



# Notre commu-noté

## Édition février 2016



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 février sera rempli d'une variété d'événements et d'activités. La semaine prochaine, nous débute-rons la période du Carême avec la célébration du Mercredi des Cendres et nous souhaitons vous compter parmi nous. Jusqu'au congé de printemps, nous aurons un projet de justice sociale qui sera annoncé aux élèves le 17 février. Nous vous enverrons de plus amples détails d'ici là.*

*Du côté des activités physiques, nous accueillerons encore cette année M. Pierre-Alexandre Dion et son équipe d'animateurs pour une journée d'activités en plein-air le 12 février. Le vendredi 19, chaque classe aura un tour d'utiliser de grands tubes pour glisser sur la colline.*

*Le mois se terminera avec notre soirée d'information, qui a pour but d'accueillir les familles désirant une éducation francophone et catholique pour leurs enfants. Nous avons fait de la publicité à cet effet mais la meilleure est toujours le bouche-à-oreille. Donc si vous connaissez des ayants-droit qui demeurent dans la zone de fréquentation de Sainte-Jeanne-d'Arc, veuillez les encourager à venir à la soirée d'information le jeudi 25 février prochain à 19h. Avec les nouvelles classes mobiles qui seront installées, nous pouvons envisager à nouveau de faire agrandir notre « famille » scolaire. Vous êtes les meilleurs ambassadeurs qui soit !*

*Le vendredi 26 février sera le repas chaud. Je vous invite à vous joindre à l'équipe de parents qui se réunit à la cuisine du centre de l'école pour coordonner la livraison des repas dans les classes. Vos enfants sont toujours très fiers de vous voir à l'école, surtout pour le repas chaud qui est si important pour eux ! Merci à l'avance de considérer le don de votre temps pour contribuer aux activités de l'école. Vos efforts et votre présence sont fort appréciés!*

*Je profite de l'occasion pour vous souhaiter un bon repos et du temps de qualité avec vos bien-aimés lors du congé de la famille le 15 février.*

Bien à vous,

Adèle Amyotte,

Directrice



## ACTIVITÉS À L'ÉCOLE

### Canoë volant

Dans le cadre du programme d' Études sociales, les élèves des trois classes de première année ainsi que les 5e années sont allés aux ateliers du Canoë Volant à la Cité francophone. Ils ont pu chanter, danser les danses du folklore Canadien-Français et jouer de la cuillère en bois dans les ateliers. De plus, ils ont écouté des contes et légendes Métis et observé des peaux de bisons, l'art des perles, etc. Ce fût très intéressant.



### Patinage

Au cours du mois de janvier, les élèves de la maternelle à la 2e année ont profité de 4 journées de cours de patin à l'aréna Kenilworth. Pour plusieurs, c'était leur première fois sur des patins. Ils ont beaucoup apprécié cette activité et ont hâte de recommencer l'année prochaine!



### Ski

Les conditions étaient parfaites au centre de ski Sunridge pour 3 belles journées de ski pour les élèves de la 3e à la 6e année. Une belle activité très appréciée par tous !



# La pastorale scolaire

Le mercredi 10 février prochain est le Mercredi des Cendres. Les classes de 5e années prépareront la célébration pour marquer le début du Carême. La célébration aura lieu à 13h au gymnase. Venez en grand nombre vous joindre à nous partager ce temps fort de notre année liturgique. Merci au Père Daniel qui a accepté d'être notre célébrant.

**Carême 2016, Année C : "Dans la joie de ton alliance"**

**Qu'est-ce que le Carême? Le Carême est le temps de préparation à la fête de Pâques, coeur de la foi chrétienne, qui célèbre la resurrection du Christ.**

**Les trois piliers du Carême :**

- ◆ La prière
- ◆ L'aumône ou le partage
- ◆ Le jeûne



**Projet de justice sociale à l'école pendant le Carême:**

**Les Œuvres pontificales de missionnaires: La construction d'une école au Cameroun**

Lors d'une assemblée le 17 février prochain, nous expliquerons aux élèves ce que sont les OPM, et pourquoi il est important de développer un cœur de missionnaire. Nous leur présenterons aussi le projet spécifique de l'école au Cameroun et pourquoi nous avons choisi ce projet. Vous recevrez plus d'information à ce sujet dans les prochaines semaines.

## **Prière missionnaire**

Dieu, Amour et Créateur, présence vivante dans notre monde.

**Je choisis aujourd'hui de m'unir dans ton amour  
Et d'aller vers mes frères et sœurs, blessés et vulnérables.**

**Ouvre mes yeux et mon cœur aux souffrances du monde**  
Et rends-moi capable de vivre en toute vérité la compassion.

Christ Ressuscité, Lumière du monde,  
**Éclaire la route qui me conduit vers mes frères et sœurs les plus pauvres.**  
Donne-moi de proclamer et de vivre l'Évangile dans le monde.

