

ẤN BẢN 3, 2025
Ngày 20 tháng 10 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 4

Xin chào các Gia đình của Trường St Paul

Chúng tôi rất vui khi 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 4, 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.

Ban An Sinh Trọng Yếu – Học kỳ 4



Lisa Peplow

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

lpeplow@spsunshinewest.catholic.edu.au



Cathy Doran

Hiệu Phó

cdoran@spsunshinewest.catholic.edu.au



Nicole Azarnikow

An sinh Học sinh

nazarnikow@spsunshinewest.catholic.edu.au

Làm việc ngày thứ Hai & thứ Tư



Kara Brizzi

Trưởng Ban Đa Dạng Học Tập

kbrizzi@spsunshinewest.catholic.edu.au



Annamaria Schembri

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

aschembri@spsunshinewest.catholic.edu.au

Làm việc ngày 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

Trong Học kỳ 3, học sinh đã tham gia các bài học được thiết kế nhằm dạy cho các em về vai trò quan trọng của việc tìm kiếm sự giúp đỡ. Các kỹ năng này tương thích với Tiêu Chuẩn An Toàn cho Trẻ 7 – Các học sinh và các gia đình biết được cần phải nói chuyện với ai nếu có điều gì không đúng xảy ra:

Bước Một: Nói chuyện với giáo viên chủ nhiệm hoặc một người lớn đáng tin cậy.

Bước Hai: Nếu vấn đề hoặc mối lo ngại không thể được người Nhân viên đầu tiên giải quyết ở Bước Một, Quý vị được khuyến khích nói chuyện với Trưởng ban An sinh Học sinh hoặc thành viên của Ban An Sinh Trọng Yếu.

Bước Ba: Nếu vấn đề hoặc mối lo ngại không thể được Trưởng ban An sinh Học sinh hoặc thành viên của Ban An Sinh Trọng Yếu giải quyết, Quý vị được khuyến khích nói chuyện với Nhân viên Phụ trách An toàn cho Trẻ. Nhân viên Phụ trách An toàn cho Trẻ sẽ làm việc với các Hiệu phó và Hiệu trưởng để giúp cho Quý vị về vấn đề hoặc mối lo ngại của Quý vị.

Tại Trường St Paul tất cả học sinh có quyền được cảm thấy an toàn về mặt văn hóa và được an toàn mọi lúc.



Trường trở nên tốt hơn khi con Quý vị có mặt ở đây

Đi học mỗi ngày là điều quan trọng nhất trong nền giáo dục của con Quý vị. Không có số ngày an toàn cho việc vắng học – mỗi ngày học sinh không đi học dẫn đến việc em bị thụt lùi và có thể ảnh hưởng đến kết quả giáo dục và liên kết xã hội của em. Điều tốt nhất Quý phụ huynh có thể làm là giúp cho con đi đến trường mỗi ngày.

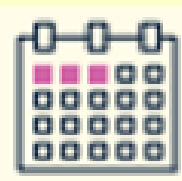
Thái độ tích cực đối với trường học, thói quen và sinh hoạt lành mạnh, và sự công tác của phụ huynh có thể trợ giúp cho việc con thường xuyên đi học và ngăn chặn việc vắng học kinh niên.

Khi trẻ vắng học chỉ...



5 phút
mỗi ngày

=



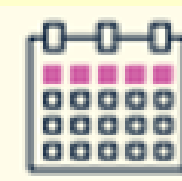
em bị mất
3 ngày
mỗi năm

Khi trẻ vắng học chỉ...



1 ngày
mỗi 2 tuần

=



em bị mất
4 tuần
mỗi năm

=

và hơn

1 năm bị mất
trong suốt quãng đời đi học

Khi trẻ vắng học chỉ...



30 phút
mỗi ngày



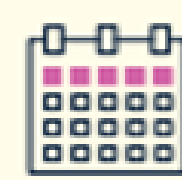
em bị mất
18 ngày
mỗi năm

Khi trẻ vắng học chỉ...



