Guide de JOUETS santé

La production de ce guide a été rendue possible grâce à une contribution financière de Santé Canada par l'intermédiaire de la Société Santé en français.

Les vues exprimées ne reflètent pas nécessairement les vues de Santé Canada et de la Société Santé en français.

Une version PDF de ce guide est accessible gratuitement sur le site Internet du Partenariat communauté en santé (PCS) www.francosante.ca

Note — Le Partenariat communauté en santé présente ces activités à titre d'exemple et ne peut être tenu responsable de l'utilisation qui est faite des jeux et jouets proposés. Une surveillance constante des enfants doit être assurée, car certains de ces jeux comportent des petites pièces qui ne conviennent pas aux enfants de moins de 3 ans.

Table des matières

Introduction ..... p. 5
Notre vision et notre mandat ..... p. 6
Qui sommes-nous? ..... p. 7
Sécurité ..... p. 8
Pigments toxiques ..... p. 10
Composition des jouets ..... p. 11
Comment choisir ..... p. 13
Jouets en bois ..... p. 14
Poupées ..... p. 17
Peluches ou doudous ..... p. 17
Peintures et cosmétiques ..... p. 18
Jouets en plastique ..... p. 19
Jouets électroniques ..... p. 19
Entreprises « santé » ..... p. 20
Ressources Internet ..... p. 22
Un brin de lecture ..... p. 24
Sommaire des activités ..... p. 27
Bon à savoir ..... p. 111
Remerciements ..... p. 112
L'équipe ..... p. 113
Sources ..... p. 115

Introduction

Chaque parent souhaite offrir ce qu'il y a de mieux et de plus sécuritaire en matière de jeux et jouets à son enfant. Mais il est de plus en plus difficile de s'y retrouver dans le vaste choix de jouets proposé aux enfants, que ce soit en magasin ou dans les boutiques en ligne.

En effet, de quoi sont composés les jouets? Les produits qu'ils contiennent sont-ils sans danger pour nos enfants?

Aniline, bisphénol A, cadmium, chrome, formaldéhyde, nonylphénol, paraffines chlorées, phtalates, plomb, produits chimiques perfluorés, retardateurs de flammes bromés, triclosan, etc. sont quelques-uns des composants utilisés par les fabricants de jouets.

Quels sont nos moyens en ce qui concerne les jeux et jouets pour faire de bons choix pour la santé de nos enfants et l'environnement?

L'objectif de ce miniguide est de vous informer sur les différents composants des jouets et leur impact sur la santé et de vous proposer d'autres choix.

Leslie Larbalestrier,
maman « touche-à-tout » et enseignante-éducatrice à la petite enfance

Notre vision

En collaboration avec nos partenaires, nous visons à améliorer l'état de santé et le mieux-être de la communauté francophone du Yukon en favorisant l'engagement de la communauté et la prise en charge de sa santé.

Partenariat communauté en santé (PCS)

Notre mandat

Le Partenariat communauté en santé, le réseau pour la Santé en français au Yukon, favorise l'offre de services de santé en français en étant à l'écoute de la communauté et en participant à la planification, la mise en œuvre et l'évaluation des services grâce à des stratégies novatrices pour accroître l'accès à des services de santé de qualité en français pour le territoire du Yukon.

Qui sommes-nous?

Le Partenariat communauté en santé (PCS) est le réseau pour la santé en français au Yukon, membre de la Société Santé en français. À la suite de notre planification stratégique pour la promotion de la santé de la petite enfance et de la jeunesse, les partenaires ont suggéré que le réseau développe un outil pratique qui offre aux familles francophones et exogames du Yukon des substituts « santé » aux jeux et jouets commerciaux pour leurs enfants.

Créer ses propres jouets permet non seulement d'en contrôler la qualité, de les personnaliser en fonction de l'environnement et de la culture, mais aussi de passer du temps de qualité à fabriquer non seulement des jouets, mais aussi des liens durables avec votre enfant. Ces liens parent-enfant favoriseront leur attachement. Prendre le temps de jouer avec vos enfants, de faire ses jeux et de les partager représente autant d'investissements inestimables dans leur sain développement.

L'Organisation mondiale de la santé (OMS) identifie parmi les facteurs déterminants de la santé : la petite enfance, la culture et la langue. Pour nous, il s'agit là de la reconnaissance du travail précieux des parents, des éducateurs et des éducatrices et de tout adulte significatif au développement d'une relève en santé dans une communauté dynamique, minoritaire ou non.

Finalement, au PCS, nous croyons que la santé de la population, celle des petits, passe aussi par la santé de la planète. Voilà pourquoi nous avons choisi et testé certains jouets faciles à créer avec des matériaux simples, de base, sécuritaires et autant que possible qui sont respectueux de l'environnement. En tant que gens du Nord, nous reconnaissons l'importance de la nature, et son impact sur notre santé et notre mieux-être.

C'est donc avec plaisir que nous partageons avec vous cette ressource en souhaitant que vous puissiez vous aussi contribuer au développement sain et sécuritaire des enfants de votre communauté.

Maintenant, au jeu!
Sandra St-Laurent,
Directrice, Partenariat communauté en santé

Sécurité

Notre guide vous encourage à créer des jeux et jouets pour et avec vos enfants. Voici quelques mesures simples afin d'assurer la sécurité des enfants en atelier d'art et d'artisanat :

- Surveillez les enfants qui utilisent le matériel d'art et d'artisanat.
- Utilisez des produits qui ne sont pas toxiques.
  Observez rigoureusement les règles d'utilisation des produits inscrites sur les étiquettes.
- Conservez les produits dans leurs contenants d'origine de manière à pouvoir relire les règles d'utilisation inscrites sur les étiquettes à chaque utilisation.
- Rangez tous les produits d'utilisation sous surveillance hors de vue et hors de portée des enfants.
- Ne permettez jamais aux enfants de boire ou de manger quand ils utilisent le matériel d'art et d'artisanat.
- Faites vos activités d'art et d'artisanat dans un endroit bien ventilé.

Mise en garde

ATTENTION ENFANTS

- Les peintures qui ne sont pas identifiées non toxiques, la glaçure pour céramique, l'émail sur cuivre et la soudure pour vitrail peuvent contenir du plomb ou du cadmium.
- Le vernis à la gomme laque, les décapants pour peinture et les pigments et couleurs peuvent contenir du toluène ou de l'alcool méthylique et, s'ils sont ingérés, peuvent causer la cécité ou d'autres effets néfastes pour la santé. Lisez bien l'étiquette pour connaître les ingrédients du produit.

ATTENTION FEMMES ENCEINTES

- Ne travaillez jamais avec des solvants, des produits contenant du plomb et du matériel qui produit de la poussière.

La plupart des peintures utilisées en arts visuels ne contiennent pas de pigments métalliques et sont donc considérées comme non toxiques. On peut généralement les différencier par le nom. Une peinture qui porte le nom de « teinte » ou « nuance » (hue en anglais), par exemple « chromium yellow hue » contient peu ou pas de composé métallique de chrome.

- **Les peintures à base aqueuse** (eau) comprennent les aquarelles, l'acrylique, la gouache, la tempera et la caséine. Elles peuvent aussi contenir des pigments, donc se référer au tableau ou à l'indication de non toxiques sur l'étiquette pour choisir des couleurs non toxiques. Elles peuvent aussi contenir des substances allergènes :

- **Acrylique** : petite quantité d'ammoniaque. Effet potentiel : irritation des yeux, nez, gorge.

- **Acrylique et gouache** : petite quantité de formaldéhyde (agent de conservation). Effet potentiel : seulement ressenti par les personnes allergiques à la substance.

- **Caséine** : peut contenir de l'hydroxyde d'ammoniaque quand il doit être mélangé pour devenir liquide. Effet : modérément irritant pour la peau, très irritant si en contact avec les yeux, ingéré ou inhalé.

- Toutes les peintures à l'eau contiennent un **agent fongicide** et certaines personnes réagissent à ces agents de conservation.

Pigments toxiques

Le tableau suivant présente les pigments reconnus ou soupçonnés d'être cancérigènes ou très toxiques et ceux qui sont modérément à peu toxiques. Il est recommandé de les éviter dans la mesure du possible en choisissant une couleur proche, mais ne comportant pas ces pigments métalliques.

Substances cancérigènes connues ou probables/ Pigments extrêmement toxiques

- Blanc d'antimoine (trioxyde d'antimoine)
- Jaune de baryum (chromate de baryum)
- Ombre brûlée ou terre d'ombre (oxydes de fer, silicates ou dioxyde de manganèse)
- Rouge ou orange de cadmium (sulfure de cadmium, séléniure de cadmium)
- Jaune de cadmium (sulfure de cadmium)
- Couleurs de baryum de cadmium (couleurs de baryum et sulfate de baryum)
- Jaune de baryum de cadmium (sulfure de cadmium, séléniure de cadmium, sulfate de baryum, sulfure de zinc)
- Vert de chrome (bleu de Prusse, chromate de plomb)
- Orange de chrome (carbonate basique de plomb)
- Jaune de chrome (chromate de plomb)
- Violet de cobalt (arséniate de cobalt ou phosphate de cobalt)
- Jaune de cobalt (cobaltinitrite de potassium)
- Blanc de plomb ou de céruse (carbonate basique de plomb)
- Rouge Lithol (sels de sodium, de baryum et de calcium de pigments azoïques solubles)
- Violet de manganèse (ammonium de manganèse, pyrophosphate)
- Orange de mobyldate (chromate de plomb, mobyldate de plomb, sulfate de plomb)
- Jaune de Naples (antimoniate de plomb)
- Jaune de strontium (chromate de strontium)
- Vermillon (sulfure de mercure)
- Sulfure de zinc
- Jaune de zinc (chromate de zinc)

Pigments modérément toxiques/ légèrement toxiques

- Cramoisi d'alizarine (pigments laqués de dihydroxyanthraquinone 1, 2 ou d'anthracène insoluble)
- Pigments d'anthracène
- Noir de carbone (carbone)
- Bleu céruléen (stannate de cobalt)
- Bleu de cobalt (stannate de cobalt)
- Vert de cobalt (cobalt calciné, zinc et oxydes d'aluminium)
- Vert oxyde de chrome (oxyde chromique)
- Bleu de manganèse (manganate de baryum, sulfate de baryum)
- Bleu de Prusse (ferrocyanure ferrique)
- Rouge de toluidine (pigment azoïque insoluble)
- Jaune de toluidine (pigment azoïque insoluble)
- Vert émeraude (oxyde de chrome hydraté)
- Blanc de zinc (oxyde de zinc)

Source : traduction site Internet de l'Université de Princeton (EU), section Art Safety Training

Guide/painting and drawing : web.princeton.edu/sites/ehs/artsafety/sec10.htm

Composition des jouets

Toxiques, les jouets? Voyez plutôt...

Substances chimiques	Effets sur la santé	Jouets concernés
Aniline	Très toxique, cancérigène, mutagène	Poupées, peintures et cosmétiques
Bisphénol A	Perturbateur hormonal et du développement, lié à certains cancers	Poupées, jouets en plastique, jouets électroniques,
Cadmium	Cancérigène, toxique par inhalation, troubles du développement cérébral et de la reproduction	Poupées, jouets en plastique, peintures et cosmétiques
Chrome	Cancérigène, mutagène, cause des inflammations, perturbe le système reproducteur	Poupées, peluches, peintures et cosmétiques
Composés organoétain	Cancérigène, mutagène, cause des inflammations, perturbe le système reproducteur	Poupées, peluches, jouets en bois et en plastique
Formaldéhyde	Cancérigène, mutagène, irritant, allergisant, perturbateur hormonal	Jouets en bois
Nonylphénol	Cancérigènes, perturbateurs hormonaux	Poupées, peluches, jouets en plastique, peintures et cosmétiques
Paraffines chlorées	Cancérigènes, perturbateurs hormonaux	Poupées, jouets en plastique, jouets électroniques
Phtalates	Perturbateurs hormonaux, certains sont toxiques pour la reproduction	Poupées, peluches, jouets en plastique et jouets électroniques

Comment choisir?

Lors de l'achat d'un jouet, il est bon de se poser quelques questions, notamment sur l'origine du jouet ainsi que sur les produits utilisés pour sa fabrication.

- L'achat favorise-t-il l'économie locale?
- Est-il issu d'une entreprise durable qui respecte ses travailleurs et l'environnement?
- Ce jouet est-il sain pour mon enfant s'il le met dans sa bouche?
- Représente-t-il un risque quelconque pour la sécurité de mon enfant?

Jouets en bois

À éviter

Les jouets en contreplaqué peuvent contenir du formaldéhyde et les peintures peuvent contenir du plomb.

À privilégier

Les jouets en bois brut, non traité et non verni, décorés avec des peintures non toxiques, résistantes à la salive.

