



Le P'tit Cairn

N°14

Pendant les vacances scolaires, la CMCAS Pays de Savoie propose des activités pour amuser vos enfants. Une journée au cirque, ça vous dit ? alors c'est parti !

Le coin des bouts de chou

LES MAUPETTES

Des marionnettes rigolotes avec des chaussettes

Créer des spectacles avec des marionnettes est une activité amusante qui stimule la créativité des enfants. Transformez vos vieilles chaussettes en un jeu rigolo pour des chouettes après-midi.

REALISATION

Pour la bouche

- Prenez une chaussette, pliez-la en deux et posez-la sur votre papier cartonné
- Dessinez le contour au crayon à papier
- Découpez la forme
- Collez la feuille cartonnée sur la chaussette entre le talon et le bout de la chaussette

Pour le visage

- Dessinez une langue et des dents sur le papier cartonné
- Découpez et collez-les
- Pour les yeux : colle des gommettes, des boutons ou des yeux amovibles.

Pour les cheveux

- Vous pouvez utiliser des rubans, des chutes de tissus, des franges, de la laine, etc.
- Laissez parler votre imagination, et réalisez des marionnettes différentes*

MATERIEL

- Des chaussettes (unies, colorées ou rayées)
- Des ciseaux et de la colle
- Un crayon à papier
- Des feutres
- Des accessoires : gommettes, boutons, perles, paillettes, rubans, chute de tissus, pompons ...
- Du papier cartonné blanc et de couleur

Pour vous aider, voici un tuto :

[Marionnettes chaussettes](#)



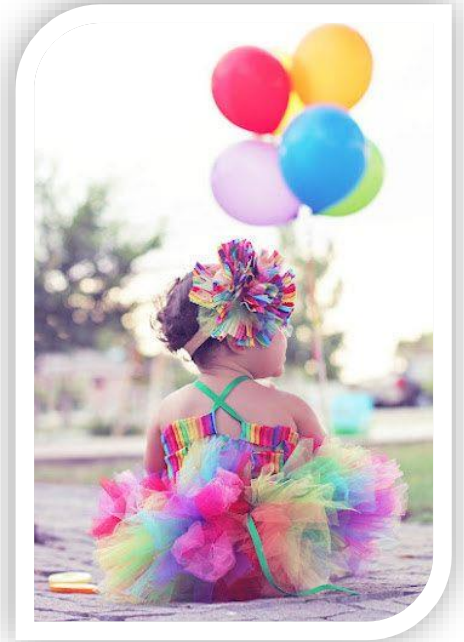


TUTU ARC EN CIEL

Votre enfant s’amuse à mettre vos lunettes ou vos chaussures et vous vous demandez d’où vient sa passion pour les déguisements ? C’est normal, il est en pleine phase de construction de son identité, de sa personnalité et est à la recherche d’un modèle.

Le déguisement lui permet de mettre en place son imaginaire et de le faire rêver. Ces jeux symboliques participent à son éveil et lui apprennent à découvrir son apparence et celle des autres. En se regardant dans le miroir, il va pouvoir jouer avec son image. En s’habillant et se déshabillant, il va développer son autonomie.

C’est surtout à partir de 3 ans que l’enfant va aimer se déguiser. En imitant des cris d’animaux ou des « grandes personnes » (pompier, professeur, caissière, etc.), il va développer des scénarios et laisser libre cours à son imagination.



Et maintenant, mieux que des mots voici une vidéo : [DIY Tutu en tulle](#)
Ou en version rapide : [DIY Tutu Arc-en-Ciel](#)

MATERIEL

- Du tulle de différentes couleurs
- Un ruban simple ou élastique
- Des ciseaux



LA LANGUE DES SIGNES

Glisser la tranche de la main le long de la joue, avec le pouce replié.

s’il te plaît

Le refuge des minots



BALLES DE JONGLAGES

Le cirque permet de développer sa fibre artistique ainsi que son expression corporelle à travers le jeu. La jonglerie est un art qui existe depuis des milliers d'années. Ce jeu consiste à envoyer en l'air et à rattraper indéfiniment des objets variés : des balles de jonglage par exemple. La jonglerie est donc un exercice d'adresse idéal pour améliorer la coordination des mouvements.

