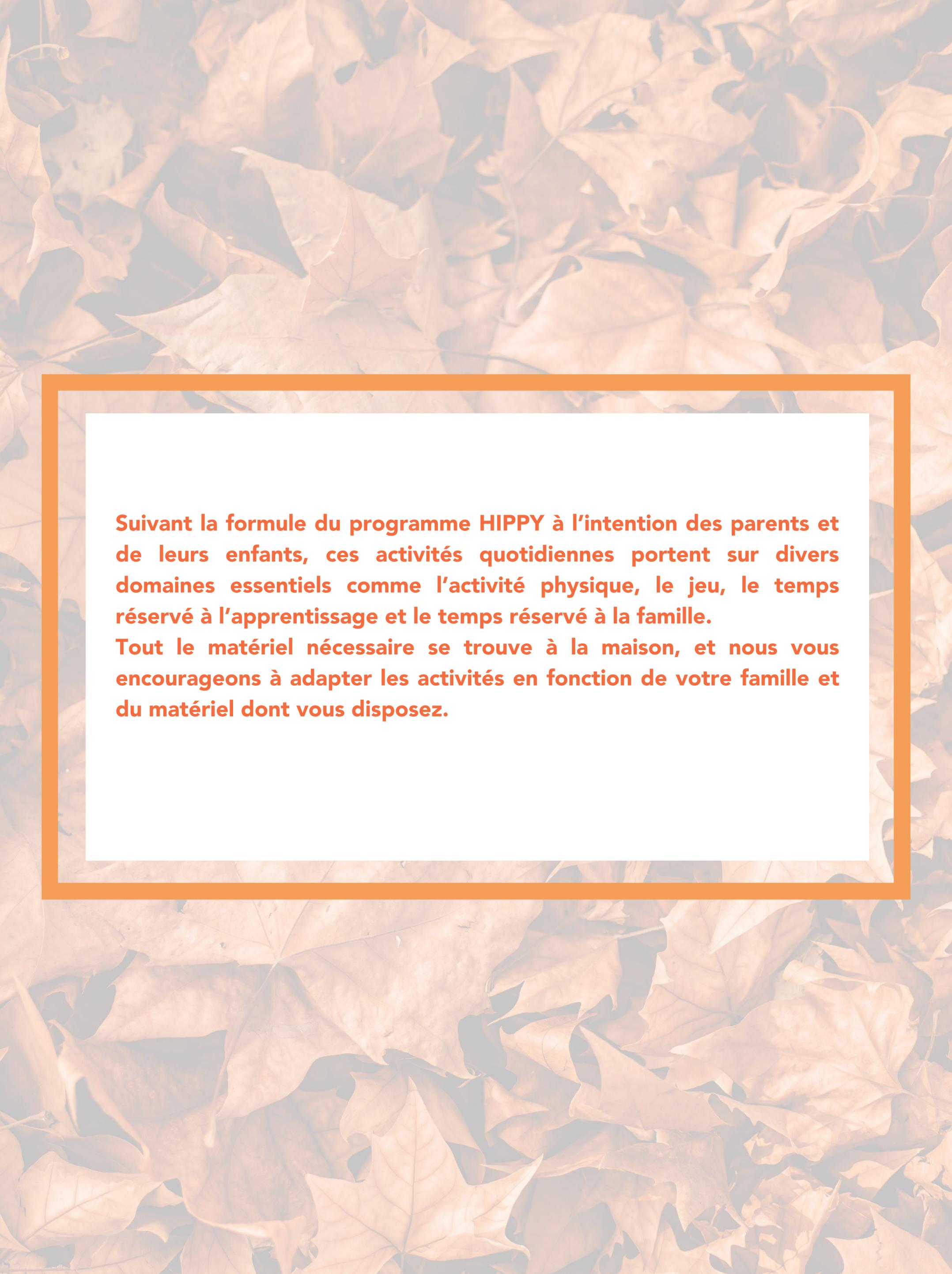


PLAISIR D'AUTOMNE





Suivant la formule du programme HIPPY à l'intention des parents et de leurs enfants, ces activités quotidiennes portent sur divers domaines essentiels comme l'activité physique, le jeu, le temps réservé à l'apprentissage et le temps réservé à la famille. Tout le matériel nécessaire se trouve à la maison, et nous vous encourageons à adapter les activités en fonction de votre famille et du matériel dont vous disposez.

