



Le Petit Cairn

N°1

Pendant les vacances scolaires, la CMCAS Pays de Savoie propose des activités pour occuper vos enfants autour de la détente, de la créativité, tout simplement s'amuser de différentes manières.

Le coin des bouts de choux

Pour bien débuter la journée, nous vous proposons une séance d'expression corporelle avec « Justin le petit lapin ».

Ceci est un jeu d'écoute. C'est l'histoire d'un lapin qui fait sa toilette. Après avoir lancé la musique, votre enfant doit écouter une première fois puis nommer les actions du lapin et les parties du corps utilisées.

Vous pouvez ensuite lui demander "Tu vas faire ta toilette comme Justin, en même temps que lui." Vous pouvez jouer à ce jeu avec vos enfants bien entendu, c'est assez amusant !

Suivez le lien : <https://youtu.be/M65TAOXsDdc>

La pâte à modeler maison

Cette recette est composée d'ingrédients simples, que l'on peut trouver facilement chez soi. On peut même fabriquer la pâte à modeler avec ses enfants : une activité idéale ! La mesure de base est une tasse ou un verre de taille moyenne.

- 1 tasse et demie de farine
- ½ tasse de fécule de maïs
- ½ tasse de sel fin
- 1 cuillère à café de bicarbonate de soude
- 2 cuillères à soupe d'huile végétale (tournesol ou colza)
- 1 tasse et demie d'eau
- Des colorants alimentaires bios de préférence.

Préparation :

Dans une casserole, mélangez les ingrédients solides : la farine, la féculle, le sel. Ajoutez ensuite l'eau et l'huile en remuant à feu doux jusqu'à épaississement.



Lorsque la pâte forme une boule et se détache des parois de la casserole, elle est prête ! Laissez refroidir et formez plusieurs boules. Colorer avec les colorants alimentaires choisis. On peut utiliser des colorants alimentaires achetés dans le commerce. Il est également possible d'utiliser des ingrédients colorants naturels : le curcuma en poudre, le paprika ou même le jus de cuisson du chou rouge, de la betterave ou des épinards (à la place de l'eau) !



On peut colorer la pâte maison, ici curcuma, poudre d'orties du jardin, colorant alimentaire bleu et rouge.

Vous pouvez aussi fabriquer de la peinture maison, que votre enfant peut étaler au doigt, vous pouvez donner juste la peinture et une feuille pour commencer !



La recette de la peinture : pour un petit pot (quantité d'un demi-yaourt) :

1 cuillère à café de farine, 1/2 cuillère à café de sel et 2 à 3 cuillères à soupe d'eau pour diluer. Colorer la peinture avec du colorant alimentaire ! Avec un paquet de colorant, il y a trois couleurs et en mélangeant, on peut en avoir facilement une dizaine.

Vous pouvez également parfumer votre pâte à modeler avec des extraits de vanille ou d'amande, ou de l'huile de noix de coco à la place de l'huile végétale.

Conserver la pâte à modeler maison :

Conservez votre pâte à modeler maison dans une boîte hermétique. Si elle a séché, il suffit de la malaxer un peu avec des mains humides pour qu'elle retrouve son élasticité. Si elle est trop collante, vous pouvez ajouter un peu de farine au bout de quelques jours.

Cette recette est à la fois écologique mais aussi économique puisqu'il s'agit de produits très peu chers. L'idéal est que l'ensemble de vos ingrédients soient bio, mais il s'agit aussi d'une bonne recette pour utiliser des ingrédients qui traînent au fond du placard et qu'on n'utilise pas.

Apprend la langue des signes avec nous !!

Chaque jour nous te présenterons une nouvelle carte pour apprendre cette fabuleuse manière de s'exprimer.



encore

Une main verticale, doigts serrés. L'autre main, pliée en angle droit, vient tapoter deux fois du bout des doigts la paume de la main verticale.



Le refuge des minots

Pour toi petit yogi, voici 15 min de yoga qui serviront à te détendre, réveiller ton corps, être à l'écoute de tes sens. Mais aussi gagner en équilibre, prendre conscience de sa respiration, t'aider à te concentrer.

Suivez le lien : <https://youtu.be/Etw7nUjqDiQ>

Sable magique maison

Faire du sable magique maison, c'est super facile ! Surtout que vous avez probablement déjà tous les ingrédients à la maison. Suivez notre recette de sable magique également appelé sable lunaire, sable à modeler ou sable cinétique. Nous vous proposons une version colorée et même pailletée qui se conserve plusieurs mois !

- 7 tasses de farine
- 1 tasse d'huile
- Des craies colorées
- Des sacs hermétiques

L'avantage de faire du sable magique maison, c'est qu'on peut faire participer les enfants à la recette, c'est déjà une activité en soi ! Surtout que notre version de sable lunaire est tout à fait inoffensive pour la santé, rien que des produits naturels.

Voici les trois ingrédients nécessaires pour la recette du sable magique : 7 mesures de farine pour 1 mesure d'huile et des craies pour colorer le sable magique si vous le souhaitez. Vous pouvez utiliser l'huile que vous voulez / que vous avez (huile d'olive, huile de tournesol, huile de bébé qui ajoute une bonne odeur) !

À l'aide d'un verre ou d'une tasse, dosez 7 mesures de farine et 1 mesure d'huile que vous mettrez dans un saladier. Ensuite, on mélange, on patouille avec les doigts comme pour réaliser une pâte sablée.

