



LE BLOC-NOTES SJA

Édition mai 2014



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

Message de la direction

Bonjour, chers parents,

Tout d'abord, bienvenue au printemps ! Ça fait du bien de voir la cour sans neige et sans glace ! Bienvenue aussi à Aline Dupuis-Gervais, qui remplacera Mme Stéphanie pendant le congé de maternité de cette dernière. On souhaite un bon séjour à Mme Aline au sein de notre équipe et dans la grande famille de l'école Ste -Jeanne -d'Arc.

Le mois de mai nous apporte une panoplie d'activités. Nous anticipons d'abord les tests de rendement du ministère de l'éducation pour les 3^e et les 6^e années. Nous aurons aussi 2 équipes qui nous représenteront à Génies en herbe les 1^{er} et 2 mai prochains à l'école La Mission à St-Albert. À voir si nous pourrions répéter la victoire de l'an passé ! Bonne chance aux «Enfants d'Einstein» et aux «Intellos», et merci à Mme Kathleen, Mme Diane et Mme Liza pour l'entraînement et l'accompagnement des équipes!

Le vendredi 30 mai, nous aurons la journée Ste-Jeanne-d'Arc pour M - 3, la journée Adrien-Bouchard pour 4 - 6 et Surfer en français pour toute la communauté à West Edmonton Mall.

J'en profite pour souhaiter une très belle fête des Mères à toutes nos mamans et grands-mamans le 11 mai prochain ! Que vous soyez toujours entourées de vos bien-aimés et assurées de leur reconnaissance !

Je vous souhaite beaucoup de bénédictions et bonheur pendant tout le Mois de Marie !

Bien à vous,

Adèle Amyotte



La Société de parents

- ◆ Le jeudi 24 avril dernier, la Société de parents a tenu sa soirée de promotion de son fonds de dotation. Les sommes rapportées par les encans, incluant des œuvres d'art des élèves et de l'artiste Karen Blanchet (sur place), ont été ajoutées aux prélèvements de fonds des parents pour faire un grand total de 7339.11\$ d'amassé. Les témoignages de grand-parent, parent et ancien élève de notre école ont ajouté une autre belle richesse à la soirée, venant valider le besoin d'assurer la pérennité de notre école. Félicitations à la Société de parents pour cette belle réussite et merci à la Fondation franco-albertaine pour leur appui dans ce projet !
- ◆ Le samedi 24 mai prochain, la Société de parents organisera une danse familiale au gymnase de l'école. Notez la date dans vos calendriers et soyez aux aguets pour de plus amples informations à venir.

Tests de rendement: Dates à retenir

- ⇒ 12 mai: Français, partie A 6^e;
- ⇒ 13 mai: English Language Arts, part A, 3^e
- ⇒ 14 mai: English Language Arts, part A, 6^e
- ⇒ 15 mai: Français, partie A, 3^e

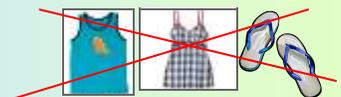
Commande d'effets scolaires

N'oubliez pas que vous pouvez commander les effets scolaires de votre enfant pour septembre prochain. Le formulaire a été envoyé à la maison ou vous pouvez commander en ligne. Le lien se retrouve sur le site web de l'école : www.ja.centrenord.ab.ca. (Voir partie droite, section Capsule.)

Code vestimentaire pour l'été

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

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



Coin de la pastorale scolaire

Célébration du sacrement de la confirmation :

aura lieu le 7 mai à 19h à la paroisse catholique francophone de St-Albert, à l'adresse suivante: 7, avenue St Vital à St-Albert. Soyez des nôtres pour prier et féliciter nos jeunes qui se préparent depuis plusieurs semaines à recevoir ce sacrement. Félicitations à : Léa L., Mélodie L., William C., Paul W., Benjamin C., Xavier D., Gabriel DI, Thibaut D., Joël D., Antoine M., Quentin G., Christian C., Cédric C., Samuel S., Émeric L.,

Nous prions pour vous lorsque vous recevez les dons du Saint-Esprit !

Première communion:

Félicitations à Sophie-Céleste G., Mathieu G., Alec C., Catherine -Rose H., Yasmine M., Alexandra V., Julianne V., Megan L., Jean-Rémi C., Delphine R., Luc L., Gabrielle L., Mora C., qui ont fait leur première communion dimanche dernier.

Célébration du Mois de Marie:

⇒ La liturgie sera préparée par les 2 classes de 6e année, le jeudi 8 mai prochain à 9h30.
Soyez des nôtres !

Projets de justice sociale:

⇒ **Nicaragua:** Pendant le Carême, nous avons reçu vos dons pour la mission du père Hébert au Nicaragua, pour un total de 212,47\$. Merci beaucoup !

⇒ **Recueil de vêtements d'enfants pour le CAÉ:** Vos dons ont été trop nombreux pour compter ! Il y a eu des douzaines de gros sacs qui ont été remis au Centre d'Accueil et d'Établissement. On en a rempli plusieurs véhicules. Un grand merci !

