

ACTIVITÉS À VENIR

<u>2 décembre</u> Reprise des photos des classes.

<u>3 décembre</u> Rencontre enseignantsparents-élèves.

<u>4 et 11 décembre</u> Derniers cours de natation.

16 décembre à 19h

Concert de Noël de l'école dans la rotonde de La Cité.

<u>18 décembre à midi</u> Les élèves chantent à la Législature.

Le p'tit Sherwood

décembre 2015 | janvier 2016



Mot du directeur

Chers parents,

Déjà le mois de décembre! La première partie de l'année scolaire est presque terminée et nous voilà à l'aube d'un congé bien mérité pour tous. Dans cette lettre circulaire, vous trouverez des informations pour les mois de décembre et janvier.

D'abord, un grand merci à tous les parents qui sont venus rencontrer les enseignants lors de notre rencontre des parents le 3 décembre. Votre engagement dans l'éducation de vos enfants contribue à leur réussite scolaire.

Nous sommes heureux de vous annoncer que nous aurons notre premier concert de Noël le 16 décembre à 19h dans la rotonde de La Cité francophone. Les enfants se préparent depuis déjà quelques semaines. De plus, le conseil d'école a organisé un encan silencieux afin d'amasser des fonds pour les activités scolaires. Nous vous attendons en grand nombre.

Le 18 décembre, nous aurons un brunch à l'école avant le congé des Fêtes et ensuite nous irons chanter à la Législature. Vous êtes tous les bienvenus à venir nous rencontrer sur place. Les classes reprendront le lundi 4 janvier 2016.

Je profite de cette occasion pour vous souhaiter à chacun et chacune une période des Fêtes remplie de repos, de joie et de santé! Pour nos familles célébrant Noël, je vous souhaite un Joyeux Noël! Bon congé et bonne et heureuse année 2016!

~Michel Lapointe, directeur

Rappel: s'habiller pour la météo!

L'hiver est à nos portes et il fait de plus en plus froid. À moins de conditions météorologiques extrêmes, nous continuerons d'aller aux récréations à tous les jours.



Nous vous demandons de s.v.p. vous assurer que vos enfants portent leurs mitaines, tuques et cache-cous, bottes d'hiver et pantalon d'hiver.

Nous vous encourageons aussi à bien identifier les vêtements de vos enfants en inscrivant leur nom ou initiales.

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 l'école seront annoncés :

- en utilisant notre système de Synervoice (messagerie téléphonique)
- sur le site de l'école au www.es.centrenord.ab.ca
- sur Twitter (@CSCNTransport) en utilisant le mot-clic #000F (000 est le numéro de votre trajet)

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 le transporteur (indiqué sur votre horaire et sur le site du conseil scolaire sous Compagnies d'autobus). Si vous n'arrivez pas à rejoindre le 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 <u>pour la journée</u>, les parents qui reconduisent leur enfant à l'école sont responsables de leur retour à la maison <u>en après-midi aussi.</u>

Bonne fête!



Maéva G. 8 décembre Stella P. 9 décembre Sophie B. 14 décembre Maya C. 17 décembre Aislynn D. 27 décembre



Collecte de bouteilles

L'école a ouvert un compte au *Fir Street Bottle Depot*. En apportant vos bouteilles ainsi que vos contenants recyclables, vous pouvez nous aider à accumuler des sous pour l'école en demandant lors du dépôt que l'argent soit transféré dans notre compte sous le nom « French School ».

École en santé!!

Barres tendres à MATÉO

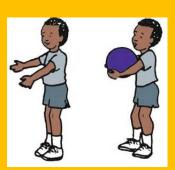
Ingrédients

- 2 bananes
- 1/2 tasse de « super butter » (ou autre beurre de graines)
- 1 tasse gruau gros flocons
- 3/4 tasse de graines (tournesol, chanvre, chia, pavots, citrouille, sésame...)
- 1/4 tasse fruits séchés (abricots, canneberges, pommes, cerises, raisins, baies, dates, prunes...)
- 1/4 tasse pépites de chocolat ou grué de cacao (optionnel)
- 1/4 tasses noix de coco
- 1/2 cuillère à thé cannelle

Sans noix | Sans gluten

- 1. Préchauffer le four 350F
- 2. Mettre du papier parchemin ou du Pam dans une casserole 8x8
- 3. Écraser les bananes avec l'endos d'une fourchette, ajouter le super butter et bien mélanger
- 4. Ajoute tous les autres ingrédients
- 5. Étendre le mélange également dans la casserole et mettre dans le four pour 20-25min, devrait être doré
- 6. Laisser complément refroidir avant de couper en barres

ASTUCE: Ça se congèle très bien!



