

LE BLOC-NOTES SJA

Édition novembre 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

Créateur du monde,

apprends-nous à nous aimer les uns les autres,
apprends-nous à prendre soin les uns des autres,
comme des frères et des sœurs.
Que l'amitié entre les peuples puisse grandir toujours plus.
Accorde la paix à notre monde,
Ô Seigneur de la création.



Journées pédagogiques et congés du mois de novembre:

2 novembre : journée pédagogique, congé pour tous les élèves;

12 novembre: journée pédagogique, congé pour tous les élèves;

30 novembre : célébration des apprentissages en avant-midi et congé pédagogique en après-midi.

Erratum:

Veuillez ajouter le nom de:

Ginette Lavigne aux membres de la Société de parents et

Brigitte Ngezahayo aux membres du Conseil d'école.

Mille excuses pour ces oublis.



Nouvelles de l'école

- **Nos sincères condoléances** à Dominique et Alexie J. ainsi qu'à leur papa Eugène Johnson, membre du conseil d'école, à l'occasion du décès de leur maman et épouse, madame Danielle Johnson. Elle a lutté longuement et avec beaucoup de courage le cancer. Que le Seigneur l'accueille dans son Royaume et console ceux qui la pleurent.
- Nos sincères condoléances à Joël et Justin C. à l'occasion du décès de leur grand-papa. Que Dieu l'accueille dans sa demeure éternelle.
- **Grand merci** aux parents qui sont venus débroussailler la colline pour que les élèves puissent faire du toboggan cet hiver: Gisèle Bourque, Robert Clarke, René Déry, Renée et Ryan Keane, Bruno Mercier et Natalie Politano. Merci aussi à leurs enfants qui sont venus porter mains fortes.
- Merci aux nombreux parents et grands-parents qui sont venus partager leur amour de la lecture avec les élèves.
- Visitez les objets retrouvés, il y a de nombreux manteaux, mitaines, etc.
- **UNE SEULE GÂTERIE PAR JOUR SERA PERMISE.** Celle-ci sera consommée avant la récréation de l'après-midi. Fournir plutôt des fruits, du fromage ou une barre tendre sans chocolat de préférence.



Vous êtes invités à venir en grand nombre à la

célébration du jour du Souvenir
le vendredi 9 novembre à 10 h 30.



Si vous ou votre enfant avez un uniforme, vous êtes invités à le porter. Le matin même de la célébration, nous remettons à chaque élève un coquelicot. Nous accepterons aussi des dons monétaires que nous remettons à la Société des vétérans.

N'oubliez pas de vous inscrire à La Capsule, coin droit inférieur de la page d'accueil de l'école. Vous recevrez un courriel vous indiquant que le Bloc-notes est publié.



Gardons dans nos prières nos élèves qui se préparent à recevoir le sacrement de la réconciliation :

Alexi B., Zacharie B., Isabelle C., Sarah C., Alexandre G., Alexie J., Yzjak L., Alexandrine L., Gabriel M., Adam M., Livia R., Samie Léa R., Delphine R-B., Benjamin W.



Célébration des apprentissages :

29 novembre de 16 h à 19 h

30 novembre de 9 h à 12 h

N.B. Il est attendu que les élèves quitteront l'école à 15 h 20 le 29 novembre pour y revenir à 16 h pour les rencontres.

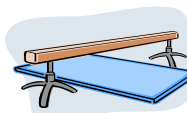


Ces appareils sont interdits dans l'école et dans la cour d'école. (sauf avec une permission spéciale de l'enseignant)

Voir la section communautaire pour la lettre des évêques de l'Alberta à l'occasion du dimanche de l'éducation catholique le 4 novembre .



Il ne faut pas prendre ce droit comme acquis, car il ne reste que **trois** provinces au Canada ou les citoyens détiennent ce droit.



Les deux leçons de deux heures chacune de **gymnastique** au *Ortona Gymnastics* pour les élèves de la **3^e année** auront lieu le **26 novembre et le 3 décembre** ; les **4^e année** iront les **3 et 4 décembre**.

Code vestimentaire à respecter: short et t-shirt, cheveux longs attachés, pieds nus, aucun collier, boucle d'oreilles ou ceinture, ni gomme ni bonbon permis.



Leçons de **patinage** pour les élèves de la **maternelle à la 2^e année** les jeudis **10, 17, 24, 31 janvier et 14 et 21 février**.

Il est attendu que tous les élèves y participeront, car c'est une grande partie de leur cours d'éducation physique hebdomadaire pour ces six semaines-là. Si votre enfant n'a ni patins, ni casque protecteur de hockey et que vous êtes dans l'impossibilité financière de lui en procurer, s.v.p. avertir madame Hébert au 780-466-1800 dès maintenant. Elle connaît des organismes qui peuvent vous venir en aide.

Le fonds de la Société des parents de l'école Sainte-Jeanne-d'Arc

N'oubliez pas que vous recevrez un reçu pour fin d'impôt pour tout don au-delà de 20\$. Si vous désirez en connaître plus, communiquer avec la Société de parents à l'adresse électronique suivante:
societesja@gmail.com



Site web de l'école

Un lien à la paroisse Saint-Thomas-d'Aquin a été placé dans la partie gauche de notre page d'accueil. Vous trouverez dans ce lien les informations et les formulaires d'inscription aux sacrements ainsi que les informations au sujet des activités de la paroisse. Visitez ce site régulièrement.