Soirée bénéfique Roots of Change-Source de développement, 5^e édition:

Samedi 7 juin 2014,

Holy Family Parish Hall, 75 Poirier Ave, St.Albert, AB.
18 h 30 rafraîchissements; 19 h souper

Joignez-vous à la Fondation Source de développement en une célébration de vie et d'humanité. Épaulez nos efforts à semer l'espoir dans les vies des Nicaraguayens. Des invités spéciaux incluant le père Denis Hébert, prendront la parole. Assistez à la célébration liturgique de 17 h qui sera concélébrée par le père Hébert. Les billets sont de 75\$ et vous recevrez un reçu aux fins d'impôts de 50\$ par billet. Toutes les sommes recueillies seront acheminées aux projets venant en aide aux pauvres du Nicaragua. Signalez le 780.459.8680 ou John.Schile@rootsofchange.ca



Prière pour le mois de Marie

Sainte Marie, Mère de Dieu,
garde-moi un coeur d'enfant,
pur et transparent comme une source;
obtiens-moi un coeur simple,
qui ne savoure pas les tristesses;
un coeur magnifique à se donner,
rendre à la compassion,
un coeur fidèle et généreux
qui n'oublie aucun bienfait
et ne tienne rancune d'aucun mal.
Fais-moi un coeur doux et humble,
aimant sans demander de retour,
joyeux de s'effacer dans un autre coeur devant ton divin Fils;
un coeur grand et indomptable,
qu'aucune ingratitude ne ferme,
qu'aucune indifférence ne lasse;
un coeur tourmenté de la gloire de Jésus-Christ, blessé de son amour
et dont la plaie ne guérisse qu'au Ciel.
Ainsi soit-il.

Prière écrite par Léonce de Grandmaison



Un aperçu du projet préscolaire NICA 2014
Proposé par
Roots of Change Foundation/Source de développement et
FUNDACCO/ Fundación Acción Comunitaria

Le projet préscolaire NICA englobe cinq écoles préscolaires dans quelques-uns des quartiers les plus pauvres de Managua Nicaragua. **Ces écoles s'appellent :**

Las Palmitas
Las Hormiguitas Conquistadoras
Esmeralda Palacios
Arco Iris
Rayito de Sol



En 2013, le nombre d'enfants inscrits au préscolaire variait de 40-130 avec un personnel enseignant de 2 ou 3 adultes par école. Ces écoles sont bien gérées par des enseignantes et parents dévoués.

Cependant, leur plus grand défi, c'est celui du financement.

Le gouvernement nicaraguayen offre un salaire mensuel de 500 cordobas (20\$ US) aux enseignantes et contribue un peu d'argent envers le programme alimentaire pour l'achat de céréales préparées sur place.

Les bâtiments ont tous besoin de réparations. Dans certains cas, les latrines sont en manque sérieux. Une des écoles n'a même pas les moyens de faire la cuisson sur place. Dans ce cas, les céréales et autres aliments sont apprêtés dans les maisons privées des parents, mais il arrive que l'on perde une certaine quantité de cette nourriture dans le processus puisque les familles luttent aussi pour nourrir leurs familles au quotidien.

Les ressources pour les programmes scolaires sont très limitées, comme c'est le cas pour les meubles de base.

Les représentants de FUNDACCO ont commencé à rencontrer les groupes de parents et aident

dans l'organisation d'ateliers d'artisanat ce qui permet aux enfants de s'amuser et de collaborer en utilisant leurs imaginations et leur créativité.



FUNDACCO souhaite pouvoir embaucher un travailleur social pour accompagner ces écoles préscolaires ainsi que les parents de ces quartiers **afin d'appuyer des initiatives, non seulement éducatives, mais également dans les domaines de la santé et du développement communautaire.**

Ces cinq préscolaires opèrent avec un budget de moins de 5000\$ US par année. Le budget proposé

par en 2014 par FUNDACCO est de 15 000\$ annuellement. Cet argent couvrirait les ressources scolaires, l'entretien des bâtiments et la nourriture.

Merci de considérer cette cause très valable!



Surveillez vos afficheurs (call display)!

Le service de transport veut améliorer le système de messages automatisés par téléphone qui vous avisent de retards et annulations d'autobus. Dès le mois d'avril 2014, deux nouvelles options seront disponibles :

1. Vous remarquerez un changement sur votre afficheur téléphonique (call display). Il pourrait afficher l'un ou l'autre ou les deux lignes ci-dessous :

Transport CSCN
888-882-7179

Il est donc très important de répondre aux appels qui sont affichés ainsi afin de ne pas manquer un avis de retard d'autobus.

2. Lorsque vous manquez un appel du système, vous pouvez maintenant téléphoner le numéro affiché pour réentendre le message envoyé.

Ces améliorations seront en période d'essai pour le printemps et si tout va bien resteront en place pour la rentrée au mois de septembre prochain.

Nouvel affichage/call display



Avisez-nous maintenant pour l'autobus en septembre!

Nous commençons déjà à planifier les trajets des routes d'autobus pour la rentrée scolaire en septembre 2014. Afin d'assurer que votre enfant soit ramassé et déposé comme il se doit chaque jour, veuillez **indiquer les changements nécessaires** sur la feuille « transport scolaire—septembre 2014 » que l'école vous remettra.

Voici les changements à nous communiquer si, pour le mois de septembre:

- vous prévoyez déménager; OU
- vous ne prévoyez pas utiliser le service de transport; OU
- les coordonnées utilisées présentement pour le transport de votre (vos) enfant(s) changeront (ex. changement de service de garde).

