

ẤN BẢN 2, 2025
Ngày 18 tháng 8 năm 2025

2025

Trường Tiểu Học St Paul Bản Tin Cộng Đồng & An Sinh



Cộng đồng Trường St Paul xin công nhận dân tộc Wurundjeri là Quản gia Nguyên thủy của mảnh đất mà chúng ta giảng dạy, học tập và cầu nguyện trên đó. Chúng ta công nhận mối liên kết tinh thần sâu sắc tiếp diễn và mối quan hệ mà các Thổ dân và Dân Torres Strait đã có đối với Đất nước và thể hiện tôn kính với các bậc tiền bối, quá khứ và hiện tại, khi chúng ta cam kết trong tiến trình hòa giải không ngừng.

Chào Mừng Quý vị đến với Học Kỳ 3

Xin chào các Gia đình của Trường St Paul

Chúng tôi rất háo hức mang đến cho Quý vị ấn bản tiếp theo của Bản tin Cộng đồng & An sinh 2025. Nội dung của ấn bản này về sự hoan nghênh Quý vị vào học kỳ 3, nhắc nhở Quý vị về những nguồn hỗ trợ trọng yếu có sẵn tại Trường St Paul, và chia sẻ những điều sắp diễn ra trong không gian an sinh của trường chúng ta. Chúng tôi hi vọng rằng bản tin này là cách hữu ích và ý nghĩa để giúp cho Quý vị được cập nhật và liên đới với các sáng kiến an sinh và các sự kiện cộng đồng sắp diễn ra ở toàn trường.

Mỗi ấn bản của Bản tin An sinh và Cộng đồng nhấn mạnh:

- **An toàn cho Trẻ tại Trường St Paul** – Các thông tin cập nhật về cách chúng tôi hỗ trợ, giáo dục và trang bị tốt cho học sinh để các em cảm thấy an toàn và được an toàn.
- **Tóm Lược Nội Dung Học về Cảm Xúc Xã Hội** – Các kỹ năng quan trọng được dạy trong Giáo trình Học hiểu Cảm xúc Xã Hội & các Mối Quan hệ Tôn trọng Lẫn nhau.
- **Các Sự Kiện Cộng Đồng Nổi Bật** – Các sự kiện giúp mang chúng ta lại gần nhau.
- **Hướng về Tương lai** – điểm qua các sự kiện cộng đồng sắp diễn ra.

Như thông lệ, chúng tôi hoan nghênh Quý vị đóng góp ý tưởng và thắc mắc. Nếu Quý vị có bất cứ góp ý gì hoặc muốn đề nghị chủ đề gì cho các ấn bản tương lai, xin đừng ngần ngại liên lạc với Ban An Sinh của trường chúng ta.

Xin cảm ơn Quý vị là thành viên thật quý giá của Cộng đồng Trường St Paul.

Gặp Gỡ Ban An Sinh Trọng Yếu của Trường



Bec Gernon

**Trưởng An Sinh Học Sinh/Sức Khỏe Tâm Thần
và An Sinh**

rgernon@spsunshinewest.catholic.edu.au



Cathy Doran

Hiệu Phó

cdoran@spsunshinewest.catholic.edu.au

Làm việc: Thứ Hai – Thứ Năm



Lisa Peplow

**Trưởng Môn Giáo Lý/Phụ Trách
An Toàn cho Trẻ**

lpeplow@spsunshinewest.catholic.edu.au



Kara Brizzi

Trưởng Ban Đa Dạng Học Tập

kbrizzi@spsunshinewest.catholic.edu.au



Nicole Azarnikow

Hỗ Trợ An Sinh

nazarnikow@spsunshinewest.catholic.edu.au

Làm việc: Thứ Hai, Thứ Tư



Anna Maria Schembri

**Trưởng Ban Đa Dạng Học Tập / Trưởng Ban
Liên Kết Gia Đình**

aschembri@spsunshinewest.catholic.edu.au

Làm việc: Thứ Hai, Thứ Ba, Thứ Năm

Hỗ Trợ An Sinh



Narelle Mullenger

Nhân viên Hỗ trợ An sinh

Narelle làm việc cùng với Ban An Sinh Trọng Yếu trong Tổ Sức Khỏe Tâm Thần & An Sinh. Cô làm việc với nhóm nhỏ học sinh để dạy thêm về các bài học về Cảm xúc Xã Hội.



