



Số 18 18 tháng 11, 2022

Trường St Joseph

10 Ina Avenue, Ottaway S A 5013
Telephone: (08) 8447 4969
Facsimile: (08) 8241 0380
Email: info@stjotlo.catholic.edu.au
Website: www.stjotlo.catholic.edu.au

Trong tất cả các điều yêu mến

Cửa hàng Đồng phục

Mở cửa vào Thứ Hai và Thứ Sáu từ
8g30 đến 9g30 sáng

Nhóm Sinh Hoạt Thiếu nhi

Thứ sáu - 10g sáng đến 11g30

Chăm sóc Ngoài Giờ Học

Hàng ngày

6g30 đến 8g30 sáng

và 3g đến 6g tối

Thứ ba 2g45 trưa đến 6g tối

Cần giữ chỗ trước

ĐT di động: 0437 863 067

Giáo xứ St. Maximilian Kolbe

Linh mục - Cha Marek Ptak CR

Điện thoại: (08) 8447 3223

Email: smax@ottowayparish.com

Thánh lễ

Thứ bảy 6g30 tối

Chủ nhật 8g30 sáng Anh ngữ &

10g30 sáng Ba Lan ngữ

Thứ Tu 6g30 tối Anh ngữ & Ba Lan ngữ

Trừ Thứ Ba

(xin hỏi lại Giáo xứ)

Bản Tin

ĐIỀN KINH

Qua Chương trình Thể thao Học đường, chúng ta đã có các buổi Điền kinh hàng tuần trong học kỳ này. Chương trình được điều khiển bởi TriSkills và được tổ chức bởi Điều phối viên Thể thao của trường, ông McCarthy. Các bài học thúc đẩy sự thành thực về các chuyển động cơ bản để thực hiện nhiều động tác hạ cánh an toàn, giữ thăng bằng, xoay người, nhảy, xoay người và các trình tự có tính sáng tạo với những bạn khác.



Chúng ta nhìn nhận là trường chúng ta nằm trong đất nước Kaura. Chúng ta ghi ơn và tôn kính người Kaurna là những người tiếp tục gìn giữ đồng bằng Adelaide và tỏ lòng tôn kính các bậc Trưởng thượng trong quá khứ lẫn hiện tại.

Bộ não con người và Khả năng thay đổi của nó

“Hãy gieo một suy nghĩ và bạn sẽ gặt hái được một hành động; hãy gieo một hành động và bạn gặt hái được một thói quen; hãy gieo một thói quen và bạn gặt hái được một tính cách; hãy gieo một tính cách và bạn gặt hái được một số phận.”

Ralph Waldo Emerson

Bạn có biết rằng bộ não con người thay đổi trong suốt cuộc đời của chúng ta và trải nghiệm của chúng ta đóng một vai trò quan trọng trong những thay đổi diễn ra? Bộ não của chúng ta không ngừng tìm cách tiết kiệm năng lượng. Phần não được gọi là hạch nền chịu trách nhiệm nhớ lại các mô hình và hành động trên chúng, giúp não bảo tồn năng lượng trong quá trình này. Nhưng điều gì sẽ xảy ra nếu những hình mẫu mà chúng ta nhận thấy không đặc biệt hữu ích hoặc có hiệu quả. Điều đáng mừng là chúng ta có thể huấn luyện lại bộ não của mình với những mô hình mới, có năng suất hơn, nhưng điều này cần thời gian, năng lượng và cần sự tự chủ. Tự chủ có thể củng cố tính cách và quyết tâm của chúng ta. Những người có khả năng tự chủ cao điều hợp cuộc sống với những thói quen tốt và không phải tốn nhiều năng lượng vào các nỗ lực và sức đề kháng. Họ đạt được hiệu năng học tập và công việc cao hơn và ít gặp phải các vấn đề về sức khỏe tâm thần, sự bốc đồng và hành xử hơn. Để hình thành thói quen mới mọi người cần đặt mục tiêu rõ ràng, bắt đầu từ việc nhỏ, theo dõi tiến độ và xây dựng từ đó.

