

# LE BLOC-NOTES SJA

## Édition juin 2012



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

### Papa



Dieu a pris la force d'une montagne,  
la majesté d'un arbre,  
la chaleur d'un soleil d'été,  
le calme d'une mer silencieuse,  
l'âme généreuse de la nature,  
la sagesse des âges,  
la puissance du vol de l'aigle,  
la joie d'un matin de printemps,  
la foi d'une graine de moutarde,  
alors Dieu a combiné ces qualités ,  
quand il n'y avait plus rien à ajouter,  
il a su que son chef d'œuvre était complet,  
et ainsi, il l'a appelé...papa.

Anonyme

### Nouvelles de l'école

- Célébrations pour souligner la fin de l'année:
  - thé en l'honneur des bénévoles le vendredi 1 juin à 12 h au gymnase;
  - BBQ familial organisé par la Société de parents le mercredi 20 juin à 17 h;
  - messe de fin d'année le vendredi le 22 juin à 10 h 30 au gymnase;
  - célébration pour les 6<sup>e</sup> années le mercredi 27 juin à 9 h 15 au gymnase.

### **Venez en grand nombre célébrer avec nous!**

- Retournez tous les livres, vidéocassettes et revues à la bibliothèque d'ici le 1 juin.
- La classe qui s'est méritée une excursion gratuite pour avoir retourné le plus souvent leurs livres à temps sera nommée le vendredi 1 juin.
- La classe qui s'est méritée une excursion gratuite pour avoir retourné leurs enveloppes du jeudi à temps sera nommée le vendredi 1 juin.
- Les gagnants du concours «Retourne tes livres à temps» du mois de mai sont:  
Marie-Soleil B. en 1N et Lachlan B. en 3F.

### Tests de rendement

- 12 juin : 3<sup>e</sup> Anglais
- 14 juin : 3<sup>e</sup> Mathématiques / 6<sup>e</sup> É.S.
- 15 juin : 6<sup>e</sup> Anglais
- 18 juin : 3<sup>e</sup> Français / 6<sup>e</sup> Mathématiques
- 19 juin : 6<sup>e</sup> Sciences
- 20 juin : 6<sup>e</sup> Français

Merci aux parents, qui en mai, se sont assurés que leur enfant n'avait pas de rendez-vous les jours de TDR. S.v.p. faire ainsi pour les TDR de juin. Votre enfant bénéficie d'écrire son test avec ses pairs, c'est très rassurant pour lui.



### Livres coupons

### Entertainment Book 2013

Grande campagne de vente, du 4 au 14 septembre, des livres de coupons **2013 entertainment**. Commencer déjà à faire la liste de vos connaissances qui désirent en acheter un.

**40\$** vous garantit des milliers de dollars d'économies aux restaurants, hôtels et même au Safeway, M&M, Cineplex, etc.

**L'école reçoit 20\$** pour chaque livre vendu.

**Encouragez-nous!**

## Les fêtes de juillet et d'aout

### Juillet:

Gabrielle L., Luc L., Hannah L., Eric W., Xavier C.-P., Uma S., Solange Z., Matthieu D., Christian T., Kate B., Ludwig H., Caroline R., Cosette C., Jérémi D., Marina H., Tristan C.-B., Matthew M., Patrick J.-R., Karen G., Léa K., Mélodie L., Nathan R.-M., Aurélie D., Marcus O., Anaël R., Carolann B., Ekko B., Florence F., Ariane C.-P., Samie R., Sophie P., Margot D., Amélie C., Mamadou C.

### Aout:

Imelda K., Abigail L., Cassandra D., Josiah N., Chloe W., Nicolas B., Alexandre G., Jesse C., Rabia A.-T., Ashley O., Amélie P., Pierre S., Liam D., Sarah C., Philippe L., Maxim A., Alexi D., Kayla K M., Quinn S., Gina M., Jonathan B., Irene M., Olivia A., Julien M., Joël M., Claire S., Henri D.

### Dates importantes pour le début de l'année scolaire 2012/2013

- 12 -15 aout** : lettre d'information postée aux familles
- 27 aout** : inscriptions de 9 h à 17 h
- 28 aout** : inscriptions de 9 h à 17 h
- 29 aout** : réunion **pour les parents** des enfants de la maternelle 19 h
- 3 septembre** : CONGÉ, fête du travail
- 4 septembre** : les classes débutent à 8 h 40
- 6 septembre** : BBQ d'accueil et rencontre avec les enseignants
- 19 septembre**: AGA de la Société de parents et du Conseil d'école.

