



Vous propose

son
cahier
de vacances
culturelles ...

Pour les
petits...

Ensemble,
en famille...

Pour les
ados...

Pour les
grands...

#7

Automne 2021





Bonjour,

**L'automne arrive, avec sa lumière si particulière et sa nature abondante !
Nous vous proposons à nouveau de vous laisser guider vers des activités,
chaque jour différentes, à faire seul ou en famille !**

Nés pendant les confinements, les cahiers de vacances sont l'occasion de découvrir de nouvelles activités, tester de nouvelles choses, et tenter de nouvelles expériences ensemble.

Nous souhaitons que ces « suggestions » puissent ponctuer agréablement votre quotidien.

Cette année, PaQ'la Lune met à l'honneur les différentes villes dans lesquelles ses équipes proposent toute au long de l'année des activités culturelles.

Vous aurez ainsi plaisir, nous l'espérons, à découvrir et redécouvrir des lieux culturels près de chez vous !

**Nous serions très heureux de construire
les prochains cahiers avec vous !**

**Pour proposer des idées d'activités, des suggestions,
contactez-nous : carnetsnumeriques@paqlalune.fr**

Pour les
petits...



Pour les
ados...



Et aussi ensemble,
en famille !

Pour les
grands...

Mode d'emploi ...

Chaque activité est associée
à un site web ou un lien.

2 solutions pour y accéder :

> Je clique dessus

<https://paqlalune.fr/des-carnets-numeriques/>



> je recopie le texte dans ma barre de navigation

- Faire un clic droit avec la souris,
- Cocher sélectionner puis sélectionner le texte,
- Copier puis coller le texte.



**...Belle balade
numérique automnale !**





Week-end 23/24 octobre 2021 ...

Pour les
yeux...



Une promenade dansée

au Château de Brézé !

Christophe Garcia
et la compagnie
La Parenthèse proposent
une création originale,
librement inspirée
du célèbre Cyrano
de Bergerac d'Edmond
Rostand

<https://www.youtube.com/watch?v=etxKJ1mAv4Y>

Pour les
oreilles...



Petit croco se jette à l'eau...

À écouter en famille !

Des aventures audio
sur des animaux et leurs
drôles de péripéties !

<https://www.franceinter.fr/emissions/bestioles>

Pour la
bouche...



Fouées saumuroises

Des galettes qui s'étirent
en gonflant...

Pour devenir un petit pain
creux... où on peut y mettre
ce que l'on veut !

<https://www.anjou-tourisme.com/fr/decouvrir-lanjou/pratiques/en-vins-et-recettes/recettes-de-lanjou/recette-les-fouaces>

Pour le
corps...



Gym avec vos enfants !

Vos enfants ont besoin
de bouger ...

Comment faire du sport
en faisant la marche
de différents animaux ?

<https://www.youtube.com/watch?v=2HAddMPWn3o>

Pour l'esprit &
le cœur...



C'est comment là-haut ?

Qu'est ce que voit
un astronaute...

Découvrez
les retransmissions et
les images de la station
spatiale en direct !

<https://destination-orbite.net/exploration/direct/en-direct-depuis-la-station-spatiale>

Ensemble, en famille !





Lundi 25 octobre 2021 ...

Pour les
petits...



Sauvez-les !

Comment libérer les animaux emprisonnés dans la glace ?

Un jeu simple à faire, qui permet aux petits de découvrir le froid et aux plus grands de sauver leurs animaux préférés !

<https://www.teteamodeler.com/montessori/activité-montessori/>



Pour les
ados...



Expériences...

Du jus de citron et des Petits Débrouillards

Découvrez cette chaîne youtube où vous allez réaliser des expériences scientifiques avec peu de matériel !