Emily Dyos

Chuyên viên Tâm lý ở Trường của Catholic Care

Emily là Chuyên viên Tâm lý bắt đầu làm việc tại Trường St Paul vào năm 2023. Emily có mặt ở trường vào ngày thứ Hai, thứ Ba và thứ Năm trong niên học này. Cô có nhiệt huyết làm việc với những người trẻ và gia đình của các em, và mong được tiếp tục học biết về cộng đồng trường chúng ta. Trong vai trò này, Emily sẽ cùng đồng hành với một số người trẻ ở Trường St Paul khi các em trải qua hành trình cuộc sống, cung cấp các hỗ trợ về tâm lý bằng hết khả năng của Cô. Nếu Quý vị có mối lo ngại gì về người trẻ nào ở Trường St Paul, hãy nói chuyện với giáo viên hoặc ban an sinh để thảo luận về những cách hỗ trợ.



An Toàn cho Trẻ tại Trường St Paul – Học Kỳ 3

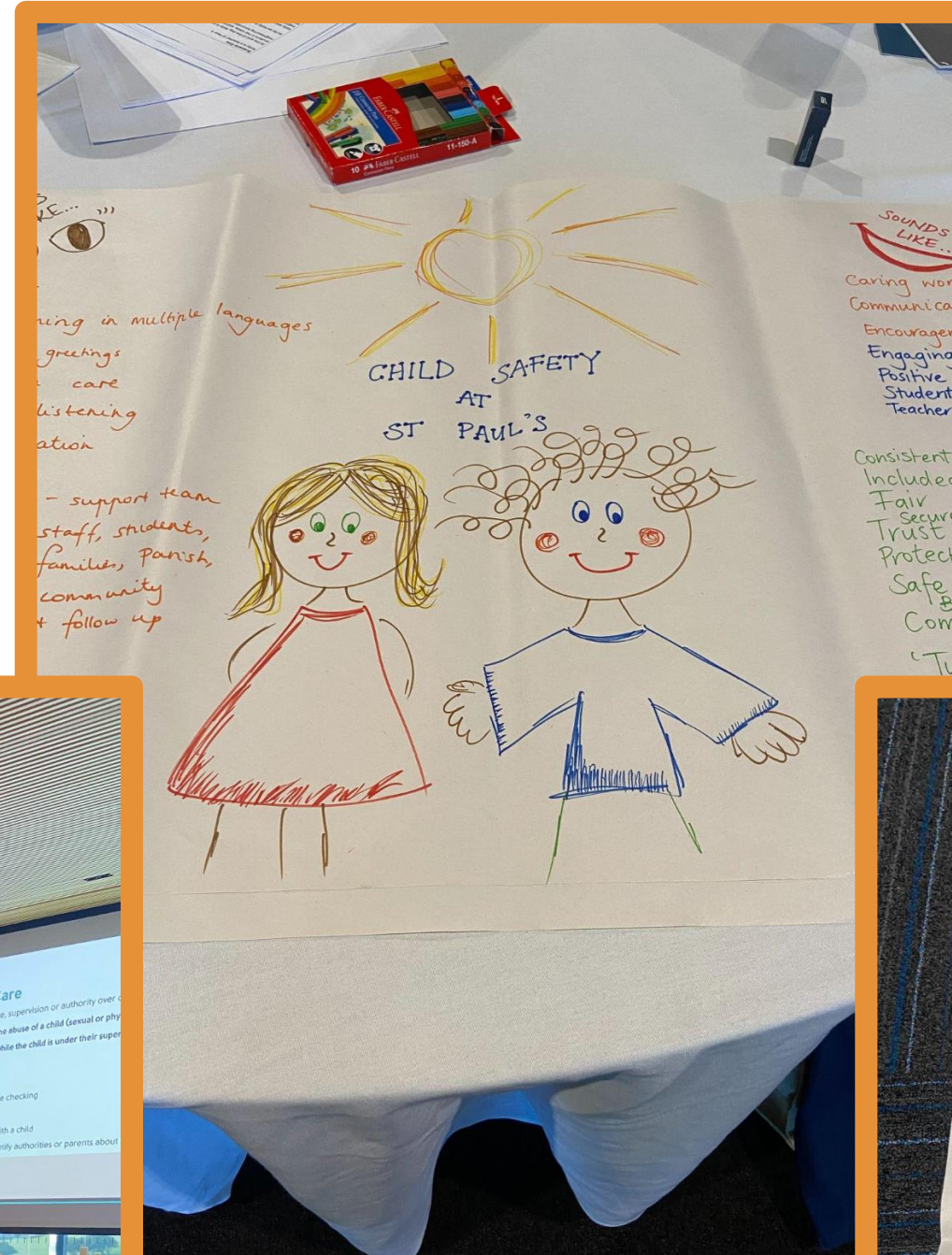
An Toàn cho Trẻ – Các Ngày Trường Đóng Cửa: Thứ Năm (07/08) và thứ Sáu (08/08)