**L'école fonctionne bien grâce à l'implication des parents. Soyez-y et faites connaitre votre opinion et vos intérêts.**

### Vêtements et objets retrouvés...

La boite d'objets retrouvés déborde de bons vêtements. Tous les objets non réclamés seront donnés aux moins fortunés.

**Venez y jeter un coup d'oeil.**



### Bibliothèque, procédure de fin d'année

#### Semaine du 22 mai au 29 mai:

les élèves prennent seulement 1 livre.



#### À partir du 30 mai:

aucun livre, ni ressource ne sortira de la bibliothèque. Cependant, il y a des bibliothèques de classe dans chacune des salles de classe alors les élèves auront toujours accès à des livres à l'école. Nous vous recommandons de visiter la bibliothèque municipale pour vous procurez des livres de lecture pour la maison pendant les vacances estivales.

### Départ anticipé...



Votre enfant quittera avant 15 h 20 le 27 juin?  
**Veillez avertir le secrétariat**, désignez un adulte qui sera responsable de passer prendre le bulletin de votre enfant le 27 juin à 15 h 20  
ou

**remettez une grande enveloppe brune** adressée et dûment affranchie, le bulletin vous sera expédié par la poste.

**N.B. Nous ne pouvons pas remettre le bulletin avant la fin de la dernière journée scolaire. Nous nous excusons pour les désagréments que cela pourrait vous causer.**

## Promotion et recrutement

Si vous rencontrez une famille qui s'intéresse à une éducation catholique et francophone, axée sur la réussite académique et artistique, invitez-les à venir visiter l'école. La meilleure publicité est "le bouche à oreilles" de parents satisfaits de l'éducation que reçoivent leurs enfants.

Durant les mois d'été, il est possible d'avoir des renseignements en communiquant avec le Conseil scolaire durant les heures de bureau au 780-468-6440 .



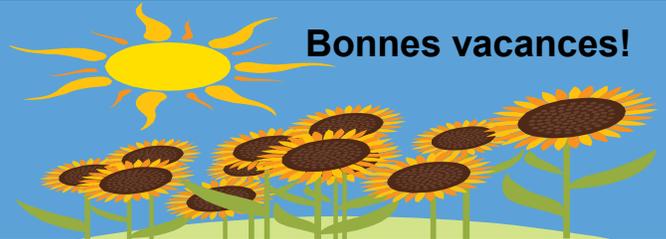
Voulez-vous que votre enfant en âge préscolaire ait une expérience préscolaire merveilleuse? ABC Head Start offre exactement cela; un programme préscolaire gratuit, de haute qualité, qui inclut l'appui de famille. Ce programme est offert pour les familles ayant un faible revenu et les classes ont lieu quatre demi-journées par semaine. Le programme est offert à 13 écoles et inclut un emplacement francophone. Pour être éligible, votre enfant doit avoir 3 ans avant le 1er mars 2012. Le transport est inclus pour tous les enfants et notre programme offre aussi une collation à chaque jour. Pour vous inscrire, appelez-nous à 780 461-5353 ou visitez notre site web: [www.abcheadstart.org](http://www.abcheadstart.org)

Veillez noter que l'horaire d'été à la paroisse St-Thomas d'Aquin entre en vigueur le 27 mai.

Samedi 16 h 30  
Dimanche 10 h



**Bonnes vacances!**



Ce texte est conforme à la nouvelle orthographe. Pour tout savoir : [www.orthographe-recommandee.info](http://www.orthographe-recommandee.info)



## Concours Surpris à lire!



**Pour qui?** Élèves ou employés du CSCN

**Quoi?** Photo de vous en train de lire pendant les vacances d'été!

**Comment?** Envoyez votre photo, nom(s), école(s) à [photo@centrenord.ab.ca](mailto:photo@centrenord.ab.ca)

**À gagner :** Prix pour photo la plus inusitée, la plus esthétique et beaucoup de prix de participation!

**Date limite :** Jeudi 13 septembre. Les prix seront remis au cours de la semaine de lecture du 1<sup>er</sup> au 5 octobre, 2012.

## GESTION DE CONFLITS INTERPERSONNELS

Le \*MRJC (Mediation and Restorative Justice Centre) en partenariat avec le \*\*Projet ESPOIR ont le plaisir de vous inviter à participer à une série de trois ateliers interactifs en vue d'aider les participants à acquérir les connaissances, les outils et l'expérience nécessaire pour communiquer efficacement dans n'importe quel environnement : à domicile, au travail et dans la communauté.

