



# L'ODYSSÉE

un extraordinaire voyage

Le journal des familles des garderies L'Odysée

## L'Échodyssée

Juin 2015

### Une vente de garage communautaire sous le signe de la générosité

C'est sous un soleil resplendissant que notre vente de garage a eu lieu le 17 mai dernier.

Les garderies L'Odysée se réjouissent d'avoir amassé au terme de la vente de garage du 17 mai dernier, une somme de 207 \$ ainsi qu'un plein camion d'articles divers qui seront destinés à la revente dans la Boutique familiale du Centre d'action bénévole d'Iberville.

Plusieurs employés, parents et amis étaient présents lors de cette activité qui s'est tenue dans le stationnement de la garderie L'Odysée des Mille-Roches située au 115 des Mimosas dans le secteur Iberville.

La remise des dons s'est fait en présence de la directrice générale du Centre d'action bénévole d'Iberville Isabelle Demers, de la responsable des communications Élisabeth Boucher et de quelques employés des Garderies L'Odysée qui ont si généreusement organisé l'événement.



*Une équipe de bénévoles extraordinaire!*





Entre les jeux vidéo, les films et la télévision, les enfants nord-américains mènent une vie plus sédentaire que jamais. La responsabilité repose maintenant sur les familles et les milieux de vie (service de garde, écoles) pour donner l'exemple et inciter les enfants aux jeux extérieurs qui offrent de nombreux bienfaits.

L'extérieur et ses espaces vastes facilitent la pratique des grands mouvements locomoteurs telle que courir, sauter, pousser-tirer des objets, pédaler, ramper et permet également aux enfants une plus grande liberté d'action. C'est aussi un excellent terrain de jeu pour l'exploration des mouvements et le développement de la créativité des enfants.

Plusieurs activités extérieures sont simples et abordables. Par exemple, une marche en nature ou une chasse au trésor naturel où il faut identifier les objets, les sons, les odeurs sont des activités intéressantes qui peuvent être réinventées selon les intérêts de l'enfant. Des courses à obstacles avec des objets simples comme des nouilles de piscine, des roches, des ballons, des cerceaux, des cordes à sauter permettent de travailler la coordination des enfants, leur schéma corporel de même que leur équilibre selon les défis que l'on propose. Les bulles sont aussi une activité simple et ludique qui est très agréable. Par ce jeu, ils apprennent à contrôler leur respiration afin de souffler de grosses bulles et ils travaillent, par la même occasion, la coordination main-œil lorsqu'ils tentent de les faire éclater. Une autre activité amusante et demandant peu de préparation est la peinture de l'asphalte ou des murs extérieurs avec de vrais pinceaux ou des rouleaux de grosseurs différentes et de l'eau! Plaisir garanti!

Évidemment les visites au parc de quartier sont aussi très bénéfiques pour le développement moteur de l'enfant. La plupart des modules favorisent la coordination et le développement musculaire puisqu'il doit se déplacer en exécutant différents mouvements pour contourner ou surmonter les obstacles. Évidemment, on y va progressivement selon son âge et ses habiletés, car la sécurité demeure en tout temps un aspect incontournable.

En terminant, notez que les enfants ne devraient pas passer plus d'une heure consécutive dans une activité sédentaire autre que dormir, alors sortez, bougez et profitez du beau temps!

Claudia Letendre, kinésiologue



**Dimanche 21 juin**  
**Bonne fête des Pères**

## **Idées BRICOLAGE pour papa**

Pourquoi ne pas agrémenter le bureau de papa de petits bricolages qui lui rappelleront ses petits trésors tout au long de la journée?

- 1.** Petite voiture avec un rouleau de papier de toilette que vous peignez et auquel vous ajoutez de petites roues de carton.
- 2.** Choisissez une boîte de conserve, un pot en verre ou un autre contenant que vous décorerez avec votre enfant. Apposez-y une photo de famille ou des petits mots doux, ornez le contenant de pierres décoratives, bref laissez aller votre imagination.
- 3.** Vous avez besoin d'un caillou de taille moyenne, de peinture et... d'inspiration! Coccinelle, empreinte de main, zébrures, coeur : ce ne sont pas les motifs ou les thèmes qui manquent. Vernissez et hop! le tour est joué!