“Tại Trường St Paul, tất cả học sinh đều có quyền được cảm thấy an toàn theo văn hóa mình và luôn luôn được an toàn,” là bằng hiệu ở ngay cổng trường chúng ta. Đây là một điều đúng đắn và vì vậy tất cả nhân viên mới đây đã được tham gia vào hai ngày học tập chuyên môn quan trọng về an toàn cho trẻ.

Ngày Một được dẫn dắt bởi Sarah Morgante đến từ tổ chức *One Red Apple*, là người luôn giúp cho các nhân viên củng cố thêm nền văn hóa mạnh mẽ về an toàn cho trẻ ở toàn trường St Paul.

Ngày Hai tập trung rèn luyện Sơ Cấp Cứu, nhằm đảm bảo cho tất cả nhân viên được trang bị các kỹ năng mới nhất nhằm đáp ứng hiệu quả trong trường hợp khẩn cấp có liên quan đến học sinh hoặc thành viên của cộng đồng trường học.

Chúng tôi thành thật cảm ơn các gia đình đã thấu hiểu và linh động trong thời gian trường đóng cửa. Các ngày này là thành phần quan trọng nằm trong cam kết không ngừng của trường chúng ta đối với việc đảm bảo môi trường an toàn và tương trợ dành cho mọi học sinh tại Trường St Paul



Hội Nghị Nhân
Viên – Ngày Học
Tập Chuyên Đề
An Toàn Cho Trẻ



WE SEE
YOU
WE HEAR
YOU
YOU ARE IMPORTANT

***KHẢ NĂNG ỨNG PHÓ HOÀN CẢNH, CÁC QUYỀN
& MỐI QUAN HỆ TÔN TRỌNG LẦN NHAU***

RESILIENCE RIGHTS & RESPECTFUL RELATIONSHIPS



Education
and Training

Chương Trình Mối Quan Hệ Tôn Trọng Lần Nhau

Mọi người trong cộng đồng trường chúng ta đều xứng đáng để được tôn trọng, đề cao và đối xử công bằng. Chúng ta biết rằng những thay đổi trong thái độ và hành vi có thể đạt được khi thái độ, hành vi tích cực và sự công bằng được thấm nhuần trong trường chúng ta.

Trong niên học này, Trường St Paul đã và đang tiếp tục triển khai giáo trình Mối Quan hệ Tôn Trọng Lần Nhau để giảng dạy về cảm xúc xã hội. Giáo trình Mối Quan Hệ Tôn Trọng Lần Nhau hỗ trợ cho các trường học trong việc củng cố và nêu gương tôn trọng, các thái độ và hành vi tích cực. Chương trình này dạy cho các học sinh của chúng ta cách xây dựng các mối quan hệ lành mạnh, khả năng ứng phó hoàn cảnh và tính tự tin.

Các Mối Quan Hệ Tôn Trọng Lần nhau có nội dung liên quan đến việc đưa vào văn hóa tôn trọng và công bằng trên toàn cộng đồng trường chúng ta, từ lớp học đến phòng nhân viên, sân thể thao, và các sự kiện xã hội. Phương cách này dẫn đến các ảnh hưởng tích cực đến kết quả học tập của học sinh, sức khỏe tâm thần của các em, và mối quan hệ giữa giáo viên và học sinh.

Tại Trường St Paul, chúng tôi muốn dẫn đầu trong việc nói Đồng ý với sự tôn trọng và công bằng, và tạo nên thay đổi thực sự và bền vững để cho mọi học sinh trong trường chúng ta có được cơ hội đạt được trọn vẹn tiềm năng của mình.