### Atelier I: Introduction à la communication et situation de conflits

Cet atelier présente quelques concepts de base de résolution des conflits, tels que les outils et l'approche communicative face aux différends interpersonnels.

### Atelier II: Question de style- Inventaire des styles en situation de conflits

**Préalable:** Atelier I

Les facilitateurs guideront et feront découvrir aux participants l'Inventaire de style de conflits de Kraybill, un outil d'auto évaluation qui suggère la façon de gérer plus efficacement les conflits.

### Atelier III: Communication et compétences pratiques en situation de conflits

**Préalable:** Atelier I & II

Cet atelier donnera une opportunité aux participants, à travers les jeux de rôles et des scénarios, de réfléchir sur leurs compétences à communiquer en situation de conflits.

Atelier	Date	Temps	Lieu
Atelier I	Samedi 2 juin	9h à 12h	Campus Saint-Jean 8406 rue Marie-Anne-Gaboury (91 Street) Salle 2-60, Pavillon McMahon
Atelier II	Samedi 9 juin	9h à 12h	Même que ci-dessus
Atelier III	Samedi 16 juin	9h à 12h	Même que ci-dessus

**NOTE:** Les ateliers et les manuels des participants **seront fournis en français.**

- **Frais :** \$20 par atelier ou \$50 pour les trois. Les ateliers doivent être pris dans un ordre séquentiel.
- **Inscription :** <http://mrjc.ca/training-and-education/mipc-workshop-francais/>  
ou composez le 780 423-0896, poste 200
- Pour plus d'informations, communiquez avec Silvia Bégin au 780 423-0896, poste 205
- En ce qui concerne ces organismes, visitez leurs sites Web respectifs :  
\*MRJC [www.mrjc.ca](http://www.mrjc.ca) \*\*PROJET ESPOIR [www.centrenord.ab.ca](http://www.centrenord.ab.ca)

# EDMONTON en fête

**CÉLÉBRONS LA**  
*Très jeune capitale  
 jumelée culturellement de Valenciennes (France)  
 Ville de l'Excellence*

**Le dimanche  
 1er juillet 2012  
 De 12h à 15h30  
 La Cité francophone  
 (site extérieur)**

**Barbe à papa  
 Hot Dog  
 Château gonflable  
 Maquillage  
 Clown  
 Spectacle  
 Activités de bricolage  
 Etc.**

**Entrée gratuite**  
 Pour information :  
 780-469-4401  
 edmonton@actaedmonton.ab.ca




Logos at the bottom include: LE FRANCO, ACFA, and various other community and cultural organization logos.

# Camp Multi-Arts Edmonton

Deux semaines de danse, théâtre, musique et arts visuels

## Sous le Chapiteau!

Du 13 au 24 mai 2012 dans le quartier transposition

Attention...  
Places limitées!



Pour les jeunes de la 1<sup>re</sup> à la 9<sup>e</sup> année des écoles francophones  
 Pour les jeunes de la 4<sup>e</sup> à la 9<sup>e</sup> année des écoles en immersion française\*\*\*  
 \*\*\* les élèves doivent pouvoir s'exprimer en français

Coût: 300 \$ pour deux semaines  
 Pour information 780-462-0502 poste 2

Logos at the bottom include: LE FRÉQUENTÉ, L'UNION THÉÂTRE, cdw, LE CHAPITEAU, École de la Francophonie, Edmonton, and various other cultural and community organization logos.

# ONIVA!

**Samedi 11 h / dimanche 9 h 30  
 (jusqu'au 24 juin)**

**Samedi 10 h 30 / dimanche 9 h 30  
 (jusqu'au 2 septembre)**

[www.radio-canada.ca/Oniva](http://www.radio-canada.ca/Oniva)



TÉLÉVISION

# 23<sup>e</sup> fête franco-albertaine

MOI + [Fleur] + [Fleur] + [Fleur] = J'en suis fier!

**6 au 8 juillet 2012**

Lieu: David Thompson Resort (près de Nordegg)  
 Passeports en prévente jusqu'au 25 mai 2012  
[www.fete-francoalbertaine.ca](http://www.fete-francoalbertaine.ca)



Logos at the bottom include: various cultural and community organization logos.

