

## LA LIAISON

www.pl.centrenord.ab.ca

AVRIL 2013

#### **IMPORTANT**

#### FORMULAIRE D'INSCRIPTION POUR L'ANNÉE PROCHAINE

D'ici les prochaines semaines, vous recevrez le formulaire de renouvellement déjà rempli avec vos données ainsi que la feuille de coordonnées du transport pour l'année prochaine. Svp vérifier que toute l'information est correcte et remplir l'information demandée sur le formulaire, et nous le retourner le plus tôt possible. Ce faisant, vous confirmez l'inscription de votre enfant à l'école Père-Lacombe pour septembre 2013.

Il est exigé par le Ministère de l'éducation d'avoir un nouveau formulaire d'inscription complété pour chaque enfant à chaque nouvelle année scolaire.

Merci à l'avance de retourner le formulaire dans les plus brefs délais.

#### La maternelle pour septembre prochain

Avez-vous un enfant qui aura 5 ans au 1<sup>er</sup> mars 2014? Si oui, il est admissible pour la maternelle dès septembre 2013. Appelez l'école et on vous fournira un formulaire d'inscription.



## avril 2013

\$dim.	lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.
	1 Lundi de Pâques - congé	2 Retour à l'école	3	4	5 14h: liturgie de la Résurrec- tion; Portez un cha- peau pour 1\$; Jeûne jeunesse	6
7	8	9	10 19h15 - comité de parents	11	12 Dijeuner servi par le co- mité de parents Décloisonne- ment en pm	13
14	15	16 19h, Conseil d'école	17	18	19 Journée pédago- gique, pas d'école	20
21	22	23	24 Date limite pour re- mettre la commande de pizza à 11h	25	26 Diner pizza Décloisonne- ment en pm	27
28	29 Natation 2e	30 Natation 2e	1 mai Natation 2e	2 mai	3 mai Natation 2e	



#### Jeûne Jeunesse

Le vendredi 5 avril prochain, certains élèves de la 5e année auront l'occasion de participer à un Jeûne Jeunesse, une activité conçue par Développement et Paix. Ils se préparent présentement pour la soirée pendant les cours de religion avec des activités pour se sensibiliser au sujet de la justice sociale. La journée du Jeûne Jeunesse, ils boiront seulement du jus ou de l'eau et mangeront un petit bol de riz en soirée. Les élèves auront aussi le temps de réfléchir et de discuter, ainsi que de jouer en communauté chrétienne. Ils couchent à l'école et déjeunent le lendemain matin avec la classe.

Cette activité est une occasion pour se rassembler et pour réfléchir aux causes premières de la pauvreté et de l'injustice sociale. Le jeûne nous amènera à vivre notre foi et à prendre des décisions socialement responsables sur la façon dont on vit au quotidien.

Bravo à Mme Véronique Côté et à M. Dennis Ralston pour cette belle initiative!



Le Jeûne jeunesse entrepris par les élèves de Mme Véronique Côté et M. Dennis Ralston, est un prélèvement de fonds pour Développement et Paix.

Le vendredi 5 avril 2013, tous les élèves de l'école pourront « acheter » le droit de porter un chapeau à l'école toute la journée, au cout de 1\$. Les dons amassés iront vers les projets de Justice sociale de Développement et Paix.



#### Fabrication d'un parachute



Les élèves de 6e année ont utilisé la mezzanine de la bibliothèque pendant tout le mois de mars pour essayer leur parachute. Chaque jour, différents groupes d'élèves avaient la chance d'aller à la bibliothèque, sous la surveillance de Mme Soulard, pour tester leur modèle et faire des modifications afin de se préparer pour la grande finale: un lancer depuis le toit des classes portables qui aura lieu prochainement. Félicitations aux gagnants de la première phase: Beny et Rheanna.

Bonne chance à tous pour la finale!



Soyons de bons voisins

Si vous stationnez devant les maisons en face de l'école, on vous prie de respecter la propriété de nos voisins en ne laissant aucun déchets parterre devant leur cour. Votre vigilance sera appréciée!

«DI-JEUNER»: Le comité de parents organise un dijeuner à l'heure du diner le 12 avril prochain pour toute l'école. Pas besoin d'envoyer un diner pour votre enfant cette journée là. Si vous pouvez prêter main forte et aider avec le service, appeler l'école.

Rendez-vous de vos enfants

Si votre enfant a un rendez-vous, prière d'en informer le ou la titulaire de votre enfant par l'entremise de l'agenda, et de laisser un message au secrétariat quand vous serez prêts à venir le chercher et nous le préparerons pour vous.

La foire du livre

À l'occasion de la semaine de la francophonie, l'école Père-Lacombe a tenu une foire du livre en français.

Les élèves et les parents ont pu jeter un coup d'œil à une vaste sélection de livres.