“Ý chí là khả năng nắm giữ những điều đối nghịch. Vì vậy... tôi có thể cảm nhận được sự thèm muốn, và đồng thời, tôi chỉ cần nâng cao nhận thức của mình cho đủ lớn để quyết tâm đưa ra một sự lựa chọn khác”.

Kelly McGonigal, 2014

Tin tức về giáo trình

Tôi kèm theo đây hai bài toán đố mà phụ huynh có thể cùng con / các con của mình giải đáp.

Hai bài toán đố của tuần này:

Lớp Mẫu giáo đến lớp 3

Bạn thực hiện một cuộc khảo sát để tìm ra ai đang vui và ai đang buồn. Bạn có thể sử dụng hình ảnh nào để thể hiện những cảm xúc này?

Một số học sinh đã làm một cuộc khảo sát và họ ghi lại kết quả của mình như sau:

Đỏ	9
Vàng	6

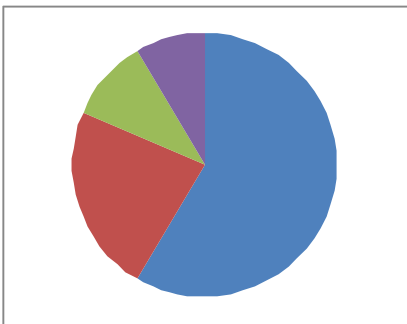
Cuộc khảo sát của họ đã nói lên điều gì? Hãy đưa ra nhiều giả thuyết.

Biểu đồ mà các em vẽ có thể như thế nào? Hãy sáng tạo.

Lớp 4-6

Số trung bình của ba số cộng lại là 7,6. Một trong những con số là 11,2. Vậy hai số kia có thể là gì?

Biểu đồ này mang ý nghĩa gì?



Hãy vui vẻ giải toán.

Đọc sách là một lĩnh vực học tập cốt lõi khác tại Trường St Joseph. Trẻ em phát triển kỹ năng đọc sách, kiến thức và hiểu biết của mình bằng cách đọc sách thường xuyên. Tại Trường St Joseph, việc đọc sách thường xuyên ở nhà là một phần chính của bài tập về nhà vào mỗi buổi tối. Tại sao chúng ta không tạo các khoảng thời gian đều đặn trong suốt cả tuần, qua đó tắt cả các thiết bị điện tử trong nhà đều được tắt đi và các thành viên trong gia đình dành 15 phút để cùng nhau đọc sách.

Hãy đọc sách vui vẻ.

Chương trình chuyển tiếp cho trẻ Võ Lòng và Mẫu giáo chuẩn bị cho năm 2022

Năm nay, Chương trình Chuyển tiếp của chúng tôi dành cho trẻ em học Võ lòng và Mẫu giáo vào năm 2022 hiện đang được thực hiện trong ba buổi sáng Thứ Ba liên tục; ngày 16, 23 và 30 tháng 11.

Trong khi trẻ em đi thăm lớp học mới vào Thứ Ba ngày 16 tháng 11, thân mời phụ huynh tham dự Buổi Phổ biến Thông tin dành cho Phụ huynh để biết các thông tin quan trọng để giúp đỡ tiến trình chuyển tiếp suôn sẻ trong Trường St Joseph.

Mục đích của các chuyến thăm chuyển tiếp của chúng tôi để bảo đảm tất cả trẻ em chuẩn bị vào lớp Võ lòng và lớp Mẫu giáo năm 2022 được thoải mái, vui vẻ và quen thuộc với môi trường chung quanh trước khi bắt đầu năm học 2022. Các chuyến thăm chuyển tiếp cũng tạo cơ hội cho giáo viên làm quen với từng học sinh và bắt đầu đưa ra các chương trình giúp đỡ cho việc chuẩn bị cho năm học 2022.

