



Notre Commu-Noté

Édition juin 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,

Le mois de juin nous mène à réfléchir sur l'année scolaire que nous venons de vivre ensemble. Les nouveautés tel que le programme de sports-études et les soirées familiales de Noël ont été des succès grâce à votre appui et l'engagement de l'équipe-école. Ensemble avec toutes les expériences vécues et projets montés dans les classes et au sein de toute l'école, les élèves ont eu droit à une vie scolaire très enrichissante.

De plus, grâce au travail de la société de parents et de tous les bénévoles qui se sont joints à eux, les élèves ont profité de repas chauds réguliers, d'activités spéciales, d'excursions, de l'achat d'équipement sportif, et de livres pour la bibliothèque. Donc à vous, les parents, et à tout le personnel de l'école, je vous dit un gros merci du fond du cœur pour vos contributions à la vie scolaire dynamique et riche ici à l'école Sainte-Jeanne-d'Arc ! Vous êtes superbes !

Sécurité et bon fonctionnement: Sachant que, comme nous, vous tenez à cœur le bon fonctionnement et la sécurité à l'école, nous vous demandons de nous aider à assurer ces deux aspects de la vie scolaire. Premièrement, nous vous demandons de vous présenter au bureau dès votre arrivée pour nous signaler votre présence dans l'école. Deuxièmement, si vous avez quelque chose pour votre enfant, ex. son agenda, son diner, ou autre, nous vous demandons de le laisser au bureau avec son nom dessus, et il nous fera plaisir de le remettre à l'enfant à un moment opportun. Cela évitera les dérangements inutiles de l'enseignement et de l'apprentissage dans les classes. Merci à l'avance de votre compréhension et, surtout, de votre gentille collaboration !

Je profite de cette occasion pour souhaiter une bonne fête de pères et tous les papas et grands-papas de notre communauté scolaire. Et à vous, nos familles, je vous souhaite un temps estival rempli de soleil, de rires, d'aventures, de repos et de santé. Revenez-nous sains et saufs à la rentrée scolaire le mardi 8 septembre prochain. Que Dieu vous bénisse, tous et chacun !

Bien à vous,

Adèle Amyotte,

Directrice

Tests de rendement

Voici l'horaire pour les tests de rendement cette année:

16 juin - français 6^e, partie B

17 juin - anglais 6^e, partie B

18 juin - mathématiques 6^e

19 juin - sciences 6^e

22 juin - études sociales 6^e

Renouvellements d'inscriptions et inscriptions maternelle

Merci beaucoup à ceux qui nous ont retourné les formulaires de renouvellement d'inscription ainsi que les formulaires pour le transport. Pour ceux qui ne l'ont pas encore fait, nous vous prions de nous les retourner le plus tôt possible. Si vous êtes indécis, vous n'avez qu'à l'écrire sur le formulaire. Vous pourrez nous communiquer votre décision à une date ultérieure.

Si vous avez un enfant qui sera à la maternelle en septembre, veuillez nous remettre le formulaire d'inscription le plus tôt possible afin de nous aider à planifier la rentrée en septembre.

Effets scolaires 2015-2016

Pour les familles qui le désirent, vous pouvez commander les effets scolaires de votre enfant pour l'année 2015-2016 avec Write-On Stationery soit en remplissant le formulaire et en le retournant à l'école ou en ligne au : <https://www.write-on.ca>. Vous avez jusqu'au 17 juin pour soumettre votre commande. Les formulaires seront distribués au début du mois de mai.

Frais scolaires 2015-2016

Pour ceux qui aimeraient s'y prendre d'avance, vous pouvez maintenant payer les frais scolaires de vos enfants pour l'année scolaire 2015-2016. Vous pouvez payer en argent comptant, par Visa ou carte de débit. Les frais sont de 75\$ pour les niveaux 1 à 6 et de 85\$ pour la maternelle.

Code vestimentaire pour l'été

- casquette ou chapeau pour récréation extérieure
- short 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 ou t-shirt 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



Retour sur le mois de mai

Centre Bennett

Le 5 mai, les élèves de la 6e année ont eu l'occasion d'approfondir leurs connaissances et leurs habiletés dans le domaine du vol et de l'aérodynamisme en fabriquant des planeurs et des parachutes. C'était une journée superbe au Centre Bennett !