Un grand merci à Pamela Wolters de la compagnie Usborne, qui s'est occupée de la vente! Nous en avons vendus encore plus que l'an passé, donnant un montant plus important à l'école pour des livres gratuits. Merci à Mme Vanessa Bilodeau pour la coordination de ce beau projet encore cette année!

#### MESSAGE DE LA DIRECTION



Le mois de mars a été bourré d'activités et de projets bien réussis

et nous en sommes très fiers. Un grand merci aussi aux enseignants et aux élèves d'avoir organisé et participé aux nombreuses activités au cours des Rendez-vous de la francophonie. En plus de la fête du Père-Lacombe, une pièce de l'Uni-Théâtre, un spectacle de Roger Dallaire et des activités dans les classes, l'école a participé à 2 levers du drapeau franco-albertain, et ont dégusté à 2 reprises de la bonne tire sur neige!

Pour une 2e année consécutive, nous avons assisté au lever du bleublanc-et-rose à la Cité francophone, initiative de l'ACFA, régionale d'Edmonton. Pour renforcer davantage notre appartenance à la francophonie albertaine, nous avons aussi assisté au lever de notre drapeau à la garnison d'Edmonton, initiative de Danielle Nobert du CRFM. Pour avoir bravé le froid, on nous a servi du chocolat chaud et de la tire sur neige! Tous nos élèves retiendront de beaux souvenirs de l'accueil que nous réservaient les représentants des partis politiques albertains ainsi que le maire, parmi d'autres invités distingués. C'est toujours important de s'afficher en tant que francophones et de célébrer notre identité et notre langue françaises.

Le mois d'avril s'annonce en douceur. Pour ce dernier trimestre, les élèves devront davantage mettre en pratique toutes leurs stratégies d'études et leurs meilleures habitudes de travail afin de réussir à leur plein potentiel. Comme toujours, vos enfants auront besoin de votre appui et de votre attention pour relever ce dernier défi, un travail à la fois, un devoir à la fois. Bon succès à tous et à toutes!

Adèle Amyotte

#### PRIÈRE

Notre Père, nous voulons chanter pour toi et te dire notre joie d'être les amis de Jésus: Lui qui est né parmi nous, il a souffert sa passion pour détruire nos péchés; il est ressuscité des morts pour nous donner la vie éternelle; il est près de toi où il nous prépare une place. Voilà pourquoi, avec tous les habitants de la terre et du ciel, nous te rendons grâce.



Paroisse Saint Joachim 9928-110e Rue, Edmonton 780 482-3233

Salon Lacombe à 16h suivi de la messe à 17h30 Confirmation 2013, les sessions auront lieu:

Le 16 mars 2013

Le 23 mars 2013

Le 6 avril 2013

Le 13 avril 2013

Le 20 avril 2013

Le 27 avril 2013

Le 4 mai 2013 : la retraite

Le 9 mai 2013 : la célébration à la Paroisse Saint Thomas D'Aquin à 19h.



#### **SOIRÉE DE RECONNAISSANCE : 4 juin 2013**

### Période de mise en candidature : 10 avril au 10 mai 2013\*

Chers parents,

Chaque année, le Conseil scolaire Centre-Nord organise une soirée pour honorer les élèves qui se sont distingués à l'extérieur du cadre scolaire (avec certaines exceptions) en leur remettant une médaille honorifique et une photo professionnelle. Cette année, la soirée aura lieu le mardi 4 juin 2013 à 19 h à l'Hôtel de Ville d'Edmonton.

Nous reconnaitrons les élèves qui ont remporté une 1<sup>re</sup>, 2<sup>e</sup> ou 3<sup>e</sup> place ou une distinction lors d'un évènement de grande envergure, provincial (ou d'une grande région), national ou international ou lorsqu'il s'agit d'une équipe scolaire dans une compétition à l'extérieur du Conseil.

Cette année, dès le 10 avril, le formulaire de candidatures, les catégories et les critères seront sur notre site Web <a href="www.centrenord.ab.ca">www.centrenord.ab.ca</a> et cliquez sur Soirée de reconnaissance (à droite) pour plus de détails.



Vous pouvez aussi communiquer avec Denise Lavallée, coordonnatrice des communications, à <u>dlavallee@centrenord.ab.ca</u> ou au 780 468-6440/1 800 248-6886.

\*Les candidatures pour des distinctions obtenues entre du 11 mai au 3 juin 2013 seront acceptées, mais les noms ne pourront pas figurer dans le programme officiel. Les distinctions obtenues entre ces dates peuvent aussi être soumises en 2014.











Bon de commande billets «S	burfer en français!	<b>&gt;&gt;</b>
----------------------------	---------------------	-----------------

Retourner ce coupon de commande au secrétariat de l'école de votre enfant pour acheter des billets.