## CAMPS D'ÉTÉ À EDMONTON 2012

Nom	Pour qui	Quand	Combien	Lieu	Info et inscriptions
Camp «Les p'tits dégourdis»	5 – 11 ans	2 juillet – 24 août	280\$/semaine *	Campus Saint-Jean 8406, 91 <sup>e</sup> Rue	Camps francos plein air de l'Alb <a href="http://www.campsfrancopleinair.ca">www.campsfrancopleinair.ca</a> 780 686-2434
Camp de hockey francophone	5 – 14 ans	14 – 15 juillet	5-7 ans : 95 \$ 7-14 ans : 125 \$	Servus Place 400 Campbell Rd St. Albert	Cathy Pellerin ACFA Centralta 780 961-3665 <a href="http://www.acfa.ab.ca/centralta">www.acfa.ab.ca/centralta</a>
Camp d'arts visuels	5 – 7 ans 8 – 11 ans 12 – 16 ans	3 juillet - 25 août	5-7 ans : 140\$ (4 jrs) 8-11 ans : 175\$ (5 jrs) 12-16 ans : 80\$ (5 demi-journées)	Centre d'arts visuels de l'Alberta 9103, 95 <sup>e</sup> Avenue	Société francophone des arts visuels de l'Alberta 780 461-3427 <a href="http://www.savacava.com/camps">www.savacava.com/camps</a>
Camp Multi-Arts	1 <sup>re</sup> – 9 <sup>e</sup> année	13 – 24 août	300\$/deux semaines	Campus Saint-Jean 8406, 91 <sup>e</sup> Rue	Marie-Josée Ouimet, Centre de développement musical 780 462-0502, poste 2 <a href="mailto:cdmmjo@telus.net">cdmmjo@telus.net</a>
Camp anglais langue seconde/informatique	7 <sup>e</sup> – 9 <sup>e</sup> année	9 – 27 juillet	Gratuit	École Maurice-Lavallée 8828, 95 <sup>e</sup> Rue	Valérie Lessard, Centre d'accueil d'établissement 780 669-6004 <a href="http://www.lecae.ca">www.lecae.ca</a>
Service de garde	M – 6 <sup>e</sup> année	28/29 juin et dernière semaine avant rentrée scolaire	25\$/jour/enfant	La Cité francophone 8627, 91 <sup>e</sup> Rue	Cynthia Ivoula, Institut Guy-Lacombe de la famille 780 468-6934 <a href="http://www.institutguyacombe.ca">www.institutguyacombe.ca</a>

\*rabais pour plus d'un enfant et/ou plus d'une semaine d'inscription



Cet été, viens vivre ton aventure!



Les camps franco plein air de l'Alberta offrent cet été le camp de jour « Les p'tits dégourdis » pour les 5 à 11 ans.



8 semaines d'activités	Des thématiques estivales!
2 au 6 juillet 2012	Un départ pour l'aventure!
9 au 13 juillet 2012	L'aqualympiade
16 au 20 juillet 2012	Monstres et fantaisies
23 au 27 juillet 2012	Génie-nature!
30 juillet au 3 août 2012	Méli-mélo en folie
6 au 10 août 2012	Mond' animal
13 au 17 août 2012	Mystères de l'Ouest
20 au 24 août 2012	Défis d'Avatars



Les camps franco plein air de l'Alberta  
Téléphone: 780-686-2434  
Télécopieur: 780-466-0302  
[www.campsfrancopleinair.ca](http://www.campsfrancopleinair.ca)  
Courriel: [campsfrancospleinair@gmail.com](mailto:campsfrancospleinair@gmail.com)

Sorties et activités de plein air, grands jeux avec GPS, défis sportifs et techniques, jeux d'eau...avec l'équipe d'animation la plus **GÉNIALE** en ville!



Formulaires d'inscription et paiement disponibles à Pause-Café et à La Bébé-Boutique ou sur notre site web: [www.campsfrancopleinair.ca](http://www.campsfrancopleinair.ca)

## Aimez vos dents

Brossez-vous les dents et passez la soie dentaire tous les jours pour montrer à vos dents combien vous les aimez.

Servez-vous d'une quantité de dentifrice avec fluor équivalente à la taille d'un pois pour vous brosser les dents deux fois par jour, pendant de deux à trois minutes chaque fois.

Assurez-vous de brosser :

- le long des gencives - à la limite des dents et des gencives.
- à l'intérieur et à l'extérieur des dents.
- les surfaces qui mastiquent.
- la langue, délicatement.

