



Le Commu-Noté SJA

Édition janvier 2015



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 j'en profite pour vous souhaiter une bonne et heureuse année, et la santé, tout au long de 2015 ! J'espère aussi que vous avez pu profiter du congé de Noël pour faire le plein d'énergie et pour fêter avec vos proches !

Je tiens à vous remercier d'être venus en si grands nombres aux soirées de Noël les 16 et 17 décembre derniers. Nous espérons que notre nouvelle tradition ait été une belle expérience pour vous et vos enfants. Pour une première expérience, j'ose croire que ce fut bien réussi. Si vous avez des commentaires ou suggestions pour l'an prochain, il me fera plaisir de les recevoir.

Ski et patinage: Les 4 prochains lundis, il y aura du ski et/ou du patinage pour les élèves. Étant donné qu'il s'agit d'activités d'école, tous les élèves se rendront soit à la pente de ski ou à l'aréna, car tous les enseignants et aides-élèves y seront aussi. Si votre enfant ne participe pas à l'activité proposée, il ou elle pourra faire de la lecture ou du travail sous la supervision de son enseignant.e. ou autre membre du personnel.

Avis d'absence prolongée: Un rappel que si votre enfant sera absent de l'école pour une durée prolongée, les titulaires et le secrétariat doivent être avisés des dates des absences prévues. Ceci nous évitera de faire inutilement des appels quotidiens, et nous saurons de ne pas nous inquiéter pour l'assiduité de l'enfant. Merci à vous qui le faites déjà, votre collaboration est bien appréciée.

Sondage du ministère: D'ici quelques semaines, nous (élèves, enseignants, parents) auront à compléter un sondage de satisfaction venant du ministère de l'éducation. Le tout se fera en ligne. Restez aux aguets pour de plus amples informations à venir.

St-Vincent-de-Paul: La paroisse St-Thomas d'Aquin a mis sur pied une œuvre charitable pour aider aux membres de notre communauté dans le besoin. Nous avons placé une grosse boîte au bureau pour accepter vos dons de vêtements ou autres objets pour la maison qui sont propres et utilisables. Merci à l'avance de votre générosité habituelle.

Bien à vous,

Adèle Amyotte



Pastorale scolaire

Retour sur le mois de décembre– Soirées de Noël/Liturgie de Noël

Une nouvelle tradition a vu le jour les 16 et 17 décembre derniers. Nous avons choisi de fêter la venue de Jésus en communauté, en fêtant, en partageant la joie de Noël en grande famille. Le point fort des soirées fut la procession vers « Bethléem » pour chanter ensemble en adorant la crèche vivante. Et, pour clore la semaine, le vendredi 19 décembre, lors de la liturgie de Noël, l'homélie du père Daniel Tshimbalanga a été le point saillant de notre célébration. Par ces activités et ces témoignages, nous espérons avoir contribué à un sentiment de paix, d'amour et de joie qui a pu vous animer pendant tout le temps des fêtes ! Merci à tous qui ont contribué au succès de ces événements.



La classique hivernale

Depuis 2 ans, les écoles La Mission et Citadelle participent à une classique hivernale à St-Albert pour mettre en valeur leurs programmes respectifs de hockey. Le 17 décembre dernier, les Chevaliers de SJA en ont fait partie pour la première fois ! Nos hockeyeurs et hockeyeuses se sont donnés à cœur joie pour très bien représenter notre école tout en s'amusant. En cliquant sur le lien suivant, vous aurez le reportage du Radio-Canada de la partie.

[http://ici.radio-canada.ca/emissions/telejournal_alberta/2014-2015/Reportage.asp?](http://ici.radio-canada.ca/emissions/telejournal_alberta/2014-2015/Reportage.asp?idDoc=358539)

[idDoc=358539](http://ici.radio-canada.ca/emissions/telejournal_alberta/2014-2015/Reportage.asp?idDoc=358539) . Merci à M. Luc, l'enseignant entraîneur des Chevaliers, ainsi qu'aux organisateurs du tournoi des écoles de La Mission et de Citadelle.



