

CAPSULE PÉDAGOGIQUE

Juillet-août 2020



Ah! Les Vacances

Après avoir vécu un printemps rempli de stress, nous avons toutes hâte de tomber en vacances, même si elles sont pleines de restrictions cette année. Avec la distanciation et les mesures d'hygiène à respecter, on ne pourra pas s'éloigner bien loin de chez nous.



En étant RSG, quand les vacances arrivent, nous avons envie d'un peu d'évasion, étant donné que notre cour est notre lieu de travail. Cet été, nous devons donc user d'imagination pour profiter de cet espace de façon différente.

En se fermant les yeux, on peut rêver qu'on est ailleurs. Pourquoi ne pas s'imaginer sur une plage, une légère brise qui souffle sur notre visage et les pieds qui baignent dans l'eau de la mer. Quel beau moment de détente sans cris d'enfants! *«Quand je me réveille, je réalise que j'ai les deux pieds dans le plat à vaisselle et que c'est le ventilateur qui souffle sur mon visage, mais ce n'est pas grave... j'ai quand même profité de ce moment quelques minutes».*



Blague à part, il y a mille et une façons de profiter de notre cour extérieure. La lecture d'un bon livre en écoutant le chant des oiseaux. Un pique-nique avec son amoureux. Une partie de badminton. Un petit feu en soirée en écoutant sa musique préférée,...

Quel que soit vos choix d'activités, profitez-en au maximum!





PLACE AUX ARTS ET AUX ACTIVITÉS

**** Avec la belle saison, pensez à vous hydrater ****



RECETTE DE POPSICLES MAISON:

- **3 tasses** de fraises équeutées;
- **1½ tasse** de jus d'orange;
- **1/3 tasse** de sirop de maïs.

Au robot culinaire ou au mélangeur, réduire en purée lisse tous les ingrédients. Verser dans des moules à popsicles et insérer un bâtonnet au centre de chacun. Couvrir d'une pellicule de plastique, sans serrer.



Congeler pendant 4 heures ou jusqu'à ce que les popsicles soient fermes. Pour démouler, passer rapidement les moules sous l'eau tiède.

(Vous pouvez préparer les popsicles à l'avance. Ils se conserveront jusqu'à 2 semaines au congélateur.)

RECETTES DE BOISSONS RAFRAÎCHISSANTES SANS ALCOOL :

Cocktail Rio :

- ½ tasse de jus d'orange;
- ½ tasse de limonade;
- 1 cuillère à soupe de sirop de grenadine;
- 3 rondelles de lime.

Mélanger le tout et servir froid



Boisson aux fraises et à la menthe

- 2 tasses de fraises fraîches;
- 20 feuilles de menthe fraîche;
- ¾ tasse de jus d'orange;
- ½ tasse de jus de citron;
- ¼ tasse de miel;
- Glaçons

➤ Dans un grand pichet, mélanger les fraises hachées et les feuilles de menthe en les écrasant légèrement avec le dos d'une cuillère. Ajouter les jus d'orange et de citron, le miel et mélanger. Servir sur des glaçons.



FABRIQUER DE LA CRAIE DE TROTTOIR AVEC DES INGRÉDIENTS DU GARDE-MANGER :



Tout ce dont vous avez besoin se trouve probablement dans votre garde-manger. En effet, pour faire de la craie maison vous aurez besoin de fécule de maïs, de colorant alimentaire et d'eau. C'est tout ! La recette est assez simple : ¼ de tasse et 2 cuillères à soupe de fécule de maïs, pour ¼ de tasse d'eau froide. Ajoutez quelques gouttes de colorant alimentaire et répétez pour chacune des couleurs désirées dans des contenants différents. Laissez sécher le mélange pendant au moins 12 heures dans des moules à la forme de votre choix que vous aurez recouverts de papier ciré, de pellicule de plastique ou de sac de type « ziploc », au préalable.

FAIRE FONDRE :



Petit jeu intéressant pour les enfants, soit dans la pataugeoire, dans des bacs d'eau ou simplement dans la cour. Fabriquer différentes grosseurs et différentes formes de glaçons. Les enfants s'amuseront à les faire fondre.