Génies en herbe

Nous félicitons l'équipe des Chevalières qui a remporté la 3e place lors du tournoi annuel de Génies en herbe à l'école La Mission les 7 et 8 mai derniers. Sur la photo : Katia N., Natalia J., Cléa T. Annabel L. et Olivia V. Un gros merci à Mme Kathleen Stevens d'avoir assumé l'entraînement et l'accompagnement de notre équipe ! Bravo !



Teacher's pet

Le projet Teacher's Pet est une excursion en salle de classe. Les élèves de la troisième année ont mis à l'œuvre les concepts vus en sciences. Ils ont construit une maquette avec de nombreux matériaux selon des critères spécifiques pour créer un parc idéal pour leur école.



Pique-nique végétalien

Nous avons eu une belle journée ensoleillée pour le pique-nique végétalien qui a eu lieu le jeudi 14 mai. Les élèves ainsi que le personnel ont profité de la belle température et on beaucoup aimé la nourriture fournie par le camion « Sailin' On ». Ce fut un succès!



Journée Ouestern

L'école était remplie de « cowboys » et « cowgirls » le jeudi 28 mai pour la journée Ouestern. Nous avons eu une bonne participation du personnel autant que des élèves pour cette journée thème planifiée par notre comité étudiant. Hee-Haw!



Prière pour la famille

Dieu notre Père,

Tu nous as donné en la Sainte Famille de Nazareth un modèle de vie.

O Père aimant, aide-nous à faire de notre famille un autre Nazareth où l'amour, la paix et la joie règnent.

Que nous puissions être profondément contemplatifs, intensément Eucharistiques et vibrants de joie.

Aide-nous à rester unis dans la joie comme dans la peine grâce à la prière en famille. Apprends-nous à voir Jésus dans les membres de notre famille, spécialement dans les moments douloureux.

Fais que le Coeur Eucharistique de Jésus rende nos cœurs doux et humbles comme le Sien et qu'il nous aide à accomplir saintement nos devoirs familiaux.

Que nous nous aimions les uns et les autres comme Dieu aime chacun de nous, de plus en plus chaque jour, et que nous nous pardonnions nos offenses comme tu nous pardonnes nos péchés.

O Père aimant, aide-nous à recevoir tout ce que tu nous envoies et à donner généreusement tout ce que tu demandes avec un grand sourire. Cœur Immaculé de Marie, cause de notre joie, prie pour nous.

Sainte Joseph, prie pour nous. Saints Anges gardiens, soyez toujours avec nous, guidez-nous et protégez-nous.

Amen



First Riders

Chers parents et tuteurs,

Vous êtes invités à l'activité par excellence en français pour initier vos enfants au transport scolaire : First Riders. Pour la 10^e année consécutive, First Riders vous offre quatre sessions d'un programme éducatif gratuit le mardi 1^{er} septembre prochain à Northlands Park (112^e Avenue et Wayne Gretzky Drive : voir carte au verso).

First Riders vous propose une série d'activités pratiques sur la sécurité en autobus d'une durée d'environ 45 minutes incluant un tour d'autobus scolaire. Notez bien qu'un parent doit accompagner l'enfant tout au long de l'activité.

Le programme cible les élèves de la maternelle à la 1^e année, toutefois, tout enfant qui prendra l'autobus pour la première fois, ou qui est intéressé à se rafraîchir la mémoire, est le bienvenu.

First Riders est offert gratuitement, mais vous devez inscrire votre enfant avant le 28 août pour l'une des quatre séances ci-dessous :