La page des trophées

Voici la page des trophées ! Chaque fois que vous terminez l'une des activités de Plaisirs d'automne, revenez à cette page et coloriez la citrouille. Quand vous aurez colorié toutes les citrouilles, prenez une photo de vous et de votre page des trophées et envoyez-la à mmcsocial@hippycanada.ca pour qu'elle soit publiée sur notre site Web. Nous ferons un tirage au sort à la fin du mois, et le gagnant recevra de beaux livres HIPPY !



Activité 1



Activité 2



Activité 3



Activité 4



Activité 5

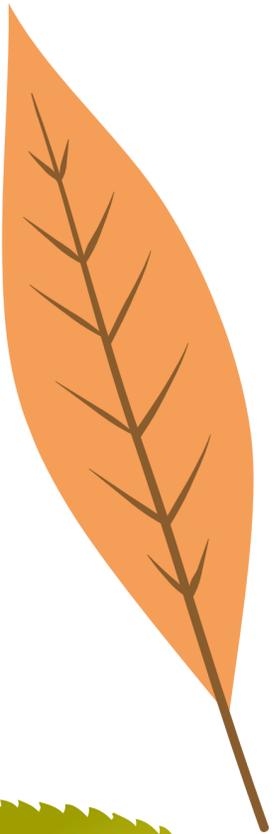


ACTIVITÉ 1

Chasse au trésor de feuilles

Préparez-vous : c'est l'heure de la chasse au trésor ! L'automne est arrivé et il y a des feuilles partout. Déchirez délicatement cette page de votre livret, emportez-la avec vous à l'extérieur et commencez à chercher. Voyez combien de feuilles différentes vous pouvez trouver ! Quand vous aurez recueilli toutes vos feuilles, collez-les sur les images correspondantes au moyen d'un bâton de colle ou de ruban adhésif.

