



Ensemble,  
en famille...

Vous propose  
**son**  
**cahier**  
de vacances  
**culturelles ...**

Pour les  
**petits...**

Pour les  
**ados...**

Pour les  
**grands...**

**#11**

Automne 2022





# Bonjour,

## Pour PaQ'la Lune, l'arrivée des vacances d'automne marque le changement de SAISONS !

Oui, au sein de l'association, nous avons la SAISON du Soleil de début mai à mi-octobre et la SAISON de la Lune de début novembre à mi-avril.

Pendant cette période, les animations de rue font place à des animations en pied d'immeuble, le plus souvent dans les halls à l'abris du mauvais temps. C'est aussi la période pendant laquelle, nous réalisons de nombreux projets en milieu scolaire, soit en classe entière sur le temps scolaire ou en atelier sur le temps périscolaire.

Avant d'entrer dans la SAISON de la Lune, nous vous invitons à fêter notre changement de SAISON en nous rejoignant lors des différents temps que nous organisons.

Ce cahier de vacances vous permet de découvrir les activités que nous réalisons **>> En Direct ...** dans différents quartiers à Nantes, Angers, Vannes et ailleurs...

Ce cahier de vacances est, aussi, une invitation à découvrir de nombreuses ressources numériques imaginées par des partenaires de l'association ou par des structures culturelles dans les villes où PaQ'la Lune réalise tout au long de l'année des projets.

**Ce cahier de vacances est, enfin, l'occasion de découvrir de nouvelles activités accessibles gratuitement en ligne.**

**Alors si l'envie vous prend de vivre, en famille, un moment de partage culturel, n'hésitez pas à tourner les pages de ce cahier de vacances pour découvrir chaque jour de nouvelles activités.**



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 autumnale !





# Week-end 22/23 octobre 2022 ...

Pour les yeux...  
Maine-et-Loire  
Angers



## Festival Cinéma

C'est Monplaisir  
à la MPT de Monplaisir !

**Du 21 au 26 Octobre**

**Un festival de cinéma gratuit**

où tu peux t'initier aux astuces de la réalisation d'un film lors d'ateliers et de projections.

Viens à la MPT afin de découvrir les films tournés par d'autres habitants du quartier !

<https://www.mpt-monplaisir.fr/wp-content/uploads/2022/08/Plaquette-Culturelle-2022-2023.pdf>

Pour les oreilles...



## Walk Off the Earth

Le groupe Walk Off The Earth vous propose des reprises et compositions avec pleins d'instruments et de manières de jouer originales.

<https://youtube.com/user/walkofftheearth>

Loire-Atlantique  
Nantes  
Pour la bouche...



## La recette d'un livre

Coline Pierré et Martin Page sont auteurs et proposent avec PaQ'la Lune des ateliers d'écriture dans les écoles ou lors d'animations en bas d'immeuble.

Regarde leur recette pour faire un livre !

<https://www.youtube.com/watch?v=LNZjQ8gabqM>

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

Maine-et-Loire  
Saumur

Pour l'esprit & le cœur...



## Les Temps d'Art

le 22 Octobre

de 15h à 23h

Danse aérienne, théâtre d'ombres, crieurs de rue, pyrotechnie... et tant d'autres merveilles t'attendent tout au long du parcours artistique dans les rues de Saumur !

**Événement gratuit**

<https://lestempsdartsaumur.fr/>

# Ensemble, en famille !



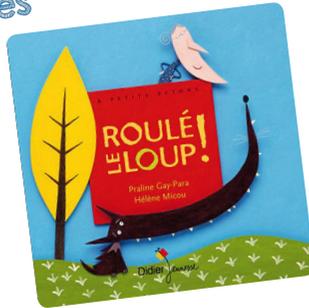


# Lundi 24 octobre 2022 ...

La dernière semaine de la SAISON du Soleil !

Pour les  
**petits...**

Morbihan  
Vannes



La mélodie  
des histoires !

Découvre les podcasts réalisés par et pour les enfants. !

Souvent ce sont des partenariats avec les écoles, dont celle d'Armorique et de Clicouet de Vannes. Le lien mène à toutes les histoires, celles racontées par les enfants de Vannes se trouvent en bas.

<https://www.lagoulotte.net/cestmoiquilis>

Pour les  
**ados...**  
À vos crayons



Challenge Instagram !

Listes de mots à illustrer pendant les vacances sur le thème d'Halloween: champignon, citrouilles, chat noir, sorcière, fantômes, lune, squelettes, potion magique (sortilèges), lutin, superhéros, araignées, elfe, dragon, bonbons halloween, extraterrestre, pirate, chauve souris, maison hantée, chaudron. !