1^{er} septembre en après-midi: 13h ou 14h

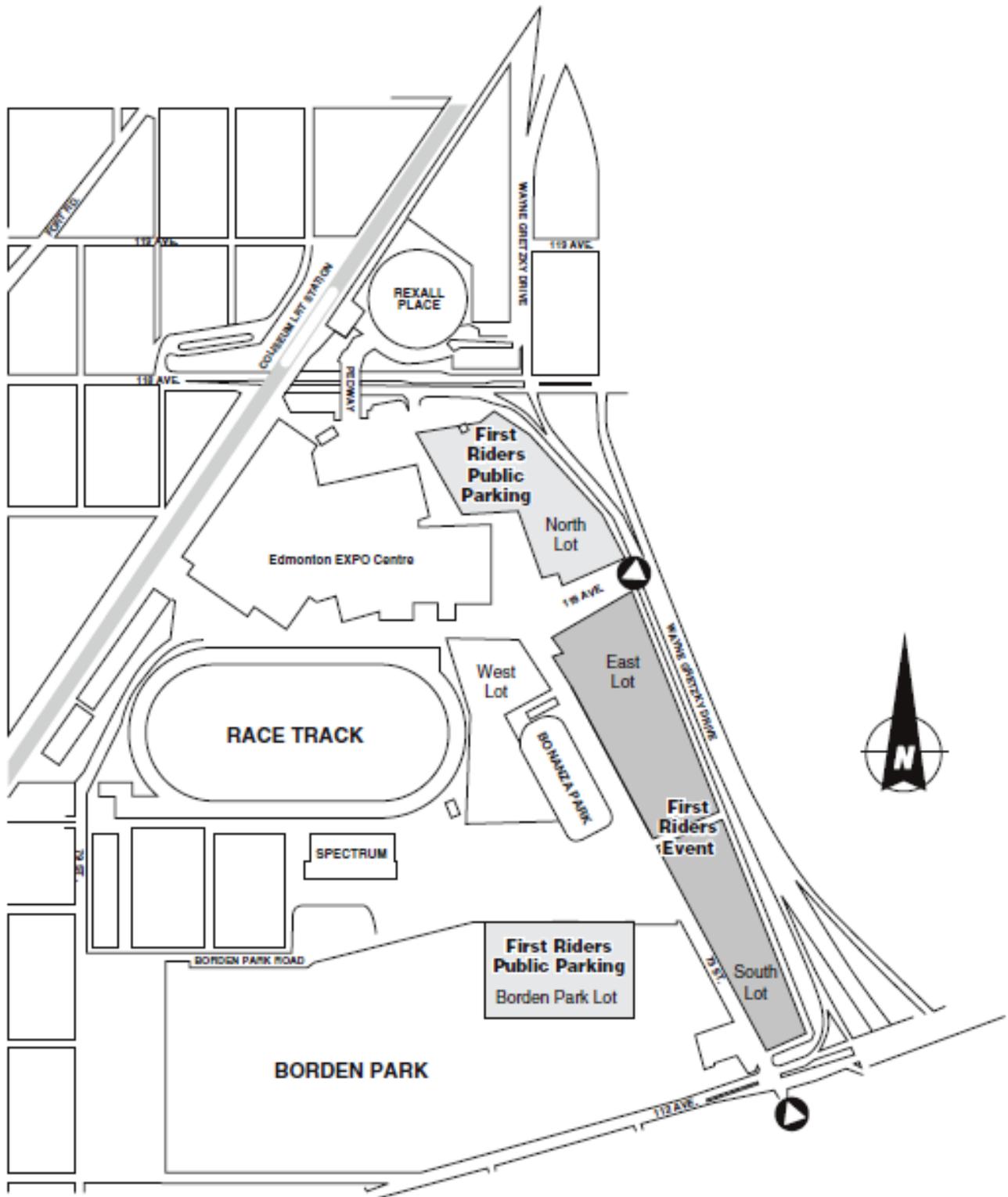
1^{er} septembre en soirée : 18h ou 19h

Pour vous inscrire, communiquez avec le service de transport du Conseil scolaire Centre-Nord au 780-468-6440.

Appelez dès maintenant pour réserver votre place. Nous avons hâte de vous rencontrer à l'activité First Riders!

Ce programme éducatif est une gracieuseté du Conseil scolaire Centre-Nord, Edmonton Catholic Schools et Edmonton Public Schools de même que nos partenaires Cunningham Transport, First Student Canada, Golden Arrow, Service d'Autobus Fréchette Ltée, Southland Transportation, Stock Transportation et Edmonton Transit.

Ce texte est conforme à la nouvelle orthographe. Pour tout savoir : www.orthographe-recommandee.info



First Riders

 Entrance gates: Enter at 112 Avenue & 73 or at 116 Avenue and Wayne Gretzky Drive.

 Parking available at Borden Park or the North Lot.

 The First Riders Event is located in the East Lot and South Lot.

Les enfants et les relations saines – Quoi faire comme parents?

Les enfants et les jeunes attachent beaucoup d'importance aux relations. Tout au long de notre vie, nous développons tous différents types de relations : relations avec nos parents, les membres de notre famille et nos amis ainsi que les relations sexuelles. Développer des relations saines aide les enfants à avoir une bonne estime de soi et à affermir leur propre identité en plus de leur apprendre à respecter les valeurs et les opinions des autres.

Comme parent, vous vous inquiétez peut-être de l'influence que certains amis peuvent avoir sur votre enfant. En raison de la pression exercée par les pairs, il pourrait se sentir obligé de faire certaines choses, non pas parce qu'il le veut vraiment, mais seulement parce que tout le monde ou certains amis les font. À ce stade de leur vie, l'opinion des autres compte beaucoup pour eux. Avoir très tôt un bon ami ou une bonne amie et un peu plus tard, faire partie d'un groupe sont des étapes naturelles et importantes pour les enfants en matière de relations. Ces liens les aident à se sentir mieux intégrés. Les problèmes dans leurs relations, l'obligation de faire des choses qu'ils ne veulent pas faire et les amitiés rompues sont pour eux des préoccupations majeures. Il est donc important de leur faire savoir qu'ils peuvent parler de tout avec vous et que vous les écouterez sans porter de jugement. Les enfants ont besoin de se sentir en sécurité, valorisés et aimés; c'est la base du développement de la confiance, de l'estime de soi et de l'assurance. Vous pouvez, comme parent, encourager vos enfants, leur indiquer les étapes nécessaires à la prise de décisions et les pousser à faire confiance à leur intuition et à leurs valeurs. C'est ainsi qu'ils pourront développer les forces émotionnelles et cognitives qui les aideront tout au long de leur vie.



Voici un exemple de situation que vous pourriez rencontrer :

Problème : Ma fille de 9 ans s'est disputée avec sa meilleure amie.

Pensez-y : Sa meilleure amie est importante pour elle, car elle lui procure soutien et compagnie.

Quoi faire : Écoutez-la. Aidez-la à identifier ses émotions et discutez ensemble des solutions possibles.

Adapté de : http://www.newport.gov.uk/stellent/groups/public/documents/leaflets_and_brochures/cont608148.pdf

Conseils pour bien se brosser les dents

Servez-vous de votre langue pour vous sentir les dents. Sont-elles lisses comme du verre ou rugueuses comme si elles portaient des chaussettes? Les dents propres sont lisses, alors que les dents donneront l'impression d'être granuleuses lorsque la plaque, enduit collant constitué de bactéries, s'accumule sur leur surface. La plaque se forme chaque jour, et elle commence même à se former tout de suite après le brossage des dents. Moins vous vous brossez les dents, plus la plaque reste sur vos dents et plus elle cause des dommages. Les bactéries présentes dans la plaque transforment le sucre en acide, ce qui provoque la carie dentaire. La plaque peut vous faire rougir et saigner les gencives; c'est ce que l'on appelle la gingivite.

Pour garder vos dents et vos gencives en bonne santé, suivez ces quelques conseils :

- Brossez-vous les dents deux fois par jour avec une brosse souple. Assurez-vous de vous brosser les dents avant d'aller au lit, car pendant le sommeil, vous produisez moins de salive pour éliminer les bactéries présentes dans votre bouche.
- Servez-vous d'un dentifrice fluoré (une quantité équivalente à la grosseur d'un pois).
- Prenez le temps de bien vous brosser les dents. Le brossage des dents doit durer au moins deux minutes; pour vous chronométrer, servez-vous d'une horloge, d'une minuterie ou faites même jouer une chanson.
- Brossez-vous les dents doucement en faisant de petits mouvements circulaires, à partir de l'endroit où les dents et la gencive se rencontrent. Ne frottez pas. Brossez le côté de la langue et de la joue, ainsi que la surface de mastication. Terminez en vous brossant la langue.
- Remplacez votre brosse à dents lorsque les poils sont usés.
- N'oubliez pas que la soie dentaire nettoie les endroits que vous ne pouvez atteindre avec votre brosse, servez-vous-en donc quotidiennement.

Des visites régulières chez votre dentiste aident à repérer très tôt des problèmes de santé buccodentaire, lorsque ceux-ci sont moins coûteux à traiter.

Pour obtenir de plus amples renseignements, consultez www.MyHealth.Alberta.ca et cherchez « basic dental care » (soins dentaires de base).



Cet été, viens vivre ton aventure!