Vos billets seront envoyés à la maison par l'entremise de vot	<b>±</b>
Nom de l'élève:	Classe:
Quantité: x 8 \$ le billet =	
Montant inclus:\$ Argent comptant seulement	(s.v.p., mettre dans une enveloppe)
Signature d'un parent :	



Tire sur la neige!

Les rendez-vous de la francophonie, ça se fête!

Pour clore la semaine nationale de la francophonie, Mme Isabelle et ses élèves de la 6e année ont fait venir Mme Geneviève Morin et son équipe pour nous servir de la bonne tire sur la neige! Les 6e ont facilité le déroulement en aidant aux élèves de chaque classe en succession à rouler leur bâton dans cette confection délicieuse. Pour ce qui est de la dégustation, aucune aide nécessaire! Que c'est bon! C'est un rendez-vous pour l'an prochain!

#### Des avocats en herbes à PL



Ce n'est pas tous les jours que l'on a une occasion pareille! Les élèves de 6e année auront la chance de participer à un procès en français au palais de justice le samedi, 13 avril prochain, et vous êtes tous INVITÉS! En effet, depuis quelques semaines déjà, Maitre Lefebvre, un avocat francophone dont l'épouse est une enseignante de notre conseil, vient rendre visite aux 6e régulièrement afin de préparer les avocats et les témoins pour leur cause dans un procès civil simulé. Le samedi, 13 avril, sera une journée portes-ouvertes au palais de justice d'Edmonton pendant laquelle vous pourrez visiter plusieurs kiosques intéressants et assister au procès que les élèves de 6e préparent depuis quelques semaines. Cette journée commémore le 30e anniversaire de la signature de la Charte canadienne des droits et libertés. Venez-vous joindre à nous et encourager les 6e qui défendront leur cause le samedi, 13 avril prochain, à 11h00 au palais de justice d'Edmonton (Law Courts Building - 1A Sir Wiston Churchill Square). vous pouvez voir les détails sur le site internet: http://www.cba.org/Alberta/LawDay/Edmonton/default.aspx





Bonjour,

Je m'appelle Mohamet Sall le nouvel intervenant du projet E.S.P.O.I.R, espoir comme synonyme d'engagement. Le projet E.S.P.O.I.R, c'est aussi des gestes que nous posons individuellement et collectivement pour sécuriser nos écoles, nos rues et notre quartier. Et voici ce que nous entendons par E.S.P.O.I.R

E comme : Engagement à assister l'enfant dans les périodes de transition, pays, Province, école

S comme : Savoir ou une meilleure façon de combiner éducation et instruction.

P comme : Présence Rester à l'écoute des besoins des enfants.

O comme : Occasion ou opportunité de se faire de nouveaux amis, de briser l'isolement, d'échanger avec les autres

I comme : Inclusion, faire parti d'un groupe, d'une école, d'un quartier, d'une communauté.

Résilience, Respect : nous devons propager et pratiquer des valeurs positives comme le respect, l'ouverture, la solidarité et l'empathie à la maison, à l'école à travers des activités éducatives et récréatives.

Je suis à l'école Père-Lacombe tous les mardis et jeudis et ma porte est ouverte à tous les élèves et leurs familles pour leur offrir du soutien en période de transition ou autres. N'hésitez pas à me contacter pour plus d'informations.

À bientôt!!

Mohamet Sall Intervenant projet E.S.P.O.I.R 780-474-9547 msall@centrenord.ab.ca





#### Prière pour le Pape

Dieu qui ordonnes toute chose avec sagesse, tu as fait de saint Pierre, chef des Apôtres, la pierre sur laquelle tu bâtis l'Église; Regarde avec bonté le pape François que tu as choisi pour lui succéder : Qu'il soit le rocher inébranlable capable de confirmer ton peuple dans la foi et de le garder dans une même communion.

Par Jésus Christ, ton Fils, notre Seigneur et notre Dieu, qui règne avec toi et le Saint-Esprit, maintenant et pour les siècles des siècles.

Amen.

Tiré du Missel romain,

Messes pour intentions et circonstances diverses, no 3,

« Pour le pape », © AELF, Paris. Tous droits réservés.

Photo : © Stefano Spaziani



#### La prématernelle « Les P'tits Amis »

Venez nous visiter avec votre enfant qui aura 3 ou 4 ans l'année prochaine!

Renseignements au 780-473-8853.