Veuillez remettre la feuille indiquant les changements à l'école **avant le 21 juin**. Après cette date, les envoyer directement au service de transport au Conseil scolaire Centre-Nord au Bureau 322, 8627, 91^e Rue NO, Edmonton (Alberta) T6C 3N1. Notez que le bureau du Conseil est ouvert tout l'été.

À noter: Les demandes de changements reçues après le 26 juin seront en vigueur, au plus tôt, le 22 septembre.

Merci de votre collaboration!

Service de transport
780 468-6440 ou 1 800 248-6886





Surfer en français



Vendredi 30 mai 2014 de 19h30 à 22h30
au parc aquatique du West Edmonton Mall



8\$ / à l'avance

10\$ / à la porte

0-2 ans / gratuit

La Société de parents de l'école Père-Lacombe vous invite à ce grand rassemblement annuel de toutes nos écoles du Conseil scolaire Centre-Nord.

Notez que les enfants de 7 à 10 ans doivent être accompagnés d'une personne de 16 ans ou plus et les enfants de 0 à 6 ans doivent être accompagnés d'un adulte en tout temps. Toutes les personnes auront besoin d'un billet pour entrer à la piscine. Le transport n'est pas fourni par l'école.

Au plaisir de vous voir en grand nombre !

Billets «Surfer en français»

Retourner ce coupon de commande à l'école pour acheter des billets.

Vos billets seront envoyés à la maison par l'entremise de votre enfant.

Nom de l'enfant : _____ Classe : _____

Nombre de billets _____ X 8\$ = _____ \$ *Argent comptant seulement*
(monnaie exacte, s.v.p.)

Signature du parent : _____

25^e
édition

La fête franco-albertaine



Fêter en grand après 25 ans!



3 au 6 juillet 2014

David Thompson Resort (30 minutes de Nordegg)

Passports en prévente à partir du 24 février au 26 mai 2014
www.fete-franco-albertaine.ca



Camp Soleil

Camp de jour en français

Pour les enfants de 6 à 11 ans
à La Cité Francophone (bureau 114)
du 2 juillet au 22 août, de 9 h à 16 h
Service avant/après disponible: 8h-9h/16h-17h
Au programme: activités variées et sorties



Pour plus d'information:
appelez le 780 468-6934
ou posez vos questions à
adjointe.iglf@fpfa.ab.ca



Pour s'inscrire, c'est facile :

www.institutguylacombe.ca



INSTITUT
GUY-LACOMBE
DE LA FAMILLE



ACFA

Régionale d'Edmonton

**Camps d'été d'arts
Pour enfants
5 à 11 ans et
12 à 16 ans**



Société francophone des arts visuels de l'Alberta

- Pour les 5 à 7 ans
- Du 8 au 11 juillet
- Du 5 au 8 août

Pour les 12 à 16 ans, deux jours
de 9h à 16h
Les 15 et 16 juillet
Les 19 et 20 août

Pour les 8 à 11 ans
Semaines de juillet

Semaines d'août

14 au 18
21 au 25
28 au 1 août

11 au 15
18 au 22
25 au 29

Les camps d'été se tiennent de 9h à 16h et se déroulent en français.



L'adresse
9103-95 Avenue
Edmonton, AB
Tél: 780-461-3427
Courriel: cava@shaw.ca



Le Camp Multi-Arts d'Edmonton

présente:

COSMOS

ATTENTION...
PLACES LIMITÉES!

300 \$ POUR LES 2 SEMAINES
ONLY \$ 300 FOR TWO WEEKS

Deux semaines de danse, théâtre, musique et arts visuels
Two weeks of dance, theater, music and visual arts

Du 5 au 15 août 2014 * August 5th to the 15th, 2014

Pour les jeunes de la 1^{re} à la 9^e année des écoles francophones
Pour les jeunes de la 4^e à la 9^e année des écoles en immersion française

Grades 1 to 9 for students enrolled in a Francophone school
Grades 4 to 9 for students enrolled in an immersion program. ***

*** Participants must be able to understand and speak fluently in French











www.cdmalberta.ca / www.lunithéâtre.ca / www.lagrandoie.com



FICHE D'INSCRIPTION / REGISTRATION FORM

Nom de l'enfant / *Child's name* : _____

Année scolaire / *Grade* : _____ Date de naissance / *D.O.B.* : JJ/MM/AA

Adresse / *Address* : _____

Téléphone : () _____ Courriel / *E-mail*: _____

Nom d'un parent / *Parent's name* : _____

DATES ET COÛTS / DATES AND COST

Du 5 au 15 août 2014 / August 5th to the 15th 2014

300 \$

275 \$ par enfant si plus d'une inscription par famille / 275 \$ per child if more than one registration per family

MODALITÉS DE PAIEMENT / PAYMENT METHOD

Visa MasterCard Comptant / Cash Chèque / Cheque Debit

(Chèque au nom de / Cheque made out to : L'UniThéâtre)

****LES ORGANISATEURS SE RÉSERVENT LE DROIT D'ANNULER / THE ORGANIZERS RESERVE THE RIGHT TO CANCEL****

EN CAS D'URGENCE / IN CASE OF EMERGENCY

Nom / *Name* : _____ Lien / *Relationship* : _____

Téléphone : 1 _____ 2 _____

No. d'assurance-santé / *Health Insurance No.*: _____

MON ENFANT A DES PROBLÈMES DE SANTÉ OU DES ALLERGIES!

