

LE BLOC-NOTES SJA

Édition septembre 2013



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

Prière



Seigneur, je viens Te demander la paix, la sagesse, la force. Je veux regarder aujourd'hui le monde avec des yeux remplis d'amour, je veux être patient, compréhensif, doux et sage. Je veux voir au-delà des apparences Tes enfants comme Tu les vois Toi-même et ainsi ne voir que le bien en chacun, chacune. Ferme mes oreilles à toute calomnie, garde ma langue de toute malveillance; que seules les pensées qui bénissent demeurent dans mon esprit. Que je sois si bienveillant et si joyeux que tous ceux et celles qui m'approchent sentent Ta présence. Revêts-moi de Ta beauté, Seigneur, et qu'au long de cette année scolaire je Te révèle.

Amen.



ÉQUIPE-ÉCOLE

Maternelle : Mesdames Sylvie Beaulieu, Pascale Desautels et Stéphanie Turcotte

1^{re} année : Mesdames Suzanne Bouchard, Guylaine Nolet et Diane Roy

2^e année : Mesdames Chantal Lavoie-Michaud/Marie-Christine Landry, Guylaine Gosselin et Carol Tessier

3^e année : Mesdames Marianne Amyotte, Liza Bégin-Cossette et Renée Veraart

4^e année : Messieurs Luc Dostie et Patrick Lachance, Madame Mélanie Charbonneau

5^e année : Mesdames Sylvie Bergevin, Pauline Delwel/Natalie Harris

6^e année : Mesdames Monique Beaunoyer-Richer et Karin Déry

Accompagnatrice pédagogique: Madame Kathleen Stevens

Musique : Madame Nicole Létourneau

Francisation : Madame Elaine Collins-Neeland

Anglais langue seconde : Madame Nancy Armstrong

Secrétaire : Madame Noëlla Lessard

Commis: Madame Diane Anderson

Aide-élèves: Mesdames Chantal Garnier, Lisa Laforge, Marie-Chantal Muhongerwa, Denise Warrington et Joanne Marleau

Concierges: Madame Nicole Rivard et messieurs Martin Gaudreault, Michel Sylvain et David H.-Martinez

Directrice-adjointe: Madame Kathleen Stevens

Directrice: Madame Adèle Amyotte

Bienvenue à nos 440 élèves !



Journée pédagogique

le vendredi

20 septembre

congé pour tous les élèves

Horaire des jours

Surveillez le calendrier du mois pour l'horaire des jours 1 à 5.

Toutes les activités sont planifiées selon cet horaire (musique, biblio, gym, etc.)

Rappel – changement de date pour la rencontre des enseignants

Le mardi 3 septembre 2013

Bonjour, chers parents,

Ceci est pour vous annoncer un petit changement pour le jeudi 5 septembre prochain. Nous aurons le BBQ familial tel que prévu à 17h. Cependant, la rencontre des enseignants prévue pour 18h30 après le BBQ sera remise au mercredi 18 septembre prochain, le même soir que l'assemblée des parents et les élections. Merci de votre compréhension et au plaisir de vous accueillir jeudi et d'apprendre à vous connaître !

Adèle Amyotte,

Directrice

Bienvenue à nos stagiaires du Campus St-Jean

Élise Moquin - 6R Marie Constant - 1N

Chelsea Ross - 1B Émilie Belzile - 5B

**Stagiaires en infirmerie: Du 25 septembre au 18 décembre,
8 stagiaires en infirmerie viendront une journée par semaine dans les 3 classes de maternelles, 2T, 2G, 3V, 3A.**

KARATE

QUAND? chaque mercredi
15 h 45 - 17 h

PERSONNE CONTACT :

**André Beauregard
780-440-4774**



HORAIRE DE LA BIBLIOTHÈQUE

JOUR 1: 1B, 2G, 3V, 4C

JOUR 2: 6B, 6D, MB, 2L

JOUR 3: 1N, 2T, 5B, 1R

JOUR 4: 3A, 3BC, 4D, 4L

JOUR 5 : 5DH, MD, MT



Renseignements importants pour la sécurité et la santé:

À LIRE ATTENTIVEMENT:

- * l'élève qui arrive en retard doit se présenter au bureau pour un billet de retard;
- * **Si l'élève ne prendra pas l'autobus après l'école**, il / elle doit avoir une note signée de son parent. Sans cette note signée, l'élève devra prendre l'autobus;
- * le parent qui vient chercher son enfant **après l'école** doit l'attendre dans la rotonde;
- * **l'école n'est pas responsable des objets personnels brisés, perdus ou volés;**
- * il est défendu d'apporter des ballons, des skis dans l'autobus scolaire;
- * **l'école fournit des ballons pour jouer dehors et ce, dès l'arrivée des autobus;**
- * plusieurs enfants souffrent d'anaphylaxie, donc prière d'éviter tout aliment contenant des arachides et des noix;
- * **Les collations santé permettent à votre enfant de mieux se concentrer et réussir à l'école. SVP évitez les boissons gazeuses, les sucreries, les croustilles et les friandises.**



AGA des parents - le mercredi 18 septembre à 18h30

⇒ Élections des parents au sein de la Société de parents et du Conseil d'école.

