



# ACTIVITÉS SANS ÉCRAN



01

Bonhomme de neige

02

Patinage

03

Tempête dans  
un bocal

04

Chasse au trésor extérieur

05

Recette

06

*Bonne action en  
famille*

07

Cinéma maison

08

Écrire une histoire collective



01

# Bonhomme de neige



Concours familial de bonhommes de neige !

Un concours de bonhommes de neige où tout le monde est gagnant ! Chaque équipe construit son bonhomme selon son imagination et choisit ses propres critères : le plus drôle, le plus original, le plus coloré... À la fin, chaque création reçoit une mention spéciale adaptée à son style unique. Partagez un moment de plaisir en famille dans la neige !





02



Patinage

N'oubliez pas  
de porter un  
casque !

Rejoignez-vous pour une journée de patinage inoubliable sur glace ! Que vous soyez débutant ou confirmé, c'est l'occasion idéale de vous amuser en famille ou entre amis. Glissez, tournez et profitez de la fraîcheur hivernale dans une ambiance festive. Vos patins sont prêts à vous accueillir et les animations ne manqueront pas de rendre votre expérience encore plus agréable. Vivez des moments de convivialité et de fun sur la glace !

  
**Forméduc**  
Techniques d'éducation  
Cours de secourisme





03



## TEMPÊTE DANS UN BOCAL



Vivez une expérience fascinante avec notre activité "Tempête dans un bocal"! Observez comment des éléments naturels se déchaînent dans un espace réduit, recréant l'intensité d'une tempête. À travers cette expérience, apprenez les phénomènes météorologiques tout en créant votre propre mini tempête. Une activité amusante et éducative pour petits et grands !

1. Mettre de l'eau dans un plat
2. Ajouter un peu de colorant alimentaire
3. Placer une chandelle allumée sur l'eau
4. Mettre un peu de parfum dans un pot masson
5. Mettre le pot masson sur la chandelle  
Observer la magie!



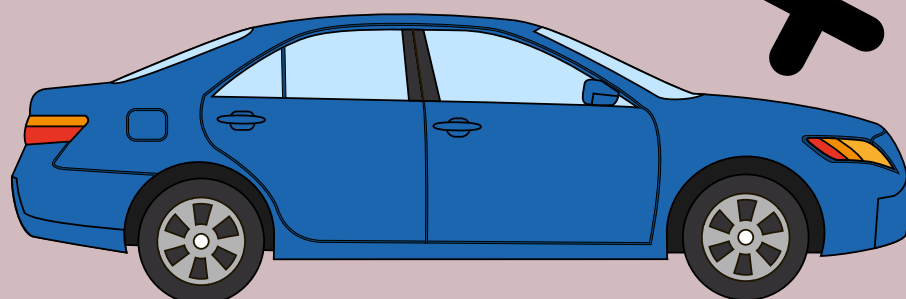
04



# CHASSE AU TRÉSOR EXTÉRIEUR



Partez à l'aventure avec cette chasse au trésor unique en plein air ! Votre mission : repérer et compter le plus de voitures bleues possible avant la fin du temps imparti. Ouvrez l'œil, soyez rapides et stratégiques pour en trouver un maximum ! L'équipe ou la personne ayant observé le plus de véhicules remporte la victoire. Prêts ?  
C'est parti !





05

RECETTE



Enfilez vos tabliers et préparez-vous pour un moment gourmand en famille ! Choisissez une recette simple et amusante, puis mettez la main à la pâte tous ensemble.

Chacun à son rôle : mélanger, mesurer, goûter (avec modération !). Rires et souvenirs garantis autour d'une délicieuse création maison. Alors, prêts à cuisiner et à savourer ?