MY CHILD HAS HEALTH PROBLEMS OR ALLERGIES! OUI / YES NON / NO

Si 'OUI', veuillez spécifier / If 'Yes', please specify ;

AUTORISATION / AUTHORIZATION :

J'autorise les organisateurs du camp à utiliser, à des fins promotionnelles, des photos et des vidéos dans lesquelles mon enfant apparaît /

I authorize the camp organizers to use photos and videos in which my child appears for promotional purposes.

Signature : _____ **Date :** _____

POSTEZ LE TOUT À / MAIL TO : L'UniThéâtre
#126, 8627 rue Marie-Anne-Gaboury (91^e Rue)
Edmonton (Alberta) T6C 3N1
Information: 780-760-0130 poste 2





VIVEZ L'EXPÉRIENCE DU **GOLF!**
PAR EXCELLENCE!

25^e GOLF PAR EXCELLENCE

VENEZ VIVRE UNE TOUTE NOUVELLE EXPÉRIENCE!

La 25^e édition du Golf par excellence promet d'être plus qu'un simple tournoi de golf!
Venez jouer au golf et vivre l'expérience francophone à son meilleur.

OÙ :

Raven Crest Country Club

QUAND :

le samedi 13 septembre 2014

8 h 00 : Départ Shotgun

13 h 00 à 14 h 30 : Banquet

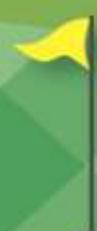
✦ Préinscription de quatuor
jusqu'au 14 juillet 2014 :
550\$ / quatuor

Après le 14 juillet 2014 :
600 \$ / quatuor

Frais d'inscription individuelle :
150 \$ / golfeur

Banquet seulement :
45 \$ / personne

✦ Prix de présence, activités
et dégustations sur les trous!



CETTE ANNÉE, L'AMBIANCE SERA À LA FÊTE, FAITES-EN PARTIE!

Pour inscription et plus de renseignements www.lafsfa.ca ou 780.469.1367

FEFA

COEA

Le 16 avril 2014

RENSEIGNEMENTS IMPORTANTS SUR LA ROUGEOLE À L'INTENTION DES CADRES ET DU PERSONNEL DE L'ÉCOLE ET DES PARENTS ET TUTEURS

Depuis le début de l'année 2014, on observe une hausse importante et inhabituelle du nombre de cas de rougeole au Canada. En effet, on a signalé des cas dans cinq provinces canadiennes : la Colombie-Britannique, l'Alberta, la Saskatchewan, le Manitoba et l'Ontario. Jusqu'à maintenant, on a diagnostiqué 14 cas confirmés de rougeole en Alberta cette année. Plus récemment, des centaines de personnes fragiles ont été exposées à quelques cas de rougeole en milieu scolaire.

La rougeole, une maladie extrêmement contagieuse et pouvant être mortelle, représente un grand risque pour les enfants et les jeunes adultes qui n'ont pas reçu les deux doses du vaccin antirougeoleux. En plus de symptômes comme la fièvre, des otites, des éruptions cutanées et la pneumonie, de rares complications peuvent survenir, notamment l'encéphalite (enflure du cerveau), des convulsions et la mort. La meilleure façon de protéger les enfants et les adultes de la rougeole est de s'assurer que leur immunisation contre cette maladie est à jour. En Alberta, le vaccin antirougeoleux est offert gratuitement dans les cliniques de santé publique grâce au programme de vaccination financé par la province. Les enfants doivent recevoir leur première dose de vaccin antirougeoleux à 12 mois et leur deuxième dose, entre quatre et six ans.

La rougeole peut se propager rapidement dans une école. Si un cas de rougeole se déclare en milieu scolaire, le personnel de santé publique des Services de santé de l'Alberta (AHS) travaillera immédiatement à dresser la liste des élèves et du personnel à risque. Il examinera les dossiers de vaccination des élèves et du personnel exposés afin d'y trouver les antécédents vaccinaux et de vérifier si ces personnes ont reçu les deux doses du vaccin contre la rougeole aux âges et intervalles appropriés. Les personnes qui n'ont pas d'antécédents vaccinaux devront se faire vacciner. C'est là la meilleure façon d'éviter la contamination par la rougeole et d'en réduire le risque de propagation en cas d'exposition à l'école.

Toujours dans le but de réduire le risque de rougeole dans les écoles et de protéger les personnes les plus à risque de contracter la maladie et de souffrir de complications, les personnes fragiles qui sont entrées en contact avec un cas contagieux seront exclues de l'école, qu'il s'agisse d'élèves, d'enseignants ou de bénévoles.

Un individu fragile se définit comme une personne née en 1970 ou après et répondant aux critères suivants :

- absence d'antécédents vaccinaux documentés démontrant que le sujet a reçu deux doses d'un vaccin antirougeoleux aux intervalles appropriés depuis son premier anniversaire; ET
- absence de preuve sérologique de l'immunité; ET
- absence de preuves laboratoires d'une infection antérieure par la rougeole.



La santé mentale *ça compte!*

La semaine de la sensibilisation
à la santé mentale
Du 5 au 9 mai 2014

Je tiens
à
toi!