Les camps franco plein air de l'Alberta offrent encore cet été le camp de jour « Les p'tits dégourdis »



2 semaines d'activités	Thématiques estivales
20 au 24 juillet 2015	Folies spatiales 015 (Sciences)
27 au 31 juillet 2015	Aquafrénésie (jeux d'eau)



Les camps franco plein air de l'Alberta
Tél: 780-288-2404
Fax: 780-929-0060
www.campsfrancopleinair.ca
Courriel: campsfrancopleinair@gmail.com

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

De 7 à 13 ans



Inscription sur notre site web: www.campsfrancopleinair.ca

3 au 5 juillet
2015

Au

David Thompson
Resort

(30 minutes après Nordegg)



www.fetefrancoalbertaine.ca

Nous suivre sur **facebook**

26^e
édition

La fête
franco-albertaine

Ensemble, une famille!





Camp Soleil

Camp d'été en français

Si tu as entre 6 et 11 ans, rejoins-nous cet été pour t'amuser et passer de belles vacances!

Du 29 juin au 21 août 2015

Du lundi au vendredi de 9h à 16h

Service de garde disponible (8h-9h/16h-17h)

www.institutguyacombe.ca



Pour plus d'information:
780 468-6934
adjointe.iglf@fpfa.ab.ca

LA GIRANDOLE
association de francophones d'Edmonton

Présente son camp d'été 2015

Le monde merveilleux des princes & des princesses

À chaque jour son prince & sa princesse!
Du 6 au 10 juillet
Pour les 4-8 ans
250\$/enfant

Jazz, ballet, gigue, bricolage, costume, fête féerique ...
Venez découvrir le monde merveilleux des princes & princesses!

Contact et inscription:
L' Association la Girandole
info@lagirandole.com
780-468-0057
www.lagirandole.com

Ateliers Scolaires

en danse de mi-avril à juin 2015.

School Workshops

in dance from mid april to june 2015.

3 jours pour découvrir la danse/
3 days to discover dance

Ou/Or

5 jours de chorégraphies et un mini-spectacle/
5 days of choreography and a mini-concert

Hip Hop, Danse enfantine, Contemporain,
Ballet, Jazz, Danse canadienne-française,
Danse libanaise & Comédie musicale

Hip Hop, Early Learning, Contemporary,
Ballet, Jazz, French Canadian Dance, Lebanese
Dance & Musical Theatre

Le Camp Multi-Arts d'Edmonton

présente:

SOLIS LA MER

Cet été, plonge dans ton côté artistique et fait-le en français!
Dive into your artistic side this summer, and do it all in French!

DU 10 AU 21 AOÛT 2015
AUGUST 10th TO THE 21st, 2015

ATTENTION...
PLACES LIMITÉES!

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

350 \$ pour 2 semaines - \$ 350 for two weeks
Date limite pour l'inscription: 12 juin 2015 - last day for registration: June 12th, 2015

Pour information: 780-760-0130 poste 2. coordination@cdmaltberta.ca
www.cdmaltberta.ca / www.lunithéatre.ca / www.lagirandole.com

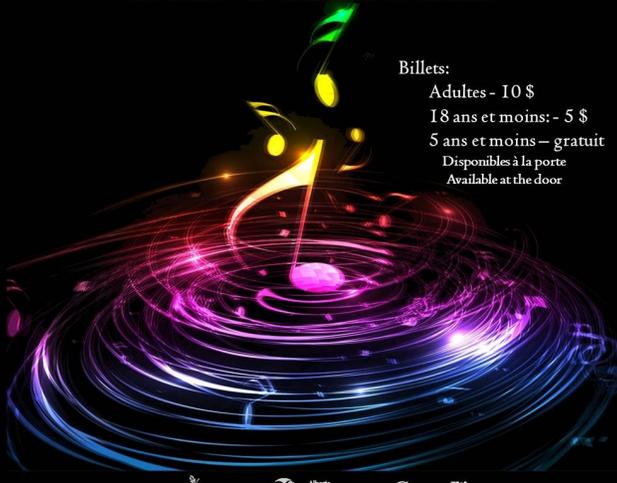


L'ensemble vocal Clé présente:

Transcendance

Avec l'ensemble vocal de St-Paul
 Vendredi 5 juin 2015 - Friday June 5th, 2015
 19 h - 7 pm
 Au théâtre de l'École Maurice-Lavallée

Billets:
 Adultes - 10 \$
 18 ans et moins: - 5 \$
 5 ans et moins - gratuit
 Disponibles à la porte
 Available at the door