Điểm Lại Nội Dung Học Hiểu Cảm Xúc Xã Hội trong Học kỳ 2

Trong Kỳ 2, học sinh Lớp Prep đến Lớp 6 đã tìm hiểu về hai chủ đề tiếp theo trong Giáo trình Mối Quan Hệ Tôn Trọng Lẫn Nhau - Ứng phó Tích cực và Giải quyết Vấn đề. Những nội dung này là trọng tâm trong việc phát triển khả năng của học sinh thấu hiểu được chính các em, xây dựng các mối quan hệ tốt đẹp, và vượt qua thăng trầm cuộc sống bằng khả năng thích ứng và sự tự tin.

Chủ đề 3: Ứng Phó Tích Cực

Chủ đề thứ ba được giảng dạy trong môn Học hiểu Cảm xúc Xã hội (SEL) năm nay là Ứng phó Tích cực. Học tập về chủ đề này mang đến cho học sinh cơ hội biết nhận diện và thảo luận về những loại phương pháp ứng phó khác nhau. Khi trẻ em và thanh niên phát triển được ngôn ngữ liên quan đến ứng phó, các em có nhiều khả năng hơn hiểu được và sử dụng có chủ ý nhiều loại phương pháp ứng phó hiệu quả tốt. Học sinh thiết lập bộ sưu tập các phương pháp ứng phó và được hưởng lợi ích từ việc suy nghĩ phản biện về các lựa chọn của chính em và được tiếp xúc với các lựa chọn khác.

Các sinh hoạt học tập được giới thiệu cho học sinh biết khái niệm về nói chuyện với chính mình và thực hành áp dụng tự độc thoại tích cực để tiếp cận và kiểm soát các tình huống khó khăn. Tự độc thoại tích cực là phương thức quan trọng cho việc ứng phó với các suy nghĩ, cảm xúc và sự việc tiêu cực. Nó có liên quan đến tính kiên trì lớn hơn khi đương đầu với thử thách và có thể được học và bồi dưỡng qua việc luyện tập.

Suy Ngẫm về câu Phát biểu
Độc thoại Tích cực

Em cảm thấy thế nào trước đó?



Trong tình huống nào em sử dụng câu này?

Khi em không biết làm
một bài toán nào đó.

Câu được Chọn: KHÔNG BỎ CUỘC

Never Give
Up

Em cảm thấy thế nào sau đó?



Câu này giúp ích cho em như thế nào?

Câu này rất hữu ích vì
nó khích lệ bạn khi bạn
cảm thấy muốn
bỏ cuộc.

Emma
(SKL)