Mise en garde

A) Décaper un jouet en bois antiquité

Avant de décaper ou de sabler un jouet en bois, assurez-vous que celui-ci n'a pas été peint avec de la peinture contenant du plomb. La poussière issue de la peinture écaillée contenant du plomb est très toxique. Évitez donc tout contact avec de la peinture au plomb durant la grossesse et pour les jeunes enfants.

La recherche a permis de démontrer que l'exposition à de petites quantités de plomb, même minimes, peut être dangereuse pour la santé humaine, et en particulier pour les enfants en bas âge, les nouveau-nés et les fœtus. On a associé l'exposition au plomb à des effets neurocognitifs, les fonctions neuromotrices, les fonctions auditives et visuelles, cardiovasculaires et à d'autres effets sur la santé.

Bien qu'ils soient souvent très beaux, faites particulièrement attention aux jouets antiques qui ont été peints : « Avant la Seconde Guerre mondiale, les peintures contenaient généralement des quantités importantes de plomb, partant de 10 p. 100 et allant même jusqu'à 50 p. 100. »

CONSEIL

En cas de doute, contactez le centre antipoison de votre région. Association canadienne des centres antipoison : **www.capcc.ca**

Directives pour enlever une peinture au plomb : site de Santé Canada **www.hc-sc.gc.ca/hl-vs/iyh-vsv/prod/paint-peinture-fra.php#mi**

Mise en garde

B) Pour peindre un jouet en bois

Sachez que Santé Canada recommande de ne pas s'exposer à la peinture durant la grossesse. « Les experts l'affirment tous : les femmes enceintes doivent éviter tout contact avec certaines substances comme :

- Les peintures à l'huile
- Les vernis de finition pour bois au polyuréthane
- Les peintures en vaporisateur
- La térébenthine (et les autres solvants de la même famille)
- Les dissolvants liquides à peinture.

Vous êtes enceinte ou envisagez de l'être?

- Laissez ce travail à quelqu'un d'autre, engagez des professionnels!
- Si vous n'avez vraiment pas le choix, préférez toujours les peintures à base d'eau et privilégiez les pinceaux ou le rouleau (pas de vaporisateur).
- Aérez suffisamment votre zone de travail.
- Consultez la section sur les peintures et pigments pour en apprendre davantage sur leur composition.

C) Pour finir des jouets en bois de façon non toxique, il est recommandé d'utiliser :

- Une huile protectrice pour le bois de cuisine (ex. : étals de boucher, bols à salade, planches et ustensiles en bois). Cette huile se trouve facilement dans les supermarchés et les centres de rénovation. Il faut suivre les directives du fabricant. Ne résiste pas aux salissures.

- Un mélange d'huile d'olive et de cire d'abeille que l'on étend avec un chiffon non pelucheux. On trouve la cire d'abeille dans les boutiques de matériel artistique, dans les marchés locaux, en ligne et bien entendu chez les apiculteurs. Résiste aux salissures, mais doit être renouvelé deux fois l'an.

- Une huile de lin peut aussi être utilisée pour conserver les peintures sur bois.

Source : www.babycenter.fr/x6600318/puis-je-sans-risque-%C3%AAtre-expos%C3%A9e-%C3%A0-des-produits-chimiques-pendant-la-grossesse-#ixzz2RK2XJhU4

Poupées

À éviter

- Les poupées en plastique habillées ou avec des composants électroniques qui contiennent de nombreuses substances chimiques.
- Les poupées miniatures considérées comme des articles de décoration, car les limites fixées pour les jouets ne sont pas applicables.

À privilégier

- Les produits en fibres naturelles ou biologiques, si possible labellisés et qui garantissent des textiles sans substances toxiques.

Peluches ou doudous

À éviter

- Les peluches ou doudous à poils longs ou rembourrés de matériaux synthétiques susceptibles de contenir des allergènes et retardateurs de flammes bromés.
- Évitez les articles publicitaires ou de décoration.

À privilégier

- Les produits en fibres naturelles ou biologiques, si possible labellisés et qui garantissent des textiles sans substances toxiques.

Création de poupées : Fabiola Perez-Sitko de Fig&Me

Peintures et cosmétiques

À éviter

- Les produits parfumés qui peuvent déclencher des allergies.
- Les feutres, peintures, pâtes à modeler ou nécessaires de maquillage sans écolabels avec des colorants synthétiques. Ils peuvent contenir du baryum, du plomb, du formaldéhyde ou des phtalates.

À privilégier

- Les produits avec des colorants naturels, encres végétales et sans conservateurs.
- Les feutres et peintures dont les solvants toxiques ont été remplacés par de l'eau et des colorants alimentaires.
- Les crayons de couleur en bois FSC, non vernis et dont les mines ne comportent pas de métaux lourds.

Jouets en plastique

À éviter

- Les jouets souples ou gonflables en plastique (PVC) dont les phtalates servent à adoucir le plastique.

À privilégier

- Les jouets porteurs de la mention « sans PVC » ou « sans phtalates ».
- Aérez les produits neufs comportant du PVC au moins deux jours avant leur utilisation.

Jouets électroniques

À éviter

- Les jouets électroniques et à piles qui peuvent contenir des retardateurs de flammes bromés. Les piles contiennent du cadmium, du mercure et autres éléments toxiques.

À privilégier

- Les jouets électroniques sans piles utilisant une énergie renouvelable ou mécanique.

Source : www.consoglobe.com/jouets-ecologiques-guide-achat-cg

Entreprises « santé »

Au cours de notre recherche pour la réalisation de ce guide, nous avons trouvé quelques marques de jouets qui font une différence pour la santé de nos enfants. Toutefois, nous ne pouvons vous garantir que les jouets fabriqués par ces entreprises sont à 100 % sains et sécuritaires pour les enfants.

Du Canada

Atelier cheval de bois

Les jouets sont entièrement fabriqués à la main avec du bois et des matériaux québécois à Coaticook (Québec).
www.atelierchevaldebois.com

Bojeux

Entreprise québécoise. Depuis 1976, son objectif est d'acheter, fabriquer et vendre des produits canadiens le plus possible. Cette entreprise produit plusieurs marques de jouets.
www.bojeux.com

Gladius

Jeux de société conçus, fabriqués et imprimés au Québec.
www.gladius.ca

Ludik Québec

Jeux conçus au Québec. Vendus dans de nombreuses chaînes de distribution de jeux et jouets au Canada.
www.ludikquebec.com

Mandragore

Magasin spécialisé dans la pédagogie Waldorf. Livraison partout au Canada. Situé à Waterville, Québec.
www.lemandragore.com

Scorpion Masqué

Installé au Québec, cet éditeur de jeux de société favorise, quand c'est possible, une production locale de ses jeux.
www.scorpionmasque.com

Entreprises « santé »

De l'Europe

Bioviva

Bioviva conçoit des produits recyclés, recyclables et imprimés à partir d'encres végétales. Jeux de société fabriqués en France, avec une démarche qualité et environnementale très rigoureuse.
www.bioviva.com

Grimm's

Jouets en bois fabriqués en Allemagne.
www.grimms.eu

Haba

Jouets et jeux de société en bois et en tissu fabriqués en Allemagne. Les matériaux viennent d'Allemagne, Russie et Finlande.
www.haba.de

Kraul

Entreprise allemande qui fabrique des jouets à partir de matériaux de qualité et qui proposent aux enfants le « Jouer, expérimenter, éprouver » avec la terre, l'eau, l'air, le feu, la technique et la physique.
www.spielzeug-kraul.de

Ostheimer/Holztiger

Ces deux firmes allemandes, distinctes l'une de l'autre, produisent des jouets en bois, peints avec des peintures à l'eau et vernis avec des huiles non toxiques.
www.ostheimer.de et www.holztiger.de

Vulli

Entreprise française de jouets pour enfants en bas âge, composés à base de caoutchouc issu de la sève d'hévéa 100 % naturelle.
www.vulli.fr

De l'Asie

Plantoys

Jouets faits de bois naturel qui provient d'arbres à caoutchouc et teints à l'aide de finis non toxiques. Les jouets sont fabriqués en Thaïlande.
plantoys.com

Ressources Internet

Internet est une mine d'or, il suffit de chercher un peu pour trouver de chouettes substituts aux jeux et jouets du commerce. Le Partenariat communauté en santé vous fait part de ses découvertes.

Montessori et Waldorf

À la bibliothèque, vous trouverez des ouvrages de référence sur les pédagogies de Montessori et Waldorf. Certains sites Web vous permettent de fabriquer vous-même votre matériel en lien avec la pédagogie choisie.

Montessori : **www.atelier-montessori.com/blog/**

Waldorf : Fabrication d'une poupée Waldorf, étape par étape : **www.chantdesfees.fr/wp-content/uploads/2012/07/Traduction-du-manuel-italien-Lapappadolce.pdf**

Bricolages et activités

Une foule d'activités et de bricolages à réaliser avec vos enfants, avec explications détaillées, patrons à imprimer. Ces sites sont très fournis, prenez le temps de les parcourir et de fouiller un peu.

www.teteamodeler.com/dossier/jeux/jouets.asp

www.momes.net

auxpetitesmains.net

Site très sympa qui mérite d'être découvert, regroupe des tas d'idées de jeux, activités et bricolages à réaliser avec les enfants. Les activités proposées mènent vers d'autres sites, à partir desquels cabaneaidées s'est inspiré.

www.cabaneaidees.com

Site personnel d'une éducatrice en milieu familial en France. Ce site présente de nombreuses idées d'activités à partir de matériel de récupération, à faire avec des enfants âgés de 1 à 10 ans. Beaucoup d'idées sympathiques et attrayantes, expliquées pas à pas en photos. Parcourez la rubrique Animaux à fabriquer soi-même et Jeux, jouets à fabriquer soi-même.

nounoubricabrac.centerblog.net/

Activités à imprimer

Ce site destiné aux parents d'enfants âgés de 2 à 8 ans propose des activités et des jeux à imprimer. tipirate.net/imprimer

Jeux de société et diverses activités à imprimer, décorations, bricolages, anniversaires thématiques, cuisine.

www.tomlitoo.com/

Jeux de société à fabriquer

Site d'une enseignante de maternelle (2 à 6 ans) en France. Elle y présente les jeux de société qu'elle a fabriqués pour ses jeunes élèves. Les boutons sur le côté droit du site permettent d'agrandir les planches de jeu, d'afficher les règles du jeu et d'imprimer les modèles et explications qui vous permettent de reproduire le jeu à la maison.
lesjeuxdeugenie.free.fr/

Des idées de jeux de société à fabriquer avec les enfants. Ceux-ci ont été testés et approuvés par des enfants âgés de 2 ans et demi à 6 ans. Le site propose également des idées de bricolages et diverses activités pédagogiques adaptées aux jeunes enfants d'âge préscolaire.
maternellecolor.free.fr/jeux/Index.html

Feutrine

Parcourez la rubrique aliments en feutrine et vous y trouverez des tutoriels pas à pas en photos sur leur fabrication.
uneamedenfant.canalblog.com/archives/1__aliments_en_feutrine/index.html

Visitez ce blogue qui reprend une énorme liste de liens qui vous permettent de réaliser des aliments en feutrine.
www.5marinsdanslevent.com/categorie-11815149.html

Pour jouer

Un site très intéressant pour jouer avec les enfants, à partir de tout et de rien, des idées surprenantes, intéressantes et vraiment très plaisantes à mettre en place en famille.
situveuxjouer.com/

Un brin de lecture

Les librairies et bibliothèques regorgent de livres qui vous permettent de fabriquer vos propres jouets. Voici les coups de cœur du Partenariat communauté en santé (PCS). Certains de ces ouvrages sont disponibles au centre de ressources du PCS.

Le logo de la pomme indique que la ressource est disponible au centre de ressources du PCS (Yukon).

Animaux tricotés
— Claire Garland
Vingt modèles à adopter sans tarder.
ISBN : 9782215110323

Amigurumis nos tout petits amis
- Mitsuki Hoshi
ISBN : 9782756506005

Créations en couture pour p'tits loups et grands rêveurs
— L.Gheno
ISBN : 9782814100459

Doudous rigolos au crochet
— Collectif
50 modèles
ISBN : 9782848314686

Doudous et poupées à faire soi-même
— M. Beauquin et F. Jacobs.
ISBN : 9782283586976
Épuisé en commerce — disponible dans certaines bibliothèques

Je crée des livres
— Véronique Guillaume
ISBN : 2-203-14545-5
Épuisé en commerce — disponible dans certaines bibliothèques

Jeux de société, mes petits ateliers
— Collectif
ISBN : 2-7404-1374-2

Jeux d'éveil pour votre bébé
— C. Clouder et J. Nicol
Le savoir-faire Steiner-Waldorf pour les enfants de 3 mois à 2 ans
ISBN : 9782702906699

Jeux d'éveil pour votre enfant
— C. Clouder et J. Nicol
Le savoir-faire Steiner-Waldorf pour les enfants de 2 à 4 ans
ISBN : 9782702907405

www.fousdelire.ca

Répertorie 400 œuvres littéraires du milieu français minoritaire (Canada et international) de façon à montrer comment soutenir l'enfant dans son apprentissage de la langue française, sa construction identitaire et son plaisir de lire.