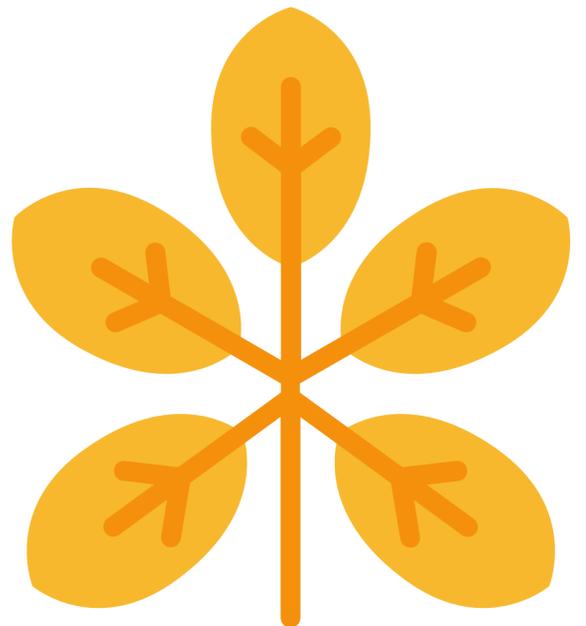
Feuille d'orme



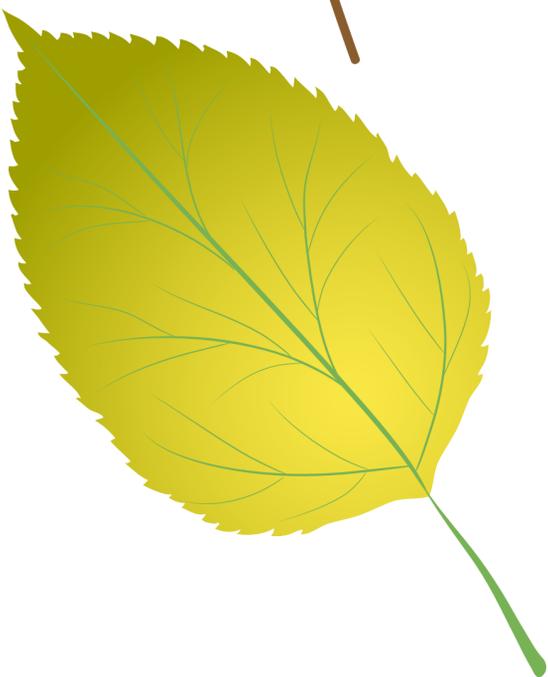
Feuille de peuplier



Feuille de noyer



Feuille de bouleau



Feuille de frêne

Feuille de chêne





ACTIVITÉ 2

Art inspiré des glands

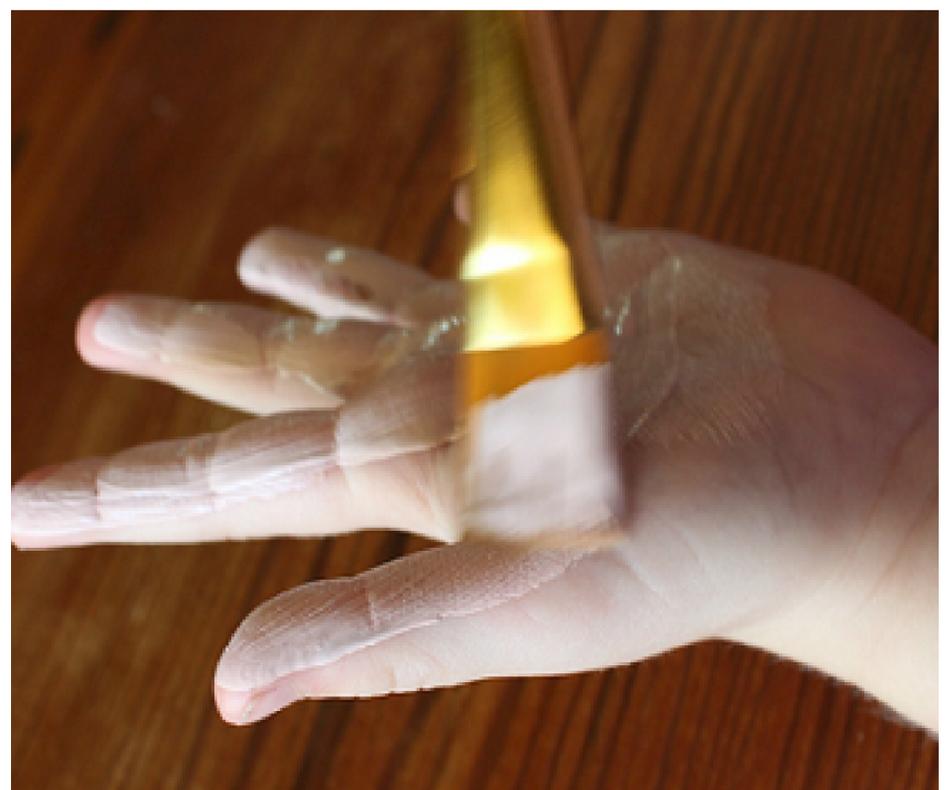
À cette époque de l'année, les glands commencent à tomber des chênes. Cela fait partie de leur cycle naturel. Les glands contiennent chacun une ou deux noix qui deviendront de nouveaux chênes ! Pour célébrer le cycle naturel du gland, utilisons notre créativité pour peindre un tableau inspiré des glands.

Vous aurez besoin du matériel suivant :

-  De la peinture blanche et brune
-  Une feuille de papier
-  Un pinceau (ou vos doigts !)



1. Commencez par mélanger un peu de peinture blanche et de peinture brune pour créer une couleur crème
2. Prenez la peinture de couleur crème et peignez une de vos mains (voyez l'image ci-dessous)
3. Imprimez votre main sur le papier à deux endroits différents
4. Prenez votre pinceau et trempez-le dans de la peinture brune
5. D'après l'image ci-dessous, peignez le dessus du gland
6. Laissez sécher votre tableau et accrochez-le dans votre maison comme décoration !