Saviez-vous?

Attraper une balle/ballon par en dessous développe la coordination des mains et des yeux, le contrôle de la motricité fine, et l'aptitude à suivre des objets en mouvement dans les airs.

Suggestions pour planifier les collations

Les collations vous aident à conserver un niveau d'énergie adéquat entre les repas. Planifiez-les à l'avance pour avoir des collations santé à portée de la main.

- Coupez plus de légumes lorsque vous cuisinez en prévision de vos collations. Essayez différentes trempettes, comme l'houmous, le tzatziki, une salsa fraîche, des beurres de noix ou du yogourt.
- Faites cuire des œufs durs pendant la fin de semaine. Ils se conserveront jusqu'à une semaine au réfrigérateur dans leur coquille. Utilisez-les avec vos légumes favoris.
- Faites provision de collations faciles à emporter : pommes, poires, bananes, prunes, raisins, petit contenant de fruits (dans le jus), yogourt, barres de céréales (au moins 4 grammes de fibres par portion), noix non salées, petites canettes de jus de légumes faible en sodium.

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







Scholastic

Chaque mois, les enseignants vous font parvenir des feuilles de commande de la compagnie Scholastic. Saviez-vous que lorsque vous faites des achats de livres ou autres articles, les enseignants recoivent des coupons bonis avec lesquels ils peuvent acheter des livres pour leur bibliothèque de classe? C'est une autre bonne facon d'aider la classe de votre enfant.



e Carrefour: une librairie, trois emplacements!

Au Campus Saint-Jean

Ouvert au public tous les jeudis de 9 h à 16 h 30

En plus des manuels universitaires, la librairie offrira très bientôt une sélection variée de littérature adulte et jeunesse.



Au Campus principal de l'Université

La librairie se situe dans le Students' Union Building. 114° Rue et 89° Avenue.

Tout près de la sortie sud de la station de train University.

Ouvert au public du lundi au vendredi de 9 h à 17 h



À l'école Maurice-Lavallée (8828, 95e Rue)

23 au 25 et 27 novembre, 14 au 16 décembre 8 hà 16 h

Ce point de vente offrira une sélection de livres pour les enfants et adolescents de la maternelle à la 12º année.



Pour le moment, la librairie est fermée les weekends. La librairie en ligne (http://bookstore.ualberta.ca) est une excellente alternative pour ceux qui ne peuvent pas venir bouquiner en semaine.

« Pour le Campus Saint-Jean, il était essentiel de maintenir un espace physique pour Le Carrefour, que ce soit pour desservir nos étudiants au niveau des manuels scolaires ou pour servir la communauté francophone. Pouvoir feuilleter un livre est une expérience unique que l'on ne retrouve pas lorsqu'on achète des livres en ligne. L'emplacement actuel du Carrefour au sein du Campus Saint-Jean est une première étape vers une présence plus permanente de la librairie francophone à même notre établissement »

Pierre-Yves Mocquais Doyen, Campus Saint-Jean « Le Conseil scolaire Centre-Nord est fier de l'entente avec le Carrefour, le Campus Saint-Jean et l'Université de l'Alberta permettant d'accueillir une partie de la collection des livres du Carrefour à l'école Maurice-Lavallée.La bibliothèque est située dans un grand local à l'école permettant au Carrefour d'ouvrir ses portes au grand public. Longue vie au Carrefour! »

Henri Lemire Directeur général, Conseil scolaire Centre-Nord



« Je suis enchanté par cette collaboration entre les services de librairie de l'Université de l'Alberta, le Campus Saint-Jean et le Conseil scolaire Centre-Nord. Ceci nous permet de continuer à offrir à la communauté francophone et francophile des livres en français dans des espaces physiques. »

