

# Le bloc-notes SJA

Édition mai 2011



École Ste-Jeanne-d'Arc  
8505, 68A Rue  
Edmonton, Alberta T6B 0J9  
Téléphone: (780) 466-1800  
Télécopieur: (780) 465-1108  
ja@centrenord.ab.ca

## Maman, je te remercie

Tu es la générosité incarnée,  
comme un ange qui est là, toujours  
présent, qui veille sur moi, qui  
m'apprend à aimer.

Tu es celle qui sait toujours percer  
les secrets, qui est prête à faire  
l'impossible pour moi.

Maman, tu as de quoi être fière de  
ce que tu as accompli.

Bonne fête des mères!



## Dates importantes

17 mai —TDR 3<sup>e</sup>anglais et 6<sup>e</sup> français

18 mai —TDR 6<sup>e</sup> anglais

19 mai —TDR 3<sup>e</sup> français

20 mai —Congé

journée pédagogique

23 mai —Congé

Fête de la reine

## MERCI! MERCI!

À l'occasion de la semaine  
des bénévoles, la direction et  
le personnel de l'école remercient tous  
les parents et les grands-parents qui  
donnent librement de leur temps pour  
agrémenter la vie scolaire des élèves.  
Nous sommes réellement bénis d'avoir  
de si bons parents. Vous êtes cordiale-  
ment invités à un thé en l'honneur des  
bénévoles le vendredi 3 juin à 12 h  
au gymnase de l'école. Au plaisir de  
vous voir en grand nombre.



## Nouvelles de l'école

Félicitations à nos élèves qui recevront le sacrement  
de Confirmation le 9 mai prochain: Alexandre B.,  
Gabrielle C., Anne-Charlotte C., Gabriel D.- F., Émilie L.,  
Zoé L., Camille L., Laurie-Anne L., Émilie M., Véronique V.

Félicitations aux élèves qui ont complété leur préparation  
et qui ont reçu ou qui recevront sous peu pour la première  
fois le sacrement de l'Eucharistie.

Félicitations à la classe Mat.T qui s'est méritée le plus de  
bonhommes sourires suivi par 5D et 5S.

Félicitations à nos gagnants du mois d'avril du concours  
«Retourne tes livres à temps»: Alexi B. en Mat. B et  
Félix L. en 4D.

Félicitations aux élèves de la 4<sup>e</sup> année qui ont animé le  
Chemin de la Croix et aux élèves de la 5<sup>e</sup> année qui ont  
chanté l'Alléluia. Ce fut un grand moment de profond re-  
cueillement pendant la semaine la plus importante des  
chrétiens du monde entier.

Merci à tous les enseignants impliqués.



**Vous avez reçu, le mardi 26 avril, un formulaire confirmant  
l'inscription de votre enfant. Ce formulaire, provenant du  
conseil scolaire, doit être signé pour chacun de vos  
enfants. Il y avait aussi un formulaire au sujet du transport.  
Veuillez le vérifier, le signer et le retourner avec le formu-  
laire de confirmation d'inscription d'ici le vendredi 29 avril.  
Merci de votre coopération.**

**La date limite pour retourner la commande  
pour les effets scolaires est le lundi 9 mai.**

Faites vite si cela vous intéresse.



## Bonne fête

Shadey T., François A., Thomas B., Genève B.,  
Raymond M., Ryan G.-T., Sam E.-H., Joel W.,  
Mathis B., Neil A., David M'B., Jéric A., Jason G.,  
Julieta H., Julianne K., Élyse P., Jacob P.,  
Christine G., Annabel L., Zoé L., Evan L.,  
David M., Maxime D., Brandon B., Félix D.,  
Félix R.- B., Solène F., Pascal H., Alexandrine L.  
Joyce V., Léonidas C., Gloria B., Ridwane Y.



### Code vestimentaire pour l'été:

- ♦ casquette ou chapeau pour récréation extérieure;
- ♦ shorts ou jupes qui dépassent le bout des doigts de la main et du bras allongés;
- ♦ blouses sans manches (aucune bretelle spaghetti) ou avec petites manches et qui couvrent bien le ventre;
- ♦ chemise sans manches (aucun *muscle shirt*) ou avec manches courtes;
- ♦ espadrilles ou sandales avec une courroie au talon pour récréation extérieure;
- ♦ pour jours pluvieux, imperméable et bottes de caoutchouc;

Il est important de porter des chaussettes en tout temps pour éviter la transmission des verrues et les risques de blessures.

