



Zoom sur...

L'HIVER EN FAMILLE

C'est l'hiver : quelles activités partager en famille ?

Au sommaire de ce numéro 37

- Renouer avec les jeux de société
- Lire ensemble : un album sur l'hiver et du plaisir partagé
- Sortir à la plage en hiver : un terrain de jeu à ciel ouvert
- Cuisiner dans la bonne humeur
- Penser aux oiseaux : des boules de graisses pour les nourrir
- S'évader avec des comptines et poèmes d'hiver



Renouer avec les jeux de société



Les soirées plus longues de l'hiver, les dimanches après midi parfois pluvieux, où toute sortie est impossible, on se demande souvent ce que l'on va pouvoir faire pour passer un temps agréable en famille... Pourquoi ne pas délaissé un peu la télévision pour renouer avec des traditions ancestrales comme **les jeux de société**.

Faisons un peu d'histoire :

Le jeu accompagne l'évolution de l'homme depuis ses premiers pas. Il a pris toutes sortes de formes, avec ou sans objet, pratiqué seul ou en groupe mais de façon assez peu structurée. Plus de 3 000 ans avant notre ère, en Egypte, la cité se prend au jeu en concevant le tout premier jeu de société connu, qui consistait à déplacer des pions sur des rangées de 6 cases. C'est aussi à cette période qu'apparaîtraient en Egypte et en Inde les dés. Les découvertes des historiens montrent également des traces de jeu de société chez les grecs et les romains souvent basés sur l'art de la guerre. Ce n'est que vers 1370 par contre que le jeu de cartes fait sa première apparition. Avec l'essor de l'imprimerie, ces jeux de cartes inonderont rapidement l'Europe entière. A l'époque moderne, ces jeux de société sont généralement des jeux intellectuels qui font appel à la réflexion mais aussi à l'adresse, l'observation, la vivacité. Ils se caractérisent par des règles plus ou moins complexes, et font appel au bon sens, à la mémoire. Plus récemment, ils ont aussi évolué vers l'envie de passer un bon moment ensemble.

Jouer en famille, pourquoi ?

Jouer avec son enfant c'est l'occasion de changer de rôle, de se découvrir d'une autre façon, de partager des souvenirs, d'établir une complicité. C'est aussi la possibilité de transmettre des valeurs sans moralisme, de rire ensemble. C'est en jouant que l'on apprend à gérer sa frustration, à accepter le hasard, à perdre avec le sourire, tout en stimulant l'envie de gagner, donc de se dépasser. Mais la magie du jeu réside dans le plaisir qu'il procure. Evitons alors d'en faire un temps d'instruction, ce qui est le rôle de l'école. Inutile de pointer le manque de concentration, une compréhension plus lente, un temps de réflexion trop long, etc. Inutile également de tricher pour le faire gagner. L'enfant ne sera pas dupe longtemps et cela ne l'aidera pas à prendre confiance en lui.

Des jeux de hasard à ceux de stratégies, des jeux d'adresse à ceux de réflexion, des jeux d'observation à ceux de culture.... la palette est large. Retrouvons le plaisir des jeux anciens comme les petits chevaux, le jeu de l'oie, le mikado, les dames, le Monopoly, les jeux de mimes.... mais découvrons aussi les jeux plus récents, même ceux utilisant les nouvelles technologies lorsqu'ils permettent vraiment de jouer ensemble. A vous de découvrir ceux qui vous passionneront et vous feront partager un instant de bonheur en famille.



Lire ensemble : un album sur l'hiver et du plaisir partagé

Rien de tel que se plonger dans une lecture les soirs d'hiver et développer son imaginaire pour en retirer du plaisir. Le goût de lire s'acquiert dès le plus jeune âge. C'est une manière pour chaque enfant d'apprivoiser les mots, de lier des images à ces mots et de nourrir sa propre histoire.

C'est aussi un réel moment de partage interactif lorsque la lecture se déroule à haute voix entre un parent et son enfant. C'est à partir de cette lecture vivante que l'on donne et transmet quelque chose. Des émotions s'en dégagent. Une continuité se crée quand l'enfant s'approprie le livre et souhaite lire par lui-même.

C'est ce que voudrait vous faire partager Loris, 7 ans, passionné par les livres à travers lesquels il développe son apprentissage, et acquiert des notions de temporalité. Il vous propose la découverte d'un ouvrage qu'il affectionne en cette période d'hiver :

«*Le livre rouge de l'hiver*» de Sophie Coucharrière et Hervé Le Goff
Père Castor, éditions Flammarion.