Jeux de société
— Mango Jeunesse
ISBN : 2740413742
Épuisé en commerce — disponible dans certaines bibliothèques

Jouets à coudre
— C. Garland
Plus de 25 modèles à réaliser
ISBN : 9782913952171
Disponible en anglais à la Bibliothèque publique de Whitehorse

Jouets à faire soi-même
— Freya Jaffke
ISBN : 9782852481817

Jouets en bois
— Denis Cauquetoux
Dix-sept modèles de jouets en bois à fabriquer.
ISBN : 9782215094265

Jouets en carton à faire soi-même
— Marie Touffet
Des jouets 100 % écolos pour moins d'un euro
ISBN : 978-2-212-54587-6

Jouets des airs et du vent
— A. Alvarez et P. Ballouhey
ISBN : 9782745956637

Livres câlins pour mon bébé
— V.Boutoille
ISBN : 978-2-299-00066-4

Origami pour les enfants
— Le collectif
ISBN : 9782723465328

Petits cadeaux en laine cardée, technique de l'aiguilletage
— B.Casagranda
ISBN : 2737340748

Un petit monde en feutrine
— J. Lim
Plus de 70 réalisations à croquer, patrons taille réelle
ISBN : 9782215111399

1 001 activités avec mon enfant de 0 à 5 ans
— W. Masi et R. Cohen Leiderman
ISBN : 9782092782910

250 jeux pour tous : jouer en groupe, jouer seul, jouer en famille
— J.Batllori
ISBN : 9782700023442

40 jeux à faire soi-même
— Les activités du Père Castor
ISBN : 9782081625358

Le PCS a testé pour vous

L'équipe du PCS a testé pour vous différentes créations. Ce qui suit a donc été testé et approuvé par les (petits et grands) enfants de notre équipe.

Création balles feutrés : Karen Éloquin.

Aliments en feutrine
p. 30

Anneaux à rubans
pour danser
p. 37

Baguettes magiques
p. 38

Baguettes à rubans
pour faire des pirouettes
p. 41

Balle en laine feutrée
p. 42

Boîtes à sons et boîtes
à odeurs
p. 45

Bulles de savon
p. 47

Chapeau de chef
p. 48

Cheval en laine feutrée
p. 51

Chevelure de laine
p. 54

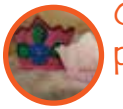
Colle et gommettes
faites maison
p. 56

Colle à gommettes
et autocollants
p. 57

Colle à papier maison
(colle de farine)
p. 58

Colle à papier (colle de lait)
p. 59

Colle à papier (colle de riz)
p. 61


Couronne en feutre
p. 63

La course des tortues
Jeu coopératif
p. 66

Dominos
p. 69

Doudou-étiquettes
p. 71

Hallī-Gallī des petits
p. 72

Mobile de stimulation pour bébé
p. 75

Nez du clown
p. 77

Oeufs en bois
p. 79

Pâte à modeler maison
p. 81

Pâte à sel
p. 83

Peinture au « Jell-O »
p. 85

Peinture en gel à base de farine
p. 87

Peinture Puff
p. 89

Personnages de bois
p. 91

Quips
p. 93

Recycler les crayons de cire
p. 95

Sac à chansons
p. 97

Tablier de cuisinier
p. 99

Teindre de la soie
p. 101

Théâtre d'ombres
p. 105

T-shirt de massage pour papa et enfant
p. 107

Tutu sans couture
p. 109

Aliments en feutrine

Matériel

- Feutrine
- Aiguille
- Fil à coudre, fil à broder
- Ciseaux
- Rembourrage (coton, laine, mousse, etc.)
- Patrons accessibles sur Internet

Astuce

Vous pouvez utiliser une feuille de feutrine vert foncé et une autre plus pâle (vert gazon) pour permettre à vos enfants d'utiliser deux « variétés » de laitue! Pour faire des épinards, utilisez la feutrine vert foncé seulement et choisissez de coudre une forme simple de feuille légèrement ovale avec sa queue droite.

Réalisation

Les aliments en feutrine sont assez faciles à réaliser et permettent des heures de plaisir avec vos enfants. Plusieurs modèles existent en ligne pour vous guider. Voici quelques aliments simples pour un repas méditerranéen qui peuvent être faits à la machine ou à la main.

Feuille de laitue et épinard

1) Placez deux feuilles de feutrine verte ensemble, coudre des formes de feuille ondulée avec veinures à l'intérieur. Assurez-vous que votre forme est fermée, car vous devrez couper autour.

2) Découpez et voilà! Vous avez la base d'une belle salade grecque, de garniture à pita, à sandwich, etc.

Concombres

1) Découpez plusieurs formes ovales dans la feutrine vert pâle ou de couleur menthe.

2) Placez vos formes sans qu'elles se touchent sur une feuille de feutrine vert foncé. Épinglez au besoin. Coudre le contour des ovales. Découpez autour de chaque ovale de manière à laisser une bordure vert foncé plus longue qui fera office de pelure de concombre.

3) Décorez de quelques points longs afin de faire des « pépins » ou peindre avec de la peinture à tissu non toxique.

Astuce

Il est préférable de créer vos formes en cousant les feutrines ensemble et de couper le contour par la suite, plutôt que de couper vos formes et de les coudre ensemble, car la feutrine a tendance à glisser ou s'étirer. Pour créer des tranches de tomates, utilisez une feutrine rouge que vous découpez et cousez en forme de cercles que vous pouvez décorer ensuite en créant les réseaux de chair avec du fil blanc ou jaune pâle.

Pâtes et sauce

Raviolis

1) Placez deux feuilles de feutrine ensemble et coupez des carrés de 7 x 7 cm. Si vous avez des ciseaux dentelés, utilisez-les sur les quatre côtés. Vous avez la forme de base de votre ravioli.

2) Placez deux carrés l'un sur l'autre et coudre un carré au centre de votre forme. Attention, coudre sur trois côtés seulement, car vous devez glisser votre bourre (coton, laine, mousse, retailles de feutrine d'autres projets, etc.) à l'intérieur.

3) Refermez et coudre le dernier côté du carré. Voilà!

Astuce

Vous pouvez faire des pâtes tricolores en choisissant des feutrines corail, vertes et crème. L'ivoire et l'orangé rappellent les pâtes de blé, alors que la feutrine sable rappelle les pâtes de blé.

Sauce tomate pour les pâtes

1) Posez deux feutrines rouges ensemble.

2) Coudre une forme d'amibe ou de flaque fermée. Passez aussi des coutures décoratives (vagues, spirales) à l'intérieur pour simuler la texture onctueuse de la sauce.

3) Découpez autour de votre forme et placez sur vos pâtes.

Tagliatelles

1) Coupez des carrés de 5 x 5 cm dans votre feutrine. Si vous avez des ciseaux dentelés, utilisez-les pour créer des petits zigzags sur deux côtés opposés.

2) Pincez le carré entre vos doigts en créant au centre la lettre « W ». Si vous avez des côtés dentelés, ceux-ci sont au bout, et ce sont les côtés lisses que vous pincez au centre.

3) Passez l'aiguille de bord en bord du « W ». Faire un nœud. Un bol de tagliatelles contient environ de 12 à 15 pâtes.

Astuce

On peut aussi faire de petites flaques rouges de sauce que les enfants placent eux-mêmes sur les pâtes. Vous pouvez faire deux boules de feutrine brune rembourrées pour simuler des boulettes de viandes ou simplement ajouter des feuilles de basilic pour une option végétarienne ou si votre enfant n'est pas de type « sauce ».

Fromage

1) Découpez des rectangles de feutrine ivoire de 4 x 6 cm. Faire quelques demi-cercles sur les côtés pour rappeler le gruyère.

2) Placez vos rectangles sur une seconde feuille de feutrine ivoire.

3) Coudre ensemble le pourtour. Découpez ensuite vos tranches.

4) Coudre des petits cercles à l'intérieur de vos tranches. Découpez l'intérieur de vos cercles en vous assurant de couper les deux épaisseurs et vous verrez apparaître les « trous » de votre fromage.

Pita

1) Découpez un grand cercle dans une feutrine ivoire.

2) Placez-le sur une seconde feutrine ivoire et coudre ensemble le pourtour. Coudre de grandes vagues d'un bord à l'autre du pita.

Astuce

Coudre une pièce de velcro d'un côté puis de l'autre du pain pita permettra à votre enfant de mettre la garniture dedans et de le refermer lui-même! Utilisez la sauce tomate fabriquée pour vos pâtes en guise de salsa, vos tranches de concombre et de fromage comme garniture. Pour créer des tranches de salami, découpez des rondelles dans de la feutrine rouge bourgogne et coudre ensuite des cercles à l'intérieur avec du fil blanc. Bon appétit!

Source : Sandra St-Laurent

Astuce

On peut remplacer les rubans par des bandes de soie naturelle teintes à la main. Consultez les directives qui se trouvent dans ce présent guide pour teindre de la soie. Astuce : on peut remplacer les rubans par des bandes de soie naturelle teintes à la main. Consultez les directives qui se trouvent dans ce présent guide pour teindre de la soie.

Anneaux à rubans pour danser

Ce projet est idéal pour les plus jeunes enfants qui peuvent mettre toute leur main dans l'anneau et développer ainsi leur capacité de préhension. Il est apprécié des plus grands qui s'en servent pour la danse et le théâtre ou tout simplement pour le faire courir derrière soi, un jour de grand vent!

Matériel

- Anneaux de bois (on peut aussi utiliser des anneaux pour les rideaux).
- Rubans en tissu de différentes couleurs et largeurs.

Réalisation

1) Coupez vos rubans d'une longueur de 150 cm (60 pouces).

2) Pliez-les en deux.

3) Glissez le ruban plié sous l'anneau.

4) Passez en travers en faisant un nœud coulant.

5) Serrez fermement.

6) Coupez les bouts de ruban en diagonale (45°) pour éviter qu'ils s'effilochent.

7) Voilà! Votre anneau est prêt pour danser!

Source : Sandra St-Laurent

Baguettes magiques

Matériel

- Feutrine
- Aiguille, fil à coudre, fil à broder
- Ciseaux
- Rembourrage (coton, laine, mousse, etc.)
- Baguette de bois de 15 cm de long
- Fusil à colle chaude.
- Rubans, bandes de tissu.

Astuce

Égayez votre baguette de jolies broderies. Pour un tutoriel facile sur les différents points de broderie, consultez l'excellent blogue Stitch school qui présente en photos et avec des directives simples une multitude de points de broderie : stitchschool.blogspot.ca (anglais).

Source : Sandra St-Laurent

Réalisation

1) Découpez la forme désirée dans la feutrine (deux épaisseurs) qui servira de base pour votre baguette (ici, une étoile). Découpez les motifs dans la feutrine pour décoration de votre baguette.
2) Coupez vos longueurs de ruban (environ 15 cm) et pliez-les en deux. Coudre à l'intérieur d'une de vos formes de base.
3) Décorez chacune de vos formes de base au fil à broder.
4) Avec votre fil à broder, coudre vos deux formes de base ensemble en laissant un espace libre pour insérer le bâton à la base.
5) Glissez un peu de bourre à l'intérieur (pas trop). Les petits doigts d'enfant peuvent ici entrer en scène et permettre une belle exploration tactile.
6) Mettre quelques gouttes de colle chaude sur le bout du bâton (tête) et glisser à l'intérieur de la baguette par le trou libre.
7) Terminez la couture en prenant soin de coudre autour du bâton.

Astuce

Les moules à biscuits font d'excellents stencils pour ceux qui voudraient des baguettes en forme de lapin, de fleurs, de licorne, de soleil ou flocon de neige par exemple. Laissez aller votre imagination et celle de votre enfant en lui faisant choisir différentes couleurs de feutrine, de fil à broder et de formes. Pour les plus âgés, choisir d'intégrer des perles de verre permet une décoration « magique ». Pour les jeunes enfants, utilisez un point de nœud (French knot) au fil argenté ou métallique pour un tout aussi bel effet!

Astuce

Vous pouvez décorer au préalable votre bâton de baguette magique avec vos enfants. Pour obtenir des rayures en spirales parfaites, enroulez une bande de ruban adhésif en spirale sur votre bâton en gardant un espace nu (bois) qui sera peint entre chaque tour. Vous créez ainsi un pochoir. Peindre, puis laisser sécher 24 h. Déroulez le ruban et voilà un bâton de cirque parfait! Finir avec un mélange d'huile d'olive et de cire d'abeille ou de vernis non toxique.

Astuce

Laissez votre enfant décorer le bâton au préalable. Consultez l'astuce du projet de baguette magique pour connaître comment faire des spirales parfaites pour des bâtons de cirques colorés. Une longueur de 125 cm (90 pouces) est idéale pour de jeunes enfants (3 à 5 ans) et on allonge avec l'âge en changeant simplement le ruban!

