L A L I A I S O N

JANVIER 2018

Le calendrier d'activités de PL

Cliquez ici pour voir le calendrier d'activités pour le mois de janvier.
Prendre note :
8, 9 et 12 février - pas d'école pour tous les élèves, journées pédagogiques.

Message de la direction

J'aimerais vous souhaiter une bonne année à tous. Que le Seigneur vous garde en bonne santé et vous apporte bonheur, paix et prospérité!

Je profite de l'occasion pour remercier tous ceux et celles qui nous appuient, nous donnent temps et énergie pour assurer le succès de nos projets de classes et d'école, particulièrement, nos parents membres du Conseil de parents ainsi que de la Société de parents. Un merci spécial à ceux qui ont travaillé à préparer le diner de Noël. Toutes les classes de l'école ont pu se réunir et partager un beau repas entre nous grâce au travail de ces généreux parents.

Félicitations à tous nos élèves pour leur magnifique performance aux concerts de Noël. Nous sommes fiers de vous! Nous apprécions que la majorité des élèves étaient présents pour la 2e représentation en soirée, malgré le fait que pour plusieurs, les parents étaient venus au concert d'après-midi. Cela a permis une aussi belle présentation en soirée qu'en après-midi.

Merci aussi à tous ceux qui ont contribué à la vente de pâtisserie. Cette dernière a amassé plus de 270 $ qui aide à payer le diner de Noël. Les contributions que vous faites ont non seulement des effets positifs sur nos projets, mais aussi des effets positifs sur les élèves. Vous êtes de bons modèles de citoyens bien engagés dans leur communauté, ce qui est le but ultime que nous tentons d'atteindre avec nos élèves. Nous faisons équipe et considérons votre rôle comme étant très important.

Nous remarquons que les collations et diners des enfants contiennent souvent beaucoup de sucre et de sel. Il faut savoir que ce type de nourriture a des effets négatifs sur le comportement et la capacité de concentration nécessaires à l'apprentissage. Merci de vous assurer d'envoyer des repas et des collations nutritifs. Cliquez ici pour des idées.

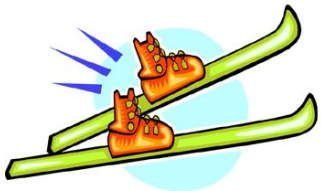
Au cours des prochaines semaines, nous allons aider nos élèves à développer leur appréciation de l'hiver, chose essentielle pour être un Canadien bien épanoui. En effet, nous ferons des sports hivernaux tels le ski, le curling et la glissade pour certains et la raquette pour d'autres. Cela fait partie du cours d'éducation physique et nous espérons que tous les élèves peuvent participer pleinement à ces occasions formidables de développer un amour de nos hivers rigoureux. Veuillez noter que nos élèves vont dehors à tous les jours, à moins que la température soit sous -23°C. L'importance de s'habiller selon les conditions est primordiale, car bien habillé, le froid n'est plus un obstacle à tout le plaisir de jouer dans la neige.

Passez un beau mois de janvier et gardez-vous bien au chaud !

Josée Lemire, directrice

Ski et planche à neige à Sunridge Ski Area

(10980-17 Rue, Edmonton, téléphone : 780-449-6555)



Les journées de ski sont les 26 janvier, 7 et 23 février 2018, pour les niveaux 1 à 6.

Les formulaires de participation ont été envoyés à la maison cette semaine. Prière de retourner le formulaire rempli et signé pour le 16 janvier.

Svp, assurez-vous de bien vêtir les enfants pour la température lors de ces excursions, car ils sont dehors la majeure partie de la journée.

Si votre enfant apporte son propre équipement, il vous faut le déposer à l'école car les autobus scolaires réguliers ne sont pas équipés pour transporter ce genre d'équipement de façon sécuritaire. Les autobus qui se rendent à la pente, cependant, peuvent prendre l'équipement.