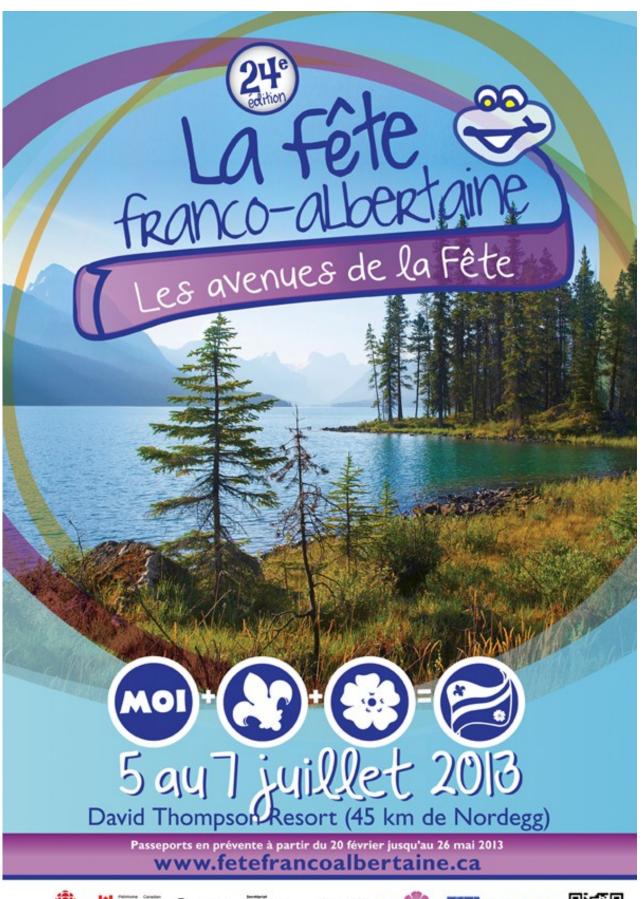




## OUVRIR LES PORTES AUX ENFANTS ET AUX FAMILLES

Voulez-vous que votre enfant en âge préscolaire ait une expérience préscolaire merveilleuse? ABC Head Start offre exactement cela; un programme préscolaire gratuit, de haute qualité, qui inclut l'appui de famille. Ce programme est offert pour les familles ayant un faible revenu et les classes ont lieu quatre demi-journées par semaine.

Le programme est offert à 13 écoles et inclut un emplacement francophone. Pour être éligible, votre enfant doit avoir 3 ans au 1<sup>er</sup> mars 2013. Le transport est inclus pour tous les enfants et notre programme offre aussi une collation à chaque jour. Pour vous inscrire, appelez-nous à 780 461-5353 ou visitez notre site web: www.abcheadstart.org

























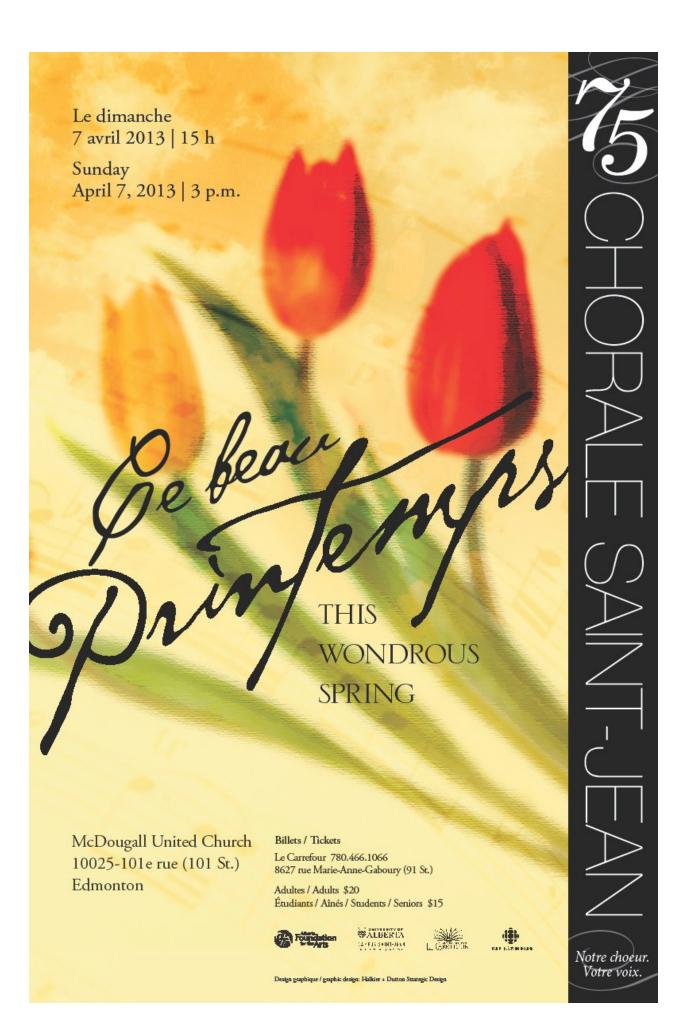












## GOLF PAR EXCELLENCE



Gagnez

10 000 \$ pour un trou d'un coup!



CETTE ANNÉE, L'AMBIANCE SERA À LA FÊTE, FAITES-EN PARTIE!