<https://www.youtube.com/watch?v=cYDrdExxAoQ&list=PLh-wFno1NyFxivBpvZvyaSwoFYvksYP3n>

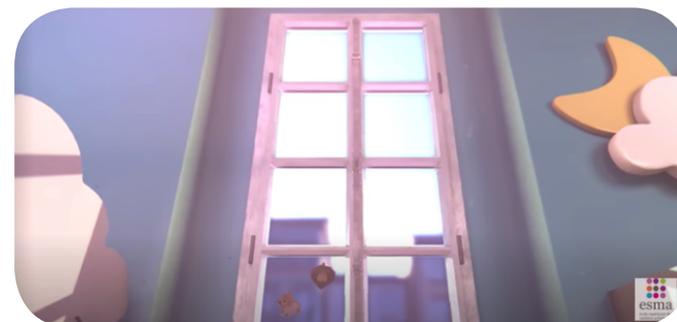
Pour les
grands...

Rêver et réfléchir

Court film d'animation - À voir en famille !

Venez rêver et découvrir de belles valeurs avec des dessins animés reconnus pour leurs sensibilités.

<https://youtu.be/Cak-PMvtUjc>





Mardi 26 octobre 2021 ...

Pour les
petits...



**Invente
ta propre histoire !**

À partir du travail de l'illustratrice **Judith Gueyfier**

Faire glisser cinq images dans le cadre "Votre histoire"
et raconter une histoire....

<https://slpjplus.fr/salon/jeu/comme-une-promenade-avec-judith-gueyfier/?fbclid=IwAR2hq8HL8JmGsQhGJ0fgBkeyudaV78lio9q6VQll8ju6HYYwZ-K76k7UjWY>



Pour les
ados...

D'où ça vient ?

Le téléphone et les réseaux sociaux...

Une sélection de mini vidéos pour expliquer les origines
du téléphone et son évolution à travers les réseaux sociaux.

<https://youtu.be/Y6r2DgKO09Q>

https://youtu.be/aA_NZdasOg4

https://youtu.be/lfTHAE_C-XI



Pour les
grands...

De la poésie en images...

Court-métrage français.

Une mise en avant des moments intimes,
parcours de poésies parfois absurdes et surréalistes.

<https://www.arte.tv/fr/videos/101832-000-A/a-la-fin/>





Mercredi 27 octobre 2021 ...

Pour les
petits...



“L’imaginier”

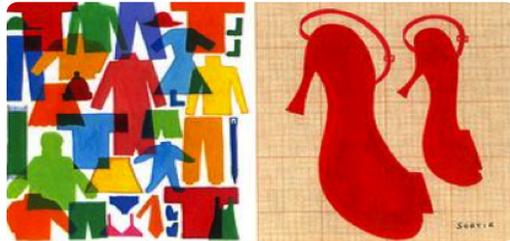
Décalquer avec Hervé Tullet !

Pour mettre des couleurs sur les fenêtres !

<https://www.youtube.com/watch?v=Lhfr6EdAw9Y>

Hervé Tullet écrit et dessine des livres pour enfants.

<https://www.herve-tullet.com/>



Pour les
ados...

l’hymne
national ?

Réussiras-tu à trouver le pays associé à son hymne national ?

Bonne chance !

https://youtu.be/68A_5yGrxXI



Ensemble,
en famille...

Les plus farfelues...

Qui a dit que les journées mondiales étaient toutes sérieuses ?

Que nenni ! Il existe la journée mondiale du ninja,
du ver de terre et de la quenouille...

<http://365data.fr>

Journées
mondiales





Jeudi 28 octobre 2021 ...

Pour les
petits...



Un hérisson tout mignon

À partir d'une simple pomme de pin,
tu vas pouvoir faire ton propre petit hérisson !

<https://www.hugolescargot.com/activites-enfants/bricolages/49997-herisson-en-pomme-de-pin/>

Pour les
ados...

Mug Cakes

De nouvelles recettes
pour cuisiner des petits gâteaux autrement,
en les mettant dans des tasses.

On partage ?

<https://odelices.ouest-france.fr/theme/mug-cakes/>



Pour les
grands...

Visiter Angers Autrement !

Découvrir Angers comme vous ne l'avez jamais vu
grâce à cette vue à 360° !

<https://www.360images.fr/angers360/?fbclid=IwAR2W7ZctoyINJxfjDzOsBG10UUJkWEV4OKOkeqo2ibIM-NHbqiv14NTfDU>





Vendredi 29 octobre 2021 ...

Pour les
petits...



**Monstre
en feuille**



Décoration pour Halloween !

