

Annie Bousquet

Mireille Cadrin

Julie Émond

Sabrina Lepage

Rebecca Massé

Marceline Nolin

Marie Lindsay, directrice



JOURNAL plein D'SOLEIL



J'espère que dame nature va vous permettre de profiter d'une semaine de relâche bien méritée. Nous allons survivre à cet hiver de(mettez le qualificatif de votre goût) comme à chaque année, mais il m'apparaît plus intense que d'habitude. Pour notre part, la relâche va nous donner l'occasion de faire un brin de planification pour nous permettre de nous rendre au mois de juin, juin, juin (wow nous y arriverons). Amusez-vous et reposez-vous .

Marie Lindsay, Votre dévouée directrice



MOTS D'ENFANT

Maman dit à papa de prendre la Crazy Carpet dans l'auto. Fleur Éva de s'exclamer : La crise parfaite????

La vie au Vietnam selon Fleur Éva : Tu sais, au Vietnam, les gens ne travaillent pas. Non. Ils vont au parc, ils prennent des marches autour du lac, ils vont au musée. On était bien au Vietnam! (La réalité est que c'est ce que nous avons fait avec elle pendant 3 semaines de notre séjour. Mais les Vietnamiens eux, ils travaillaient!)

Fleur Éva, 5 ans.

Le grand frère de Marie : Moi je serai chimiste quand je serai grand.

La grande soeur : Moi je serai vétérinaire.

Marie : Et moi, je serai princesse....

Elle a déjà prévu rencontrer un prince et l'épouser, puisque malchance, ses parents ne sont pas de sang royal...

Marie, 4 ½ ans.



FESTI LUMIÈRE À L'AQUARIUM DE QUÉBEC

tous les soirs de 18h à 21h du 27 février au 7 mars. 9,50\$ adultes, 5\$ enfants 3 à 17 ans, gratuit pour les 2 ans et moins, forfait famille 24\$ (2 adultes et enfants de 17 ans et moins). Pour plus d'informations : www.sepaq.com/ct/paq

FESTIVAL DE CINÉMA POUR ENFANT DE QUÉBEC

du 27 février au 8 mars dans 5 endroits différents : Cinéma Le Clap, Imax Galeries de la Capitale, Musée de la civilisation, Cercle (sur St-Joseph en basse-ville) et à l'École de cinéma et de télévision de Québec. Journées thématiques, ateliers d'initiation au cinéma et évidemment plusieurs projections de courts et longs métrages pour enfants. Toute la programmation au www.fceq.ca

DOMAINE MAIZERET

Tous les jours du 2 au 6 mars entre 10h et 17h, profitez des installations de ski, patin et raquettes et une foule d'activités d'animation variées. Grands jeux, amuseurs publics et surprises au rendez-vous!

Location d'équipement gratuite pour chaque enfant de 12 ans moins accompagné d'un adulte.

Renseignements : 418-641-6335 ou www.domainemaizeret.com

BAINS LIBRES, PATINAGE LIBRE ET GLISSADE

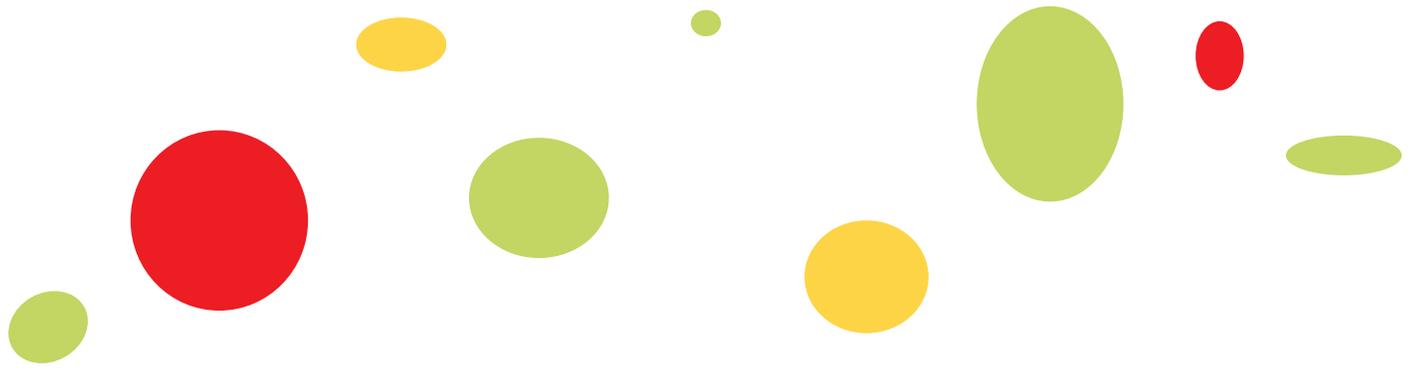
Les patinoires extérieures des arrondissements sont en général ouvertes tous les jours de 10h à 22h (si la température le permet).