Chủ Đề 4: Giải Quyết Vấn Đề

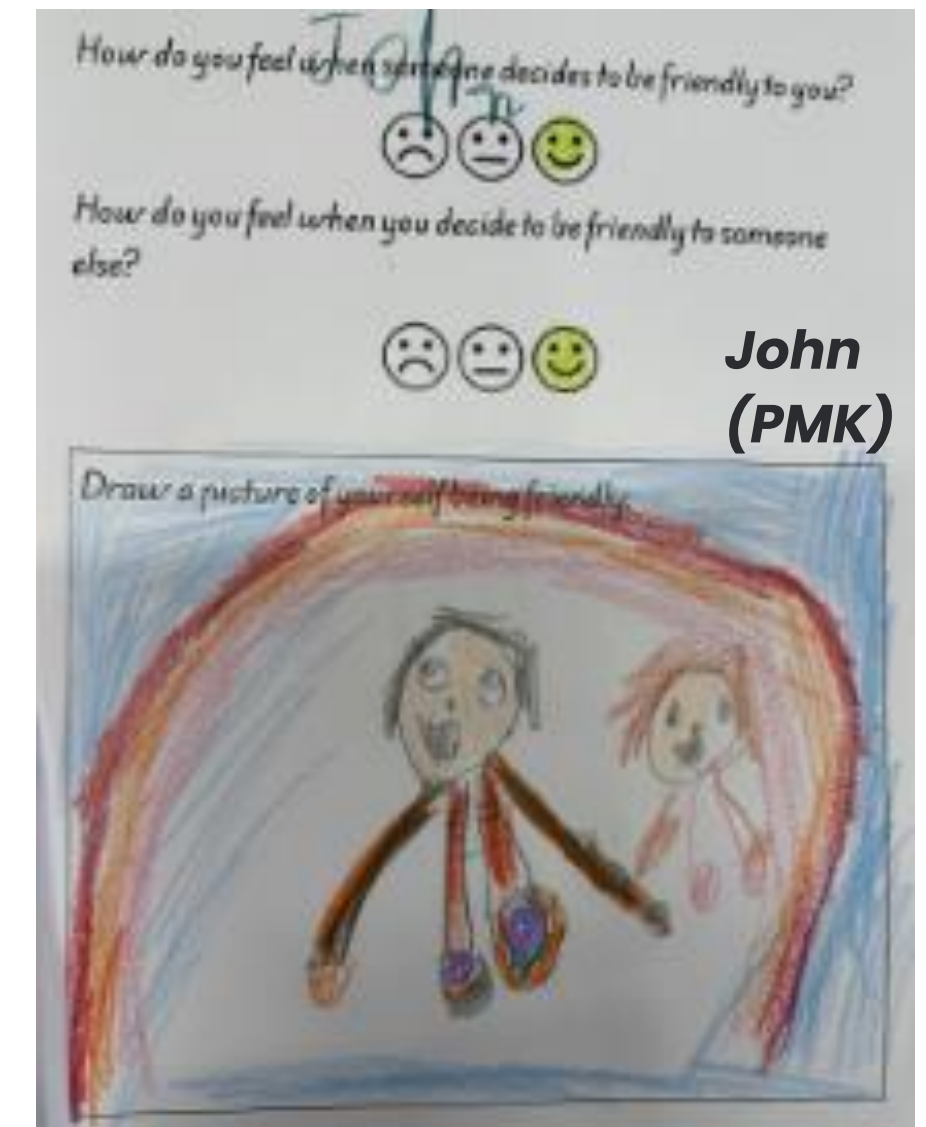
Chủ đề thứ tư được giảng dạy trong môn Học hiểu Cảm xúc Xã hội trong năm nay là Giải Quyết Vấn Đề.

Điều quan trọng là giúp cho học sinh học biết được nhiều kỹ năng giải quyết vấn đề khác nhau qua các bài tập ứng dụng để các em có thể ứng phó với các thử thách mà các em sẽ gặp phải trong tương lai. Kỹ năng giải quyết vấn đề đã được Tổ chức Sức khỏe Thế Giới công nhận là kỹ năng sức khỏe trọng yếu. Để có thể giải quyết được vấn đề, học sinh cần biết suy nghĩ phản biện và đánh giá các hậu quả của các hành động khác nhau.