<https://www.instagram.com/inktober/>

Pour les  
**grands...**

**Une femme, Une œuvre !**

Petites histoires de grandes artistes

En 3 minutes, découvre l'histoire et l'œuvre d'une artiste du XIX<sup>ème</sup> ou XX<sup>ème</sup> siècle.

[https://awarewomenartists.com/decouvrir\\_artistes/pour-les-jeunes/](https://awarewomenartists.com/decouvrir_artistes/pour-les-jeunes/)



6/11  
ans

## 1 Stage fait pour toi !

Stage de théâtre - arts plastiques  
25 -26- 27 Octobre

Loire-Atlantique  
Nantes  
Nantes Nord



# Mardi 25 octobre 2022 ...

Au revoir le soleil !  
Fête de changement de SAISON

Morbihan  
Vannes  
Vannes Kercado



## Pour les petits...



## « Professeur Astrocat »

Exposition Médiathèque de Châteaubriant  
>> Place Saint Nicolas

Du 14 au 29 octobre 2022  
Expositions visibles aux heures d'ouverture //  
Jeune public à partir de 6 ans / Gratuit

Le Professeur Astrocat (accompagné de son fidèle Astromouse) répond aux questions que vous vous posez sur l'espace dans cette exposition interstellaire..

<https://mediatheques.cc-chateaubriant-derval.fr/cms/articleview/id/640>

Loire-Atlantique  
Châteaubriant

## Pour les ados... Une biblio- thèque

depuis mon ordinateur !

Suivez le lien pour découvrir  
les ressources numériques de Nantes !  
Musiques, podcast, web-séries ..

<https://bm.nantes.fr/mabibnum>



## Ensemble, en famille...

Maine-et-Loire  
Saumur

## « La république des abeilles »

Spectacle au Dôme à 19h30

Venez suivre les différents épisodes de la vie d'une ruche au cours d'une année apicole.  
Du théâtre et de la danse pour vous parler de cet animal menacé.

<https://saisonculturelle.agglo-saumur.fr/la-saison/la-republique-des-abeilles>





# Mercredi 26 octobre 2022 ...

**Au revoir le soleil !**  
Fête de changement de SAISON

Pour les **petits...**

Maine-et-Loire  
Trelazé



## Heure du conte

À la médiathèque Hervé Bazin, à 10h et 10h30 !

Pour les vacances de la Toussaint, jouez à vous faire peur autour d'histoires sur le thème de la nuit et des peurs des tout-petits. (pour les 0 - 3 ans)

<http://www.mediathèque-trelaze.fr/nouvelle-programmation-culturelle-de-septembre-a-decembre-22/>

Ensemble,  
**en famille...**

Maine-et-Loire  
Angers

## Festival Cinéma

C'est Monplaisir à la MPT de Monplaisir !

**Du 21 au 26 Octobre** Un festival de cinéma gratuit

où vous pouvez vous initier aux astuces de la réalisation d'un film lors d'ateliers et de projections.

Venez à la MPT afin de découvrir les films tournés par d'autres habitants du quartier !

<https://www.mpt-monplaisir.fr/wp-content/uploads/2022/08/Plaque-Culturelle-2022-2023.pdf>



Pour les **ados...**

## Quizz !



Plus de 130 quizz divisés en sept grandes catégories

Tu es un mordu de sport, d'histoire, de géographie, de la vie animale, de culture, de science ou de la langue française ?

Explorez chacune de nos sept catégories pour tester vos connaissances. !

<https://quipoquiz.com/fr/index>



Maine-et-Loire  
Saumur  
Chemin Vert / Hauts Quartiers

Loire-Atlantique  
Orvault  
Plaisance





# Jeudi 27 octobre 2022 ...

## Pour les petits...



### Le théâtre de papier !

Après l'histoire lue d'un kamishibai, la construction avec PaQ'la Lune de ces théâtres de papier japonais pendant nos animations (à Nantes et Châteaubriant), on vous propose de construire le vôtre depuis chez vous !

[https://www.youtube.com/watch?v=5G3X\\_mmDg6I](https://www.youtube.com/watch?v=5G3X_mmDg6I)

## Pour les ados...



### Une femme, Une œuvre !

Petites histoires de grandes artistes

En 3 minutes, découvrez l'histoire et l'œuvre d'une artiste du XIX<sup>ème</sup> ou XX<sup>ème</sup> siècle.

[https://awarewomenartists.com/decouvrir\\_artistes/pour-les-jeunes/](https://awarewomenartists.com/decouvrir_artistes/pour-les-jeunes/)

## Pour les grands...

### Les Circaciens

L'association Les Circaciens, dédiée à la création artistique métal, développe un lieu artisanal et culturel à Redon, baptisé «Terrain vague», dans un ancien garage poids lourd au sud de Redon.

