



Số 16 22 tháng Mười 2020

Trường St Joseph

10 Ina Avenue, Ottoway S.A. 5013
Telephone: (08) 8447 4969
Facsimile: (08) 8241 0380
Email: info@stjotto.catholic.edu.au
Website: www.stjotto.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: stmax@ottowayparish.com

Thánh lễ

Thứ bảy 6g30 tối

Chủ nhật 8g30 sáng Anh ngữ &
10g30 sáng Ba Lan ngữ

Thứ Tư 6g30 tối Anh ngữ & Ba Lan
ngữ

Trừ Thứ Ba

(xin hỏi lại Giáo xứ)

Bản Tin

Chúc mừng các em thắng giải Tài năng 2020 của St Joseph!



Hạng Nhất

Xyrus

Hạng Nhì

Maddy & Sierra



Hạng Ba

Feben, Haniya, Charlee



Tất cả chúng em đều là những người thắng giải tại buổi tập hợp cuối cùng của Học kỳ 3



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.

Tin của Hiệu Trưởng

Chào mừng trở lại với Học kỳ 4. Tôi hy vọng quý vị và gia đình đã có cơ hội nghỉ ngơi và tân trang lại để chuẩn bị cho học kỳ này.

Thật vui khi thấy trẻ em của chúng ta trở lại trường học sau kỳ nghỉ học kỳ gần đây, với tinh thần sáng khoái và ổn định. Tại Trường St Joseph, chúng ta nói nhiều về **5 Chia khóa của Thành công**; Tự tin, Khả năng phục hồi, Kiên trì, Hòa hợp và Tổ chức. Trẻ em đã bận rộn đưa các Chia khóa của thành công vào thực hành. Điều này đã được thể hiện rõ ràng qua sự tham gia của các em trong các cơ hội học tập được giảng giải cho các em trong suốt mỗi ngày và cách các em tương tác với nhau cả trong lớp học lẫn trong sân trường.

Tin tức về giáo trình

Tôi gửi về hai bài toán đố mà phụ huynh có thể cùng con / các con của mình giải đáp.

Các bài toán đố cho tuần này:

Lớp Mẫu giáo đến lớp 3

Hãy viết ra tất cả những gì bạn biết về số 11.

Tôi đã viết một con số bí mật từ 60 đến 80. Nó là một số chẵn. Vậy nó có thể là số nào?

Lớp 4-6

Ba con số lẻ liên tiếp cộng lại để thành một con số từ 120 đến 140. Vậy ba con số đó có thể là gì?

Tôi đang nghĩ về một con số. Nếu tôi chia con số cho 3 thì số dư là 1. Nếu tôi chia số cho 4 thì số dư là 1. Vậy thì con số của tôi có thể là 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 sự 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 làm ở nhà vào mỗi tối. Tại sao chúng ta không tạo các khoảng thời gian đều đặn cho cả tuần, qua đó chúng ta tắt tất cả các thiết bị điện tử trong nhà và các thành viên trong gia đình cùng dành ra 15 phút để cùng nhau đọc sách.

Chúc mọi người đọc sách vui vẻ.

Bản sắc Công giáo

Trong Tuần 10 của Học kỳ 3, tôi rất vui khi được dự lễ phụng vụ của lớp Mẫu giáo / Lớp 1 chung với lễ phụng vụ Lớp 2, 3, 4 của trường. Năm nay, chúng tôi đã đưa các lễ phụng vụ theo từng cấp lớp theo học kỳ để bổ sung cho kinh nghiệm dự lễ toàn trường của chúng tôi trong Nhà thờ Giáo xứ. Các buổi lễ của Giáo xứ được tổ chức tại Nhà thờ Giáo xứ của chúng ta rất trang trọng và đúng truyền thống và mang đến cho con em chúng ta cơ hội để cử hành theo đúng truyền thống Công giáo hơn. Mặt khác, các lễ phụng vụ theo cấp lớp và cấp năm của chúng tôi cho trẻ em những trải nghiệm hiện đại và ít trang trọng hơn về Đức Chúa Trời qua các thánh thư, bài hát, âm nhạc và Nghệ thuật. Xin cảm ơn các lớp và các giáo viên đã tham gia vào việc chuẩn bị các lễ phụng vụ cho Học kỳ 3 theo cấp lớp của năm học. Tôi mong đợi các buổi phụng vụ trong học kỳ này.