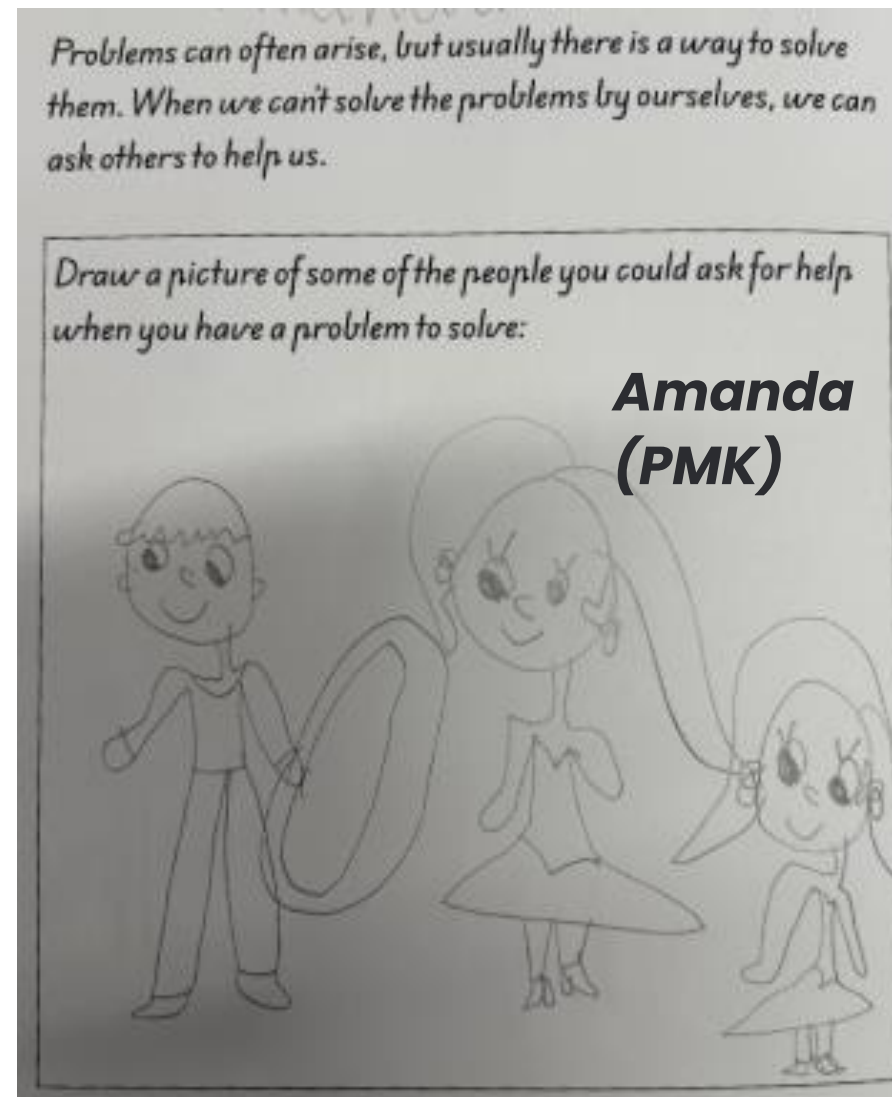
Các kỹ năng giải quyết vấn đề là nội dung quan trọng trong bộ dụng cụ ứng phó. Chương trình trong lớp học cung cấp nhiều sinh hoạt học tập nhằm phát triển các kỹ năng giải quyết vấn đề. Các sinh hoạt trong chương trình này giúp cho học sinh phát triển các kỹ năng suy nghĩ sắc sảo và sáng tạo, và áp dụng chúng cho các tình huống để khám phá những tình huống lưỡng nan liên quan đến cá nhân, xã hội và đạo đức.



