

Cabra Matters!



Farewell Mr Rula Vel - 25 years of service at CHS

A School Community Newsletter
Number 70
December, 2009

Friends of CHS

Mohammed Ykmour – Family owns Rashays Restaurant in Liverpool

They have given us \$150 of dinner vouchers as prizes for Education Week 2009.

How long has your family owned Rashays? **10 years**

What is the best thing about working in this area? **Getting to know people and new faces.**

Tell us about your family. There are 6 children in our family. **Our ages are 33, 31, 29, 25, 21, that's me, and 15.**

Do you have a pet? **No**

What is your favourite colour? **Blue**

What's one of the craziest things you've ever done? **I jumped out of a plane.**

What is one thing you would like to do that you have never done before? **Climb Mt Everest.**

If you weren't running Rashays Liverpool, what would you be doing? **Working in travel.**



Susie Dauod – Owns Powerland Electronics in Warwick Farm with husband Michael

They have donated electrical goods for various school fundraisers and raffles from 2007 until now.

How long has your family owned Powerland Electronics? **16 years**

What is the best thing about working in this area? **The friendly environment, our customers keep coming back.**

Tell us about your family. **We have three children, one girl and two boys.**

Do you have a pet? **Yes, a Pomeranian called Simba.**

What is your favourite colour? **Black**

What's one of the craziest things you've ever done? **Marrying Michael :)**

What is one thing you would like to do that you have never done before? **Travel**

If you weren't running Powerland Electronics, what would you be doing? **Medical research**

CabraMatters!

CONTENTS

Friends of CHS	2
Principal's Message	4–5
Principal's Message Arabic	6
Principal's Message Chinese	7
Principals Message Khmer	8
Principal's Message Serbian	9
Principal's Message Vietnamese	10
Our Supporters	11
Handy Hints for Improving Learning 1st Set	12–13
School Vision Statement	14
Community Connections	15
DET Communication for Parents and Students /	
Uniform Clarification	16–17
Farewell Mr Vel	18
Behind the 40 Faces	19
School Council Minutes	20–21
School Council Vietnamese	22–23
School Council Serbian	24–25
School Council Khmer	26–27
School Council Chinese	28–29
CHS Uniform Code	30
Fitness Club	31
Term III Calendar 2009	Back Page

The editor of CabraMatters!, Mr S Gailey takes this opportunity to thank the following contributors of articles to this edition of the newsletter:

Mrs A Shafi-Beigli, Mrs J Robinson, Mrs E Godwin, Mrs J McElligott, Mrs K Lowe, Mrs S Ly, Mrs J Gooden, Mr B O'Byrne

PRINCIPAL'S MESSAGE

In 2009 Cabramatta High School has excelled in many curriculum areas and has been a leading force in the local community.

Cabramatta High School students participated in a number of National and State academic competitions acquitting themselves at high levels. Teams were entered in the Tournament of the Minds challenge. Students also participated in Engineering competitions, debating tournaments, the Solar Boat Challenge, Science Competitions and Mathematics competitions.

The school hosted John Pilger, the winner of the Sydney Peace Prize, on the annual Peace Day. Twenty-four schools were represented on the day with a number of dignitaries present. It was a day in which

the school showcased its commitment to global peace and standing up for what is right.

Our students have shown remarkable leadership and team skills this year. The SRC, Red Cross and The Leos Club continue to make a difference to the school and the community. They raised funds for a number of global projects supporting children and families in need. A large group of students participated in the Walk for Life event showing a commitment to seeking a cure for cancer. These students have a strong sense of social responsibility.

The community has been very generous in its support of the school and have been involved in a number of projects including sponsorship and environment improve-



ment. Green Day volunteering, providing student scholarships and sponsorship of Education Week are some ways that they have supported the school. We are grateful to these organisations for their commitment to public education.

The school has been granted both Federal and State Government funding for the improvement of school facilities. Work has begun to renovate existing buildings and create new buildings which will increase quality teaching through modern classrooms.

In 2009 Cabramatta High School succeeded academically, in leadership, on the sporting field, through the arts and in global citizenship. I honour the hard working, motivated students who have pursued excellence.

The School Council have provided outstanding guidance on educational issues through their monthly meetings. These supportive interactions have helped shape the school and provide ideas for the school to continue to offer the best possible education for the students.

Cabramatta High School's teachers and staff are committed to making a difference for students. They have dedicated many hours to helping the students achieve their best and providing a wide range of learning opportunities. They create a caring environment in which all students are important. I thank the teachers for all their efforts throughout the year.

Beth Godwin

رسالة المديرية

نشك من هذه المنظمات على التزامها بالتعليم العام.

لقد تم منح المدرسة التمويل الحكومي الفدرالي ومن حكومة الولاية للقيام بتدسين الوسائل المدرسية. وقد بدأ العمل بترميم المباني الموجودة وبناء أخرى جديدة والتي سوف تزيد من نوعية التدريس من خلال الصفوف الحديثة.

ونجحت مدرسة كابرامات الثانوية أكاديمياً في القيادة، وفي الميدان الرياضي ومن خلال الفنون والمواطنة العالمية. وأنا أقدر الطلبة المجددين والمتحمسين ممن سعوا إلى تحقيق البراعة.

وقدم مجلس المدرسة الإرشاد المتميز حول القضايا التعليمية من خلال اجتماعاته الشهرية. وقد ساعدت هذه التفاعلات الداعمة في تشكيل المدرسة وتقديم أفكار للمدرسة على مواصلة تقديم أفضل تعليم ممكن للطلبة.

إن الأساتذة والهيئة العاملة ملتزمون بتحقيق التغيير للطلبة. فقد خصصوا العديد من الساعات لمساعدة الطلبة لتحقيق أفضل ما لديهم وتوفير فرص عديدة للتعلم لهم. إنهم يخلقون بيئة مليئة بالرعاية يكون فيها كافة الطلبة أفراداً مهمين. وإننا أتقدم بالشكر للأساتذة على كافة جهودهم طوال السنة.

لقد برعت مدرسة ثانوية كابرامات في العديد من مجالات المنهج الدراسي وإصبحت قوة الرائدة في المجتمع.

حيث شارك طلبة ثانوية كابرامات في عدد من المنافسات الأكاديمية على مستوى الولاية والمستوى الوطني حققوا فيها مستويات عالية. فقد دخلت فرق في تحدي دورة العقول. كما وشارك الطلبة في مسابقة الهندسة ودورات المجادلة ومنافسة القارب الشمسي ومسابقة العلوم ومسابقة الرياضيات.

لقد إستضافت المدرسة جون بيلجر، الفائز بجائزة سدني للسلام في اليوم السنوي للسلام. وكانت أربع وعشرون مدرسة قد مثلت في ذلك اليوم بحضور عدد من أصحاب الشرف. وقد كان يوماً أظهرت فيه المدرسة إلتزامها بالسلام العالمي والدفاع عن الحق.

لقد أظهر طلبتنا قيادة رائعة ومهارات العمل الجماعي في هذه السنة. ويستمر مجلس ممثلي الطلبة والصليب الأحمر ونادي ليوس بتحقيق التغييرات في المدرسة والمجتمع. فقد جمعوا التبرعات لعدد من المشاريع العالمية دعماً للأطفال والعوائل المحتاجين. وشارك عدد كبير من الطلبة في فعالية "المسيرة من أجل الحياة" مبدئين إلتزامهم بالبحث عن علاج للسرطان. إن هؤلاء الطلبة يملكون حساً قوياً بالمسؤولية الإجتماعية.

كما كان المجتمع سخياً في دعمه للمدرسة وقد شارك في عدد من المشاريع بضمنها رعاية وتدسين البيئة. وكان التطوع في اليوم الأخضر وتوفير الزمالات الدراسية للطلبة ورعاية إسبوع التربية من بين بعض الطرق التي قام المجتمع فيها بدعم المدرسة. نحن

بيث غودوين Beth Godwin

校长致词

二零零九年卡拉玛打中学在许多课程区域中有很多优异成果。在本地社区中成为一股领导力量。

卡拉玛打中学学生参加一连串的全国和州际学术竞赛，他们处于高水平领域。数队学生进入脑力竞赛；学生亦参加工程技赛；辩论竞赛；太阳能船挑战；科学竞赛和数学竞赛。

周年和平日学校接待雪梨和平奖得奖者

John Pilger。二十四所学校代表及一些显要人物出席，是日显示出学校对全球和平的承诺和为正义而站起来。

今年我们的学生表现出显著的领导才能和团队才能。学生理事会代表，红十字会和小狮子会俱乐部等继续为社区与学校作出改变。他们为一连串地球项目筹款，支助有需要的小孩与家庭。一大群的学生参予一个“为生命而步行”的活动，表现出对癌症寻求治法作出承诺。这些学生对社会义务有强烈的认知感。

