VACANCES DE LA TOUSSAINT
JOUER AVEC L'AUTOMNE !

3-5 ANS

DES COULEURS ET DES FORMES

1. Quel est ton aliment préféré parmi ceux-ci ? Et celui que tu détestes ?

2. Montre-moi les fruits. Ensuite, montre-moi les légumes.

3. Sais-tu quel est le fruit et le légume de saison préféré de tes Grands-Parents ?

4. **DÉFI SUPPLÉMENTAIRE**
Combien y a-t-il d'aliments sur cette page ? 1 2 3...

LES DÉFIS DU MOIS

Retrouve ici des supers défis à relever.
On te lance 3 défis « Spécial Automne » !

PROFITE D'UNE ÉCLAIRCIE

pour inventer une course «folle» : courrir en arrière, sur le côté comme un crabe ou à pas de géants au dessus d'un tas de feuilles aux couleurs de l'automne. Choisis les plus belles feuilles et fais en un bouquet de feuilles pour l'offrir à ton papa ou à ta maman.

CONSTRUIT UNE CABANE DANS TA CHAMBRE

Un drap, quelques coussins et des doudous : le tour est joué ! Une fois réalisé, profite de ta cachette pour lire une histoire.

METS TES BOTTES

et cours sauter dans les flaques d'eau, demande à un adulte de te prendre en photo et envoie la à 3 personnes que tu aimes beaucoup.

LE JEU DU GOÛT

SEMAINE DU GOÛT

SAURAS-TU RECONNAÎTRE CES ALIMENTS LES YEUX FERMÉS ?

Choisis 5 aliments dans ta cuisine.
Bande-toi les yeux et laisse ton Grand-Parent choisir ce que tu vas goûter.

LE BUT DU JEU ?

Reconnaître ce que tu as dans la bouche !
Tu peux ensuite changer de rôle avec ton Grand-Parent et recommencer avec autant d'aliments que tu le veux !
Si tu aimes le jeu, recommence avec tes parents !

6-7 ANS

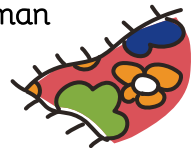
JE MONTE MON SPECTACLE EN 4 SEMAINES

SEMAINE 1

Imagine l'histoire que tu veux raconter dans ton spectacle.
Est-ce que tu veux danser, chanter, jouer la comédie ?
laisse libre cours à ton imagination : tout est permis !

SEMAINE 2

Invente le décor et les costumes pour ta représentation.
Emprunte un chapeau à ton Papy, un paréo à Maman
et le tour est joué !



SEMAINE 3

Le grand jour approche !
Fabrique une grande affiche
pour présenter ton spectacle.
N'oublie pas de créer des invitations.
À tes feutres : utilise tes couleurs préférées !

SEMAINE 4

L'heure du show est arrivée !
Installe une scène dans ton salon :
un drap fera office de rideau
et le chat aura le rôle du lion sauvage...
N'oublie pas d'installer des chaises pour ton public !

Youhou !

LE DÉFI EN DUO
1 INGRÉDIENT, 3 RECETTES

Pour le mois d'octobre,
réalise une recette gourmande et originale !

CHIPS DE CAROTTE

Préchauffe le four à 180°. Epluche et découpe les carottes en fines rondelles.
Sur une plaque de four, dépose les carottes sur du papier sulfurisé.
Recouvre les rondelles d'huile d'olive à l'aide d'un pinceau
et enfourne 10 à 15 minutes.
Après que ton Grand-Parent a sorti les chips du four,
saupoudre-les de sel, poivre et paprika.
Laisse refroidir à température ambiante...
C'est prêt à déguster ! Tes parents vont être épatés !

CARROT CAKE

Préchauffe le four à 180°. Rape 180 grammes de carottes.
Avec ton Grand-Parent, concasse 6 noix.
Dans un saladier, mélange 80 grammes de sucre roux avec 2 œufs entiers.
Ajoute tous les autres ingrédients à ce mélange : les carottes, les noix,
90g de farine, 1 cuillère à soupe d'huile, un sachet de levure et une pincée
de cannelle. Beurre un plat, et demande à ta nounou
d'enfourner le cake pendant 30 à 35 minutes.
Un dessert surprenant, pour les petits et les grands !

CROQUETTES DE CAROTTES

Dans un saladier, bats 3 œufs avec 10 cl de crème fraîche. Ajoute 50g
de farine et mélange bien : il faut que cela soit homogène.
Avec ton Grand-Parent, épluche et rape les carottes avant de les verser
dans la préparation. Tu peux aussi ajouter 70 grammes de féta,
que tu auras d'abord coupé en dés. Sale et poivre la préparation.
Avec la pâte, fais des petites boules que tu pourras ensuite aplatir
pour faire tes croquettes. Demande à ton Grand-Parent de faire cuire
les croquettes dans une poêle, avec de l'huile, pendant 3 à 4 minutes
de chaque côté... Une super recette pour épater les copains
qui viennent déjeuner !

8-10 ANS

CE SOIR, c'est toi le chef !

De l'invitation au plat du jour, en passant par la décoration, voici les étapes pour organiser un super dîner en famille !

