

Trường Tiểu Học St Paul
Bản Tin Cộng Đồng & An Sinh
Ấn bản 4, 2022



Thứ Năm | Ngày 09 tháng 06 năm 2022

Tổ An Sinh và Sức Khỏe Tâm Thần của Trường St Paul

Nếu Quý vị đi bộ qua sân trường và vào khu đậu xe của nhân viên, Quý vị có lẽ lưu ý thấy một số thay đổi ở Phòng 17. Trong kỳ học này, Ban An Sinh đã làm việc vất vả để kiến tạo và ra mắt Tổ An Sinh và Sức Khỏe Tâm Thần của Trường St Paul.

Trong vài năm qua, các biến cố toàn cầu như đại dịch COVID đã làm trầm trọng thêm các tác nhân gây căng thẳng, gia tăng sự bất bình đẳng vốn có, và tạo ra nhiều thử thách mới cho mọi người – bao gồm các em học sinh. Vì chúng ta đã trở lại học tập tại trường và trong trạng thái bình thường COVID mới, chúng tôi đã chứng kiến ngày càng nhiều học sinh lơ là trong việc học. Sự phát triển của Tổ An Sinh và Sức Khỏe Tâm Thần có khả năng giúp đỡ cho những em đang có nguy cơ không hứng thú vào việc học ở trường.

Khi xem xét điều này và việc Trường đầu tư vào vấn đề sức khỏe tâm thần và an sinh từ trước tới nay, bao gồm chương trình Sức khỏe Tâm Thần ở Trường Tiểu Học, tiến trình tự nhiên là để nâng cao hơn nữa khả năng cung ứng của nó cho các học sinh của chúng ta qua việc mang đến một không gian hữu hình và cụ thể cho các em.

Không gian dành riêng cho các sinh hoạt trầm tĩnh và Học hiểu Cảm xúc Xã hội thì quan trọng, vì nó cung cấp một nơi có liên quan và an toàn cho các phương cách thực hiện như vậy. Chúng tôi muốn cộng đồng trường học của chúng ta có được không gian hữu hình cuốn hút, an toàn và hấp dẫn nhằm giúp cho những ngày học bận rộn và trợ giúp cho các nhu cầu của các em học sinh.



Tổ An Sinh & Sức Khỏe Tâm Thần (tiếng Anh viết tắt là MH&W Hub) sẽ được dành cho tất cả học sinh và hỗ trợ cho Trường trong việc nâng cao sự phát triển lành mạnh về các nhu cầu tình cảm và xã hội của học sinh và trợ giúp trong việc tự kiểm chế cảm xúc cá nhân.

Tổ An Sinh và Sức Khỏe Tâm Thần của Trường St Paul: Chuyến Hành Trình Qua Hình Ảnh

Trước:



Sau:



Nơi Trăn Tĩnh



Nơi Sinh Hoạt Nhóm



Nơi Sinh Hoạt Nhóm



Văn Phòng Ban An Sinh

Giới Thiệu Nhân Viên của Trường St Paul



Chris Bye: Giáo Viên Môn Thể Dục

Chris bắt đầu dạy các lớp lớn tại Fawcner, Coolaroo và St Albans trước khi chuyển lên dạy môn Thể dục tại Trường St Peter ở East Keilor. Thầy đã làm việc tại Trường St. Paul được 20 năm. Thầy bắt đầu với vai trò giáo viên chủ nhiệm lớp và sau đó chuyển sang dạy Thể Dục. Thầy là thành viên của Ban An Sinh Học Sinh. Một trong các mục tiêu của Thầy là đảm bảo cho các học sinh của Trường St. Paul cảm thấy hạnh phúc, an toàn và cố gắng đạt được điều tốt nhất từ chính bản thân.

Ba Điều về Thầy Chris:

1. Khi Thầy được 12 tuổi, Thầy đã thắng cuộc thi đá bóng và đoạt giải Sherrin Footy mới
2. Thầy có hai con tên là Layla và Harvey, một chú mèo tên Storm, một chú cún tên Cleo và dĩ nhiên còn bà xã Kellie nữa!
3. Thầy thích món gà parmigiana [có ai không thích??!!]



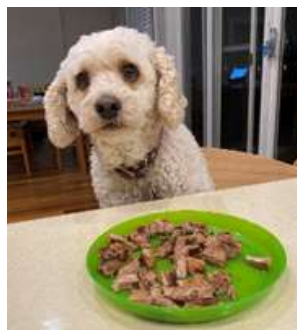
Damian Casamento: Hiệu Trưởng

Damian đã làm hiệu trưởng Trường St Paul trong 17 năm qua. Thầy đã làm việc trong ngành giáo dục Công Giáo được 37 năm. Trong thời gian này, Thầy đã là giáo viên chủ nhiệm lớp, Trưởng Môn Giáo Lý và Hiệu Phó.