社区很慷慨支持学校，并参予一连串的项目包括资助改善环境等。志愿者

绿色日，提供资助学生和教育周等，都是他们支持学校的各种方法。我感激这些机构对公立教育的承诺。

学校得到联邦与州政府两方面拨款资助改善学校设施。装修现有建筑物和建造新建筑物的工程已展开，通过新装备的课室而增加教学质素。

二零零九年卡拉玛打中学在学术上，领导才能上，运动场上等通过艺术和地球公民权都取得成功效应。我为这些辛勤，自我推动的学生追求优异成绩而感到光荣。

学校理事会在每月议会中对教育问题提供显著引导方向。这些互动和支持帮助学校整体，提供意念继续供应最可能和最好的教育予学生。

卡拉玛打学校的教师和职员承诺为学生作出不同的奉献。他们贡献许多时间来帮助学生获取最好成绩，提供学生一连串的学习机会。他们创造一个关爱环境，使所有学生都感受为重要的一员。我感谢教师们整年来所付出的努力。

Beth Godwin

សេចក្តីសង្ខេបសារ

នៅក្នុងឆ្នាំ២០០៩, សាលាក្រមាធានាបានធ្វើប្រសើរក្នុងគ្រប់ផ្នែក នៃកម្មវិធីសិក្សា ហើយបានដឹកនាំកំលាំងក្នុងសហគមន៍ នៃតំបន់ យើងផងដែរ។

សិស្សនៃសាលាក្រមាធានាយើងបានចូលរួមជាច្រើនក្នុងការប្រលងប្រជែងថ្នាក់រដ្ឋនិងជាតិ ហើយគេបានជាប់ចំណាត់ថ្នាក់ខ្ពស់ ផងដែរ។ ក្រុមគេបានចូលរួមនៃការប្រលងប្រជែងខាងគំនិតប្រាជ្ញា។

សិស្សក៏បានចូលរួមក្នុងការប្រលងប្រជែងខាងវិស្វកម្ម, ខាងការសួរដេញដោលពីភាសាបាលី, ការប្រណាំងទូកប្រើកំដៅថ្ងៃ, ការប្រកួតខាងវិទ្យាសាស្ត្រនិងខាង គណិតសាស្ត្រ។

អ្នកទទួលភ្ញៀវនៃសាលាយើងគឺលោក John Pilger ដែលជាអ្នក ឈ្នះរង្វាន់ ខាងសន្តិភាពនៃស៊ីដនី។

មានសាលាចំនួន ២៨ ដែល មានអ្នកមុខអ្នកការមកចូលរួមពិធីនោះដែរ។ នេះក៏ថ្ងៃដែល សាលា យើងបានបង្ហាញក្នុងការប្តេជ្ញាចិត្តទៅលើសន្តិភាព ពិភពលោកនិងក្រោកឈរនូវអ្វីដែលត្រូវ។

សិស្សសាលាយើងគេក៏បានបង្ហាញឃើញនូវភាពជាអ្នកដឹកនាំនិងជាក្រុម យ៉ាងប៉ិនប្រសប់ក្នុងឆ្នាំនេះ។ ពួក SRC, កាកបាទ ក្រហម និង ពួកក្លឹប Leos បានបន្តធ្វើឲ្យមានភាពប្លែក ក្នុងសាលានិង សហគមន៍យើង។

ពួកគេបានអង្គុយប្រាកដក្នុងគំរោងជាច្រើនក្នុង ពិភពលោកដែលជួយដល់ក្មេងៗនិងគ្រួសាររបស់គេត្រូវការ។ សិស្សជាច្រើនទៀតបានចូលរួមនៃព្រឹត្តិការណ៍ដើរសំរាប់ជីវិតបង្ហាញឲ្យឃើញក្នុងការដាក់ចិត្តដើម្បីរកការផ្សះផ្សៃជំងឺមហារីក។ សិស្សទាំង នោះគឺមានវិញ្ញាណដ៏ខ្លាំងក្នុងការទទួលខុស ត្រូវនៃសង្គម។

សហគមន៍មានភាពសប្បុរសធម៌ក្នុងការជួយដល់សាលាយើង ហើយបានចូលរួមនូវគំរោងយ៉ាងច្រើនរួមជាមួយការធានានិងការធ្វើឲ្យចំរើនឡើងនូវបរិដ្ឋាន។

ការស្ម័គ្រចិត្តនៃពិធីថ្ងៃបរិដ្ឋាន, ការ ផ្តល់ឲ្យអាហារូបករណ៍និងធានានូវសប្បុរសភាពនៃការអប់រំនេះគឺជាការជួយគាំទ្រដល់សាលាយើង។ យើងមានភាពដឹងគុណដល់អង្គការទាំងនោះចំពោះការប្តេជ្ញាចិត្តទៅដល់ការអប់រំសាធារណៈ។

សាលាយើងបានជួយថវិកាពីរដ្ឋនិងសហព័ន្ធចំពោះការធ្វើឲ្យមាន ភាព ចំរើន នូវសំភារៈសាលាទូទៅ។ ការងារក៏បាន

ចាប់ផ្តើមជួសជុលអគារចាស់និងសង់អគារថ្មីដែលនឹងចំរើនឡើងនូវគុណភាព បង្រៀនតាមរយៈបន្ទប់រៀនថ្មី។ ក្នុងឆ្នាំ២០០៩, សាលាក្រមាធានាយើងបានជួយជំនះខាងការសិក្សាផ្នែកភាពជាអ្នកដឹកនាំ, ខាងកីឡា, ខាងគំនូរនិងក្នុងភាពជាពលរដ្ឋ។

ខ្ញុំសុំលើកកិត្តិយសដល់សិស្សដែលខំយកចិត្តទុកដាក់យ៉ាងល្អប្រសើរ។

ក្រុមប្រឹក្សាសាលាបានផ្តល់នូវភាពល្អប្រសើរក្នុងការណែនាំទៅ លើរឿងរ៉ាវនៃការអប់រំនៅពេលអង្គប្រជុំប្រចាំខែ។


ការជួយដោះស្រាយ និងផ្តល់គំនិត ដល់សាលាដើម្បីបន្តការជួយ រកផ្លូវនៃការអប់រំដល់សិស្ស។

ត្រូវនៅក្នុងសាលាក្រមាធានានិងបុគ្គលិកបានខំប្តេជ្ញាចិត្តដើម្បីធ្វើឲ្យមានភាពខុសគ្នាចំពោះសិស្ស។ គេទាំងអស់គ្នាបានខំជួយដល់សិស្សជាច្រើនម៉ោងឲ្យគេបានដល់គោលដៅដ៏ល្អនិងផ្តល់នូវសំណាងដ៏ទូលំទូលាយនៃការរៀនសូត្ររបស់គេ។ គេបានបង្កើតក្នុង ការថែរក្សាបរិដ្ឋានដែលជាការសំខាន់របស់គេមួយ។ ខ្ញុំសូមអរគុណ ដល់គ្រូទាំងអស់ដែលខំខ្ជាប់ខ្ជួនក្នុងឆ្នាំនេះ។

Beth Godwin

White Doves 'R' Us

Specialising in Spectacular White Dove Releases



Weddings
 Engagements
 Christenings
 Birthdays
 Name days
 Graduations
 and any other special occasions

Mobile: 0414 308 954
 0404 886 321
 Phone : 02-96689208
 e-mail : russdee@iprimus.com.au

ПОРУКА ДИРЕКТОРКЕ

2009. Cabramatta High школа је постигла одличан успех у свим областима и била је водећа снага у локалној заједници.

Ученици Школе учествовали су на многим националним и државним академским такмичењима извршавајући дужност на високом нивоу. Тимови су учествовали на турниру умова, инжињерским такмичењима, дебатама, изуму соларног чамца, такмичењима из математике и природних наука.

Школа је угостила John-а Pilger-а, добитника Сиднејске награде за мир. Били су представници 24 школе и многи други гости. То је био дан када је Школа показала своју приврженост глобалном миру и залагање за оно што је исправно.

Наши ученици чиспољили су лидерство и тимски рад ове године. SRC, Црвени крст и Leos клуб и даље доприносе Школи и заједници. Они прикупљају фондове за разне глобалне пројекте и помажу родитељима и деци којима је потребна помоћ. Велики број ученика учествовао је у акцији прикупљања пара за истраживање рака. Ови ученици имају јак осећај социјалне одговорности.

заједница је била веома великодушна у помоћи Школи и били су укључени у многе пројекте укључујући покровитељство и улепшавање околине. Волонтирали су у тзв. Зеленом дану, спонзорисали ученике и недељу образовања. Ми смо захвални овим организацијама зна њиховој подршци државном образовању.

Школа је добила средства и од државне и од федералне владе за унапређење школе и наставних средстава. Поћео је рад на реновирању постојечих зграда и грађењу нових које ће модерним учioniца допринети квалитету наставе.

2009. Школа је имала успехе у академском, лидерском и спортском пољу, уметничком и грађанском у целини. Ја поштујем марљив рад ученика који теже ка успеху.

Школски савет је обезбедио изузетан увид у разне ствари које се тичу образовања на својим месечним састанцима. Ови узајамни односи помогли су у обликовању Школе и дале идеје за даље настојање да се понуди најбоље образовање за ученике.