### Nouveauté septembre 2011

Débutant avec le Bloc-notes SJA édition septembre 2011, vous recevrez un courriel vous avisant que le Bloc-notes est disponible sur le site web de l'école. Toutefois, vous recevrez une copie papier du calendrier. Pour les familles qui désirent continuer à recevoir le format papier du Bloc-notes, vous n'aurez qu'à communiquer avec le secrétariat de l'école. C'est notre façon de prendre soin de notre environnement.



### Bienvenue à la maternelle

Visites prévues dans les trois maternelles :

le mercredi **11 mai** pour les élèves de 4 ans qui fréquentent la pré-maternelle Manon;

le mercredi **18 mai**, entre 9 h 15 et 11 h 15 pour les enfants de 4 ans qui fréquentent le CEPP;

le mercredi **25 mai** de 9 h 30 - 11 h 30 et 13 h 15 - 15 h 15 pour les enfants de 4 ans et leurs parents.



### Journée sportive Adrien-Bouchard le vendredi 27 mai

**Qui?** tous les élèves de la 4<sup>e</sup> à la 6<sup>e</sup> année

**Où?** au parc Hawrelak

**Transport?** autobus scolaire fourni par le conseil scolaire

**Ce que l'élève apporte?** son diner, une bouteille d'eau, de la crème solaire et une casquette ou un chapeau.

**Surveillez l'enveloppe du jeudi pour le formulaire de participation et le formulaire pour les bénévoles, nous aurons besoin de vous en grand nombre.**



### Lancement du nouveau site web de l'école

Le nouveau site web de l'école sera disponible au début du mois de mai. Nous ferons un lancement officiel du site dans chacune des salles de classe. Nous invitons chaque famille à s'inscrire dès leur première visite à la capsule SJA. En vous inscrivant, votre adresse électronique sera automatiquement ajoutée à notre liste d'envoi pour le Bloc-notes et autres informations de l'école. Nous comptons éliminer dans la mesure du possible toutes correspondances papier à compter de septembre 2011.





# La 22e Fête franco-albertaine

Du 1 au 3 juillet  
2011

Passports en prévente  
jusqu'au 23 mai!

www.fete-francoalbertaine.ca

150 ans  
d'histoire  
en se fête!

Au Parc Kinsmen  
à Saint-Albert



L'ÉCOLE-O-BAZAR 2011

ÉCOLE STE-JEANNE D'ARC  
PAR LA SOCIÉTÉ DE PARENTS



Un bazar se veut depuis toujours écologique ...  
quel bel exemple pour nos enfants!

**QUAND:** Samedi 4 juin 2011

**OÙ:** Gymnase de l'école

**HEURE:** vente 8 h à 14 h

(exposants de 7 h à 15 h)

**COÛT:** 10,00 \$ / table

(table de 2,5' X 6')

Venez faire de bons achats à notre bazar familial. Vous pourrez y trouver de petites merveilles comme :

- jouets d'enfants et jeux de sociétés
- vêtements d'enfants et d'adultes
- livres
- VHS, DVD, CD, cassettes audios pour la famille
- articles décoratifs pour enfants
- autres articles dédiés à toute la famille



Si vous êtes intéressés à louer une table, communiquez avec Pauline Légaré 780-757-8692 avant le 27 mai 2011.

La Société acadienne de l'Alberta

vous invite à son

24<sup>e</sup> Souper au homard  
le samedi 4 juin 2011

au centre communautaire Hazeldean  
9630 66 Ave

\* Cocktail 18h - Souper 19h - Danse 21h  
55\$ / billet



### Menu

Cocktail aux crevettes    Salade de chou    Salade aux patates    2 homards    Dessert

Billets disponibles en communiquant avec :

accès emploi • au (780) 468-6983

LE CARRETOUR • au (780) 466-1066

Prenez note : Pour la 1<sup>re</sup> fois cette année,  
aucun billet ne sera vendu après le 27 mai.  
FAITES VITE ! Les billets sont limités.



# Surfer en français!

Venez en grand nombre et surtout...  
invitez vos amis!

le vendredi 27 mai 2011

19h30 à 22h30

billet en prévente: 8\$

billet à la porte: 10\$

(0 à 2 ans gratuit)

Une soirée divertissante  
à la piscine du West Edmonton Mall

glissades d'eau + piscine à vagues = beaucoup de plaisir!



Bon de commande  
Billets «Surfer en français!»



Retourner ce coupon de commande au secrétariat de l'école de votre enfant pour acheter des billets.  
Vos billets seront envoyés à la maison par l'entremise de votre enfant.