1 ngày
mỗi tuần

=



em bị mất
8 tuần
mỗi năm

=

và hơn

2,5 năm bị mất
trong suốt quãng đời đi học

Mô phỏng từ tài liệu © State of New South Wales (Department of Education), 2023



Melbourne Archdiocese
Catholic Schools



HỖ TRỢ CON ĐI HỌC CHUYÊN CẦN

1. Thiết lập các thói quen tích cực để củng cố việc đi học đều

- Đặt ra thời gian đi ngủ và lịch trình buổi sáng thích hợp để làm cho quá trình đi đến trường thuận lợi hơn cho mọi người. Hãy cố gắng chuẩn bị càng nhiều càng tốt vào buổi tối trước đó. Ví dụ: đồng phục đi học, chuẩn bị đồ trong cặp xách đi học.
- Đảm bảo con của Quý vị ngủ đủ và tập thể dục để hỗ trợ cho sức khỏe thể chất và tâm thần của con.
- Trò chuyện tích cực về vai trò quan trọng của việc đi học đều với con của Quý vị. Hãy giải thích vai trò quan trọng của trưởng thành, trách nhiệm pháp lý và rằng Quý phụ huynh mong con phải đi học mỗi ngày.
- Thể hiện sự quan tâm trong việc học của con và tham gia khi có thể. Cất đi các thư từ, bản tin... vào một nơi mà dễ nhìn thấy để nhắc cả nhà Quý vị nhớ đến tin tức của Trường. Hãy trò chuyện tích cực về các sinh hoạt ở trường.
- Thảo luận trước về bất cứ thay đổi nào của lịch trình thường ngày cùng với con của Quý vị, như là sắp xếp đưa và đón con khác ngày thường, nhằm đảm bảo sự rõ ràng và hạn chế sự lo lắng thái quá.

2. Những thay đổi trong thái độ của con đối với trường học

- Tất cả chúng ta đều có những ngày thật khó thức dậy và cảm thấy có động lực để đi làm hoặc đi học, nhưng nếu điều này xảy ra thường xuyên, có khi đó là dấu hiệu con của Quý vị cần sự trợ giúp. Việc can thiệp sớm vô cùng quan trọng để xử lý những nguyên nhân về thể chất, cảm xúc hay xã hội cho việc lẩn tránh đi học trước khi nó tiến triển thành vấn đề vắng học kinh niên và dẫn đến từ chối đi học.
- Các dấu hiệu của việc lẩn tránh đi học cần lưu ý
- cảm giác bệnh trước khi đi học, ví dụ: thức dậy cảm thấy đau đầu, đau bụng hoặc đau cổ
 - hay khóc, bám víu người lớn và đi đứng chậm chạp trước khi đi học – khổ sở rời khỏi giường ngủ, ra khỏi nhà hoặc rời khỏi xe
 - phàn nàn về việc đi học và ngần ngại nói về trường học
 - bỏ lỡ lớp học và đi vào học trễ. Điều gì đang diễn ra ở trường? Những dấu hiệu ban đầu của việc lẩn tránh đi học có khi được phát hiện ở trường thông qua những quan sát và cách nhìn sâu của giáo viên của con quý vị. Hãy làm việc cộng tác với trường học để hỗ trợ cho việc đi học và an sinh của con.

3. Quý phụ huynh có thể làm gì khi thấy những dấu hiệu?

- Hãy làm việc với con để hiểu điều gì đang diễn ra và để con cảm nhận được giúp đỡ và được tăng cường sức mạnh. Lắng nghe con với tình thương nhưng cương nghị trong các yêu cầu.
- Nói chuyện với (các) giáo viên của con về những nỗi lo lắng của Quý vị.
- Hãy xem xét việc đưa con gặp bác sĩ để loại trừ hoặc xử lý những vấn đề sức khỏe thể chất hoặc cảm xúc.
- Yêu cầu và tham dự cuộc họp ở trường học cùng với con và giáo viên để phát triển các phương pháp hỗ trợ đi học thường xuyên hơn.



*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.

Tóm Lược Bài Học Cảm Xúc Xã Hội của Học Kỳ 3

Trong Học kỳ 3, học sinh từ Lớp Prep đến Lớp 6 tìm hiểu về hai chủ đề tiếp theo trong giáo trình các Mối quan hệ Tôn trọng lẫn nhau – Quản trị áp lực và Tìm kiếm sự Giúp đỡ. Các nội dung này là trung tâm trong việc phát triển khả năng của học sinh để hiểu về chính mình, xây dựng mối quan hệ lành mạnh, và vượt qua cuộc sống bằng khả năng ứng phó hoàn cảnh và sự tự tin.