Особље и наставници Cabramatta High школе су одлучни у настојању да помогну својим ученицима. Они су посветили много часова да би помогли својим ученицима да постигну најбоље што су могли и обезбеђивању што већи број могућности за своје ученике. Они стварају среину у којој се брине за ученике и у којој је сваки ученик важан. Ја се захваљујем наставницима за њихов труд током целе године

Beth Godwin

THƯ NGỎ HIỆU TRƯỞNG

Trong năm 2009 này trường Trung học Cabramatta đã đạt thành tích xuất sắc trong học tập cũng như đi đầu trong các sinh hoạt cộng đồng.

Học sinh của trường đã đạt kết quả tốt trong các kỳ thi ở cấp Tiểu Bang lẫn Quốc Gia, gồm có kỳ thi phát triển trí tuệ, sáng chế kỹ thuật, hùng biện, chế tạo tàu chạy bằng năng lượng mặt trời, Khoa Học và Toán.

Trong Ngày Lễ Hòa Bình, trường ta được vinh dự đón tiếp ngài John Pilger, người được trao tặng giải thưởng Hòa Bình của thành phố Sydney năm nay. Ngoài ra còn có 24 trường bạn và các viên chức cao cấp cùng đến tham dự. Ngày lễ này nhằm để biểu dương tinh thần tranh đấu cho công lý và hòa bình thế giới của trường ta.

Học sinh của trường đã thể hiện khả năng lãnh đạo xuất sắc và nêu cao tinh thần đồng đội. Ban Đại Diện Học Sinh, đội Hồng Thập Tự và Câu lạc bộ Leos đã tiếp tục mang đến các thay đổi tích cực cho nhà trường và cộng đồng. Các em đã tổ chức gây quỹ để quyên góp cho các đề án toàn cầu nhằm hỗ trợ các trẻ em và gia đình cần được giúp đỡ. Một nhóm đông học sinh tham gia phong trào Đi Bộ Vì Cuộc Sống để ủng hộ công cuộc tìm kiếm biện pháp chữa trị bệnh ung thư. Các em đã nêu cao tinh thần trách nhiệm đối với cộng đồng.

Cộng đồng địa phương đã hào phóng bảo trợ và tham gia vào các đề án của trường bằng cách tặng học bổng và cải thiện môi trường học tập cho học sinh, điển hình như tình nguyện tham gia vào Ngày Lễ Xanh, cấp học bổng cho học sinh và bảo

trợ cho chương trình Tuần Lễ Giáo Dục. Nhà trường rất cảm ơn các cơ quan, tổ chức này đã hết lòng ủng hộ nền giáo dục công lập.

Trường ta đã nhận được tài trợ của Liên bang lẫn Tiểu bang để cải thiện cơ sở vật chất. Công trình xây dựng này đã bắt đầu qua việc tân trang các lớp học cũ và xây thêm các dãy lớp học mới. Các lớp học hiện đại này sẽ góp phần nâng cao chất lượng giảng dạy.

Trong năm 2009 trường Trung học Cabramatta đã thành công trên nhiều lãnh vực từ học tập, lãnh đạo, đến thể thao, nghệ thuật và tinh thần công dân toàn cầu. Tôi xin tuyên dương các học sinh đã chăm chỉ, nhiệt tình luôn cố gắng hết sức mình để đạt kết quả tốt.

Hội Đồng Nhà Trường đã góp phần tích cực cùng nhà trường giải quyết các vấn đề giáo dục thông qua các buổi họp hàng tháng. Việc trao đổi ý kiến với hội đồng đã giúp nhà trường xác định hướng đi đúng đắn để tiếp tục tạo cơ hội giáo dục tốt nhất cho học sinh.

Giáo viên và nhân viên của trường Trung học Cabramatta luôn tâm tâm tìm cách nâng cao cuộc sống và chất lượng học tập của học sinh. Quý thầy cô đã dành rất nhiều thời gian để tạo mọi cơ hội học tập nhằm giúp học sinh phát huy hết mức khả năng của các em. Họ đã tạo ra một môi trường học tập mà trong đó mọi học sinh đều được chăm sóc chu đáo và đối xử công bằng. Tôi xin cảm ơn nhiệt tình giảng dạy của quý thầy cô trong suốt năm nay.

Beth Godwin

Links Cabramatta

BKK Shopping Centre
Shop 15-16, 53 Park Rd.,
Cabramatta NSW 2166

t (61 2) 9723 2888
f (61 2) 9726 6899
e sales@888links.com.au

Antique Tree Felling

FIREWOOD

STEVE KLIMENTOS

Qualified Tree Surgeon
FULLY INSURED
FREE QUOTES

Phone: (02) 9711 3880
Fax: (02) 9711 2978
Mobile: 0412 605 740

ABN 88 887 911 545

Academy Photography

PO Box 622
Hornsby NSW 1630

Telephone 1800 816 224

Email: vladimir@academyphoto.com.au
Website: www.academyphoto.com.au

EJ's Café

Jim & Eve
Kanellopoulos

Shop 16
2-18 Orange Grove Rd
Megacenta Liverpool
Ph (02) 9600 7911

Thanks to these businesses for providing support to CHS

Harvey Norman

AMANDA HORISZNY
Manager
Disinter Pty Ltd

Trading as
Harvey Norman
Computer Superstore Liverpool
The Mega Centre
Shop 1, 2-18 Orange Grove Road
Liverpool NSW 2170

Tel (02) 8778 8454
Fax (02) 9600 3363

amanda.horiszny@au.harveynorman.com

custom eyes OPTOMETRISTS

- Prescription Eyewear
- Contact Lenses
- Sunglasses
- Bulk Billing

FUAD SARFAZ
B. Optom UNSW

JELENA RADOVANOVIC
Manager

SHOP 146 WESTFIELD LIVERPOOL 2170 PH: 9601 5444
2 TULLOCH CLOSE CASULA 2170

Joe Nader

CALTIX

Petrol One P/L
Star Shop at Caltex Cabramatta
166 John St
Cabramatta NSW 2196

Tel: (02) 9727 0081
Fax: (02) 9755 7586

Mob: 0419 556 999

A Caltex Retailer

Forty Winks

Shaun Smith

Liverpool Megacenta
Shop 20 Orange Grove Road
Liverpool NSW 2170

Telephone 02 9824 2133
Facsimile 02 9824 2461

where dreams begin

Lions Club of Cabramatta Cabra-Vale Inc.
District 201 N 2 Australia

Jenny Tew
President

Level 1, Suite 12, 49 Park Rd.
CABRAMATTA NSW 2166
AUSTRALIA

P.O. BOX 221, Cabramatta
NSW 2166 Australia

Tel: (612) 9724 7168
Mobile: 0419 252 288

Fax: (61-2) 9724 7040
Email: jenny@ajsdumigration.com

CABRA-VALE EX-ACTIVE SERVICEMEN'S CLUB LTD.

1 BARTLEY STREET
CANLEY VALE 2166
SYDNEY AUSTRALIA

www.cabravale.com

Commonwealth Bank

McDonald's Family Restaurants

Liverpool Megacenta
Operated by LSM Holdings Pty Limited ABN 91 719 832 157
2 - 10 Orange Grove Road, Liverpool 2170
Ph 02 98212423 Fax 02 98212137

JOHN STREET MECHANICAL REPAIRS

9724 6076 (office)
9724 5853 (workshop)

267 JOHN STREET, CABRAMATTA WEST NSW 2166

LIGHTS FOR YOU
TRUE LIGHTING SPECIALISTS

LIVERPOOL
Shop 23, Liverpool Megacentre
Cumberland Hwy, Liverpool 2170
T+02 9822 8990 F+02 9822 8911

www.lightsforyou.com.au

Phone: (02) 9600 9089
Fax: (02) 9600 8795
Shop 3 & 4 Liverpool Mega Centa
2-20 Cumberland Hwy,
Liverpool NSW 2170
liverpool@workoutworld.com.au

WORKOUT WORLD
THE FITNESS EQUIPMENT SPECIALISTS
We won't be beaten on price, quality or service

Rashay's
Cafe & Restaurant

Great Food
Great People...
www.rashays.com

971 Macquarie St Liverpool 2170 P: 9600 9255 F: 9601 0448
339 Hume Hwy Liverpool 2170 P: 9601 1355 F: 9601 0448
Postal Address PO Box 510, Hoxton Park 2171 E: info@rashays.com

POWERLAND ELECTRONICS
Powerland... Well do it!