**Et à l'écoute de l'Esprit, Seigneur,**  
Aide-moi à discerner ta présence  
et à être un témoin fidèle de ton Saint Nom.

Amen

[www.opmcanada.ca](http://www.opmcanada.ca)

# Société de parents

La Société de parents se cherche une façon de rejoindre plus de parents en créant une banque de données contenant les courriels de parents qui seraient disponibles à donner de leur temps pendant les activités organisées par la Société (Ex. Repas-restos, danse familiale, etc.)

Si vous êtes intéressés à participer à la vie de notre école, vous pouvez donner votre nom au [societesja@gmail.com](mailto:societesja@gmail.com).

## Bonne nouvelle!



La campagne de Mabel's Labels a été prolongée jusqu'au 13 mai 2016!

Voici quelques exemples d'étiquettes: des étiquettes pour identifier **l'équipement de hockey**, des étiquettes pour indiquer les **allergies**, sans oublier les étiquettes classiques pour identifier les **items scolaires**. Il y en a pour tous les goûts!

Voici les étapes à suivre pour faire une commande de Mabel's Labels:

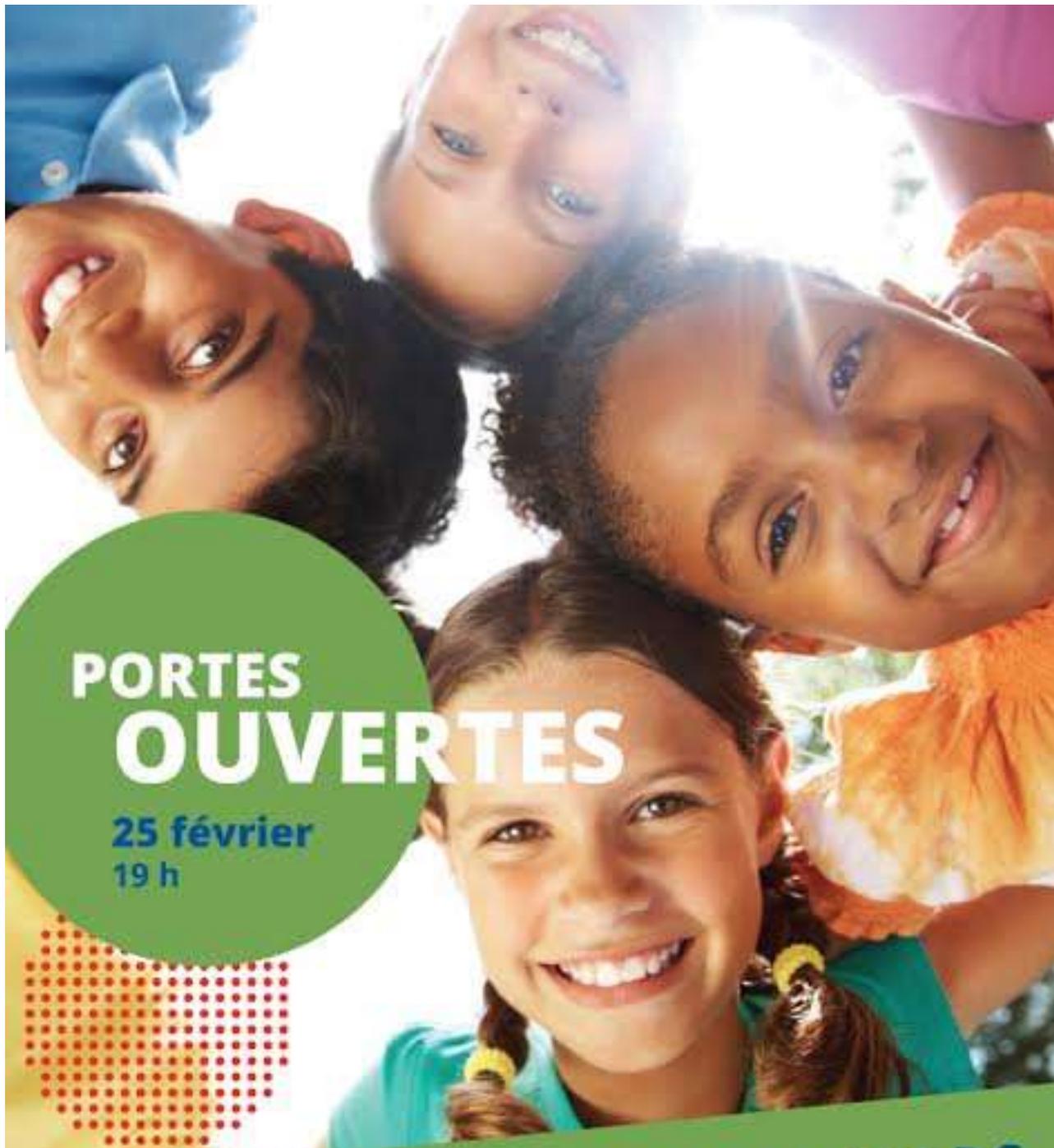
### **1- Rendez-vous sur le site Internet**