Rappelez-vous aussi de passer la soie dentaire cirée ou non au moins une fois par jour. Consultez votre hygiéniste dentaire au sujet des bonnes techniques de brossage et d'utilisation de la soie dentaire.

Si vous avez des questions, composez le 22-TEETH.



*Lorsque vous brossez, ne manquez aucune zone — le long des gencives, l'intérieur et l'extérieur de chaque dent et la langue.*

## Servez-vous d'Internet!

Vous trouverez sur le Web de bons renseignements sur plusieurs sujets dentaires destinés aux parents et aux enfants :

- [www.albertahealthservices.ca](http://www.albertahealthservices.ca)
- [www.adha.org](http://www.adha.org)
- [www.healthyteeth.org](http://www.healthyteeth.org)
- [www.umanitoba.ca/outreach/](http://www.umanitoba.ca/outreach/)

## Restaurant?

### Voici des conseils pour manger sainement

Si vous déjeunez à l'extérieur sur le pouce, que vous avez oublié votre dîner à la maison ou que vous sortez souper, voici quelques petits trucs pour faire en sorte de profiter d'un repas plus sain :

- **Partagez avec quelqu'un ou rapportez la moitié de votre repas à la maison.**

Quelques enfants peuvent partager un repas pour adulte.

- **Demandez à apporter des changements à votre repas, notamment :**

- « Sans fromage, mayonnaise ou bacon, s'il vous plait. »
- « Sur pain de blé entier. »
- « Pourrais-je plutôt avoir une salade en accompagnement? »

- **Si vous mangez une salade, demandez à ce que la vinaigrette soit servie à part.** Ou demandez une option à faible teneur en gras.

- **Choisissez de l'eau avec du citron.** Il s'agit d'une boisson désaltérante!

- **Demandez à voir les renseignements de valeur nutritive.** Ou cherchez sur Internet avant de sortir.

- **Choisissez une méthode de préparation différente.** Penchez plutôt vers les aliments qui ont été cuits à la vapeur, pochés, grillés, rôtis, cuits au barbecue, cuits au four, sautés ou grillés au four.

- **Évitez ces méthodes :** Aliments que l'on décrit comme frits, croustillants ou panés.

Pour obtenir de plus amples détails, consultez [www.albertahealthservices.ca](http://www.albertahealthservices.ca)



*De l'eau avec du citron, une excellente alternative aux boissons gazeuses.*

## Touché! ...Trois versions de « tague » à essayer

Jouer dehors est une merveilleuse façon de s'amuser tout en faisant de l'exercice au profit de votre cœur et de vos poumons. Voici des jeux à essayer. Pouvez-vous en trouver de nouvelles versions?

- **Tague légume/fruit :** Quand la personne qui a la tague approche un enfant, ce dernier doit s'accroupir et dire le nom d'un légume ou d'un fruit pour se protéger. Si la personne qui a la tague arrive avant et touche à l'enfant, c'est maintenant lui qui a la tague.

- **Tague tunnel :** Variation de la tague gelée où les enfants « gèlent » dans la position où ils se trouvent quand ils se font toucher. Pour la tague tunnel, une personne doit passer entre les jambes de l'enfant « gelé » pour le « dégeler » et qu'il puisse continuer à jouer.

- **Tague à deux :** La partie commence avec une personne qui a la tague. Cette personne court après les autres et lorsqu'elle attrape quelqu'un, ces deux personnes ont

maintenant la tague, se tiennent par la main et essaient d'en attraper une autre. Lorsqu'elles y parviennent, les trois personnes essaient maintenant d'en attraper une autre. Lorsqu'elles y parviennent, ces quatre personnes se divisent en deux équipes de deux qui essaient d'attraper les autres. Dès qu'un groupe compte quatre personnes, il se sépare en deux paires. Cette version est très amusante, surtout pour les enfants de moins de huit ans.

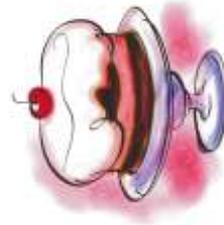


# juin 2012



## Bonne fête

Anais D., Emma G., Jonah H.,  
Gentille N., Geordie G.,  
Ruth M. N., Anique L., Tristan J.,  
Fédia C., Justin C., Jérémie C.,  
Auxalie L., Billy S., Noah H.,  
Olivia H., Samuel L., Valérie D.,  
Natalia J., Mary L., Melanie S.,  
Alexanne H., Chris M.,  
Maude A., Josiane C., Cléa T.,  
Brienne A., Ély-Anne L.,  
Anne-Charlotte C., Carolyne L.,  
Katia N., Pascal P., Livia R.,  
Jacob P., Joël C., Justin C., Rous-  
seau H., Madric K.,  
Benita M., Sydney L., Matis R.