Ce texte est conforme à la nouvelle orthographe.

Pour tout savoir : www.orthographecommandee.inf



Tests de rendement 2011/2012

Les tests de rendement servent à

- ⇒ informer les Albertains au sujet du rendement des élèves de la province;
- ⇒ informer les conseils scolaires, les écoles et les enseignants de la mesure dans laquelle le programme d'études aide leurs élèves à atteindre les standards provinciaux;
- ⇒ aider les enseignants à planifier l'enseignement afin d'améliorer l'apprentissage chez les élèves.

Les tests de rendement ne servent pas à:

- ⇒ classer le rendement des conseils scolaires, des écoles, des élèves, des enseignants;
- ⇒ être le seul indice de mesure qui détermine si les élèves ont atteint les objectifs des programmes d'études.

Faits à prendre en considération quand on analyse les résultats des tests de rendement:

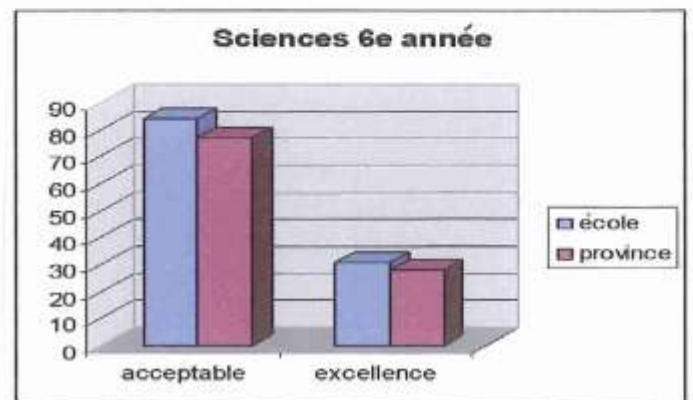
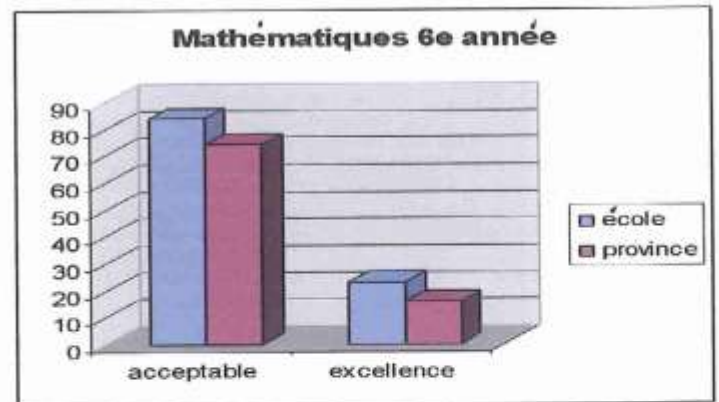
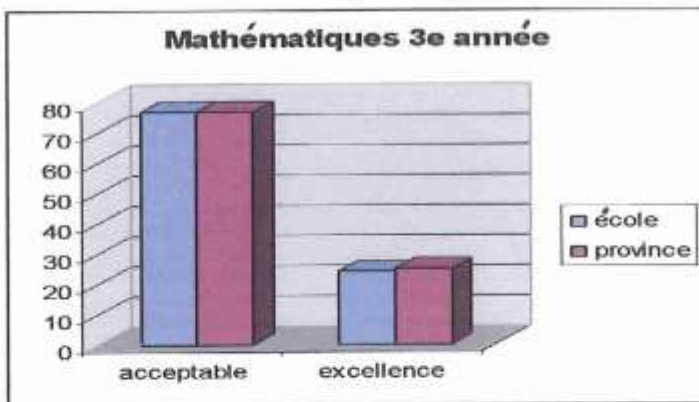
- ⇒ tous les élèves de l'Alberta sont tenus d'écrire les tests de rendement en 3e, 6e, et 9e année;
- ⇒ tous les élèves écrivent le même test, même ceux qui viennent tout juste d'arriver en Alberta;
- ⇒ nos élèves de 3^e année qui sont dans leur première année d'anglais écrivent le même test d'anglais que les élèves dont l'anglais est leur langue première.

Nous sommes très fiers de l'excellent travail des enseignants et des élèves. Les graphiques en sont la preuve.

Voir les graphiques à la page suivante.



Test de rendement juin 2012 - comparaison école à la province



Nos participants au concours «Surpris à lire» du Conseil scolaire Centre-Nord

Maude A., Alex R., Alexandre G., Anaël R., Annabel L., Auxalie L., Brandon B.,
Chloé S., Ély-Anne L., Heidi F., Julianne V., Alexandra V., Julianne K., Julien C.,
Léa L., Léa S., Maëlle L., Matis R., Nicolas R., Olivia P., Delphine R-B., Roxanne L.,
Olivier V., Xavier D., Yzjak L.