Les piscines intérieures ont plusieurs plages horaires pour les bains libres. Visitez le www.ville.quebec.qc.ca/loisirs pour les horaires complets.

Le site de sports d'hiver de la Pointe-aux-Lièvres est un super endroit pour la glissade. Amenez votre traineau ou louez une chambre à air (communément appelé une trip)! L'endroit offre également un long sentier de patinage libre, location de patins et casques, un parc à chien, un petit resto pour se réchauffer après s'être amusé. Vous pouvez également amener vos raquettes et profiter du stationnement pour aller vous promener le long de la rivière St-Charles. L'accès au site est gratuit, seules les locations sont payantes.

BIBLIOTHÈQUES

Toutes les bibliothèques proposent des activités pour la relâche. Consultez la programmation au www.bibliothèquedequebec.qc.ca



FESTIVAL DE LA JEUNESSE BEAUPORT : LA RELÂCHE EN FAMILLE

Du 27 février au 8 mars, déplacez-vous à Beauport où une foule d'activités plus amusantes les unes que l'autres vous attendent! Cinéma, journée plein-air d'antan, balade en traineau à chien, sortie au théâtre, parcours d'hébertisme ne sont que quelques exemples. Visitez le www.ville.quebec.qc.ca pour toute la programmation. Allez la voir, ça en vaut vraiment la peine!!!!

CAMPS DE JOUR

Pour les enfants qui ne veulent pas participer aux activités familiales ou pour les parents qui ne peuvent leur consacrer la semaine :

Les Loisirs Duberger-Les Saules offrent des ateliers pour les 5-12 ans sous différentes thématiques selon la journée. Inscription à la journée (35\$) ou pour la semaine (150\$). Les activités ont lieu au Centre communautaire les Saules, tout juste à côté du Centre ressources Jardin de familles.

PATRO ROC-AMADOUR (INSCRIPTIONS REQUISES)

Une foule d'activités attendent les enfants et les ados! Consultez le site : www.patro.roc-amadour.qc.ca pour la programmation.

Centre Durocher (inscriptions requises)

Pour les enfants de 4 à 12 ans : cinéma, Délire escalade, Défi Laser, École de cirque, équitation, spectacle et création de marionnettes, etc.

Coût : 50\$ sorties incluses

Renseignements et inscription : 418-522-5681 ou www.centredurocher.org

/// Mireille



LIVRES, CD, FILMS...

LIVRES ENFANTS

DVD

LE VILAIN PETIT CANARD

Collection raconte petite marionnette!

De mayana itoiz

Prix : 14.95

Ce qui est intéressant, ce sont les petites marionnettes de doigts qui accompagnent les livres.

Rejeté par tous à cause de son physique, un caneton en est réduit à partir pour ne plus subir les moqueries des autres, jusqu'au jour où il découvre qu'il est un cygne. Le conte adapté pour les tous-petits. Les parents peuvent prolonger la lecture avec l'enfant par des marionnettes dont les doigts se placent dans les découpes de la couverture prévues à cet effet

UN TRÉSOR DANS MON JARDIN : CHANSONS, CONTES ET COMPTINES DE GILLES VIGNEAULT

PRIX : 19.99

14 chansons et comptines pour enfants signées Gilles Vigneault, et interprétées par des artistes renommés au Québec.