Rencontres des titulaires dans les classes - le 18 septembre de 19h à 20h

- ⇒ Présentation des attentes / contenus des programmes d'études;
- ⇒ Présentation du fonctionnement de la classe;

Inscrivez-vous à la page d'accueil de notre site web, coin droit inférieur de la page. Ainsi vous recevrez un courriel vous indiquant que le Bloc-notes est disponible sur le site web de l'école. Nous ferons des copies papier uniquement pour les familles qui n'ont pas accès à l'Internet. C'est notre façon de prendre soin de notre planète.

Merci de votre compréhension !

Vous désirez faire du bénévolat à l'école?

Veillez communiquer avec le ou la titulaire de votre enfant et n'oubliez pas de vous inscrire au secrétariat.



Réconciliation 2013 À ST-THOMAS-D'AQUIN



La réconciliation nous invite à rétablir la paix et reconstituer la communauté. Elle nous permet de regarder, de guérir et d'approfondir notre relation avec Dieu, avec nous-même, avec les autres.

Une première réconciliation et la préparation qui l'accompagne se font soit à l'âge de 7,8 ou 9 ans. La décision revient à vous, les parents. Discutez-en avec votre enfant, et si vous le désirez, veuillez consulter le Pasteur ou l'agente à la pastorale. L'expérience d'une première rencontre avec le prêtre dans ce sacrement doit être réfléchie, intégrée et positive.

Rencontre pour les parents: le jeudi 26 septembre 2013 à 19 h

Deux nouveautés cette année:

Collation fraternelle du groupe de la réconciliation de 9 h 45 à 10 h 15
Catéchèse pour les parents des enfants qui se préparent à la 1re réconciliation

Session de préparation:

Les dimanches 6 et 20 octobre, les 3 et 17 novembre de 10 h 15 à 12 h

Le samedi 23 novembre de 9 h 30 à 11 h - mini retraite
de 11 h à 12 h - invitation à rencontrer le prêtre
12 h - célébration avec goûter

Frais: 35 \$

Renseignements disponibles: 780- 469-4182

AVIS DU JOUR DE DÉCLARATION DE CANDIDATURES

Local Authorities Election Act (Article 26)



Autorité régionale de la région scolaire francophone du
Centre-Nord n° 2

Avis est donné que le jour de déclaration de candidatures est fixé au lundi 23 septembre 2013 de 10h à midi et que les noms des candidats à élire aux postes suivants pourront être soumis au bureau du Conseil scolaire ou au secrétariat des écoles à : Saint-Albert (La Mission), Legal, Fort McMurray, Jasper, Red Deer et Wainwright.

Postes	Représentation dans l'aire de fréquentation de
1 – Conseiller catholique	Fort McMurray, Jasper, Red Deer, Wainwright
1 – Conseiller catholique	Saint-Albert, Legal
3 – Conseillers catholiques	Edmonton
2 – Conseillers publics	Toutes les écoles du Conseil scolaire

Les formulaires de mise en candidature sont disponibles aux endroits suivants:
Conseil scolaire Centre-Nord, situé au bureau 322, 8627 91^e Rue, Edmonton
(780 468-6440); ainsi qu'aux secrétariats des écoles à Saint-Albert (La Mission),
Legal, Fort McMurray, Jasper, Red Deer et Wainwright.

DATÉ à Edmonton dans la province de l'Alberta ce 31^e jour d'aout 2013.

Gérard Bissonnette, directeur du scrutin





Transport scolaire 2013-2014

Afin de vous informer davantage, nous vous encourageons de consulter la **Foire aux questions** sur le service de transport du Conseil scolaire au www.centrenord.ab.ca/transport/FAQ. Cette fiche de renseignements expliquera, sous forme de questions/réponses, entre autres, quoi faire quand l'autobus est en retard, comment changer vos coordonnées et les nouvelles politiques quant à la distance des arrêts dans le but de maximiser l'efficacité des routes.

