

Dear Parents and Guardians,

For many students, the transition from elementary school to high school can be challenging and complicated. Concerns about changes in work load and school environment, different friends, new social pressures, and increased responsibilities can sometimes make this time seem overwhelming.

YWCA Metro Vancouver recognized the need to support students in their transition to high school, and developed a free after school program called *Guide to High School*. During weekly afterschool sessions students will learn about topics such as **healthy living**, stress management, time management, mindsets, friendships, peer pressure, bullying, identity, power dynamics, and social media.

In addition, they will have the opportunity to connect with other Grade 7 students at their school and in their community and be guided by an intergenerational team of program leaders, which will include current high school students and experienced facilitators.

For more information or to register, contact us at youth@ywcavan.org or visit www.ywcavan.org/grade7register

부모님과 보호자님께,

많은 학생들에게 중고등학교 진학은 까다롭고 힘겨운 전환일 수 있습니다. 학업량과 학교 환경의 변화, 생소한 친구들, 새로운 사회적 압력, 그리고 늘어난 책임에 대한 걱정들로 학생들에게 이 시기가 버겁게 느낄 수 있습니다.

YWCA 메트로 밴쿠버는 중고등학교 진학하는 학생들을 지원할 필요성을 인식하고, *중고등학교 가이드*라는 무료 방과 후 프로그램을 개발했습니다. 매주 방과 후 세션에서 학생들은 건강 유지, 스트레스 관리, 시간 관리, 사고방식, 교우관계, 또래 집단 내 압력, 학교 폭력, 정체성, 힘의 불균형, 그리고 소셜 미디어 등에 대해 배웁니다.

또한, 같은 지역 사회와 학교에 다니는 다른 7학년들과 교류하고, 현재 중고등학교 학생들과 경험이 풍부한 리더들로 이루어진 팀으로부터 전환기에 대한 식견을 얻을 기회이기도 합니다.

더 자세한 내용이나 프로그램 등록은 youth@ywcavan.org로 연락 하시거나 www.ywcavan.org/grade7register를 방문하여 주시길 바랍니다. 감사합니다.