Il faut apporter un bon diner et collations lors de ces journées ! Nous suggérons fortement de ne pas apporter d'argent lors de ces sorties.

Cliquez ici pour voir le formulaire pour l'excursion de ski.

Il serait préférable de faire les paiements avec "School Cash" en cliquant ici pour vous rendre au site web. Si vous n'avez pas créé votre compte, assurez-vous en le créant de mettre le nom **légal de votre enfant.** Le système a en mémoire les noms légaux seulement. La deuxième page après le formulaire de ski, vous y trouverez les instructions comment créer votre compte.

Concert de Noël

Merci à toutes les familles qui sont venues assister à notre beau concert. Autant en après-midi qu'en soirée, vous avez été un public extraordinaire. Quelles belles performances ! Merci à Mme Aline et Mme Marie-Claire pour le beau concert.
Nous avons filmé la représentation de l'après-midi. Vous pouvez la visionner pour utilisation personnelle. Veuillez garder ce lien privé svp.
Voici le lien du concert de Noël sur YouTube : appeler l'école pour avoir le lien

Enfant seul à la maison

Mon enfant peut-il rester seul à la maison ?

Avec le grand nombre de parents qui travaillent à temps plein, la réalité pour bien des enfants est qu'ils peuvent se retrouver dans une maison vide au retour de l'école, en attendant qu'un parent ou leur tuteur rentre du travail. On appelle souvent ces enfants les « enfants à clé ». Les enfants d'âge scolaire doivent être supervisés par un adulte responsable.

Il y a plusieurs éléments à considérer autour de cette question. Il faut savoir :

- Qu'en Alberta, le Gouvernement peut considérer qu'il y a négligence si un enfant de moins de 12 ans est laissé seul. Cela serait encore plus grave si ce dernier doit superviser un autre enfant plus jeune.

- Que si, par exemple, un voisin (ou autre personne) déposait une plainte auprès des Services sociaux parce que votre enfant est seul à la maison, une enquête serait faite pour s'assurer de la sécurité des enfants.

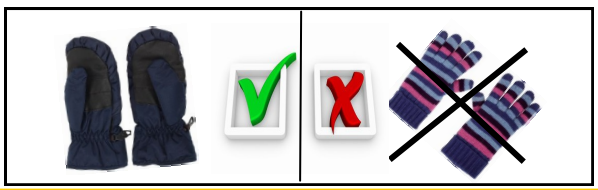
- Qu'un enfant laissé seul à la maison peut vivre beaucoup d'anxiété et développer des peurs ou de mauvaises habitudes s'il n'a pas la maturité nécessaire.

Être parent, c'est exigeant, mais c'est la tâche la plus importante que vous n'aurez jamais accomplie!

Récréation dehors

Avec les grands froids de l'hiver, il est primordial de s'assurer que votre enfant est habillé selon les conditions météorologiques. Plusieurs nous arrivent sans pantalon de neige, sans mitaines ou tuque.

Veuillez noter que tous les élèves présents à l'école vont dehors pour la récréation, sauf s'il y a une note du médecin ou une blessure. Puisque les enfants jouent dans la neige 4 fois au cours de la journée, les pantalons de neige, bottes, tuque, foulard et **mitaines imperméables** sont de mise. **Veuillez noter que les mitaines sont beaucoup plus chaudes que les gants.** Les gants ou mitaines de laines ou en polard deviennent mouillés dès le matin et sont donc inadéquats.



Coin Militaire

Vendredi Rouge

On porte du rouge le vendredi 19 janvier pour démontrer notre appui aux militaires canadiens.

Citoyenneté numérique

Les enfants ont accès à plein de matériel grâce à l'Internet. Cela a des implications pour tous les parents d'aujourd'hui. Pour avoir des conseils et informations importantes pour vous, chers parents, suivez le lien suivant :

http://habilomedias.ca/sites/mediasmarts/files/tutorials/art-etre-parent-ere-numerique/index.html

Liturgie de Noël

Les élèves de 6e année ont dirigé notre célébration liturgique de Noël. Nous avions un « vrai » bébé Jésus et une crèche vivante. Quelle belle façon de souligner ce magnifique temps de l'année !