Activités en janvier

Ski : À partir de cette année, tous les élèves de la 3e à la 6e année pourront participer aux trois journées de ski prévues les 12 et 26 janvier et le 2 février à la pente de Sunridge. Nous espérons que cette nouveauté fera plaisir à tous !

Patinage: Les élèves de la maternelle à la 2e année feront du patinage à l'aréna Kenilworth à côté de l'école les 12, 19 et 26 janvier ainsi que le 2 février. Veuillez svp noter l'heure exacte du départ pour le groupe d'âge de votre enfant tel qu'indiqué sur la feuille d'information envoyée à la maison.

Les enfants et le stress – ce que peuvent faire les parents

Pour les enfants, la vie peut devenir très exigeante avec le travail scolaire, les problèmes familiaux, les amis, les activités parascolaires et les responsabilités à la maison. Les enfants peuvent donc commencer à ressentir du stress et de l'anxiété sans savoir quelles en sont les causes ni comment les gérer.

Les enfants ont de la difficulté à nommer les émotions qu'ils ressentent. Souvent, ils ne se rendent pas compte que les symptômes physiques qu'ils ressentent peuvent être liés au stress. Les enfants n'ont pas assez d'expérience pour reconnaître les impacts du stress sur leur vie. Comme parent, vous pouvez aider votre enfant à comprendre et reconnaître le stress. Voici les signes courants de stress néfastes pour les enfants : manque d'appétit, suralimentation, problèmes de sommeil, maux de tête ou de ventre fréquents (même si le médecin n'a diagnostiqué aucun problème physique), irritabilité, débordements émotionnels, inquiétude excessive, anxiété lors du départ des parents et pleurs.



Il est important de remarquer les changements de comportement de votre enfant et de les décrire pour ouvrir le dialogue avec votre enfant (p. ex., « J'ai remarqué que tu n'es plus aussi enthousiaste d'aller à l'école. [Donnez un exemple concret : Hier à ton retour à la maison, tu as lancé des livres et avait l'air fâché. Ce matin tu m'as dit ne pas vouloir aller à l'école. Est-ce qu'il y a quelque chose qui ne va pas?] »). Cela montre à votre enfant que vous vous préoccupez de lui et que vous l'appuyez. Demandez-lui comment il se sent et écoutez-le afin d'instaurer la confiance. Aidez-le à mettre un nom sur ses émotions (p. ex., je suis fâché, je suis triste, j'ai faim) et déterminez ce qui pourrait causer son stress.

Vous pouvez aider votre enfant à réduire son niveau de stress de plusieurs façons, par exemple :

- Encouragez-le activement à prendre du temps pour lui-même, à être physiquement actif, à écouter de la musique, à lire des livres, à passer du temps avec les membres de sa famille et ses amis, à dormir suffisamment, à avoir du plaisir et à respirer profondément.
- Montrez l'exemple en adoptant des habiletés d'adaptation saines : prendre des respirations profondes lors des situations stressantes, manger sainement, dormir suffisamment et chercher à obtenir de l'aide lorsque le besoin se fait sentir.

Le saviez-vous?

Être actif physiquement tous les jours peut aider votre enfant à :

- améliorer sa concentration
- améliorer son comportement
- avoir de meilleurs résultats scolaires
- développer une bonne estime de soi
- renforcer le sentiment d'appartenance à l'école
- améliorer les habiletés des mouvements fondamentaux
- dormir mieux et avoir plus d'énergie
- lutter contre les infections et les maladies
- améliorer sa santé physique et mentale
- maintenir des os, un cœur, des muscles et un corps en santé

Pour obtenir des idées amusantes pour rester actif, consultez les sites suivants :

- <http://www.participaction.com/fr/get-moving/tips/>
- <http://activeforlife.com/fr/>