Consultez le  
BLOC-NOTES  
pour les fêtes d'été.



Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
					1 Jour 3	2
3	4 Jour 4 Réunion Conseil d'école 19 h 30	5 Jour 5 Maternelle au Parc Jurassic Soirée de reconnaissance	6 Jour 1	7 Jour 2 2° au Musée Réunion Société de parents 19 h 30	8 Jour 3 4° au Muttart 5° au John Janzen	9
10	11 Jour 4	12 Jour 5 TDR anglais 3° 1 <sup>re</sup> au zoo	13 Jour 1	14 Jour 2 TDR Math 3° E.S. 6°	15 Jour 3 TDR Anglais 6° 2° au Muttart	16
17	18 Jour 4 TDR Français 3° Math 6° 4° Fort Edm. 1 <sup>re</sup> Muttart	19 Jour 5 TDR Sciences 6°	20 Jour 1 TDR Français 6° Dernier cours de karaté BBQ familial	21 Jour 2 Retraite des 6°	22 Jour 3 Messe de fin d'année 10 h 30 Repas chaud	23
24	25 Jour 4 Excursion 6° à Sundre Maternelle au parc d'eau de Kenilworth	26 Jour 5 Excursion 6° à Sundre	27 Jour 1 Célébration des 6° à 9 h 15 Remise des bulletins à 15 h 20 Début du congé	28 Jour 2 JP	29 Jour 3 JP	30

Bonnes vacances et au plaisir de vous revoir en septembre

# SJA NOTE PAD

## June 2012 Edition



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

### Happy Father's Day

to all the fathers and grandfathers  
of École Sainte-Jeanne-d'Arc.



### Provincial Achievement Tests

See the first page of Le Bloc-notes for the dates of the PATs.

Thank you to all the parents who made sure that their child does not have an appointment on the day of the PATs. It is in your child's best interest to write the PATs at the same time as his classmates.



### School News

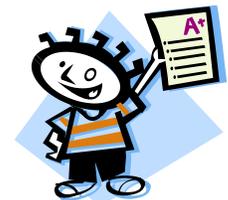
- The class that received the most stars for returning their books on time as well as the class that has received the most happy faces for returning their Thursday Envelope on time have earned a field trip. These classes will be announced on June 1st, 2012.
- All books, video cassettes and magazines must be returned to the library by June 1st.
- If you know someone who is interested in attending our school, please invite them to come and visit the school. During the summer holidays, they may contact the School Board Office by calling 780-468-6440 to receive further information.
- The Lost and Found Box is overflowing with quality clothing. Come and take a look at the treasures it contains. All unclaimed items will be given to the needy.

See the Bloc-notes for the June,  
July and August birthdays.

### Report cards will be handed out on June 27th at 3:20 PM.

If your child must leave before this date, please inform the school office. You may:

- assign a responsible adult to come pick up the report card at that time;
- send a large brown, self-addressed and stamped envelope to the school office.



Your child's report card will be mailed out on the last day of school. Otherwise, we will keep your child's report card in his file at school.

**Important Dates For The Beginning Of The 2012/2013 School Year**

- August 10<sup>th</sup> -12<sup>th</sup> :** Information letter mailed out to parents
- August 27<sup>th</sup> and 28<sup>th</sup> :** Registration Days between 9:00 AM and 5:00 PM
- August 29<sup>th</sup> :** Meeting in school gymnasium at 7:00 PM for **parents only** of students registered in **Kindergarten**
- September 3<sup>rd</sup> :** No school - Labour Day
- September 4<sup>th</sup> :** Classes start at 8:40 AM
- September 6<sup>th</sup> :** 5:00 PM Welcome BBQ followed by meeting with the teacher in the classroom at 6:30 PM
- September 19<sup>th</sup> :** **7:00 PM** Annual meeting for the Parent Advisory Committee and School Council.