FamilySmart

pour la santé mentale
des enfants et des jeunes

7 mai

HEURE FAMILIALE

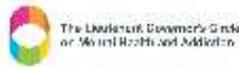


Jeudi 8 mai

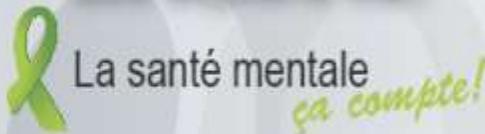
Les familles sont de toutes les formes, de toutes les tailles et de partout. Consacrez une heure à la santé mentale de votre famille.

Allez marcher, jouez à un jeu, soupez ensemble, participez en famille à une activité santé puis faites part de votre expérience sur Twitter avec **#care4u**.

Pour de plus amples renseignements,
www.safeandcaring.ca
www.education.alberta.ca/mentalhealthmatters
<http://www.familysmart.ca/news/brand-new-website>



Commencez la conversation dès aujourd'hui!



La semaine de la sensibilisation
à la santé mentale

Du 6 au 10 mai 2014

Une voix collective pour la santé
mentale des enfants

Je tiens à toi!

La journée nationale de la santé mentale
des enfants et des jeunes

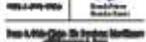
7 mai 2014

Affichez votre appui :

ACSM « Dites-nous comment vous vous sentez vraiment » - www.mentalhealthweek.ca/fr/

Les partenaires pour la santé mentale « Présent pour toi » - www.rightbyyou.ca/fr/

Les éditions Laundry battent le record mondial Guinness - www.LaundryBooks.com/recordblog/



Café-rencontre



Mardi 6 mai

Avec des collègues qui travaillent avec des enfants, prenez une minute pour visionner la vidéo au <http://www.education.alberta.ca/admin/supportingstudent/safeschools/mhm/understand.aspx>, en discuter en prenant un café ensemble et envoyez vos impressions sur Twitter avec #care4u.

Coup de chapeau pour la santé mentale!



Mercredi 7 mai

Où que vous soyez, coiffez-vous d'un chapeau pour afficher votre appui à la santé mentale des enfants et des jeunes. Envoyez votre photo sur Twitter avec #care4u.

Heure familiale



Jeudi 8 mai

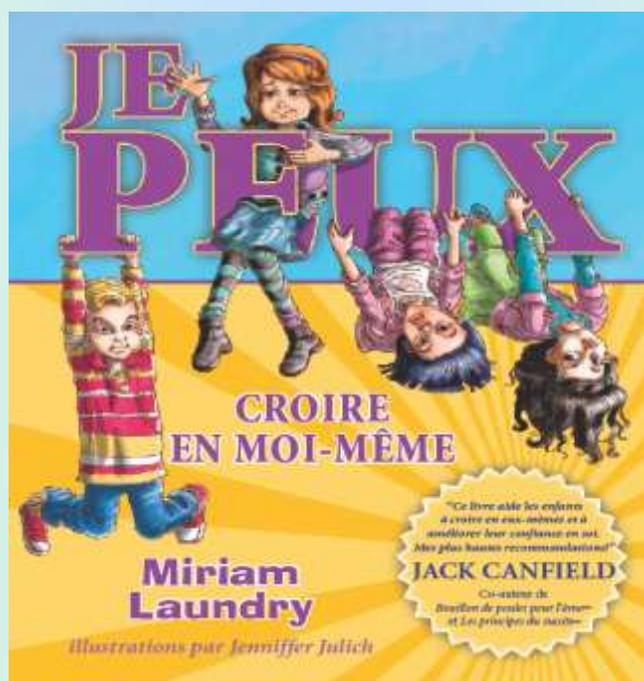
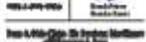
Consacrez une heure de votre temps à la santé mentale de votre famille. Allez marcher, jouez à un jeu - trouvez des occasions de passer du temps ensemble puis faites part de votre expérience sur Twitter avec #care4u.

#CARE4u



Vendredi 9 mai

Faites connaître votre engagement envers la santé mentale - la vôtre, celle de votre famille, de vos amis, dans votre école, dans votre communauté sur Twitter avec #care4u.



Prévoyez des collations santé à consommer après l'école

Que ce soit à la maison ou en route pour une activité parascolaire, vos enfants auront certainement envie de grignoter quelque chose après l'école.

Des collations santé bien planifiées donneront aux enfants l'énergie supplémentaire dont ils ont besoin pour grandir et être actifs. Essayez de leur offrir les collations au moins deux heures avant le repas pour éviter qu'ils n'aient pas faim au moment des repas.

Pour chaque collation, choisissez des aliments qui proviennent de deux des quatre groupes du *Guide alimentaire canadien*.



Soyez prévoyant en gardant dans votre réfrigérateur et vos armoires des ingrédients dont vous pouvez vous servir pour préparer rapidement ces collations santé :

- Lavez, puis coupez des fruits et des légumes et conservez-les dans un contenant au réfrigérateur; ils seront ainsi plus faciles à attraper sur le pouce.
- Gardez dans votre voiture ou

les sacs de sport quelques collations non périssables, comme des noix sans sel ajouté, des bretzels, des craquelins de blé entier afin de compléter les autres aliments dont vous aurez besoin pour les activités parascolaires ou les événements sportifs.