Interprètes : Daniel Lavoie, Lynda Lemay, Richard Desjardins, Luck Mervil, Michel Rivard, Macha Grenon, Sylvain Cossette, Michel Faubert, Nancy Dumais, Yves Lambert et Hart-Rouge

Illustrations : Stéphane Jorisch

Un livret illustré de 36 pages avec un CD de 14 chansons et les partitions

LES NOUVEAUX HÉROS (BIG HERO 6)

Sortie DVD : 26 février 2015

Hiro Hamada, un génie de la robotique, va apprendre à maîtriser et exploiter son talent grâce à son frère, le brillant Tadashi, et à leurs amis GoGo Tamago, accro à l'adrénaline, Wasabi, un maniaque du respect des règles, Honey Lemon, une chimiste surdouée, et Fred, un fanboy convaincu. Lorsqu'ils se retrouvent embarqués dans un complot criminel qui menace de détruire la ville de San Fransokyo (une ville hybride entre San Francisco et de Tokyo), Hiro se tourne vers son plus proche compagnon, le robot Baymax, et transforme la petite bande en un groupe de super-héros high-tech déterminés à résoudre le mystère et à sauver San Fransokyo.

OUTLANDER

Saison 1 volume 1

Sortie 3 mars 2015

En 1945, au sortir de la Seconde Guerre Mondiale, Claire Randall se retrouve transportée dans l'Écosse de 1743. Pour survivre, elle y est forcée d'épouser un Highlander, Jamie dont elle tombe amoureuse. La jeune «Sassenach», surnom donné aux Anglais de l'époque en Écosse se retrouve alors déchirée entre deux hommes qu'elle aime, dont l'un est son mari coincé au XXe siècle...

OUTLANDER

(Original Television Soundtrack)

Bear McCreary (Artist)

(compositeur de la musique de Battlestar Galactica)

Soundtrack de la série Outlander basé sur les livres de

Diana Gabaldon

Sortie : 10 février 2015

CINÉMA

Paddington

Sortie au cinéma : 16 janvier 2015

SYNOPSIS

Un petit ours brun vit paisiblement avec son oncle et sa tante dans les forêts du Pérou quand un terrible tremblement de terre anéantit leur demeure. Comme ses tuteurs avaient rencontré un explorateur, il y a plusieurs années, qui leur avait vanté les mérites de Londres, l'ourson est mis sur un bateau pour l'Angleterre, persuadé qu'on s'occupera de lui là-bas. Après de longues heures à attendre sur le quai de la gare de Paddington, la famille Brown lui offre enfin un toit. L'ours, à qui on affuble le nom de l'endroit où on l'a trouvé, commet bien des bourdes, mais transmet à la famille un esprit d'harmonie dont elle avait bien besoin.

ASTÉRIX LE DOMAINE DES DIEUX

Sortie au cinéma : 20 février 2015

SYNOPSIS

Nous sommes en 50 avant Jésus-Christ ; toute la Gaule est occupée par les Romains ? Toute ? Non ! Car un village peuplé d'irréductibles Gaulois résiste encore et toujours à l'envahisseur. Exaspéré par la situation, Jules César décide de changer de tactique : puisque ses armées sont incapables de s'imposer par la force, c'est la civilisation romaine elle-même qui saura séduire ces barbares Gaulois. Il fait donc construire à côté du village un domaine résidentiel luxueux destiné à des propriétaires romains. : «Le Domaine des Dieux». Nos amis gaulois résisteront-ils à l'appât du gain et au confort romain ? Leur village deviendra-t-il une simple attraction touristique ? Astérix et Obélix vont tout faire pour contrecarrer les plans de César.