Voici comment fabriquer des balles de jonglage à partir de ballons de baudruche, parfaites pour s'entraîner !

REALISATION

1. Versez la semoule pour remplir la bouteille d'eau vide de 33cl au tiers,
2. Gonflez un ballon, entortillez l'embout du ballon et pincez de manière que le ballon ne se dégonfle pas,
3. Enfillez l'embout du ballon sur le goulot de la bouteille d'eau remplie de semoule,
4. Vous pouvez lâcher le ballon,
5. Versez toute la semoule dans le ballon,
6. Pincez l'embout du ballon et décrochez le ballon de la bouteille délicatement pour ne pas en mettre partout !
7. Videz l'air au maximum en comprimant bien vos grains de semoule à l'intérieur du ballon,
8. Découpez l'embout du ballon.
9. Prenez un autre ballon, dont vous couperez l'embout qui dépasse.
10. Etirez le ballon pour pouvoir glisser le premier ballon rempli de semoule à l'intérieur,
11. Recommencer l'opération une nouvelle fois pour obtenir une balle parfaite et bien solide,
12. Alternez les couleurs de ballons, vous pouvez aussi faire des petits trous aux ciseaux dans les ballons de baudruches pour obtenir des balles de jonglage colorées !

MATERIEL

- Ballons de baudruche
- Au choix : semoule fine, boulgour, riz ou farine
- Bouteille en plastique vide d'1L
- Ciseaux



Et comme on aime les tutos vidéo 😊 [FABRIQUEZ VOS BALLES DE JONGLAGE](#)



MAQUILLAGE NATUREL

ATTENTION : même si ces recettes utilisent des ingrédients qui ne devraient pas présenter de risque pour la plupart des enfants, il vaut toujours mieux vous assurer que personne n'est allergique aux ingrédients utilisés avant d'appliquer le maquillage. Nous vous conseillons de tester la recette sur le bras ou la main de votre enfant avant de l'appliquer sur son visage.

Pour le maquillage de base

1. Mélangez la fécule de maïs, le lait hydratant et l'eau dans un bol, jusqu'à ce que le tout soit lisse et homogène,
2. Mettez le mélange de base dans un petit récipient propre,
3. Ajoutez quelques gouttes de colorant alimentaire et mélangez bien jusqu'à obtenir un mélange parfaitement uniforme.
4. Préparez d'autres bases et recommencez. N'hésitez pas à mélanger les couleurs primaires.
5. Utilisez un coton-tige ou un pinceau à poils doux pour appliquer le maquillage.

INGREDIENTS

Quantités pour une couleur

- 1 cuillère à soupe de lait ou crème hydratante
- 2 cuillères à soupe de fécule de maïs
- 1 cuillère à soupe d'eau
- Du colorant alimentaire
- Un bol et une grande cuillère
- Petits récipients (ex : petits pots de bébé ou ramequins)

Pour le maquillage type « maquillage de clown »

1. Mélangez la graisse alimentaire, la vaseline et le colorant alimentaire, jusqu'à ce que la pâte ait une couleur uniforme,
NB : ce maquillage est beaucoup plus épais que celui de la recette précédente,
2. Ajoutez petit à petit la fécule de maïs et la farine. Mélangez au fur et à mesure pour que la couleur reste homogène. Si vous trouvez que la couleur n'est pas assez intense, n'hésitez pas à ajouter plus de colorant tout en continuant de mélanger,
Le mélange devrait avoir une texture épaisse ou même granuleuse, c'est normal,
3. Conservez le maquillage dans les boîtes à œufs ou les pots pour bébé,
4. Appliquez le maquillage terminé avec un coton-tige ou une éponge propre et douce.