16-20/1-11 Sappho Rd, Homemakers Center, Warwick Farm NSW 2170
Telephone: 9624 1006. Help Line: 9734 9900. Facsimile: 9734 9911
WEB: www.powerland.com.au EMAIL: powerland@optusnet.com.au

GREATER UNION

MARK BUCKLEY
Business Manager

Greater Union Organisation Pty Ltd
Westfield Roadside, Greater Union Liverpool NSW 2170 Australia

T 02 9601 4611 F 02 9601 4145
E mark_buckley@greaterunion.com.au

www.SCMTS.com.au
Sydney City Mulch & Tree Service

TREE REMOVAL - MULCHING - TREE TRIMMING
STUMP GRINDING - RUBBISH REMOVAL

7 DAY EMERGENCY SERVICE
Free Quotes - Fully Insured

Contact Zak
0415 341 717

Cabra Leagues
Cabramatta Rugby League Club

Brad Woodhead OPERATIONS MANAGER

24 Sussex Street, Cabramatta NSW 2166
T (02) 9727 8788 F (02) 9728 6114 F 0417 499 832
E bwoodhead@cabramattarugby.com.au W www.cabramattarugby.com.au
ABN 24 000 650 206

Krispy Kreme

Paula Marinkovic
Community Coordinator

Krispy Kreme Australia Pty Limited
A.C.N. 099 478 663
2-20 Orange Grove Road, Liverpool NSW 2170

Phone: 61 2 9600 6095 Fax: 61 2 9600 9689 Mobile: 0407 793700
Email: pmarinkovic@krispykreme.com.au

KIMARIE
LINGERIE
COSMETICS & PERFUMES

Shop 1/52 Park Road Cabramatta, NSW 2166 Australia
Tel: (02) 9727 7930 Fax: (02) 9724 7040
Web: www.kimarielingerie.com

Club CABRA

Cabramatta Bowling & Recreation Club Limited
A.B.N. 48 000 976 894
Fairview Road, Cabramatta 2166

Barry Watkins
General Manager

Office: 9728 4344 Facsimile: 9727 3682
Mobile: 0412 861 177
Email: barry@cabramattabowlingclub.com.au

HANDY HINTS FOR IMPROVING LEARNING

No 1. Most Learning Doesn't Happen At School

Children spend only 15% of their time at school. They spend more time asleep (33%) than they do at school. Most of their time (52%) is at home, awake, mucking around, playing and learning about life and it's what they do with that time that is important.

Most of their future learning also won't occur in school. It is estimated that 70% of the jobs that will exist in the year 2020 do not exist now. We know that knowledge is doubling every three years. It is estimated that 50 years ago a high school graduate left school knowing about 75% of what they would need to know in their working life – today's high school graduate will leave knowing about 2%.

No. 2 Organising a Learning Space for Your Child

As your child grows and develops, there will need to be somewhere set up for them to study and do projects. Some kids just can't get themselves organised and may need a parent to take care of the practical aspects of setting up a home study area. The parent may also need to be responsible for keeping it neat. It's ok for parents to assist by thinking of ways to better organise notes as well.

No. 3 Organising a Learning Space for Your Child

Lighting Natural or indirect lighting such as a desk lamp is best for learning. It is best for your child not to study under fluorescent lighting as it is related to raised cortisol levels in the blood stream (an indicator of anxiety and agitation). Cortisol also suppresses language functions. If you are purchasing a desk lamp try to

avoid fluorescent lights.

No. 4 How much Television viewing should I allow my child to watch if I want them to succeed at school?

There is growing evidence to suggest that any TV viewing for children under the age of two impairs their ability to concentrate. As children develop, a small amount of television viewing is positively associated with academic achievement. A nine year old shouldn't watch more than one and a half hours per day. A thirteen year old shouldn't watch more than one hour a day. Bad news for those of you with older children! At 17 years of age the optimal amount of TV viewing is half an hour per day.

While there is no real evidence on the amount of time spent playing computer games, it is a good idea to keep televisions and computer out of children's bedrooms.

No. 5 How much sleep does my child need to succeed at school?

A good nights sleep (at least 8

hours) is essential for optimal brain functioning at school. Memory consolidation occurs during sleep especially during dream (or REM) sleep. During the normal 8–9 hours of sleep, five dream (REM) cycles occur. Adolescents getting only 5-6 hours of sleep lose out on the last two REM cycles and thereby reduce the amount of time the brain has to consolidate information.

Teenagers need as much sleep as children, partly because their brains are doing so much development.

Always remember there is no such thing as a sleep bank. So just because you slept 10 hours one night doesn't mean you can get away with only sleeping six hours the next night.

Students who don't get enough sleep have to work much harder to do well at school.

From "Help Your Child Succeed at School" by Andrew Fuller
www.andrewfuller.com.au

SCHOOL VISION STATEMENT

Our vision is of young men and women who are motivated, responsible, co-operative, thinking informed individuals who are fully developing talents, interests, positive attitudes and values.

They will be literate and able to communicate effectively in English.

They will confidently participate in and contribute as valuable community members of Australian society, vocationally, socially and culturally, now and in the future.

These young men and women will value education for itself and as a life-long activity.

They will have confidence in themselves and be able to manage life experiences, be hopeful and enjoying fulfilling lives.

SCHOOL STATEMENT OF PURPOSE

Our purpose is to make this vision a reality by creating a school where staff:

- Contribute to the best of their ability, both in and out of the classroom;
- Model, teach and engage students in activities which foster their optimum development academically, personally, culturally, socially and vocationally;
- Promote active student-centred learning through teaching strategies which encourage critical and inquiring minds;
- Promote communication and literacy skills in all curriculum areas;
- Promote the pursuit of excellence in all endeavours and the development of students' self esteem based on realising their potential;
- Foster constructive values and an awareness of the consequences of choice which engender the taking of personal and social responsibility;
- Impart knowledge of Australian culture and teach students their responsibilities as individuals in a democratic society;
- Create a safe, supportive, collaborative and stimulating learning environment where all students' backgrounds are accepted and acknowledged;
- Provide a breadth of experiences which enhances the total development of students;
- Foster school and community interaction.

STRIVING & SERVING

Community Connections

An enthusiastic group of ex-IEC students met each week in Term 1 with staff from Jobquest to learn more about school and community life in Australia.

Workshops topics included cultural awareness, community services, goal setting, teamwork, study skills and time management. Activities included painting colourful banners, which were signed by school staff and students on Harmony Day, and contributing a page in a

collection of stories called “My Story”.

The students were presented with certificates of participation and a published copy of “My Story” at assembly on Monday 23rd November. They enjoyed a morning tea in the Library following the assembly and are looking forward to an excursion to Bondi Beach to learn about sun and surf safety and having fun at the beach, important aspects of Australian culture.



DET Communications for Parents and Students

Cyberbullying Website

The Department of Education recently hosted a Cyberbullying forum, bringing together national experts on the subject. If you would like to know more about cyberbullying and what can be done about it, or if you'd like to contribute your opinion or experience to the online blog, you'll find it at: www.cyberbullyingforum.org

Get your child's eyes checked


Along with allergies and asthma, eye disorders are the most common long-term health problems experienced by children. Good vision is important for your child's educational, physical and social development. Optometrists Association Australia recommends that children have a full eye examination with an optometrist before starting

school and regularly as they progress through primary and secondary school. Examinations at the optometrist, which take about 30 minutes, are free and covered by Medicare.

High school

Keeping communications open

Nothing is possibly more uncomfortable for both teenagers and their parents than conversations around sexuality. But, according to Liz Hammond from Family Planning NSW, the key is about the relationship you have with your children and communication. If you've got that foundation, that's a good way to start your kid's journey to talk about the more challenging issues as they get to adolescence. The



latest School Parents ezine has a great podcast which will shed light on this subject. Listen to it at:

www.schools.nsw.edu.au/ezine

Message from the Deputy Principals

Acceptable footwear: Please ensure that your child has safe and proper shoes for school. At Cabramatta High School, this means black leather shoes which cover the top of the feet and protect them from injury. This policy is mandated by Occupational Health and Safety Policy and School Uniform Policy. Black canvas shoes, multi-coloured shoes or girls' ballet slippers are not acceptable under these policies. Please bear this in mind as you purchase school shoes, as many stores sell shoes

which are not actually legal for NSW DET schools.

Uniform Policy explained: Cabramatta High School has a very fair uniform policy with students allowed 5 passes during the year with no penalty. On the 6th pass, lunchtime detentions ensue. Once a student reaches 12 passes, the relevant Deputy will be informed and afternoon detentions may occur. Over 18 passes means a very serious uniform non-compliance issue and the Deputy Principal will contact the family of the student to seek the reasons for this. We are keen to maintain our school's good image in the community and excellent standards of uniform assist this.

Mrs Gooden / Mr O'Byrne

Farewell Mr Vel

Mr Vel is retiring from teaching at the end of 2009.

Mr Vel has been a teacher in the Science Faculty at Cabramatta High School for 25 years. He has taught all the areas of science and even agriculture. Mr Vel has for many years been a HSC and SC marker. He has been the school photo man for over 15 years. But there is more to Mr Vel, his happy and joking nature has made him a great teacher and colleague. He cares deeply about the students and his fellow staff members. It is hard to pick a time when he hasn't been happy and a great person to be around.

In an interview Mr Vel recalled many great times at the school and told what he planned to do in retirement.