CENDRILLON

Sortie au cinéma : 13 mars 2015

SYNOPSIS

Dans cette histoire, le père de la jeune Ella, un marchand, s'est remarié après la mort tragique de la mère de la jeune fille. Pour l'amour de son père, Ella accueille à bras ouverts sa nouvelle belle-mère, Lady Tremaine, et ses filles Anastasia et Drisella. Mais lorsque le père d'Ella disparaît à son tour d'une manière aussi soudaine qu'inattendue, la jeune fille se retrouve à la merci de sa nouvelle famille, jalouse et cruelle. Les trois méchantes femmes font d'elle leur servante, et la surnomment avec mépris Cendrillon parce qu'elle est toujours couverte de cendres. Pourtant, malgré la cruauté dont elle est victime, Ella est déterminée à respecter la promesse faite à sa mère avant de mourir : elle sera courageuse et bonne. Elle ne se laissera aller ni au désespoir, ni au mépris envers ceux qui la maltraitent. Un jour, Ella rencontre un beau jeune homme dans la forêt. Ignorant qu'il s'agit d'un prince, elle le croit employé au palais. Ella a le sentiment d'avoir trouvé l'âme soeur. Une lueur d'espoir brûle dans son cœur, car le Palais a invité toutes les jeunes filles du pays à assister à un bal. Espérant y rencontrer à nouveau le charmant « Kit », Ella attend avec impatience de se rendre à la fête. Hélas, sa belle-mère lui défend d'y assister et réduit sa robe en pièces. Heureusement, comme dans tout bon conte de fées, la chance finira par lui sourire : une vieille mendicante fait son apparition, et à l'aide d'une citrouille et de quelques souris, elle va changer le destin de la jeune fille...

/// Julie

LE BRICO!

Le 1er avril approchant, les poissons reviennent dans les bricolages...

Voici une idée toute simple, faite à partir d'assiettes de carton. Vous pourriez aussi prendre du papier carton. Quelques gommettes ou un peu de crayon, de gouache... et le tour est joué !

/// Annie





POUR UNE PETITE DENT SUCRÉE!

BISCUITS SANDWICHS AU CHOCOLAT ET GARNITURE À LA VANILLE

Préparation : 20 minutes

Cuisson : 12 minutes (ou moins, à surveiller)

Donne 14 biscuits sandwich environ

INGRÉDIENTS

250 ml (1 tasse) de farine tout usage non blanchie

125 ml (1/2 tasse) de cacao tamisé

1 pincée de sel

125 ml (1/2 tasse) de beurre non salé, ramolli

125 ml (1/2 tasse) de sucre à glacer

1 jaune d'oeuf 15 ml

(1 c. à soupe) d'eau, environ

CRÈME À LA VANILLE

310 ml (1 1/4 tasse) de sucre à glacer

60 ml (1/4 tasse) de beurre non salé, fondu 15 ml

(1 c. à soupe) d'eau

2,5 ml (1/2 c. à thé) d'extrait de vanille

PRÉPARATION

1. Placer la grille au centre du four. Préchauffer le four à 180 °C (350 °F). Tapiser deux plaques à biscuits de papier parchemin.

2. Dans un bol, mélanger la farine, le cacao et le sel. Réserver.

3. Dans un autre bol, crémer le beurre avec le sucre à glacer au batteur électrique. Ajouter le jaune d'oeuf, l'eau puis fouetter jusqu'à l'obtention d'un mélange homogène. À la cuillère de bois, incorporer les ingrédients secs.

4. Sur un plan de travail fariné, abaisser la pâte à une épaisseur d'environ 3 mm (1/8 po). Y découper 28 biscuits avec un emporte-pièce cannelé d'environ 6 cm (2 1/2 po). Placer 14 biscuits par plaque.

5. Cuire au four, une plaque à la fois, environ 12 minutes (moins que ça chez moi, ça dépend de l'épaisseur des tranches. Surveillez-les bien !). Laisser refroidir complètement.

GARNITURE À LA VANILLE

6. Dans un bol, mélanger tous les ingrédients à l'aide d'un fouet ou au batteur électrique.

7. Déposer la moitié des biscuits avec environ 10 ml (2 c. à thé) de crème. Couvrir d'un second biscuit en pressant légèrement pour répartir la garniture.

**Idée déco: Pour une jolie présentation toute simple, placez un napperon de dentelle en papier sur le biscuit et saupoudrez de sucre à glacer.*

/// Annie

NOUVEL AN LUNAIRE OU TÊT

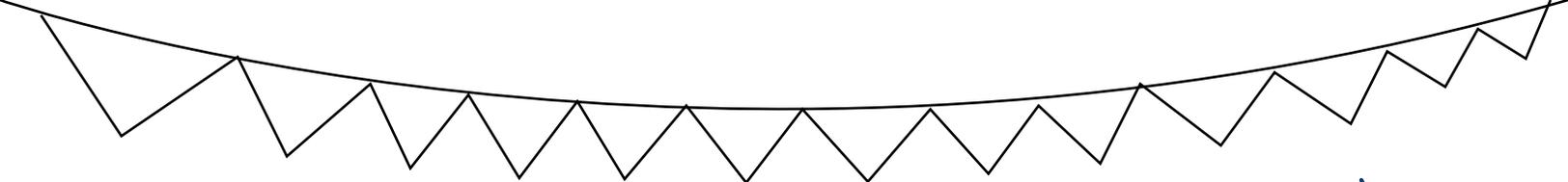
LE SAVIEZ-VOUS?