Sors en famille ramasser les plus belles feuilles de ton quartier,
puis deux coups de ciseaux et hop !
Tu auras plein de personnages à afficher !

<http://www.caboucadin.com/activite-automne/faire-personnage-feuille-automne.php>

Pour les
grands...

Inspirez !

Préparez-vous à l'automne
Création d'un pot pourri de saison.

<https://aufilduthym.fr/diy-pot-pourri-automne-facile/>

Pour les
ados...

**Fabrique
ta déco !**



Donne un coup de neuf à ta déco avec ces vidéos "DIY" !

https://youtu.be/xcQtMudY_RY





Week-end 30/31 octobre 2021 ...

Pour les
yeux...



Où est Charlie ?

Avec les dessins
de l'artiste Kevin Hohler

Amusez-vous à trouver
le célèbre Charlie dans une
image à 360 degrés que
vous pouvez bouger !

[https://kuula.co/
share/7fSMt?&gcl=1](https://kuula.co/share/7fSMt?&gcl=1)

Pour les
oreilles...



Les plantes chantent ?

Admirez une belle
collection de plantes,
mais pas que...
... écoutez-bien !

[https://www.youtube.
com/watch?v=vE5-
Eml2YeE&t=31s](https://www.youtube.com/watch?v=vE5-Eml2YeE&t=31s)

Pour la
bouche...



Des Fantômes !

Des gâteaux fantômes !

Pour préparer Halloween
voici une délicieuse
recette de cupcakes
chocolat.

[https://www.
youtube.com/
watch?v=GvoC26qAH3Y](https://www.youtube.com/watch?v=GvoC26qAH3Y)

Pour le
corps...



Zumba !

Avec Aminata en
partenariat avec la
métropole de Rouen.

Faites de la place devant
un écran et dansez.

[https://www.youtube.com/
watch?v=AfqEmWYrLEY](https://www.youtube.com/watch?v=AfqEmWYrLEY)

Pour l'esprit &
le cœur...



Sorties ludiques !

Découvrir les sorties natures
Nantaises et des alentours.

[https://rdvludique.fr/
agenda/#nature](https://rdvludique.fr/agenda/#nature)

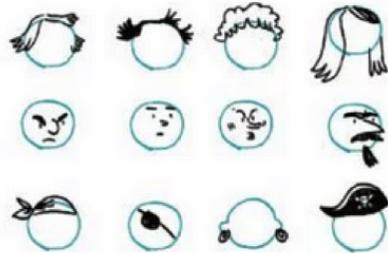
Ensemble, en famille !





Lundi 1^{er} novembre 2021 ...

Pour les
petits...



Pirate !

Dessiner un costume de pirate
pour se préparer à partir à l'aventure !

<https://slpplus.fr/estival/jeu/cree-ton-avatar/>

Pour les
ados...

I'ASMR !

Apprendre à se connaître
avec douceur !

Laisse-toi guider ... réponds juste ce qui te passe par la tête ?!

<https://youtu.be/BvFCz4LDNAQ>

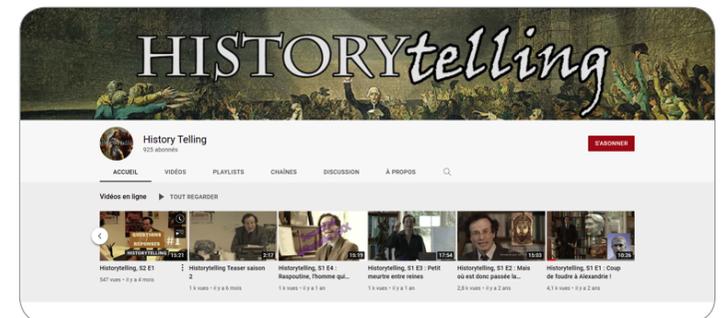


Pour les
grands...

History Telling

Des épisodes historiques raconté par Thierry Piel,
professeur d'histoire antique à l'Université de Nantes.

https://www.youtube.com/channel/UCzxPKV_BI1_y7Z9EyWSNc3A





Mardi 2 novembre 2021 ...

Pour les
petits...



**Un parc
animalier**



Crée ton animal préféré en carton recyclé !