- Coupez des tranches de fromage faible en gras pour accompagner des craquelins de blé entier, des pains pitas miniatures de blé entier ou des tranches de pomme.
- Essayez d'enrouler une tortilla de blé entier autour d'une banane après y avoir étalé du beurre d'arachide.

- Mélangez du yogourt faible en gras avec des fruits frais, surgelés ou en conserve.



- Essayez de boire de l'eau, du lait, des boissons de soya enrichi ou du jus à 100 % avec vos collations. Limitez votre consommation de jus à une demi-tasse (125 ml) par jour.

Pour en savoir davantage sur les collations santé, consultez le site suivant : <http://www.albertahealthservices.ca/SchoolsTeachers/if-sch-nfs-healthy-snacking.pdf>

Pour garder la forme, marchez ou prenez votre vélo pour vous rendre à l'école!

La marche, la bicyclette, le patin à roues alignées et la planche à roulettes sont des moyens de transport actif pour se rendre à l'école, au parc ou dans les magasins. Ils sont aussi connus depuis longtemps pour être une source importante d'activité physique pour les enfants et les jeunes.

Si les enfants marchaient pour tous les déplacements de moins de un kilomètre au lieu d'être accompagnés en voiture, ils feraient en moyenne 2 238 pas supplémentaires par jour!

Cela représente environ 15 à 20 minutes de marche et peut, par conséquent, contribuer de manière considérable aux 60 minutes



d'activité physique quotidienne dont ils ont besoin pour être en bonne santé.

En plus d'améliorer la santé physique en général, le transport actif peut :

- Accroître la forme et la santé cardiovasculaire
- Améliorer le rendement scolaire
- Favoriser la socialisation

Réduire le stress
Améliorer la qualité de l'air et diminuer ainsi le risque de maladie pulmonaire (par ex. l'asthme)

Profitez donc du temps chaud et pour votre prochaine sortie, choisissez un moyen de transport actif pour votre famille et pour vous!

Faites appliquer un scellant sur cette dent

Le scellant :

- est une mince couche de plastique blanche ou transparente que l'on applique sur la surface de mastication des molaires où se forment le plus souvent les caries.
- aide à garder les sillons profonds propres afin que les aliments et les bactéries ne puissent y pénétrer.
- est confortable, facile et rapide à appliquer.

Demandez à votre dentiste de vous fournir plus de renseignements sur les scellants.





Mai 2014



Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi
				1 Jour 5 Génies en herbe À l'école La Mission à St-Albert	2 Jour 1 Génies en herbe À l'école La Mission à St-Albert Vision 20/20 - CSCN	3 Vision 20/20 CSCN
4	5 Jour 2 Excursion 3 ^e à Telus World	6 Jour 3 19 h 30 Réunion de la Société de parents	7 Jour 4	8 Jour 5 9 h 30 Liturgie du mois de Marie	9 Jour 1 Excursion 6 ^e au Centre Bennett	10 Jour 1
11 	12 Jour 2 TDR-6 ^e -français 19 h - Conseil d'école	13 Jour 3 TDR-3 ^e -anglais Excursion 5 ^e	14 Jour 4 TDR-6 ^e -anglais Prémamanelle Manon Visite la maternelle	15 Jour 5 TDR-3 ^e -français	16 Congé Journée pédagogique	17
18	19 Congé Fête de la reine	20 Jour 1	21 Jour 2 CEPP visite la maternelle	22 Jour 3	23 Jour 4	24 19 h Danse familiale au gymnase de l'école
25	26 Jour 5 Excursion 4 ^e au Fort d'Edmonton	27 Jour 1	28 Jour 2	29 Jour 3	30 Jour 4 Journée Adrien-Bouchard Repas chaud	31



SJA Note Pad

May 2014 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

Message from the principal

Dear parents,

As we welcome spring and appreciate the milder weather, we also welcome Mme Aline Dupuis-Gervais to the kindergarten class while Mme Stéphanie is on maternity leave. We wish her success and happiness as part of our team and the Ste-Jeanne-d'Arc family.

The month of May will be brimming with activity, starting with our two teams who will compete in «Génies en herbe» at École La Mission in St-Albert on Thursday May 1st (evening) and Friday, May 2nd. Good luck to both teams and a heartfelt thanks to Mme Kathleen, Mme Diane and Mme Liza who trained the students, in the hopes of repeating last year's victory !

The grade 3 and grade 6 students are preparing for parts A of the provincial achievement tests. Success to all !

The parent committee is organizing a family dance on Saturday, May 24th. Please mark your calendars ! More details to come in the following weeks.

On May 30th, , there will be the «Fête Ste-Jeanne-d'Arc» for K-3; «Journée Adrien-Bouchard» for 4-6, and «Surfer en Français» at West Edmonton Mall for everyone !

Blessings to all during The Month of Mary ! And Happy Mother's Day to all our Moms and Grandmas on May 11th !

Regards,

Adèle Amyotte,





Check your call display!

The transportation service wants to improve the automated telephone message system that notifies you of bus delays and cancellations. Beginning in April 2014, two new options will be available:

1. You will notice a change on your call display. It may display either one or both of the two following callers:

Transport CSCN
888-882-7179

Therefore, it is very important to answer the calls that are displayed this way to avoid missing a bus delay notification.