Giảm học phí cho tất cả các trường Tiểu học của Giáo phận Công giáo

Ủy ban các trường Công giáo Nam Úc đã thông báo rằng họ sẽ làm cho việc giáo dục Công giáo trở nên hợp lý hơn bằng cách giảm học phí của mọi trường tiểu học thuộc giáo phận Công giáo vào năm 2021 theo đề nghị *Làm cho Giáo dục Công giáo trở nên hợp túi tiền hơn*.

Mức giảm học phí chính xác ở mỗi trường tiểu học trong giáo phận sẽ khác nhau giữa các trường căn cứ vào hoàn cảnh của các em và nhu cầu của gia đình các em.

Trường chúng ta đã làm việc với cơ quan Giáo dục Công giáo Nam Úc để hoàn chỉnh mức học phí cho năm 2021 được nêu dưới đây.

Chúng tôi cũng có thêm thông tin về sáng kiến trong bức thư gần đây của Chủ tịch Ủy ban các trường Công giáo Nam Úc gửi đến các gia đình và trên trang web của Giáo dục Công giáo Nam Úc tại cesa.catholic.edu.au/fee-reductions.

Học phí năm 2021 của trường St Joseph's School Ottoway

	Trọn Học phí	Học phí đã bớt	Học phí Vỡ lòng
Trẻ đầu tiên	\$1490	\$990	\$690
Trẻ thứ nhì	\$990	\$750	
Trẻ thứ ba	\$750	\$500	
Trẻ thứ tư	\$0	\$0	

* Chúng tôi khuyên các gia đình hãy nói chuyện với nhân viên Tài chính Rosalie Fergus về việc hội đủ điều kiện nhận khoản giảm học phí.

Đại hội Hợp xướng của các Trường Công giáo

Do những hạn chế quanh đại dịch Covid 19, Đại Hội Hợp xướng của các Trường Công giáo 2020 ở dạng liên kết thu hình được thu trong Tuần 10 của Học kỳ 3. Phụ huynh có thể mua bản sao của phim này trong học kỳ này. Natalie Doyle một lần nữa đã điều phối rất tốt cho sự tham gia của chúng ta cho năm 2020. Natalie đã dành nhiều giờ làm việc với giàn hợp xướng trong suốt năm để chuẩn bị cho việc thu hình. Đại hội Hợp xướng của các Trường Công giáo được tổ chức vào tuần lễ cuối cùng của Học kỳ 3 hàng năm. Đó là một việc quảng cáo tuyệt vời cho hệ thống Giáo dục Công giáo ở Nam Úc. Xin gửi lời cảm ơn chân thành đến Natalie Doyle cho tất cả những nỗ lực của bà ấy để chuẩn bị cho con em của chúng ta tham gia sự kiện năm nay.

Ban nhạc trường

Ban Nhạc của trường chúng ta đã biểu diễn rất xuất sắc trước cộng đồng nhà trường trong buổi tập hợp toàn trường Học Kỳ 3 của Tuần lễ thứ 10. Năm nay, Duncan Kilburn đã một lần nữa điều phối Ban nhạc Học đường 2020 của chúng ta. Duncan là một nhạc sĩ tài năng theo đúng nghĩa và đã nhiều năm tình nguyện dành thời gian của mình để làm việc với ban nhạc của trường chúng ta, tạo điều kiện cho các nhạc sĩ mầm non trong trường phát triển kỹ năng của mình. 12 trẻ em của chúng ta tiếp tục tham gia buổi tập luyện ban nhạc với Duncan vào mỗi thứ Năm sau giờ học. Xin gửi lời cảm ơn sâu sắc đến Duncan Kilburn cho tất cả thời gian và nỗ lực mà ông đã bỏ ra để giúp cho ban nhạc của trường chúng ta.

Chánh niệm là gì?

Chánh niệm liên quan đến việc rèn luyện sự chú ý và thái độ của chúng ta.