Pour la **SÉCURITÉ** de vos enfants...lisez attentivement



- ❖ Vous devez communiquer dès que possible **TOUT CHANGEMENT** au transport de vos enfants au secrétariat de l'école (ex. déménagement, garderie, et coordonnées). L'école avisera ensuite le bureau de transport du conseil scolaire.
- ❖ Prévoyez **AU MOINS TROIS SEMAINES** avant qu'un changement permanent soit effectué. En attendant, vous serez assigné un arrêt temporaire le plus près possible de votre nouvelle adresse. **Votre chauffeur d'autobus N'EST PAS AUTORISÉ À CHANGER LES ARRÊTS sur sa route.** Vous ne devriez pas accepter un changement même s'il vous l'offre car un chauffeur **REPLACANT** doit suivre la route approuvée et déposera votre enfant à l'arrêt indiqué sur sa carte.
- ❖ Aucun élève n'a le droit de monter sur un autobus **autre que celui sur lequel il est inscrit.** Si votre enfant doit prendre un autobus différent à cause d'une **urgence**, vous devez faire la demande d'une permission auprès du bureau de transport. Une lettre d'autorisation sera préparée et donnée à l'élève pour présenter au chauffeur d'autobus.

Si vous avez des questions au sujet du service de transport de vos enfants, n'hésitez pas à communiquer avec le bureau de transport du Conseil scolaire Centre-Nord au 780 468-6440. Nous sommes là pour ça!



Le transport scolaire hivernal Quoi faire en cas de retards et annulations?

Tous les retards de **15 minutes ou plus**, et annulations de trajets d'autobus scolaires pour les écoles du Conseil scolaire Centre-Nord seront annoncés :

- en utilisant notre système de SynreVoice (messagerie téléphonique)
- sur le site de votre école ou au www.centrenord.ab.ca
- sur twitter*.

Si l'autobus n'est pas arrivé entre **10 à 15 minutes** après l'heure prévue et que vous n'avez pas reçu de message de SynreVoice, vous devez communiquer immédiatement avec **votre transporteur** (indiqué sur votre horaire et sur notre site sous Compagnies d'autobus). Si vous n'arrivez pas à rejoindre votre transporteur, vous pouvez ensuite communiquer avec le Conseil scolaire pendant les heures de bureau au 780 468-6440.

En cas d'annulation d'une route d'autobus pour la journée, les parents qui reconduisent leur enfant à l'école sont responsables pour leur retour à la maison en après-midi aussi.

*Pour trouver les avis de votre route sur twitter, rendez-vous sur le site de twitter (twitter.com) et taper le hastag #000F (000 est le numéro de votre route) dans l'onglet de recherche.



The Catholic Bishops
of Alberta and the
Northwest Territories

Les évêques catholiques
de l'Alberta et des
Territoires du Nord-Ouest

8401 - 101 Avenue, Edmonton, Alberta, Canada, T6A 0L1 Tel. (780) 469-1010 Fax. (780) 465-3030

Dimanche de l'éducation catholique 2012 - Année de la Foi: Embrassons l'évangélisation

Chers frères et sœurs dans le Christ,

Le pape Benoît XVI a déclaré 2012-2013 l'Année de la Foi. En ce dimanche de l'éducation catholique 2012, nous avons embrassé cette initiative remplie de grâce comme une occasion de se renouveler dans la foi et d'être envoyé avec joie pour évangéliser nos communautés scolaires dans la vérité et la beauté de l'Évangile.

Nos écoles catholiques offrent une occasion quotidienne, pour le personnel et les étudiants, de rencontrer Jésus-Christ et de lui répondre avec foi. Cette réponse est un consentement à la fois du cœur et de l'esprit de la personne et le message de notre Seigneur. Elle donne naissance à un espoir réel et durable. L'encouragement de cette relation personnelle et vivifiante avec le Christ est au cœur de l'éducation catholique.

L'amour du Christ nous pousse à partager notre joie avec les autres. La responsabilité d'évangéliser nos étudiants a été confiée aux conseillers scolaires catholiques, aux administrateurs et, particulièrement, aux enseignants. Cela veut dire que nous devons marcher avec nos élèves sur leur chemin de la foi, en les encourageant à tout moment de se tourner vers le Seigneur, surtout parce qu'il est présent dans la célébration de l'Eucharistie. Notre propre témoignage est indispensable. Nos élèves doivent reconnaître, par notre façon de vivre, que nous avons appris à connaître Jésus-Christ et de croire en lui.

Puisque la foi dans nos écoles catholiques doit être l'air que nous respirons, entrons donc dans l'Année de la Foi avec enthousiasme. Que nos cœurs puissent s'ouvrir à une nouvelle conversion au Christ. Que nos esprits soient prêts à recevoir ses enseignements tels qu'ils ont été transmis par l'Église. Que nos écoles deviennent ainsi des communautés de foi vivante, dans lesquelles Jésus-Christ, seul espoir du monde, soit rencontré, aimé et suivi.