«*Le livre rouge de l'hiver*» explique, en retraçant la journée d'un petit garçon, les phénomènes météorologiques provoqués par les changements climatiques :

«*De la maison à la cour de l'école maternelle, de la cantine au jardin public, un petit garçon s'interroge... Pourquoi fait-il si froid, comment se forment les flocons de neige, où sont partis les oiseaux, que sont devenues les feuilles des arbres... ?*»



Cet album sur l'hiver permet d'aller de découvertes en surprises, de s'émerveiller et de développer ses connaissances par des encarts informatifs, des définitions accompagnant l'histoire... :

- x avoir la notion des saisonnalités (combien de temps dure l'hiver et le repérer sur un calendrier),
- x bien se couvrir en cette période,
- x découvrir la beauté du manteau neigeux,
- x déguster de bons petits plats chauds avec «une recette de la salade d'orange» à réaliser avec un adulte,
- x faire des concours de bonhomme de neige complétés d'une comptine,
- x mieux comprendre les saisons inversées...

Il fait parler les parents et les enfants. Egalement en dernière page pour le plus grand plaisir des petits et des grands, des questions éveillent la curiosité et favorisent les échanges sur cette saison durant laquelle les températures sont peu élevées et la nuit tombe rapidement.

Cependant, «*la lecture apporte une petite étincelle qui réchauffe notre cœur, surtout quand elle est partagée*». A vous d'en faire autant, transmettez cette magie, surtout en cette période hivernale...



Sortir à la plage en hiver : un terrain de jeu à ciel ouvert

La plage en été c'est sympa mais y aller en hiver, c'est la découvrir sous un autre angle, sous d'autres couleurs... un terrain de jeu familial à ciel ouvert.

Privilégiez les tenues sportives et confortables, les bonnets et les bottes et tentez cette escapade vivifiante.

Selon la météo, la marée, l'âge de chacun, les activités sont multiples et variées : cerf-volant, jeu de ballon ou de boules, marche à pied... une grande place à la fantaisie et à l'imagination. En effet, pourquoi ne pas improviser :

- x une chasse aux trésors : coquillages aux formes et couleurs variées, crustacés, bois trempé, os de seiche, algues, galets...
- x une séquence de Land'art : il s'agira de créer un décor dans un cadre délimité tracé dans le sable. On peut ainsi concevoir un paysage, dessiner un bateau, y ajouter un soleil... en utilisant simplement les mêmes richesses que celles mises en avant dans la chasse aux trésors. Les enfants étonneront les plus grands par leur imagination et leur créativité... une œuvre éphémère à admirer de la digue ou du chemin qui surplombe la plage,
- x une partie de pêche dans les flaques et rochers à la quête d'une étrille, d'un bigorneau, d'une crevette grise, d'une moule collée à son rocher : un partage de savoirs, un jeu d'observation... bref une osmose simple et vraie avec la nature.



Alors, n'hésitez plus à descendre sur la plage et faites cette expérience : petits et grands seront, assurément, heureux de ce temps de partage, de cette complicité intergénérationnelle qui facilitera l'endormissement et laissera, à chacun, des souvenirs simples de ces moments authentiques partagés en famille.



Cuisiner dans la bonne humeur !

Lorsque le temps ne s'y prête pas, c'est l'occasion de cuisiner ensemble et de réaliser une bonne recette. Création à plusieurs mains et papilles en éveil pour des crêpes originales de la chandeleur.

Crêpes caramel au beurre salé

Ingrédients :

Pour le caramel : 200 g de sucre, 50 ml d'eau, 100 g de beurre salé, 200 ml de crème liquide

Pour les crêpes : 250 g de farine, ½ l de lait, 2 œufs, 1 c à s d'huile, 1 pincée de sel

Préparer le caramel :

- . Mélanger le sucre et l'eau jusqu'à obtention d'un caramel doré
- . Hors du feu, rajouter le beurre en morceaux puis fouetter
- . Remettre sur le feu
- . Verser la crème

Préparer les crêpes :

- . Mettre la farine dans une terrine. Faire un puit et y casser les œufs entiers. Ajouter l'huile, le sel et un peu de lait.
- . Travailler énergiquement la pâte avec une cuillère pour la rendre légère. Mouiller progressivement avec le lait jusqu'à ce que la pâte fasse un ruban. Laisser reposer une heure.
- . Déposer dans la poêle une petite cuillère d'huile, faire chauffer. Verser dessus un peu de pâte en agitant la poêle. Retourner dès que la crêpe est dorée et qu'elle peut se détacher. Cuire ensuite le deuxième côté. Saupoudrer de sucre.

Dressage :

- . Garnir les crêpes de caramel au beurre salé et les enrouler
- . Découper les crêpes en rondelles et déposer les bouchées à votre convenance sur un plat

Ensuite, il ne reste plus qu'à se régaler.....