Où : TERRAIN DE GOLF EAGLEROCK

50549 Range Road - 234 6 km à l'est de Beaumont

QUAND: SAMEDI 15 JUIN 2013

Enregistrement à 7 h 30 Départ officiel à 8 h

Inscrivez-vous au <u>www.lafsfa.ca</u> ou par téléphone au 780.469.1367



prix de présence | activités & dégustations sur les trous | encan silencieux

# Camp Multi-Arts







Deux semaines de danse, théâtre, musique et arts visuels







#### Du 8 au 19 juillet 2013

Edmonton

Dans le quartier francophone



Pour les jeunes de la 1° à la 9° année des écoles francophones

Pour les jeunes de la 4e à la 9e année des écoles en immersion française\*\*\*

\*\*\* les élèves doivent pouvoir s'exprimer en français

Coût: 300 \$ pour deux semaines Pour information 780-462-0502 postes 1 et 2 Les inscriptions débuteront en avril!











#### PRIÈRE DANS LES ÉCOLES À L'INTENTION DU NOUVEAU PAPE

Bien que la prière qui suit ait été préparée particulièrement pour les écoles, elle peut être adaptée et utilisée par d'autres groupes ou d'autres personnes.

#### Message de la directrice ou du directeur:

L'Église toute entière se réjouit à la nouvelle de l'élection du pape François, notre nouveau Saint-Père.

Jusqu'à son élection, le pape François était le Cardinal Jorge Mario Bergoglio, S.J., et était archevêque de Buenos Aires, en Argentine. (*Ici, on pourrait ajouter quelques phrases sur sa vie et le présenter, lui, et son nouveau ministère*.) Aujourd'hui, nous nous unissons à l'Église universelle et nous prions à l'intention de notre nouveau pasteur afin que le Seigneur le soutienne et le protège au début de son ministère.

<u>Direct.</u>: Au nom du Père, du Fils et du Saint-Esprit.

Tous: Amen.

<u>Direct.</u>: Confiant en l'amour et en la miséricorde de Dieu, disons

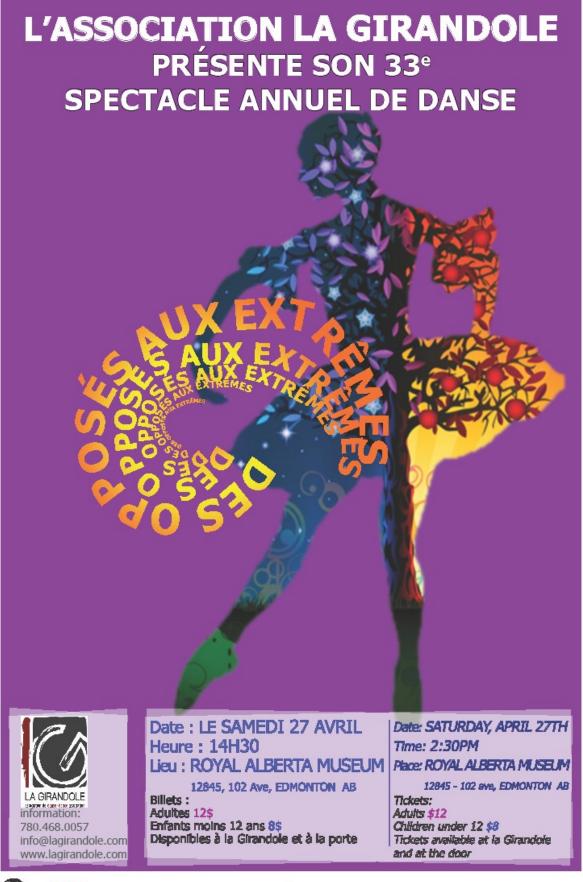
ensemble la prière que Jésus nous a enseignée:

Tous: Notre Père...

#### Direct.:

Dieu notre Père, tu ne cesses de rassembler, de l'orient à l'occident, un peuple appelé à t'offrir un vivant sacrifice de louange, un peuple choisi pour proclamer l'Évangile du Seigneur par le témoignage de sa vie.

Tu as choisi ton serviteur François pour succéder à l'apôtre Pierre comme pasteur de ton peuple. Soutiens-le, Seigneur, protège-le, afin que, par la parole et par l'exemple, il nous incite toutes et tous à nous engager plus profondément



















#### La santé des enfants

#### Planifier ses repas: Faire l'épicerie à l'aide d'une liste



Pour préparer une liste d'épicerie santé, essayez d'y inscrire des aliments des quatre groupes.

Faire l'épicerie de façon saine commence par de la planification.

Avant votre prochaine visite à l'épicerie, pensez à l'horaire de votre semaine et planifiez votre menu en conséquence.