2. If you do miss a call from the system, you can now call the number displayed to hear the message again.

These improvements will be implemented on a trial basis for the spring and, if all goes well, will remain in place for the new school year next September.

New call display



Notify us now for the bus in September!

We are already starting to plan the bus routes for the new school year in September 2014. In order to ensure that your child is picked up and dropped off where he or she should be everyday, please indicate any necessary changes on the « Transport scolaire—septembre 2014 » sheet you will receive from the school.

Here are the changes you must notify us about if, in September:

- you plan on moving; OR
- you do not intend to use the transportation service; OR
- the contact information currently used for your child's (children's) transportation will change (e.g.: change in daycare).

Please return the sheet with the changes to the school before June 21st. After this date, send it directly to the Conseil scolaire Centre-Nord's transportation service at Suite 322, 8627, 91st Street N.W, Edmonton (Alberta) T6C 3N1. Please note that the School Board office is open all summer.

Note: Requests for changes made after June 26th will take effect, at the very earliest, on September 22nd.

Thank you for your cooperation!

Transportation Service
780 468-6440 or 1 800 248-6886



Caregiver Education Sessions

These **free sessions** are intended to provide parents, caregivers, teachers, and community members with basic information about addiction and mental health challenges that can impact children and youth.

Self-Regulation

Do you wish you had more information to help children handle strong emotions?
Did you know that self-regulation is an essential element to lifelong success?

This session will define self-regulation and how it is used in everyday life. It will provide a helpful review regarding the development of self-regulation in children and adolescents. The strategies and resources provided will empower and foster caregivers' essential skills to increase **children's** mental health **and** resiliency!

Date: April 15, 2014
Time: 7:00 – 7:45 p.m.
Location: Calder Elementary
School 12950-118 St
Room: Library

Register at:
<https://www.surveymonkey.com/s/SelfRegulationApril152014>

Understanding Self-Injury & Interventions 101

Wondering how you can support a youth who may be self-injuring? Do you know the warning signs or the reasons behind this behavior?

This session will help caregivers increase awareness about adolescents who may be intentionally injuring themselves. We will explore the motivation behind the behavior and provide practical strategies and resources for you to support youth who may be self-injuring.

Date: April 29, 2014
Time: 5:00 – 6:30 p.m.
Location: Rosslyn Jr. High School
13215-113 A St
Room: Library or Gymnasium

Register at:
<https://www.surveymonkey.com/s/SelfInjuryApril292014>

Anxiety Disorders in Children and Adolescents 101

Do you ever wonder how you can support a child struggling with anxiety? Did you know anxiety is the number one concern identified by children?

This session will distinguish between normal anxiety and anxiety disorders. It will help to identify signs that a child or adolescent is experiencing problems with anxiety. Caregivers will gain strategies to assist their children and **adolescents** in managing their anxiety **and** improving **their** mental health.

Date: May 8, 2014
Time: 5:00 – 6:30 p.m.
Location: Queen Elizabeth High
9425 – 132 Ave
Room: Cafeteria

Register at:
<https://www.surveymonkey.com/s/AnxietyMay82014>

Substance Use in Adolescents

How do you keep your adolescent from becoming involved with substance use?
How or when do you approach your teen if you suspect they are using substances?

This session will provide caregivers with current information regarding drug trends as well as strategies to intervene and support teens who are using substances. We will discuss ways to address issues related to substance use as they arise.

Date: May 27, 2014
Time: 5:00 – 6:30 p.m.
Location: Florence Hallock School
16437 – 87 St
Room: Gymnasium or Library

Register at:
<https://www.surveymonkey.com/s/SubstanceUseMay272014>

**Space is Limited!
Register Early!**

Mental Health matters

Mental Health Awareness Week
May 5-9, 2014



FAMILY HOUR



Thursday, May 8
Families come in all shapes, sizes and places. Invest an hour to support positive mental health in your family.

Take a walk, play a game, eat dinner together, do a healthy activity as a family then tweet your experience #care4u



For more information
www.safeandcaring.ca
www.education.alberta.ca/mentalhealthmatters
www.instituteoffamilies.ca



Start the Conversation Today!

Mental Health matters

Mental Health Awareness Week
May 5-9, 2014

One collective voice supporting
children's mental health

I Care about You!

National Child and Youth Mental Health Day
May 7, 2014

SHOW YOUR SUPPORT:

CMHA "Are you phine or fine?" - www.mentalhealthweek.ca

Partners for Mental Health "Right By You Campaign" - www.rightbbyou.ca

Laundry Books Break a Guinness World Record - www.LaundryBooks.com

COFFEE CONVERSATION



Tuesday, May 6
Adults who work with kids take a minute to watch a video and discuss over a cup of coffee. Access the video and conversation guide at www.safeandcaring.ca

HATS ON FOR MENTAL HEALTH!



Wednesday, May 7
Wear a hat wherever you are to show your support for child and youth mental health! Tweet your photo to #care4u

FAMILY HOUR

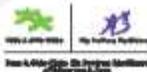


Thursday, May 8
Invest an hour to support positive mental health in your family. Take a walk, play a game - find opportunities to spend time together.