Trọng trách của Thầy ở Trường St Paul là đảm bảo tất cả học sinh cảm thấy an toàn và có được cơ hội trở thành người tốt nhất các em có thể làm. Thầy cộng tác chặt chẽ với Cô Cathy Doran là Hiệu Phó của chúng ta, Ban Lãnh Đạo Trường và tất cả nhân viên nhằm đảm bảo Trường St Paul luôn là một ngôi trường tuyệt vời.

Ba Điều về Thầy Damian:

1. Thầy cổ động cho đội Collingwood... Mighty Pies!!!
2. Thầy có 5 em trai – tất cả đều nhỏ hơn Thầy
3. Thầy có chú cún cưng tên là Ruby



Narelle Mullenger: Nhân Viên Hỗ Trợ An Sinh

Narelle bắt đầu sự nghiệp của Cô với vai trò Tư vấn viên/người ủng hộ cho các gia đình trong cơn khủng hoảng, sau đó Cô tiếp tục lên dạy về an sinh Cộng đồng thuộc lĩnh vực Giáo dục Cấp Ba.

Giúp đỡ người trong trong chuyến hành trình đến sức khỏe thể chất và tinh thần luôn là niềm đam mê của Cô. Cô luôn vui vì được làm việc trong Tổ An Sinh và có cơ hội được giúp các học sinh của Trường St Paul.

Ba Điều về Cô Narelle:

1. có 3 người con xinh đẹp (thanh niên) và chú cún giống Groodle tên là Iggy
2. làm việc ở trại mồ côi ở Thái Lan được 3 năm
3. là môi giới bất động sản có bằng cấp và nhà thiết kế trang trí nhà.



Tuần Lễ Hòa Giải Toàn Quốc

Ngày 27/05/2022 đến Ngày 03/06/2022

Tuần trước, chúng ta đã mừng Tuần Lễ Hòa Giải Toàn Quốc Năm 2022. Chủ đề năm nay là “Be Brave. Make Change.” (Hãy Can Đảm. Hãy Làm Nên Sự Thay Đổi).

Đây là một thách thức đối với mọi người dân Úc – cá nhân, gia đình, tổ chức và chính quyền – Hãy Can Đảm và xử lý vấn đề hòa giải chưa hoàn tất để chúng ta có thể Làm Nên Sự Thay Đổi vì lợi ích của mọi dân Úc.

Trong năm nay, họ đã yêu cầu mọi người hãy tạo nên sự thay đổi bằng hành động dũng cảm trong đời sống hằng ngày của mình – nơi họ sinh sống, làm việc, vui chơi và xã giao.

Tuần Lễ Hòa Giải Toàn Quốc —27/05 đến 03/06—là thời gian cho tất cả người dân Úc được học biết về lịch sử, văn hóa và các thành tựu chung của chúng ta, và để tìm ra cách để mỗi người chúng ta có thể đóng góp vào việc đạt được sự hòa giải ở nước Úc.

Sự hòa giải phải sống động trong trái tim, bộ óc và hành động của tất cả người dân Úc khi chúng ta tiến đến việc kiến tạo một quốc gia hùng mạnh nhờ các mối quan hệ tôn trọng lẫn nhau giữa cộng đồng Úc rộng lớn, và thổ dân và dân Đảo Torres Strait.

Tổ chức Reconciliation Australia đã chia sẻ 19 hành động mà Quý vị có thể thực hiện để làm nên sự thay đổi. Đây là một vài đề nghị, để vào bản trọn vẹn và thông tin chi tiết, xin hãy vào trang mạng tại:

<https://nrw.reconciliation.org.au/2022-actions-to-make-change/>

1. Nói lên Sự Thật về Phân Biệt Chủng Tộc
2. Công Nhận Đất Nước
3. Đấu Tranh vì Công Lý
4. Làm Chủ Lịch Sử của chúng ta
5. Học Hỏi về Lịch Sử Địa Phương của Quý vị
6. Quan Tâm đến Đất Nước



Chúc Mừng Lớp SCC!

Lớp SCC là lớp đoạt Giải Giá Trị Trọng Yếu Tháng Năm của chúng ta. Lớp này đã được trao Cúp Giá Trị Trọng Yếu về Đa Dạng (Diversity).

Lớp SCC đoạt giải Giá trị Trọng Yếu về Đa Dạng vì:

- Hòa đồng lẫn nhau,
- Giúp đỡ lẫn nhau,
- Lắng nghe giáo viên và
- Học tập tốt chung cả lớp.