INGREDIENTS

Quantités pour une couleur

- 2 cuillères de graisse alimentaire
- 5 cuillères à soupe de fécule de maïs
- 1 cuillère à café de farine
- 1/8 de cuillère à café de vaseline
- Du colorant alimentaire
- Un bol et une grande cuillère
- Petits récipients (ex : boîte à œufs)

Tutos en vidéos pour faire comme les pros :

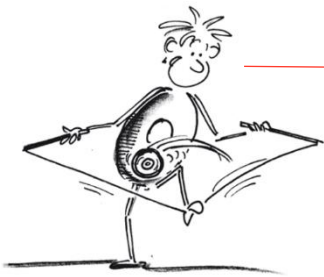
- [Maquillage Licorne](#)
- [Maquillage Yoyo Pyjamasques](#)
- [Maquillage Animaux](#)
- [Chaîne GRIMTOUT](#)



Petit guide des ingrédients qui peuvent remplacer les colorants alimentaires.

Ils peuvent tous être appliqués sur la peau sans risque, à moins que votre enfant fasse des allergies

COULEUR	INGREDIENTS	REMARQUES
Jaune	Curcuma	Ajouter une petite quantité d'ingrédient liquide pour contrebalancer cette poudre sèche.
Rouge	Jus de canneberge	
Rose	Framboises écrasées et tamisées	Passez les framboises écrasées à travers un tamis ou une passoire fine pour éliminer les graines.
Vert	Spiruline, épinards	
Vert clair	Avocat	
Violet	Mûres	Éliminez les graines en tamisant les mûres de la même façon que les framboises.
Marron	Cacao en poudre, chocolat	
Noir	Encre de seiche	



La planète des ados

APPRENDRE A FAIRE DU DIABOLO

La base : Le diabolo se pratique debout, droit, le corps détendu.

- Mettre le diabolo sur la corde et saisir les baguettes
- Faire rouler le diabolo de droite à gauche sur le sol (un sol lisse et plat !) puis le faire décoller progressivement en élevant les bras tout en restant bien parallèle à l'axe de la corde du diabolo
- Donner des petits coups avec la baguette de droite, afin de s'assurer que le diabolo va tourner à une vitesse raisonnable, suffisante pour maintenir son équilibre

Astuces : Si le diabolo penche vers l'arrière, c'est-à-dire vers soi, il faut alors avancer la baguette de droite vers l'avant. Dans le cas inverse, c'est-à-dire s'il penche vers l'avant, il faut reculer la baguette de droite.

Le Lancer : écartier simultanément et d'un geste vif et précis les deux bras vers les côtés tout en s'assurant que la corde n'est à aucun moment détendue.

Pour la réception, il faut disposer la corde tendue, parallèle à soi-même, et horizontale. Lorsque le diabolo touche la corde, accompagner son mouvement afin d'amortir sa chute et d'éviter qu'il ne rebondisse et saute hors de la corde.



La base : [Débuter avec un diabolo](#)

Pour approfondir : [Tricks de confinement](#)

Pour s'inspirer : [Meilleurs tricks en diabolo](#)

Pour rêver : [Diabolo à Tokyo](#)

RECETTES : POP-CORN, CHURROS & POMME D'AMOUR

POP-CORN salé ou sucré

1. Faire chauffer l'huile dans une casserole
2. Quand elle est chaude, ajouter les grains de maïs.
3. Quand le maïs commence à éclater, mettre le couvercle et laisser cuire 3 min en remuant la casserole.
4. Retirer le couvercle, ajouter le beurre et le sel ou le sucre, bien mélanger et servir aussitôt.