• Collation • • Bricolage • • Natation •
 • Sport • • Jeux •
 • Invitées • • Dance •
 • Excursion • • Musique •

Camp Franco-FUN

S'amuser dans l'harmonie

Été 2015

Où?
 École Père Lacombe

Quand?
 Semaine 1 - Du 6 au 10 juillet
 Semaine 2 - Du 13 au 17 juillet
 Semaine 3 - Du 20 au 24 juillet

Pourquoi?
 Élèves des écoles francophones

Prix?
 1 enfant - 50\$ par semaine
 2 enfants - 75\$ par semaine
 3 enfants - 100\$ par semaine

Places limitées!
 Pour vous inscrire, veuillez vous informer auprès du secrétariat de l'école.

Date limite pour l'inscription:
 Le 18 juin, 2015




Chers parents et amis,

Une fois de plus cette année, la Société de parents a décidé de vous permettre de commander des étiquettes personnalisées d'excellente qualité, et ainsi, participer à une campagne de financement pour la société de parent. Cette campagne est en vigueur du 4 mai au 4 juillet.

C'est une bonne occasion pour vous de planifier vos étiquettes pour la prochaine année scolaire.

Voici donc le lien pour participer à cette campagne.

www.mabelsfundraising.com/c/22397

Merci de votre participation!
 La Société de parents SJA



TRANSPORT SCOLAIRE

Foire aux questions

J'ai des inquiétudes au sujet du service de transport, à qui dois-je parler?

Vous devez communiquer avec le service de transport en visitant le site Web (www.centrenord.ab.ca/transport/plaintes) ou par téléphone au 780 468-6440 / 1 800 248-6886 si vous n'avez pas accès à un ordinateur.

Avissez-nous maintenant pour l'autobus en septembre!



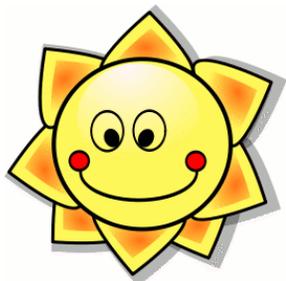
Nous commençons déjà à planifier les trajets des routes d'autobus pour la rentrée scolaire en septembre 2015. Afin d'assurer que votre enfant soit ramassé et déposé comme il se doit chaque jour, veuillez **indiquer les changements nécessaires** sur la feuille « transport scolaire—septembre 2015 » que 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, numéros de téléphone...).

Veillez remettre la feuille indiquant les changements **à l'école avant le 26 juin**. Le bureau du Conseil (#322, 8627, 91^e Rue NO, Edmonton, Alberta, T6C 3N1) est ouvert tout l'été. Si vous devez faire des changements pendant l'été, veuillez





Juin 2015



dimanche	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi
	1 jour 5	2 jour 1 Piscine parc Rundle 3e Musée Royal Alberta 2e	3 jour 2 Fort Edmonton 4e	4 jour 3 John Janzen 5e	5 jour 4	6
7	8 jour 5	9 jour 1	10 jour 2	11 jour 3	12 jour 4 Diner de reconnaissance pour le personnel	13
14	15 jour 5	16 jour 1  Test de rendement français 6e, partie B Valley Zoo 1re	17 jour 2  Test de rendement anglais 6e, partie B Jardins Devonian 2e	18 jour 3  Test de rendement Mathématiques 6e Jurassic Forest Mat. Fort Edmonton 1re	19 jour 4  Test de rendement Sciences 6e Diner chaud 	20
21 Bonne fête des pères	22 jour 5  Test de rendement Études sociales 6e	23 jour 1 Pique-nique et journée d'eau 12 h 45 Mat. Camp Pioneer Ranch 6e	24 jour 2 Camp Pioneer Ranch 6e	25 jour 3 Liturgie fin d'année 9 h 15 Journée d'eau 1re années 12 h 45	26 jour 4 Célébration 6e années Dernière journée d'école!	27
28	29 Journée pédagogique	30	Bonnes vacances!			

Dates à retenir

8 septembre.....La rentrée

10 septembre.....BBQ familial

17 septembre.AGA Soc. de parents; rencontre des enseignants dans les classes



Le Commu-Noté SJA

June 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

With the onset of the month of June, we tend to reflect on the passing school year ! The new sports program as well as the innovative Christmas family soirées were great successes. To these, we add all the projects and activities organized in each class as well as for the whole school. The collaboration between staff and parents ensured a very enriching school dynamic for the students.