**Lexie
(MEM)**



**John
(PMK)**



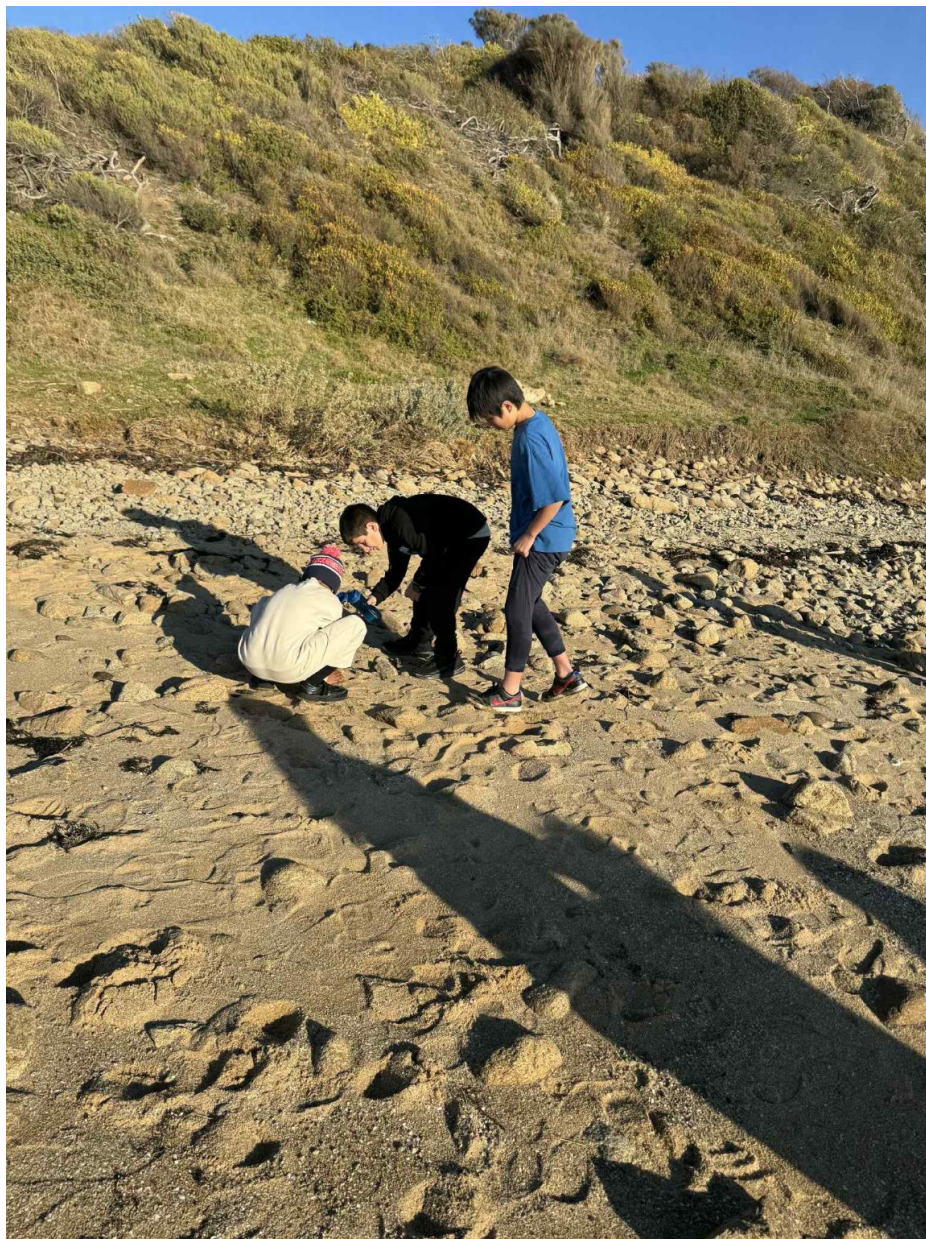
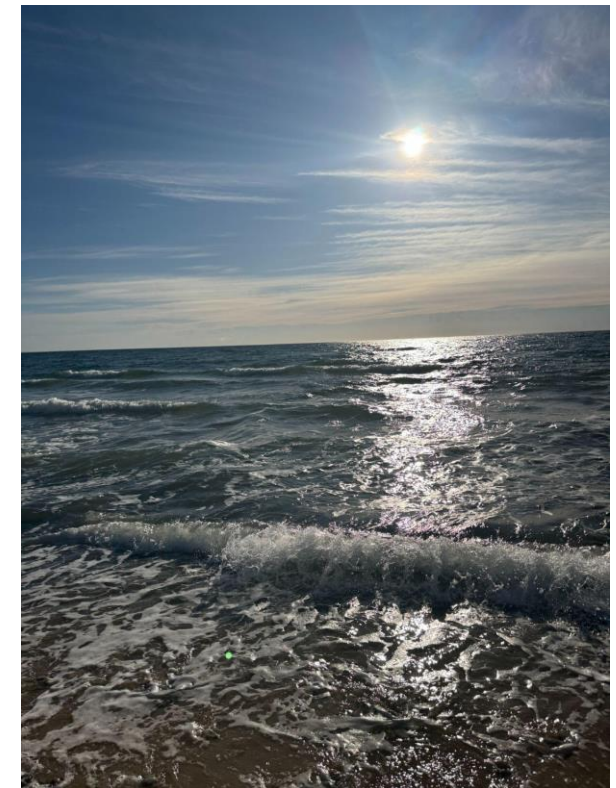
**Amanda
(PMK)**



**Jayden
(MEM)**

Trại Manyung của Lớp 5&6 ở Mt. Eliza

Trong Tuần 1 của Kỳ này, các học sinh Lớp 5&6 tham gia buổi cắm trại hai đêm tại Trại Manyung ở Mt. Eliza. Các học sinh tham gia nhiều thử thách vui và sinh hoạt vui nhộn bao gồm xích đu khổng lồ, vườn nhà bếp, dạo bộ hồ đá, trạm truyền thanh UHF, thử thách đỉnh ngọn cây. Các em đã có thời gian thật tuyệt!