INVITATION

ATELIER : « BUDGET FAMILIAL ET PRESSION DE LA CONSOMMATION »

Le Centre d'accueil et d'établissement du Nord de l'Alberta vous invite à participer à son atelier intitulé :

BUDGET FAMILIAL ET PRESSION DE LA CONSOMMATION

Quand : Samedi 10 janvier 2015

Heure : De 11h00 à 13h00

Lieu : Au Centre d'accueil - salle 108A

Animé par Mlle Cynthia Ivoula, directrice adjointe à l'institut Guy Lacombe de la famille, cet atelier est une excellente occasion pour :

- Apprendre à élaborer un budget familial,
- Découvrir des stratégies utiles pour faire face à la pression de consommation,
- Et obtenir gratuitement une grille budgétaire.

Pour de plus amples informations, appelez au 780-669-6004.

Bienvenue à tous !

communiqué

ONIVA! UNE ÉMISSION TOUJOURS AUSSI BRANCHÉE!

Edmonton, le 7 janvier 2015 – La série jeunesse ONIVA! est de retour! Produite entièrement dans l'Ouest, la nouvelle saison comporte 16 épisodes inédits de 30 minutes sur des sujets qui touchent les jeunes. Prêts, pas prêts, on vous attend dès le 11 janvier sur ICI Radio-Canada Télé.

Les segments d'émission proviennent des provinces de l'Ouest et de l'Ontario. Du 11 janvier au 26 avril 2015, les jeunes et les moins jeunes pourront redécouvrir ONIVA! les dimanches à 9 h 30 (en rediffusion le samedi suivant à 11 h) sur ICI Radio-Canada Télé ou les revoir sur ici.radio-canada.ca/tele/oniva/2014-2015/.

Des visages déjà connus!

Forts de leur expérience et de leur complicité, Olivier Mercure et Mae Anderson se partageront l'animation. Vous pourrez découvrir les bons plats du Chef Bouffe TV Henri Davoine, qui, cette année encore, vous en mettra plein la vue!

ONIVA! fait place aux talents et prépare la relève

ONIVA! permettra à 14 adolescents de l'Ouest de 12 à 17 ans de s'exprimer à la télé et de démontrer leur sens journalistique, où dix d'entre eux seront reporters juniors tandis que quatre seront vidéoblogueurs.

Soutien au volet pédagogique

ONIVA! fait partie du volet pédagogique des écoles canadiennes depuis un peu plus de 10 ans. En plus de stimuler l'apprentissage des élèves, la série permet aux enseignants de faire interagir les préadolescents sur une différente thématique à chaque semaine. Les professeurs sont encouragés à télécharger gratuitement le guide pédagogique de ONIVA! sur : <http://ici.radio-canada.ca/tele/Oniva/2014-2015/Zone-Des-Profs>

Un nouveau site Web ONIVA! : <http://ici.radio-canada.ca/tele/oniva/2014-2015/> ainsi qu'une page Facebook <http://www.facebook.com/ONIVAtele> complètent les outils disponibles aux enseignants de partout au pays.

Un espace pour nous tous est la stratégie de CBC/Radio-Canada pour transformer le diffuseur public et lui permettre de remplir son mandat auprès des Canadiens, maintenant et pour les générations à venir. Jusqu'en 2020, la Société augmentera ses investissements dans la télévision aux heures de grande écoute et continuera de créer des émissions de radio d'une très grande qualité tout en favorisant le développement des plateformes et contenus numériques et mobiles.

-30-

Pour information :
Yolaine Dupont
Chef des communications régionales
Alberta, Colombie-Britannique et Yukon
780 468-7858

Marie-France Guerrette
Réalisatrice-coordonnatrice ONIVA!
780 468-7770



Nouvelle garderie francophone en milieu familial

Située dans l'arrondissement Avonmore, la garderie La Petite Relève offre à votre enfant de 0 à 6 ans, un environnement dans lequel il pourra s'épanouir selon ses talents et sa personnalité. L'apprentissage se fait sous forme de jeux et activités afin d'explorer les habiletés de l'enfant et est appuyé par un programme développé selon l'âge de l'enfant et son niveau de développement.