Gerald Beasley Bibliothécaire en chef Université de l'Alberta





Des enfants en santé Bulletin pour les parents Décembre 2015

Parler d'intimidation à son enfant

Au cours de leur cheminement scolaire, les enfants commencent à discerner les hauts et les bas des amitiés. Puisque l'autonomie des enfants s'affirme progressivement; il peut être éprouvant de vous assurer du caractère approprié des gestes posés à l'endroit de votre enfant et de ses pairs. Il importe de savoir reconnaître les signes de victimisation par l'intimidation chez votre enfant. Si votre enfant semble anxieux ou inquiet à l'idée de fréquenter l'école, prenez le temps de lui souligner qu'il peut compter sur vous pour obtenir du soutien. L'intimidation peut revêtir différentes formes :



- Verbale: injures, potins et commentaires défavorables faits au sujet des intérêts, du sexe, de l'orientation sexuelle ou de l'origine culturelle, raciale, ethnique ou religieuse d'une personne.
- Physique: frapper, faire trébucher ou pincer une personne, ou encore se livrer à des attouchements sexuels non désirés à son endroit.
- Sociale: exclure volontairement quelqu'un, dire à autrui de ne pas être son ami ou faire circuler des rumeurs.
- Informatique: le recours aux courriels, aux textos, aux medias sociaux et aux sites Internet pour exclure quelqu'un d'un groupe ou pour l'embarrasser, ou encore pour ternir la réputation et les relations.

Que faire si vous soupçonnez que votre enfant est victime d'intimidation?

- Engagez le dialogue. Parlez souvent et ouvertement.
- Réconfortez votre enfant et encouragez-le à exprimer ses sentiments.
- Travaillez avec l'école de votre enfant afin de surveiller, de prévenir et d'éliminer les comportements d'intimidation.
- Mettez en place des dispositions de sécurité. Assurez-vous que votre enfant sait où obtenir de l'aide.
- Inspirez de la confiance à votre enfant. Encouragez-le à nouer de nouvelles amitiés.
- Défendez votre enfant. Participez à des programmes de sensibilisation à l'intimidation et de prévention.
- Donnez l'exemple. Les enfants apprennent à établir des relations en observant les interactions sociales qu'entretiennent les adultes qui leur sont proches.

L'intervention des adultes constitue un élément essentiel à la prévention de l'intimidation. La première étape à franchir pour s'attaquer aux comportements d'intimidation et promouvoir les relations saines consiste à s'informer au sujet de l'intimidation. Prenez des mesures auprès des enseignants et d'autres adultes au sein de votre communauté afin de mettre en œuvre des programmes anti-intimidation visant à contrecarrer les répercussions néfastes de l'intimidation. Pour obtenir de plus amples renseignements et ressources sur la sensibilisation à l'intimidation et sa prévention, nous vous encourageons à consulter ce que le site www.teachingsexualhealth.ca a à offrir!

Alberta Health Services a créé pour vous *Healthy Parents, Healthy Children*, car les enfants ne naissent pas accompagnés d'un guide. Depuis la grossesse jusqu'à l'âge de 6 ans, tous les renseignements qu'il vous faut sont à votre portée. Pour obtenir des renseignements fiables sur la façon d'aider votre famille à s'épanouir, à apprendre et à mener une vie saine, consultez www.HealthyParentsHealthyChildren.ca

Pour obtenir une version électronique de ce builetin, consultez www.albertahealthservices.ca/csh.aso

Técembre 2015

dim. lun. mar. mer. jeu. ven. sam.

		1 Vaccins des 5e	2 Reprise de photos de classe.	3 Rencontre profs–parents-élèves.	4 Cours de natation	5
6	7	8	9	10	11 Cours de natation	12
13	14	15	16 Spectacle de Noël	17	18 Spectacle à la Législature	19
20	21	22	23	24	yeux Noër	26
27	28	29	30	et B		





dim. lun. mar. mer. jeu. ven. sam.