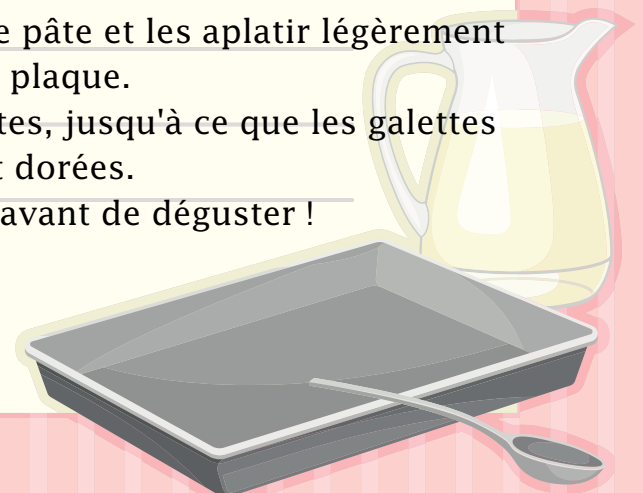
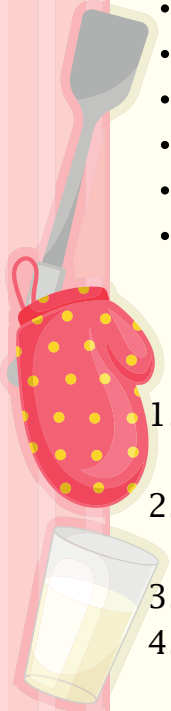
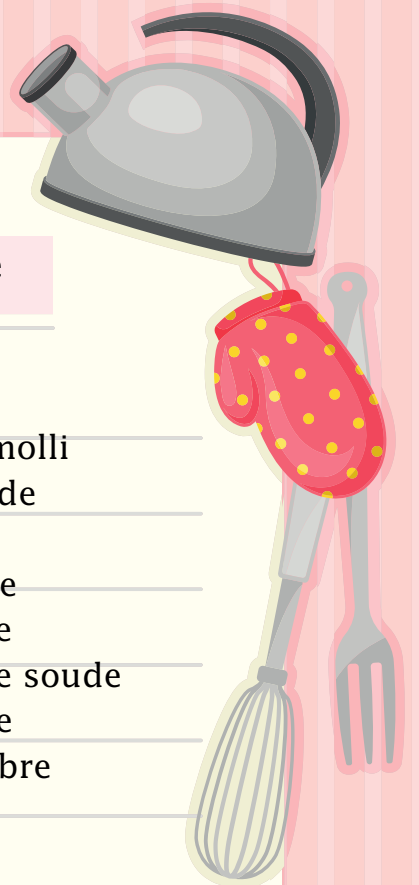
### Biscuits moelleux à la mélasse

#### Ingrédients

- ½ tasse (125 ml) de beurre ramolli
- ½ tasse (125 ml) de cassonade
- 1 œuf
- ½ tasse (125 ml) de mélasse
- 2 ½ tasses (310 g) de farine
- 1 c. à thé (5 ml) de bicarbonate de soude
- 1 c. à thé (5 ml) de cannelle
- ½ c. à thé (2,5 ml) de gingembre
- ½ c. à thé (2,5 ml) de sel

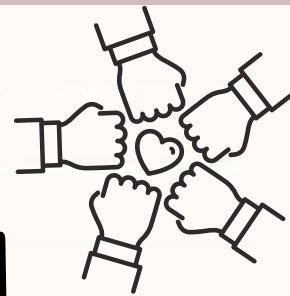
#### Préparation

1. Préchauffer le four à 180°C (350°F) et tapisser une plaque de papier parchemin.
2. Mélanger le beurre et la cassonade dans un bol jusqu'à consistance crémeuse.
3. Ajouter l'œuf et la mélasse, bien mélanger.
4. Dans un autre bol, mélanger la farine, le bicarbonate de soude, la cannelle, le gingembre et le sel.
5. Incorporer progressivement les ingrédients secs au mélange humide.
6. Former des petites boules de pâte et les aplatir légèrement sur la plaque.
7. Cuire environ 10 à 12 minutes, jusqu'à ce que les galettes soient dorées.
8. Laisser refroidir avant de déguster !



06

**BONNE ACTION EN  
FAMILLE**



- ❑ **Offrez un coup de main à un voisin en difficulté !**

**Proposez-lui de sortir ses poubelles, d'aller faire ses courses ou de l'aider dans une tâche quotidienne.**

**Un petit geste peut faire une grande différence et alléger son quotidien. Ensemble, créons une communauté plus solidaire et bienveillante !**







07



## CINÉMA MAISON



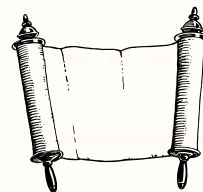
Ce soir, transformez votre salon en véritable cinéma !  
Installez des coussins et des couvertures pour un confort maximal, préparez du pop-corn et des boissons gourmandes, puis choisissez un film captivant. Éteignez les lumières, plongez dans l'ambiance et profitez d'un moment magique en famille ou entre amis !

N'oubliez pas  
de manger  
vos fruits et  
légumes!





08



# ÉCRIRE UNE HISTOIRE COLLECTIVE

Chaque participant  
ajoute une phrase à une  
histoire en cours, en  
suivant le fil du récit  
proposé par le groupe.  
L'animateur veille à la  
cohérence tout en  
encourageant la  
créativité. L'activité se  
termine par une lecture  
à voix haute de l'histoire  
complète.