- Un repas ainsi que 2 collations sont fournis pendant la journée.
- Une sortie mensuelle est également prévue pour tous les enfants de la garderie afin d'approfondir les thèmes vus lors des semaines précédentes et renforcer notre sociabilité.

Maman de trois enfants âgés respectivement de 8, 7 et 5 ans, je poursuis présentement ma formation d'éducatrice à la petite enfance au Collège Lakeland (en français). Contactez-moi pour plus d'informations et/ou pour une visite de la garderie.

Au plaisir de jouer et d'apprendre avec vos tout-petits.
Mme Sylvie ☺

7124, 80 Street Edmonton, AB T6C 2S4
Tél.: 587-501-1739
Site internet: www.garderie.la.petitereleve.com

Vos enfants seraient-ils Intéressés à suivre des cours de musique en français?

Nous devons libérer deux places à 17h30 qu'occupaient nos enfants dans l'horaire du jeudi à Kidsnotes Music (6801-104 Street). Nous voudrions offrir ces places à une famille de l'école.

Si intéressés, veuillez communiquer avec Claude au 780-482-4097. Merci!

Deep Freeze

FESTIVAL BYSANTIN D'HIVER

10 et 11 Janvier, 2015

Entre La 90e Rue - Et La 94e Rue
sur la 118e Avenue

Retour des
Vikings!

DANSE * MUMMERS * THÉÂTRE
ARTISANAT * REPAS ETHNOCULTURELS
PATINAGE * MUSIQUE * HOCKEY DE RUE
NEIGE + SCULPTURES DE GLACE * JEUX

★ DeepFreezeFest.ca ★

Feux
d'artifice!
Samedi à
18 h

Payer ce que
vous pouvez
en dons!





JEUX FRANCOPHONES de l'Alberta

À Camrose du 22 au 24 mai 2015

Un événement
à ne pas manquer!

★ Deux catégories
d'inscriptions :

Cadet 7^e à 9^e année, les sports :

Basketball 3x3 (mixte)
Badminton (simple, double et mixte)
Soccer (mixte)
Crosscountry

Junior 10^e à 12^e année, les sports :

Volleyball (mixte et féminin)
Basketball 3x3 (mixte et féminin)
Hockey-balle (mixte)
Badminton (simple, double et mixte)
Crosscountry

Pour t'inscrire, visite le www.jafsfo.ca



Canadian
Heritage

Patrimoine
canadien



Pour renseignements :
fa@fsfa.ca | 780 489-1367



Janvier 2015



dimanche	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi
<i>Bonne et Heureuse Année!!</i>				1	2	3
4	5 jour 4	6 jour 5	7 jour 1 Réunion Conseil d'école 18 h 30	8 jour 2 Réunion Société des parents 19 h	9 jour 3 Telus World of Sc. 6e Bennett Centre 5e	10
11	12 jour 4 Patinage M-2e 9h à 12h Ski 3e-6e	13 jour 5	14 jour 1	15 jour 2	16 jour 3	17
18	19 jour 4 Patinage M-2e 9h à 12h	20 jour 5	21 jour 1	22 jour 2	23 jour 3	24
25	26 jour 4 Patinage M-2e 9h à 12h Ski 3e-6e	27 jour 5	28 jour 1	29 jour 2 Journée thème: tuque et foulard Dîner chaud 	30  Tournoi de Kinball Journée pédagogique	31

Dates à retenir

- 2 février..... journée de ski 3e-6e
- 2 février.....patinage Maternelle à la 2e année
- 4 février.....réunion du Conseil d'école
- 5 février.....réunion de la Société des parents
- 5-6 février.....congrès des enseignants
- 16 février.....congé de la Famille
- 18 février.....excursion au Centre Bennett 4L
- 19 février.....excursion au Centre Bennett 4B et 4D



Le Commu-Noté SJA

January 2015 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

Principal's message

Dear parents,

Firstly, I would like to wish you all health and happiness throughout the New Year. I hope the Christmas and holiday season allowed you to rest and enjoy time with loved ones.