Un message spécial pour les étudiants à l'occasion du dimanche de l'éducation catholique

Chers étudiants et étudiantes,

Lorsque vous entendez le mot «foi», qu'est-ce que cela apporte à l'esprit? Le dictionnaire définit le terme «foi», comme une confiance totale et inconditionnelle. Cela peut sembler difficile à vivre. Ceci est particulièrement difficile lorsqu'on nous demande de rester fermes dans nos convictions devant les autres qui ne partagent pas cette foi. En réalité, cependant, la foi n'est pas difficile si nous la

comprenons bien. Elle consiste à placer notre confiance totale en Jésus, qui nous aime plus que nous pouvons l'imaginer, et qui est toujours proche de nous. Par le don de l'Esprit Saint, il nous permet de croire, et de tirer de notre foi en lui la vie, le courage et la joie.

Notre Saint-Père, le Pape Benoît XVI, a proclamé une année spéciale de la Foi. A cette occasion, il nous demande de grandir dans notre connaissance de la foi à travers l'étude du catéchisme de l'Église catholique. En particulier, il nous invite à grandir dans notre amitié avec Jésus et de trouver de nouvelles façons de parler aux autres de notre relation avec lui.

Comment pouvons-nous partager avec les autres notre amitié avec Jésus? Nos paroles et nos actions sont toutes les deux nécessaires. Ceci peut arriver simplement en tendant la main à quelqu'un dans le corridor avec qui vous n'avez jamais parlé auparavant. Il s'agit peut-être de partager votre repas, ou de ranger votre téléphone portable ou iPod pour avoir une conversation honnête avec vos amis, sans technologie. Cela pourrait signifier le choix de ne pas publier un commentaire ou une photo sur Facebook où en offrant de l'aide à quelqu'un qui ne s'y attend pas. Faire de telles choses vous aidera à montrer les merveilleuses bénédictions du Christ aux autres. En même temps, nous devons aussi être prêts à parler de Jésus à nos amis et à notre famille, et de répandre son message dans la vie des autres. Oui, cela prend du courage, mais Jésus nous rend forts dans la foi et il nous donne le courage quand nous acceptons ses plans pour nous et que nous choisissons de marcher avec lui.

Nous vous encourageons à entrer pleinement dans l'Année de la Foi. Demandez à Jésus d'approfondir votre amitié avec lui et de renforcer votre foi. Nos écoles catholiques existent pour vous aider à connaître, aimer et suivre Jésus. N'hésitez pas à faire appel à vos prêtres et vos enseignants pour vous aider dans votre cheminement dans la foi. La vie avec Jésus est magnifique et nous sommes heureux de la partager avec vous.



Mgr Richard W. Smith
Archevêque d'Edmonton



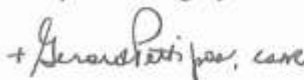
Mgr Gregory J. Bittman
Évêque auxiliaire à Edmonton



Mgr David Motiuk
Évêque éparchial
Éparchie pour les Ukrainiens catholiques (AB)



Mgr Frederick Henry
Évêque de Calgary



Mgr Gerard Pettipas CSsR
Archevêque de Grouard-McLennan



Mgr Murray Chatlain
Évêque de Mackenzie-Fort Smith

4 novembre 2012



Pèlerinage en Terre Sainte « Sur les pas de Jésus »

Organisé par le Conseil de l'éducation la foi catholique chez les francophones de l'Alberta (CEFFA)
www.ceffa.ca

du 1^{er} au 14 avril 2013

Accompagné par:
M. l'Abbé Noël Farman

Inscrivez-vous au www.ceffa.ca
Date limite: le 1^{er} décembre 2012

INFORMATIONS

Mme Tina van de Krans ou Mme France Lavoie
1 866 331-7965 poste 290 tina@spiritours.com

Mme Suzanne Fobry-Moquin
780 463-7195 Bureau 780 902-6239 Portable
suzanne@ceffalocal113.ca



Destinataire des permis de Guides

www.spiritours.com



Entrons dans l'Année de la Foi Congrès catholique francophone de l'Alberta

du 1^{er} au 3 novembre 2012
École Maurice-Lavallée, Edmonton

Ensemble, bâtir un monde meilleur... un réveil s'impose!

Plus de 40 ateliers variés et dynamiques sont offerts pour les 18 à 99 ans:

jeunes adultes, pasteurs, catéchistes, enseignants, parents, grands-parents et autres.

Bienvenue à tous!!!



Notre conférencière
Michèle Bouvra
Coordinatrice catholique pour la vie et la famille



M. Joseph Thériault

Pauline André-Jacques

Mgr Edward, Peltier, C.S.C.

Pauline Agence-Paré

Concert communautaire et souper fraternel avec 3 chorales: Choralis, Mélodie d'Amour et CÉ.

Consultez notre site web pour inscriptions et informations:

www.ceffa.ca



Une occasion pour toutes les mamans immigrantes!

ATELIERS FORMATION / INFORMATION



Justice en français aussi pour s'intégrer ici

Remboursement des frais de garde



Pour votre nouvelle vie ici

Renseignements :

www.passerelle-ide.com/justice

Venez vous renseigner sur la loi et les droits pour le bien être et la sécurité de votre famille.

Samedi 10 novembre 2012
de 10 h à 13 h
au Centre collégial de l'Alberta
8627 - 91 Street NW
Edmonton T6C 3N1

Un goûter sera servi.

Inscription / Information

Vicky Choquette
coordination@ajefa.ca
780-450-2443



Tu es jeune immigrant?