Tốt nghiệp Lớp 6

Vào Thứ Ba, ngày 7 tháng 12, các học sinh lớp 6 của chúng ta sẽ kỷ niệm việc hoàn thành các năm học tiểu học với Lễ Tốt Nghiệp Lớp 6 của chúng tôi sẽ diễn ra tại hội trường trường lúc 6g chiều. Sau Nghi thức Tốt nghiệp, các em sẽ đi bằng xe buýt đến và về từ Khách sạn Watermark, Glenelg để cùng nhau dự Bữa tối Tốt nghiệp Lớp 6 của mình. Các chi tiết khác quanh buổi tối sẽ được phổ biến cho các gia đình gần ngày này hơn.

Thứ Tư, ngày 8 tháng 12 sẽ là ngày cuối cùng của năm học cho các học sinh lớp 6 của trường. Tất cả học sinh của trường sẽ nhận được học bạ cuối năm học trong ngày này.

Tin tức căng tin

Căng tin sẽ mở cửa trở lại 5 ngày mỗi tuần vào năm 2022 với Rebecca Allen trở lại vai trò quản lý căng tin toàn thời gian. Rebecca đã thực hiện một công việc tuyệt vời khi hỗ trợ nhân viên văn phòng của chúng tôi vào các ngày Thứ Ba trong năm nay. Vào năm 2022, nhân viên tài chính Anne Turtle sẽ đảm nhận công việc mà Rebecca đã làm vào các ngày thứ Ba.

Lợi ích của cuộc sống có Ý nghĩa và Mục đích

Là một phần của cộng đồng trường học Công giáo tại St Joseph cung cấp cho chúng ta cảm giác thực sự về ý nghĩa trong cuộc sống của chúng ta khi được Chúa Giê-su kêu gọi chia sẻ những món quà và tài năng của mình khi chúng ta cố gắng tạo ra một thế giới tốt đẹp hơn cho tất cả mọi người cùng sống.

Ý nghĩa và mục đích trong cuộc sống đề cập đến cách xây dựng và sống cuộc sống của chúng ta, đồng thời ảnh hưởng lớn đến sự lựa chọn các hoạt động và mục tiêu của chúng ta, cũng như mức độ hoàn thành mà chúng ta cảm thấy. Việc xác định và quyết tâm thực hiện các mục tiêu phù hợp với giá trị của một người mang lại sự hoàn thiện và giúp mọi người phát triển. Hiểu được những gì mang lại cho chúng ta mục đích có lợi ích về thể chất và tâm lý. Giúp đỡ người khác có lợi vì nó đáp ứng các nhu cầu căn bản của con người về quyền tự chủ, năng lực và mối liên quan. Những người xác định được nguồn ý nghĩa và mục đích trong cuộc sống của họ cho biết:

hạnh phúc tổng thể lớn hơn và sự hài lòng trong cuộc sống
mức độ cao hơn của sức khỏe thể chất và cảm xúc
mức độ phục hồi cao hơn
cảm giác kiểm soát tốt hơn cuộc sống của họ.

Để tìm hiểu thêm về cách nào phụ huynh có thể hỗ trợ tình trạng An sinh của con mình, hãy truy cập **Be You** (trước đây là Beyond Blue) <https://beyou.edu.au/fact-sheets/development/brain-development>

Khu vực hôn và thả con xuống xe

Xin nhắc lại rằng Khu Hôn và Thả con xuống xe của trường dọc theo Rosewater Terrace không phải là nơi để đậu xe hơi của phụ huynh nếu phụ huynh cần vào sân trường vì khu này cản trở tất cả giao thông ra vào. Nó cũng dẫn đến việc trẻ em phải ra khỏi xe trên Rosewater Terrace và phải di chuyển giữa các phương tiện giao thông, gây lo ngại về an toàn.

Nếu phụ huynh cần vào sân trường, quý vị có thể đậu xe dọc theo Rosewater Terrace và trên đường Ina. Cảm ơn phụ huynh trước về sự hỗ trợ của quý vị trong vấn đề an toàn quan trọng này.