Pour préparer une liste d'épicerie santé, essayez d'y inscrire des aliments des quatre groupes qui figurent dans Bien manger avec le Guide alimentaire canadien (légumes et fruits, produits céréaliers, lait et substituts, et viandes et substituts). Lorsque votre liste est terminée, essayez de prévoir votre visite à l'épicerie à un moment de la journée où vous ne ressentirez pas de fatigue ni de faim, et où vous aurez assez de temps pour lire l'étiquetage nutritionnel et jeter un coup d'œil au tableau de la valeur nutritionnelle.

La préparation d'une liste d'épicerie vous aidera à planifier vos repas familiaux, à acheter des aliments plus sains, à gagner du temps et à économiser de l'argent.

#### Bougez et faites du transport actif!

Le transport actif, c'est choisir la propulsion humaine plutôt que la propulsion par moteur pour se déplacer d'un endroit à un autre

En laissant la voiture à la

maison plus souvent et en optant pour la marche, le vélo, les patins à roues alignées, le ski ou les raquettes, nous pouvons améliorer notre santé tout en réduisant notre impact

sur l'environnement.

N'oubliez pas que chaque petite période d'activité compte!

Essayez de cumuler jusqu'à 60 minutes d'activité physique tous les jours.



Patin à roues alignées est un moyen amusant et sain de se rendre quelque part rapidement.

#### Éviter le sel : Choisir et préparer des aliments sains qui contiennent moins de sodium

Le sodium est un minéral que l'on retrouve dans tous les aliments, surtout dans le sel

Il est essentiel au fonctionnement de votre corps, mais la plupart des Canadiens consomment plus de sodium qu'il en est nécessaire. Voici quelques conseils pour vous aider à choisir et préparer de la nourriture qui contient une faible teneur en sodium.

- Mangez des aliments frais plus souvent, comme des fruits, des légumes, du poisson, de la viande et de la volaille. Ces aliments ont tendance à contenir naturellement moins de sodium.
- Utilisez des fines herbes, des épices, du jus de citron, de l'ail, de l'oignon et des

mélanges d'assaisonnement pour ajouter de la saveur aux aliments.

- Lisez l'étiquetage nutritionnel et cherchez les expressions « sans sodium »,
- « faible en sodium » ou « sans sel ajouté » lorsque vous achetez des aliments en conserve ou congelés. Le % de la valeur quotidien-

ne permet d'avoir un aperçu

rapide à savoir si un nutriment est présent en grande ou en petite quantité dans un aliment.

- 5% ou moins: une petite quantité du nutriment en question (dans le cas du sodium, choisissez ces aliments plus souvent)
- •15% ou plus: une grande quantité du nutriment en question.

Pour obtenir de plus ampies renseignements au sujet de ce qui précède ou de tout autre sujet qui touche la santé, consuiter le site www.albertaheaithservioes.ca

# Regarde, je grandis! Foire de dépistage

Le 10 avril 2013 de 10 h à 16 h

à La Cité francophone Salle Suzanne Lamy-Thibaudeau

Pour les enfants de 3 à 5 ans



Inscription obligatoire

Pour plus d'information, adjointe.iglf@fpfa.ab.ca ou 780 468-4882











#### COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Foire de dépistage avec le programme « Ages and Stages Questionnaire », un outil performant pour suivre le développement de l'enfant.

Edmonton, le 18 mars 2013 – L'Institut Guy-Lacombe de la famille organise, pour la première fois, une foire de dépistage en français à l'intention des parents d'enfant de 3 à 5 ans avec le programme « Ages and Stages Questionnaire» le mercredi 10 avril 2013 de 10 h à 16 h à La Cité francophone.

Le programme ASQ aide les parents à mieux connaître les étapes importantes du développement de leur enfant. Pour les couples interlinguistiques, les questionnaires sont disponibles en anglais, afin de permettre aux deux parents de participer dans les meilleures conditions possible.

Les questionnaires ASQ permettent d'évaluer les enfants tout au long de la petite enfance dans cinq domaines : capacités de communication, motricité globale, motricité fine, résolution de problème et aptitudes individuelles et sociales. À cette fin, des stations représentant chaque domaine seront mises en place et des professionnels seront présents à chaque station pour aider les parents à remplir le questionnaire.

Les observations seront faites directement par les parents, et les professionnels pourront répondre aux questions et aider lors de l'observation et de l'analyse du comportement de l'enfant.

Une fois rempli, le questionnaire sera ensuite analysé sur place par les professionnels, et les résultats obtenus permettront d'identifier les besoins de l'enfant et d'orienter la famille vers des services spécialisés si nécessaire. Cette démarche favorise ainsi l'intervention précoce dont la recherche démontre les bienfaits sur le développement de l'enfant.

Dans tous les cas, des activités appropriées selon l'âge de l'enfant sont proposées aux parents afin de favoriser la stimulation et l'apprentissage de l'enfant.