What hasn't changed at the school? *H block has always been the same.*

What is the most memorable excursion you have been on? *In 1984 the science department and the senior students went for a week to the Warrumbungles. We had to cook all the meals ourselves, it was hard work but we had a great time.*

What will you miss about the school? *I will miss the students and my colleagues. Everyday I come to school I see the students happy faces and it energizes me. It makes my day. I think my holidays begin everyday when I come in the front gates. I will miss the people.*

What has been the biggest change in the school? *Some of the buildings have changed and there will be more changes soon. I have also seen a change in the cultural mix of the students at the school over a long period of time. The other change has been the environment with more gardens and trees.*

What will you do when you retire? *I would like to do social service in the community and in other countries such as Africa and Cambodia. I would like to work with schools in these countries. I want to help wherever I am needed.*

Mr Vel the school will miss you, you are an inspiration to others with your positive attitude to life and your determination to make life better for others.

Behind the 40 Faces

by Phu Thap

Cabramatta High School Students of Cabramatta High School have been working hard on their 40 Faces projects. The 40 Faces projects provide students with the opportunity to write an autobiography reflecting their lives and who they are today. 40 Faces project gives students a spotlight to share their stories with the public. Along with the autobiography, students have created artwork to assist in portraying their stories. Canvases are filled with assorted colours to express emotions in a specific time and place. The autobiography will soon be published along with student's artwork and will be exhibited at the Commonwealth Bank in Martin Place in November 2009.

"At the moment students are still working on their projects. They also go on excursions to see their mentors from the CBA offices in the city. These

excursions allow students to meet new people and share their stories. It is a fantastic way in giving students a voice," said supporting teacher, Maria Strouthos.

Adopt a School is a program that provides students with opportunities to experience what journalism is all about. Student Phu Thap, My Tien Nguyen and Sandra Ham of Year 10 and Jocelyn Ly of Year 11 have been working hard in producing excellent articles for Fairfield Champion paper. The students have attended numerous workshops throughout the year to develop and improve their writing and interviewing skills. They have been interviewing teachers, students and special guest, in a professional manner, to obtain the relevant information for their articles.

SCHOOL COUNCIL

Minutes Summary of the Meeting of 9th of September, 2009

DEPRESSION

- Margaret King (HT Welfare) and Justine Palmer (School Counsellor)

- Margaret explained to parents the symptoms of depression: sadness, loss of interest and/or pleasure, low energy, poor or increased sleep, low self-confidence, poor concentration and appetite, suicidal thoughts, guilt and agitation of slowing of movement. She explained that little issues left unattended could lead to major problems later in life.
- Justine: Causes of depression in adolescents - mood disorder, sad, joyless. It could be either internal (in their genes) or external (family situation or environmental factors). Only 30 % of students reported depression. Justine encouraged parents to be aware of signs of depression in their children and to talk to them about any issues causing stress. She advised that depression was treatable.

PRINCIPAL'S REPORT

- Beth Godwin

- End of Year Presentation Ceremonies: Year 12 prizes on the 1st October. On 10th December there will be two ceremonies: in

the morning Years 7, 9 and 11 will be presented with awards; in the afternoon Years 8 and 10 and the IEC will receive awards.


- School Building Projects. This year we will see two blocks refurbished in Term 4. Approval has been given for the two Federal Government projects of hospitality bay and toilet upgrade, to begin shortly.
- Student Success International Science Competition - credits, distinctions, high distinctions. Engineering students participated in the bridge building competition winning 3rd place. The Rock Eisteddfod performance yielded four major awards. One student submitted a podcast at a Regional level - 1st place overall.
- Technology The laptops have finally arrived for Year 9.

Minutes Summary of the Meeting of 4th November, 2009

PRINCIPAL'S REPORT

- Brendan O'Byrne

- School Captains 2009/2010:
Boys' Captain - Andrew Kouch;
Girls' Captain - Diana Nguyen;
Boys' Vice Captain - Billy Deng;
Girls' Vice Captain - Ranie Nguyen



- **NAPLAN Results** The Naplan results for Years 7 and 9 have been given to the school. The results show there have been gains in all areas. Of particular note are the outstanding numeracy results in Year 9.

- **Staffing** There will be two retirements at the end of this year. Mr Solomon and Mr Vel. These positions will be filled by the start of 2010.

- **Buildings Refurbishment** of one toilet block has begun. In May of 2010 the new buildings will begin.

- **Peace Day** This day will be on Friday 6/11/09. The school will host the winner of the Sydney Peace Prize, John Pilger. The Governor of NSW will also attend.

- **School Attendance** This has been causing some concern particularly in the senior years. Letters are sent home to let parents know of absences after three days. Other strategies being used include family interviews and more recently students being repeated if they have very large absences. Parents can always find out about their child's attendance by phoning the school.

PRESIDENT'S REPORT

- Kathie Constantin

- Congratulations to the new school Captains and Vice Captains.
- Cooperation Day - Welcome Parent participation and attendance. If parents

could donate food for sale the proceeds will be used to fund items we could not normally be able to. If you are able to assist, please collect a tag to be attached to the food.

- **School Attendance - Role of CLO** Introduce and expand on role. Please ensure you update your contact details if they have changed. This is particularly important in case of emergency.

- **Laptops** - morning tea with some parents last week and parents who attended were very interested in having workshops on laptops.

PE UNIFORM - J McElligott

- **PE uniform** - no change in 19 years. Found supplier with good prices. Two designs presented. New supplier \$15 shirt; \$10 shorts. Design with coloured piping chosen. Students will be canvassed and details will be published in Cabramatters.

LAPTOPS - D McEwan

- For children with special keyboard needs laptops have USB input.

SUGGESTIONS FROM PARENTS REGARDING STUDENT ABSENCES

- Reinstate SMS; Provide equipment for students to play with before school; Note home after two consecutive days; School absence card goes home to parents each day or contacted for each absence; Personal phone calls; Phone/SMS.

HỘI ĐỒNG NHÀ TRƯỜNG

Biên bản buổi họp HĐNT 9/9/2009

Do cô Margaret King (Trưởng Khoa Phúc Lợi) và cô Justin Palmer (Cố Vấn Nhà Trường) trình bày.

- Cô Margaret giải thích cho phụ huynh biết về những triệu chứng của bệnh trầm cảm: buồn bã, mất hứng thú và/hay niềm vui, suy giảm năng lượng, mất ngủ hay ngủ nhiều, thiếu tự tin, thiếu tập trung, biếng ăn, có ý định tự tử, cảm giác tội lỗi và lo lắng, lười vận động. Cô giải thích sự lo là đối với các chuyện nhỏ này có thể đưa đến những vấn đề nghiêm trọng sau này.
- Cô Justine trình bày nguyên nhân gây ra bệnh trầm cảm ở thanh thiếu niên - rối loạn tâm thần, buồn bã, chán nản. Điều này có thể xảy ra vì lý do chủ quan (từ gen trong cơ thể) hay lý do khách quan (hoàn cảnh gia đình hay các yếu tố về môi trường sống). Justine khuyến khích phụ huynh nên sớm nhận biết các biểu hiện trầm cảm ở con em mình và nói chuyện với các em để tìm hiểu nguyên nhân. Cô cũng cho biết bệnh trầm cảm có thể chữa được.

BÁO CÁO CỦA HIỆU TRƯỞNG: Cô Beth Godwin.

Lễ Phát Thưởng cuối năm: Lớp 12 đã nhận phần thưởng ngày 1/10. Ngày 10/12 sẽ có hai đợt lễ phát thưởng: buổi sáng dành cho lớp 7, 9, 11 và

buổi chiều dành cho lớp 8, 10 và Trung Tâm Anh Ngữ Đặc Biệt (IEC).

- Đề Án Xây Dựng Trường. Học kỳ 4 năm nay có hai dãy lớp học được tân trang. Sẽ sớm tiến hành tân trang phòng vệ sinh và xây các phòng học nấu ăn mới.
- Học sinh của trường đạt kết quả tốt trong kỳ thi Khoa Học với hạng khá, giỏi và xuất sắc. Học sinh lớp Kỹ Thuật Thiết Kế đạt giải ba trong kỳ thi thiết kế xây cầu. Kỳ thi biểu diễn văn nghệ Rock Eisteddfod trường ta cũng đạt được bốn giải thưởng quan trọng. Một em học sinh đạt giải nhất trong kỳ thi sáng tác và đọc thơ.
- Học sinh lớp 9 đã được phát máy vi tính xách tay.

Biên bản buổi họp HĐNT 4/11/2009

BÁO CÁO CỦA HIỆU TRƯỞNG: Thầy Bredan O'Byrne.

- Trưởng Ban Đại Diện Học Sinh năm 2009/2010 là em Andrew Kouch (nam) và em Diana Nguyen (nữ). Phó BDDHS là em Billy Deng (nam) và Ranie Nguyen (nữ).
- Kết quả kỳ thi Toán của học sinh lớp 7 và 9 đã được gửi đến trường. Nhìn chung tình hình rất khả quan, đặc biệt là các em lớp 9 đã tiến bộ nhiều.
- Tình hình giáo viên: Sẽ có hai giáo viên về hưu cuối năm nay là

thầy Solomon và thầy Vel. Sẽ bổ sung giáo viên mới đầu năm sau.