					1	2
3	4 Retour des vacances!	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19 Réunion du conseil d'école 19h	20 Festival Canoë -Volant	21	22	23
24	25	26 Vaccins des 5e	27	28	29 Journée pédagogique	30
31						



English Summary

REMINDERS

Group photo retake Dec. 2

Parent-Teacher Interviews Dec. 3

Swimming lessons
Dec. 4 & 11

Christmas concert Dec.16 at 7 pm

Student's singing at the Legislature
Dec. 18 at Noon



- The cold weather is upon us; please make sure your child is dressed with the appropriate winter attire (hat, mittens, neckwarmer, winter boots and snow pants). We also recommend putting your child's name or initials on their items to avoid losing them. We will continue to have recess outside at least twice per day.
- Every month, teachers send home the Scholastic catalogues. Did you know that when you buy books it provides the teacher with a discount on future classroom purchases?
- Fundraiser: The school has opened an account at the Fir Street bottle depot. You can take your bottles and other recyclables and request that the money be put on an account under the name « French School ».
- The Student Transportation Association of Alberta is seeking to educate the public about student loading and unloading rules & red flashing lights. Please complete the survey before December 15, 2015 at https://www.surveymonkey.com/r/RFLSurvey

Bus Delays and Cancellations

Any bus delays (15 minutes or more) and cancellations will be announced via:

- SynerVoice telephone message
- School website at www.es.centrenord.ab.ca
- Twitter (@CSCNTransport) and the hashtag #000F (000 is the bus route number)

If the bus is more than 10 to 15 minutes late, and you have not received a SynerVoice message, please contact the bus company indicated on your bus schedule and on the school board website. 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 <u>for the day</u>, it is your responsibility to pick the child up from school at the end of the day.

Healthy Children

Parent Newsletter December 2015

Talking to Your Child About Bullying

As children progress through school, they begin to navigate the ups and downs of friendships. Children become more independent and it can be challenging to make sure what is happening with your child and their peers is appropriate. It is important to watch for signs that your child may be struggling with bullying. If your child seems unsually anxious or worried about going to school, take some time to check in and let them know you are there to support them. Bullying can take different forms:

- Verbal: name calling, gossiping, and negative comments about a person's interests or background (e.g. culture, race, ethnicity, religion, gender or sexual orientation).
- · Physical: hitting, tripping, pinching and unwanted sexual touching.
- Social: leaving someone out on purpose, telling others not to be friends and spreading rumors.
- Cyber: the use of email, text messages, social media and internet sites to socially exclude, embarrass and damage reputations and relationships.

What to do if you suspect your child is being bullied?

- Start the conversation. Talk often and openly.
- Offer comfort and encourage your child to talk about their feelings.
- Work with your child's school to monitor, prevent and stop bullying behaviours.
- Make safety arrangements. Be sure your child knows how to get help.
- · Build confidence. Encourage new friendships.
- Stand up for your child. Get involved in bullying awareness and prevention programs.
- Be a role model. Children learn how to form relationships by watching adults in their lives interact with others.



Because they don't come with a manual Alberta Health Services has created Healthy Parents, Healthy Children just for you. From pregnancy up to 6 years of age, all the information you need is at your fingertips. For reliable information about how to help your family grow, learn and be healthy, visit:

www.HealthvParentsHealthvChildren.ca

Adult intervention is key to bullying prevention. Being informed about bullying is the first step in addressing bullying behaviour and promoting healthy relationships. Take action with teachers and other adults in your community to implement anti-bullying programs to help end the negative implications caused by bullying. For more information and resources on bullying awareness and prevention, we encourage you to check out what www.teachingsexualhealth.ca has to offer!

Safe Food for Lunch

Food is an enjoyable part of everyday living. When we eat, we want to have the proper nutrition, but we also want the food to taste and look good. One thing we never expect is to get sick from the food we eat. To keep any food safe we can follow four easy steps:

Chill – Keep food at 4°C or colder. Use an ice pack in your child's lunch bag or freeze a juice box. You will still have cold juice by lunch, and the rest of the lunch will be safer to eat.

Cook – Colour no longer indicates doneness. To make sure the germs that cause foodborne illness are killed, check the temperature of the food with a thermometer. An internal temperature of 74°C should be reached at the end of cooking. Reheat foods to an internal temperature of 74°C as well.

Clean – Handwashing is one of the best ways to prevent many types of illness. The most important time to wash is after going to the bathroom. Use clean dishes to prepare food. Wash fruits and vegetables before eating.

Separate – Keep raw foods and cooked foods separate. Clean dishes between preparing different types of food or use separate dishes.

These four steps will help to keep any food safer to eat and prevent foodborne illness.

To find an electronic copy of this newsletter, visit: www.albertahealthservices.ca/csh.aso