ATELIERS FORMATION / INFORMATION



Justice en français aussi pour s'intégrer ici



Pour ta sécurité ici

Renseignements :

www.passerelle-ide.com/justice

Sais-tu que la justice est là pour t'aider et te servir?
Viens t'informer pour en savoir plus sur tes droits.

Samedi 10 novembre 2012
de 14 h à 17 h
au Centre collégial de l'Alberta
8627 - 91 street N.W.
Edmonton T6C 3N1

Un goûter sera servi.

Une initiative de



en partenariat avec



financée par



Department of Justice
Canada

Ministère de la Justice
Canada



Association des
familles d'après-son français
de l'Alberta

ATELIER D'INFORMATION LES DROITS LINGUISTIQUES AU

Vous êtes nouvel
arrivant?

Vous souhaitez en
savoir davantage sur
les droits linguistiques
au Canada?

**ATELIER
GRATUIT**
incluant un
léger goûter



Ne tardez pas.
Inscrivez-vous dès
maintenant à cet atelier
d'information!

Mercredi 14 novembre 2012

de 17 h à 19 h

Centre collégial de l'Alberta

Nous remercions nos partenaires

LE FRANCO



Citizenship and
Immigration Canada

Citoyenneté et
Immigration Canada

Inscription **GRATUITE** auprès de
Vicky Choquette

www.ajefta.ca

780-450-2443

coordination@ajefta.ca



**LE VILLAGE SE MOBILISE!
POUR LE BIEN-ÊTRE DE NOS ENFANTS**



LA CYBERINTIMIDATION



présentée par
M^e Julie Roy, procureure de la Couronne,
section des crimes technologiques (Alberta Justice)

- ◆ Définition de la cyberintimidation
- ◆ Conseils de prévention et d'intervention
- ◆ Conséquences juridiques pour les jeunes en tant qu'auteurs et victimes

DATE : JEUDI 8 NOVEMBRE 2012
HEURE : 18 h 30 – 20 h
COUT : GRATUIT
LEU : SALLE 234, PAVILLON 1 DE LA CITÉ FRANCOPHONE
8627, RUE MARIE-ANNE GABOURY (91^e STREET)

**** SERVICE DE GARDE **GRATUIT** AU BUREAU 114 DE LA CITÉ FRANCOPHONE

En collaboration avec :

- Alliance Jeunesse-Famille de l'Alberta Society
- Association des juristes d'expression française de l'Alberta
- Institut Guy-Lacombe de la famille

Pour plus de renseignements : Michelle Tardif au 780-468-6440



25

COLLOQUE ANNUEL

VOIR GRAND POUR LES PROCHAINS 25 ANS

PRÉSENTÉ PAR
**Fédération
des parents
francophones
de l'Alberta**

16 et 17
NOVEMBRE
2012

25

COLLOQUE ANNUEL

VOIR GRAND POUR LES PROCHAINS 25 ANS

Vendredi 16 novembre 19h à 21h | Samedi 17 novembre 9h30 à 14h
La Cité francophone, Edmonton | 8627 rue Marie-Anne-Gaboury (91^e Rue), Edmonton AB T6C 3H1

PROGRAMMATION

- Rétrospectives et célébrations de l'anniversaire de la FFFA.
- Conférencière Hélène Renaud.
- Assemblée générale annuelle.
- Atelier de magie pour les enfants.
- Spectacle de magie.

ATELIERS

- Partage de meilleures pratiques entre conseils d'école.
- Renforcement de nos écoles, d'où vient-il et où va-t-il ?
- Jalousie et rivalité entre frères et sœurs.
- Huit moyens efficaces pour rassurer son fils comme parent.
- Atteindre et former ses enfants.

Hébergements

Les frais d'hébergement sont aux soins des participants.
Un groupe de chambres est disponible à l'Hotel Days Inn qui offre un rabais aux participants du colloque.
Pour bénéficier de ce tarif, réservez votre chambre au 780, 468.6004 avant le 7 novembre 2012.

Allocation de participation

La FFFA verse une allocation pour chacun des délégués associatifs-membres participant au Colloque.
Cette allocation est versée uniquement aux associations-membres inscrit à titre de délégués par son conseil d'école ou comité de parents et inscrit sur la feuille de présence de l'AGA. Chaque conseil d'école ou comité de parents peut recevoir une allocation de participation jusqu'à concurrence de 5 délégués.

Vous devez remplir les formulaires en ligne: www.fpta.ab.ca/colloque

- Inscription colloque 2012
- Service d'animation pour les enfants
- Nomination des délégués à l'AGA
- Nomination pour la prix Marion Beathellier
- par courriel à info@fpta.ab.ca
- par courriel à cette adresse: 114, 8627 rue Marie-Anne-Gaboury (91^e Rue), Edmonton AB T6C 3H1
- par téléphone au 780 468-6934
- par télécopie au 780 460-4790

PRIX

Tarif unique 99 \$
Association-Membre*
Membre individuel
Partenaire institutionnel

Association-Membres

- Membres d'un conseil d'école francophone.
- Membres d'un comité de parents de primaire, d'une garderie, d'un groupe de jeux, d'un centre d'appui à la famille et à l'enfance.