- Đã bắt đầu tân trang một dãy phòng vệ sinh. Tháng 5 năm 2010 sẽ bắt đầu xây các lớp học mới.
- Lễ Hòa Bình năm nay sẽ được tổ chức vào ngày 6/11. Khách mời danh dự sẽ là ngài John Pilger, người được trao giải thưởng Hòa Bình Sydney năm nay. Vị toàn quyền tiểu bang NSW cũng sẽ đến tham dự.
- Nhà trường đặc biệt quan tâm đến việc một số học sinh lớp 11-12 nghỉ học nhiều. Trường đã gửi thư về nhà thông báo cho phụ huynh biết nếu học sinh vắng mặt trên ba ngày. Ngoài ra trường cũng mời phụ huynh đến để phỏng vấn tìm hiểu và cho ở lại lớp một số em nghỉ học nhiều. Phụ huynh cũng có thể điện thoại đến trường để tìm hiểu về việc đi học của con em mình.

BÁO CÁO CỦA CHỦ TỊCH HĐNT: Kathie Constantin

- Chúc mừng các em trưởng và phó BDDHS mới.
- Ngày Hội Đa Văn Hóa – hoan nghênh sự tham gia của phụ huynh. Nếu phụ huynh nào có lòng nguyện góp thức ăn cho trường để bán gây quỹ thì xin vui lòng cho biết.
- Việc hiện diện của học sinh – Vai trò của nhân viên liên lạc cộng đồng (CLO) được giới thiệu và mở rộng. Phụ huynh cần thông báo

cho trường biết nếu thay đổi địa chỉ. Điều này rất quan trọng trong trường hợp cần liên lạc khẩn cấp.

- Máy vi tính xách tay (LAPTOP) - Trường đã tổ chức tiệc trà sáng cho một số phụ huynh vào tuần rồi và phụ huynh tỏ vẻ rất thích buổi hội thảo về LAPTOP.

ĐỒNG PHỤC THỂ THAO – J McElligott

- Đồng phục thể thao – không thay đổi trong 19 năm qua. Vừa tìm được chỗ cung cấp hàng với giá rẻ. Hai kiểu thiết kế được đưa ra để lựa chọn với giá 15\$/ áo và 10\$/ quần sọt. Kiểu thiết kế có đường viền màu được chọn. Học sinh sẽ được thông báo về điều này và chi tiết sẽ được đăng trên tạp chí Cabramatters.

LAPTOPS: Thầy McEwan

- Cần laptop có chỗ gắn USB cho những học sinh sử dụng bàn phím đặc biệt.

ĐỀ NGHỊ CỦA PHỤ HUYNH VỀ VIỆC HỌC SINH NGHỈ HỌC:

- Lắp lại hệ thống nhắn tin qua điện thoại; cung cấp thiết bị giải trí cho học sinh trước giờ học; Gửi thư thông báo về nhà khi học sinh vắng mặt hai ngày liên tiếp; gửi giấy báo vắng mặt về nhà cho phụ huynh mỗi ngày hay thông báo cho học sinh biết mỗi khi học sinh vắng mặt; gọi điện thoại trực tiếp cho phụ huynh hay nhắn tin.

ШКОЛСКИ САВЕТ

*Записник са седнице одржане 9.
септембра 2009.*

ДЕПРЕСИЈА

- Margaret King (главни наставник за бригубригу о ученицима) и Justine Palmer школски саветник)

■ Margaret је објаснила родитељима симптоме депресије: туга, губљење интересовања и задовољства недостатком енергије, лоше или продужено спавање, осећај кривице, успореност. Она је објаснила да мале ствари ако им се не придаје пажња могу да доведу до великих проблема касније у животу.

■ Justine: узроци депресије код адолесцената - поремећај расположења, туга, недостатак радости. Може да буде унутрашња (у генима) или спољашња (породична ситуација или околина). Само 30% ученика пријави депресију. Justine је подстакла родитеље да прате знакове депресије и да разговарају са децом о било чему што изазива стрес. Она је скренула пажњу да депресија може да се лечи.

ИЗВЕШТАЈ ДИРЕКТОРКЕ

Beth Godwin

■ Презентације на крају школске године:

Награде за 12. годину 1. октобра. 10. децембра одржаће се две церемоније: Ујутро додела награда за 7, 9 и 11 разред; поподне за 8, 10 разред и ИЕС.

■ Грађевински пројекат у школи. Ове године видећемо два блока реновирана у 4. тромесечју. Такође смо добили дозволу за два пројекта федералне владе да ускоро почну са радом - кухиња за наставу

прехрамбене технологије и тоалети.

■ Успеси ученика на међународном такмичењу из природних наука - високе оцене. Ученици који раде инжењерство освојили су 3. место у такмичењу из мостоградње. Rock Eisteddfod наступ донео је 4 главне награде. Један ушеник освојио је прво место на регионалном такмичењу за подкаст.

■ Технологија - лаптоп компјутери за 9. разред су коначно стигли.

*Записник са седнице одржане 4.
новембра 2009.*

ИЗВЕШТАЈ ЗАМЕНИКА ДИРЕКТОРКЕ

Brendan O'Byrne

■ Школски капетани за 2009-2010 За дечаке Andrew Kouch, за девојчице Diana Nguyen. Вице-капетани, за дечаке Billy Deng, за девојчице Ranie Nguyen.

NAPLAN резултати. Резултати су 7 и 9 разред су дати школи. Напредак се види у свим областима. Истиче се резултат из математике за 9. разред.

■ Особље. Два радника се пензионишу на крају школске године - г-дин Solomon и г-дин Vel. Њихове позиције биће попуњене до почетка 2010. године.

■ Реновирање тоалета је почело. У мају 2010. почеће изградња нових зграда.

■ Дан мира одржаће се у петак 06. 11. 2009. Школа ће угостити добитника Сиднејске награде за мир - John-a Pilger-a. Гувернер Новог Јужног Велса ће такође присуствовати.

Присуствовање настави. Ово изазива

бригу нарочито у вишим разредима. Слаће се писма родитељима после три дана изостанка са наставе. Остале стратегије- разговор са породицама и ученици ће понављати годину ако имају велики број изостанака. Родитељи увек могу да провере да ли су њихова деца у школи тако што могу да телефонирају.

ИЗВЕШТАЈ ПРЕДСЕДНИКА

Kathie Constantin

- Честитке новим капетанима и вице-капетанима

- Cooperation Day - добродошло учествовање и присуство родитеља. Ако родитељи могу да поклоне храну за продају тим средствима купиће се оно што не бисмо иначе купили. Ако можете да помогнете, узмите припремљену цедуњицу и закачите за храну.

- Присуствовање настави - Улога службеника за контакте са заједницом - представити и проширити. Молимо вас обавестите нас ако су се променили број телефона и адреса. Ово је нарочито важно у хитним случајевима.

- Лаптоп компјутери - јутарња закуска за родитеље прошле недеље и присутни родитељи су били веома заинтересовани за часове о употреби ових компјутера.

ОПРЕМА ЗА ФИЗИЧКО - J. McElligott

- Опрема за физичко није се променила у последњих 19 година. Понуђена су два дизајна. Нађен је нови снабдевач \$15 за мајицу, \$10 за шорц. Појединости о новој униформи биће објављени у Cabramatters.

ЛАПТОП КОМПЈУТЕРИ

D. McEwan

- За ушнике са специјалним потребама USB прикључак.

СУГЕСТИЈЕ РОДИТЕЉА КОЈЕ СЕ ТИЧУ ИЗОСТАНАКА

- Вратити SMS поруке; обезбедити ученицима опрему за играње пре школе; писмо родитељима после два везана дана, школска карта за родитеље сваког дана или да се родитељи зову за сваки изостанак лични позиви; /SMS

Have some Fun and Play Cricket.

Cabra Vale Diggers Cricket Club would like to invite Cabramatta High School students to come and play Cricket on Saturdays. All equipment supplied, free coaching, hat and shirt.

Drinks supplied for Junior Saturday Morning players Under 16.

Over 16 years of age play senior Cricket on Saturday afternoons.

No Fees – No costs.

