੍ਹਵਾਂ ਗ੍ਰੇਡ | ਗਰਮੀਆਂ ਦਾ ਐਡੀਸ਼ਨ | gearup.wa.gov | | | | | |
|  | | | | | |
| ***Insert Financial Aid Completion Event Information*** |  | ***Insert Financial Aid Completion Event Information*** | | | |
|  |
| ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਚੈੱਕਲਿਸਟ   * ਅਗਲੇ ਸਾਲ ਲਈ ਬਜਟ ਤਿਆਰ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਜਿਹਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਸਿੱਖਣ ਦਾ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਸਮਾਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਖਰਚਿਆਂ ਅਤੇ ਬਿੱਲਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ। * ਗ੍ਰੈਜੁਏਸ਼ਨ! ਆਪਣਾ ਸਿਰ ਫਖ਼ਰ ਨਾਲ ਉੱਚਾ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਦਾ ਜਸ਼ਨ ਮਨਾਓ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣਾ ਡਿਪਲੋਮਾ ਨਹੀਂ ਮਿਲਿਆ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਜਾਰੀ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਹੀ ਗ੍ਰੈਜੂਏਟ ਹੋਵੋ, ਫਿਰ ਵੀ ਤੁਸੀਂ College Bound Scholarship ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। (ਇਸ ਵਿੱਚ GED ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹਨ।) * ਕੈਂਪਸ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾ ਰਹੇ ਹੋ? ਇਹ ਸਮਾਂ ਪੈਕਿੰਗ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਦਾ ਹੈ! ਉਸ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦਿਓ ਜੋ ਤੁਹਾਡਾ ਕਾਲਜ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਲਿਆਉਣਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ 'ਤੇ ਪੈਸਾ ਬਰਬਾਦ ਨਾ ਕਰੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਜਗ੍ਹਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। * ਅਕਾਦਮਿਕ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ ਫਰੈਸ਼ਮੈਨ/ਨਿਊ ਸਟੂਡੈਂਟ ਓਰੀਐਂਟੇਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਕਾਲਜ ਕੈਰੀਅਰ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨਗੀਆਂ। | | |  |  | ਮਿੱਥਬਸਟਰ  **ਮਿੱਥ:** ਜੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕਾਲਜ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਲੱਗ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਉੱਥੇ ਹੋਣ ਦੇ ਕਾਬਲ ਨਹੀਂ ਹਨ।  **ਅਸਲੀਅਤ:** ਹਰ ਕੋਈ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲਾ ਸਾਲ ਬਹੁਤ ਚੁਣੌਤੀਪੂਰਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਚੀਜ਼ ਹੈ ਸਹਾਇਤਾ ਲੱਭਣਾ, ਮਦਦ ਮੰਗਣਾ, ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਲਈ ਵਕਾਲਤ ਕਰਨਾ।  ਜੇਕਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇੱਕ ਔਖੇ ਜਜ਼ਬਾਤੀ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘ ਰਹੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕਾਲਜ ਵਿੱਚ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸਲਾਹਕਾਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇਕੱਲੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਦਾਸ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਨਿੱਜੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹਨ ਤਾਂ ਇਹ ਸਲਾਹਕਾਰ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬਹੁਤੇ ਕਾਲਜ ਕੈਂਪਸ ਵਿੱਚ ਮੌਜੁਦ ਹੈਲਥ ਸੈਂਟਰ ਰਾਹੀਂ ਮੁਫਤ ਕਾਉਂਸਲਿੰਗ ਸੈਸ਼ਨਾਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ।  ਜੇਕਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਕਲਾਸਾਂ ਵਿੱਚ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਆ ਰਹੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਪਤਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਟਿਊਸ਼ਨ ਸੈਂਟਰ ਜਾਂ ਰਾਈਟਿੰਗ ਸੈਂਟਰ ਹੈ (ਅਤੇ ਯੋਗ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ, ਅਪੰਗਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵੀ)।  ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਯਾਦ ਦਿਲਾਓ ਕਿ:  • ਮਦਦ ਮੰਗਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।  • ਕਾਲਜ ਵਿੱਚ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਲਈ ਵਕਾਲਤ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।  • ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।  • ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਦ੍ਰਿੜ੍ਹ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਹਿਯੋਗ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਅਸਾਨ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ। |
|  |  |  |
| ਪਰਿਵਾਰਕ ਚੈੱਕਲਿਸਟ   * ਅਗਲੇ ਸਾਲ ਲਈ ਬਜਟ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਕਿਸ਼ੋਰ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੋ। * ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਕੈਂਪਸ ਵਿੱਚ ਰਹੇਗਾ, ਤਾਂ ਕੀ ਲਿਆਉਣਾ ਹੈ ਇਸ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਕਾਲਜ ਦੇ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦਿਓ। * ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਕਿਸ਼ੋਰ ਫਰੈਸ਼ਮੈਨ/ਨਿਊ ਸਟੂਡੈਂਟ ਓਰੀਐਂਟੇਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਉਪਲਬਧ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ "First Year Experience" ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ। ਜੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਸੱਦਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੀ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। * ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਹ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ ਕਿ ਕਾਲਜ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕਾਲਜ ਵਿੱਚ ਜਾਣ ਅਤੇ ਨਿੱਜੀ, ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ, ਵਿੱਤੀ ਅਤੇ ਅਕਾਦਮਿਕ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹੜੇ ਸਰੋਤਾਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਕੀ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ TRiO SSS ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੈ? | | |