Baguettes à rubans pour faire des pirouettes

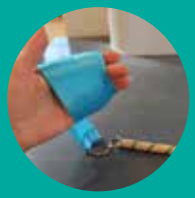
Demandez à votre enfant de former la première lettre de son prénom avec leur bâton, ou de faire des vagues, des zigzags, des spirales dans les airs ou encore des tourbillons en plaçant la baguette tête en bas.

Matériel

- Baguette de bois de 15 cm de long
- Anneaux en métal
(type anneau pour porte-clés)
- Ruban
- Perceuse à fine mèche

Réalisation

- Percez un trou à environ 1 cm de l'extrémité de votre bâton (tête). Le trou doit être assez grand pour passer votre anneau de métal.
- Passez-y un premier anneau de métal.
- Passez l'extrémité du ruban dans le second anneau et coudre le rabat sur lui-même. L'anneau est ainsi pris dans le ruban. Passez une couture à l'autre extrémité du ruban pour éviter qu'il s'effiloche ou coupez de biais (45 degrés).
- Passez le second anneau dans le premier et voilà vos acrobates prêts pour une démonstration.



Sources : Sandra St-Laurent
weefolkart.com/content/fairy-ribbon-rings

Balle en laine feutrée

Matériel

- Laine cardée
- Savon vaisselle biologique
- Bassines d'eau chaude et d'eau froide
- Une paire de gants à vaisselle
- Aiguille à carder (felting en anglais)
- Bas de nylon pour terminer le travail de feutrage

Variations

Il est possible d'ajouter un grelot dans votre balle. Pour cela, il faudra l'insérer dans votre mèche (nœud) de départ, bien serré. Attention lorsque vous piquez profondément votre laine de ne pas casser l'aiguille au contact du grelot. Si c'est le cas, trouvez l'aiguille et retirez-la. Si vous ne pouvez retirer l'aiguille, votre jouet n'est malheureusement plus sécuritaire.

Sources : Sandra St-Laurent, Leslie Larbalestrier et Petits cadeaux en laine cardée, techniques de l'aiguilletage, B. Casagranda. La fleur de lotus est une activité inspirée d'un atelier offert par Karen Éloquin.

Réalisation

1) Préparez une bassine d'eau chaude et une autre d'eau froide.
2) Prenez une mèche de laine cardée, faites-y un nœud et roulez la laine autour pour façonner une boule. Mettez du savon sur vos mains et formez une boule délicatement.
3) Gardez la boule en main et plongez-la quelques secondes dans l'eau chaude.
4) Roulez de nouveau la boule dans la paume de la main. Elle doit devenir bien ferme.
5) Ajoutez de la laine autour de la boule, et recommencez la manœuvre régulièrement.
6) Pour ajouter un motif, utilisez l'aiguille à carder et piquez la laine selon le motif désiré.
7) Rincez la balle obtenue à l'eau froide et pressez pour ôter l'excès d'eau.
8) Mettez la balle dans un bas de nylon bien serré et mettez-la au lavage, eau chande, cycle délicat, sans savon. Cela permet de bien resserrer les fibres et d'évacuer l'excédent de savon (facultatif).

Si vous confectionnez des boules plus petites, vous pourrez faire des bracelets et des colliers. Pour l'enfilage, il faut passer une aiguille et un fil de coton. Vous pouvez utiliser un fermoir pour le collier ou encore du fil élastique vendu sur le marché et tout simplement faire un nœud double.

Confectionner une fleur de lotus

1) Feutrez une balle. Entourez-la de papier cellophane.
2) Entourez la balle de laine pour feutrer un autre étage par-dessus comme si vous faisiez une balle autour de votre première balle.
3) Continuez le nombre d'étages désiré.
4) Quand vous aurez terminé, utilisez une lame Exacto ou une lame fine pour entailler doucement la balle en étoile à partir du centre. Généralement, six entailles égales partant du centre fonctionnent bien. Ne pas entailler plus loin que la moitié de la balle. Écartez les six pointes avec vos doigts, ce seront les pétales de votre dernière fleur (étage).
5) Procédez ainsi pour chaque étage jusqu'à la découverte de votre première boule. N'entaillez pas la boule du centre (la toute première boule que vous avez faite), car elle fera office de cœur pour votre fleur de lotus.
Note : il est recommandé de noter les couleurs de chaque étage pour un meilleur repérage lors de la coupe. Finir les pointes avec un point de feston.

Boîtes à sons et boîtes à odeurs

Deux bons petits jeux qui permettent de travailler l'ouïe et l'odorat. L'enfant choisit une petite boîte et à l'aide de l'ouïe ou de l'odorat, doit retrouver son équivalent.

Ne pas laisser l'enfant jouer sans supervision.

Matériel

- Petites boîtes avec couvercles
- Papier collant (pour plus de sécurité)
- Compresses (pour les boîtes à odeurs)
- Élastiques (pour les boîtes à odeurs)
- Différents petits objets (boîtes sonores) et différentes épices (boîtes à odeurs)

Boîtes sonores

- Remplissez à l'identique deux boîtes avec des grains de café, des petites roches, des perles, etc.
- Scellez les boîtes avec de la colle forte ou du papier collant pour plus de sécurité.

Boîtes à senteurs

- Remplissez à l'identique deux boîtes avec des épices, des grains de café, etc. (rien de liquide)
- Déposez une compresse sur le dessus de la boîte et faites tenir celle-ci avec un élastique.

Source : Leslie Larbalestrier

Bulles de savon

Ingrédients

- 80 ml (1/3 tasse) de savon à vaisselle
- 160 ml (2/3 tasse) d'eau
- Facultatif : un peu de sucre en poudre pour épaissir le mélange
- Contenant en plastique
- Baguette à bulles (du commerce ou fabriquée à la maison)

Préparation

- Mélangez tous les ingrédients.
- Pour fabriquer une baguette à bulles, recourbez une extrémité d'un fil métallique ou d'un cure-pipe de manière à former un cercle et utilisez l'autre extrémité comme manche. Vous pouvez également vous servir d'une attache en plastique pour sacs à ordures.
- Plongez la baguette dans le liquide à bulles, puis soufflez dessus.

Pour créer ses propres baguettes à bulles

Vous pouvez créer vos propres baguettes à bulles en utilisant un anneau de corde que vous trempez dans le liquide. Cette méthode demande aux enfants de courir avec l'anneau derrière eux pour créer des bulles géantes. Vous pouvez ajouter de la glycérine alimentaire dans votre mélange pour former des bulles géantes qui « tiennent » plus longtemps.

Sources : Leslie Larbalestrier et Sandra St-Laurent

Chapeau de chef

Astuce

Pour un chapeau qui convient tant aux enfants qu'aux adultes, vous pouvez coudre une languette de tissu à insérer entre les deux bandes du chapeau sur laquelle vous pouvez coudre votre velcro. Cette extension permet d'ajuster le chapeau tant aux petits chefs qu'aux grandes cuisinières!

Source : Sandra St-Laurent

Remerciement à France Garceau de La garderie du petit cheval blanc pour le modèle initial utilisé lors du projet Cultiver l'avenir.

Matériel

- Tissu
- Bande velcro
- Fil à coudre
- Ciseaux
- Boutons pour décorer (facultatif)

Réalisation

- Dessinez un cercle de 40 cm de diamètre sur votre tissu. Ceci représentera le haut du chapeau de cuisinier. Utilisez un couvercle de casserole, de poubelle ou autre forme ronde pour vous guider.
- Entaillez une fente en V tel qu'illustré. Cette encoche permet l'ajustement du chapeau.
- Pliez un autre morceau de tissu en deux sur la longueur de manière à former une bande. Taillez une bande double qui mesure 55 cm de long par 10 cm de haut.
- Rabattez délicatement le tissu sur lui-même pour créer un ourlet et passez une couture droite tout le tour de la bande de tissu. Ce sera la finition de votre pièce avant de la monter au cercle du chapeau.
- En partant de l'encoche en V, insérez le cercle entre les deux parties de la bande repliée en deux.
- Épinglez une première fois la bande au cercle. Plissez à 5 cm, épinglez, puis créez d'autres plis tous les 5 cm en épinglant le pourtour de la bande jusqu'à l'autre côté du V.
- Coudre la bande au cercle. Retirez les épingles.
- Faites une couture droite sur la base de la bande perpendiculaire à celle passée plus haut, entre le chapeau et la bande (facultatif). Cette couture donne une structure au chapeau qui se tient mieux ainsi.
- Posez les longueurs de velcro sur la bande, à l'arrière du chapeau, tout près de l'encoche en V.
- Décorez selon votre fantaisie!

Mise en garde

Bien que certains modèles de cheval que l'on trouve sur Internet comportent une longue bride qui peut être passée derrière le cou de l'enfant (ce qui semble utile pour les jeunes enfants), cette option n'est pas sécuritaire, car elle présente un risque d'étranglement. Il est recommandé de garder une bride relativement courte.

Cheval en laine feutrée

Matériel

- Vieux chandail de laine
- Rembourrage (laine, coton, vieux T-shirts, retailles de tissu etc.)
- Anneaux de métal (ou de porte-clés)
- Bandelettes de cuir (ou tout autre tissu, feutrine
- Une pelote de laine (type Loppi pour sa robustesse et son choix de couleur)
- Fil à coudre, fil à broder, corde
- Ciseaux
- Manche à balai
- Papier à sabler
- Scie

Réalisation

1) Rétrécissez un vieux chandail de laine en le passant à l'eau chaude, puis séchez-le. Ceci permettra de feutrer votre chandail.

2) Découpez la forme d'une tête de cheval ou d'un grand « L ». Coupez deux épaisseurs.

3) Taillez des formes pour les oreilles et coudre sur chaque côté de la tête de cheval.

4) Pour la crinière, entourez la laine sur deux repères (ex : de votre main à votre coude ou entourez un dossier de chaise).

5) Coupez aux deux bouts.

6) Préparez une bandelette de feutrine (de la longueur de la crinière du front à la nuque) sur laquelle vous répartissez votre crinière.

7) Coudre les brins de laine sur la bandelette. Coudre la bandelette sur un côté de la tête du cheval du front à la moitié du cou.

8) Gardez-vous un espace à la fin sans crinière pour fermer le cheval.

9) Coudre les deux formes ensemble en gardant le bas (cou) ouvert pour insérer le bâton plus tard.

Astuce

Pour une belle finition, entourez la couture de fermeture autour de votre bâton avec une belle laine ou un lacet de cuir. Une autre suggestion est d'ajouter une roue à votre cheval. Ceci est possible en perçant un trou au bout de votre bâton, puis en glissant un goujon de bois auquel on fixe ensuite deux rondelles de bois (ou autres roues) percées au centre. Laissez votre enfant choisir la couleur de la laine. Les couleurs vives font un bon contraste avec la laine naturelle ou de couleur. Vous pouvez utiliser des points de broderie ou des formes de feutrine pour décorer votre cheval avec votre enfant, selon ses habiletés manuelles.

Cheval en laine feutrée

10) Quand vous arrivez à la crinière, passez votre aiguille de bord en bord de la crinière.

11) Rembourrez la tête de votre cheval en commençant par le nez en compactant légèrement la bourre. Poursuivez avec la tête et le cou en gardant de l'espace pour le bâton.

12) Décorez les deux faces. On peut coudre des boutons pour les yeux et les narines, passer un fil à broder d'une joue à l'autre pour faire un sourire. Si vous savez utiliser des aiguilles à carder (felting), vous pouvez aussi feutrer vos décorations à l'aiguille comme dans l'exemple illustré.

13) Coupez un manche à balai à environ 1,25 m (49 pouces). Sabler les bouts pour les arrondir.

14) Insérez le bâton dans la tête par le cou ouvert. Le bâton doit aller jusqu'au fond de la tête. Continuer à rembourrer en conservant un peu de tissu libre au bout pour fermer.

15) Passez une aiguille de bord en bord du tissu et fermez avec un nœud. Ceci servira d'ancrage pour la fermeture de la tête. Continuez à passer l'aiguille de part et d'autre du trou en prenant soin de passer de chaque côté du bâton. Resserrez, tournez le fil autour du bâton quelques fois et faire un nœud. Vous pouvez aussi utiliser de la colle chaude pour fixer le fil.

16) Découpez des bandes de tissu ou de cuir ou tressez de la laine pour faire le licol et la bride du cheval. On utilise les anneaux de métal pour créer une bride qui sera tenue par l'enfant. On peut ajouter des grelots, ou des pompons enfilés sur une ficelle que l'on fixe aux anneaux.

Source : Sandra St-Laurent

Chevelure de laine

Matériel

- Vieille paire de collants de laine
- Deux pelotes de laine
- Feutrine
- Fil, aiguille
- Ciseaux

Voici un modèle simple qui pourra être utilisé tant pour les filles que pour les garçons : chevelure de prince, de princesse, de Viking, de pirate, de clown, de poupée, de sirène, etc. Il suffit d'ajuster la couleur choisie et la longueur des brins de laine!

