|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | ਨੌਵਾਂ ਗ੍ਰੇਡ | ਸਰਦੀਆਂ ਦਾ ਐਡੀਸ਼ਨ | | | | | | |  | |
|  | | | | | | | | | | |
|  | ਨਿਊਜ਼ਲੈਟਰ ਟੈਂਪਲੇਟHigh School & Beyond Planning (ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੀ ਪਲਾਨਿੰਗ) - ਖਬਰਾਂ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ | | | | | | | | |  |
|  | | | | | | | | | | |
| *Replace with School Contact Info* | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | |
| ਗ੍ਰੇਡ ਮਾਇਨੇ ਰੱਖਦੇ ਹਨ  ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਦੇ ਪੂਰੇ ਤਜਰਬੇ ਦੌਰਾਨ ਚੁਣੌਤੀਪੂਰਨ ਕਲਾਸਾਂ ਵਿੱਚ ਚੰਗੇ ਗ੍ਰੇਡ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਕਾਲਜ ਦੇ ਦਾਖਲੇ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਚੰਗੇ ਗ੍ਰੇਡ ਇਹ ਵੀ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਸਮੱਗਰੀ ਨੂੰ ਸਮਝਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅਗਲੇ ਪੜਾਅ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਅਗਲਾ ਸਮੈਸਟਰ, ਅਗਲਾ ਗ੍ਰੇਡ ਪੱਧਰ, ਕਾਲਜ, ਜਾਂ ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਿਖਲਾਈ ਹੋਵੇ।  ਆਪਣੇ ਕਿਸ਼ੋਰ ਨਾਲ ਇਹ ਚਾਰ ਸੁਝਾਅ ਸਾਂਝੇ ਕਰੋ:   * **ਸੰਗਠਿਤ ਹੋਵੋ।** ਅਸਾਈਨਮੈਂਟਾਂ ਅਤੇ ਟੈਸਟਾਂ ਨੂੰ ਟ੍ਰੈਕ ਕਰਨ ਲਈ ਪਲਾਨਰ ਜਾਂ ਕੈਲੰਡਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਕਾਗਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਗੁੰਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਇੱਕ ਫੋਲਡਰ ਜਾਂ ਬਾਈਂਡਰ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ। * **ਮਦਦ ਪਾਓ।**ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਪਾਉਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ, ਸਹਿਪਾਠੀਆਂ, ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਭੈਣਾਂ-ਭਰਾਵਾਂ ਤੋਂ ਸਹਾਇਤਾ ਮੰਗੋ। * **ਸਾਹਮਣੇ ਅਤੇ ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚ ਬੈਠੋ।** ਉਹ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਜੋ ਕਲਾਸਰੂਮ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਅਤੇ ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚ ਬੈਠਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਉੱਚੇ ਔਸਤ ਟੈਸਟ ਸਕੋਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਦੇਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। * **ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਸਖ਼ਤ ਮਿਹਨਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਰਹੋ।** ਖੋਜ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਚੰਗੇ (ਅਤੇ ਮਾੜੇ) ਗ੍ਰੇਡ ਬਾਕੀਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਦਾਰੀ ਨਾਲ ਚੁਣੋ। | | |  |  | ਮੁਫ਼ਤ ਪੈਸਾ—ਇਹ ਸੰਭਵ ਹੈ!  ਕਾਲਜ ਅਤੇ ਕਰੀਅਰ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਦੇ ਖਰਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਟਿਊਸ਼ਨ, ਫੀਸਾਂ, ਕਿਤਾਬਾਂ, ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ ਦੇ ਖਰਚੇ, ਅਤੇ ਆਵਾਜਾਈ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਇੱਕ ਵਾਰ ਗ੍ਰਾਂਟ ਸਹਾਇਤਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਚਾਰ ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਕਾਲਜ ਦੀ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰੀ ਕੀਮਤ ਦਾ ਸਿਰਫ 60 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਭੁਗਤਾਨ ਹੀ ਕਰਦੇ ਹਨ।  ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਵਿੱਚ ਸੰਘੀ ਅਤੇ ਰਾਜ ਦੀਆਂ ਗ੍ਰਾਂਟਾਂ, ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪਾਂ, ਕੰਮ-ਪੜ੍ਹਾਈ ਵਾਲੀਆਂ ਨੌਕਰੀਆਂ, ਅਤੇ College Bound ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੁਆਰਾ ਮੁਫ਼ਤ ਪੈਸਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬਹੁਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਖਰਚੇ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕੁਝ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਕਰਜ਼ਿਆਂ ਦੇ ਉਲਟ, ਗ੍ਰਾਂਟਾਂ ਅਤੇ ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪਾਂ ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਅਦਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸਫਲਤਾਪੂਰਵਕ ਆਪਣੇ ਕੋਰਸ ਪੂਰੇ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।  **ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਕਿਵੇਂ ਅਤੇ ਕਦੋਂ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣੀ ਹੈ?