**Campaigns.MabelsLabels.com**

### **2- Faire défiler la liste: Société de Parents SJA (Edmonton)**

### **3- Faites vos achats**

Merci!! de la Société de parents



**PORTES  
OUVERTES**

**25 février  
19 h**

**ÉCOLE SAINTE-JEANNE-D'ARC**

École primaire catholique M à 6  
8505, 68A Rue  
Edmonton  
780 466-1800

École Sainte-Jeanne-d'Arc



[ja.centrenord.ab.ca](http://ja.centrenord.ab.ca)





## **Un secondaire réussi débute ici!**

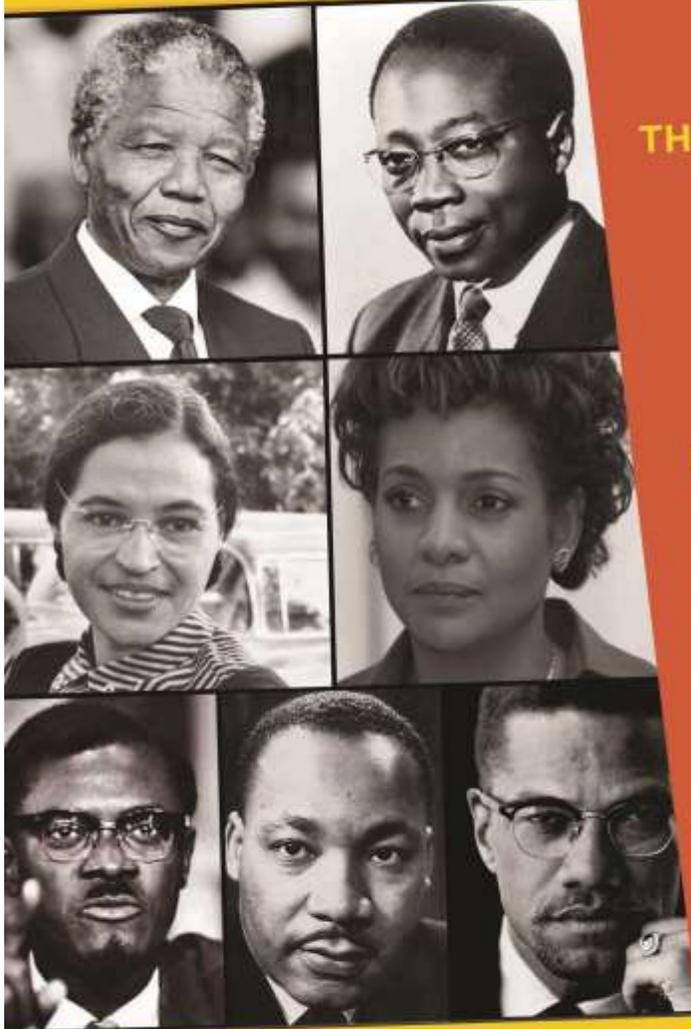
Les parents d'enfants en 6<sup>e</sup> année sont invités à une soirée d'information pour l'inscription à la 7<sup>e</sup> année le **mercredi 16 mars à 19 h**. L'école Joseph-Moreau est située au 9750, 74<sup>e</sup> Avenue NO. Venez-vous informer au sujet de l'école et des programmes de la 7<sup>e</sup> année. Pour de plus amples renseignements, n'hésitez pas à communiquer avec madame Carole Forbes au 780 436-6303.



CENTRE D'ACCUEIL  
ET D'ÉTABLISSEMENT  
**ALBERTA-NORD**

La porte d'entrée dans la francophonie en Alberta.