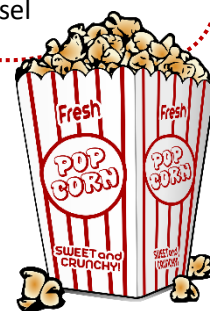
INGREDIENTS

Pour environ 4 pers

- 50g de maïs
- 30g de sucre roux (cassonade) OU du sel
- 30g de beurre
- 2 cuillères à soupe d'huile
- 1 pincée de sel

MATERIEL

- Une casserole
- Un couvercle adapté



POMME D'AMOUR

RECETTE

1. Nettoyer et retirer les queues des pommes,
2. Planter bien profondément un bâtonnet dans les pommes (à la place de la queue),
3. Verser dans une casserole, le sucre en poudre, l'eau et le glucose,
4. Faire chauffer jusqu'à 150°C à feu moyen,
5. Hors du feu, ajouter le colorant
6. Mélanger avec une cuillère en bois et attendre qu'il n'y ait plus de bulles (environ 5min)
7. Plonger et rouler la pomme dans le caramel rouge
8. Disposer les pommes sur du papier cuisson
9. Laisser durcir et refroidir à l'air libre

Astuce pour nettoyer la casserole : remettre de l'eau et faire bouillir pour pouvoir décoller le reste de caramel.

INGREDIENTS

Pour 6 petites pommes

- 6 petites pommes
- 500g de sucre en poudre
- 1 verre d'eau
- 100g de glucose (pas obligatoire)
- Du colorant alimentaire rouge (de préférence en poudre ou en gel)

MATERIEL

- Une casserole
- Des bâtonnets en bois
- Un thermomètre de cuisson (pas obligatoire)
- Une cuillère en bois
- Du papier cuisson



CHURROS

1. Dans une casserole, faites bouillir l'eau avec le beurre, le sel et 2 pincées de sucre.
2. Tamisez la farine dans un saladier, creusez une fontaine et versez-y l'eau bouillante en remuant avec une cuillère en bois. Vous allez obtenir rapidement une pâte épaisse mais de texture homogène.
3. Incorporez les œufs battus, mélangez et laissez la pâte reposer 1 h au frais.
4. Faites chauffer l'huile de friture à 180°C.
5. Mettez la pâte dans une poche à douille cannelée.
6. Pressez des bandes de pâte de 10 cm de long, puis plongez-les dans la friture (ne le faites pas directement au-dessus du bain de friture, posez-les sur du papier sulfurisé ou sur une assiette et versez dans le bain de friture ensuite).
7. Opérez en plusieurs fois pour que les beignets ne collent pas les uns aux autres. Laissez-les dorer, retournez-les dans la friture avec l'écumoire.
8. Retirez-les et égouttez-les sur du papier absorbant.
9. Poudrez les churros de sucre en poudre et servez-les tièdes.



INGREDIENTS

Pour environ 45 churros

- 225g de farine
- 60g de beurre
- 60g de sucre en poudre
- 2 œufs
- 25cl d'eau
- 1 pincée de sel
- Huile pour la friture (de préférence de pépin de raisin)

MATERIEL

- Une casserole
- Un saladier
- Une cuillère en bois
- Un fouet ou batteur
- Une poêle ou friteuse
- Une poche à douille cannelée
- Une assiette ou du papier sulfurisé
- Du papier absorbant

Si tu n'as pas de poche à douille cannelée, il y a une petite astuce toute simple :

[Douille et recettes](#)

LE SUPER DEFI

Pendant toutes les vacances de printemps, découvre **LE SUPER DÉFI** dans ton P'TIT CAIRN !



C'est très simple, chaque jour, nous allons te proposer un thème, que tu devras mettre en scène, grâce à tes talents artistiques en **dessin, peinture ou photographie**

Il va falloir être créatif et faire marcher son imagination !
Il n'y a pas de limite d'âge 😊

NB : les thèmes sont donnés sous forme de citations.