<https://www.facebook.com/LesCircaciens/>

Ille-et-Vilaine  
Redon



## Au revoir le soleil !

Fête de changement de SAISON





# Vendredi 28 octobre 2022 ...

**Au revoir le soleil !**  
Fête de changement de SAISON

Loire-Atlantique  
Châteaubriant

Pour les  
**petits...**



## « Professeur Astrocat »

Exposition Médiathèque de Châteaubriant  
>> Place Saint Nicolas

**Du 14 au 29 octobre 2022**  
Expositions visibles aux heures d'ouverture //  
Jeune public à partir de 6 ans / Gratuit

Le Professeur Astrocat (accompagné de son fidèle Astromouse) répond aux questions que vous vous posez sur l'espace dans cette exposition interstellaire..

<https://mediatheques.cc-chateaubriant-derval.fr/cms/articleview/id/640>

Pour les  
**ados...**

## KHAL ALI

Partez à la découverte de la pop culture avec le youtubeur Khal Ali !

<https://www.youtube.com/c/KHALALI>



Ille-et-Vilaine  
**Redon**  
Redon / Bellevue



Loire-Atlantique  
**Nantes**  
Nantes Erdre

Pour les  
**grands...**

## Formation à distance\*

La Médiathèque d'Auray vous propose Skilleos

C'est est une véritable plateforme d'apprentissage, ergonomique et totalement personnalisée ?

<https://www.mediatheques-terre-atlantique.fr/mediatheque-numerique/autoformation-skilleos>

\* Formation à distance, sans date limite, seule contrainte : avoir une carte de médiathèque

Morbihan  
**Auray**





# Week-end 29/30 octobre 2022 ...

Au revoir la SAISON du Soleil !

Pour les yeux...

Morbihan  
Vannes



## Expo Orée !

jusqu'au 31 décembre  
au Musée des Beaux Arts de  
Vannes

À cheval entre art, science et technologies, Thomas Daveluy et Guillaume Lepoix, construisent un ensemble de trois œuvres où la technologie numérique leur sert de moyen de reproduction du paysage. !

<https://bretagnemusees.bzh/evenement/orée-thomas-daveluy-et-guillaume-lepoix/>

le 1<sup>er</sup> podcast  
de PaQ'la Lune !

Pour les oreilles...



## Toi, moi et les autres...

Le projet **Toi, moi et les autres** rassemble plusieurs auteurs ainsi que des enfants autour de l'écriture sur la crise sanitaire. Et il prend aujourd'hui la forme d'un podcast pour ravir vos oreilles !

<https://paqlalune.fr/2022/02/04/paqla-lune-produit-son-premier-podcast/>

Pour la bouche...



## Pan cake vegan

Pour les adeptes des pancakes gonflés et dodus.

Sans oeufs et sans produits laitiers.  
<https://cuisine.journaldesfemmes.fr/recette/1012512-pancakes-vegan-moelleux-et-hyper-simples>

Pour le corps...



## The cup song

Tutoriel pour apprendre le rythme effectué avec un gobelet par Anna Kendrick dans sa chanson (Cups) (Pitch Perfect's «When I'm Gone»).

Le rythme d'apprentissage est volontairement lent pour permettre à toutes personnes d'avoir appris le rythme à la fin de la vidéo

<https://www.youtube.com/watch?v=0PwIR0yO01U&t=32s>

Maine-et-Loire  
Angers

Pour l'esprit &  
le cœur...



## Les météorites

Une exposition  
du 22/10/2022 - 6/11/2022  
de 10h-18h (sauf lundis)  
Gratuite pour les moins de 26 ans

Événement proposé dans le cadre du bicentenaire de la chute de la météorite d'Angers.

<https://www.tourisme.destination-angers.com/organisez-votre-sejour-a-angers/activites-a-angers-et-alentours/agenda-et-evenement-a-angers/meteorites-entre-ciel-et-terre-1783230>

# Ensemble, en famille !





# Lundi 31 octobre 2022 ...

Bonjour la SAISON de la Lune !

Ille-et-Vilaine  
Redon  
Redon / Bellevue

Pour les  
petits...



## Une petite histoire

Le Collège Bellevue  
et l'école de St Nicolas de Redon  
ont découvert l'auteur breton **Benoît Broyart**  
lors d'une rencontre d'auteur et d'ateliers d'écriture.  
Il a expliqué avoir commencé à écrire des histoires  
parce que son fils lui en réclamait.

Toi aussi, tu aimes les histoires ?  
Découvre ici « Au feu, les dragons! »,  
et plein d'autres encore !

<https://podcasts.apple.com/us/podcast/les-histoires-de-beno%C3%AEt-broyart/id1568034034>



Pour les  
ados...