Inspiration tirée d'ici :

<https://humeurscreatives.com/2015/09/des-glands-en-empreintes-de-mains/>



ACTIVITÉ 3

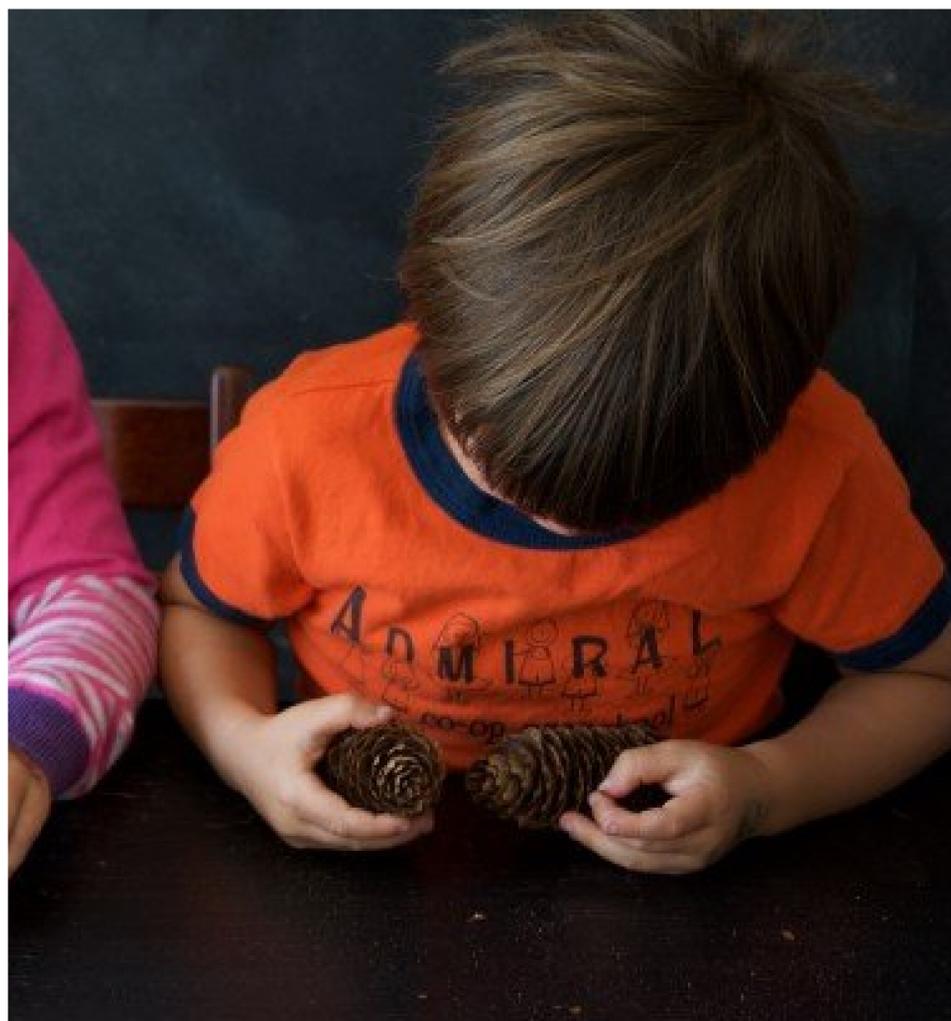
Jeu de quilles avec pommes de pin



C'est une belle journée pour jouer aux quilles ! Habillez-vous et sortez. Votre mission consiste à trouver au moins 10 pommes de pin (plus si vous le pouvez, mais 10 suffisent). Quand vous aurez ramassé vos 10 pommes de pin, placez-les en triangle comme dans la photo ci-dessous.

Comme boule de quilles, vous pouvez soit utiliser une balle que vous avez déjà à la maison, soit aller chercher une pierre de taille moyenne ! À tour de rôle, renversez les pommes de pin.