Nom de l'élève: \_\_\_\_\_ Classe: \_\_\_\_\_

Quantité: \_\_\_\_\_ x 8\$ le billet = \_\_\_\_\_

Montant inclus: \_\_\_\_\_ \$ Argent comptant ( )



## Rien de meilleur que les repas maison

*Comment réduire la quantité de sel que ma famille consomme?*

La réduction du sodium dans notre alimentation peut représenter un avantage pour la santé de nombreux Canadiens. Une trop grande quantité de sodium peut avoir des effets négatifs sur la santé, notamment de l'hypertension artérielle.

Parmi les aliments à riche teneur en sodium, on trouve nombreux des aliments préparés comme les soupes en boîte, la pizza, les repas surgelés prêts à manger, les sauces, les viandes froides, les collations (craquelins, nachos et croustilles) ainsi que les condiments comme la sauce soya et le ketchup.

La quantité de sodium jugée adéquate pour favoriser la bonne santé chez les enfants d'âge scolaire et les adultes se trouve entre 1 200 et 1 500

### TENEUR EN SODIUM, LES FAITS...

Aliment	Teneur en sodium (mg)
Boîte de soupe poulet et nouilles de 250 ml	898 mg
Portion de 250 ml de macaroni au fromage préparé	784 mg
1 emballage-dîner de viande, fromage et craquelins	590 mg
1 pointe de pizza au pepperoni	520 mg
2 tranches (56 g) de jambon (viande froide)	730 mg
1 tranche de fromage fondu	390 mg
1 petit sac (43 g) de croustilles de saveur	323 mg
15 ml de ketchup	169 mg
15 ml de sauce soya	1 038 mg



milligrammes par jour. On recommande que les enfants ne consomment pas plus que ces quantités :

- de 4 à 8 ans : 1 900 mg
- de 9 à 13 ans : 2 200 mg
- Adolescents de plus de 14 ans et adultes : 2 300 mg  
(remarque : une cuiller à thé de sel contient 2 300 mg de sodium)

Pour réduire la consommation de sodium de votre famille, essayez de réduire la

consommation d'aliments emballés et préparez plus d'aliments à la maison.

Par exemple, du macaroni sans sauce garni de fromage râpé contiendra généralement beaucoup moins de sodium qu'un repas emballé de macaroni au fromage.

Lorsque vous achetez des aliments emballés, assurez-vous de consulter le tableau de valeur nutritive qui se trouve sur l'emballage.

Servez-vous du % valeur quotidienne (%VQ) pour déterminer si l'aliment emballé contient peu ou beaucoup de sodium.

Un %QV inférieur à 5 p. 100 représente « un peu » tandis qu'un %QV supérieur à 15 p. 100 représente « beaucoup ».

Pour obtenir de plus amples renseignements sur le sodium, consultez le site Web de Santé Canada à l'adresse [www.hc-sc.gc.ca](http://www.hc-sc.gc.ca).

## Se brosser les dents... sans se presser

Pourquoi se brosser les dents 2 fois par jour pendant 2 minutes?

- Pour éliminer la plaque collante (bibittes à sucre) sur les dents
- Pour empêcher les gencives d'enfler, de devenir douloureuses et de saigner
- Pour empêcher les caries
- Pour aider la bouche à se sentir fraîche

Conseils pour se brosser les dents pendant 2 à 3 minutes!

- Brossez-vous les dents en chantant une chanson
- Écoutez une chanson à la radio pendant que vous brossez
- Servez-vous d'une minuterie
- Comptez jusqu'à dix à toutes les deux dents

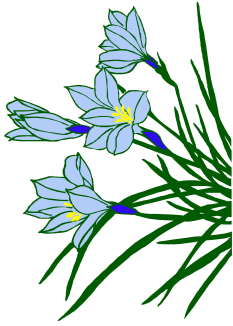
Pour obtenir de plus amples renseignements, composez le 1-800-732-8981.

## Bougez et faites du transport actif!

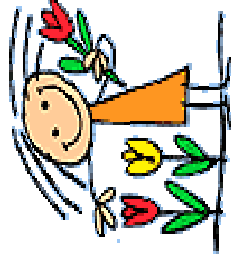
Le transport actif, c'est choisir la propulsion humaine plutôt que la propulsion par moteur pour se déplacer d'un endroit à un autre.




En laissant la voiture à la maison plus souvent et en optant pour la marche, le vélo, les patins à roues alignées, le ski ou les raquettes, nous pouvons améliorer notre santé tout en réduisant notre impact sur l'environnement.

N'oubliez pas que chaque petite période d'activité compte! Essayez de cumuler jusqu'à 90 minutes d'activité physique tous les jours.