Une fois que vous avez obtenu une bonne texture, il faut ajouter de la couleur. Pour cela, il faut simplement rapper des craies colorées, une étape étonnante pour les plus petits, mais attention aux doigts !



Rappez les différentes couleurs de craies que vous souhaitez donner à votre sable magique. Vous pouvez aussi mélanger les couleurs de craies pour créer vos propres couleurs. Divisez votre sable magique en autant de portions que de couleurs que vous souhaitez réaliser, en les mettant simplement dans des petits sacs de congélation. Ajoutez la poudre de craie, fermez et touillez ! Vous pouvez également ajouter des paillettes.

Voici donc notre set de sable magique maison ! Du rose, du violet (craie bleue + craie rouge), du blanc et du bleu. Chacune des couleurs de sable magique dans son petit sac congélation. Des emportes pièces, des petits pots et un grand bac à rebord pour s'amuser sans en mettre partout !

Il ne reste plus qu'à jouer !

La planète des ados

Pour vous les ados, on vous à trouver une petite séance de yoga de 25 min super facile à comprendre à faire seul ou avec tes parents. Cela te donnera l'occasion de prendre un temps pour toi, de te détendre, de te relaxer. Découvre cette pratique qui aide à la concentration et la confiance en soi.

Suivez le lien : <https://youtu.be/rz1XGpOcQDI>

Si tu es plus intéressé par une visite virtuelle, aujourd'hui, on te propose « Le génie de Dalí entre les murs » Là où se tenait autrefois le théâtre de Figueras, en Espagne, détruit par les soldats de Franco, Salvador Dalí a construit un musée « fouuu », à son image.

Cette architecture délirante (surplombée d'œufs !) renferme une surprenante collection hétéroclite, qui mêle Dada, pop art ou même des hologrammes, à explorer sans modération depuis chez soi. Du vestibule jusqu'à la coupole sous laquelle est enterré l'artiste, suivant ses dernières volontés, cette visite virtuelle est nourrie de nombreux commentaires aussi concis qu'instructifs.

Suivez le lien : <https://www.salvador-dali.org/fr/musees/theatre-musee-dali-a-figueras/visita-virtual/>



La BD du jour : « Le fils de l'Ursari » de Xavier Laurent Petit.



Résumé : Quand on est le fils d'un montreur d'ours, d'un Ursari comme on dit chez les Roms, on sait qu'on ne reste jamais bien longtemps au même endroit. Harcelés par la police, chassés par des habitants, Ciprian et sa famille ont fini par relâcher leur ours et sont partis vers une nouvelle vie à Paris où, paraît-il, il y a du travail et plein d'argent à gagner. Cependant, leurs rêves se fracassent sur une réalité violente. À peine installés dans le bidonville, chacun se découvre un nouveau métier. Daddu, le montreur d'ours, devient ferrailleur, M'man et Vera sont mendiantes professionnelles, Dimetriu, le grand frère, est "emprunteur" de portefeuilles et Ciprian son apprenti. Un soir, Ciprian ne ramène rien de sa "journée de travail". C'est qu'il a découvert le paradis, le jardin du "Lusquenbour" où il observe en cachette des joueurs de lézecheck. Le garçon ne connaît rien aux échecs mais s'aperçoit vite qu'il est capable de rejouer chaque partie dans sa tête. C'est le début d'une nouvelle vie pour le fils de l'Ursari.

Mur du savoir

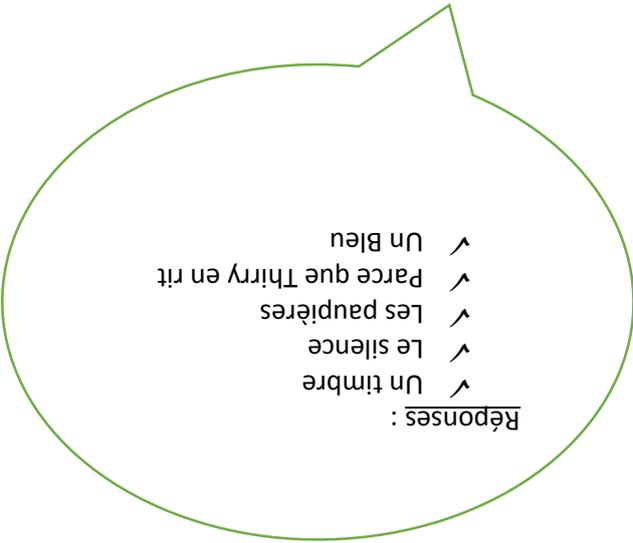
Le savais-tu ?

- Le ketchup a été vendu dans les années 1830 en tant que médicament.
- La hauteur de la tour Eiffel peut varier de 15cm selon la température.
- Il faut l'interaction de 72 muscles différents pour parler.
- L'apopathodiaphulatophobie désigne la peur d'être constipé.

Devinettes et blagues

- Qu'est-ce qui fait 1cm², que l'on peut mettre dans un coin et qui fait le tour du monde ?
- Qu'est-ce qui n'existe plus lorsque l'on prononce son nom ?
- Nous sommes 2 jumelles et en un instant nous pouvons faire disparaître le monde ?
- Pourquoi le football est-il rigolo ?
- Que se fait un schtroumf quand il tombe ?





- Réponses :
- ✓ Un timbre
 - ✓ Le silence
 - ✓ Les papiers
 - ✓ Parce que Thiry en rit
 - ✓ Un Bleu