Vous souhaitez faire une compétition amicale ? Si vous avez de la craie ou un morceau de papier et un crayon, notez combien de pommes de pin chaque membre de la famille a renversé !





ACTIVITÉ 4

Chips de pommes



L'automne, c'est la saison des croustilles de pomme cuites au four ! Cette recette super facile est une collation délicieuse et saine pour toute la famille. Voici ce dont vous aurez besoin :



2 -3 pommes



Cannelle en poudre



Papier parchemin



1. Lavez, épépinez et tranchez finement vos pommes en petites rondelles comme dans la photo ci-dessous
2. Réglez le four à 115 degrés Celsius
3. Déchirez un morceau de papier parchemin, posez-le sur une plaque à biscuit, étalez les tranches de pomme sur la plaque et saupoudrez légèrement de cannelle (des deux côtés)
4. Mettez la plaque au four jusqu'à ce que les rondelles de pomme soient complètement sèches (environ une heure)
5. Si elles ne sont pas assez croustillantes au bout d'une heure, remettez-les au four pour une quinzaine de minutes ou jusqu'à ce qu'elles aient la texture voulue.



ACTIVITÉ 5



Yoga d'automne

Le yoga d'automne, en plein air, c'est encore mieux que le yoga régulier ! Prenez un tapis de yoga, ou encore une serviette ou une couverture que vous ne craignez pas salir. Installez-vous dehors sur l'herbe ou sur le trottoir et essayez de recréer ces poses bien de saison.

Chaque fois que vous réussissez une pose, cochez la case correspondante ! Combien de poses de yoga pouvez-vous faire ?

Tas de feuilles



L'écureuil



Pomme au four



Jeune pousse



La citrouille



Fleur épanouie

Nous donnons aux mères confrontées à de multiples obstacles les moyens de devenir des citoyennes engagées et des parents confiants afin qu'elles puissent préparer leurs enfants à réussir à l'école.

Le Centre Mothers Matter — connu auparavant sous le nom de Home Instruction Program for Parents of Preschool Youngsters (HIPPY) Canada — est un organisme de charité enregistré à but non lucratif, constitué en société en octobre 2001. Nous sommes un regroupement national virtuel d'organismes consacrés au service des mères socialement isolées et de faible statut économique et leurs familles.

Notre programme de base, Instruction à domicile pour parents d'enfants d'âge préscolaire (HIPPY), est mis à l'essai au Britannia Community Service Centre à Vancouver, en C.-B., en 2000. Depuis, il s'est implanté dans 25 sites partout au Canada, et chaque site contribue au bien-être de 35 à 100 familles chaque année.

Nos innovations pour les immigrants aident des familles immigrantes à s'établir dans la société canadienne. Le Centre Mothers Matter et ses partenaires effectuent des recherches, conçoivent, testent et évaluent la faisabilité d'innovations sociales pour assurer le bien-être, la dignité et les liens sociaux des mères vulnérables à haut risque.

Nous remercions les présidents honoraires de HIPPY Canada, l'ex gouverneur général du Canada, le très honorable David Johnston, C.C., C.M.M, C.O.M., C.D, et madame Sharon Johnston, C.C., pour leur soutien continu.

Instruction à domicile pour parents d'enfants d'âge préscolaire, ou Home Instruction for Parents of Preschool Youngsters (HIPPY), est un programme éprouvé livré à domicile pour appuyer les mères vulnérables et isolées dans leur rôle de première et meilleure éducatrice de leur enfant.

HIPPY renforce les familles et les communautés en encourageant les capacités des mères à participer activement à la société canadienne et à préparer leurs enfants à réussir à l'école et dans la vie.

 Immigration, Refugees and Citizenship Canada Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada

 Employment and Social Development Canada Emploi et Développement social Canada

 Status of Women Canada Condition féminine Canada

 North Family Foundation  vanCOUVER foundation  WEST VANCOUVER FOUNDATION  Vancity

 KPMG  Canadian Heritage Patrimoine canadien

 **MOTHERS
MATTER** Centre
FIER HÔTE DU PROGRAMME HIPPY AU CANADA