Merci à la Société de parents et ses bénévoles !

Le beau diner de Noël du 22 décembre dernier, servi par nos parents bénévoles, était tout à fait délicieux !

Un gros merci à la Société de parents de nous offrir cette belle occasion grâce aux fonds amassés par les levées de fond.

Ce repas donne une ambiance de fête, terminant l'année en douceur avant le congé de Noël. Bravo aux parents pour votre bel esprit de collaboration et d'organisation ! Votre générosité représente le véritable esprit de Noël !

Transport

Soyez prévoyants...

informez nous d'un changement!

- Pour tout changement d'adresse, maison ou garderie, ou numéro de téléphone, remplissez le formulaire de changement que vous trouverez au www.centrenord.ab.ca/Programmes et services/Transport/Formulaires ou contactez immédiatement l'école qui avisera le service de transport ensuite.
- Prévoyez au-moins 3 semaines pour tout changement. Un arrêt temporaire pourrait vous être assigné dans un délai d'une semaine en attendant qu'un nouvel arrêt, satisfaisant les critères établis par le conseil scolaire, vous soit assigné.
- Si votre enfant doit prendre un autobus différent à cause d'une urgence, communiquez directement avec le service de transport au 780-468-6440, pour obtenir la permission d'utiliser un autobus ou arrêt différent.
- Vos numéros de téléphone sont la façon avec laquelle nous vous communiquons les retards et annulations d'autobus. Il est très important de les tenir à jour. Remplissez le formulaire de changement en y notant les nouveaux numéros ainsi que le nom de la personne auxquels ils se rapportent. Spécifiez également si c'est pour la maison ou cellulaire ou autres.

Transport scolaire en hiver...

Que faire en cas de retard ou annulation?

- Vérifier sur notre site web au www.centrenord.ab.ca dans le menu « Programmes et services/Transport/Retard et annulation » ou connectez-vous sur notre compte Twitter, @CSCNTransport, pour voir si un retard ou annulation est annoncé.
- Si vous n'avez pas reçu d'avis de retard, et que l'autobus n'est toujours pas arrivé 10 minutes après l'heure prévue, appelez la compagnie de transport en mentionnant votre numéro d'autobus et votre arrêt.
- Si l'autobus est annulé pour la journée et que vous décidez de conduire votre enfant à l'école, vous serez responsable de son transport à la fin de la journée.
- Soyez prêt, ayez un plan B pour les imprévus. Lors de grand froid, vous demeurez responsable de vous assurer que votre enfant est habillé adéquatement et qu'il reste en sécurité jusqu'à ce que l'autobus arrive et après qu'il en descende en après-midi.

1500 cartes MERCI !

Nos élèves ont réussi à accumuler plus de 1500 cartes Merci avant Noël. Ils se sont donc mérités un après-midi de privilège avec du Zumba et un film de Noël.
Merci à Mme Castro pour les leçons de Zumba !

Café causerie

26 janvier à 9h

Une fois par mois, le matin est consacré à vous ! Vous êtes cordialement invité à venir prendre un café à l'école, pour prendre le temps de discuter de tout sujet concernant notre école le vendredi 26 janvier. Que ce soit pour faire connaitre votre opinion, recevoir des détails ou partager des idées.

À bientôt, Mme Lemire

Littératie et petite enfance

Voici un petit cadeau en début d'année pour tous ceux qui ont des jeunes enfants. Le gouvernement de l'Alberta a mis à la disposition des parents et de la communauté préscolaire une trousse qui se nomme Communi-clés.