# Mai 2011



dimanche	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi
1	JOUR 2 Réunion du Conseil d'école 19 h	JOUR 3 Présentation Chante avec moi M - 3	JOUR 4 Famille Myriam visite Test d'essai Français 3 <sup>e</sup> Réunion Société de parents à 19 h 30	JOUR 5 Test d'essai Anglais 6 <sup>e</sup>	JOUR 1 Célébration de Marie Excursion Maternelle à la Forêt Jurassico Test d'essai Anglais 6 <sup>e</sup>	7
8  Fête des mères	JOUR 2 19 h Confirmation des 6 <sup>es</sup> à Ste-Anne Date limite pour Commander les effets SCOLAIRES	JOUR 3 Test d'essai Français 6D	JOUR 4 Test d'essai Français 6S Prémamanelle visite la maternelle	JOUR 5 12	JOUR 1 13	14
15	JOUR 2 16	JOUR 3 IDR : 3 <sup>e</sup> Anglais 6 <sup>e</sup> Français	JOUR 4 18 IDR: 6 <sup>e</sup> Anglais CEPP visite la maternelle	JOUR 5 19 5D au Centre Bennett IDR: 3 <sup>e</sup> Français	Congé Journée pédagogique	21
22	Congé Fête de la Reine 	JOUR 1 24 Excursion 1 <sup>re</sup> année au Parc John Walter	JOUR 2 25 Parents et enfants de 4 ans visitent la maternelle de 9 h 30—11 h 30 ou 13 h 15—15 h 15	JOUR 3 26 Repas chaud 	JOUR 4 27 Journée Adrien Bouchard Soirée Surfer en français 19 h 30 à 22 h 30	28
29	JOUR 5 30	JOUR 1 31				

# SJA NOTE PAD

## May 2011 Edition



École Ste-Jeanne-d'Arc

8505, 68A Rue

Edmonton, Alberta T6B 0J9

Téléphone: (780) 466-1800

### School News

Congratulations to all our students who will be confirmed on Monday May 9th.

Congratulations to our students who have completed their Eucharistic preparations and have received or will receive shortly their First Communion.

Congratulations to the Grade 4 students who reenacted the Way of the Cross and to the Grade 5 students who sang the Alleluia. It was a very powerful celebration and provided us all with a profound moment of reflection during the most holy week for all Christians. Thank you to all the teachers involved.

Classroom with most happy faces for returning their envelope on time: Mat. T closely followed by classes 5D and 5S.

Students who won a gift certificate for returning their books every week : Alexi B. in Mat. B and Félix L. in 4D.



### Dates to remember

**May 17**— PAT

Grades 3 and 6

**May 18** — PAT

Grade 6

**May 19** — PAT

Grade 3

**May 20** — PD Day

**May 23** — Holiday, Victoria Day

### L'ÉCOLE-O-BAZAR 2011

Come and join us for the best rummage sale in our school gymnasium on June 4<sup>th</sup>, organized by La Société de parents de SJA. For more details please refer to the Bloc-notes.

### Kindergarten Visits

4 yr. old Prématernelle Manon students

**May 11th AM and PM**

4 yr. old CEPP students **May 18th AM**

4 yr. olds with parents **May 25th** between 9:30 and 11:30 AM and 1:15 and 3:00 PM



### Thank you! Thank you!

A special celebration for all our parent volunteers will be held June 3rd at 12 :00 PM in the school gymnasium.

**Hope to see you there!**





### Summer Dress Code

- ◆ hat and sunscreen for outdoor activities, runners or sandals with heel strap for safety reasons
- ◆ spaghetti straps and blouses that do not cover the midriff are not considered acceptable attire for school
- ◆ muscle shirts and short shorts are not considered acceptable for boys
- ◆ girl's shorts and skirts must be longer than the tip of the fingers of the extended arm
- ◆ in case of rain, boots and raincoat are required
- ◆ wear socks at all time to avoid the spread of warts

### School's New Web Site

The school's new web site should be available at the beginning of May. An official launch activity will be held in each classroom. We invite you to visit the new site as soon as it is available. We also ask you to register in the lower right hand corner of the home page. Your e-mail address will be automatically registered and will become our official distribution list for the Note-Pad notification e-mail message which will be sent out monthly. We intend to eliminate the paper format of the Note-Pad starting with the September 2011 edition. However, every family will receive a paper copy of the monthly calendar and the families who wish to continue receiving the paper format of the Note-Pad will simply have to inform the school office. It is our way of doing our small part for the environment.



### Journée Adrian Bouchard

**Friday May 27th**

**Who:** grades 4 to 6 students

**Where:** Hawrelak Park

**Transportation:** by school bus

**What to bring:** hat, sunglasses, sunscreen, bagged lunch, water bottle



**Order forms for the 2011/2012 school supplies are due on Monday May 9<sup>th</sup>.**



Tickets for *Surfer en français* are available at the school office.