Nous vous rappelons que les parents sont entièrement responsables de la sécurité et du comportement de leur enfant jusqu'à ce qu'il monte dans l'autobus et après qu'il en descende. Vous pouvez communiquer avec nous à transport@centrenord.ab.ca ou au 780 468-6440/1 800 248-6886.

Jeux – Chants

Jeux - Chants

Pastorale

Pastorale

Plein Air

Plein Air

Défis

Défis

Camps

Camps

Techniques

Techniques

Sorties

Sorties Amitiés

Amitiés

Bricolage

Bricolage



LES

SCOUTE.S

FRANCOPHONES

D'EDMONTON*

Membre de l'association des Scouts du Canada

*Un mouvement qui
fait plaisir*

Inscriptions: Dimanche

Le 06 sept. 2013

À 19:00(7h)

**À la Salle Paroissiale
St. Joachim**

Faut vivre ça

Le scoutisme – c'est plus que porter un uniforme ou apprendre à faire des noeuds!

C'est avant tout un mouvement d'éducation.

C'est dans l'action et dans sa relation avec l'adulte et les autres jeunes que l'enfant grandit.

On pense à un projet emballant, on le réalise!

› On ne se laisse pas arrêter par les difficultés, on persévère!

Dans un groupe on apprend à mieux se connaître et à respecter les autres.

› Les jeunes ont plein de bonnes idées, ils ont besoin de toi pour les mener jusqu'au bout. Ton expérience et tes talents peuvent servir.

› Tu peux compter sur l'aide des autres animateurs/trices et sur celle des parents-bénévoles. Des modules de formation sont offerts.

Méthode Scoute

Le Scoutisme vise le développement physique, intellectuel, affectif, social et spirituel des jeunes.

Comment ?

- par une Loi et une Promesse
- l'éducation par action
- un système d'équipes
- le contact avec la nature
- un cadre symbolique
- une relation éducative
- une progression personnelle

Pédagogie

La même pédagogie est adaptée à chacune des branches. Cette pédagogie signifie que les activités doivent être:

- V Voulu
- C Choisies
- P Préparées
- R Réalisées
- E Évaluées
- F Fêtées

encadrées par les jeunes et encadrées par des adultes bénévoles.

Qui participe?

Les garçons et les filles en groupes mixtes

Castors 7 & 8 ans

Louveteaux 9, 10 et 11 ans

Éclaireurs 12, 13 et 14 ans

Pionniers 15, 16 et 17 ans

Animateur/Animatrice

Adultes 18 ans et plus

Lieu : à la salle paroissiale de St-Joachim

Quand? Le vendredi de 19:00(7h)

à 20:30(8h30). Il y a également plusieurs camps et sorties par année.

Cout: \$50.00 par année

Inscriptions:

À la salle paroissiale St. Joachim

vendredi le **06 septembre à 19:00(7h)**

9928 110e rue, Edmonton

Informations :

Danika Fortin 780-974-3385

Helene Duguay 780-244-0588

Email:hduguay@telus.net



Paroisse Saint-Joachim

9928 – 110^e rue, Edmonton, AB T5K 1J3

Tél.: 780 482-3233; Téléc.: 780 482-3239

Courriel: StJoachim@shaw.ca; StJoachim.French@caedm.ca

Chers Parents qui désirez que votre enfant célèbre les sacrements de la Réconciliation (Pardon) et la Première Communion (Eucharistie).

À l'occasion de la rentrée scolaire, la Paroisse de Saint Joachim est privilégiée par la communication de l'école pour vous présenter ses services de catéchèse pour la préparation paroissiale et immédiate à ces sacrements.

La préparation aux sacrements de Pardon doit se faire avant celle de la Première Communion. Donc la préparation aux sacrements de la Réconciliation (Pardon) se fera aux mois d'octobre et novembre. Et la préparation du sacrement de la Première Communion (l'Eucharistie) se fera aux mois de février, mars 2014.

La célébration de la réconciliation se fera au début décembre 2013 et la célébration de l'eucharistie se fera après Pâques 2014. Dates précises à déterminer.



Date limite

Le jeudi
12 septembre 2013

BASKETBALL POUR JEUNES STEVE NASH

Qui: Pour les élèves de la 3^e à la
5^e année

Quand: Les lundis du 7 octobre 2013 au
27 janvier 2014, de 15h20 à 17h00

Lieu: gymnase de l'École Sainte-Jeanne-
d'Arc

Coût: 12 sessions pour 80,00\$

Entraîneur: Michael Biollo (enseignant,
entraîneur et père de 3 élèves
de SJA)



Nous avons besoin d'un minimum de 20 participants et d'un maximum de 30.

Portez-vous volontaire!

Nous aimerions avoir au moins 4 parents pour agir en tant qu'entraîneur(e)s adjoint(e)s. Les connaissances en basketball sont un atout mais pas nécessaires.

Remplissez le formulaire d'inscription et laissez-le au secrétariat de l'École Ste-Jeanne-d'Arc (avec un chèque pour les frais d'inscription) au plus tard le vendredi 6 septembre.

Premier arrivé, premier servi!

Pour plus d'informations, communiquez avec Anik Giguère-Biollo au 780-485-2588.

LES PETITS SAMOURAIS

Cours d'éveil au judo

Session 1: septembre à décembre
Session 2: janvier à avril

Tous les lundis
17h-18h pour les 4-7 ans
18h-19h pour les 8-12 ans

Prix par session: 80\$
Prêt du kimono par l'IGLF



Animé par **Fatira Mehra**
Coach haute performance
Judo Alberta

柔道

inscrivez-vous



ou www.institutguylacombe.ca

INSTITUT GUY-LACOMBE DE LA FAMILLE



La Cité francophone #114
9527 rue Marie-Anne-Gaboury N4
Edmonton AB T6C 3K1
780-488-4882
info@iglf.ab.ca

PARLER ÉCOUTER

pour que les enfants écoutent

pour que les enfants parlent

Ateliers animés par :
Arsène Muamba et Minnie Pélouquin



Cycle de 7 ateliers de 16 h 30 à 20 h 30
Date de début: 18 septembre 2013
Date de fin: 30 octobre 2013
Prix: 25 \$ de frais d'inscription
15 \$ pour le cahier des participants
Le livre et un service de garde vous sont offerts!

Pour tous les parents qui se sont dit un jour qu'il doit y avoir une autre façon!

Cette série d'ateliers est destinée aux parents et aux adultes qui désirent améliorer leur mode de communication avec les enfants.
Il présente une approche simple, lucide et sensible qui diminue le stress du quotidien et augmente les gratifications, tant pour les enfants que pour les adultes.
On y présente des techniques à la fois concrètes, pratiques et surtout efficaces.

inscrivez-vous



ou www.institutguylacombe.ca

INSTITUT GUY-LACOMBE DE LA FAMILLE

La Cité francophone #114
8627 rue Marie-Anne-Gaboury
Edmonton AB T6C 3K1

Tel: 780-488-4882
info.iglf@iglf.ab.ca
www.institutguylacombe.ca

Livre offert à tous les participants



Cours de gymnastique en français!

Donnés à Ortona
Gymnastics par
Andrée Vincent

Pour les enfants de 4 à 5 ans
Tous les mardis à 4h30
et ceux de 6 à 9 ans
Tous les mardis à 5h30
N'attendez pas!
Les cours commencent dès le 10 septembre!

Inscrivez-vous sur le site web d'Ortona Gymnastics
www.ortonagymnastics.com



Pour plus d'informations contactez l'administration au 780-492-7300

Centre de développement musical

Galala 2014

Inscris-toi

Tu aimes chanter, danser ou jouer un instrument de musique?
Tu es âgé entre 8 et 17 ans?

Le Centre de développement musical t'invite à soumettre ton nom en vue de participer au spectacle Galala 2014.

La période d'inscription est du

1^{er} au 15 octobre 2013

Aucune inscription ne sera acceptée avant ou après cette période.

Cette année, deux représentations du Galala sont au programme, le samedi 8 mars et le dimanche 9 mars 2014. Tu participeras dans l'une ou l'autre des représentations qui auront lieu au théâtre du Royal Alberta Museum.

Dès le 25 septembre prochain, tu peux te procurer un formulaire d'inscription auprès du bureau de l'administration ou au bureau du CDM (cdm@alberta.ca, 780-760-0130, Pca-201 de la Cité francophone.)

AVIS AUX PARENTS

En raison du grand nombre de jeunes artistes intéressés à participer au Galala et du nombre limité d'inscriptions possibles, les premiers jeunes à s'inscrire seront retenus.



L'école de danse de
L'association La Girandole



Portes ouvertes!



Open House!

du lundi 16 septembre au 21 septembre 2013,
Monday, September 16th to Sunday, September 21st, 2013



Venez participer à des cours de danse en français.
De 3 ans à adulte, de l'initiation à la danse découverte,
ballet, jazz, moderne, comédie musicale, Hip Hop



Zumba adulte, Zumba ado,
danse traditionnelle, Yoga adulte, Yoga ado



Join us for our French dance classes.