C'est une ressource qui explique le développement de la langue chez l'enfant de 0 à 5 ans, propose des activités pour développer le langage ainsi que plusieurs autres pistes ludiques. C'est un site à partager avec tous vos amis. Les parents anglophones peuvent également y avoir accès en sélectionnant l'onglet « Talk Box », à gauche, qui est l'équivalent anglais de la trousse.

PRIÈRE DU NOUVEL AN

Seigneur Dieu, en ce début d'une nouvelle année,
nous voulons être prêts et éveillés pour mieux t'accueillir :
ouvre nos cœurs à ta Parole,
fais-nous voir ton amour pour nous,
que ton Esprit nous aide à garder ta Parole.

Apprends-nous à développer les talents que tu nous donnes,
à servir et aider nos parents,
nos amis, nos frères et sœurs,
à penser aux autres,
à prier comme Jésus nous l'a appris,
à être des rayons de soleil et de joie.
Seigneur, remplis nos cœurs de ton Esprit d'amour.

Merci, Seigneur, pour cette nouvelle année.
À nouveau, tu nous donnes d'aimer,
de rendre service.
Accorde à tous ceux que nous aimons
paix, santé et bonheur.

Danse de la Saint-Valentin
Vendredi 16 février 2018

Danse de la Saint-Valentin

Alors que le temps froid de l'hiver s'installe sur nous, prenez un moment et réchauffez vos coeurs avec des pensées de notre prochaine danse de la Saint-Valentin. Nous aurons des activités, des rafraîchissements et de la musique. Plus de détails seront envoyés en février.

Une soirée familiale offerte gratuitement par la société des parents.

Nous cherchons des bénévoles pour cette soirée du vendredi 16 février 2018. Si vous êtes disponible, veuillez communiquer avec Nicole par courriel à : sdpperelacombe@gmail.com

Bye bye 2017 !

Bonne et heureuse année !

Journée chic et danse pour les élèves de **maternelle à 2e années**

Le jeudi 11 janvier 2018, les élèves ont profité de la danse pendant la récréation du diner au gymnase.

Bye bye 2017!

Journée chic et danse pour les élèves de **3e à 6e années**

Le vendredi 12 janvier 2018
Danse pendant la récréation du diner au gymnase

À l’approche des Jeux olympiques, Radio-Canada est à la recherche de futurs champions!

Vous avez dans votre entourage un jeune sportif de 17 ans ou moins qui vous rend fier? Inscrivez-le au concours **Futurs champions** de Radio-Canada, il pourrait se mériter une bourse de 500 $ pour poursuivre la pratique de son sport !

Du 8 au 21 janvier, vous pouvez soumettre un futur champion sur la page concours correspondante à la région du jeune sportif sur Radio-Canada.ca/**futurschampions.**

Pas besoin d’être le meilleur, on encourage la persévérance, l’esprit d’équipe et le dépassement de soi!

Bonne chance aux jeunes participants de l'Alberta!

Des enfants en santé

Janvier 2018 Bulletin pour les parents

Articles

Promouvoir une bonne santé mentale grâce à la nutrition

La vérité sur le dentifrice

Promouvoir une bonne santé mentale grâce à la nutrition

Saviez-vous qu'il pourrait y avoir un lien entre ce que les enfants mangent et leur santé mentale? Les enfants ont besoin d'aliments nutritifs pour grandir dans un corps et un esprit sains. Le cerveau utilise des substances chimiques naturelles appelées neurotransmetteurs comme signaux, ce qui a une incidence sur la façon dont on pense, on se sent et on agit. La nourriture que les enfants mangent peut avoir un impact sur la libération des neurotransmetteurs dans le cerveau. Pour favoriser une bonne santé mentale, encouragez votre enfant à manger des légumes et des fruits tous les jours et à limiter leur consommation d'aliments transformés qui ont une teneur élevée en sucre, sel et matières grasses. Offrez-lui de l'eau quand il a soif et réduisez le nombre de boissons contenant du sucre ajouté ou de la caféine. Vous pouvez facilement aider votre enfant à manger sainement :

- Encouragez votre enfant à manger un déjeuner et un dîner tous les jours ainsi qu'à ne pas sauter de repas : mangez régulièrement pour avoir de l'énergie toute la journée!
- Mangez ensemble : cela vous permet de servir des aliments nutritifs, de donner l'exemple pour l'alimentation saine et de passer du bon temps en famille.
- À l'heure des repas, préparez un plat santé en remplissant de légumes et de fruits la moitié de votre assiette.