# CARREFOUR INTERCULTUREL



UN ÉCHANGE-DÉBAT AUTOUR DU  
MOIS DE L'HISTOIRE DES NOIRS  
**THÈME CÉLÉBRER NOTRE  
HÉRITAGE**  
CONSTRUIRE ENSEMBLE NOTRE  
AVENIR

**DATE** 6 FÉVRIER 2016  
À PARTIR DE 15H30

**LIEU** LE GRAND SALON DU  
CAMPUS ST-JEAN  
8406 91 Street  
Edmonton, AB

Contactez-nous au CAE | (780) 669-6004 | [info@lecae.ca](mailto:info@lecae.ca)

Funded by:

Financé par :



Immigration, Refugees  
and Citizenship Canada

Immigration, Réfugiés  
et Citoyenneté Canada

Alberta  Gouvernement

# SÉCURITÉ À L'ÉCOLE ET DANS LE STATIONNEMENT

Nous apprécions énormément votre gentille collaboration pour assurer la sécurité dans le stationnement, et dans l'entrée principale, surtout après l'école.

1. Veuillez svp stationner sur la rue ou dans le stationnement de l'aréna Kenilworth lorsque vous venez chercher ou déposer votre enfant. Le stationnement du personnel est trop achalandé à la fin de la journée, ce qui pose trop de danger !
2. Lorsque vous venez chercher votre enfant après l'école, vous devez :
  - A) arriver avant la cloche de 15h16;
  - B) entrer dans l'école;
  - C) rencontrer votre enfant dès qu'il arrivera à l'entrée principale et
  - D) quitter avec lui/elle dans les plus brefs délais pour empêcher la confusion et les embouteillages.
3. En traversant le stationnement vers votre voiture stationnée sur la rue, prenez votre enfant par la main. Ne le laissez pas courir devant vous ni trainer derrière vous !
4. Il est maintenant interdit d'entrer dans le stationnement du personnel avec votre voiture et, surtout, de stationner devant la porte principale. Cette entrée est réservée aux camions de livraison et aux véhicules d'urgence.

**Merci de votre compréhension, de votre appui et, surtout, de votre collaboration !**

Janvier 2016

Chers parents d'élèves, membres du personnel et bénévoles,

**PROTECTION CONTRE LA ROUGEOLE - RAPPEL CONCERNANT LE VACCIN POUR LES PARENTS D'ÉLÈVES, MEMBRES DU PERSONNEL ET BÉNÉVOLES**  
(PROTECTION AGAINST MEASLES - VACCINE REMINDER FOR SCHOOL PARENTS, STAFF AND VOLUNTEERS)

La rougeole est une maladie susceptible de provoquer de graves problèmes de santé, pouvant aller jusqu'à la mort. Le vaccin de la rougeole permet de s'en prémunir. Une exposition scolaire est possible si une personne atteinte de la rougeole se trouve dans l'école. Les personnes se rendant ou travaillant à l'école sont donc susceptibles de contracter la rougeole. **En cas de rougeole sur le site de l'école:**

1. **Les services de santé publique examineront tous les enfants, le personnel et les bénévoles pour s'assurer qu'ils sont bien protégés contre la rougeole.**
2. **Les élèves, le personnel et les bénévoles n'étant pas protégés contre la rougeole peuvent être renvoyés chez eux et se voir interdits d'entrée à l'école jusqu'à ce que le risque d'infection soit neutralisé.**

*Deux doses de vaccin contre la rougeole avant l'apparition éventuelle de cas de rougeole à l'école permettent d'assurer votre protection contre la rougeole et d'éviter une éventuelle exclusion temporaire.*

Assurez-vous que votre centre de santé publique local maintienne un registre des précédentes vaccinations effectuées dans l'Alberta, au Canada, ou dans d'autres pays, avec la traduction éventuelle. Pour effectuer votre vaccin contre la rougeole ou vérifier les anciennes vaccinations, veuillez contacter un centre de santé publique des services de santé de l'Alberta. Pour plus d'informations sur le vaccin contre la rougeole, rendez-vous à l'adresse [immunizealberta.ca](http://immunizealberta.ca). Pour plus d'informations sur la rougeole, la protection, le calendrier des vaccins, l'exclusion et les centres de santé publique, consultez le verso du présent document.

Merci pour votre attention et votre aide sur ce sujet très important.

Cordialement,

Médecins-conseils en santé publique des services de santé de l'Alberta

Dr Albert de Villiers  
Médecin-conseil principal en santé publique  
Région nord-ouest

Dr Chris Sikora  
Médecin-conseil principal en santé publique  
Région d'Edmonton

Dr Deena Hinshaw  
Médecin-conseil principal en santé publique  
Région Centre

Dr Richard Musto  
Médecin-conseil principal en santé publique  
Région de Calgary

Dr Vivien Suttorp  
Médecin-conseil principal en santé publique  
Région Sud

Dr. Wadieh Yacoub  
Docteur de Santé Publique  
Direction Générale de la Santé des Premières Nations  
et des Inuits/Santé

**Rougeole :**

**(Measles)**

La rougeole est une maladie virale s'accompagnant de fièvre, de toux, d'écoulements nasaux ou encore de rougeurs oculaires, et d'une éruption cutanée rougeâtre et tachetée. Elle se transmet facilement par les voies aériennes. Les symptômes apparaissent généralement 8 à 12 jours après l'exposition au virus. L'éruption cutanée met, elle, environ 14 jours à apparaître. Environ un enfant sur trois atteint de rougeole présentera des problèmes plus graves, notamment : infections de l'oreille, diarrhée, croup, pneumonie, convulsions fébriles et inflammations cérébrales (encéphalites). Les personnes atteintes de rougeole doivent contacter Health Link Alberta (811).