Enjoy your weekend and have some fun! Please phone George Taylor 0417 271 804 or talk to Ms McElligott

*អង្គប្រជុំសង្ខេបនៅថ្ងៃទី ០៩, ខែកញ្ញា, ២០០៩

-ការធ្លាក់ទឹកចិត្ត

Margaret King (នាយកគ្រូខាងសង្គមកិច្ច) Justine Palmer (អ្នកឲ្យឱវាទសាលា)

- Margaret បានពន្យល់អំពីមុខសញ្ញានៃការធ្លាក់ទឹកចិត្ត: ភាពព្រួយចិត្ត, អស់ក្តីចាប់អារម្មណ៍ និង/ឬ សប្បាយ, មានកំលាំងតិច, ពិបាកដេកឬដេកច្រើន, គ្មានការទុកចិត្តលើខ្លួនឯង, គ្មានយកចិត្តទុកដាក់ និង ឃ្លាន, គិតចង់សំលាប់ខ្លួន, មានចលនាយឺតនៃការរំជើបរំជួលនិងគិតថាមានកំហុស។ គាត់បានពន្យល់អំពីរឿងរ៉ាវតិចនេះបើទុកមិនមើលវាគឺធ្វើឲ្យមានផលវិបាកដល់ជីវិតនៅពេលក្រោយ។
- Justine ផលវិបាកនៃការធ្លាក់ទឹកចិត្តក្នុងពេលពេញជំងឺ: ភាពស្មុគស្មាញនៃអារម្មណ៍, ពិបាកចិត្ត, គ្មានសប្បាយចិត្ត។ នេះអាចមាននៅក្នុងខ្លួនឬក៏នៅខាងក្រៅ (តាមភាពនៃគ្រួសារឬក៏តាមកត្តាបរិវេណ)។ សិស្សមានតែ៣០% ទេដែលបានរាយការណ៍ថាមានភាពធ្លាក់ទឹកចិត្ត។ Justine បានលើកទឹកចិត្តឲ្យមានតាមវិធីនានាសញ្ញានៃការធ្លាក់ទឹកចិត្តរបស់កូនហើយនិងនិយាយទៅកូនអំពីភាពសញ្ញាដែលកើតមកពីការពិបាកចិត្តនេះគាត់បានឲ្យឱវាទថាភាពនៃការធ្លាក់ទឹកចិត្តនេះគេអាចមើលជាបាត។
- * របាយការណ៍ របស់នាយកសាលា (Janice Gooden)
- នៅពេលចុងឆ្នាំនៃពិធីចែករង្វាន់ពិធីចែករង្វាន់ដល់ថ្នាក់ទី ១២នៅថ្ងៃទី ១ ខែតុលា: នៅថ្ងៃទី១០ ខែធ្នូនិងមានពិធីចែករង្វាន់ពីរនៅពេលព្រឹកថ្នាក់ទី ៧, ៩និង១១ចែកសញ្ញាបត្រ និងពេលរសៀលថ្នាក់ទី៨, ១០និង១១IEC។
- គំរោងនៃការសង់អគារ: ឆ្នាំនេះយើងនឹងឃើញមានការជួសជុលអគារនៅត្រីមាសទី៤។ការយល់ព្រមឲ្យធ្វើជួសជុលនៃល្វែង hospitality និងធ្វើថ្មីឡើងវិញនៃបង្គន់និងផ្តើម នៅពេលដ៏ខ្លីនេះ។
- សិស្សដែលបានទទួលរង្វាន់នៃការប្រកួតប្រជែងខាងវិទ្យាសាស្ត្រ អន្តរជាតិ មាន Credit, distinction និង high distinction ។ សិស្សរៀនខាងវិស្វកម្មបានចូលរួម

ប្រកួតប្រជែងខាងសង់ស្ពានហើយបានឈ្នះជាប់លេខ ៣។ ក្រុមសំដែងផ្នែក the Rock Eisteddfod បានឈ្នះ៨ រង្វាន់។សិស្សម្នាក់បានឈ្នះលេខ១នៃតំបន់ខាងpodcast។

- បច្ចេកទេស, កុំព្យូទ័រ laptops ជាទីបញ្ចប់បានមកដល់ដៃសិស្ស ថ្នាក់ទី៩ ហើយ។

*អង្គប្រជុំសង្ខេបនៅថ្ងៃទី ០៩ ខែវិច្ឆិកា, ២០០៩

* របាយការណ៍ របស់នាយកសាលា (Brendon O'Byrne)

- ប្រធានសិស្សយុវជន ឆ្នាំ២០០៩/២០១០
- ប្រធានសិស្សបុរស: Adrew Kouch -ប្រធានសិស្សនារី: Diana Nguyen -ប្រធានសិស្សបុរសរង: Billy Deng -ប្រធានសិស្ស នារីរង: Ranie Nguyen ។
- លទ្ធផលនៃ NAPLAN របស់ថ្នាក់ទី៧ និង ៩ បានឲ្យទៅសាលាហើយ។លទ្ធផលបានឲ្យដឹងថាសិស្សមានការចំរើនគ្រប់មុខវិជ្ជាទាំងអស់។ ហើយថ្នាក់ទី៩បានលទ្ធផលល្អខាងលេខ numeracy។
- បុគ្គលិក: មានគ្រូពីរនាក់ដែលត្រូវចូលនិវត្តន៍នៅចុងឆ្នាំនេះ-លោក Solomon និងលោក Vel ។គ្មានទីទាំងពីរនេះនឹងចាប់ផ្តើមបំពេញនៅដើមឆ្នាំ២០១០នេះ។
- ការជួសជុលបង្គន់មួយបានចាប់ផ្តើមហើយ។នៅខែឧសភាឆ្នាំ២០១០អគារមួយទៀតនឹងចាប់ផ្តើម។
- ទិវាថ្ងៃសន្តិភាព នឹងប្រព្រឹត្តឡើងនៅថ្ងៃសុក្រទី ៦ ខែវិច្ឆិកា។ សាលាយើងជាអ្នកទទួលភ្ញៀវហើយលោក John Pilger ជាអ្នកបានទទួលរង្វាន់សន្តិភាពនៅស៊ីដនីហើយប្រមុខនៃរដ្ឋ ញូសោធើវេលក៏នឹងអញ្ជើញមកចូលរួមដែរ។
- អវត្តមាននៃសិស្សគឺបានធ្វើឲ្យមានការចាប់អារម្មណ៍ចំពោះសិស្សថ្នាក់ធំៗ(ទី១១-១២)។សំបុត្រក៏បានធ្វើទៅជូនដល់ឪពុកម្តាយចំពោះសិស្សណាដែលឈប់ឲ្យបានដឹងក្រោយពីឈប់ ៣ថ្ងៃមក។ យុទ្ធនាការរបស់យើងយក មកប្រើគឺធ្វើការសំភាសជាមួយឪពុកម្តាយហើយនៅពេលថ្មីៗនេះគឺសិស្សត្រូវតែនៅខុបថ្នាក់។ បើសិនសិស្សឈប់ច្រើនៗឪពុកម្តាយអាចចង់ដឹងបាន ដូចការឈប់របស់កូនខ្លួនដោយទូរស័ព្ទទៅសាលា។

* របាយការណ៍ របស់ប្រធាន (Kathie Constantin)

- សូមសរសើរដល់ប្រធានសិស្ស និង ប្រធានសិស្សរងថ្មី។
- ទិវាថ្ងៃ Cooperation – ស្វាគមន៍ដល់ឪពុកម្តាយដែលបានមកចូលរួមនិងវគ្គមាន។ បើសិនជាពួកម៉ែអាចជួយដល់ម្ចាស់កូន ដោះស្រាយនិងយកលុយមកជួយដល់សំភារៈដែលយើងមិនអាចរកបាន។
- វគ្គមានសាលា- មុខនាទីរបស់អ្នកទំនាក់ទំនងសាលាបានណែនាំហើយពង្រីកនៃមុខនាទីដែរ។ សូមមេត្តាច្បងច្បាស់ពីការប្តូរទីកន្លែងនិងរៀបរាប់ឲ្យបានល្អិតល្អន់ទំនាក់ទំនង។ នេះជាករណីពិសេសក្នុងពេលមានអាសន្ន។
- កុំព្យូទ័រ- មានអាហារបន្តិចបន្តួចនៅពេលព្រឹកដល់ពួកម៉ែខ្លះនៅសប្តាហ៍មុននិងពួកម៉ែដែលបានចូលរួមមានការចាប់អារម្មណ៍អំពីសិក្ខាសាលានៃការប្រើកុំព្យូទ័រ។

ឯកសណ្ឋានកីឡា លោក J McElligott

- ឯកសណ្ឋានកីឡា- គឺមានដូរក្នុងរយៈពេល ១៩ឆ្នាំដោយរកបានអ្នកដែលផ្តល់របស់នេះមានតំលៃល្អ។ មានអ្នកគួរពីរនាក់ បានធ្វើឡើង។ របស់ថ្មី អាវថ្លៃ \$១៥; ខោខ្លីថ្លៃ \$១០។ គេបានរើសយកពណ៌ដូចបំពង់សិស្សនិងត្រួតត្រាមើលនិងការរៀបរាប់ឲ្យក្លាយនិងបោះពុម្ពផ្សាយក្នុង Cabramatters។

កុំព្យូទ័រ-Laptops D. McEwan

- ចំពោះកូនក្មេងដែលមានខ្ទង់សំរាប់ចុចពិសេសត្រូវការ USB សំរាប់ដោតចូល។

ការស្នើសុំពីពួកម៉ែទៅលើការឈប់របស់សិស្ស

- ការធ្វើ SMS ឲ្យធ្វើនៅដូចពីដើមៈ ផ្តល់ដោយសំភារៈឲ្យសិស្សលេងមុនចូលរៀន; ធ្វើសំបុត្រទៅផ្ទះក្រោយឈប់ពីថ្ងៃជាប់គ្នា; កាតព្វកិច្ចដែលសិស្សឈប់ធ្វើទៅផ្ទះជូនពួកម៉ែរៀងរាល់ថ្ងៃឬក៏ទាក់ទងទៅពេលឈប់ម្តងៗ; ទូរស័ព្ទទៅរកតាមទូរស័ព្ទផ្ទាល់ខ្លួន; ទូរស័ព្ទ/ធ្វើតាម SMS ។

Xin lưu ý

Người ngoài không được lái xe vào khuôn viên của trường trước và sau giờ học.