Chánh niệm có nghĩa là sự nhận thức về những trải nghiệm bên trong và bên ngoài trong từng khoảnh khắc của chính bạn, với sự nhẹ nhàng và chấp nhận và không phán xét. Đó là tình trạng của chính mình để khuyến khích chúng ta sống chậm lại, tập trung vào hiện tại, chấp nhận mọi thứ như chính nó, và hành động với sự sáng suốt. Khi làm điều này, chúng ta sẽ ít bị phân tâm bởi những suy nghĩ về tương lai và quá khứ, những điều thường khiến chúng ta lo lắng và ngăn chúng ta tận hưởng những khoảnh khắc hiện tại.

Không quan tâm có nghĩa là gì?

Để hiểu rõ hơn ý nghĩa của việc lưu tâm, chúng ta nên hiểu 'không lưu tâm' nghĩa là gì. Khi chúng ta không chú ý, bị mất tập trung và xa rời khoảnh khắc hiện tại, tâm trí theo thói quen và vô thức rơi vào điều gọi là 'chế độ mặc định' - về thể chất chúng ta đang làm một việc này nhưng tâm trí lại ở một nơi khác. Ví dụ: một ai đó có thể đang nói chuyện với chúng ta, nhưng chúng ta không lắng nghe hoặc chúng ta có thể đang đọc một cuốn sách nhưng không tiếp thu được các từ trên trang.

Nhiều hoạt động trí óc mặc định liên quan đến những điều như lo lắng hoặc suy ngẫm về quá khứ hay tương lai, đây là một trong những lý do chính khiến hoạt động trí óc mặc định ở trong các trạng thái như lo lắng và trầm cảm.

Chánh niệm rất đơn giản

Đây là một cách thiết thực để nhận ra những suy nghĩ, cảm giác cơ thể, cảnh tượng, âm thanh, mùi vị hoặc bất cứ thứ gì mà quý vị thường không nhận thấy. Giây phút mà chúng ta trở lại sự chú ý trong khoảnh khắc hiện tại, chúng ta tất dĩ trạng thái mặc định.

Tin của Hiệu Trưởng (tiếp theo)

Nó giúp chúng ta quay trở lại công việc, giúp cơ thể được thư giãn và giúp chúng ta đáp ứng kịp với thời điểm. Mặc dù đơn giản như vậy, nhưng chánh niệm không dễ dàng đến với chúng ta.

Quý vị có thể nhận thấy trẻ em và thanh niên có khả năng cảnh giác rất tốt - điều đó là tất nhiên đối với các em. Trong khi chúng ta có thể vội vàng đưa chúng đến trường cho đúng giờ, chúng lại dừng lại để ngắm nhìn bướm, hoa hay bọ và đắm chìm trong khoảnh khắc đó, không lo lắng về quá khứ hay tương lai. Tuy nhiên, là người trưởng thành, chúng ta thường nghĩ về những gì chúng ta cần làm tiếp theo hoặc những gì chúng ta mong ước mình sẽ làm khác đi.

Để tìm hiểu thêm về chánh niệm, hãy truy cập **Be You** (trước đây là Beyond Blue)

<https://beyou.edu.au/fact-sheets>

Thông báo an toàn

Học sinh và gia đình luôn được nhắc nhở để cẩn thận với những tiếp cận của người lạ, đặc biệt là khi các em không có ai đi kèm trên đường đến trường và từ trường về nhà. Khi bị tiếp cận, học sinh không nên trả lời và không nên chấp nhận các đề nghị cho quà giáng hoặc nhận quà tặng. Học sinh nên tìm kiếm sự giúp đỡ của những người lớn khác ở chung quanh nếu cảm thấy không an toàn và nên báo cáo sự việc cho một người lớn đáng tin cậy (chẳng hạn như phụ huynh hoặc nhân viên nhà trường) càng sớm càng tốt. SAPOL khuyên rằng hãy lấy điện thoại di động ra và gọi cho cảnh sát thì có thể ngăn cản kẻ gian làm bậy và họ khuyên học sinh phải đi báo cho đồn cảnh sát gần nhất.