**Protection contre la rougeole :**

**(Protection Against Measles:)**

Les personnes nées en 1970 et après sont considérées comme étant protégées contre la rougeole dès lors que leur carnet de vaccination fait état de deux doses du vaccin. La première dose doit avoir été donnée dans les environs du premier anniversaire de l'enfant, et la deuxième dose quelque temps après (cette période varie en fonction du vaccin spécifique).

Les personnes nées avant 1970 sont considérées comme étant protégées, car la plupart d'entre elles ont contracté la rougeole.

**Vaccins contre la rougeole :**

**(Measles-Containing Vaccines:)**

Les enfants âgés de 1 an et de 4 à 6 ans peuvent bénéficier gratuitement du vaccin contre la rougeole, et ce dans le cadre du programme de vaccination systématique des enfants dans l'Alberta.

**Exclusion scolaire en cas de non-protection contre la rougeole :**

**(Exclusion from school due to lack of protection against measles:)**

- L'exclusion dure généralement 5 jours après le premier cas détecté et jusqu'à 21 jours après le dernier cas enregistré. Les exclusions se poursuivront à chaque détection d'un nouveau cas. Toutes les personnes se rendant ou travaillant à l'école seront considérées comme ayant été exposées au virus, et ce qu'elles aient été présentes ou non à l'école au même moment que la personne infectée.
- Les personnes exclues doivent rester chez elles afin d'éviter de s'exposer à d'autres personnes au sein de leur communauté.
- Les personnes atteintes de la rougeole doivent rester chez elles pendant quatre jours après l'apparition de l'éruption cutanée.

**Pour trouver un centre de santé publique près de chez vous :**

**(To find a local Public Health Centre:)**

- Rendez-vous sur le site Web des services de santé de l'Alberta [www.albertahealthservices.ca](http://www.albertahealthservices.ca) : Parcourez les rubriques *Find Health Care*, *Find Hospitals and Facilities*, *Facility Type* et *Public Health Centres*
- Appelez Health Link Alberta (811)
- Consultez un annuaire téléphonique

[Pour plus d'informations sur la vaccination, rendez-vous à l'adresse immunizealberta.ca](http://immunizealberta.ca)

## Le bien-être mental chez les enfants

L'enfance est une période importante dans le développement du bien-être mental pour toute la vie. Le bien-être mental est bien plus que le simple fait d'être heureux. Il s'agit de développer son estime et sa confiance, de tisser des liens avec les autres et de se sentir bien du fait de sa participation ou de sa contribution à sa communauté. Lorsque les enfants développent un bien-être mental de la meilleure manière possible, cela réduit les probabilités d'abus d'alcool ou de drogues ou de problèmes mentaux.

La maladie mentale et le bien-être mental ne sont pas opposés. Les enfants ayant une maladie mentale peuvent jouir d'un bien-être mental, tandis que les enfants n'ayant aucun symptôme de maladie mentale peuvent être aux prises avec un bien-être mental déficient. Tous les enfants en profitent lorsqu'ils peuvent nouer des liens avec les autres, se sentir valorisés et apprendre d'importantes compétences. Voici comment vous pouvez aider les enfants à développer leur bien-être mental :

**Tisser des liens avec les autres :** Cela développe l'estime de soi et fournit une source de soutien et d'encouragement durant les moments difficiles. Aidez votre enfant à forger des relations avec des personnes qui leur sont proches et avec le monde extérieur. Ils peuvent tisser des liens en se joignant à des équipes, des clubs et des groupes, en faisant du bénévolat et en passant du temps avec la famille et les amis.

**Être actif :** Les bénéfices de l'activité ne sont pas juste physiques. L'activité physique produit des changements chimiques dans le cerveau qui contribuent à notre mieux-être. L'activité physique peut aussi aider les enfants à tisser des liens et à acquérir de nouvelles habiletés, ce qui accroît leur estime.

**Encouragez-les à essayer de nouvelles choses :** Encouragez votre enfant à essayer de nouvelles choses et soyez prêts à faire de même. L'apprentissage de nouvelles choses nous stimule. De plus, en établissant et en atteignant des objectifs, nous nous sentons compétents et fiers.