Classes for ages 3 to adult, all levels of dance experience.
Classes include: ballet, jazz, modern, Broadway, Hip Hop



Zumba for adults, Zumba for teens,
traditional French-Canadian, Yoga for adults, Yoga for teens



Pour information
et l'horaire des cours:

For information and the class schedule:

www.lagirandole.com

780-468-0057



DANSE DANCE

LAGIRANDOLE
www.lagirandole.com



SAISON ARTISTIQUE 2013-2014

Information des inscriptions: 20 août 2013 / Registration begins August 20th 2013
Seuls les cours de semaine du 3 Sept / Classes start the week of Sept 3rd

Cours de 2,3,4 ou 5 heures / Classes 2,3,4 or 5 hrs in length

- 10 ans et +
 - Ballet 10-11h
 - Jazz 11h-12h
 - Contemporary 12h-13h
 - Yoga 13h-14h
 - Hip Hop 14h-15h
 - Ballet 15h-16h
 - Contemporary 16h-17h
 - Yoga 17h-18h
 - Hip Hop 18h-19h
 - Contemporary 19h-20h

Admission: \$1000 + \$100 (inscriptions) / Fee: \$1000 + \$100 (fees)

Programme des cours de danse / Dance program
Télé: 780-468-0057 / Tel: 780-468-0057

L'ASSOCIATION LA GIRANDOLE



1010 - 5527 rue Marchand-Catala
Edmonton, Alberta
T6C 0K1
Tel: 780-468-0057
Fax: 780-468-0057
www.lagirandole.com



ZUMBA ET YOGA ADULTE!

LES INSCRIPTIONS
STUDIOS DE LA GIRANDOLE

JOUR (DAY)
YOGA : LUNDIS/MONDAYS
ZUMBA : MERCREDIS/WEDNESDAYS

TEMPS (TIME)
16H30-18H00
4:30- 6:00PM

DÉBUT DES COURS LA SEMAINE DU 9
SEPTEMBRE/CLASSES BEGIN THE WEEK
OF SEPTEMBER 9TH

COURS DROP-IN À L'ANNÉE /DROP-IN
CLASSES YEAR ROUND



CLINIQUE JURIDIQUE FRANCOPHONE D'EDMONTON

Vous avez besoin

- d'information sur vos droits (famille, immigration, logement, etc.) ?
- de parler d'un problème juridique?
- de trouver un avocat qui parle français?

Notre équipe est disponible

- du lundi au vendredi de 13 h à 17 h
- les jeudis de 18 h 30 à 19 h 30
- sur place ou par téléphone

**Uniquement sur rendez-vous
au 780-450-2443**

Service confidentiel

***Nous fournissons de l'information juridique en français.**



Association des
juristes d'expression française
de l'Alberta



DROIT AU CŒUR DE LA COMMUNAUTÉ



Des étiquettes pour tout ce que les enfants peuvent perdre!

Les étiquettes de Mabel's Labels sont des étiquettes personnalisées qui sont lavables et qui vont au lave-vaisselle.

Ste. Jeanne D'Arc

fait sa collecte de fonds avec

Mabel's Labels!

Veillez visiter

www.jeanne.mabelslabels.com

pour passer votre commande et pour participer à notre collecte de fonds!



Skinny-Minis™
Des petites étiquettes durables et imperméables, pour les boîtes à lunch, les bouteilles et plus encore.

Des étiquettes pour chaussures
Super résistantes et imperméables qui sont autocollantes à la semelle intérieure des chaussures.

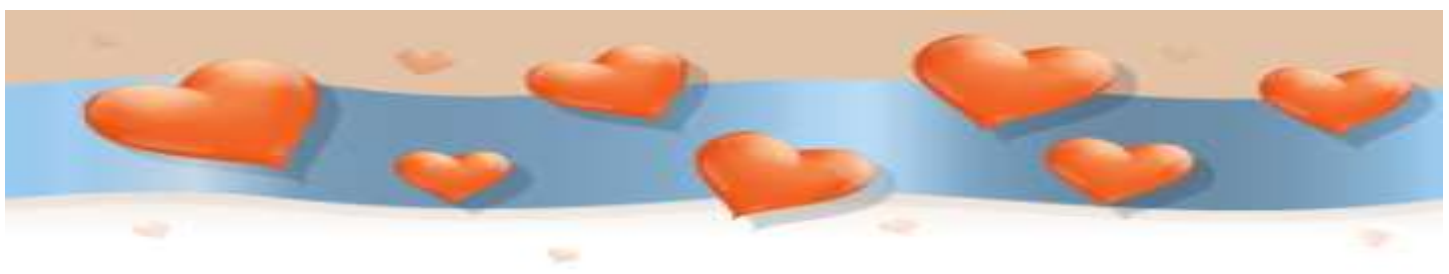


mabel's labels

Tag Mates™
Des étiquettes lavables et autocollantes qui ne requièrent ni repassage, ni couture.

