

# Cranberry Portage

## Ka mino macihocik okik ininiwak.

*Kakinaw kékwána kí natotamákaniana ta miskikáteki éko ókik ininiwak mistahi éki pápitácik ékwánima.*

Ki pétén mána okik ká tasíckátéki Poker Derbies, ayíw máka aníhi Walking Derby? Nístáno níyánanósap ininiwak oci Cranberry Portage, awásisak kayátéyátisak kípé wécéwikonánik óma éki papámotéyak óta itáwininik ésésáwiyák. Néwayik ité ki ati ká kipicínániwan é anwépíck máka wina kákinaw awiyak kí móckítáw. Aniki anima *“In Motion”* ká paminakik óma kákí wanastácik ta itótaminániwak éko CDPI kí pakitinéw sóniyáwa kawisk míciminiw éko nipíniw ta atáwániwanik. Ékwáni ékóta éki oci mácitániwak óma nántaw ité tápitáw ta tasi papámotéhocik ta sésáwíck. Éki síkimíck óma ta papámotéck kí mínawak masinahikanosa ta sákaskinayakik óta tánisi nánátok kékwána ésí nócitácik óma ta otamíck, tápískóc kistikéwina wéká káskíkwácíckéwin. Anima kákí pimotéck, ékwani ékóta oci nánátok kí ati itótamwak émámawíck ókik ininiwak éko mina anima métawéwin káká kátamátocik kékwána éko ta natawi miskakik, éko awa CDPI asáy mína kí pakitinéw sóniyáwa ta atawániwaniki mícima. Kakinaw kékwána kí natotamáka niwana ta miskikáteki éko ókik ininiwak mistahi éki pápitácik ékwánima.

Cranberry Portage óma itáwinis, nántaw 700 ininiwak ité wíkwak éko nántaw nistano tipískána anté oci Flin Flon ká takok. Anima CDPI kákí mácitát otisíckéwin nántaw Aníki Písím éko sémák ki ati wíckíckéméw aníhi *“In Motion”* ká itimit. Ité ókik átit óma ká isíckíck átit piko aníhi ininiwa é natomáck máka wina ókik Cranberry Portage oci kakinaw awiyaka ki wísáméwak óma tapé wíckíckéck óma ká isíckániwak.

Ispík ókik otopikihiwéwak kákí mácitácik ta métawénit óki oskátisa néwo askíya isko mitáta-nísosáp ká tatwáskínénit CDPI kí natotamawéwak sóniyáwa ta pakitinánit ta atawániwaki aniki kékwána káwí ápacitácik éko ta kikiskakik óma káwí isi métawániwak. Kákí mámawi itotakik óma éko mitoni nisitotakik kékwána anima kici ká itwániwak “Itotahin ta natawi kinawápiyán Ball Game.” Kakinaw awiyak kí wícihiwéw éko ési tatwáskínécik kí yá ositáwak ta isi mawinéhotocik óma é ati otákosininik tanto kísikaw wéká áskaw kápékísik kí métawániwan.

Tá wítamákániwak mína tánisi óma kékí itótak awiyak ta mino pimácihot ki wápitinikéwak ékwánima anta kiskinawánákéwikamikok. Inikokanikikékwánakákínókotániwakiantékiskinawámákéwikamikok, kí koskwápisinwak ókik awásisak óma inikok ká ápáciyit awa síwinikan anta anihi ká minospitakik minikéwina. Kákí pakitinikátéki anihi kawisk mícima pakán kí isi kinawápata mékwác ispík ékwéniw éki wápatakik.

Ota Cranberry Portage, ité ká mámawícik ókik awícéyámitowak, CDPI ita ayáw ya nísókamákét óma ká kakwé mino pamihisonániwak ta mino ayániwak.

## **Kékwána tékwastéki anta anihi kawisk mícisowinisa?**

Awa Canada Food Guide ká itit wítam anihi néwo itowa ká minwásiki mícima:

- Kistikána éko mínisa
- Pakwésikanikákana, maskosíhi kistikána
- Tótósapoy éko kékwána ita ká oci ositániwaki
- Wiyása éko ókotowikána kotakiya

Kisáspin kawisk ki nóté mícison, kanakwé níso óki itowa mícima kikakí ápacitán. Tápiskoc oki:

- Apisís pakwésikanisak éko tótósapoyi-pimi kaki ositániwak.
- épísisa wátéki kiscikánisa éko apisís tótósápoy.
- Ta ositámásoyan kanátok mícima mínisa, kistikéyi maskosisa éko nanátok pakának é asowatéki.

<http://www.eatrightontario.ca/en/ViewDocument.aspx?id=41>

Debbie McLauchlan  
472-3671  
childfam@mts.net