**Donner à autrui :** Les actes de bonté peuvent nous donner une raison d'être et améliorer notre estime. On peut encourager les enfants à donner à autrui en disant merci à quelqu'un qui les a aidés, en téléphonant à un parent ou un ami qui a besoin de soutien ou en aidant les autres.



### Des conseils santé? Composez 8-1-1

Le saviez-vous? Vous pouvez obtenir des conseils santé auprès d'un infirmier ou d'une infirmière autorisé(e), à n'importe quelle heure en appelant Health Link au 8-1-1? Health Link est le numéro d'information sur la santé de l'Alberta; c'est gratuit et accessible 24 heures sur 24. Les préposés évalueront vos symptômes et vous aideront à décider si vous avez besoin de soins médicaux.

## Le coût des soins dentaires

Il peut revenir coûteux de réparer des dents cariées. Mieux vaut dans ce cas corriger le problème dès son apparition. Une cavité (carie dentaire) peut grossir rapidement et faire augmenter le coût des soins. Toutefois, ce qui permet réellement d'économiser est de prévenir le problème. Voici comment survient la carie dentaire et les manières de la prévenir.

- **La carie dentaire survient lorsque des germes collent aux dents.** Le brossage des dents deux fois par jour permet de prévenir la carie.
- **Le sucre et les germes produisent de l'acide.** La réduction des collations sucrées et collantes et le fait de limiter sa consommation de boissons sucrées permettent de prévenir la carie.
- **L'acide ramollit l'émail des dents.** Le fait de boire de l'eau contenant du fluor (lorsque c'est possible) et d'utiliser un dentifrice au fluor permet de renforcer les dents.
- **La carie se développe plus facilement sur certaines surfaces.** Demandez de l'information à votre dentiste au sujet de l'application d'un scellement afin de protéger les dents.

Certaines familles pourraient avoir accès à des soins dentaires gratuits pour les enfants par l'entremise de la Prestation pour la santé des enfants de l'Alberta. Pour obtenir de plus amples renseignements, composez le 1-877-480-5437 ou consultez [www.employment.alberta.ca/achb](http://www.employment.alberta.ca/achb).



*La sécurité en autobus  
scolaire — un sondage pour  
tous!*

Le « Student Transportation Association of Alberta » souhaite éduquer le public au sujet des règlements de l'utilisation des feux rouges clignotants sur un autobus scolaire lors de l'embarquement et du débarquement des élèves. Afin de mieux connaître le niveau de compréhension existant à ce sujet, veuillez compléter le sondage sur le lien

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

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

- en utilisant notre système de Synervoice (messagerie téléphonique)
- sur le site de votre école ou au [www.centrenord.ab.ca](http://www.centrenord.ab.ca)
- sur Twitter\*
- ou sur le site [www.myschoolbusmonitor.com](http://www.myschoolbusmonitor.com) pour les écoles La Prairie et Boréal.

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

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



# février 2016



dimanche	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi
	1 jour 3 Réunion Société de parents 18 h 30	2 jour 4 Excursion au palais législatif 6B et 6C	3 jour 5 Congé maternelle seulement Palais législatif 6D Réunion Conseil d'école 18 h 30	4 <b>Congrès des enseignants</b>	5	6
7	8 jour 1	9 jour 2	10 jour 3  Liturgie Mercredi des cendres 13 h	11 jour 4	12 jour 5  Journée plein-air	13
14 St-Valentin	15 Congé Journée de la famille	16 jour 1	17 jour 2	18 jour 3	19 jour 4  journée plein-air glissade en tubes	20
21	22 jour 5	23 jour 1	24 jour 2	25 jour 3  <b>Soirée d'information</b> portes-ouvertes 19 h	26 jour 4  Diner chaud	27
28	29 jour 5					

## Dates à retenir

- 4 mars.....journée pédagogique
- 18 mars.....remise des bulletins
- 24 mars.....célébration des apprentissages 16 h à 20 h
- 25 mars au 1er avril.....congé du printemps



# SJA Commu-Noté

## February 2016 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,*

*The month of February will be filled with a variety of activities and events. Next week we begin the season of Lent with our liturgy for Ash Wednesday. We hope to see you there. During Lent, we will also be working on a social justice project which we will explain to the students on the 17th. We will be sending you more information regarding our project at that time.*

*As for physical activities, we will be having winter outdoor activities organized by Pierre-Alexandre Dion and his team on the 12th. On the 19th, each class will be getting a turn to use the big tubes to slide down the hill.*