Le Nouvel an chinois est en fait célébré dans plusieurs pays de l'Asie du sud-est. Nous devrions donc parler du Nouvel an lunaire. Chez nous, nous l'appelons par son diminutif vietnamien, le Têt (le nom complet est Têt Nguyễn Dàn, littéralement premier jour de l'année). Les pays qui célèbrent cette grande fête suivent un calendrier lunaire, alors qu'ici, le calendrier est solaire. Le jour de l'an lunaire varie d'une année à l'autre, mais se situe toujours la journée de la première nouvelle lune de l'année, soit entre le 20 janvier et le 20 février. Tout comme notre période des fêtes, c'est la plus grande fête de l'année. Tout est fermé pendant une semaine environ, même les épiceries!

La tradition veut que les gens aillent chez leurs parents, souvent installés en campagne, pour quelques jours. Dans tous les pays célébrant cette fête, les décorations multicolores sont à l'honneur dans les rues. Fausse fleurs géantes de toutes les couleurs accrochées par des banderoles au dessus des rues, lumières de toutes sortes, fleurs en pots installées partout sur les parterres, dans les parcs, ballons, etc. Les couleurs principales sont le rouge et le doré, un peu comme notre Noël rouge et vert. En cette journée spéciale, les enfants reçoivent de l'argent dans une enveloppe rouge afin de leur souhaiter bonne fortune et il est coutume d'allumer des pétards afin de chasser les mauvais esprits, les mauvaises influences.

Vous avez envie de célébrer cette fête? Vous devez savoir que cette année, le Têt est le 19 février. Invitez des amis – attention, les premiers invités à rentrer chez vous cette journée-là vous porteront chance ou malchance selon leur influence. Choisissez bien vos invités! Portez du rouge, mangez abondamment, allumez des petits pétards et donnez une enveloppe rouge contenant un peu de sous aux enfants et voilà! Une belle journée thématique pour réchauffer ce mois de février frisquet!

/// Mireille



LES FÊTES D'ANNIVERSAIRE...

C'est un moment très attendu par nos petits, ils en rêvent des semaines à l'avance. C'est leur journée, leurs amis, leurs visites, leurs souhaits. Tout tourne autour de leurs intérêts. Ils sont enfin véritablement LE CENTRE D'ATTRACTION.

De nos jours, les parents et les commerçants rivalisent d'originalité pour l'organisation de cette journée si attendue. Cela n'a plus rien à voir avec nos anniversaires d'enfance où la fête se résumait en un goûter, suivi d'un gâteau et de quelques cadeaux, entouré de deux ou trois amis. Désormais, cela demande un peu plus de planification et d'organisation. L'éventail de possibilités est infini. La fête ne se déroule plus uniquement à la maison, ni au restaurant. Certains parents louent des salles communautaires dans un souci d'espace et organisent eux-mêmes l'évènement, d'autres optent pour des formules « tout inclus » qu'offrent certains commerçants; cinéma, quilles, centres d'amusement, fermes, musées, centres de plein-air, etc...