**You are welcome to join us for :**

- June 20<sup>th</sup> :** Year-end Family BBQ at 5:00 PM (registration needed)
- June 22<sup>nd</sup> :** Year-end Mass in the school gymnasium at 10:30AM
- June 27<sup>th</sup> :** Grade 6 Farewell Celebration at 9:15 AM

**Entertainment 2013 Coupon Books...**

**On sale from September 4th to the 14th. For \$40.00 you receive thousands of dollars of coupons for Safeway, M&M, Cineplex, restaurants, amusement parks, etc. The school receives 20\$ per book. Let your family, friends and neighbours know so that we may reserve a book for them.**

**Thank You For Your Continued Support!**





## Tips for a Healthy Summer

### Protect Yourself from the Sun

Protect your skin from the sun, you may decrease your chances of developing skin cancer and help prevent wrinkles.

- **Put on enough sunscreen** – Most people don't use nearly enough sunscreen. Use at least one ounce, or a golf ball sized amount of sunscreen, to cover exposed skin.
- **Reapply sunscreen often** – Reapply your sunscreen every 2 hours throughout the day. Reapply after swimming, sweating, or toweling dry. Water-resistant sunscreens may offer only 40 minutes of protection in the water.
- **Cover all areas with your sunscreen** – Your ears, lips, the backs of your hands and tops of feet can get sunburned too, but many people neglect these areas when they apply sunscreen.
- **Apply your sunscreen 20 to 30 minutes before going outside.**
- **Use sunscreen even on cloudy days** – Up to 80% of the sun's rays still get through the clouds.
- **Avoid the sun during the most intense times** – The sun's rays are most intense between 10 am and 4 pm.
- **Use sunscreen even when you're outdoors for a short time** – Even short unprotected sun exposures can add up over time to damage your skin.
- **Wear clothing to protect you** – Think about wearing a light colored long-sleeved shirt, pants, a wide-brimmed hat and sunglasses with UVA and UVB protection.

<https://myhealth.alberta.ca> or  
[www.albertahealthservices.ca](http://www.albertahealthservices.ca)

### Stay Hydrated

Drink water – water is the best choice during and after most activities, especially exercise that lasts less than one hour.

[www.albertahealthservices.ca](http://www.albertahealthservices.ca)

### Get Set for the Summer Olympics

Bring the excitement of the London 2012 games to your school and community.

<http://www.london2012.com/education>

The Get Set education program website features free resources including interactive games, and inspirational videos.

<http://qetset.london2012.com/en/home>

### Summer Safety

Summer is the time for children to be outside and active. Encourage bike riding, walking, climbing on playground equipment and doing it safely. Some summer safety tips to keep children healthy and safe are:

- Wear the appropriate safety gear for the activity they are involved in.
- Get trained if they are learning a new activity.
- Always wear seat belts when travelling in a vehicle.
- Choose age appropriate playground activities and equipment.

For more information about children's safety visit:

[www.albertahealthservices.ca/injuryprevention.asp](http://www.albertahealthservices.ca/injuryprevention.asp) or [www.safekidscanada.ca](http://www.safekidscanada.ca)

Health TALK is a publication of Public Health, Edmonton Zone, Alberta Health Services. The information found in this newsletter can be freely reproduced for educational non-profit purposes by any school in the Edmonton area.

The information provided in this resource is not to be used for consultation during an emergency, to make or confirm a diagnosis, or to treat people. This resource does not act as a substitute for obtaining medical advice or for seeking treatment from a qualified doctor.

For more information contact your local school health nurse at your local Health Centre.

# French for Summer 2012

*Do you wish you were able to communicate easily in French?*

*Do you want to update your french grammar knowledge, writing and reading skills?*

*Are you preparing for the Public Service Commission's French tests?*

**The School of Languages of CCA,  
Campus Saint-Jean, offers four summer  
French programs at the heart of the vibrant  
Edmonton francophone community**

**NEW**

## *Strategies to succeed in the Public Service Commission French proficiency test*

**Oral Test** : One-day workshop

June 28 or August 8, 2012, from 9 am to 3 pm

**Reading Test** : One-day workshop

July 5 or August 15, 2012, from 9 am to 3 pm

**Written Test** : One-day workshop

July 12 or August 22, 2012, from 9 am to 3 pm

## *Intensive French Writing and Reading (Intermediary to Advanced levels)*

A one-week intensive course

August 13 to August 17, 2012 Course I  
Or /and August 20 to August 24, 2012 Course II