Demande à ton Grand-Parent , de t'aider à faire de ce repas un moment inoubliable !

L'INVITATION

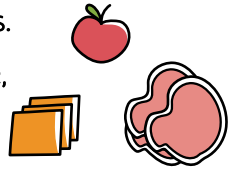
Découpe autant de petits cartons qu'il y aura d'invités. D'un côté, applique toi pour écrire le nom de ton invité. De l'autre, écris le menu de ton repas et décore avec des dessins.

LE MENU

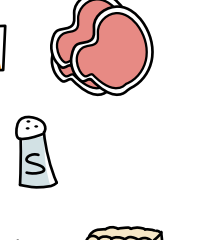
Voici une recette toute simple mais délicieuse à préparer pour tes invités : des croques-monsieur d'automne !

IL TE FAUT : du pain de mie, des tranches de jambon, du fromage en tranche, des pommes, du sel, du poivre et du beurre.

- Epluche les pommes et coupe les en fines lamelles.



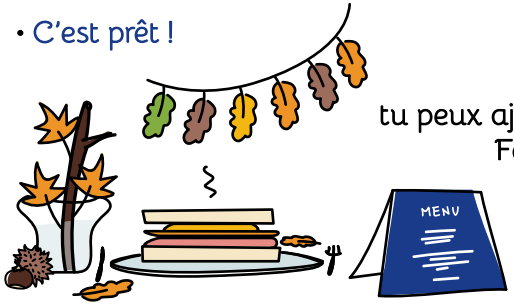
- Sur une tranche de pain de mie : tartine du beurre, pose une tranche de jambon et une de fromage, ajoute quelques pommes.



- Sale et poivre à ton envie. Referme le croque-monsieur avec une autre tranche de pain.

- Beurre le croque-monsieur de chaque côté et demande à ton Grand-Parent de le faire dorer à la poële (3 à 4 minutes de chaque côté).

- C'est prêt !



LA DÉCORATION

Après avoir mis le couvert, tu peux ajouter de la décoration à ta table. Fais un bouquet de feuilles mortes aux couleurs de l'automne préalablement nettoyées et mets le au centre de la table.

LE CAP OU PAS CAP

Le Cap ou pas Cap, tu connais bien sûr ! Voici 5 idées de défis à relever avec ton Grand-Parent ou avec tes parents ! N'hésite pas à prendre des photos des défis relevés pour en garder des souvenirs !

CAP OU PAS CAP ...

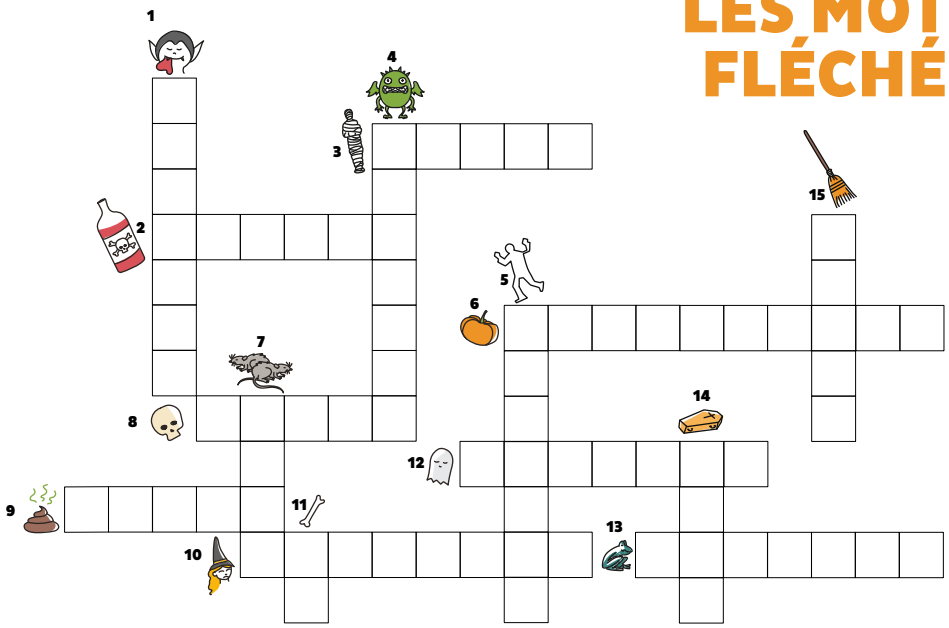
- d'inventer un jus à base des FRUITS DE SAISON avec ta nounou ?

- de réaliser une ŒUVRE D'ART grâce à des feuilles mortes ?

- d'inventer une histoire d'horreur d'HALLOWEEN avec ton Grand-Parent et de la raconter le soir à tes parents ?

- d'écrire un POÈME sur l'automne à envoyer à tes Grands-Parents ?

LES MOTS FLÉCHÉS



1 : VAMPIRE, 2 : POISON, 3 : MOMIE, 4 : MONSTRE, 5 : CADAVRE, 6 : CITROUILLE, 7 : RATS, 8 : CRÂNE, 9 : PUANT, 10 : SORCIÈRE, 11 : OS, 12 : FANTÔME, 13 : CRAPAUD, 14 : MORT, 15 : BALAI