Quand j'ai peur la nuit  
Un papa ratonnerre  
Je ne sais pas quoi faire  
Quand il est en colère  
Un papa rasol  
Avec qui je m'envole  
Quand il rigole  
Un papa tout court  
Que je fête en ce jour  
Avec tout mon amour

## Présentation des membres de la garderie

### ODYSSÉE SIEUR D'IBERVILLE 735

Mélissa Frappier Barabé

Qui est-ce qui arrive souriante et pimpante le matin?

Qui est-ce qui adore le rose et le mauve ?  
C'est Mélissa, l'éducatrice des 24-36 mois.

Elle voit toujours le bon côté des choses.

De nature calme, elle est ponctuelle, structurée,  
disponible et prête à aider selon les besoins.

Son air angélique ne nous laisse jamais douter qu'elle peut jouer à l'occasion des  
tours à ses collègues de travail!



### ODYSSÉE SIEUR D'IBERVILLE 715

Marie-Pier Joannette

Elle occupe le poste d'éducatrice pour le  
groupe des 2-3 ans. C'est une fille constante  
avec les enfants pour ses consignes et ses  
interventions. Pour ses activités, elle n'a pas  
peur de laisser les enfants explorer (même  
avec la peinture).



### ODYSSÉE MILLE-ROCHES

Annabelle Gauthier

Elle est avec la garderie depuis plus d'un an,  
elle occupe le poste d'éducatrice pour le  
groupe 36-47 mois. C'est une fille  
dynamique, créative et très appréciée  
auprès des enfants et des parents.  
Disponible afin d'aider ses collègues.



# Du nouveau à L'Odysée!

## Une nouvelle offre de programmes éducatifs pour répondre encore



[www.lodysee.ca](http://www.lodysee.ca)

### Ateliers du Samedi: Petit(e)s Scientifiques

#### VIVE LA SCIENCE !

Les Garderies L'Odysée sont heureuses de vous proposer une mini-série d'ateliers scientifiques spécialement adaptée aux enfants de 3 à 5 ans. Les enfants seront ainsi introduits à différentes activités visant à piquer leur curiosité scientifique tout en apprenant comment certains de ces principes de base sont présents dans nos vies de tous les jours.



Ces ateliers seront présentés sous forme de jeux scientifiques et vous sont offerts les samedis matin de 10h00 à 11h30 sur notre site de

L'Odysée des Milles Roches situé au 115 des Mimosas à deux pas du pont Félix-Gabriel Marchand dans le secteur Iberville.

Plus spécifiquement, M. Alex Vigneault, éducateur à L'Odysée Sieurs d'Iberville 735, vous propose une série de 4 ateliers spécialisés :

#### ATELIER 1

- Le volcan à la grenadine
- Un sous-marin en bouteille
- Des raisins secs qui nagent
- La lampe à lave

#### ATELIER 2

- Sur un coussin d'air
- Le poivre qui prend la fuite
- Une potion de sorcière
- Un courant d'air qui rapproche

#### ATELIER 3

- Un arc-en-ciel en bouteille
- Ballon autogonflant
- Chromatographie
- Bouchon qui ne tombe pas

#### ATELIER 4

- Une drôle de pâte qui dégouline
- Baisse la tête
- Pourquoi des ailes pour voler
- Solide comme un pont

Les ateliers proposeront des activités ludiques permettant aux enfants de s'initier à la science par des manipulations simples et sécuritaires dans un cadre adapté à leur âge.