Also, thanks to the Parent Committee and all the volunteers who helped them, the students benefited from regular hot lunches, special activities and excursions, new sports equipment as well as new books for the library. So a heartfelt thanks goes out to you, the parents, and the school team, for greatly contributing to a wonderful school environment at École Sainte-Jeanne-d'Arc !

Security and protocol: Knowing that you share our concern for ensuring a safe and organized environment for the children, we are asking for your cooperation to ensure our continued success in this area. Firstly, we ask that you report to the school reception desk upon arrival to advise us of your presence in the school. Secondly, if you need to deliver something to your child, ex. an agenda, a lunch, etc. we ask that you leave it with us at the office and we will ensure the child receives it. This will eliminate unnecessary interruptions of teaching and learning in the classrooms. We thank you in advance for your understanding and especially, your kind cooperation !

I would like to take this opportunity to wish all of our Dads and Grandpas a very happy Father's Day. And to all of our families, a wonderful summer filled with sunshine, laughter, adventures, rest and health ! We look forward to seeing you again on September 8th to begin another school year. God bless you, one and all !

Warmest regards,

Adèle Amyotte

Children and Healthy Relationships – What Parents Can Do

Relationships are very important to children and young people. We have different types of relationships throughout our lives including: parents, family, friends, and sexual relationships. Developing healthy relationships helps children feel good about themselves, develops their own identity, and teaches them about the values and ideas of others.

As a parent, you may feel worried about the effect certain friends have on your child. Peer pressure could mean they are doing things they don't really want to, just because certain friends are or because everybody else is doing it. What others think of them is really important in their lives right now. Having a good friend early on and then belonging to a group a bit later are natural and very important relationship steps for children. These connections help them feel like they fit in. Problems in relationships, doing things they don't want to do, and friendship break-ups are a big deal to them. Let them know they can talk to you about anything and you will listen without judgement. Children need to feel secure, valued, and loved; it is the basis for developing trust, positive self-esteem, and confidence. As a parent you can encourage your children, provide steps for decision making, and support them to trust their own feelings and values. This will build emotional and cognitive strengths that will help them throughout life.



Here is an example of a situation you might encounter:

Problem: My daughter is 9, and she had an argument with her best friend.

Think it Through: Her best friend is important to her and offers her support and companionship.

Do: Listen to her. Help her name her emotions. Brainstorm together possible solutions.

Adapted from: http://www.newport.gov.uk/stellent/groups/public/documents/leaflets_and_brochures/cont808148.pdf

Tips for Brushing Teeth

Use your tongue to feel your teeth. How do they feel – smooth like glass or fuzzy like they are wearing socks? Clean teeth feel smooth. Teeth feel fuzzy when plaque, a sticky film of germs, grows on them. Plaque grows every day, it even begins to grow right after you brush. The less you brush the longer plaque stays on your teeth and the more harm it does. Germs found in plaque eat sugar and produce acid that cause tooth decay. Plaque can also make your gums red and bleed, this is called gingivitis.

To keep your teeth and gums healthy, follow these tips:

- Brush your teeth two times a day with a soft toothbrush. Be sure to brush before you go to bed because when you sleep you have less saliva to wash away any germs hanging around.
- Use a pea-sized amount of toothpaste with fluoride.
- Don't rush your brush. Take at least two minutes to brush your teeth – use a clock, egg timer or even a song to time your brushing.
- Brush gently using small circular movements where the teeth and gums come together. Don't scrub. Brush tongue side, cheek side and chewing surfaces. Finish by brushing your tongue.
- Replace your toothbrush when the bristles have become worn.
- Don't forget that floss cleans where your toothbrush cannot reach so be sure to floss daily.

Schedule regular dental check-ups to help spot oral health problems early when they are less costly to repair.

For more information see: www.MyHealth.Alberta.ca and search for "basic dental care".



Notify us now for the bus in September!

We are already starting to plan the bus routes for the new school year in September 2015. In order to ensure that your child is picked up and dropped off where he or she is should be everyday, please indicate any necessary changes on the « Transport scolaire—septembre 2015 » 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, phone numbers ...).

Please return the sheet with the changes **to the school before June 26th**. The Conseil scolaire Centre-nord board office (#322, 8627, 91 St. N.W., Edmonton, Alberta, T6C 3N1) is open all summer. If you need to make a change during the summer,