Pour d'autres idées, consultez http://www.albertahealthservices.ca/nutrition/Page12598.aspx **(en anglais)**

Pour obtenir une version électronique de ce bulletin, consultez www.ahs.ca/cs

Les bactéries sont de plus en plus résistantes aux médicaments avec lesquels nous traitons la maladie (antibiotiques). La vaccination réduit l'impact de ce problème en empêchant les gens d'être infectés par les microbes qui résistent aux médicaments. La vaccination signifie aussi que nous n'avons pas recours aussi souvent aux antibiotiques. Pour obtenir de plus amples renseignements, consultez le site suivant (en anglais) :

http://www.who.int/bulletin/volumes/86/2/07-040089/en/

Des enfants en santé

Janvier 2018 Bulletin pour les parents

La vérité sur le dentifrice

Cela est peut-être difficile à croire, mais le dentifrice ne vous nettoie pas vraiment less dents! C'est le mouvement de la brosse à dents qui enlève de nos dents le film collant nommé « plaque ». Comme lorsque l'on essaie de nettoyer du beurre d'arachide sur une cuillère, peu importe la quantité d'eau ou de savon utilisée, seul le mouvement de brossage permet de réussir à enlever la matière collante. Essayez pour voir! Utilisez une brosse à dents sèche pour vous nettoyer les dents, puis passez-y la langue. Sentez-vous que vos dents sont lisses même si vous n'avez pas utilisé de dentifrice?

Alors, pourquoi utilisons-nous du dentifrice? Commençons par la raison la plus importante.

Fluorure

L'élément le plus important que l'on ajoute au dentifrice est le fluorure. Celui-ci renforce les dents et répare les dommages occasionnés par les acides qui causent la carie dentaire. Se brosser les dents avec du dentifrice au fluor deux fois par jour est un moyen efficace et abordable de prévenir les caries.

Rafraîchit l'haleine

Les dentifrices contiennent souvent de la menthe ou une autre saveur. Cela leur donne bon goût et contribue à rafraîchir l'haleine.

Satisfait aux besoins particuliers

Les dentifrices spécialisés contiennent des ingrédients particuliers qui permettent de satisfaire à certains besoins comme ceux des personnes ayant des dents sensibles.

Donc, même si le dentifrice ne vous nettoie pas les dents, il est important parce qu'il garde vos dents en santé et prévient la carie.

Pour obtenir de plus amples renseignements sur la santé buccodentaire, consultez www.ahs.ca/oralhealth **(en anglais).**

Ski en famille

SNOW VALLEY SKI CLUB, EDMONTON

9H À 17H LE SAMEDI 27 JANVIER 2018

PRIX PAR PERSONNE

$26.25 - sans location d'équipement

$52.50 - avec location d'équipement

$9.25 - leçon de 60 minutes (6ans et plus)

POUR S'INSCRIRE

***DATE LIMITE : Vendredi 19 janvier à 18h**

communication@iglf.ca

780.468.4882

http://institutguylacombe.ca/index.php/evenements-iglf/ski-en-famille/

CHANGEMENT DE COORDONNÉES ?

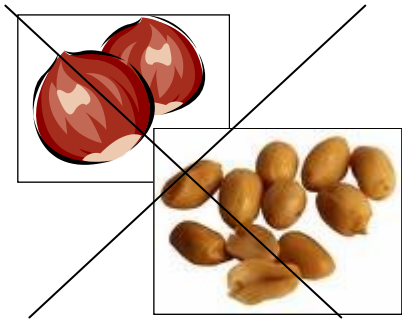
ASSUREZ-VOUS D'AVERTIR LE SECRÉTARIAT DE L'ÉCOLE DE TOUT CHANGEMENT À VOS COORDONNÉES.