Chúng ta chúc mừng Lớp SCC và Cô Capuano đã thể hiện tính đa dạng trong tháng vừa qua.



Mối Quan Hệ Tôn Trọng Lẫn Nhau Chủ Đề 3

Các tài liệu học tập về Khả năng Ứng phó, Quyền và Mối Quan Hệ Tôn Trọng Lẫn Nhau (tiếng Anh viết tắt là RRRR) bao gồm tám chủ đề về Học hiểu Cảm Xúc Xã Hội xuyên suốt tất cả các cấp lớp của bậc tiểu học.

Chủ đề thứ ba được nói đến trong giáo trình Học hiểu Cảm xúc Xã hội trong năm nay là Ứng phó Tích cực.

Việc học trong chủ đề này mang đến cơ hội cho các em học sinh được nhận biết và thảo luận về các loại phương pháp ứng phó hoàn cảnh khác nhau. Khi trẻ em và thanh niên phát triển ngôn ngữ xung quanh việc bắt chước, họ có nhiều khả năng có thể hiểu được và sử dụng có mục đích nhiều phương pháp ứng phó hiệu quả khác nhau và có thể ngăn ngừa việc sử dụng các phương pháp bắt chước không hiệu quả. Học sinh thiết lập sự thu thập các phương pháp ứng phó và hưởng được ích lợi từ việc suy ngẫm sâu sắc về các lựa chọn của chính các em và được giới thiệu các cách khác thay thế.

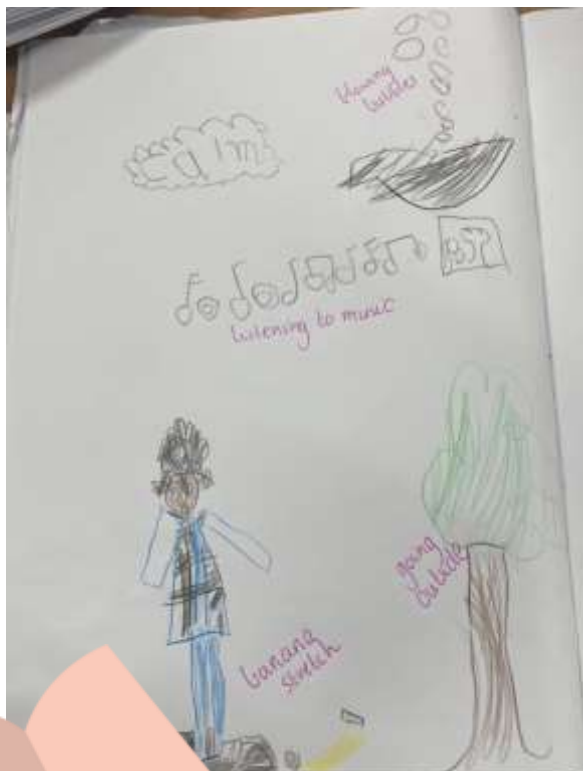
Các sinh hoạt giới thiệu cho các học sinh biết khái niệm về tự trò chuyện và thực hành sử dụng cách tự trò chuyện tích cực để tiếp cận và ứng xử các tình huống khó. Việc trò chuyện tích cực là phương cách chủ chốt để đối phó với các suy nghĩ, cảm xúc và tình cảnh tiêu cực. Điều này có liên quan đến việc có thêm tính kiên trì trong việc đối mặt với thử thách và có thể được học hỏi hoặc củng cố qua thực hành.

Đây là một số ví dụ về cách Ứng phó Tích Cực của các học sinh Lớp PMD:

Chúng em đã được học về các phương pháp trấn tĩnh. Chúng em được nghe truyện và nói về các cách để trấn tĩnh cơ thể mình khi có cảm giác hồi hộp, lo lắng, căng thẳng hay bức bối. Sau đó, chúng em thực hành một số phương pháp giữ bình tĩnh, các cách này gồm kéo giãn quả chuối, thổi nến, ôm món đồ chơi và đi ra ngoài trời.



Angelie



Kenna



Emily

Hỗ Trợ cho Sức Khỏe Tâm Thần và An Sinh của Trẻ



Trong niên học này, Trường St Paul nằm trong dự án tiên phong về Sức khỏe Tâm thần ở Trường Tiểu Học (*tiếng Anh viết tắt là MHiPS*). Vào tháng 4, MHiPS đã ra mắt trang mạng mới của họ nhằm mục đích cung cấp thông tin cho trường học, phụ huynh và những người soạn thảo chính sách để biết về chương trình này và cung cấp nguồn tài liệu nhằm hỗ trợ cho sức khỏe tâm thần & an sinh của trẻ em ở trường học.