Vous pouvez retrouver cette recette et bien d'autres dans le livre «P'tits plats en famille». Ce livre a été réalisé par un groupe de parents qui se sont retrouvés au cours d'ateliers cuisine. Il peut être obtenu auprès de l'association Domicile-Action-Trégor à Lannion : www.domicile-action-tregor.fr (éditions du Léguer) Tél. 02 96 37 00 79.

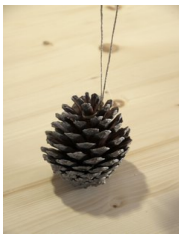
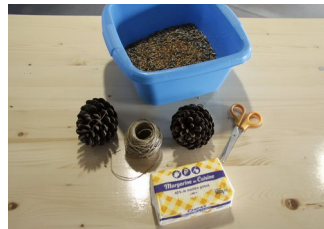
Penser aux oiseaux en hiver : des boules de graisses pour les nourrir

Du mois de novembre au mois d'avril, les oiseaux ont parfois du mal à trouver de la nourriture. Leur donner à manger (boules de graisse, graines de tournesol...) est un moyen de les aider mais aussi de les observer facilement.



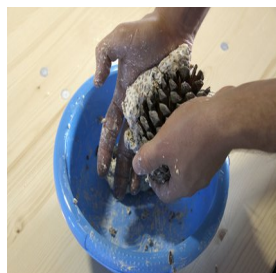
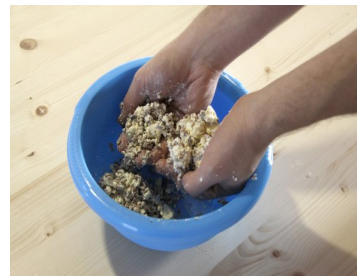
Le matériel

- de grosses pommes de pin
- de la ficelle
- 500 grammes de margarine non salée
- 1kg de mélange de graines pour les oiseaux
- une bassine



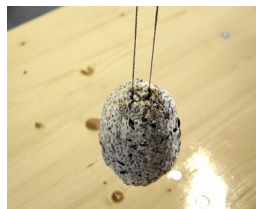
1- Attacher la ficelle au sommet de la pomme de pin

2- Dans la bassine, malaxer avec les mains la margarine et les graines. Il faut que les graines soient bien mélangées à la margarine.
Ne pas mettre trop de graines, sinon, la boule ne se tiendra pas bien.



3- Faire pénétrer ce mélange entre les écailles de la pomme de pin. Pour cela, il vous faut une pomme de pin bien ouverte. Si ce n'est pas le cas, mettez-la près d'un radiateur, elle s'ouvrira en quelques heures.

4- Il ne reste plus qu'à la suspendre et observer les oiseaux tranquillement assis dans son fauteuil.



Astuce : Vous en avez fait de trop ? Vous pouvez les congeler et les ressortir au fur et à mesure des besoins.

Pour aller plus loin :

- Des documents à télécharger gratuitement pour reconnaître facilement les oiseaux :
www.nos-jardins-a-la-loupe.fr/index.php?page=pour-les-particuliers

S'évader avec des comptines et poèmes d'hiver

Vive le vent

Vive le vent, vive le vent,
Vive le vent d'hiver,
Qui s'en va sifflant, soufflant
Dans les grands sapins verts, oh !
Vive le temps, vive le temps,
Vive le temps d'hiver,
Boule de neige et jour de l'an
Et bonne année grand-mère.

Mon beau sapin

Mon beau sapin
Roi des forêts
Que j'aime ta verdure !
Quand, par l'hiver
Bois et guérets
Sont dépouillés
De leurs attraits
Mon beau sapin
Roi des forêts
Tu gardes ta parure.

Chanson pour les enfants l'hiver

Dans la nuit de l'hiver
Galope un grand homme blanc
C'est un bonhomme de neige
Avec une pipe en bois,
Un grand bonhomme de neige
Poursuivi par le froid.
Il arrive au village.
Voyant de la lumière,
Le voilà rassuré.
Dans une petite maison
Il entre sans frapper ;
Et pour se réchauffer,
S'assoit sur le poêle rouge,
Et d'un coup disparaît.
Ne laissant que sa pipe
Au milieu d'une flaque d'eau,
Ne laissant que sa pipe,
Et puis son vieux chapeau.



Jacques Prévert

Pour aller plus loin :

www.comptine-enfants.com

www.mespetsbonsheurs.com/chants-et-poesies-pour-neige-premiers-flocons-grand-froid

Zoom sur ... L'hiver en famille – numéro 37 – Janvier 2015

Document téléchargeable et imprimable depuis le site du REAAP des Côtes d'Armor : www.parents-cotesdarmor.org.

Textes : Comité de pilotage du REAAP

Photos : CNAF-FOTOLIA