Membre individuel

- Un parent dont l'enfant fréquente, fréquentera l'école francophone.
- Un employé de primaire, secondaire, école, groupe de jeux, centre d'appui à la famille et à l'enfance.

Partenaire institutionnel

- Organisme qui appuie la vision et la mission de la FFFA.

En avant, marche!

La marche est une excellente forme d'exercice pour les personnes de tous les âges et de toutes les capacités physiques. Si vous n'avez pas marché depuis un certain temps, commencez lentement et augmenter progressivement la durée et le rythme de votre marche. Voici quelques autres conseils :

- **Exercices d'échauffement** – Débutez lentement, faites tout d'abord quelques exercices d'échauffement et d'étirement. Ne marchez pas immédiatement après un repas copieux.
- **Progresser lentement** – Commencez par une promenade de 20 minutes, puis augmentez progressivement. Essayez de marcher au moins 3 fois par semaine.
- **Utilisez la bonne technique** – Marchez à un rythme soutenu, en vous balançant librement les bras et en vous tenant aussi droit que possible. Vos pieds doivent suivre un mouvement de roulement, du talon jusqu'aux orteils.



La marche est de loin l'un des meilleurs exercices. Et oui, marcher pour se rendre à l'école compte !

- **Chaussures et chaussettes** – Portez des chaussettes confortables en coton épais et des chaussures légères confortables qui offrent un bon soutien.
- **Eau** – Buvez avant et après votre promenade. Apportez de toujours de l'eau avec vous, surtout lorsqu'il fait chaud.
- **Récupération** – Assurez-vous de récupérer après une longue marche rapide. Faites quelques étirements.

Du changement dans la boîte à dîner?

Après deux mois d'année scolaire, vos enfants sont peut-être déjà « tannés » de la routine des sandwiches au dîner. Voici quelques suggestions...



Les tortillas seraient une bonne alternative au pain.

- **Remplacez le pain.** Comme alternatives, pensez au pain pita, aux tortillas, aux muffins anglais et aux petits pains.
- **Remplacez les garnitures.** Pensez au thon, au saumon ou à la salade d'œufs. Et variez les choses en ajoutant du fromage et des légumes.
- **Changez du tout au tout.** Vous pouvez remplacer les sandwiches par des roulés, des quesadillas ou de la pizza.
- **Utilisez une bouteille isolante.** La soupe, le ragoût et le chili restent au chaud dans une bouteille isolante et les enfants en raffolent toujours. Préchauffez la bouteille avec de l'eau chaude avant de la remplir.
- **Essayez des bouchées.** Les enfants qui n'aiment pas les sandwiches préfèrent peut-être manger des bouchées. Offrez un assortiment de ce qui suit :
 - Des fruits et des légumes en tranches
 - Des craquelins de grains entiers, des craquelins au riz, des muffins, des bâtonnets de pain et des mini-bagels
 - Des tranches ou des dés de fromage

Le vaccin contre la grippe : la meilleure mesure préventive

Protégez-vous et votre famille pendant la saison de la grippe en vous faisant tous vacciner cette année!

Comme la saison de la grippe est arrivée, il est important de travailler tous ensemble que nos enfants soient en bonne santé.

Les virus se propagent facilement dans les écoles. Et les familles avec des enfants d'âge scolaire contractent plus

souvent d'infections que les autres. En faisant en sorte que nos enfants n'attrapent pas la grippe, la communauté toute entière en profite.

Le vaccin contre la grippe constitue le moyen le plus efficace de vous protéger contre la grippe, vous et votre entourage.

Ce vaccin est recommandée pour une grande partie de la population, y compris :

- les enfants âgés de 6 mois à 5 ans.

- les personnes de plus de 6 mois qui vivent avec certaines maladies chroniques.

- les femmes enceintes.
- les personnes de 50 ans ou plus.

Les aidants naturels, y compris les parents, grands-parents, frères et sœurs, mais aussi les gardiens/gardiennes et les fournisseurs de soins de garderie devraient aussi se faire vacciner contre la grippe.



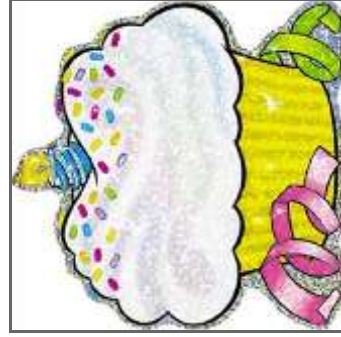
novembre 2012



Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi
				1 Jour 5	2	3
4	5	6	7	8	9	10
Messe de l'éducation catholique à l'église St-Thomas d'Aquin 9 h 30 Heure normale des Rocheuses	Famille Myriam à SJA	Famille Myriam Réunion Conseil d'école à 19 h	Invitons nos jeunes au travail		Journée pédagogique Congé pour tous les élèves	
11	12	13	14	15	16	17
Jour du Souvenir	Journée pédagogique Réunion Société de parents à 19 h 30				Colloque FPFA	Colloque FPFA
18	19	20	21	22	23	24
					Remise du premier bulletin	
25	26	27	28	29	30	31
	Gymnastique 3 ^e année			Célébration des apprentissages 16 h - 19 h Repas chaud	Célébration des apprentissages 9 h - 12 h après-midi de congé pour les élèves	

Bonne fête

Nathan L., Hannah D., André B.,
Anne-Marie D., Catherine D.,
Claudia D., Thomas M.,
Alexandra V., Sophie B.,
Thomas W., Marc-André H.,
Julien P., Catherine Rose H.,
Christian C., Marie-Emma A.,
Isabelle S R., Alexandre M.,
Alexandre G., Sharai D.,
Breanne K., Jillian D., Paul W.,
Athan D., Emma H., Benjamin C.,
Dominique D., Justin D.