*On the 25th, we will be having our open-house information night. You, the parents, are always the best ambassadors for our school so if you know of anyone eligible for francophone and catholic education, please inform them of the open house on the 25th at 7 pm.*

*Friday the 26th is hot lunch day. The Parent committee is always looking for more volunteers to help with various school activities, especially the distribution of hot lunches once a month. It is always a great source of pride for your children to see that their parents are present and involved at school. So if at all possible, please join the team, lend a hand and meet other parents. We thank you in advance for considering to take some time out of your busy schedule to contribute when possible. All your efforts will be greatly appreciated !*

*I would like to take this opportunity to wish you a wonderful and restful Family Day weekend with your loved ones !*

*Warmest regards,  
Adèle Amyotte,  
Principal*

## **SAFETY AT SCHOOL AND IN THE PARKING LOT**

**We greatly appreciate your kind collaboration in helping us ensure the safety of students in the parking lot and in the main entrance, especially after school.**

- 1. Please park on the street or in Kenilworth arena parking lot when you drop off or pick up your child. The staff parking lot has become much too crowded and, thus, very unsafe at the end of the school day.**
  
- 2. When picking up your child after school, parents must :**
  - A) arrive before the 3:16 bell;**
  - B) come into the school;**
  - C) meet your child in the front entrance as soon as he / she comes out of the classroom;**
  - D) leave with your child as quickly as possible to minimize confusion and crowding.**
  
- 3. While making your way through the staff parking lot on your way to your vehicle parked on the street, please hold your child's hand. Do not let him run in front of you or lag behind you !**
  
- 4. The staff parking lot is now off limits. The spot in front of the main door is reserved for deliveries and emergency vehicles only.**

**Thank you for your understanding, your support and, especially, your cooperation .**



January 2016

Dear School Parents, Staff and Volunteers:

**PROTECTION AGAINST MEASLES - VACCINE REMINDER FOR SCHOOL PARENTS, STAFF AND VOLUNTEERS**

Measles is an illness that can sometimes cause severe health problems, and occasionally death. It can be prevented by measles vaccine. A school exposure occurs when a person with measles is present at a school. Persons who attend, work or volunteer at that school are at risk of getting measles. **When there is a school measles exposure:**

- 1. Public Health will check all students, staff and volunteers for protection against measles.**
- 2. Students, staff and volunteers who do not have protection against measles may be excluded, meaning they are not allowed to attend, work or volunteer at school, until the risk for infection is over.**

***Two doses of measles vaccine given before a school measles exposure provides protection against measles and avoids possible exclusion.***

Please ensure your local Public Health Centre has a record of immunizations which may have been given previously in different locations in Alberta, Canada, or other countries, translated if necessary. To receive measles vaccine or check immunization records, please contact an Alberta Health Services Public Health Centre. For more information on measles vaccine, please go to [immunizealberta.ca](http://immunizealberta.ca). For more information on measles, protection, vaccine schedule, exclusion, and Public Health Centres, please see other side.

Thank you for your attention and help in this important matter.

Sincerely,

Alberta Health Services Medical Officers of Health

Dr. Albert de Villiers  
Zone Lead Medical Officer of Health  
North West Area

Dr. Chris Sikora  
Zone Lead Medical Officer of Health  
Edmonton Zone

Dr. Deena Hinshaw  
Zone Lead Medical Officer of Health  
Central Zone

Dr. Richard Musto  
Zone Lead Medical Officer of Health  
Calgary Zone

Dr. Vivien Suttorp  
Zone Lead Medical Officer of Health  
South Zone

Dr. Wadieh Yacoub  
Medical Officer of Health  
First Nations and Inuit Health Branch, Health Canada

**Measles:**

Measles is a viral illness with fever, cough, runny nose or red eyes, and a red blotchy rash. It is spread easily through the air. Symptoms usually start 8 – 12 days after exposure; it takes about 14 days for rash to appear. About one in three children with measles will suffer more severe problems, including ear infections, diarrhea, croup, pneumonia, febrile seizures and inflammation of the brain (encephalitis). Persons who may have measles should contact Health Link Alberta (811).

**Protection Against Measles:**

Persons born in 1970 or later are considered protected if they have a written record of two doses of live measles-containing vaccine. The first dose must have been given on or after the first birthday, and the second one after a minimum time has passed (differs by vaccine).

Persons born before 1970 are considered protected because most have been infected.

**Measles-Containing Vaccines:**

Children aged 1 year and 4-6 years of age, are offered measles-containing vaccine at no charge as part of the Alberta routine childhood immunization program.