Hãy vào xem trang mạng tại đây <https://www.mhips.org.au/>

Sức khỏe tâm thần của trẻ em là vấn đề cơ bản cho quá trình phát triển và học tập của chúng. Sức khỏe tâm thần tốt có nghĩa là có cảm nhận tích cực về an sinh, ứng phó được với các thử thách và có thể nhận ra tiềm lực cá nhân của các em. Chương trình MHiPS giúp thiết lập nguồn lực cho các trường tiểu học của Bang Victoria nhằm trợ giúp cho sức khỏe tâm thần và an sinh của các em học sinh. Trường là nơi lý tưởng để quảng bá về sức khỏe tâm thần của trẻ, nhận ra những dấu hiệu ban đầu của các vấn đề về sức khỏe tâm thần, và giúp cho việc đề cử đến các dịch vụ sức khỏe tâm thần ngay tại cộng đồng khi cần thiết. Họ nhận ra rằng các giáo viên và trường tiểu học được cho là nơi duy nhất để quan sát và đáp ứng các nhu cầu về sức khỏe tâm thần nảy sinh nơi trẻ em. MHiPS giúp cho trường học có thể thuê mượn người Điều Hợp Viên Sức khỏe Tâm Thần và An Sinh và nhân viên hỗ trợ để hiểu được rõ hơn và đáp ứng được các vấn đề về sức khỏe tâm thần gây ảnh hưởng đến học sinh của họ, và thiết lập mối liên kết mạnh mẽ hơn với các dịch vụ sức khỏe và chăm sóc xã hội.

Quý vị có khi muốn xem một vài nguồn tài liệu có liên quan đến chủ đề này:

[Hội thảo qua mạng \(Webinar\): Words matter: Getting the language of child mental health right](#) (bấm vào đây)

[Hội thảo qua mạng \(Webinar\): Integrating care to improve child mental health in families experiencing adversity](#) (bấm vào đây)



Quý vị đã lỡ mất một Bản tin Cộng Đồng và An Sinh? Hãy tìm ra các ấn bản trước đây theo đường dẫn dưới đây:

[Wellbeing and Community Newsletter Issue 1 2022 \[Eng\]](#)

[Wellbeing and Community Newsletter Issue 2 2022 \[Eng\]](#)

[Wellbeing and Community Newsletter Issue 3 2022 \[Eng\]](#)

[Bản tin Cộng Đồng và An Sinh Ấn Bản 1 2022 \[Việt\]](#)

[Bản tin Cộng Đồng và An Sinh Ấn Bản 2 2022 \[Việt\]](#)

[Bản tin Cộng Đồng và An Sinh Ấn Bản 3 2022 \[Việt\]](#)

Nhân Viên An Sinh Trọng Yếu của Trường St Paul **- Niên Học 2022**

Cathy Doran: Hiệu Phó

Nicole Azarnikow: Trưởng Ban An Sinh Học Sinh (Thứ Hai – Thứ Tư)

Rebeca Lopez: Điều Hợp Viên An Sinh và Sức Khỏe Tâm Thần

Lisa Peplow: Nhân viên Phụ trách An toàn cho Trẻ

Kara Hande: Trưởng Ban Đa Dạng Học Tập

Mareta Parsons: Trưởng Ban Liên kết Gia đình/

Trưởng Ban Đa Dạng Học Tập (Thứ Hai-Thứ Tư)

Nếu Quý vị muốn biết thêm thông tin về nội dung được nói đến trong bản tin này hoặc có bất cứ đề nghị gì liên quan đến chủ đề sẽ được nói đến trong ấn bản tiếp theo, xin hãy liên lạc với chúng tôi.

Rebeca Lopez

rlopez@spsunshinewest.catholic.edu.au

hoặc Nicole Azarnikow

nazarnikow@spsunshinewest.catholic.edu.au

Trường St Paul xin công nhận người dân Wurundjeri, những Chủ quản Truyền thống của mảnh đất này. Những người mà, từ thời Dreamtime, đã bước đi ở đây và chăm sóc cho mảnh đất mà trường chúng ta tọa lạc. Chúng ta công nhận sự gắn kết tinh thần sâu đậm được tiếp diễn và mối liên hệ của những người Thổ dân và Dân Đảo Torres Strait đối với Quốc gia này và tỏ lòng thành kính đối với các bậc trưởng lão, quá khứ và hiện tại, khi chúng ta tiếp tục cam kết vào quá trình hòa giải được tiếp diễn.