Réalisation

1) Créez une base pour la perruque en coupant les jambes d'une vieille paire de bas collants de laine ou de coton de votre enfant. Ne gardez que la partie du fessier.

2) Coupez et coudre les fesses des collants pour faire le bonnet de base, l'élastique de la taille fait le contour de la tête. Coudre de manière à former un bonnet.

3) Placez deux repères qui serviront à diviser votre laine selon la longueur des cheveux désirée.

Note : prévoir qu'une longueur (repère A à repère B) équivaut à la chevelure d'une épaule à l'autre. Votre longueur sera pliée en deux et le milieu sera cousu au centre du bonnet. Une perruque dont les cheveux sont très longs ne tiendra pas sur la tête de votre enfant, car la masse de cheveux sera trop lourde. Généralement, une longueur qui va jusqu'au genou est bien supportée par le bonnet.

4) Enroulez la laine d'un repère à l'autre jusqu'à la fin de la pelote. Coupez les bouts.

5) Coupez une bande de feutrine de 4 cm de large par 15 cm de long.

6) Placez votre bande sous la laine au centre de vos longueurs de cheveux. Faites une couture pour attacher vos longueurs. Coudre la bande au centre du bonnet. Vous pouvez utiliser des retailles de laine pour couvrir votre couture au besoin, en repassant dessus avec votre laine.

7) Décorez!

Astuce

La portion des jambes coupées des collants peut être utilisée pour faire des toutous ou des jambières ou des couvre-bras chouettes pour votre enfant. De nombreux modèles se trouvent en ligne.

Autres styles de cheveux et couleurs (en anglais) :
sugarnspicecreations.blogspot.ca/2012/10/wig-tutorial.html
Pas à pas (en anglais) pour la réalisation de perruques :
- thismamamakesstuff.com/how-to-rapunzel-yarn-wig-tutorial/
- easypeasycraft.blogspot.ca/2011/09/yarn-wig-tutorial.html

Source : Sandra St-Laurent

Colle et gommettes faites maison

Les enfants aiment manipuler les gommettes. Vous pouvez réaliser des feuilles d'activités traitant de différents sujets et aborder de nombreuses notions pédagogiques grâce à vos gommettes.

Gommettes

- Images tirées de magazines, de revues
- Dessins
- Formes
- Perforatrice à formes
- Papier coloré
- Ciseaux

Fabrication de la colle à autocollants/gommettes

Ingrédients

- Vinaigre blanc
- Colle blanche d'écolier
- Pot
- Pinceau

Préparation

- Mélangez une part de vinaigre blanc à deux parts de colle blanche d'écolier.
- Mélangez bien et versez le tout dans un pot.
- À l'aide d'un pinceau, étendez la colle sur l'endos des gommettes que vous avez préparées (dessins, images de magazines, formes, etc.).
- Laissez sécher.
- Humectez avec un peu d'eau pour coller.

Source : Leslie Larbalestrier

Colle à gommettes et autocollants

Une variante santé de la colle à gommettes.
Cette colle se conserve au réfrigérateur dans un pot en verre.

Ingrédients

- 4 cuillères à soupe d'eau
- 1 sachet de gélatine
- ½ cuillère à thé de sirop de maïs (facultatif)
- ½ cuillère à café d'extrait de vanille ou de citron

Préparation

- Laissez la gélatine dans l'eau froide pendant 5 minutes.
- Versez 3 cuillères à soupe d'eau frémissante sur la gélatine et remuez jusqu'à dissolution complète de celle-ci.
- Ajoutez ½ cuillère à thé de sirop de maïs ainsi que ½ cuillère d'extrait de vanille ou citron et mélangez.
- Laissez refroidir un peu avant d'appliquer au verso des autocollants et gommettes.
- Laissez sécher les autocollants.

Astuce

Pour la réutiliser, faites-la fondre au bain-marie pour la rendre liquide.

Colle à papier maison (colle de farine)

Ingrédients

- 1 tasse de farine
- 1 cuillère à soupe de sucre
- 1 tasse d'eau

Préparation

- Versez une tasse de farine dans une casserole.
- Ajoutez une cuillère à soupe de sucre à la farine et mélangez.
- Ajoutez une tasse d'eau au mélange dans la casserole.
- Mélangez délicatement à feu doux jusqu'à l'obtention d'une pâte consistante et sans grumeaux, si possible. La colle devrait avoir la consistance d'une sauce béchamel.
- Ajoutez de l'eau si la pâte est trop épaisse.
- Facultatif : ajoutez un peu d'extrait de pépins de pamplemousse. Le pépin de pamplemousse a des propriétés bactéricides. Ajoutez quelques gouttes à la colle, une fois qu'elle a refroidi.

Cette colle se conserve 3 à 4 jours au réfrigérateur.

Astuce

Pour de la colle à papier mâché sans cuisson : dans un plat, mélangez de la farine avec de l'eau, jusqu'à avoir la consistance d'une soupe aux pois. Utilisez tout de suite, appliquez avec les mains. Laissez sécher totalement votre montage en papier mâché avant de le peindre.

Source : Leslie Larbalestrier

Colle à papier (colle de lait)

Ingrédients

- Lait
- Vinaigre
- Bicarbonate de soude
- Essuie-tout
- 2 grands verres
- Tasse
- 1 cuillère à soupe et 1 cuillère à café

Préparation

- Dans une casserole, faites chauffer un grand verre de lait.

Attention, le lait ne doit pas être trop chaud.

- Ajoutez 3 cuillères à soupe de vinaigre et remuez. Le lait forme des grumeaux : il « caille ».
- Posez une feuille d'essuie-tout sur un autre verre en formant un creux. Tenez-le d'une main et versez le lait caillé dans le creux. Pressez doucement le papier, mais attention de ne pas le déchirer!
- Avec la grande cuillère, raclez la pâte blanche qui s'est déposée sur le papier et mettez-la dans une tasse.
- Ajoutez la moitié d'une cuillère à café de bicarbonate. Remuez avec le manche de la cuillère. La pâte devient lisse et brillante.

Astuce

Version simplifiée, rapide et sans cuisson. Versez un peu de lait dans un petit pot et l'étendre à l'aide d'un pinceau. Idéal pour coller des papiers sur du verre!

Source : www.espace-sciences.org/juniors/experiences/la-colle-faite-maison

Source : Leslie Larbalestrier

Colle à papier (colle de riz)

Colle résistante pour collage de papiers. Blanchâtre à l'application, la colle devient transparente en séchant.

Ingrédients

- Eau
- Riz ou farine de riz

Préparation

- Dans 330 ml d'eau, faites cuire environ 1 tasse de riz ou de farine de riz à feu doux. Vous pouvez utiliser un reste de riz qui a déjà cuit ou encore du riz trop cuit.
- Quand le riz sera trop cuit, l'amidon qui y est contenu va se diluer dans l'eau. Le liquide va épaissir et blanchir.
- Ajoutez un peu d'eau si nécessaire et faites recuire.
- Filtrez et laissez refroidir la colle.
- Conservez la colle dans un pot en verre, dans un endroit frais. La colle se conserve d'une à plusieurs semaines.
- Agitez bien avant l'utilisation.
- Vous pouvez également protéger vos collages et dessins en passant une dernière couche de colle sur ceux-ci.

Source : Leslie Larbalestrier

Couronne en feutre ou feutrine

Matériel

- Feutrine
- Fil de coton ou fil à broder
- Rubans
- Élastique
- Boutons, perles de bois et autres décorations

Réalisation

1) Mesurez le contour de tête de votre enfant.

2) Dessinez la forme de votre couronne sur la feutrine. Selon la taille de votre feutrine et la taille du contour de tête de l'enfant, il vous faudra peut-être reproduire deux fois votre modèle.

3) Assemblez les deux bandes de la couronne pour la fermer. Surfilez avec le fil de coton ou de laine.

4) Surfilez tout le pourtour de la couronne, en haut comme en bas.

5) Décorez la couronne selon vos envies. Vous pouvez coudre, broder, ou utiliser le pistolet à colle chaude vos éléments de décoration.

Sources : Sandra St-Laurent
et absolumentdeco.over-blog.com/article-couronne-de-roi-couronne-de-reine-rouge-a-faire-soi-meme-62860033.html

Couronne extensible (avec élastique)

1) Créez une gaine (un tube) de tissu pour y insérer votre élastique. Coupez simplement une bande de tissus 1/12 fois la longueur de votre élastique et 2 ½ fois sa largeur. Pliez la bande en deux sur la longueur.

2) Faites une couture sur l'envers du tissu (les deux endroits se faisant face) sur la longueur. Une fois cousu, retournez votre tube avec une aiguille à tricoter ou une baguette à sushi pour le mettre à l'endroit.

3) En attachant une épingle de nourrice (à couche) sur le bout de votre élastique, glissez-le dans le tube, puis faites avancer l'épingle à travers le tissu avec les doigts.

4) Quand votre élastique aura atteint l'autre extrémité, faites une couture pour empêcher l'élastique de s'échapper. Faites la même chose de l'autre côté. Vous devriez avoir un genre de froufrou qui recouvre votre élastique et le cache.

5) Coudre chaque extrémité du froufrou à la couronne.

Astuce

Vous pouvez aussi décorer le devant de la couronne avant de faire la doublure. Ainsi, vos coutures ne paraîtront pas! Un autre truc est aussi de découper une première forme de couronne (celle du dessus, que vous pouvez avoir déjà décorée), puis d'épingler sur une feuille de feutrine complète avant d'en coudre le contour. Découpez. Ceci évite d'avoir à surveiller que vos deux épaisseurs de couronne coïncident. C'est particulièrement utile si vous faites une couronne avec des « pics » minces ou élaborés. Astuce : vous pouvez aussi décorer le devant de la couronne avant de faire la doublure. Ainsi, vos coutures ne paraîtront pas! Un autre truc est aussi de découper une première forme de couronne (celle du dessus, que vous pouvez avoir déjà décorée), puis d'épingler sur une feuille de feutrine complète avant d'en coudre le contour. Découpez. Ceci évite d'avoir à surveiller que vos deux épaisseurs de couronne coïncident. C'est particulièrement utile si vous faites une couronne avec des « pics » minces ou élaborés.

La course des tortues

Jeu coopératif

Matériel

- Carton
- Crayons-feutres
- Papier collant ou colle
- Pâte à sel
- Peinture

Le plan de jeu

Réalisation

1) Tracez au feutre les chemins pour vos six tortues avec neuf cases par chemin sur un grand carton.

2) Décorez votre plan de jeu selon un thème de votre choix.

Astuce
Vous pouvez le plastifier pour une plus longue durée de vie.

Les pions

1) Modelez six tortues dans la pâte à sel
(la recette est présentée dans ce guide).

2) Faites-les cuire pendant 1 heure, à 350 °F.

3) Peignez-les de la même couleur que vos chemins
(clé de couleur un chemin, une tortue)

Les dés

1) Confectionnez un cube sur lequel vous représentez 1, 2 et 3. Ces nombres peuvent être représentés par des chiffres, des points ou encore des empreintes de doigts de vos enfants.

2) Confectionnez un cube sur lequel vous peindrez une couleur différente sur chaque face selon votre clé de couleur préétablie. Les couleurs représentent les tortues et les chemins.

Astuce
Vous pouvez également réaliser vos tortues avec des coquilles de noix peintes.

Règles du jeu coopératif

- L'enfant ne choisit pas « son » pion, car on joue avec toutes les tortues.
- L'enfant lance les deux dés et fait avancer la tortue dont la couleur est indiquée par le dé d'autant de cases que l'indique le nombre représenté sur le second dé.