Pour participer à cette foire de dépistage, un rendez-vous est nécessaire : appelez l'Institut Guy-Lacombe de la famille au 780 468-4882 ou envoyez un courriel à <u>adjointe iglf@fpfa.ab.ca</u>. Édifice 161, Mons Avenue Lancaster Park, AB Tél: 780-973-4011, poste 6300

Télec.: 780-973-1401

Courriel: information@mfrcedmonton.com



Suivez-nous sur Facebook



Heures d'ouverture :

Du lundi au vendredi 8 h à 18 h

Fins de semaines et jours fériés : fermé

#### Coin militaire

Le Centre de ressources des familles militaires de la gamison d'Edmonton (CRFM) fournit, aux familles militaires, un appui, des programmes, des services et des ressources qui augmentent la force et l'énergie des familles militaires afin de répondre aux défis uniques du style de vie militaire. Pour une liste complète de nos programmes, visitez notre site web au www.forcedelafamille.ca/sites/Edmonton/FR.

#### PROGRAMMES DU DÉPARTEMENT DES SERVICES DE LANGUES

#### Soirée de film en famille (EN FRANÇAIS)

Joignez-vous à nous pour un film familial le deuxième vendredi du mois. La pizza et les rafraichissements seront servis.

Heure: 18 h à 20 h Cout : Gratuit

Dates: le 5 avril, le 3 mai

Inscription ; au plus tard, le mercredi de la même semaine

#### Souper Francophone (EN FRANÇAIS)

Joignez-nous au Souper Francophone le demier vendredi du mois. Ouvert aux communautés militaires et civiles.

Heure: 18 h à 20 h

Cout : cout de votre repas Lieu : restaurants varies dans la région d'Edmonton

Âge ; tous les âges

Dates à venir: 26 avril - The Crépene (111, 10220-103 rue, Edmonton)

31 mai - Chianti (13712-40 St. Edmonton)

Inscription : au plus tard, le mercredi de la même semaine

#### Services à l'emploi d'Accès emploi

Cherchez-vous un emploi? Voulez-vous mettre à jour votre curriculum vitae? Un conseiller en emploi d'Accès emploi sera disponible pour vous aider avec votre recherche d'emploi. Ouvert aux communautés

accès 🖀 emploi

militaires et civiles! Dates: le 10 avril, le 8 mai Heure: 9 h à midi

Inscription ; au plus tard, le lundi de la même semaine

#### Bout'choux en musique

Venez chanter, danser et jouer des instruments! Jacynthe Arsenault, B.Ed, offre un cours de musique pour enfant de 0-5 ans et leurs parents. Votre enfant apprendra des concepts musicaux d'âge approprié en se servant de son corps et de son imagination. Ce cours est actif, créatif, et surtout, amusant! \*NOTE : sera animé en français!

South ( Acombe 🐔

Dates : les lundis, du 8 avril au 18 juin (pas de programme le 20 mai)

Heure: 9 h 45 à 10 h 30

Inscription: Appelez au (780) 973-4011, poste 6300 - inscription toujours en cours

Ouvert au : Grand public

#### Café francophone

Joignez-vous à nous au Café francophone. L'occasion parfaite à rencontrer d'autres membres francophones de la communauté. Les enfants sont les bienvenus!

Heure: 13 h 30

Dates: Le 12 avril, le 10 mai

Cout : gratuit Lieu: CRFM

Inscription : aucune inscription requise

Ouvert aux : Familles et personnel de l'équipe de la défense

#### Formation en langues secondes

Ce programme aide les conjoint(e)s de militaires et au grand public à apprendre l'anglais dans un environnement structuré. Les tests de classement sont obligatoires pour les nouveaux étudiants (35 \$ pour les civils, les militaires ou les employés du MDN). \*\* Le cours coute 100 \$ pour les civils, les militaires et les employés du MDN. Le prochain cours commence à la mi-avril.

Inscription: Appelez au (780) 973-4011, poste 5081 pour plus d'information.

Ouvert au grand public aussi!

#### www.forcedelafamille.ca/sites/Edmonton/FR

#### « The lunch lady »

Svp prendre en note les coordonnées de la compagnie « The lunch lady » de qui vous pouvez commander des repas chauds chaque jeudi. Notez bien que la communication est entre vous et la compagnie. L'école ne peut pas faire des changements sur vos commandes. Alors gardez à la portée les coordonnées suivantes :

Site web: www.thelunchlady.ca Courriel: kim@thelunchlady.ca Téléphone: 780-458-3313 Télécopieur: 780-458-3441

#### HEURES DE BUREAU DU SECRÉTARIAT

8H15 À 15H45

**HEURES DES CLASSES** 

8H40 À 15H20

#### CHANGEMENT DE COORDONNÉES ?

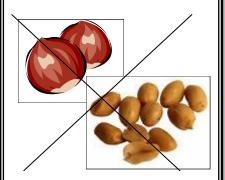
Assurez-vous d'avertir le secrétariat de l'école de tout changement de vos coordonnées.