Ứng dụng SkoolBag

Đề cập nhật những gì đang diễn ra trong trường của chúng ta cùng với các sự kiện sắp tới của trường, tại sao quý vị không tải xuống Ứng dụng SkoolBag từ App Store vào điện thoại di động của mình. Sau khi tải xuống, chỉ cần tìm kiếm Trường St Joseph, Ottoway và thêm vào trang **SkoolBag** của mình. Nhiều phụ huynh của trường hiện đang sử dụng Ứng dụng **SkoolBag** để cập nhật những gì đang diễn ra trong trường của chúng ta.

Ngoài ra, mục **Tin tức và Sự kiện** trên trang mạng của trường thường xuyên được cập nhật để giúp cho phụ huynh theo dõi những gì đang diễn ra trong trường của chúng ta.

Tôi hy vọng phụ huynh có một kết thúc tích cực cho một tuần làm việc và một ngày cuối tuần thú vị.

Cùng hợp tác làm việc với quý vị.

Shaun O'Leary.

Tin của APRIM

Chương trình Chiu phép Bí tích

Chúng tôi tiếp tục chuẩn bị cùng với các trẻ em trong trường chúng ta để cử hành Bí tích Thánh Thể lần đầu. Các chi tiết là:

Vị chủ lễ: Cha Marek Ptak

Khi nào: Chúa Nhật ngày 28 tháng 11 lúc 8g30 sáng Thánh lễ Giáo xứ

Địa điểm: Nhà thờ St Maximilian Kolbe, Ottoway

Thánh lễ

Một số lớp sẽ tham dự Thánh lễ Đức Mẹ Vô nhiễm Nguyên tội vào Thứ Tư ngày 8 tháng 12 lúc 10 giờ sáng trong Nhà thờ. Thân mời phụ huynh tham gia với chúng tôi. Phải đeo khẩu trang và vui lòng làm thủ tục hiện diện tại cửa ra vào.

Chuyến tham quan Sở thú Toàn Trường vào năm 2022

Chúng tôi đã đăng ký một chuyến du ngoạn cho toàn trường vào Thứ Sáu, ngày 11 tháng 2 năm 2022. Sinh hoạt này thay thế cho chuyến tham quan bơi lội. Nếu phụ huynh muốn tình nguyện giúp đỡ cho lớp học của con mình vào ngày này cần làm thủ tục tình nguyện mà chúng ta cần hoàn thành. Vui lòng cho tôi biết nếu quý vị muốn trở thành tình nguyện viên cho chuyến đi Sở thú hoặc tình nguyện viên trong trường qua điện thoại, gặp trực tiếp hoặc gửi email cho tôi - smccullough@stjotto.catholic.edu.au

Cám ơn sự giúp đỡ của quý vị.



Tin của Tuyên Úy



Giúp đỡ trẻ em vượt qua sự thay đổi và hoài nghi - hội thảo trực tuyến miễn phí dành cho phụ huynh và người chăm sóc

Những năm qua đã mang lại nhiều thay đổi và mất mát cho trẻ em, thanh thiếu niên và gia đình trên toàn nước Úc. Có rất nhiều câu hỏi về tác động của đại dịch, thiên tai và những thay đổi trong cuộc sống như mất mát, chia cắt gia đình và thay đổi cư trú - và làm thế nào chúng ta có thể giúp đỡ trẻ em và thanh thiếu niên một cách tốt nhất trong cuộc sống của chúng ta.

Seasons for Growth, thông qua Viện MacKillop, đang tổ chức hội thảo trực tuyến miễn phí cho phụ huynh và người chăm sóc vào Thứ Ba, ngày 16 tháng 11 năm 2021, từ 7 đến 8 giờ tối (UTC + 11) và sẽ đề cập đến cách hỗ trợ trẻ em và thanh thiếu niên để chia sẻ kinh nghiệm về sự thay đổi và mất mát bằng những phương cách an toàn và sáng tạo, tìm hiểu và chú ý đến cảm xúc của các em, đồng thời học các kỹ năng để thích nghi và phục hồi.