À réaliser sans modération !

<https://www.babysits.fr/ressources-communautaires/1168/diy-en-carton-recycle%C3%A9-id%C3%A9es-de-cr%C3%A9ation-pour-vos-enfants/>

Ensemble,
en famille...

À travers le monde !

Découvrir les métros dans différentes villes du monde
et aller à la rencontre des passants afin de connaître
un morceau de leurs vies.

<https://culture.tv5monde.com/la-culture-a-la-maison-238781>

Pour les
ados...

**L'évolution
de la musique !**

Avec des medleys fun aux décors associés,

l'Histoire de la musique des années 1930 à 2010 ...en 5 min Let's go !

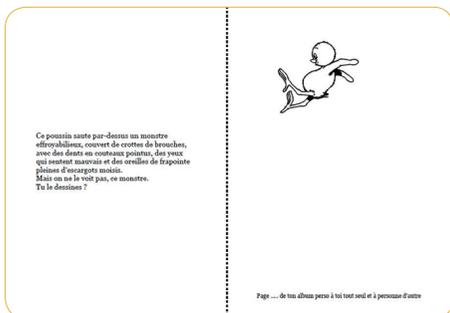
<https://youtu.be/8z2qdEJJ4ms>





Mercredi 3 novembre 2021 ...

Pour les
petits...



Les "Chozafères"

Claude Ponti propose un milliard de Chozafères pour fabriquer un « album perso ».

https://drive.google.com/drive/folders/1L00bG_3s100QZx1SN9KEF1Wgr2HVyp-7

Pour les
ados...

Lumière automnale !

Un photophore d'automne !

C'est comme si la Saison elle-même s'incarrait dans ta chambre !

Mais attention ! Pour la sécurité, bien utiliser des lumières leds !

<https://blog.berceumagique.com/activite/photophore-feuilles-mortes/>



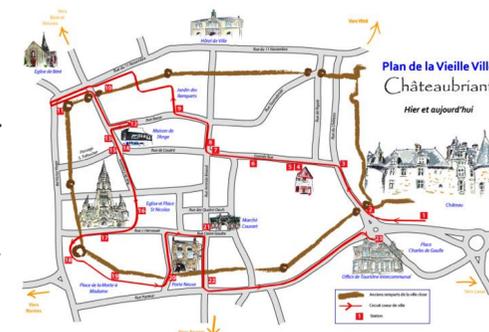
Pour les
grands...

Au cœur de Châteaubriant !

Une visite guidée audio

Laissez-vous bercer par les descriptions du patrimoine de Châteaubriant. Vous pouvez aussi aller même sur place avec les pistes audio téléchargeables pour avoir votre guide personnel de poche !

<http://www.tourisme-chateaubriant.fr/decouvrir-la-region/le-patrimoine-historique/audio-guide-coeur-ville-chateaubriant/>





Jeudi 4 novembre 2021 ...

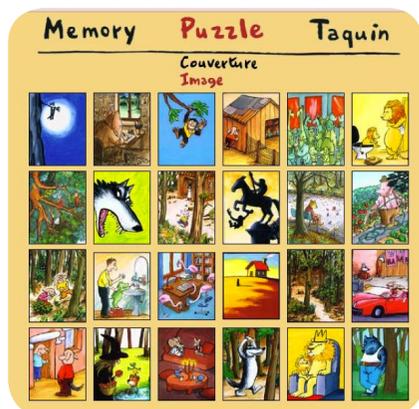
Pour les
petits...



**Mémory,
Puzzle ou Taquin ?**

À partir des albums de Mario Ramos, auteur et illustrateur jeunesse !..

<http://www.marioramos.be/index.php?c=j&p=3&lg=f>



Pour les
ados...



Mémoire visuelle

La prise de notes à l'école ne sera plus un mystère pour toi !

Apprends à organiser tes prises de notes avec de bons conseils de mémorisation grâce au code couleur

https://youtu.be/Jq-xC_6nr6o



Pour les
grands...

Webradio

Musique et émission...

Une webradio toulousaine sous licence libre,
une rapporteuse des innovations socio-culturelles d'ici et ailleurs.

<https://ondecourte.org/>





Vendredi 5 novembre 2021 ...