École Père-Lacombe 10715-131 A ave Edmonton, AB T5E 0X4

Téléphone: 780-478-9389
Télécopie: 780-478-9210
Messagerie: pl@centrenord.ab.ca

Site: pl.centrenord.ab.ca

#### **Allergies**



À cause d'allergies graves à l'école, nous vous demandons d'éviter les noix, les arachides et les parfums à l'école. Merci de votre gentille collaboration!





### LALIAISON

April 2013

#### MESSAGE FROM THE PRINCIPAL

The month of March

was filled with special events and activities. A special thanks to the teachers and students who organized and participated in the special events for the "Semaine nationale de la francophonie". It's great to celebrate our living francophone heritage and

language together!

As we begin the last trimester of the school year, the students will need to apply all their strategies and good work habits to finish the school year to their fullest potential. As always they will need your support and attention to successfully meet the final

challenges one step at a time, one assignment at a time. Your help is very much appreciated!

Adèle Amyotte

#### **DEVELOPMENT AND PEACE**

To support the grade 5 day of fasting for Development & Peace on April 5, the students will be able to make a donation of minimum 1\$ In

exchange they will have the right to wear a hat in school all day. Thanks in advance for your support.





#### Kids' Health

## Get moving with active transportation!

Active transportation means choosing human power over motor power as a way to get from place to place.

By leaving the car at home more often and opting instead for walking, biking, rollerblading, skiing or snowshoeing, we can improve our personal health as well as reduce our impact on the environment.

Remember – every bit of activity counts! Try to work up to 60 minutes of physical activity every day.



Rollerblading is a fun and healthy way of getting somewhere quickly. Plus the whole family can join in!



To prepare a healthy grocery list, try to include on your list foods from all four food groups.

#### Before you shop, plan ahead

Grocery shopping the healthy way starts with planning ahead.

Before your next visit to the grocery store, try to think of how your week will look and plan your menu accordingly.

To prepare a healthy grocery list, try to include on your list foods from all four food groups from Eating Well with Canada's Food Guide (Vegetables and Fruit, Grain Products, Milk and Alternatives and Meat and Alternatives)

Once your list is ready to go, try to plan your next trip to the grocery store for a time of the day when you are not tired or hungry and have enough time to read labels and look at the nutrition facts table.

Preparing a grocery shopping list will help you and your family plan your meals, purchase healthier foods and save time and money.

#### Hold the salt: Choosing and preparing healthy foods with less sodium

Sodium is a mineral found in all foods, largely found in salt. It is needed for your body to function, but most Canadians eat more sodium than they need.

Here are some tips to help you choose and prepare foods that are lower in sodium.

- Enjoy fresh foods more often, such as fruits, vegetables, fish, meat, and poultry. These tend to be naturally lower in sodium.
- Use herbs, spices, lemon juice, garlic, onion, and saltfree seasoning mixes to add flavour to foods.
- . Read food labels and look

for the phrases, "sodiumfree", "low sodium", or "no added salt" when buying canned or frozen foods. The % Daily Value is a quick overview of how much or how little of a nutrient is in the food.

 Five per cent or less: a little bit of the nutrient (for



Use herbs and spices to season food, rather than salt.

sodium, choose these foods more often)

 15 per cent or greater: a lot of the nutrient.

For more information about the above, or any other health-related topic, please visit www.albertahealthservices.ca

#### SOIRÉE DE RECONNAISSANCE (AWARDS NIGHT) : June 4, 2013

Nomination period : April 10 to May 10, 2013\*

Dear parents/guardians,

Each year, our school board organizes an evening to honor students who have distinguished themselves outside their school (or with a school team) by presenting them with a medal and photo at a ceremony at Edmonton's City Hall. This year's event will be held on Tuesday, June 4, 2013. Chosen candidates will receive an invitation with details on this awards night.

We will honor students who attained 1st, 2nd or 3rd place or an award in a large-scale, provincial (or greater region), national or international event or with a school team in a competition that includes other school boards.



This year, the nomination form, categories and criteria will be posted by April 10 on our website at <a href="www.centrenord.ab.ca">www.centrenord.ab.ca</a> and available by clicking on *Soirée de reconnaissance* on our homepage.

You can also contact Denise Lavallée, Communications coordinator at Conseil scolaire Centre-Nord, for more information at <a href="mailto:dla-vallee@centrenord.ab.ca">dla-vallee@centrenord.ab.ca</a> or 780-468-6440/1-800-248-6886.

\* Nominations for awards obtained between May 11 and June 3, 2013 will be accepted, but the names will not appear in the official program. Nominations within those dates can also be submitted in 2014.