SJA NOTE PAD

November 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

Let us remember those who went before us. Let us keep them in our prayers. Let us also remember the brave soldiers who have died so that we may live in freedom.

**Please join us for our
Commemorative Ceremony on
Friday, November 9th at 10:30 AM.**

If you have a uniform, please wear it.



Coming PD days and holidays:

November 2nd: PD Day

November 12th: PD Day

November 30th: Celebration of Learning
9:00 AM to 12 Noon
PD afternoon

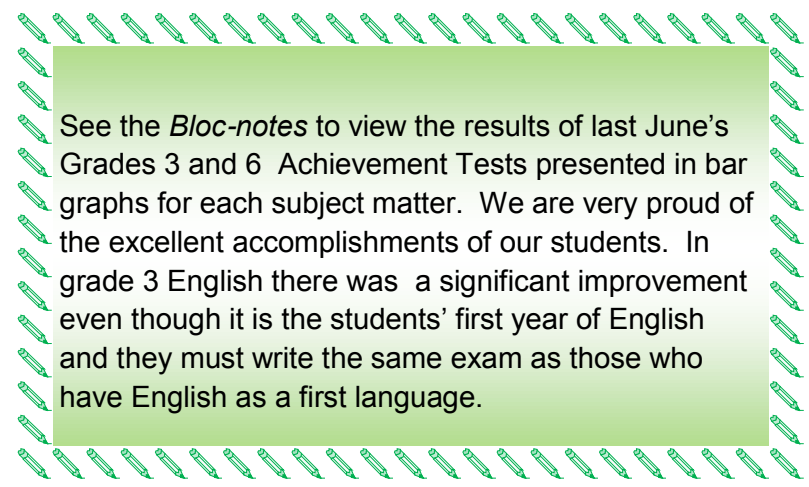
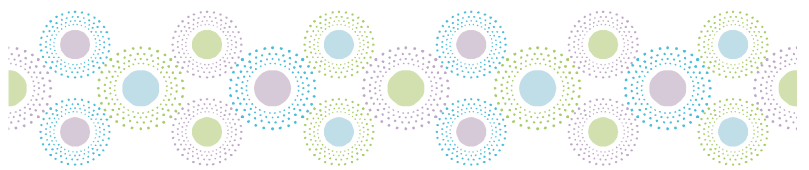
School News

- Our sincere condolences to Dominique and Alexie J. and their father, Eugene, member of the School Council, on the occasion of the death of their mother and wife. May God grant her eternal peace.
- Our sincere condolences as well to Justin and Joël C. on the occasion of the death of their grandfather. May God grant him eternal peace.
- Please check the lost and found, we have several coats, mittens, etc.
- **After Halloween, only one treat per day will be allowed and it will be eaten at the after noon recess only. This is to ensure that your child can concentrate on the work at hand.**

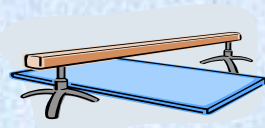


See *Le Bloc-notes* for the names of:

- the students who participated in the "Surpris à lire" contest on page 4;
- the students who are getting ready to receive the sacrament of Reconciliation on page 2;
- the students who will be celebrating their birthday this month on the school calendar.



See the *Bloc-notes* to view the results of last June's Grades 3 and 6 Achievement Tests presented in bar graphs for each subject matter. We are very proud of the excellent accomplishments of our students. In grade 3 English there was a significant improvement even though it is the students' first year of English and they must write the same exam as those who have English as a first language.



Gymnastics for the grade 3 students will take place at the Ortona Gymnastic Club on **November 26th** and **December 3rd**. Each session will be two hours long.

Dress Code:

- ◆ t-shirt and shorts
- ◆ long hair in a ponytail
- ◆ bare feet
- ◆ no jewellery or belts
- ◆ no gum or candy allowed



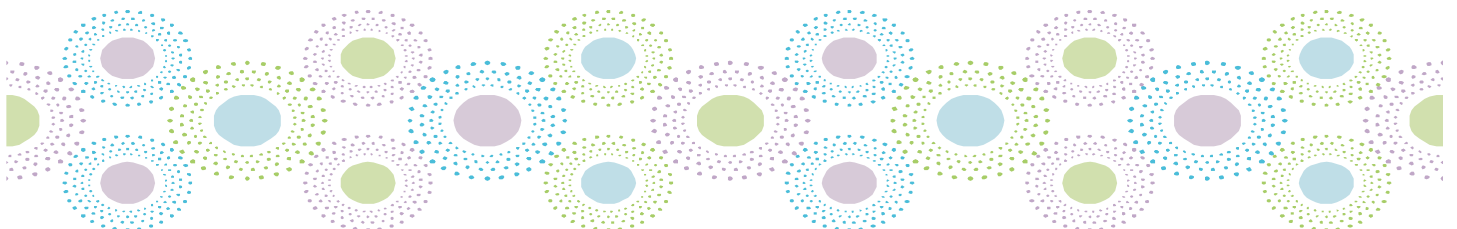
The grade 4 students will be going on December 3rd and 4th.