Si tu le souhaites tu peux nous partager tes créations, en les envoyant par mail : cmcas-030.accueilbeneficiaires@asmeg.org

Elles seront publiées sur le **site internet** et le **Facebook** de la CMCAS PAYS DE SAVOIE
Attention : pense à signer tes créations et à nous indiquer le numéro du P'tit Cairn correspondant.

Tu as jusqu'au **MERCREDI 28 AVRIL 2021** pour envoyer.



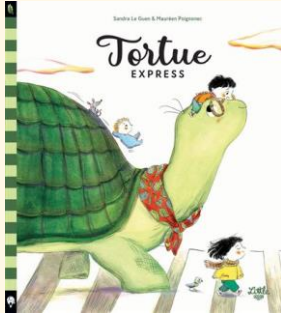
Et surtout amuse-toi !

Pour ce numéro, le thème du défi est...

« J'ai décidé d'être heureux parce que c'est bon pour la santé » Voltaire

LES LIVRES DU JOUR

Les bouts de chou « Tortue express » Sandra Le Guen



Résumé : Foulard noué sur son cou ridé, la tortue va d'abord chercher James, le petit dernier, puis l'intrépide Juno et enfin Majé, leur frère aîné. Au cours de sa promenade, la petite troupe partage des instants précieux : flâneries, découvertes, confidences, câlins. Les enfants l'attendent impatiemment. Mais rien ne presse pour Tortue-express. Un album jeunesse tout tendre pour évoquer le temps qui passe et la relation entre les enfants et leurs grands-parents.

Les minots « Ni oui ni non » Tomi Ungerer



Résumé : Comment dire à quelqu'un qu'on l'aime ? Et se faire des amis quand on est timide ? Pourquoi on a des couleurs préférées ? Pourquoi y a-t-il de l'argent ? Dans cette compilation des chroniques parues dans Philosophie Magazine, Tomi Ungerer commente et illustre ses réponses à cent grandes questions d'enfant, entre philosophie et poésie : « Répondre aux enfants, c'est se mettre à leur place. Expliquer en utilisant un vocabulaire adulte compréhensible. Illustrés par des exemples tirés de la réalité, ou soutirés de l'imagination. Démontrer que tout se surmonte avec le sourire et le respect. Et que grâce à l'absurde, nous sommes tous des apprentis sorciers. »

Les ados « Happa No Ko le peuple de feuilles » Karin Serres



Résumé : La planète est désormais couverte par une seule ville, aux tours immenses, d'où toute nature a disparu. Les humains passent leur temps à jouer, tandis que les robots sont au pouvoir. Un matin, Madeleine, une ado vivant dans le quartier France 45-67, découvre que ses mains sont devenues vertes. Mais elle n'est pas la seule : de l'autre côté de la planète, Ken, du quartier Japon 23-58, est aussi victime de ce phénomène. Un roman fantastique, très inspiré par la culture japonaise, qui plaira aux lecteurs de manga.

MUR DU SAVOIR

COCO CHANEL (1883-1971)

Est une créatrice de mode, modiste et grande couturière française célèbre pour ses créations de haute couture, ainsi que les parfums portant son nom.

Elle est à l'origine de la Maison Chanel, « symbole de l'élégance française ».

Certains choix de vie de Chanel sont à l'origine de controverses, en particulier son comportement pendant l'Occupation allemande.



DEVINETTES ET BLAGUES

- Quel est le gâteau le plus dur du monde ?
- J'ai des pieds, mais je ne marche pas, un dos solide mais je ne travaille pas, deux bons bras mais je ne saisis rien, qui suis-je ?
- Qu'est-ce qui fait 999 fois tic et 1 fois tac ?
- Quel animal change souvent de tête ?
- Pourquoi mets-tu ce ballon au lit, toto ? parce qu'il est crevé

✓ La bûche
✓ Une chaise
✓ Un mille-pattes qui a une jambe de bois
✓ Le pou

Réponses