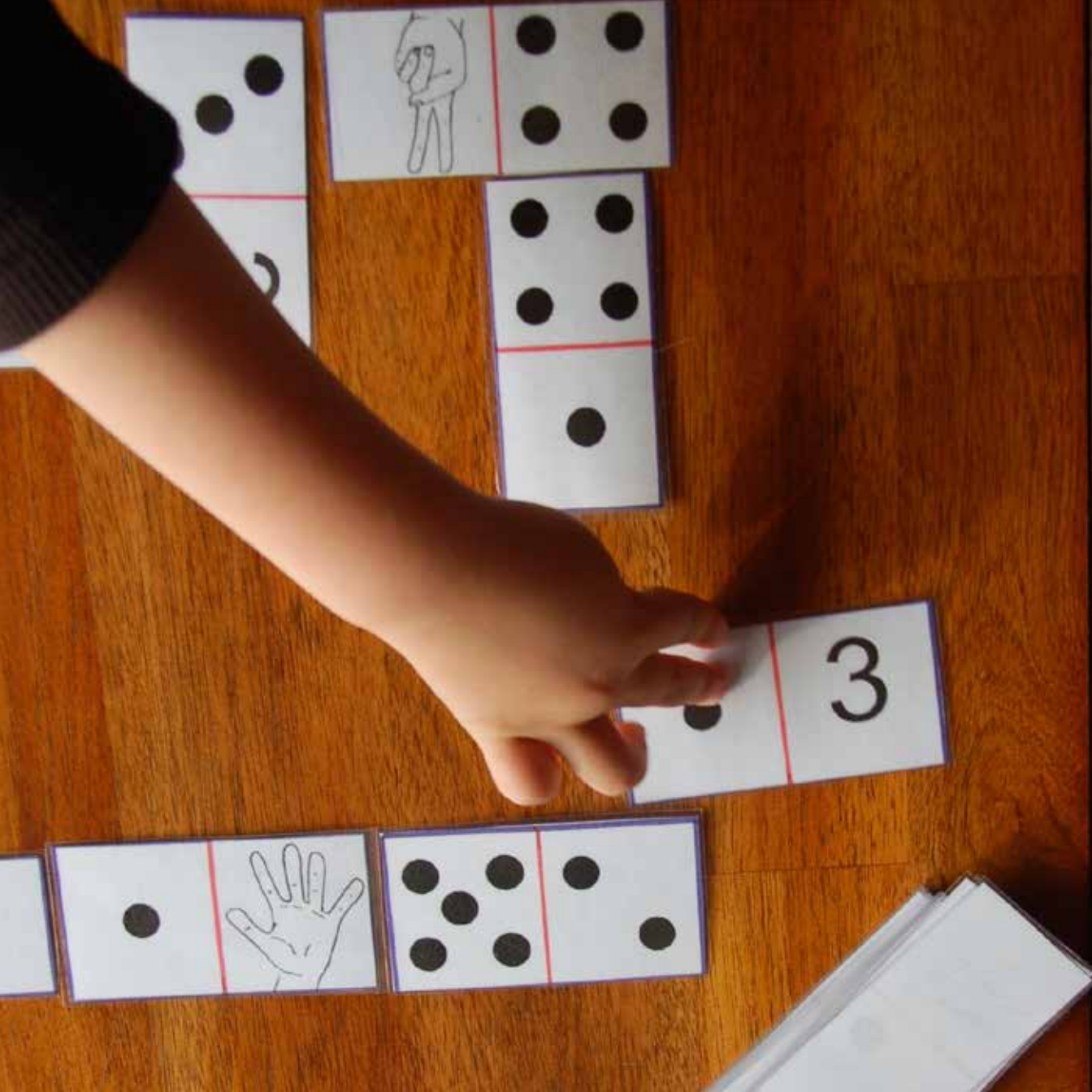
Variantes

A) Chaque enfant choisit une couleur et les joueurs utilisent uniquement le dé des nombres pour avancer.

B) Les enfants jouent uniquement avec le dé des couleurs.

C) Une course à l'envers où la dernière tortue arrivée à la mer est celle qui va gagner.

Source : Leslie Larbalestrier. Jeu réalisé pour des élèves de 2e maternelle (4 ans) en Belgique.


3

Dominos

Matériel

- Papier découpé en rectangles de même taille pour faire les pierres du domino.
- Illustrations à coller sur les dominos.
- Papier transparent autocollant (facultatif).

Réalisation

1) Marquez une séparation au centre de chaque pierre de domino.

2) Collez une illustration sur chaque moitié et plastifiez le tout pour une durée de vie plus longue du jeu.

3) Associez les mêmes images ou nombres.

4) Ce jeu peut aussi se réaliser avec des textures, des formes, de couleurs, des moitiés à assembler, des nombres, des animaux et leur famille ou habitat, associer des ombres à la bonne image colorée, des concepts, voire pour les enfants plus âgés, des notions mathématiques (addition, soustraction, etc.).

Astuce
Internet offre de nombreux dominos prêts à imprimer, mais libre à vous de créer les vôtres.

Domino de Saint-Nicolas

Domino des moitiés

Source : Leslie Larbalestrier

Doudou-étiquettes

Matériel

- Des restes de tissu, environ 20 cm x 20 cm
- Des chutes de coton, rubans, étiquettes
- Des épingles pour fixer les étiquettes
- Du fil à coudre et une aiguille

Réalisation

- Découpez deux carrés de tissu, ajoutez 1 cm de marge pour la couture. Préparez vos étiquettes en variant les longueurs et les largeurs.

- Sur l'endroit d'un carré, fixez les étiquettes avec des épingles en les faisant déborder dans la marge de couture. Cousez-les au point droit.
- Quand toutes vos étiquettes sont cousues, placez l'autre carré sur celui avec les étiquettes, endroit contre endroit. Bâtissez et cousez au point droit en laissant une ouverture d'environ 6 cm au milieu d'un côté pour pouvoir retourner facilement votre doudou sur l'endroit.
- Retournez le doudou et remplissez-le avec de la laine ou des morceaux de tissu. Vous pouvez aussi y mettre un grelot, ou y étaler un carré de sac de plastique (ça fait du bruit quand bébé tord ou agite le doudou).

- Refermez l'ouverture en cousant au point invisible.
- Surpiquez tout le tour du doudou (point droit ou zigzag) à un millimètre du bord pour une meilleure solidité de l'ouvrage.

Source : Leslie Larbalestrier

Halli-Galli des petits

Le Halli-Galli est un jeu d'observation et de rapidité. Le joueur qui a le plus de cartes à la fin de la partie a gagné. Ce jeu existe en commerce, mais il est possible de fabriquer le vôtre, selon les intérêts et l'âge de votre enfant.

Matériel

- Un vieux jeu de cartes ou des cartes que vous fabriquerez vous-même.
- Une sonnette ou une petite cloche.
- Des images thématiques à coller sur le jeu de cartes.

Réalisation

1) Choisissez le thème et les notions à exploiter (couleurs, formes, nombres, etc.)

2) Collez vos images thématiques sur les cartes à jouer et plastifiez le tout.

3) Prenez un objet pouvant servir de sonnette et vous voilà prêt à jouer.

Source : Leslie Larbalestrier, d'après le cours de « Mathématiques aux enfants » de l'École Normale de Braine-le-Comte, Belgique.

Halli-Galli des couleurs, à partir de 3 ans

Règles du jeu Pour les plus jeunes
Associer les paires identiques (couleurs, formes, objets, etc.).

Pour les plus vieux
Associer les paires en travaillant la lecture, une langue étrangère ou encore travailler les mathématiques (véritable règle du jeu Halli-Galli).

- Divisez la totalité du paquet selon le nombre de joueurs, cartes faces cachées.
- Au signal, en même temps, tous les joueurs retournent une carte sur la table. (Si vous jouez à deux, chaque joueur reçoit deux piles de cartes.)
- Le premier qui remarque une paire fait tinter la cloche et s'empare de la paire en question. Le jeu continue jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de paires visibles.
- Tous les joueurs retournent alors une autre carte qu'ils posent au-dessus de celle précédemment tournée.
- La partie s'achève lorsque tous les joueurs ont retourné leurs cartes et qu'aucune paire n'est visible.
- Le gagnant est celui qui a amassé le plus de cartes.

Autres variantes d'Halli-Galli

Halli-Galli des blasons, thème médiéval, à partir de 4 ans.

Halli-Galli des nombres (addition et soustraction), à partir de 5 ans.

Mobile de stimulation pour bébé

Matériel

- Deux exemplaires des illustrations désirées
- Carton rigide
- Colle
- Ciseaux
- Anneau métallique

Réalisation

1) Collez l'illustration désirée sur le carton rigide et découpez autour.

2) Pour les images carrées, pliez l'image en deux et avec son homologue, collez leurs parties supérieures ensemble de façon à obtenir la forme d'un T. Choisissez une autre image carrée et collez-la sur la partie plane. Voir le schéma illustré ci-contre.

3) Pour les images rondes, coupez une ligne horizontale jusqu'au centre de l'image.

Collez ensemble les deux parties adjacentes à la découpure de façon à obtenir le ¼ d'une boule. Collez 4 quarts afin d'obtenir une boule complète. Voir l'exemple illustré ci-contre.

4) À l'aide d'un poinçon, percez les images afin d'y introduire le fil qui relie l'image au cerceau de métal.

5) Suspendez-le à l'endroit désiré.

Sources : Stéphanie Moreau, responsable du programme « Papas, mamans et bébés en santé », Yukon et Marie-Stéphanie Gasse du programme « Familles en santé » du Yukon.

Nez du clown

Une variante de la queue de l'âne. Idéal pour une fête d'enfants, ceux-ci s'amuseront comme des petits fous.

Matériel

- Une grande feuille
- Des feutres
- Un petit pot pour le nez, décoré de papier rouge
- De la gommette ou autre
- Un bandeau pour les yeux

Réalisation

1) Dessinez le clown et coloriez-le.

2) Installez l'affiche sur un mur.

3) Fabriquez le nez.

But du jeu

Les yeux bandés, l'enfant doit mettre le nez au bon endroit sur le visage du clown.

Source : Leslie Larbalestrier

Oeufs en bois
(oiseaux d'Amérique du Nord)

Matériel

- Œufs en bois
- Peinture pour bois
- Pinceaux
- Livre de référence sur les oiseaux d'Amérique du Nord

Réalisation

1) À l'aide d'un ouvrage de référence, choisissez douze œufs à reproduire.

2) Réalisez un petit référent pour votre enfant reprenant les photos et de courtes informations sur l'œuf, l'oiseau ainsi que toute autre information que vous jugez pertinente.

But du jeu

Laissez votre enfant découvrir les œufs, les observer, les comparer avec votre référent. Ensuite, lors d'une promenade, tentez d'identifier les oiseaux de votre référentiel. Discutez de l'importance de leur habitat. Créez des petites fiches aide-mémoire contenant de grands traits distinctifs pour chaque oiseau. On peut adapter le modèle en s'inspirant d'oiseaux d'autres zones géographiques qui présentent des caractéristiques fort différentes (ex. : Afrique, Îles, migrateurs, etc.).

Astuce

Utilisez une brosse à dents usagée pour faire des textures d'éclaboussures, et des éponges pour certaines marques imprimées ce qui donnera de la texture à vos œufs et un coup d'œil très réaliste! On peut trouver facilement des œufs en bois de différentes tailles sur le site Internet www.etsy.com.

Source : Sandra St-Laurent

Pâte à modeler maison
- avec cuisson

Ingrédients

- 2 cuillères à thé d'huile
- 1 tasse de farine
- ½ tasse de sel
- 2 cuillères à thé de crème de tartre
- 1 tasse d'eau
- Colorant alimentaire

Préparation

1) Chauffez l'huile.

2) Ajoutez la farine, le sel, l'eau, la crème de tartre et le colorant alimentaire.

3) Mélangez bien et cure environ 3 minutes, jusqu'à épaississement de la pâte.

4) Retirez du feu et laissez refroidir sur du papier ciré.

5) La pâte se conserve au réfrigérateur dans une boîte en plastique.

- sans cuisson

Ingrédients

- 1 tasse de sel
- 2 tasses de farine
- 1 tasse d'eau
- 3 cuillères à soupe d'huile végétale
- Colorant alimentaire ou poudre de type « Jell-O »

Préparation

1) Mélangez tous les ingrédients.

2) Cette pâte à modeler se conserve au réfrigérateur dans une boîte hermétique ou dans un sac en plastique.

Variantes

Il est possible de fabriquer de la pâte à sel odorante : senteur de café, chocolat, cannelle, etc. Ajoutez une tasse de café ou de chocolat en poudre, noix de coco râpée ou cannelle à la pâte à sel et mélangez bien.

Pâte à sel

Une activité incontournable pour les petits! La pâte à sel se conserve une semaine au réfrigérateur emballée dans un sac de plastique. Mettez-la à température ambiante 30 minutes avant de la manipuler.

Avant de la cuire, il est conseillé de la laisser sécher dans un endroit sec pendant environ douze heures. Faites cuire au four environ 2 heures à une température entre 170 °F et 230 °F (75 °C et 110 °C). Surveillez régulièrement la cuisson.

Ingrédients

- 1 portion de sel
- 1 portion d'eau
- 2 portions de farine

Préparation

1) Mélangez bien le sel et la farine.

2) Si vous désirez colorer la pâte à sel, il est préférable de mettre le colorant alimentaire, la gouache ou la peinture dans l'eau afin d'avoir une couleur uniforme.
3) Ajoutez l'eau petit à petit. Pétrissez bien avec les mains.
C'est prêt!

Conseils

- Préparez une pâte bien sèche, car les enfants ont les mains chaudes, la pâte risque d'être trop molle et de coller à leurs doigts.
- Si la pâte est trop molle ou trop collante, rajoutez de la farine.
- Si elle semble dure, se déchire ou s'émiette, rajoutez un peu d'eau et pétrissez-la longuement jusqu'à ce qu'elle devienne bien souple.