HEURES DE BUREAU DU SECRÉTARIAT : 8H15 À 16H15

HEURES DES CLASSES :

8H40 À 15H25

Allergies



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

KARATÉ POUR LES ENFANTS

À L'ÉCOLE PÈRE-LACOMBE
HEURE : DE 15H30 À 16H45
Pour plus de renseignements,
contactez André Beauregard :
780-440-4774
Courriel: sensei.andre@shaw.ca

Des collation et des diners santé favorisent un bon apprentissage !

Assurez-vous que votre enfant apporte assez de nourriture pour toute la journée. Les collations et diners doivent être sains et nutritifs. Visitez : http://www.mamanpourlavie.com/alimentation/repas--lunchs-et-collations/4195-20-idees-de-collations.thtml pour des idées !

École Père-Lacombe
10715-131 A ave NO
Edmonton, AB T5E 0X4
Téléphone : 780-478-9389
Télécopie : 780-478-9210
Messagerie : pl@centrenord.ab.ca
Site Web : pl.centrenord.ab.ca

LA LIAISON

January 2018

PRINCIPAL'S MESSAGE

Dear families,
I take this opportunity to wish you all a very Happy New Year! May the Lord bless you with happiness, health and prosperity!

I would like to extend a special thank you to all parents who generously give their time and energy to ensure the success of various projects for the school. Particularly, I would like to thank those of you who invest themselves in our Parent Society and Parent Council. A special thank you to those who helped prepare and serve the Christmas lunch on December 22nd. It was a great opportunity for each class to gather and share in this special time of year. All costs for this special meal are covered by the Parent Society, with the money raised during fundraising events such as the bake sale.

Thank you for your contributions to the bake sale, it raised over $270. Whether for a particular class project, or organizing special activities at school, your contributions have positive and lasting effects on the success of the children as well as the school's activities. You are excellent role models for the children. It's wonderful to be able to count on your continued support and active participation. Let us continue this wonderful tradition of support for the benefit of our students here at Père-Lacombe.

We are noticing that the student's snacks and lunches often contain a lot of sugar and salt. One must remember that this type of food has negative effects on student behavior as well as concentration, impeding learning. Thank you for ensuring that snacks and lunches are healthy and nutritious. Click here for ideas.

In the next few weeks, we will be developing our appreciation for winter, an essential part of being a true Canadian. We will be experiencing different winter sports, like skiing, curling as well as sledding for some and snowshoeing for others. These activities are part of the physical education program and we hope all students can fully participate, so they can develop their love of our rigorous winters. Students go outside daily at school unless the temperature is below -23°C. It is very important to ensure children are dressed for the weather conditions at all times. When properly dressed, there is nothing impeding the fun to be had.

Have a good month of January and keep warm!

Josée Lemire, principal

Please take note of the following dates:

February 8th , 9th and 12th, no school, teachers' convention

Can my child stay home alone?

This is a question that many parents are asking.

With the large number of parents working full-time, the reality for many children is that they can end up in an empty house when they return from school, waiting for a parent or guardian to return from work. These children are often referred to as "latchkey children". Children of school age must be supervised by a responsible adult.

There are several things to consider about this issue. You should know:

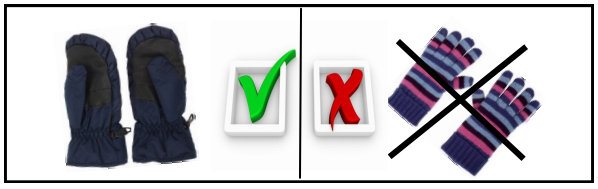
- That in Alberta, the Government may consider negligence if a child under the age of 12 is left alone. This would be even more serious if he had to supervise another younger child.