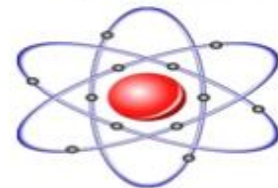
#### Date des ateliers d'initiation :

Les Samedis  
du 6 au 27 juin 2015 à 10h00

#### Coût des ateliers :

60\$ pour 4 ateliers

*Pour toute information additionnelle et pour s'inscrire veuillez-vous adresser au responsable de site*





## Ateliers du Samedi: Yoga Ludique

### LE YOGA POUR ENFANTS

De nos jours le stress est partout...même pour nos bouts de choux. Il n'est donc jamais trop tôt pour apprendre à le maîtriser tout en s'amusant dans le cadre d'une nouvelle activité. C'est donc avec grand plaisir que les Garderies l'Odyssee s'associent à YogaYola ([www.YogaYola.com](http://www.YogaYola.com)) pour vous offrir la possibilité d'initier vos enfants aux techniques de relaxation du yoga tout en



développant leurs habiletés psychomotrices dans le cadre d'ateliers de fin de semaine offerts les samedis matin de 10h00 à 11h00 sur notre site de l'Odyssee des Mille-Roches situé au 115 des Mimosas à deux pas du pont Félix-Gabriel Marchand dans le secteur Iberville.

Ces ateliers d'initiation sont spécialement adaptés à la petite enfance et les postures de yoga y sont pratiquées de façon ludique, dans un esprit non compétitif. La pratique vise, entre autre, à développer la concentration, favoriser le mieux-être, bâtir l'estime de soi, prendre conscience du corps et avoir un meilleur sommeil. Les enfants ont naturellement une grande facilité à avoir une bonne respiration, mais malheureusement avec le temps cette capacité tend à se perdre. Grâce à l'apprentissage du yoga en bas âge cette facilité peut être préservée. Il est aussi amusant pour eux de constater qu'ils ont des aptitudes que nous, les adultes, n'avons souvent plus.

Ils peuvent donc démontrer fièrement à papa et/ou maman, la posture du lotus ou la pince et être seuls à avoir la flexibilité pour le faire.

*'Le yoga est une merveilleuse discipline pour accompagner les enfants toute la vie durant!'  
dit Yola Figiel, notre spécialiste de yoga qui offrira les ateliers à l'Odyssee.*

**Date des ateliers d'initiation :**  
Les Samedis  
du 6 au 27 juin 2015 à 10h00

**Coût des ateliers :**

60\$ pour 4 ateliers

*Pour toute information additionnelle et pour s'inscrire veuillez-vous adresser au responsable de site*

**Pour toute information additionnelle et pour s'inscrire  
veuillez vous adresser au responsable de site**

**Les places sont limitées... Faites vite!**

**Nous vous lançons le défi de réaliser le plus d'activités possible sur cette liste!**  
**Vous verrez, l'été passera vite!**

**Jeux pour l'extérieur**

- -Faire un herbier.
- -Visiter les fermes locales.
- -Prendre le petit déjeuner à la terrasse d'un café (même au bout de la rue).
- -Faire des bulles de savon.
- -Pique-niquer, même au fond du jardin.
- -Faire une bataille d'eau avec des éponges.
- -Faire du cerf-volant.
- -Faire (ou apprendre à faire) du vélo.
- -Créer son terrarium, y installer quelques insectes et les observer.
- -Jouer à cache-cache.
- -Faire une chasse au trésor.
- -Faire une balade à cheval / en poney / en calèche.
- -Dessiner à la craie sur le sol.
- -Faire des châteaux de sable.
- -Construire une cabane.
- -Aller au marché.
- -Établir le top 5 des meilleures glaces dans votre ville / quartier.
- -Faire une randonnée.
- -Créer un parcours d'obstacle dans le jardin.
- -Aller pêcher.
- -Faire pousser des plantes.
- -Observer les oiseaux.
- -Se rouler dans l'herbe.