#CARE4u



Friday, May 9
Share how you care about Positive Mental Health - for yourself, your family, your friends, your school, your community. Tweet your picture/message to #care4u



Mental Health Awareness Week Overview

Our collective voice and collective action can make a difference! We want to support the mental health of children and youth by showing that we care. We want every child to have a sense of belonging with friends, families, schools and communities. Mental Health Awareness Week is a week to connect with kids and let them know that their mental health is important to us and we are there for them.

We ask you to take part in “# **Care About You**” **Mental Health Awareness Week May 5 – 9**.

Help to support awareness in your families, workplaces, schools, and community by getting involved.

Adults who support and recognize the importance of healthy relationships can have a significant impact on the children and youth in their community. Just like physical health, everyone has mental health. Good mental health is not merely the absence of mental health problems. People who are mentally healthy build and maintain healthy relationships, they are resilient and can easily adapt to change, they have balance in their lives and better self- confidence. Emotionally healthy children and youth are more likely to be successful in school and in life.

Mental Health Awareness Week Events May 5 – 9

- *May 5 – Share your Mental Health Awareness Week events with your local media*
- *May 6 – Coffee Conversation*
 - on Tuesday, May 6 adults who work with children and youth are invited to take a minute to watch and discuss “**Enhancing Adult Capabilities to Improve Child Outcomes**” (Harvard Centre for the Developing Child) over a cup of coffee. Access the link and a conversation guide at www.safeandcaring.ca
- *May 7 - Hats on for Mental Health*
 - on Wednesday, May 7 wear your favorite hat and let people know why! Schools are asked to encourage their students to wear hats and to spread the message in the community. Tweet your picture to #care4u
- *May 8 – Family Hour*
 - on Thursday, May 8 spend an hour together as a family doing an activity supporting healthy family relationships. Take a walk, eat dinner together, play a game, do an activity together. Tweet about your experience at #care4u
- *May 9 - Share How you Care - Tweet your support - #care4u*
 - on Friday, May 9 ‘share how you care’, tweet us at #care4u, about how you are supporting positive mental health and building positive relationships in your life, family, school, and community.

Support events in your local area!



Coffee Conversation Guide

Building Adult Capabilities to Improve Child Outcomes: A Theory of Change

http://developingchild.harvard.edu/resources/multimedia/videos/theory_of_change

Center on the Developing Child  HARVARD UNIVERSITY

Reflect: *Questions to consider before viewing the video:*

What are some social challenges that face our society today? How do these challenges affect our children?

Listen: *Consider these questions as you watch the video and then discuss in your groups:*

What are the sources of toxic stress in our community and how can we reduce them?

How do we actively skill build, coach and train to strengthen the capacity of the adults in our organization?

Have we created an environment of relationships in our organization.... Our community?

What are we doing to actively build skills in parents, providers and community members?

Take Action:

How can we have better outcomes for our children?

What can we be doing differently?

Who in our community could we invite to do this work with us?

What "light bulb" moment can you take away today and continue to discuss with others?



Mental Health Awareness Week

May 5 – 9

Start the Conversation Today!

Plan Ahead for Healthy After School Snacking

Whether your kids spend their after school time at home or on the way to an extra-curricular activity, they may be hungry for a snack.

Planned healthy snacks will help children get the extra energy they need to grow and be active. Try to offer snacks at least 2 hours before a meal to prevent your child from being too full at meal time.

Aim to choose foods from 2 of the 4 food groups from *Canada's Food Guide* in



every snack.

Plan ahead by stocking your fridge and cupboard with items that can be used to make these quick and healthy snacks:

- Wash and slice vegetables and fruits- store them in a container in the fridge so they are easy to grab on the go.

- Keep a small supply of non-perishable snacks such as no added salt nuts, pretzels, or whole grain crackers in the car or in sports bags to supplement other items needed for after school activities or sporting events.
- Slice low-fat cheese and eat with whole grain crackers, mini whole grain pitas, or apple slices.
- Try spreading peanut butter on a whole wheat tortilla and roll it around a banana.

- Mix low-fat yogurt with fresh, frozen, or canned fruit.
- Pair snacks with water, milk, fortified soy beverage, or 100 per cent fruit juice. Limit juice to half a cup (125 mL) per day.



For more information about healthy snacking, please visit: <http://www.albertahealthservices.ca/SchoolsTeachers/lf-sch-nfs-healthy-snacking.pdf>

Fit in Fitness - Walk or Bike to School!

Active transportation – walking, biking, in-line skating and skateboarding to get to and from places such as school, parks and shops – has long been known to be an important source of physical activity for children and youth.

If children walked for all trips of less than one kilometer rather than being driven, they would take an average of 2,238 additional steps per day!

This translates to approximately 15-20 minutes of walking and thus has the potential to make a substantial contribution to the 60 minutes of daily



physical activity kids need for overall health.

In addition to improving overall physical health, active transportation may:

- Improve fitness and heart health
- Increase academic achievement

- Provide social opportunities
- Reduce stress
- Improve air quality and reduce risk of lung diseases (e.g., asthma)

So take advantage of the warmer weather and choose an active mode of transportation to get to you and your family to your next destination!

Seal That Tooth

Sealants:

- Are a clear or white thin plastic coating placed on the chewing surface of back teeth where most cavities are found.
- Help to keep deep grooves clean so food and bacteria can't get inside.
- Are easy, comfortable and quick to place.
- Ask your dental health professional for more information on sealants.