**  ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪਾਂ ਲਈ, ਤੁਸੀਂ ਹੁਣੇ ਖੋਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸੰਘੀ ਜਾਂ ਰਾਜ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ, ਪਹਿਲਾ ਪੜਾਅ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਦੇ ਸੀਨੀਅਰ ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਅਕਤੂਬਰ ਮਹੀਨੇ FAFSA ਜਾਂ WASFA ਹੈ। | FAFSA ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ Free Application for Federal Student Aid। FAFSA ਦਾਇਰ ਕਰਨ ਲਈ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਕੋਲ ਇੱਕ ਸਮਾਜਿਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੰਬਰ ਜਾਂ ਸਥਾਈ ਨਿਵਾਸੀ ਕਾਰਡ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।  ਮੰਨ ਲਓ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਕੋਲ ਸਮਾਜਿਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੰਬਰ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਉਸ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ, ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ Washington College Grant ਵਾਸਤੇ ਯੋਗ ਹੋਣ ਲਈ ਨਵੀਂ Washington Application for State Financial Aid (WASFA) ਦਾਇਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹੋਰ ਵੇਰਵਿਆਂ ਲਈ wsac.wa.gov/wasfa 'ਤੇ ਜਾਓ।  ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ WASFA ਨੂੰ ਉਦੋਂ ਪੂਰੀ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੇਕਰ ਉਸ ਕੋਲ ਕੋਈ ਕਾਗਜ਼-ਪੱਤਰ ਨਹੀਂ ਹਨ ਜਾਂ ਉਹ ਆਪਣੀ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਸਥਿਤੀ ਦੇ ਕਾਰਨ ਸੰਘੀ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੈ।  ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਸਰੋਤ gearup.wa.gov ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੇ ਰਾਜ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ Washington Grant, College Bound ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ, ਅਤੇ ਫ਼ੌਸਟਰ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ Passport to Careers ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਾਲਜ ਜਾਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਹੀ ਰਾਜ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ! ਅੰਡਰਗ੍ਰੈਜੂਏਟ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ Washington ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਪਹਿਲੇ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਹੈ। | | | | |
|  |  |  |  | | |
| ਅਗਾਮੀ ਇਵੈਂਟਾਂ  *Click here to enter text.* |  |  | Graduation cap with solid fill  ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ?  ਕਾਲਜ ਦਾਖਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਗ੍ਰੇਡਾਂ ਅਤੇ ਚੁਣੌਤੀਪੂਰਨ ਜਾਂ "ਔਖੇ" ਕੋਰਸਵਰਕ ਦੀ ਅਹਿਮੀਅਤ ਮਿਆਰੀ ਟੈਸਟ ਸਕੋਰਾਂ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। | | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| High School & Beyond Planning (ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੀ ਪਲਾਨਿੰਗ)  ਨੌਵਾਂ ਗ੍ਰੇਡ | ਸਰਦੀਆਂ ਦਾ ਐਡੀਸ਼ਨ | gearup.wa.gov | | | | | |
|  | | | | | |
| ਹਾਜ਼ਰੀ ਮਾਇਨੇ ਰੱਖਦੀ ਹੈ |  | ਜਦੋਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੀਆਂ ਹਾਜ਼ਰੀ ਦਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਆਪਣੀਆਂ ਅਕਾਦਮਿਕ ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਗ੍ਰੈਜੂਏਸ਼ਨ ਦੀਆਂ ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸੁਧਾਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:   * ਨਿਯਮਤ, ਤੁਰੰਤ ਹਾਜ਼ਰੀ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿਓ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਕਲੱਬ ਜਾਂ ਗਤੀਵਿਧੀ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ। * ਬੁਨਿਆਦੀ ਰੁਟੀਨ (ਜਲਦੀ ਸੌਣਾ, ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਉੱਠਣਾ, ਆਦਿ) ਬਣਾਓ ਅਤੇ ਉਸਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਣ ਦੀ ਆਦਤ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ। * ਉਸ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਉਹ ਬਿਮਾਰ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਸਕੂਲ ਜਾਣਾ ਕਿਉਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਸਕੂਲ ਜਾਣ ਤੋਂ ਝਿਜਕਦਾ ਜਾਪਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸਦੇ ਕਾਰਨਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਓ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕ, ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਕ, ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੇ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਉਸਨੂੰ ਸਕੂਲ ਜਾਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ। * ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਔਖੇ ਸਮੇਂ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਆਵਾਜਾਈ, ਅਸਥਿਰ ਰਿਹਾਇਸ਼, ਨੌਕਰੀ ਦਾ ਚਲੇ ਜਾਣਾ, ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ) ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘ ਰਹੇ ਹੋ ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਲੈ ਕੇ ਜਾਣ ਵਿੱਚ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਪੇਸ਼ ਆ ਰਹੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਮਦਦ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਹੋਰ ਮਾਪੇ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਅਧਿਆਪਕ, ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ, ਸੋਸ਼ਲ ਵਰਕਰ, ਸਕੂਲ ਨਰਸ, ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੇ ਪ੍ਰਦਾਤਾ, ਜਾਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਏਜੰਸੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਜਾਂ ਲੋੜੀਂਦੇ ਸਰੋਤ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। | | | |
| ਜਿਹੜੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇੱਕ ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਦਸ ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਕੂਲੀ ਦਿਨਾਂ (ਜਾਂ ਹਰ ਮਹੀਨੇ ਸਿਰਫ਼ ਦੋ ਦਿਨ) ਲਈ ਗੈਰਹਾਜ਼ਰ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਗੈਰਹਾਜ਼ਰ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਸਕੂਲ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੇ ਹਨ: ਬੀਮਾਰੀ, ਡਾਕਟਰ ਦੀਆਂ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟਾਂ, ਛੁੱਟੀਆਂ, ਜਾਂ ਦਿਲਚਸਪੀ ਜਾਂ ਸਫਲਤਾ ਦੀ ਘਾਟ ਕਾਰਨ ਕਲਾਸਾਂ ਛੱਡਣੀਆਂ। ਗੈਰਹਾਜ਼ਰੀ ਇਹ ਸੰਕੇਤ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਗੁਆ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਸਕੂਲ ਦੇ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਸੰਘਰਸ਼ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਸੰਭਾਵੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹੋਰ ਗੰਭੀਰ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਕਾਰਨ ਜੋ ਮਰਜ਼ੀ ਹੋਵੇ, ਪਰ ਇਸਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਅਸਲੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਨਵੇਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸਕੂਲ ਦੇ ਦਸ ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਦਿਨ ਸਕੂਲ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਗ੍ਰੈਜੂਏਟ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਚਾਲੀ ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਤੋਂ ਘੱਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। |
| ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਚੈੱਕਲਿਸਟ   * ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਦਾ ਇੱਕ ਪੋਰਟਫੋਲੀਓ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਅਵਾਰਡਾਂ, ਸਨਮਾਨਾਂ, ਭੁਗਤਾਨਸ਼ੁਦਾ ਅਤੇ ਵਾਲੰਟੀਅਰ ਕੰਮ, ਅਤੇ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਤੋਂ ਬਾਹਰਲੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਓ। ਪੂਰੇ ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਇਸਨੂੰ ਅੱਪਡੇਟ ਕਰਦੇ ਰਹੋ। * ਅਗਲੇ ਸਾਲ ਦੀਆਂ ਕਲਾਸਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਸਲਾਹਕਾਰ ਨਾਲ ਚਰਚਾ ਕਰੋ। ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਚੁਣੌਤੀਪੂਰਨ ਕੋਰਸ ਲੈਂਦੇ ਹੋ। * ਜੇ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਮਦਦ ਮੰਗੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਕਲਾਸ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆ ਰਹੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਅਧਿਆਪਕ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਦੇ ਸਲਾਹਕਾਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਟਿਊਸ਼ਨ ਜਾਂ ਹੋਰ ਸਹਾਇਤਾ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। * [**thewashboard.org**](http://thewashboard.org/login.aspx) 'ਤੇ ਇੱਕ ਖਾਤਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਫਾਈਲ ਬਣਾਓ। * ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਰੁਟੀਨ ਬਣਾਈ ਰੱਖੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹੋਮਵਰਕ ਪੂਰਾ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਰਾਤ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਨੀਂਦ ਲੈਣਾ। * ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੋ। ਖੇਡਾਂ, ਸਕੂਲ ਸਰਕਾਰ, ਜਾਂ ਕਲੱਬਾਂ ਵਰਗੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲਗਾਓ। * ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਕਰਕੇ ਕਲਾਸਾਂ ਛੱਡ ਰਹੇ ਹੋ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਕਲਾਸ ਵਿੱਚ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਕਾਰਨ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ, ਅਧਿਆਪਕਾਂ, ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਸਲਾਹਕਾਰ, ਜਾਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਬਾਲਗ ਤੋਂ ਮਦਦ ਮੰਗੋ। | | |  |  | ਮਿੱਥਬਸਟਰ  **ਮਿੱਥ:** ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਸਿਰਫ਼ ਕਰਜ਼ੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।  **ਅਸਲੀਅਤ:** ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀਆਂ ਅਜਿਹੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਵੀ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਭੁਗਤਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:  **ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪ ਦਾ ਪੈਸਾ!** thewashboard.org ਨੂੰ ਚੈੱਕ ਕਰੋ। ਇਹ ਇੱਕ ਮੁਫਤ ਆਨਲਾਈਨ ਸਰੋਤ ਹੈ। ਇੱਕ ਪ੍ਰੋਫਾਈਲ ਬਣਾਓ ਅਤੇ ਖੋਜ ਕਰੋ। ਇਹ ਸਿਰਫ਼ Washington ਰਾਜ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਹੈ ਅਤੇ ਸਪੈਮ-ਮੁਕਤ ਹੈ।  **ਗ੍ਰਾਂਟਾਂ**। ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਕੋਲ ਕਾਲਜ ਵਾਸਤੇ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਪੈਸੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਸੰਘੀ, ਰਾਜ, ਜਾਂ ਕਾਲਜ ਸਰਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।  **ਕੰਮ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹਾਈ।** ਪੈਸਾ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਇਸ ਨੂੰ ਨੌਕਰੀ ਕਰਕੇ ਕਮਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕੰਮ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹਾਈ ਵਾਲੀ ਨੌਕਰੀ ਦੇ ਮੌਕੇ ਕੈਂਪਸ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਬਾਹਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੰਮ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹਾਈ ਵਾਲੀਆਂ ਨੌਕਰੀਆਂ ਲਈ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪ੍ਰਤੀ ਹਫ਼ਤੇ 19 ਘੰਟੇ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਈ ਵਾਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਉਜਰਤ ਤੋਂ ਵੱਧ ਭੁਗਤਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। |
|  |  |  |
| ਪਰਿਵਾਰਕ ਚੈੱਕਲਿਸਟ   * ਅਗਲੇ ਸਾਲ ਦੀਆਂ ਕਲਾਸਾਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰੋ। ਉਹਨਾਂ ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਕਲਾਸਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਾਲਜਾਂ ਨੂੰ ਤਲਾਸ਼ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। * ਸਕੂਲ ਦੇ ਕੰਮ ਬਾਰੇ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਾਂਚ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਲਾਸ ਵਿੱਚ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਹੁਨਰਾਂ ਅਤੇ ਟਿਊਸ਼ਨ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ। * [**thewashboard.org**](http://thewashboard.org/login.aspx) 'ਤੇ ਇੱਕ ਖਾਤਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਫਾਈਲ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਕਿਸ਼ੋਰ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੋ। * ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਸਕੂਲ ਜਾਣ ਦੇ ਮਹੱਤਵ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ; ਇਸ ਨੂੰ ਇੱਕ ਉਮੀਦ ਬਣਾਓ। * ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਰੁਟੀਨ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹੋਮਵਰਕ ਪੂਰਾ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਰਾਤ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਨੀਂਦ ਲੈਣਾ। * ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਵਿਵਹਾਰ ਵਿੱਚ ਅਚਾਨਕ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦੇਖਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਇਹ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਚੱਲ ਰਹੀ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। * ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਲਿਜਾਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆ ਰਹੀ ਹੈ ਤਾਂ ਸਕੂਲ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ, ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ, ਹੋਰ ਮਾਪਿਆਂ, ਜਾਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਏਜੰਸੀਆਂ ਤੋਂ ਮਦਦ ਮੰਗੋ। | | |