Ngoài trừ nhân viên của trường và xe giao hàng. Học sinh muốn mang xe vào trường phải có giấy phép.

注意

未经学校许可, 任何人不得在上午和下午驾车驶入学校. 学生驾车出入学校需事先得到学校的许可.

CAUTION!

When dropping students at, or picking them up from school, drivers are not to enter the school and should not use the “dead” ends of Aladore Ave. and Sussex St. for turning. Such practices pose a danger to students and obstruct the entrance to the school at busy times of the day. Students can be conveniently dropped at the Bolivia St. corner for a brief walk to the school gates.

ПАЖИЊА

АУТОМОБИЛИМА БЕЗ СПЕЦИЈАЛНЕ ДОЗВОЛЕ НИЈЕ ДОЗВОЉЕН УЛАЗ У ШКОЛУ УЈУТРО И ПОСЛЕ ПОДНЕ ШКОЛСКИМ ДАНИМА. Улаз је дозвољен само запосленом особљу и сервисним возилима. Ученици који Долазе аутомобилима морају такође да имају специјалну дозволу за улаз.

学校理事会

二零零九年九月九日会议记录摘要

情绪消沉 - Margaret King (福利主任)
和 Justine Palmer (学校心理辅导员)

- Margaret 向家长解释情绪消沉的徵状：忧愁，失去兴趣或乐趣，低能量，失眠或睡眠太多，自信心低落，集中力差，没胃口，有自杀念头，有罪恶感和焦虑慢动作。她解释不留意小问题就会引至稍後人生中的大问题。
- Justine：青春期引起的情绪消沉 – 不安情绪，悲伤，不快乐。这可能由於内在 (他们的因子) 或外在 (家庭情况或环境因素)，只有百分之三十的学生报告情绪消沉。Justine 鼓励家长意识他们孩子情绪消沉的徵兆和与他们讲及有关引起情绪消沉的任何问题。她忠告情绪消沉是可治疗的。

校长报告 - Beth Godwin

- 年终颁奖典礼：十月一日是十二年级的年终颁奖礼。十二月十日有两个颁奖礼：早上为第七，九

和十一年级的颁奖礼。下午为第八，十和 IEC 学生等接受颁奖。

- 学校建筑物项目。今年第四学期我们会见到有两座建筑物翻新。联邦政府已批准资助建造的家政室和提升卫生间装修於近期动工。
- 学生参加国际科学竞赛成功获得 – 良等，优等，最高优异等各奖状。工程系的学生参加建筑造桥得到第三名奖项。摇滚歌舞队演出夺得四个大奖。一位学生参加区域 Podcast 比赛得到总体第一名。
- 手提电脑终於抵达九年级学生手中。

二零零九年十一月四日会议记录摘要

校长报告 - Brendan O' Byrne

- 二零零九/二零一零年学生代表 – 男队长 – Andrew Kouch，女队长 – Diana Nguyen，男副队长 – Billy Deng，女副队长 – Ranie Nguyen。

- Naplan 成绩结果 – 第七与第九年级的成绩结果已交抵学校，其结果表示在各领域中都有取得成果。尤其九年级的数字成绩结果最为显著。
- Mr Solomon 和 Mr Vel 二位教师将於年终退休。此两空缺将有教师於二零一零年初填补。
- 卫生间的番新工程已开始。二零一零年五月开始建造新建筑物。
- 今年的和平日是二零零九年十一月六日星期五。学校将接待雪梨和平奖得主，John Pilger。届时纽省总督也会出席参加。
- 学校关注学生上课率，尤其是高年级学生。学生连续缺课三天，学校就会寄信告知家长。也会使用其它策略，包括家访，近日也有学生因缺课太多而要重读。家长可致电学校查询有关他们孩子的上课率。

主席报告 – Kathie Constantin

- 恭贺新队长和副队长。
- 合作日 – 欢迎家长出席参予。如家长能捐献食物售卖，售卖所获的款项将用以购买平常没获拨款

购置的物品。如您能帮助提供食物，请领取一张贴纸贴在食物上。

- 学生上课率 – 介绍学校社区联络员的扩展角色。请确保您的联络细节如有所改变请通知学校更改。这对紧急情况时由其重要。
- 手提电脑 – 上周与一些家长茶聚，出席的家长对手提电脑的讲习班很感兴趣。

运动校服 – J. Mc Elligott

- 运动校服 – 十九年来都没有更改过。现有很好的供应价格。展出两款设计。新的供应价格为十五元一件运动衫，十元一件短裤。选出有管状的设计。将向学生兜售和在校刊中刊登图样。

手提电脑 – D. Mc Ewan

- 有特别键盘供给有需要的孩子，只需将之插入手提电脑的 USB 孔内便可。

家长对学生缺课的提议

- 再提及寄短讯 SMS；提供设备予学生在课

前玩耍。如连续缺课两天就有字条寄到家中；每天都有上课记录纸寄予家长；每天电话通知缺课；致电或寄短讯。

Cabramatta High School Uniform Code

Students must be neatly and appropriately dressed at all times.
The uniform which students are required to wear is as follows:

YEARS 7 – 10

Girls Summer & Winter

White school shirt

Bottle-green A-line skirt to just above the knee or bottle-green slacks or shorts

Maroon school jumper and/or maroon school jacket

White socks and black lace-up leather shoes

Boys Summer & Winter

White school shirt

Mid-grey shorts or school trousers

Maroon school jumper and/or maroon school jacket

Grey socks and black lace-up shoes

Boys & Girls P.E./Sport

Maroon top with green V panel

Maroon sports shorts with green side stripes

Maroon tracksuit with green side stripes

White socks and sport shoes

Years 11–12

Girls Summer & Winter

Light grey straight or pleated skirt, grey slacks or shorts

Sky blue school shirt

Black leather shoes, low heel, enclosed

White socks or pantihose

Maroon school jumper and/or school jacket

P.E./Sport: same as Years 7–10

Boys Summer & Winter

Mid grey school trousers or shorts

Sky blue school shirt

Maroon school jumper and/or school jacket

Black leather shoes, enclosed, white or grey socks

P.E./Sport: same as Years 7–10

Note: No makeup or jewellery is to be worn to school

Shirts are to be tucked in

School uniform is to be worn during examinations and excursions
Uniform, including P.E./Sport uniform is available at the Uniform Shop located within
the school grounds

Fitness Club



All of the physical activities focus on improving physical strength, endurance, teamwork and self esteem.

It is amazing to see a high number of students from different ages and cultures, working together to get fit.

The Fitness Club is a program at Cabramatta High School that has been running for over five years. It is an excellent initiative to improve students' health through regular physical activity and healthy eating. It is run by three Sport teachers Ms Le, Ms Ngov and Mr Nguyen.

The Fitness Club is run throughout the year, two days a week. In summer, students participate in a range of physical activities for an hour before school, followed by eating a nutritious breakfast. In winter, students work out after school: sometimes at school, sometimes at the PCYC.

At the end of every year students who have participated well throughout the year are rewarded for their commitment to the Fitness Club with excursions and camps.

This year, our members will be going on a camp to Milson Island for three days to enjoy kayaking, high ropes, orienteering, etc..

The Fitness Club is open to all students in Cabramatta high School. It's never too late for students to join. Come and join us in 2010.

Cabra Matters!

2010 – TERM 1

	Week	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Sat / Sun
Jan	1	25	26 Australia Day	27 School Development Day	28 Years 7, 11 & 12 return	29 All students return	30/31
Feb	2	1	2	3	4	5	6/7
Feb	3	8	9	10	11	12	13/14
Feb	4	15	16	17 Swimming Carnival School Council (6.30-8.30pm) Lecture Theatre	18	19	20/21
Feb	5	22	23	24	25	26	27/28
Mar	6	1	2	3	4	5	6/7
Mar	7	8	9	10	11	12	13/14
Mar	8	15	16	17 School Council (6.30-8.30pm) Lecture Theatre	18	19 Cross Country	20/21
Mar	9	22	23	24	25	26	27/28
Mar / Apr	10	29	30 Yr 11&12 Parent Teacher night	31	1	2 Good Friday	3 / 4

School resumes Tuesday 20th April 2010