

Le Trait d'union

Mot des responsables

Bonjour chers parents,

Et voilà la dernière semaine qui se pointe déjà! N'oubliez pas le souper-spectacle de fin de camp qui aura lieu le jeudi 11 août. Le souper aura lieu de 16h30 à 18h00, et sera suivi du spectacle de 18h00 jusqu'à 19h30. De plus, les formulaires d'évaluation du camp seront de nouveau disponibles à la table des présences. Nous vous remercions de vos précieux commentaires.

Au plaisir de vous voir au souper-spectacle,

Flash, Aqua, Oupelaille, Stitch et Smoothie
L'équipe des responsables 2011

Pour nous rejoindre : 418 872-9836 poste 5189.

Thématique : Notre belle compagnie

De nombreuses péripéties vous attendent pour cette dernière semaine au bureau. Qu'advient-il de M. Lavoie et de ses acolytes ? de belles surprises vous attendent...



Surveillance animée

Cette année, la surveillance animée débutera à 7 h et se terminera à 18 h. Pour les retardataires, une amende de 10 \$ par 15 minutes entamées sera imposée, et ce, sans premier avis. Nous vous demandons donc d'être à l'heure. Présentez-vous avec votre enfant à la table des présences le matin pour signaler son arrivée et le soir pour signaler son départ.

* Seules les personnes inscrites sur la fiche d'inscription pourront quitter avec l'enfant. *Aucun enfant ne sera autorisé à quitter seul le camp à moins que le coupon d'autorisation (disponible à la table des présences) ne soit rempli et signé.*



0-5-30 : pour des jeunes actifs et en santé !

L'activité physique et une saine alimentation sont primordiales afin de garder la forme et prévenir de nombreuses maladies. Cet été encore, le programme 0-5-30 sera présent sur notre parc et proposera aux enfants diverses activités entourant la santé.

Périodes de baignade à l'Aquagym de L'Ancienne-Lorette (piscine intérieure)

Année scolaire	Lundi 8 août	Mardi 9 août	Mercredi 10 août	Judi 11 août	Vendredi 12 août
Maternelles	_____	_____	13 h à 14 h 15	_____	10 h 45 à 12 h 00
1 ^{ère} -2 ^{ème} année	13 h à 14 h 15	_____	14 h 15 à 15 h	_____	14 h 15 à 15 h
3 ^{ème} -4 ^{ème} année	14 h 15 à 15 h	_____	10 h 45 à 12 h 00	_____	13 h à 14 h 15
5 ^{ème} -6 ^{ème} année	10 h 45 à 12 h 00	_____	13 h à 14 h 15	_____	14 h 15 à 15 h

Les sorties

Maternelle

9 août : Cinéma Cinéplex Odéon (départ à 12 h 15)

3^e - 4^e année

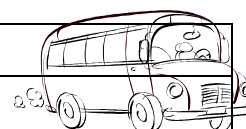
9 août : Plage Fortier (départ à 9 h 15)

1^{er} - 2^e année

9 août : Cinéma Cinéplex Odéon (départ à 12 h 15)

5^e - 6^e année

9 août : Plage Fortier (départ à 9 h 15)



Petites informations utiles

Le sac à dos parfait selon Vacances-Été :

- Un chapeau ou une casquette
- Un manteau de pluie
- Un sac de plastique pour le maillot et la serviette humides;
- Des vêtements de rechange (surtout pour nos petits amis);
- Des espadrilles

N'oubliez pas d'identifier les objets de votre enfant.

Nous déconseillons les sandales car elles offrent peu de support lors des jeux plus actifs.

Assurez-vous que la boîte à lunch est séparée du sac à dos. Ainsi, nous n'avons pas à traîner les lourds sacs à dos.

Il est à noter que les objets perdus seront suspendus à la corde à linge.

Veuillez noter que l'argent ainsi que les jeux provenant de la maison

ne sont pas autorisés au parc, ni en sortie !!!

- Un maillot de bain et une serviette
- Deux collations
- Un dîner (repas froid)
- **DE LA CRÈME SOLAIRE**
- Une bouteille d'eau

ATTENTION AUX ALLERGIES
S.V.P., ne pas donner à votre enfant des aliments contenant des traces d'arachides.

Centre de santé et de services sociaux de la Vieille-Capitale

Centre affilié universitaire

Taboulé aux fruits

Pour 4 portion

- | | |
|---------|---|
| 1 tasse | Semoule à couscous |
| 1 tasse | Eau |
| 3 à 4 | Fruits aux choix (fraises, kiwis, orange) |
| ¼ tasse | Raisins secs |
| 1 noix | Beurre |
| Au goût | Pignons |
| Au goût | Menthe |

Faire bouillir l'eau.

Verser sur le couscous et laisser gonfler 5 minutes.

Ajouter une noix de beurre et égrener le couscous à la fourchette.

Ajouter tous les fruits coupés en petits morceaux et les raisins secs.

Remuer et ajouter des pignons dorés à la poêle et de la menthe ciselée. Servir frais



0.5.30
COMBINAISON PRÉVENTION