Đăng ký cho hội thảo này có thể được thực hiện qua liên kết này:

[Supporting Children Through Change & Uncertainty - General Tickets | TryBooking Australia](#)

Tin của Hội Phụ huynh & Thân Hữu

Đối phó với những Rủi ro bị Hành hạ và Bỏ rơi — Khóa học Giáo dục và Chăm sóc (RRHAN-EC)

Tất cả tình nguyện viên hiện nay cần tham gia một khóa huấn luyện với Simon McCullough trước khi kết thúc năm học nếu quý vị muốn tiếp tục làm tình nguyện viên vào năm 2022.

Vui lòng tham dự một buổi họp vào:

Thứ Hai ngày 22 tháng 11 lúc 3g30 chiều hoặc

Thứ Hai ngày 29 tháng 11 lúc 5g30 chiều

Khóa huấn luyện sẽ kéo dài trong khoảng 45 phút đến một giờ. Quý vị sẽ cần phải chọn và đăng ký dự một buổi để có thể bắt đầu hoặc tiếp tục làm tình nguyện viên vào năm 2022. Ngoài ra, quý vị có thể tham gia khóa huấn luyện này trực tuyến và cung cấp cho chúng tôi một bản sao chứng chỉ.

Quý vị có thể tìm thấy thông tin chi tiết về chương trình huấn luyện trực tuyến trong Trung tâm Thông tin dành cho Phụ huynh trong Văn phòng.

Catholic Schools Music Festival

On Wednesday 22nd September, 15 members of our school choir performed at the **Adelaide Entertainment Centre**. They had the uplifting experience of singing with other choirs from South Australian Catholic schools and being part of an amazing evening of musical entertainment.

Over the past 3 terms, these students have worked hard to learn the words and choreography to 10 songs (including a 15 minute medley!) They sang beautifully and represented St Joseph's proudly.



Members of the 2021 St Joseph's School Music Festival Choir were...

Aiden ✳ Alex ✳ Amber ✳ Athan ✳ Ava
Daksh ✳ Damian ✳ Jaylea ✳ Joel
Jordan ✳ Maddison ✳ Minh-Thu ✳ Nicholas
Rebecca ✳ Serena ✳ Sony ✳ Thuan

Library News

Australian Pollinator Week acknowledges our important and unique insect pollinators during our Spring in November. It is a designated week when community, business and organisations can come together to raise awareness of the importance of pollinators and support their needs.



Which insects are pollinators?

Species of bees, beetles, flies, wasps, thrips, butterflies and moths are all successful pollinators.

Did you know that bees pollinate two-thirds of our food production? Most fruits and vegetables, nuts and seeds, and livestock feed rely on the existence of bees.



Students are given the opportunity to explore Australian native bees. They will begin by looking at pictures of native bees and finding out why native bees are so important.



Christmas School Holidays
Monday 13 December 2021 - Friday 28 January 2022
11:30am - 1pm

Homefresh kids fun cooking classes will entertain (and feed) your children every school holidays giving you a well-earned break.

For just \$27 your child can enjoy one and a half hours of fun, learning to shop and cook with our talented Homefresh chefs.

Your child will dress in their Homefresh chefs uniforms, shop for ingredients, then prepare and cook healthy food from scratch and devour the result, all while you have a coffee or shop the local area in peace.

Shop 61B, The Golden Grove Village Shopping Centre, Golden Way,
 Golden Grove SA 5125
 Shop 47, Port Plaza, 200-220 Commercial Road Port Adelaide SA 5015

Bookings essential:

<https://www.homefreshcooking.com.au/school-holiday-fun/>



MOUNT CARMEL COLLEGE

Rosewater

Next Tour: Tuesday 23 November - 4pm

BOOK A COLLEGE TOUR

Visit: www.mcc.catholic.edu.au or
 phone **8447 0500**

*A Catholic co-educational
 Years 7-12 College in the Josephite tradition*

Lịch của Trường

Học kỳ 4 2021

Tháng Mười Một		Tháng Mười Hai	
23	Chuyên tiếp Lớp Võ Lòng và Mẫu giáo	7	Tốt nghiệp Lớp 6
30	Chuyên tiếp Lớp Võ Lòng và Mẫu giáo	8	Học bạ gửi về Nhà / Ngày cuối Lớp 6
		10	Học kỳ 4 Kết thúc 12g30 trưa