Étiquettes de bagage
Des étiquettes imperméables riches de métal robuste pour les articles comme les sacs à dos, les bagages et plus encore.

1-866-30-MABEL (62235) | fundraising@mabelslabels.com



SÉRIE D'ATELIERS EN FRANÇAIS: GESTION DES CONFLITS INTERPERSONNELS

Se retrouver dans une situation de conflit avec quelqu'un peut s'avérer difficile, que ce soit dans sa vie personnelle ou en milieu de travail.

La série d'ateliers Gestion des conflits interpersonnels fournit aux participants les concepts et les outils de base pour aborder des conversations difficiles et gérer des situations de conflits interpersonnels.

Durant les ateliers, les participants apprendront les théories de résolution de conflit, les différents styles de communication et des techniques de communication pour prévenir et résoudre les conflits.

Frais:

20,00\$ par atelier ou 50,00\$ pour la série de trois ateliers

Inscription:

<http://mrjc.ca/training-and-education/mipc-workshop-francais/>

Pour plus d'information, veuillez contacter Silvia Bégin au 780-423-0896



Lieu: Campus Saint-Jean - 8406 rue Marie-Anne-Gaboury
(91 Street) - Salle: à confirmer

**Communication en situation de
conflit**

Le jeudi 3 octobre 2013
18h à 21:00h

**Inventaire des styles en situation
de conflit**

Le jeudi 10 octobre 2013
18h à 21:00h

**Techniques de communication
pour la gestion des conflits**

Le jeudi 17 octobre 2013
18h à 21h

Si vous payez par chèque, envoyer un chèque à: MRJC at #430, 9810-111 Street, Edmonton, AB T5K 1K1

**MEDIATION &
RESTORATIVE
JUSTICE**
CENTRE

En coopération avec:



Pas de micro-ondes pour le dîner? Pas de problème

S'il n'y a pas de micro-ondes à l'école de votre enfant, vous pouvez quand même lui offrir des repas sains et savoureux! À l'occasion de la rentrée, essayez ces suggestions :

À tremper : Offrez du houmous avec un pain pita de grains entiers, des bâtonnets de carotte, des bâtonnets de céleri ou des tranches de pomme à tremper. Ajoutez un morceau de

fromage faible en matière grasse ou un petit contenant de lait.

Faites votre propre

sandwich roulé : Laissez votre enfant choisir un fromage faible en matière grasse (comme du cheddar, de la mozzarella ou du fromage marbré), du jambon tranché, du tofu ou du poulet et des légumes (laitue, tomate, poivron, concombre) à rouler dans une tortilla à grains entiers. Ajoutez des

fruits frais ou en conserve.

Pain pita fourré : Coupez les restes de poulet ou de dinde ou servez-vous encore de fèves et mettez-les dans un pain pita ou des petits pains pita à grains entiers. Ajoutez des poivrons et de la laitue râpée. Terminez pas un yogourt et une poire.

Soupe maison : Mélangez du poulet en cubes, du bouillon de poulet faible en sodium, des légumes frais

coupés, des pâtes de blé entier, et des épices dans un chaudron; faites bouillir jusqu'à ce que les

légumes et les pâtes soient cuits; transférez dans une bouteille isolante (thermos). Ajoutez un petit pain de grains entiers, une orange et un petit contenant de lait.

Restants : Certains aliments peuvent se manger froids ou chauds, comme de la pizza ou des hamburgers maison.

Des pains pitas fourrés avec des restes de poulet : une excellente idée pour le dîner à l'école.



Retour à l'école ... retour du sac à dos

Les 4 étapes à suivre pour porter sécuritairement un sac à dos

1 — Bien choisir.

Choisissez un sac à dos qui dispose de deux bretelles rembourrées et de préférence une ceinture.

Choisissez un sac à dos qui vous convient et qui n'est pas trop gros

2 — Bien remplir.

Chargez les articles les plus lourds près du dos. Ne laissez jamais un enfant transporter plus de 15 pour cent de son poids.



Si le sac à dos force l'enfant à se pencher vers l'avant, il est trop chargé.