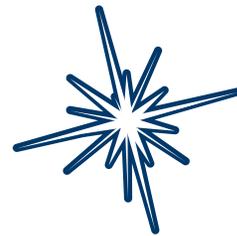
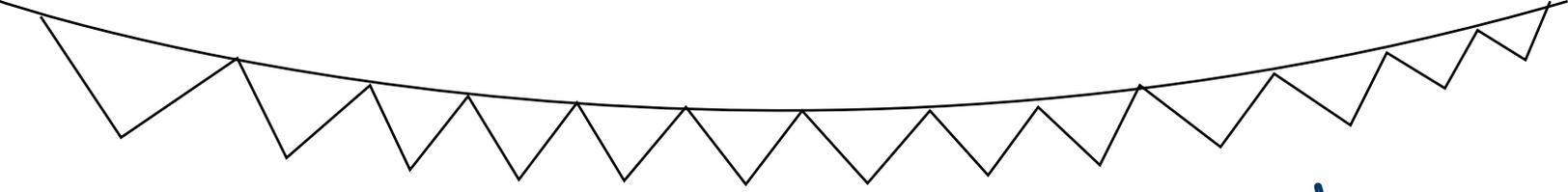
Est-ce vraiment nécessaire de se casser le pompon et d'investir temps et argent pour une seule journée ? Bien des parents optent pour la simplicité d'autrefois et se demandent pourquoi d'autres se compliquent autant l'existence... Ils n'ont pas l'énergie, le temps ou même l'imagination pour entreprendre une telle organisation. Alors, est-ce que l'effort en vaut la chandelle?

Le fête de mon garçon de 5 ans et ma fille de 3 ans approche à grands pas. À peine quelques jours nous séparent de leurs dates d'anniversaire, les semaines précédentes s'avèrent donc chargées si je veux que leur journée soit à la hauteur de leurs attentes. Ils en rêvent déjà depuis plus d'un mois. Leur thème est déjà choisi et la liste d'invités est faite depuis longtemps! Alors, la question se pose; dois-je remuer ciel et terre pour que ce soit mémorable, sacrifiant ainsi plusieurs soirées... ou simplement inviter un ou deux amis pour déguster un cadeau en après-midi?

Pour avoir vu les étoiles dans leurs yeux les années précédentes, la question ne se pose pas longtemps... Je me lance! Je leur demande sous quel thème ils souhaitent que leur journée se déroule et je passe mes premières soirées à fouiner sur l'application mobile Pinterest qui regorge d'idées plus ingénieuses les unes que les autres. Comme mon budget est assez limité, je recherche des solutions économiques que je peux faire moi-même et qui surprennent les tous-petits. Souvent, les meilleures idées ne sont pas les plus dispendieuses... il suffit seulement de s'y prendre à l'avance. Pour le cinquième anniversaire de mon aîné, j'avais dissimulé une carte aux trésors représentant notre quartier dans une veille bouteille de vin que j'avais cachée à l'extérieur. Nous sommes tout simplement allés prendre une marche avec les enfants sans les avertir du réel but de la sortie. Lorsqu'un d'eux a aperçu la bouteille, puis la fameuse carte, une véritable chasse a alors débuté dans un grand élan d'excitation. Lors de la découverte du trésor, l'émerveillement était palpable dans les yeux des enfants. J'avais inséré de faux-diamants (achetés au Dollorama) et des pièces d'or en plastique et en chocolat dans un petit coffre en bois peint avec des motifs de « pirates ». Un des petits invités s'est alors écrié sous l'énervement : « Je suis riche! Je suis riche! » Les enfants y croyaient, le tour était joué! Nous avons tous bien ri!

SUITE À L'AUTRE PAGE





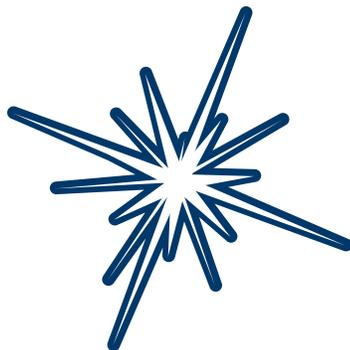
SUITES

L'année suivante, mon garçon avait alors une passion pour les chevaliers. Mon père a découpé des boucliers dans une grande feuille de contreplaqué. Les enfants ont passé près d'une heure à les peindre et les décorer. Nous leur avons ensuite remis une épée de moule (encore achetée au Dollorama) et s'en est suivi un mémorable combat médiéval. Les enfants s'en souviennent encore. Ils oublient parfois les cadeaux reçus, mais le temps passé avec leurs famille et amis reste marqué dans leur mémoire. Ces souvenirs animent leurs rêves et stimulent leur imagination car en grandissant, ils souhaitent s'impliquer aussi dans l'organisation pour rendre l'évènement mémorable. C'est un très bel exercice de créativité. Ils ont d'ailleurs beaucoup de plaisir à préparer les cartes d'invitation et les surprises qui seront remises aux ami(e)s. Je conserve toutefois quelques surprises quant à la décoration et au gâteau... J'aime beaucoup les surprendre! À voir leur réaction dès leur arrivée à la fête, leur émerveillement, leur sourire... c'est une belle manière de leur dire que nous les aimons, plus que n'importe quel cadeau...

