



MÉMO AUX PARENTS

Le 11 Septembre, 2015

Do not hesitate to contact the office if you need help understanding this Memo.

DATES IMPORTANTES

- 14 Sept.-30 Sept. Entraînement journalier Course Terry Fox *Apporter vêtements et souliers appropriés*
- 22 Sept. Rencontre Parents/Enseignantes @18h *Garderie assurée et gratuite*
- 24 Sept. Célébration du drapeau franco-colombien
- 25 Sept. Journée professionnelle --> pas d'école pour les élèves
- 30 Sept. Course officielle des écoles Terry Fox
- 02 Oct. Photos individuelles
- 07 Oct. Club de course pour 2è, 3è et 4è années, tous les mercredis @12h00
- 09 Oct. Vendredi rouge --> école fermée
- 12 Oct. Congé férié --> école fermée

LA RENTRÉE SCOLAIRE 2015-2016

Cette fameuse rentrée tant attendue est finalement arrivée !!!

Des enfants reposés et souriants sont arrivés à l'école et étaient heureux de revoir leurs amis.

On pouvait voir la joie sur leur visages mais aussi un peu d'appréhension : comment sera la nouvelle enseignante ? Est-ce que mes amis seront là ?

Inquiétudes qui sont tout à fait normales en début d'année mais qui ont tendance à s'estomper au fil des jours.

En plus de la routine scolaire, d'autres routines prennent place, telles les activités en soirée, les devoirs à faire, l'ajustement de l'heure du coucher...

Tous ces ajustements prennent du temps et en tant que parents, nous nous devons d'être patients envers nos enfants et leur rythme d'adaptation en ce mois de septembre.

L'équipe est heureuse d'être de retour au travail et vous remercie chaleureusement de votre appui et d'avoir contribué à une rentrée en douceur pour nos élèves.

HORAIRES DE LA JOURNÉE

8h30	Surveillance du matin dans la cour externe
8h45	Début des classes
10h00	Récréation (15 minutes)
12h00	Midi (45 minutes)
14h53	Fin des classes

DIRECTION

Mme Jocelyne Fortin, Directrice (jocelyne_fortin@csf.bc.ca)

ENSEIGNANTES

Div. 1 Valérie Miller, M-1 (valerie_miller@csf.bc.ca)

Div. 2 Marie-Soleil Boulanger, 2-3 (mariesoleil_boulanger@csf.bc.ca)

PERSONNEL DE SOUTIEN

Marion Blanc, Secrétaire/Commis de bibliothèque (ecole_sophiemorigeau@csf.bc.ca)

Élise Bienvenu, Aide pédagogique/Surveillante/Commis de bibliothèque

ASSIDUITÉ ET ABSENCES

La présence régulière et ponctuelle de votre enfant à l'école est essentielle à la réalisation de son succès scolaire. Veuillez nous informer de son absence ou de son retard en téléphonant au secrétariat (778) 519-1115 ou par courriel à ecole_sophiemorigeau@csf.bc.ca.

Lorsque votre enfant arrive en retard à l'école, il doit toujours se présenter au bureau avant d'aller en classe ceci afin de nous informer de sa présence.

SÉCURITÉ À L'ÉCOLE

Les visiteurs et les parents bénévoles doivent se présenter au secrétariat pour s'identifier.

Il en est de même lorsque vous venez chercher votre enfant durant les heures de classe. Assurez-vous qu'un membre du personnel soit au courant du départ et de la raison du départ de votre enfant.

APPEL À DON

Nous souhaiterions rendre la bibliothèque plus attractive et agréable. Nous sollicitons votre aide pour des éléments tels que :

- gros coussins
- tente de jeu
- chaises enfants genre IKEA
- fèves...

POUR VOTRE INFORMATION



Oeuf et dérivés des oeufs

• Autres noms pour les oeufs:

- Albumine, conalbumine, globuline
- Lysozyme
- Meringue
- Ovalbumine, ovoglobuline, ovomucine, ovomucoïde, ovotransferrine, ovovitelline
- Protéines ovo-lacto-hydrolysées
- Silico-albuminate
- Vitelline



• Sources possibles d'œufs:

- Tout aliment ou produit contenant des œufs ou termes ci-contre.
- Aliments enrobés de pâtes / frits
- Aliments pour bébé
- bière artisanale, mélanges pour boissons maltées, cocktails/boissons alcoolisées
- confiseries: bonbons, chocolat
- desserts: crème pâtissière, mélanges pour desserts, crème glacée, meringue, pudding, sorbet
- glaçages, dorure à l'œuf, nougat
- lécithine
- mélanges de poisson: surimi...
- mélanges de viandes: hamburger, hot-dog, boulettes de viande, salami...
- Mousses
- Pâtes aux œufs
- Produits de boulangerie: pains, gâteaux, biscuits, beignets, muffins, crêpes, pâtisseries, bretzels
- Quiches, soufflés
- sauces: béarnaise, hollandaise...
- Soupes, bouillons, consommés
- Vinaigrettes, sauces salade, mayonnaise, sauce tartare...

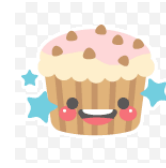


LA RECETTE DU MOIS

Egg free, nut free, gluten-free

APPLE TOFFEE GLAZED MUFFINS

12 MUFFINS



PROCEDURE:

INGREDIENTS:

2-3 Organic apples peeled, cored and diced 1"
¼ cup agave nectar or honey
¼ cup lemon juice (the juice of one lemon)

2 cups bob's red mill gluten-free all-purpose baking flour
2 tsp baking powder
2 tsp baking soda
1 tsp xanthan gum (1tbsp chia+3tbspwater, or 1tbsp flax+3 tbsps. water)
1tsp of sea salt
2 tbsps. organic pure vanilla extract
½ cup organic coconut oil (or real butter)
2/3 cup of agave nectar (if you use the coconut sugar, increase the milk to 1 cup total)
2/3cup of dairy free milk (hemp, coconut, almond, rice)

Toffee:

¼ cup of coconut oil(or real butter)
¼ cup of dairy free milk(hemp, coconut, almond, rice)
2 tbsps water
1 tbsps organic pure vanilla extract
¾ cup coconut sugar
a pinch of salt

Apples:

Preheat the oven at 350F.
Line a baking sheet with parchment paper.
Bake the diced apples for 35 minutes in oven until soft.
Let cool for 30 minutes.

Muffins:

In a medium bowl, mix all the dry ingredients together.
In another bowl, mix all the wet ingredients together.
Melt the coconut oil or butter, so it's in a liquid state
Mix the wet ingredients to the dry ingredients, adding the apples until the batter so it is nice and smooth.
Pour the batter in the lined parchment muffin cups or in a silicone muffin pan.
Bake at 325F 20-25 minutes or until a toothpick inserted will come out clean.
Let cool the muffins cool completely for 15-20 minute before glazing them.

Toffee Glaze:

In a small sauce pan, mix all the toffee ingredients and bring to boil for 1 minute and reduce to simmer for another 3 minutes.
Remove from the heat and let cool until thick (5-7minutes, no more than that or otherwise it will be too thick to drizzle!!)
Drizzle on the muffins!

Enjoy!

Nous vous souhaitons une bonne rentrée scolaire et au plaisir de vous revoir très bientôt!
Bonne fin de semaine à tous,
L'équipe du bureau