3 — Bien soulever.

Faites face au sac à dos et pliez les genoux. Servez-vous de vos deux mains et vérifiez le poids du sac à dos. Dépliez les genoux, mettez la première sangle sur une épaule, puis mettez la deuxième.

4 — Bien porter. Portez toujours les deux sangles afin d'éviter de vous endommager la colonne. Pensez léger pour ne pas en avoir trop sur les épaules.



Maintenant que les enfants retournent à l'école, voici le moment idéal pour s'assurer qu'ils utilisent et portent correctement leur sac à dos.






Septembre



Bonne fête

Xavier P., Kayla S., Eva P.
 Shyla F., Ariane D T.,
 Marie-Soleil B., Leo C.,
 Thomas K., Soni N.,
 Abigail J., Alice P.,
 Antoinette B., Charles K.,
 Mora C., Wyatt S.,
 Maëlie R., Danielle S.,
 Danielle F., Joshua P.,
 Hugo B., Olivia P.,
 Alysée T., Nadia B.,
 Nikolai B., Mario F.,
 Alexi B., Zacharie B.,
 Marianne G., Yannick N E.,
 Cora G., Lianna H.,
 Katerina S., Emilie F.,
 William M., Zoe S.,
 Joseph D., Ahmad S.,
 Helen E., Fatma R.,
 Taneshia A.



Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
1	2	3 Jour 1 Rentrée scolaire 	4 Jour 2	5 Jour 3 BBQ 17 h à 18 h 30 	6 Jour 4	7
8	9 Jour 5	10 Jour 1	11 Jour 2	12 Jour 3	13 Jour 4	14
15	16 Jour 5	17 Jour 1	18 Jour 2 18h30 –AGA et élections; 19h à 20h - rencontres des titulaires	19 Jour 3	20 Journée pédagogique	21
22	23 Jour 4	24 Jour 5	25 Jour 1 Photos Individuelles et de classe 	26 Jour 2	27 Jour 3	28
29	30 Jour 4					

SJA NOTE PAD

September 2013 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

Parent assembly and meeting the teachers

On September 18th, 2013, at 6:30 p.m., there will be a parent assembly to elect the members of the parent committee as well as the school council and to introduce the school staff.

From 7:00—8:00 p.m., parents will then go to their child's classroom where your child's teacher will explain the programs of study and general expectations for the class.

Date Reminder

PD day: On Friday, September 20,
teachers will be in professional development,
no school for the students

- Rotation of days, 1-5;
- Please consult the calendar to know when we are on day 1, 2, 3, 4 or 5 for our rotation.

Health and Safety

- ⇒ If you pick up your child after school, please wait for him or her in the main entrance hall;
- ⇒ On the days where your child should not get on the bus, please provide a signed note advising the school. Without your written authorization, we will ask the child to take the school bus home.
- ⇒ If your child arrives late, he or she must come to the office to get a note from the secretary to bring to class.
- ⇒ Healthy snacks help your child concentrate all day long and ensure his or her success at school. Please provide healthy snacks and meals, following the Canadian food guide for snacks and lunch. Please avoid soda pop, candies, or other sugary items. Several children have severe allergies. Please avoid peanuts or nuts of any form in your child's lunch. Thank you for your cooperation.



School Bus Transportation 2013-2014

We invite you to read our **Frequently Asked Questions** on school transportation available in English at

<http://www.en.centrenord.ab.ca/transportation>. This Question &

Answer fact sheet explains, for example, what to do when the bus is late, how to change your contact information and new policies on walking distances in order to maximize the efficiency of the bus routes.

We remind you that parents are fully responsible for the safety and behavior of their child until they get on the bus and after they get off the bus. You can contact us at transport@centrenord.ab.ca or 780 468-6440 / 1 800 248-6886.

Picture Day

September 25th is picture day.

Bring your smiles!



Volunteering

If you wish to volunteer for an excursion or helping your child's teacher in some way or another, please contact the teacher by phone or e-mail to set up a time that works for everyone. Thank you !





No microwave for lunches? No problem!

If your child's school doesn't have microwave ovens to use you can still send your child to school with a tasty and healthy lunch! For the new school year, try these 'no microwave needed' lunch ideas:

Yummy dippers: Pack hummus with a whole grain pita, carrot sticks, celery sticks or apple slices for dipping.

Add a piece of low fat cheese or a small container of milk.

Build your own wrap: Let your child choose a low fat cheese (cheddar, mozzarella, marble), sliced ham, tofu or chicken, and vegetables (lettuce, tomatoes, peppers, cucumbers) to wrap in a whole grain tortilla. Add canned or fresh mixed fruit.