Monday to Friday

from 9 am to noon

**NEW**

## *Intensive Oral French (Beginner to Intermediary levels)*

A two-weeks intensive course

July 9 to July 20, 2012

Monday to Friday

From 9 am to noon

## *French for Professionals (Intermediary to Advanced levels)*

A one-week immersion course

July 23 to July 27, 2012

Monday to Friday

8.30 am to 4 pm

**For registration:**

**Please see the attached files or**

**download from our website:**

**[www.esj.ualberta.ca/edl](http://www.esj.ualberta.ca/edl)**

**For more information, contact us at:**

**Tel: (780) 430-5115**

**Fax: (780) 465-4701**

**Email: [edl@ualberta.ca](mailto:edl@ualberta.ca)**



**UNIVERSITY OF ALBERTA**  
**CENTRE COLLÉGIAL DE L'ALBERTA**  
École de langues

The School of Languages of CCA is at La Cité francophone, 140, 8627-91st Street, Edmonton, AB T6C 3N1

## Love your teeth!

Brush and floss every day to make your teeth feel loved.

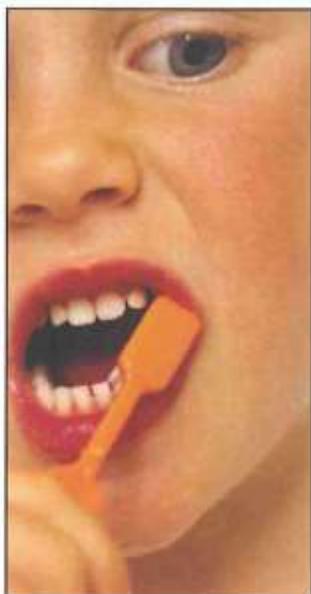
Brush with a pea-sized amount of fluoride toothpaste twice a day for two to three minutes each time.

Be sure to brush:

- Along the gums - where teeth and gums meet.
- The outsides and insides of the teeth.
- The chewing surfaces.
- The tongue gently.

Also remember to floss once each day with waxed or unwaxed floss. Ask your dental hygienist about proper brushing and flossing.

If you have questions about dental health, please call 22-TEETH.



*When brushing, be sure to catch all the areas of your mouth — along the gums, inside and outside each tooth, and the tongue.*

## Dining out?

### *Here's some tips on keeping it healthy*

If you are grabbing breakfast in a rush, forgot your lunch at home, or are going out for supper, here are some things you can do to make sure you and your family have a healthier meal:

• **Share with someone or take half of your meal home.** A few children can share an adult sized meal.

• **Ask for changes to your meal such as:**

- "Hold the cheese, mayo and bacon, please."
- "Do you have whole wheat?"
- "Can I have a side salad instead?"

• **Have an entrée salad with dressing on the side.** Or ask for a low-fat dressing option.

• **Choose water with lemon.** It's a refreshing drink!

• **Ask the restaurant for nutrition information.** Or look it up on the Internet before dining out.

• **Choose a different method of preparation.** Consider foods that have been steamed, poached, grilled, roasted, barbecued, baked, stir-fried or broiled.

• **Avoid these methods:** Foods that are described as deep-fried, crispy or battered.

For more details, visit [www.albertahealthservices.ca](http://www.albertahealthservices.ca)



*Water with lemon is an excellent alternative to soft drinks.*

## Bite into the Internet!

You can find good information on a variety of dental topics for parents and kids on the web:

- [www.albertahealthservices.ca](http://www.albertahealthservices.ca)
- [www.umanitoba.ca/outreach/](http://www.umanitoba.ca/outreach/)
- [www.healthyteeth.org](http://www.healthyteeth.org)
- [www.adha.org](http://www.adha.org)

## You're it! ...Three versions of tag to try

Playing outdoor games is a great way to have fun while you are exercising your heart and lungs. Here are some games to try—can you come up with your own version?

• **Vegetable/Fruit Tag:** When a tagger approaches a child in this game, he or she must squat down and say the name of a vegetable or fruit for protection. If the tagger gets you first, you

also become "it."

• **Tunnel Tag:** A variation on frozen tag. In frozen tag, kids "freeze" in the position they're in when tagged. In tunnel tag, someone has to crawl through a child's feet to "unfreeze" him or her so they can rejoin the game.

• **Two Times Tag:** Start with one person who is IT. IT chases others and when he or she catches someone else

these two people now hold hands and then try to catch a new person. When they tag a third person, the three of them run around trying to tag another person. When this is accomplished the four break into two and the two sets of pairs run around trying to build their pairs into fours which then breaks up into pairs again—lots of fun—best for kids over the age of eight.