Ứng dụng Skool Bag

Để cập nhật những gì đang diễn ra trong trường của chúng ta cùng với các sự kiện sắp tới của trường, xin vui lòng tải ứng dụng Skool Bag từ App Store vào điện thoại di động của quý vị. Sau khi tải xuống, chỉ cần tìm kiếm Trường St Joseph, Ottoway và thêm vào trang Skool Bag của mình. Nhiều gia đình của chúng ta hiện đang sử dụng Ứng dụng Skool Bag để theo dõi những gì đang diễn ra ở trường của chúng ta.

Ngoài ra, liên kết **Tin tức và Sự kiện** trên trang web của trường thường xuyên được cập nhật để giúp cho gia đình cập nhật những gì đang diễn ra trong trường của chúng ta.

Tôi hy vọng quý vị có một kết thúc tốt đẹp cho một tuần làm việc và hưởng một ngày cuối tuần thú vị.

Cùng hợp tác làm việc với quý vị.

Shaun O'Leary.

Lịch của Trường					
Học kỳ 4 2020					
Tháng Mười		Tháng Mười Một		Tháng Mười Hai	
21	9g sáng Diễu Hành Book Week	12	Ngày Sinh Hoạt Thể Thao Tri Skills tại trường	1	2021 Chuyến Viếng Thăm Chuyển tiếp của Lớp Võ Lòng & Mẫu giáo
26	Họp Hội đồng Trường	13	9g sáng Tập Họp Toàn Trường	2	Lớp Võ lòng & Lớp 6 Tập Họp Toàn Trường
28	Chuyến Viếng Thăm Chuyển tiếp của Lớp 6 tại trường Mount Carmel College	17	2021 Chuyến Viếng Thăm Chuyển tiếp của Lớp Võ Lòng & Mẫu giáo	9	6g tối Lễ Tốt nghiệp Lớp 6 Theo sau là bữa ăn Tốt nghiệp của Lớp Bữa ăn tối
		23	Họp Hội đồng Trường	11	12g30 trưa Học kỳ 4 Kết thúc
		24	2021 Chuyến Viếng Thăm Chuyển tiếp của Lớp Võ Lòng & Mẫu giáo		
				Tháng Giêng 2021	
				27	8g45 sáng Học kỳ 1 Bắt đầu



Thân mời Phụ huynh và Người chăm sóc đến uống trà, cà phê và ăn bánh quy vào các buổi sáng Thứ Năm sau khi đưa học sinh đến trường. Các thức giải khát được bày trong khu vực bóng mát gần Văn phòng chính của trường. Chúng tôi mong có dịp trò chuyện với quý vị trong những tuần tới đây.

English Conversation

Nếu quý vị muốn tham gia vào một nhóm nhỏ để thực tập các kỹ năng đàm thoại và Anh ngữ của mình mỗi tuần một lần, vui lòng cho văn phòng trường biết. Tùy thuộc vào số người tham dự và ngày thích hợp với hầu hết người tham gia, các chi tiết cuối cùng sau đó sẽ được soạn ra. Chúng tôi hy vọng quý vị có thể tham gia với chúng tôi để cùng kết nối cộng đồng!

Bảng Thông báo



Hiện nay thời tiết ấm áp hơn, xin vui lòng cho Con em của mình mang theo một chai Nước trong Cặp sách của chúng vì trường không có vòi nước uống vào lúc này vì còn dịch covid.

CC Nghỉ ngơi - uống nước và trò chuyện

Hãy đến để thưởng thức một giờ nghỉ ngơi với những người cùng chí hướng khác.

Thư giãn, nghỉ ngơi, cùng uống một ly nước, truyền trò, chơi với giấy viết, nếu xét thấy cần làm vậy.

Hoặc chỉ cần ngồi nghe những người khác trò chuyện.

Đây là thời gian nghỉ xả hơi thích hợp trước khi nửa ngày còn lại bắt đầu.

Đây là lúc mà bạn có thể làm những gì mình muốn làm.

Thư từ 2g đến 3g trưa

Hội trường Tenison Woods

Thân mời tất cả mọi người

Mong gặp quý vị trong buổi CC Timeout lần tới.