Stuffed pita: Chop up leftover cooked chicken, turkey or beans and put inside a sliced whole grain or a few mini pitas. Add bell peppers and shredded lettuce. Complete the meal with yogurt and a pear.

Homemade soup: Combine diced cooked chicken, reduced salt

chicken stock, cut up fresh vegetables, whole wheat pasta and spices

into a pot; boil until vegetables and pasta are cooked; transfer to a thermos. Add a whole grain bun, an orange and small container of milk.

Leftovers: Some foods can be eaten cold rather than hot, such as homemade pizza and hamburgers.

Pitas stuffed with leftover chicken are a great idea for school lunchboxes.



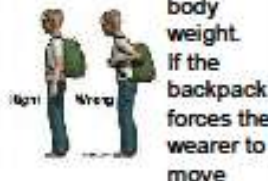
Back to school ... back to backpacking

Backpack safety in four steps...

Step 1: Choose Right. Choose a pack with two padded shoulder straps and preferably a waist belt.

Choose a pack that fits you, not too big.

Step 2: Pack Right. Load heaviest items close to back. Never let a child carry more than 15 per cent of his or her body weight.



If the backpack forces the wearer to move forward to carry, it's overloaded.

Step 3: Lift Right. Face the pack, bend at the knees, use both hands and check the weight of the pack. Lift with the legs and apply one shoulder strap and then the other.

Step 4: Wear Right. Always wear both shoulder straps to prevent damaging the spine. Pack it light. Wear it right.



Now that children are back in school, it's a good time to ensure they're using and wearing their backpacks properly.



BACK TO SCHOOL....HEALTHY!

The new school year is upon us and with that comes an interest in keeping kids active, safe, alert, and engaged. This issue will provide parents and teachers with helpful information to get their kids off to a fresh and healthy start.

Back to school buggy?

Whenever large groups of people are together germs can be spread. For protection:

- Stay home when sick to avoid passing germs to other people.
- Encourage kids not to touch their eyes, nose, or mouth after touching door handles or other surfaces that might harbor germs.
- Remind children to wash their hands frequently and use their sleeve to cough or sneeze.
- Ask your school health nurse for displays and information on hand washing and about the education program "Do Bugs Need Drugs" www.dobugsneeddrugs.org

Back to school safely!

Walking or riding a bike to school can be a fun, safe, and environmentally friendly way to travel.

- Clear out the cars! Schools can create a safe space for pedestrians to travel by foot by restricting the areas where cars can drop off kids.
- Help children to identify a safe route to school.
- Bike safety can be reinforced at home and in the classroom. School Safety Teaching Kits include information on how to safely cross the street and the importance of helmets. For more information visit: www.albertahealthservices.ca/injuryprevention.asp
- To encourage more students to walk or ride to school suggest or start a walking school bus! Visit the City of Edmonton site for tips and resources: http://www.edmonton.ca/transportation/cycling_walking/walking-to-school.aspx

Back to school hungry?

- Does your school have a nutrition policy? Have you noticed more healthy options in vending machines or hot lunches? Support your school's great efforts by promoting these options or providing your child with a lunch that contains something from each Food Group.
- Role modeling is an excellent way to reinforce healthy eating messages!
- For healthy lunch ideas visit AHS School Nutrition Website, you'll find a great resource "What's for Lunch" <http://www.albertahealthservices.ca/6464.asp>
- If you help to plan hot lunches at your school, consider using the School Lunch Restaurant List or the Special Lunch Days Resources. Both have great ideas and tips on how to provide healthy school lunches. <http://www.albertahealthservices.ca/6459.asp>

Back to school happy!

New routines can be stressful. The quicker you get back into a healthy routine, the more settled and happy you will feel. Whether you are a teacher or parent (or both) these tips can help.

- Try and have a consistent bedtime for the whole family. Sleep is important for physical, emotional, and mental health.
- Be patient with yourself and your kids. It takes time to get settled into a new year.
- The Mental Health Kits for Elementary and Junior High students are excellent resources to help with back to school stress. All lesson plans are curriculum based and easy to use.
- Don't be afraid to ask for help. There are many resources that can help. Visit www.myhealth.alberta.ca and search 'stress' or 'back to school' for helpful tips.

Health TALK, an Alberta Health Services - Edmonton Zone publication, can be freely reproduced for educational non-profit purposes. The information is not to be used for consultation during an emergency, to make or confirm a diagnosis, or act as a substitute for obtaining medical advice.