Pour les
petits...



Masque feuillu ?

Récupérer quelques grandes feuilles tombées aux pieds des arbres... un peu de peinture et le tour est joué !

<https://www.hugolescargot.com/activites-enfants/bricolages/48365-masques-en-feuilles-d-automne/>

Pour les
grands...

Les Pieds sur Terre

Podcast, France culture
Voyager sans bouger de chez soi !

Plongez dans une demi-heure de reportage sans commentaire, autour de récits et d'histoires vraies.

<https://www.franceculture.fr/emissions/les-pieds-sur-terre>

CHOISIS UNE VERSION POUR COMMENCER UN MIX



Alpha



Little Miss



Sunrise



The Love



Brazil



Alive



Jeevan



Dystopia

Pour les
ados...

Beatbox

Mix grâce à Incredibox,

Tu peux choisir des rythmes, les mélanger, les modifier et créer ta propre musique, fonce !

<https://www.incredibox.com/fr/demo/>





Week-end 6/7 novembre 2021 ...

Pour les 
oreilles...



Le son 3D
... Le quoi ?

Plongez dans l'univers du son spatialisé et imaginez-vous être au beau milieu d'un bar bondé à Tokyo !

Attention, à écouter avec un casque ou des écouteurs !

<https://hyperradio.radiofrance.com/son-3d/>

Pour les 
yeux...



D'œil à œil !

... un épisode sur les yeux, de la célèbre série "Il était une fois la vie"

<https://www.lumni.fr/video/loeil>

Pour la 
bouche...



Chai Family

À boire en famille !

La biocoop nantaise vous partage sa meilleure recette !

<https://www.biocoop-nantescongres.fr/recettes-biocoop-nantes-cite-des-congres-et-restaurant-biocoop/l-indie-chai-989.html>

Pour le 
corps...



Activité physique

pour tout-petit

Piochez dans vos placards pour créer des activités amusantes pour faire bouger votre enfant !

https://www.facebook.com/watch/?ref=search&v=3056450948006253&external_log_id=17dcf62c-a2c6-482f-b424-4361531d6d1e&q=colorful%20life%20amazing%20ideas

Pour l'esprit & 
le cœur...



Balades sonores

La promenade des Lavois à Longué Jumelles... sans quitter son fauteuil !

La ville de Longué Jumelles abrite un merveilleux patrimoine. Sous la plume de Stéphanie Aten et avec les comédiens et auteure de PaQ'la Lune.

<https://parolesdelavois.fr/balades-sonores/>

Ensemble, en famille !



★ COVID-19

- **RESPECTER** les gestes barrières et adapter son quotidien !

<https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus>

LES RÉFLEXES À ADOPTER

Les gestes barrières à adopter

 Lavez-vous très régulièrement les mains	 Utilisez un mouchoir à usage unique et jetez-le
 Tousssez ou éternuez dans votre coude ou dans un mouchoir	 Saluez sans se serrer la main, évitez les embrassades

Après les vacances,

on se retrouve sur

<https://paqlalune.fr/des-carnets-numeriques/>

pour de **nouvelles** activités !

PaQ'la Lune

Retrouvez l'ensemble des coordonnées de nos équipes sur le site internet de l'association :

<https://paqlalune.fr>

Pour plus d'informations :

<https://paqlalune.fr/des-carnets-numeriques/>

L'association est conventionnée avec la ville de Nantes, l'Etat (DRDJSC des Pays de la Loire et DDCS49, Ministère de la ville et du logement/Agence Nationale de la Cohésion des Territoires), le Conseil Départemental de la Loire-Atlantique, des bailleurs sociaux (Aiguillon Construction, Nantes Métropole Habitat, La Nantaise d'Habitation, LogiOuest).

Elle bénéficie également du soutien financier des partenaires des contrats de ville de l'agglomération Nantes Métropole, la communauté d'agglomération Angers Loire Métropole, l'agglomération Saumur Val de Loire, l'agglomération du Choletais, Redon agglomération ainsi que la Communauté de Communes Châteaubriant Derval.

Retrouvez-nous !



paqlaluneasso



@paqlalune



associationpaqlalune