/// Rebecca

DES THÈMES...

Vers 4-5 ans, les enfants commencent souvent à réclamer une fête d'amis pour leur anniversaire, même avant s'ils en ont entendu parler par leurs aînés ou des amis. Et là, comme parents, on se dit « Mais qu'est-ce que je vais faire avec 4-5 gamins pendant 3h ! » Une thématique peut nous aider à planifier un peu l'anniversaire. Sans en faire une obligation absolue, ça nous donne un élan pour prévoir un jeu, un bricolage, la décoration, le gâteau voire un repas au complet.





VOICI QUELQUES UN DES THÈMES :

- **LES AMÉRINDIENS** : nous avons trouvé un cd de musique traditionnelle pour accueillir les enfants et faire un fond sonore. Papa s'est déguisé en chaman pendant l'anniversaire afin de raconter une légende traditionnelle aux enfants installé sur une grande couverture en fausse fourrure (inspiration ici : <http://youtu.be/ZHFAlLwBJLY>). Les enfants se sont fabriqué une coiffe de style amérindien (carton, plumes, dessin...) et l'après-midi est passé... bien vite.

- **LES FÉES** : les fées avaient déposé chez nous un coffret magique pour l'anniversaire de notre fille. À l'intérieur, plein de sorts pour que nous passions un après-midi inoubliable. Chaque fillette a reçu un nom de fée (Fée des Fraises, Fée de la Musique, Fée des Bois...) inscrit sur un médaillon en carton avec un auto-collant de fée. Elles ont joué à se préparer un joli bracelet en perles. Au moment du gâteau, papa a préparé un élixir pour les Fées avec plein d'ingrédients magiques dans des fioles (à épices, récupérées) : poussière d'étoile, perle de rosée, sable de lune, pipi de lutin... Évidemment, jus, eau + colorant alimentaire, sucre... ont été nos petits ingrédients secrets pour allumer l'imagination des filles. Papa a même dû communiquer au téléphone avec le laboratoire des lutins des fées, car un ingrédient était douteux... Succès assuré auprès du jeune public !

- **CHEVALIERS** : les enfants ont vécu un apprentissage de chevalier. Ils ont fait de petites épreuves d'habileté (réinterprétation du jeu de l'âne avec les accessoires du chevalier, course de vitesse ou d'habileté, parcours à obstacle...) et préparé leurs armoiries. Nous avons collé toutes les armoiries au mur pour créer un beau fond et leur prendre chacun une photo que nous leur avons donnée ensuite.

- **JEUX** : choisir quelques jeux de société simples à comprendre (certains enfants n'ont pas l'habitude d'y jouer) procure de beaux moments en groupe. Il vaut mieux les choisir rapides à expliquer et pas trop longs à jouer, sinon on perd vite leur attention. Et ne pas négliger les jeux libres, les enfants ont du plaisir à jouer en groupe chez un ami où ils n'ont pas l'habitude d'être... En guise de cadeau d'invité : un jeu de cartes.

- **PIRATES** : une chasse aux trésors avec une carte, un parcours truffé d'indices à deviner, un trésor de bonbons, des tatous, des bébelles... les enfants se partageant le tout ensuite. C'est pas compliqué et très amusant. En bricolage, un cache-œil et une boucle d'oreille de pirate avec du papier aluminium (en le roulant, on arrive à faire une sorte d'anneau qui tient à l'oreille).

Il y a plein d'idées sympas sur www.teteamodeller.com, des modèles de bricos ou accessoires à imprimer... Il n'y a plus qu'à laisser aller votre imagination!

/// Annie



jardindesfamilles.org

418 864.7883

3025, Avenue Tassé, Québec (Québec) G1P 1T1

info@jardindesfamilles.org