Trại Manyung của Lớp 5&6 ở Mt. Eliza



Khối Lớp 3&4 Cắm Trại tại Khu Nghỉ Dưỡng ở Phillip Island

Trong tuần 2 của kỳ này, các học sinh Lớp 3&4 tham gia cắm trại một đêm tại CYC The Island Resort Camp ở Phillip Island. Các học sinh tham gia nhiều thử thách và sinh hoạt vui nhộn bao gồm chinh phục đỉnh cao, bắn cung, diễu hành của chim cánh cụt, chú cáo biết bay và mừng sinh nhật Jake và Jayden. Các học sinh và nhân viên đã có thời gian tuyệt vời!



Khối Lớp 3&4 Cắm Trại tại Khu Nghỉ Dưỡng ở Phillip Island



Trợ Giúp các Học sinh Lớp 5&6 vượt qua Thời kỳ Áp lực

Học kỳ 3 đã vào rồi, nhiều học sinh Lớp 5 và 6 bắt đầu cảm thấy bị áp lực. Bài học trở nên khó hơn, tình bạn có thể gặp phải khó khăn, và các em bắt đầu phải đảm nhận thêm trách nhiệm. Việc học sinh hiện đang cảm thấy hơi bị quá tải hoàn toàn bình thường.

Những điều Quý phụ huynh có thể làm:

- **Điều chỉnh lại các yêu cầu:** Nếu con của Quý vị cảm thấy căng thẳng, nói lỏng hơn một chút không sao cả. Sự linh hoạt cho các em thấy rằng phụ huynh thấu hiểu và quan tâm các em.
- **Dành thời gian để Kết nối:** Dành thời gian có chất lượng cùng nhau giúp cho trẻ cảm thấy an toàn và được trợ giúp.
Hãy thử:
 - Đặt lịch hẹn riêng 1:1 với con trong lịch trình của Quý vị.
 - Để cho con của Quý vị lựa chọn phải làm gì – đi dạo bộ, lái xe đi chơi, tô màu cùng nhau, hay chỉ ngồi xuống và chuyện trò.
 - Lắng nghe mà không vội nhảy vào xử lý vấn đề gì đó. Im lặng là được.
 - Hỏi con xem con cần gì - có người lắng nghe, tư vấn, ôm ấp hay làm cho phân tâm.
- **Cần thêm Giúp đỡ?**

Nếu cảm thấy điều gì quá lớn không thể một mình giải quyết, đã có sẵn sự hỗ trợ:

- **Kids Helpline** – Miễn phí, hỗ trợ 24/7 cho trẻ em và thiếu niên:  1800 55 1800 hay kidshelpline.com.au
- **Raising Children Network** – Lời khuyên và thông tin hữu ích dành cho phụ huynh: raisingchildren.net.au
- **Headspace** – Hỗ trợ Sức khỏe Tâm thần dành cho giới trẻ từ 12 tuổi trở lên: headspace.org.au

Quý phụ huynh không nhất thiết phải có tất cả câu trả lời, chỉ cần hiện diện với con đã tạo nên sự khác biệt lớn rồi.



Hướng về Phía trước – Các Sự Kiện Cộng Đồng trong Kỳ 3



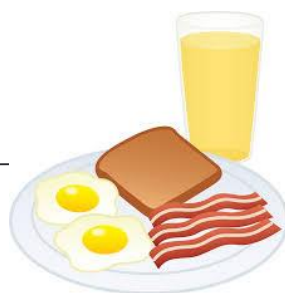
Thứ Ba (02/09)

Đêm Hoàng Hôn của Prep



Thứ Tư (03/09)

Dạo Bộ Học Tập qua Lớp Học



Thứ Năm (04/09)

Bữa Điểm Tâm Ngày của Cha



Ngày 11, 15, 16 & 17 tháng 09

Biểu Diễn Ca Kịch



Thứ Sáu (19/09)

Ngày Vui Bóng Đá

Nếu Quý vị cần thêm bất cứ thông tin gì về nội dung được trình bày trong bản tin này, hoặc có bất cứ đề nghị gì liên quan đến chủ đề sẽ nói đến trong ấn bản sau, xin đừng ngại liên lạc với chúng tôi.

Rebeca Gernon

rgernon@spsunshinewest.catholic.edu.au

Nicole Azarnikow

nazarnikow@spsunshinewest.catholic.edu.au

**Để xem các ấn bản cũ của Bản tin Cộng đồng và An sinh,
[vào trang mạng của Trường bằng cách bấm vào đây](#)**