Chủ đề 5: Quản trị Áp lực

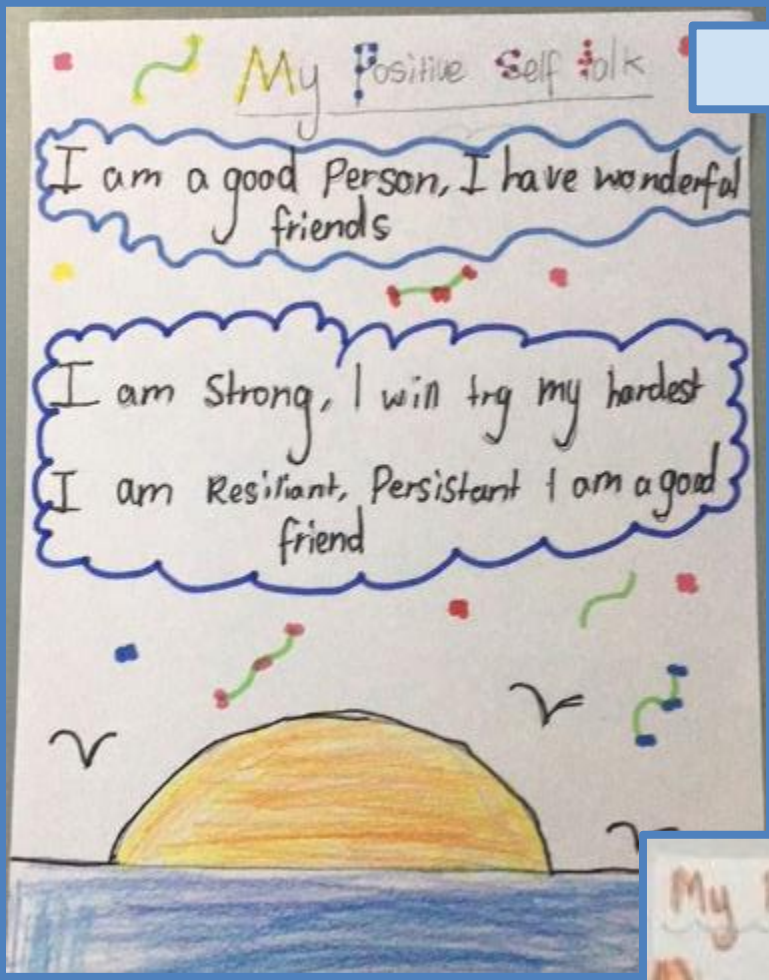
Trẻ em và giới trẻ trải qua nhiều tác nhân gây áp lực thuộc cá nhân, xã hội và liên quan đến công việc trong cuộc sống thường ngày. Các sinh hoạt trong chủ đề này có trọng tâm cụ thể về giáo dục các phương pháp tích cực cho quản trị áp lực. Giúp cho học sinh nhận biết các dấu hiệu cá nhân và các triệu chứng của áp lực, và để phát triển các phương pháp nhằm giúp cho các em xử lý áp lực một cách hiệu quả, sẽ giúp ích cho các em ứng phó với những thử thách trong tương lai. Các sinh hoạt chú trọng những cách thức trong đó các phương thức tự trấn tĩnh có thể được dùng để quản trị các tình huống đầy áp lực.

Chủ đề 6: Tìm kiếm sự Giúp đỡ

Các sinh hoạt học tập trong nội dung chủ đề này được thiết kế nhằm giúp cho học sinh thảo luận về vai trò quan trọng của việc tìm kiếm sự giúp đỡ và cung cấp hỗ trợ từ bạn bè khi xử lý các vấn đề quá lớn không thể một mình giải quyết được. Điều này giúp bình thường hóa và xóa bỏ kỳ thị về hành vi tìm kiếm sự giúp đỡ. Các sinh hoạt dựa trên tình huống giúp cho các học sinh nhận diện các tình huống trong đó học sinh cần tìm kiếm sự giúp đỡ, nhận ra các nguồn giúp đỡ đáng tin cậy, và thực hành tìm sự giúp đỡ từ bạn bè và người lớn.

Các Bài Làm Mẫu SEL

Hãy xem một số các phát biểu tự nhủ tích cực của học sinh Lớp SRC!



Valentina Bogdanoski



Laura Vu

Arthur Luu



Hãy xem trưng bày lớp học của JEF cho thấy các phương pháp giúp nâng cao tình thần hoặc trấn tĩnh khi có cảm xúc mạnh. Học sinh chọn phương pháp mà em thích và chia sẻ với Wibbly để giúp cậu cảm thấy tốt hơn.



Tâm Điểm Cộng Đồng – Vở Ca Kịch Shrek

Trong Học kỳ ba, chúng ta cuối cùng cũng trình diễn vở ca kịch thiếu nhi Shrek. Đây là cao điểm của cả một năm dành ra để lên kế hoạch, luyện tập và biểu diễn. Mọi người đều tham gia ở trên hoặc ngoài sân khấu và chúng ta đã biểu diễn trước các bạn học, các bạn học sinh đến từ các trường tiểu học khác và các gia đình của chúng ta. Đây có lúc là công việc khó khăn nhưng rất xứng đáng khi xem xét những ý kiến tuyệt vời mà chúng ta nhận được. Các học sinh của chúng ta có thêm tự tin về bản thân, học các kỹ năng mới, kết thêm bạn và có nhiều kỷ niệm suốt đời trong suốt quá trình.



Looking Ahead - Term 4 Community Events



Thứ Sáu (17/10):

Thể thao Toàn trường



Thứ Sáu (31/10):

Ngày Quốc Tế Giáo Viên &
Lễ kính các Thánh/Thánh
Anthony Claret



Thứ Sáu (07/11):

Các Sinh hoạt về Ý thức An
Toàn cho Trẻ & Tập Hợp
Toàn Trường



Thứ Tư (26/11):

Đêm Thánh Ca Giáng Sinh
5.00pm – 7.00pm



Thứ Hai (08/12):

Lễ Tốt Nghiệp Lớp 6,
6.30pm, Nhà thờ St Paul



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 được nói đến trong ấn bản sau, xin đừng ngại liên lạc với chúng tôi.

Nicole Azarnikow

nazarnikow@spsunshinewest.catholic.edu.au

Lisa Peplow

lpeplow@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](#)**