Source : Leslie Larbalestrier

Source : Leslie Larbalestrier

Peinture au « Jell-O »

Matériel

- De la poudre « Jell-O » de la couleur de votre choix
- De l'eau
- Un récipient pour contenir le tout

Préparation

1) Mélangez un peu de « Jell-O » et l'eau, et laissez l'enfant explorer.

Votre enfant aura autant de plaisir à peindre avec ses doigts qu'à déguster sa peinture.

Peinture en gel à base de farine

La peinture produite grâce à cette recette est parfaite pour faire de la peinture au doigt sur papier et corporelle. Il est à noter qu'elle ne possède qu'un faible pouvoir couvrant. Elle a l'avantage d'utiliser des ingrédients très communs, de mettre très longtemps à sécher à l'air libre et de se conserver au réfrigérateur plusieurs semaines.

Ingrédients

- 4 ¼ tasses d'eau
- 1 tasse de farine
- ½ tasse de sucre
- 3 cuillères à soupe de sel
- Colorant alimentaire

Préparation

1) Versez le tout (sauf la couleur) dans une casserole et faites cuire en brassant sans arrêt jusqu'à ce qu'apparaisse la consistance gélatineuse (environ 7 minutes).

2) Laissez refroidir.

3) Versez le mélange obtenu dans des petits pots et rajoutez le colorant alimentaire, mélangez bien le tout et laissez refroidir avant d'utiliser.

Conseils

- Bien mélanger la couleur avant chaque utilisation.
- Avant de refermer le couvercle, il est important de bien essuyer le pourtour du pot et l'intérieur du couvercle, car en séchant la peinture adhère au couvercle et cela devient ensuite difficile à ouvrir.
- Pour de meilleurs résultats, utilisez du papier cartonné un peu brillant et appliquez la peinture (avec la base d'un rouleau en carton par exemple) plutôt que l'étaler avec un pinceau.

Sources : fr.ekopedia.org/Bricolages_pour_enfants www.cabaneaidees.com/2011/09/peintur/#comments

Peinture Puff

Une idée originale qui plaira à coup sûr aux enfants. Attention, la supervision d'un adulte est nécessaire lors de cette activité.

Ingrédients

- 1 cuillère de farine
- 1 cuillère de sel
- Un peu de levure sèche (pas de poudre à pâte)
- Du colorant alimentaire

Préparation

1) Mélangez tous les ingrédients dans de petits contenants et ajoutez de l'eau jusqu'à une bonne consistance (pas trop liquide).

2) Dessinez avec un coton-tige, un pinceau ou les doigts sur un morceau de carton assez épais. Attention, il faut mettre suffisamment de peinture pour qu'elle gonfle au four à micro-ondes.

3) Plus il y a de « flaques » de peinture et plus ça gonfle.

4) Une fois votre dessin terminé, mettez-le 30 secondes au four à micro-ondes.

Source : lesptitspieds.blogs.marieclaireidees.com/archive/2010/06/17/dessins-a-la-peinture-puff.html

11

Personnages de bois

Pour peindre des personnages en bois, c'est tout simple : il suffit de trouver les formes désirées, sortir sa peinture, ses pinceaux et un peu d'imagination fait tout le reste! On trouve toutes sortes de formes simples en bois non fini et à prix abordable sur Internet. Vous pouvez facilement compléter l'univers de vos personnages par des petites voitures trouées où « asseoir » vos bonshommes, des luges, des canoës, etc. Les enfants adorent les teindre avec du colorant alimentaire ou de la peinture aquarelle (à eau). Utilisez vos carrés de soie colorés ou foulards pour créer des lacs, des montagnes, des grottes.
Des heures de plaisir et de création à l'horizon!

Matériel

- Personnages ou formes en bois
- Peinture
- Pinceaux
- Cure-dent
- Huile de lin, cire d'abeille ou huile d'olive

Réalisation

1) Placez votre forme dans la paume de votre main, la tête entre les doigts. Commencez par peindre les cheveux, barbe et moustache au besoin. Si vous envisagez de faire une famille avec des cheveux de la même couleur, prévoyez de mélanger suffisamment de couleur pour couvrir la tête de toute la famille.

2) Attendez le temps du séchage, puis peignez les autres éléments du visage. Un cure-dent peut être utile pour faire les détails comme les yeux. Sachez que certaines écoles de pensée préfèrent garder les traits du visage indistincts pour leurs poupées et personnages afin d'être plus inclusif.

3) Peignez les vêtements des personnages et décorez leurs cheveux au besoin.

Source : Sandra St-Laurent.

Source : Leslie Larbalestrier, enseignante préscolaire.
Jeu mathématique réalisé pour des élèves de 1re année maternelle (2 1/2-3 ans), Belgique.

Quips

Matériel

- Une planche de carton-plume (*foam core*)
- De la gouache maison, des crayons ou de l'écoline
- Des tenons en bois (chevilles)
- Papier transparent autocollant

Mise en garde **ATTENTION** : ce jeu contient des petites pièces qui ne conviennent pas aux enfants de moins de 3 ans.

Planches de jeu

1) Choisissez un dessin et coloriez-le.
2) Collez le dessin sur le support en carton plume (forme de votre choix) et recouvrez-le avec le papier transparent autocollant.
3) À l'aide d'un capuchon de crayon-feutre du même diamètre que les tenons, faites des trous dans votre planche de jeu, en faisant correspondre l'emplacement des trous avec la couleur des tenons.

Pions

1) Peignez des tenons de bois de différentes couleurs en lien avec les couleurs de vos illustrations.

But du jeu

Les règles sont évolutives selon l'âge de votre enfant.
- Au départ, il s'agit d'associer les couleurs (tenons-trous).
- Vous pouvez jouer avec des dés de couleur ou de nombre.
- Jeu de société coopératif : un enfant prend un tenon dans un sac et ensemble les enfants doivent compléter toutes les planches avant l'arrivée du loup. Pour cette option, rajoutez des tenons d'une couleur qui n'est dans aucune planche de jeu + casse-tête de loup à reconstituer...

Ex. : Un tenon gris pigé = un morceau du loup à assembler.

Recycler les crayons de cire

Matériel

- Des crayons de cire trop petits pour être utilisés par les enfants
- Un moule en silicone (ex. : moules à biscuits)

Réalisation

1) Enlevez le papier qui entoure les crayons de cire.

2) Regroupez les pastels par couleur ou selon les envies de l'enfant dans des petits moules en silicone. Vous pouvez créer de nouveaux crayons de la forme de vos moules (fleurs, trains, cœurs, etc.).

3) Mettez au four et laissez fondre. Surveillez l'opération.

4) Démoulez-les lorsqu'ils sont froids au toucher.

5) Laissez refroidir encore quelques minutes avant d'utiliser.

Astuce

Pour des crayons originaux, vous pouvez aussi verser vos pastels devenus liquides dans un vieux tube de colle bien nettoyé et sec.

Les crocodiles
sur le bord du Nil
Une jolie coccinelle
Dans la ferme à Mathurin
Hi Ha hi Ha ho
Y'a des centaines de chiens
Hi Ha hi Ha ho
Y'a des wouf par-ci
Y'a des wouf par-là
Y'a des wouf, y'a des wouf
Y'a des wouf wouf wouf
Dans la ferme à Mathurin

Sac à chansons

Les petits adorent cette activité et les plus grands ont beaucoup de plaisir à compléter leur sac à chansons.

Matériel

- Sac en tissu
- Cartes illustrant les chansons. Ces cartes peuvent être décorées par les enfants. Les paroles peuvent être écrites au verso des cartes.
- Petits instruments pouvant être manipulés par les enfants (facultatif).

Directives pour le jeu

1) Prenez une carte dans le sac.

2) Observez l'illustration et devinez de quelle chanson il s'agit.

3) Et c'est parti pour les vocalises!

Variante

Proposez un petit sac avec des cartes d'instruments de musique. L'enfant prend une carte chanson et une carte instrument, il peut alors chanter en s'accompagnant d'un instrument.

Source : Leslie Larbalestrier

Tablier de cuisinier

Matériel

- Un patron de tablier
- Tissu (taille 2 à 3 ans : environ 50 cm x 35 cm)
- 2 à 3 mètres de biais
- Fil à coudre assorti à couleur de votre tablier

Réalisation du tablier

1) Coupez le tissu en suivant le patron.

2) Si vous désirez ajouter une poche au tablier :
coupez deux morceaux de la grandeur désirée.
Coudre le pourtour en posant le tissu endroit contre endroit.
Laissez une ouverture et retournez. Coudre le biais à cheval sur le haut de la poche et coudre la poche sur votre tablier.

3) Si vous voulez ajouter des motifs à votre tablier, les coudre au point zigzag.

4) Coudre le biais sur le haut de votre tablier.

5) Coudre le biais à cheval sur le bas du tablier.

6) Coudre le biais à cheval sur les côtés du tablier en laissant 50 cm de biais et 45 à 50 cm pour le tour de cou.

7) Repassez le tablier et le tour est joué.

Astuce

Vous pouvez ajuster le cordon dans le cou en cousant séparément un long biais et y mettre du velcro. L'enfant peut donc ajuster la hauteur du tablier lui-même.

Sources : Leslie Larbalestrier et www.petitcitron.com/index.php/Vetements-d-enfants/tablier-denfant.html

Teindre de la soie

La soie est un tissu fort intéressant qui offre une myriade de possibilités. C'est un matériau polyvalent qui convient bien à l'imagination débordante des enfants. Achetée naturelle, on peut la teindre soi-même de façon non toxique, et offrir à vos enfants des jouets sécuritaires, de qualité et à un prix abordable.

Utilisations

- Costumes d'enfants (capes, jupes, ailes, voiles, etc.).
- Jeu de cachette pour les poupons.
- Éléments de décor pour les jeux : rivière bleue, prairie verte, caverne mauve, plage jaune, etc.
- Hamac de poupée, ciel de lit (canopy), tentes.
- Accessoires pour danser sur de la musique.
- Accessoires pour apprendre les couleurs.
- Accessoires pour le développement sensoriel de l'enfant.

Quelques fournisseurs :

- Maiwa (Vancouver, C.-B) : www.maiwa.com/
- Dharma Trading (San Rafael, Californie) : www.dharmatrading.com
- Maplerose (Nelson, C.-B) : www.maplerose.ca

Astuce

La soie Habotai 8 mm est recommandée pour sa souplesse et sa durabilité. Un format de 35 x 35 pouces ou 88,9 x 88,9 cm donnera un carré qui pourra être transformé en cape, jupe, hamac pour poupées, etc. On peut l'acheter en ligne pour un prix variant de 2 à 5 $.

Astuce

Plus on joue avec la soie et plus elle devient douce! Pour l'entretien, la soie peut être lavée à la main, à l'eau froide et remise à sécher à l'air. Pour un effet batik : faire des nœuds dans la soie avant de la tremper ou nouer des élastiques sur la soie. Ces zones ne seront pas colorées. Pour un effet arc-en-ciel : alterner des portions de votre soie d'un contenant coloré à un autre.

Sources : Sandra St-Laurent et www.makebabystuff.com

Suite : Teindre de la soie

Matériel

- Soie
- Teinture alimentaire ou trois sachets de jus « Kool-Aid » par couleur désirée
- Vinaigre blanc
- Eau chaude
- Paire de gants

Réalisation

1) Mettez les soies dans un chaudron d'eau très chaude et ajoutez 3 tasses de vinaigre blanc pour préparer la soie.

2) Mettez vos gants pour préparer la teinture, car même le « Kool-Aid » tache les doigts.

A) « Kool-Aid » : ouvrez trois sachets d'une même couleur que vous versez dans un contenant pour la teinture. Note : les contenants de plastique peuvent être colorés par le mélange.

B) Colorant alimentaire : ajoutez quelques gouttes (20 gouttes pour une couleur riche et vibrante) sinon, réduire au choix pour obtenir des couleurs pastel.

3) Ajoutez 2 tasses de vinaigre blanc et quelques tasses d'eau chaude et mélangez bien.

4) Immergez votre soie dans le contenant de couleur et tournez jusqu'à ce que la soie soit complètement mouillée. Pour une couleur égale, continuez à mélanger de façon uniforme. Pour un effet moiré, laissez tremper sans remuer. Après 2 minutes, la teinture aura été absorbée par la soie, laissant une eau claire. Parfois, un dépôt blanchâtre se forme (normal).

5) Retirez la soie du contenant et rincez-la à l'eau froide, jusqu'à ce que l'eau soit claire (2 à 3 minutes). **Note :** les couleurs rouge et mauve pour le « Kool-Aid » prennent plus de temps à rincer.

6) Suspendez pour sécher en prenant garde à ce que les soies de différentes couleurs ne se touchent pas lors du séchage pour éviter un transfert de couleur sur une autre soie.

Théâtre d'ombres

Cette activité est source de plaisir pour les enfants. Ils adorent créer leurs propres silhouettes pour ensuite inventer des histoires abracadabrantes. Une superbe activité qui laisse libre cours à leur imagination débordante!