**Exclusion from school due to lack of protection against measles:**

- Exclusion lasts from 5 days after the first exposure up to 21 days after the last exposure. This continues for each new case. All persons attending, working or volunteering at school will be considered exposed, whether they were present when the person with measles was at school or not.
- Excluded persons must remain at home to avoid exposure of others in the community.
- Persons who get measles must remain at home for four days after the start of the rash.

**To find a local Public Health Centre:**

- visit the Alberta Health Services website [www.albertahealthservices.ca](http://www.albertahealthservices.ca): select *Find Health Care, Find Hospitals and Facilities, Facility Type, and Public Health Centres*
- call Health Link Alberta (811)
- consult a phone book

[For information about immunization visit immunizealberta.ca](http://immunizealberta.ca)



## Childhood Mental Wellbeing

Childhood is an important time in the development of lifelong mental wellbeing. Mental wellbeing is more than just being happy. It is having self-esteem and self confidence, being connected to others and enjoying the good feelings that come from participating in and giving back to your community. When children develop the best possible mental wellbeing, it lessens the likelihood of future substance abuse or mental problems.

Mental illness and mental wellbeing are not opposites. Children with mental illness can enjoy good mental wellbeing, while children with no symptoms of mental illness can struggle with poor mental wellbeing. All children benefit when they connect with others, feel valued and learn important skills. Here are some ways to help your child develop good mental wellbeing.

**Connect with others:** Connecting with others increases self-worth and offers a source of support and encouragement during hard times. Help your child to build and grow relationships with people close to them and with the wider world. Connections can be made by joining teams, clubs and groups, volunteering and spending time together with family and friends.

**Be active:** The benefit of being active are not just physical. Activity causes chemical changes in the brain that make us feel good. Physical activity can also help children form relationships and learn new skills which build self-esteem.

**Try new things:** Encourage your child to try new things and be willing to do the same. Learning new things challenges us and setting/reaching goals makes us feel proud and capable.

**Give to others:** Small acts of kindness can give us a sense of purpose and improve self-worth. Children can be encouraged to give to others by saying thank you to someone who has helped them, phoning a relative or friend who needs support or offering a helping hand to others.



### Health advice as easy as 8-1-1

Did you know you can get trusted health advice around the clock from a registered nurse by dialing Health Link at 8-1-1? Health Link is Alberta's free, 24/7 health information and advice line. They can help assess symptoms and help you decide if you need to seek medical attention.

## The Cost of Dental Treatment

Fixing decayed teeth can be expensive. Think about fixing a problem earlier than later. A cavity (tooth decay) can quickly get bigger and increase the cost for treatment. But what really saves money is preventing the problem in the first place. Here's a look at how tooth decay happens and how you can prevent it.

- **Tooth decay happens when germs stick to teeth.** Prevent tooth decay by brushing two times a day.
- **Sugar and germs produce acid.** Prevent decay by reducing sweet and sticky snacks and limiting sweet drinks.
- **Acid weakens tooth enamel.** Prevent decay by drinking water with fluoride (when possible) and using fluoride toothpaste to strengthen teeth.
- **Some surfaces of teeth decay more easily.** Prevent decay by asking your dentist about dental sealants to protect teeth.

Some families may have access to children's free dental care through Alberta Child Health Benefit. For more information call 1-877-469-5437 or visit [www.employment.alberta.ca/achb](http://www.employment.alberta.ca/achb).

Student Transportation during wintertime ....

**“What to do if your children’s bus route is delayed or cancelled?”**

**Bus delays (15 minutes or more)** and cancellations are announced by:

- ⇒ SynreVoice telephone message
- ⇒ School website or [www.centrenord.ab.ca](http://www.centrenord.ab.ca)  
(click on the school bus icon)
  - ⇒ Twitter \*
- ⇒ Or on the website [www.myschoolbusmonitor.com](http://www.myschoolbusmonitor.com)  
for École La Prairie and École Boréal

**If the bus is more than 10 to 15 minutes late, and you have not received a SynreVoice message, please contact the bus company** indicated on your bus schedule and on our website (click on the school bus icon on the home page and then on “Compagnie d’autobus”). If you are unable to reach the bus company, please contact the school board during office hours at 780-468-6440.

Should you drive your child to school when bus service is cancelled for the day, it is your responsibility to pick the child up from school at the end of the day.

*\*To find a tweet indicating your bus route’s delay or cancellation, go to the Twitter website ([twitter.com](http://twitter.com)) and write the hastag #000F (000 is the bus route number) in the Search bar. If you do not see a*



*School bus safety— a survey for everyone!*

The Student Transportation Association of Alberta is seeking to educate the public about student loading and unloading rules regarding red flashing lights on a school bus. In order to determine the current level of understanding, please complete the survey on the following link <https://www.surveymonkey.com/r/RFLSurvey> before December 15, 2015. Thank you!