- If, for example, a neighbor (or other person) files a complaint with Social Services because your child is home alone, an investigation would be conducted to ensure the safety of the children.

- That a child left alone at home can live a lot of anxiety and develop fears or bad habits if he does not have the necessary maturity. Being a parent is demanding, but it is the most important task you will ever accomplish!

Winter outdoor recess

Many children come to school without snowpants, hat or mittens.
Please note that all students go outside for recess, unless there is a doctor's note or that temperatures drop below –23°C. It is therefore essential that your child is always dressed according to weather conditions. As children play in the snow 4 times during the day, snow boots, hat, pants, scarf and waterproof mittens are needed. Wool or fleece mittens or gloves become wet in the morning and are inadequate for the rest of the day. Please note that mittens are much warmer than gloves.



PRAYER

Dear Lord, as a new year begins,
grant that we welcome you with open arms and warm hearts:
Open our hearts to your message of love,
Guide us through your spirit
Teach us to develop the talents you gave us
Help us serve our parents, our brothers and sisters
to always think of others,
to pray as Jesus taught us to
to be a source of joy.
Lord, fill our hearts with your love.

Thank you Lord for this New Year
Bless all our loved ones with peace, health and happiness.

Healthy Children

January 2018 Parent Newsletter

Articles

Promote Positive Mental Health with Nutrition

The Toothpaste Truth

Bacteria are becoming more resistant to the drugs we treat the disease with (antibiotics). Vaccination decreases the impact of this by preventing people from becoming infected with those resistant germs. Vaccination also means we don't have to treat people as often with antibiotics. For more information visit

http://www.who.int/bulletin/volumes/86/2/07-040089/en/

Promote Positive Mental Health with Nutrition

Did you know there may be a link between what children eat and their mental health? Children need nutritious food to grow healthy bodies and healthy brains. Your brain uses natural chemicals called neurotransmitters as signals, affecting how you think, feel and act. The foods children eat can impact the release of neurotransmitters in the brain. To support positive mental health encourage your child to eat vegetables and fruit every day, and limit processed foods that are high in sugar, salt and fat. Offer water when they are thirsty and limit drinks with added sugar and caffeine. There are simple ways you can help your child eat a healthy diet:

- Encourage your child to eat breakfast and lunch every day and not skip meals: eat regularly for all-day energy!
- Eat meals together: this allows you to serve nutritious food, role model healthy eating and enjoy social time as a family.
- At meal times plan a healthy plate by making half of your plate vegetables and fruit.

For more ideas visit http://www.albertahealthservices.ca/nutrition/Page12598.aspx

To find an electronic copy of this newsletter visit www.ahs.ca/csh

Healthy Children

January 2018 Parent Newsletter

The Toothpaste Truth

It may be difficult to believe, but toothpaste doesn't actually clean your teeth! It's the motion of the toothbrush that removes the sticky film on our teeth, called 'plaque'. Similar to cleaning peanut butter off a spoon, no matter how much water or soap you use, only a brushing motion will successfully remove that sticky peanut butter. Test it out yourself! Use a dry toothbrush to clean your teeth and then use your tongue to feel your teeth. Were you able to make your teeth feel smooth without using toothpaste?

So why do we use toothpaste? Let's start with the most important reason.

Fluoride

The most essential component added to toothpaste is fluoride. Fluoride strengthens teeth and repairs damage caused by tooth decay acids. Brushing with fluoride toothpaste twice a day is an effective and low cost way to prevent tooth decay.

Freshens breath

Toothpaste contains mint or often some other flavoring. This flavoring makes toothpaste taste good and also helps to freshen your breath.

Addresses Special Needs

Specialty toothpastes contain specific ingredients to address needs like sensitive teeth.

So although toothpaste may not clean your teeth, it is important because it will keep your teeth strong and decay free.

For more information about oral health, visit www.ahs.ca/oralhealth