Skating Lessons for Kindergarten, Grade 1 and Grade 2 students will take place on the following Thursdays: **January 10th, 17th, 24th, 31st** and **February 14th and 21st**

All students are expected to participate because the lessons are a large part of their physical education program during this six week period. If your child does not have skates or a helmet and you are financially unable to purchase them, please let Madame Hébert know as soon as possible. She knows organizations that can help you with this.



Remember that you will receive a receipt for income tax purposes for every donations of 20\$ or more that you make to *Le fonds de la Société des parents de l'école Sainte-Jeanne-d'Arc*. The profits of this fondation will be entirely used to the benefit of the students of SJA. For more information contact the parent advisory council at:
societesja@gmail.com





Mental Wellness

Achieving balance and managing stress and anxiety are key components of mental wellness. The resources in this edition of Health Talk will provide parents, teachers and students with information about mental wellness.

Junior High Mental Health Kits

The Junior High Mental Health Kit - *Be Kind to Yourself and Others* is a curriculum based teaching resource. Parents will also find the discussion questions and activities useful for children of various ages.

The purpose of the kit is to teach students about mental wellness. There are lesson plans on:

- Body Image,
- Healthy Eating/Active Living, Sleep and Mental Health,
- Building Healthy Relationships,
- Hope,
- Stress,
- Preventing Substance Abuse, and
- Cyber Bullying.

In addition there are specific lessons for grade 8 on Mental Illness and Suicide and for grade 9 students on Transition from Junior High to High School.

Find the Junior High Mental health Kit at:
www.albertahealthservices.ca/edmschoolhealth.asp

Bullying

Bullying is a serious issue that many students face. To learn more about ways to become aware of the signs of bullying or how to prevent it visit Bullying.Org at:

www.bullying.org

Cyber Bullying

Cyber bullying is a type of bullying that occurs through electronic mediums, including cell phones, social networking (e.g. Facebook) and websites. To learn more about this type of bullying, visit The Society for Safe & Caring Schools & Communities at:

<http://www.sacsc.ca/>

Stress Display

This display board can be used to teach students about stress-; the different types, signs and tools to deal with it. The colourful resource can be used for health fairs, in the classroom or as a stand-alone display. For more information, contact your school nurse.

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 school health nurse at your local Health Centre.

Walk this way!

Walking is an excellent form of exercise for people of all ages and abilities. If you have not walked distances for some time, you should start slowly. Increase the length and pace of your walk gradually. Here's some other tips:

- **Warm-up activity** – start slowly, do a few warm-up exercises and stretches first. Don't walk immediately after a big meal.
- **Build activity slowly** – start with a 20-minute walk then increase gradually. Try to walk at least three times per week.
- **Use the correct technique** – walk at a steady pace, swing your arms freely and stand as straight as you can. Your feet should step in a rolling action from the heel to the toe.
- **Shoes and socks** – wear thick comfortable cotton



Walking is one of the best forms of exercise out there. And, yes, walking to school counts!

socks. Sensible, comfortable and lightweight shoes with support are best.

- **Water** – drink water before and after your walk. Take water with you on your walk, especially in warm weather.
- **Cool down.** Make sure you cool down after a long fast walk. Do a few stretching exercises.

Time to mix it up a little in the lunchbox?

Now that your children are a couple of months into the school year, they may be getting bored with lunchbox sandwiches. Consider some of these suggestions...



Tortillas are a fun alternative to bread.

- **Switch the bread.** Alternate bread ideas include pita breads, tortillas, English muffins and buns.
- **Switch the filling.** Consider fillings like tuna, salmon or egg salad. Add variety to the sandwich by adding different kinds of cheese and vegetables.
- **Change it up altogether.** Sandwich alternatives include tortillas, quesadillas and pizza.
- **Use the thermos.** Hearty soups, stews and chili are often favourites that will stay warm in a thermos. Pre-heat the thermos with hot water before filling.
- **Try finger-foods.** Children who don't enjoy sandwiches may prefer a finger-food combination style lunch. Mix and match some of the following:
 - Sliced fruits and vegetables
 - Whole grain crackers/rice cakes/muffins/bread sticks/mini-bagels
 - Sliced/cubed cheese

Influenza immunization the most effective form of prevention

Protect yourself and your family during influenza season this year by having everyone immunized!

With influenza season now underway, it is important that we work together to keep our children healthy.

Viruses spread easily among children in schools and families with school-age children often have more infections than others. By keeping our children

influenza-free, we benefit the community as a whole.

An influenza immunization is the single most effective way of protecting yourself and the people around you from getting influenza.

Influenza immunizations are recommended for a wide range of people including:

- Children between six months and five

years of age.

- People over six months who have certain chronic illnesses.
- Pregnant women.
- People 50 years of age or older.
- Regular caregivers, including parents, grandparents, brothers and sisters, babysitters and day care providers should also have an influenza immunization.