Matériel

- Carton plume (foam core) ou carton de récupération
- Papier blanc ou fin tissu blanc
- Images noires
- Acétates colorés (facultatif)
- Bâtonnets de bois
- Colle
- Lampe

Réalisation

1) Réalisez le théâtre dans le carton plume. Le papier blanc sert d'écran.

2) Fabriquez les silhouettes en imprimant des images noires. Il est important que les deux côtés soient noirs.

3) Pour insérer de la couleur dans la silhouette, insérez des acétates de couleur entre les deux faces.

4) Collez les images sur un pic à brochette.

Utilisation

Dirigez la lampe vers l'écran et animez les silhouettes devant la lumière. Plaisir garanti pour les petits et les grands!

Astuce

Vous trouverez des idées d'animation de théâtre d'ombres en consultant le site suivant : ombres-et-silhouettes.wifeo.com/sites-signales.php

Source : Leslie Larbalestrier. Marionnettes inspirées des modèles présentés sur le site lesmontreursdombres.com

ESSENCE
EPICERIE

T-shirt de massage pour papa et enfant

Matériel

- 1 T-shirt
- Feutres pour tissu
- Peinture pour tissu
- Petites voitures
- Planche et fer à repasser

Réalisation

1) Repassez le T-shirt sur lequel vous allez peindre et dessiner.

2) Dessinez des routes, des bâtiments avec les feutres, peignez l'intérieur des édifices avec de la peinture pour tissu.

3) Laissez sécher.

4) Lorsque la peinture et le feutre sont bien secs, mettez le T-shirt sur l'envers, fixez les couleurs avec un fer chaud. Et puis, vroum! vroum!

Entretien

Le T-shirt peut se laver à la machine, sur l'envers. Idéalement, pas de séchage en machine.

Sources : Leslie Larbalestrier et pinkandgreenmama.blogspot.fr/2012/06/homemade-fathers-day-gift-backrub-t.html

Astuce

Alternez différentes couleurs pour des effets colorés. On peut ensuite couper le bout des bandelettes du tutu bien droites et égales pour un effet « ballerine » ou encore couper le bout des bandelettes de biseau pour un effet « fée ».

Tutu sans couture

Matériel

- 12 mètres de tulle souple (plus le tulle est souple, plus le tutu est confortable).
- Un élastique. Note : choisir un élastique tressé qui ne se retourne pas (non twisting) dans le rayon de couture.

Réalisation

1) Découpez le tulle dans le sens de la longueur tout au long de la pliure.

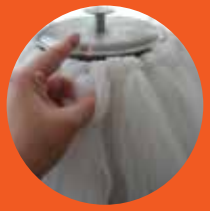
2) Coupez ces deux pans de tulle en petites bandes de 15 à 20 cm de large. (Les bandes feront environ 60 cm de long.)

3) Placez l'élastique autour de votre genou ou d'un contenant rond.

4) Pliez la bande en deux et passez sous l'élastique.

5) Faites un nœud coulant.

6) Répétez jusqu'à ce que tout l'élastique soit recouvert par les bandelettes.



Sources : Sandra St-Laurent et abcdelf.canalblog.com/archives/2011/04/01/20789148.html (en français) ainsi que www.skiptomylou.org/2011/11/01/no-sew-tutu-tutorial/ (en anglais, mais belles photos pour des explications pas à pas).

Bon à savoir

Canadiens en santé

De l'information et des conseils en matière de jouets
www.canadiensensante.gc.ca/kids-enfants/toy-jouet/index-fra.php

Conseils de sécurité en matière de jouets

Dépliant de Santé Canada
http://www.hc-sc.gc.ca/hl-vs/iyh-vsv/prod/toys-jouets-fra.php

Jouets dangereux

Liste des rappels de Santé Canada.
Inscrivez-vous à la liste de diffusion pour recevoir les avis électroniques.
http://www.canadiensensante.gc.ca/recall-alert-rappel-avis/index-fra.phpJouets toxiques, le danger invisible

Reportage de Arte du 18/12/2012
www.youtube.com/watch?v=Vo0KeoUH6sg

Protéger les enfants en évitant les substances toxiques
Guide PDF du Women in Europe for a Common Future (France)
www.wecf.eu/francais/publications/index.php

Une liste de fabricants et de fournisseurs en jouets « santé » se trouve à la fin de ce guide.

Remerciements

Plusieurs personnes ont fourni de l'information et des idées pour ce guide. Le Partenariat communauté en santé (PCS) tient àremercier les personnes suivantes pour leur collaboration. Leslie Larbalestrier : recherche, compilation du guide, créations de jeux et de jouets, photos et essais sur le terrain. Marie-Claude Nault : conceptualisation et graphisme, montage et photos. Sandra St-Laurent : coordonnatrice du projet, recherche et rédaction, création de jouets et photos.

Et surtout, les enfants, pour leur passion du jeu et leur rétroaction à propos des activités proposées. Sans eux, ce guide n'aurait pas été ce qu'il est devenu. Apparaissent dans les photos : Camille Cashaback St-Laurent, Chloé Cashaback St-Laurent, Adrien Grégoire, Gabriel Grégoire, Jacob Oleshack et Maxime Oleshack.

Un remerciement spécial à France Garceau de La garderie du petit cheval blanc (Yukon) pour le modèle initial du chapeau de chef utilisé pour leur projet « Cultivez l'avenir »; à Stéphanie Moreau du Programme « Mamans, papas et bébés en santé » et à Marie-Stéphanie Gasse du programme « Familles en santé » au Yukon pour le mobile de stimulation des bébés; à Karen Éloquin pour avoir partagé quelques photos illustrant ses magnifiques balles feutrées; à Fabiola Perez-Sitko pour nous avoir permis d'inclure une photographie de ses splendides poupées de laine de type « Waldorf »; à Françoise La Roche pour son œil de lynx et son cœur d'artiste qui ont été mis à profit lors de la révision de ce guide.

Ce guide est dédié à Chalia Tuzlak qui, par sa présence et ses connaissances, a su inspirer et sensibiliser des centaines de familles yukonnaises à l'importance de choisir des jeux et jouets santé pour nos enfants. Son grand respect pour la nature et sa sensibilité à la magie de la petite enfance font d'elle une source d'inspiration intarissable. Elle est de ces pionnières qui ont su faire valoir l'importance de la santé dès la petite enfance. Chalia est une jardinière de cœur et d'esprit qui par son exemple a fait germer des graines remplies d'imaginaire, d'amour et de douceurs dans son entourage. Elle a le mérite de savoir présenter avec simplicité et patience une façon de faire différente qui fait appel à notre respect de la Nature, mais aussi de l'humanité. Nous espérons maintenant que la récolte portera ses fruits…

L'équipe

Leslie Larbalestrier

Enseignante préscolaire belge vivant au Canada depuis de nombreuses années, Leslie travaille comme éducatrice en petite enfance et partage son temps entre son fils Adrien, la confection de chocolats et de gourmandises belges, l'artisanat, les voyages, la Belgique, le Yukon et le Québec. Lorsqu'elle était petite, elle aimait beaucoup jouer à la maîtresse d'école avec ses poupées et passait le reste de son temps libre le nez fourré dans les livres. Devenue maman, elle est à la recherche d'activités, des jeux et d'occupations « santé » pour son enfant.

Marie-Claude Nault

Accessoiriste de plateau secteur jeunesse à Montréal, Marie-Claude y a travaillé plus de dix ans. Ce fut pour elle une expérience créatrice incroyable. Mais le stress des grandes villes ayant fait son chemin, elle décide de plier bagage et de partir à la recherche d'une vie plus simple. Elle déménage au Yukon dans une petite cabane en bois rond, sans eau courante, chauffée au bois, au milieu des montagnes. C'est au journal l'Aurore boréale qu'elle retourne à sa passion pour les médias; domaine dans lequel elle a étudié. Elle y travaille depuis sept ans comme graphiste et responsable de la publicité. Aujourd'hui maman de deux enfants, Jacob, 4 ans et Maxime, 2 ans, son désir de simplicité prend tout son sens. Elle apprécie ces beaux moments passés en forêt avec ses enfants, à la recherche de trésors pour le prochain projet!

Sandra St-Laurent

Anthropologue de la santé formée en médecine tropicale et développement international, Sandra s'est réfugiée dans la chaleur du Nord pour devenir directrice du Partenariat communauté en santé (PCS), au Yukon, il y a plus de dix ans. Artiste à ses heures, elle profite du fait d'être ambidextre pour occuper ses deux mains à créer toutes sortes de jouets pour ses deux lucioles, Camille et Chloé. Lorsqu'elle était petite, elle jouait à organiser de salissantes expéditions en nature pour ses poupées ou à monter d'extravagants spectacles costumés. Devenue maman, elle rêve d'écrire des histoires rocambolesques et de créer des jouets « santé » pour ses petites, et ainsi de contribuer à faire monter des petites bulles de joie dans leur cœur.

Sources

Certaines idées d'activités et renseignements ont été extraits ou adaptés de livres, de publications et de ressources qui se retrouvent sur Internet. Un grand merci à tous ceux et celles qui partagent ainsi leurs connaissances et leurs expériences avec le grand public! Votre engagement à fabriquer des jeux et jouets « santé » ou « maison » pour les enfants est une véritable source d'inspiration!

Livres

- Petits cadeaux en laine cardée, technique de l'aiguilletage, B.Casagranda, Éditions Ouest-France, 2006.
- 40 créations originales en couture pour les enfants et leur maman, L.Gheno, Editions Créapassions, 2009.

Les sites et blogues de création suivants ont été consultés durant la préparation de ce guide

- absolumentdeco.over-blog.com/article-couronne-de-roi-couronne-de-reine-rouge-a-faire-soi-meme-62860033.html
- auxpetitesmains.net
- bcdelf.canalblog.com/archives/2011/04/01/20789148.html
- consomamantrice.blogspot.ca/2009/02/recycler-les-bouts-de-crayons-de-cire.html
- easypeasycraft.blogspot.ca/2011/09/yarn-wig-tutorial.html
- fr.ekopedia.org/Bricolages_pour_enfants
- leonpasurlesmurs.canalblog.com/archives/2009/04/08/13302390.html
- lesjeuxdeugenie.free.fr/
- lesmontreursdombres.com/
- lespetitspiedscanadiens.blogspot.ca/2012/07/legumes-en-papier.html
- lesptitspieds.blogs.marieclaireidees.com/archive/2010/06/17/dessins-a-la-peinture-puff.html
- maternellecolor.free.fr/jeux/Index.html
- nounoubricabrac.centerblog.net/
- ombres-et-silhouettes.wifeo.com/sites-signales.php
- pinkandgreenmama.blogspot.fr/2012/06/homemade-fathers-day-gift-backrub-t.html
- pinkandgreenmama.blogspot.fr/2012/06/homemade-fathers-day-gift-backrub-t.html
- situveuxjouer.com/
- sugarnspicecreations.blogspot.ca/2012/10/wig-tutorial.html

Suite : Sites et blogues

- thismamamakesstuff.com/how-to-rapunzel-yarn-wig-tutorial/
- tipirate.net/imprimer
- uneamedenfant.canalblog.com/
- weefolkart.com/content/fairy-ribbon-rings
- www.atelier-montessori.com/blog/
- www.cabaneaidees.com
- www.cabaneaidees.com/2011/09/peintur/#comments
- www.canadiensensante.gc.ca/kids-enfants/toy-jouet/index-fra.php
- www.canadiensensante.gc.ca/recall-alert-rappel-avis/index-fra.php
- www.chantdesfees.fr
- www.consoglobe.com/jouets-ecologiques-guide-achat-cg
- www.ecoconso.be/Les-etiquettes-sans-prise-de-tete,550
- www.espace-sciences.org/juniors/experiences/la-colle-faite-maison
- www.hc-sc.gc.ca/hl-vs/iyh-vsv/prod/toys-jouets-fra.php
- www.makebabystuff.com
- www.momes.net
- www.petitcitron.com/index.php/Vetements-d-enfants/tablier-denfant.html
- www.skiptomylou.org/2011/11/01/no-sew-tutu-tutorial/
- www.tomlitoo.com/
- www.wecf.eu/francais/publications/2011/publications-toysguide.php
- www.wecf.eu/francais/publications/index.php
- www.who.int/ifcs/champions/booklet_web_fr.pdf
- www.youtube.com/watch?v=Vo0KeoUH6sg

Quelques fabricants et distributeurs de jouets

- www.bioviva.com/
- www.bojeux.com
- www.fousdelire.ca
- www.gladius.ca
- www.grimms.eu
- www.haba.de
- www.holztiger.de
- www.lemandragore.com
- www.ludikquebec.com
- www.ostheimer.de
- www.plantoys.com
- www.renaud-bray.com
- www.scorpionmasque.com
- www.spielzeug-kraul.de/

Société Santé en français
Health Canada
Santé Canada
Partenariat communauté en santé (PCS)