I would also like to thank you for attending the family Christmas evenings in such large numbers on December 16th and 17th. We hope that the new tradition was an enjoyable experience for you and your family. We think it went well, given that it was new for everyone. If you have any comments or suggestions for next year, I would love for you to share them with me.

Skiing and skating: For the next 4 Mondays, there will be skiing and/or skating for the students. Because these are school activities and that all teachers and teacher's aides will be at these events, all students must follow their classes to the ski hill or the arena. If your child will not be participating in the activity, he or she may read or do schoolwork under the supervision of their teacher or other school staff present.

Prolonged absences: Just a reminder to advise the teacher and administrative assistants at school if your child will be absent for a prolonged period of time. This will eliminate the need for us to make daily calls and prevent us from worrying about the child's attendance. Thank you to all who are already doing this, we greatly appreciate your kind collaboration.

Survey from AE: In the following weeks, we (students, teachers and parents) will be receiving a survey to complete online from the ministry of education. Further details will be forthcoming.

St-Vincent-de-Paul: St-Thomas-d'Aquin Parish has established this charitable organization to help those in our community who are in need. We have placed a large box in the office to accept donations of clothing and household items which are clean and reusable. Thank you in advance for your generosity.

Warmest regards,

Adèle Amyotte



Music classes:

Our children are stopping their French music lessons at Kidnotes Music this month. We hope to offer these times to a family from the school. Lessons are scheduled Thursdays at 5:30 p.m. at its Southside location (6801-104 Street).

If interested, please call Claude at 780-482-4097. Thank you!

Children and Stress – What Parents Can Do

For children, life can become overwhelming with school work, family issues, friendships, extra-curricular activities, and home responsibilities. As a result, children may start feeling stressed without recognizing or knowing how to cope.

Children have a hard time naming the emotions they are feeling. Often, they do not realize their physical symptoms can be related to stress. Children haven't had enough experience to recognize how stress impacts their lives. As a parent you can help your child to learn what stress is and how to recognize signs of stress. Common signs of unhealthy stress for children include: eating too little, overeating, sleep problems, frequent complaints of headaches and stomach aches (even though a doctor has said they are physically healthy), irritability, emotional outbursts, excessive worry, fear of leaving parents, and crying.



Noticing changes in your child's behaviours and describing them is important in opening up conversations between parents and children [e.g., *I notice you are not as excited about going to school as you used to be. (Provide a specific example: Yesterday when you came home you threw your book and looked mad and this morning you said you didn't want to go to school. Has something upset you?)*]. This shows your care and support. Ask your children how they feel and listen to their feelings to build trust. Help them name their emotions (e.g., mad, sad, hungry, angry) and identify what may be causing their stress.

There are many ways you can help your child reduce stress. For example:

- Teach and encourage them to take time for themselves, be physically active, listen to music, read books, spend time with family and friends, get plenty of sleep, have fun, and breathe deeply.
- Model healthy coping skills by: taking deep breaths when dealing with stressful situations, eating healthy, getting plenty of sleep and seeking extra support when needed.

Did You Know?

Being physically active every day can help children:

- increase focus and concentration
- show improved behaviour
- perform better academically
- develop self-esteem
- have a stronger sense of school connectedness
- improve fundamental movement skills
- sleep better and have more energy
- fight off sickness and disease
- improve physical and mental health
- build healthy bones, hearts, muscles, and selves

For fun ideas on how to stay active visit:

- <http://www.participaction.com/get-moving/tips/>
- <http://activeforlife.com/>