## Jeux pour l'intérieur

- -Construire un circuit pour les billes ou les petites voitures puis organiser une course.
- -Réaliser des tableaux à partir de pétales de fleurs  
(site internet : <http://chanteclerc-chante-clair.blogspot.fr/2014/06/collage-de-fleurs.html>)
- -Construire une maison de poupée en carton (site internet : <http://avenuereinemathilde.com/bricolage-en-famille-en-recup-maisons-en-carton/>)
- -Lire à voix haute de beaux romans tous ensemble, raconter des contes.
- -Faire des bonshommes à partir de bâtons de glace (site internet : <http://avenuereinemathilde.com/bricolage-en-famille-en-recup-maisons-en-carton/>)
- -Créer des masques en papier mâché  
(site internet : [http://fr.hellokids.com/c\\_3808/activites/bricolage-carnaval/fabriquer-un-masque-en-papier-mache](http://fr.hellokids.com/c_3808/activites/bricolage-carnaval/fabriquer-un-masque-en-papier-mache))
- -Créer ses propres cartes postales (puis y écrire un mot ou deux et les poster).
- -Fabriquer un éventail en papier (avec une assiette en carton pour les petits ou des bandelettes assemblées avec une attache parisienne).
- -Fabriquer un collier avec des boutons  
(site internet : <http://pagingsupermom.com/2013/04/mothers-day-button-necklace>)
- Construire son arbre généalogique, chercher de vieilles photos, réclamer des histoires d'un autre temps...
- -Écrire un scénario de film puis le filmer.
- -Faire de la pâte à sel.
- -Créer l'imagier de l'été (en photo, en dessin) et relier le tout pour former un livre.
- -Créer des instruments de musique  
(site internet : <http://www.plumetismagazine.net/il-pleut-fabriquons-leur-des-instruments-de-musique-diy>)
- -Faire un attrape-rêve  
(site internet : <http://jenloveskev.com/2014/05/20/crafts-kids-dream-catchers/>)
- -Faire votre propre pâte à modeler  
(site internet : <http://mercimontessori.blogspot.gr/2013/08/ma-recette-de-pate-modeler.html>)



# RECETTE QUEUE DE CASTOR

Source : Majorie

(site internet : <http://recettesecretes.com/detail.asp?reception=579>)

## Ingrédient

- 1 sachet de levure sèche active
- ½ tasse d'eau tiède
- 4 c. à table de sucre
- 5 tasses de farine tout usage
- 2 tasses de farine de blé entier
- 2 c. à thé de sel
- 1/3 tasse d'huile d'olive
- 1 ¾ tasse de lait tiède



## Préparation

1. Dissoudre 2 c. à table de sucre dans ½ tasse d'eau tiède, saupoudrer le sachet de levure sur le mélange d'eau et de sucre et laisser reposer 10 minutes et bien mélanger pour permettre à la levure de s'activer.
2. Mélanger les farines et le sel dans un grand bol. Faire un puits dans le centre et ajouter le mélange de levure, l'huile le reste du sucre (préalablement dissous dans le reste de l'eau tiède) et le lait. Malaxer avec les mains jusqu'à l'obtention d'une boule ferme. Pétrir sur une surface farinée jusqu'à ce que la pâte devienne élastique (pousser avec la main, tourner la pâte et recommencer) pendant 10 minutes. Cette étape est très importante.
3. Placer la pâte dans une grande casserole huilée. Couvrir avec une serviette mouillée et laisser lever la pâte doublé de volume. Cela prendra 1 heure. Pour une meilleure efficacité, allumer la lumière du four 2 heures avant de préparer la recette. La chaleur de l'ampoule et le fait que la porte du four soit fermée permettre à la pâte de bien lever.
4. Donner un coup de poing à la pâte et en retirer des morceaux pour et travailler avec les mains ou un rouleau pour leur donner la forme de queues de castor.
5. Faire frire à 350°F. Lorsqu'un côté devient doré, tourner la queue de castor avec des pinces et faire dorer de nouveau. Faire égoutter sur un papier essuie-tout et garnir de la préparation désirée

## Commentaire

Donne environ 24 Queues de Castor Basée sur une ancienne recette d'un voyageur Nord-Américain, cette délicieuse pâtisserie a été introduite pour la première fois à Ottawa (Canada) en 1978 par la famille Hooker. Ces derniers ont établi le premier point commercial permanent de BeaverTails® dans le secteur historique du marché Byward (ou marché By) où il a prospéré pour devenir un point de repère aujourd'hui.

BeaverTails® a maintenant 40 franchises dans 130 emplacements dans la région, au pays et même aux États-Unis (Walt Disney World) et en Indonésie.