## Girlhood

Le rap avant tout

Huit portraits de jeunes artistes qui ont choisi le rap pour raconter  
et mener leur combat en Afrique du Sud, Maroc, Allemagne et France.

C'est beau et c'est important !

<https://www.arte.tv/fr/videos/RC-021779/girlhood/>



Pour les  
grands...

## « Les Grandes dames de l'art »

Partez à la découverte des grandes artistes du XXème siècle  
et découvrez ce qui les a inspiré.

<https://awarewomenartists.com/podcasts/>





# Mardi 1<sup>er</sup> novembre 2022 ...

Pour les  
**petits...**



## Une femme, Une œuvre !

**Petites histoires de grandes artistes -  
pour les enfants... et pour les grands aussi !**

En 3 minutes, découvrez l'histoire  
et l'œuvre d'une artiste du XIX<sup>ème</sup> ou XX<sup>ème</sup> siècle.

[https://awarewomenartists.com/decouvrir\\_artistes/pour-les-jeunes/](https://awarewomenartists.com/decouvrir_artistes/pour-les-jeunes/)

Pour les  
**ados...**

## Lumière automnale !

**Un photophore d'automne !**

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

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

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



Ensemble,  
**en famille...**

## Quizz !

**Plus de 130 quiz divisés en sept grandes catégories**

Vous êtes des mordus de sport, d'histoire, de géographie  
de la vie animale, de culture, de science  
ou de la langue française ?

Explorez chacune de nos sept catégories  
pour tester vos connaissances. !

<https://quipoquiz.com/fr/index>





# Mercredi 2 novembre 2022 ...



Pour les  
petits...



## Ateliers musicaux

Tous les mercredis du 14 sept au 14 déc  
Parents - Enfants / GRATUIT

Participez à des ateliers ludiques d'exploration musicale avec différents supports : chant, histoires musicales, petites percussions ...

<https://www.facebook.com/ServicePolitiqueDemocratieLocaleAuray/photos/a.152328273394048/566671588626379/>

Ensemble,  
en famille...



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/>



## « Pierre, feuille, ciseaux »

Partez à la découverte des oeuvres  
de l'artiste Giovanna Chauvin Rossi

Galerie 29 : Horaires d'ouverture :  
le mercredi et le samedi de 9h30 à 12h30 et de 14h à 18h  
29 rue de Couéré 44110 Châteaubriant

Dans cette exposition, l'artiste questionne  
la représentation des femmes  
et des enfants dans l'art et le sport.

[https://www.mairie-chateaubriant.fr/medias/2022/09/Programme\\_Parcours\\_dart\\_A5\\_2022\\_Planches-HD.pdf](https://www.mairie-chateaubriant.fr/medias/2022/09/Programme_Parcours_dart_A5_2022_Planches-HD.pdf)





# Jeudi 3 novembre 2022 ...

Pour les  
petits...



Loire-Atlantique  
Châteaubriant

Loire-Atlantique  
Nantes

## “Les winnipeg’s Killer”

Découvrez leurs derniers clips !

Vêtus de leur tenue rouge emblématique et toujours prêts à pousser chansonnette, les Winnipeg's Killers créent des chansons à partir de recueil de paroles d'habitants.

<https://paqlalune.fr/des-creations-artistiques/chantier-artistique-portraits-de-quartiers/les-winnipegs-killers/>

Ille-et-Vilaine  
Redon

Pour les  
ados...



## Les Circaciers

L'association Les Circaciers, dédiée à la création artistique métal, développe un lieu artisanal et culturel à Redon, baptisé «Terrain vague», dans un ancien garage poids lourd au sud de Redon.

<https://www.facebook.com/LesCircaciers/>

Ensemble,  
en famille...

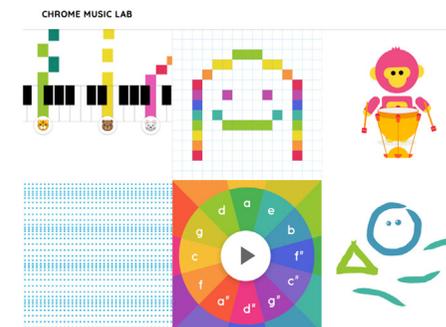


## Chrome Music Lab

En famille ou même seul.e.

Chrome Music Lab est un laboratoire d'expérimentation musicale. Débutant comme musicien, venez expérimentez les différents outils qui sont mis à votre disposition.

<https://musiclab.chromeexperiments.com/Experiments>





# Vendredi 4 novembre 2022 ...

Pour les  
petits...



La mélodie  
des histoires !

Découvrez les podcasts réalisés par et pour les enfants. !

Souvent ce sont des partenariats avec les écoles, dont celle d'Armorique et de Clicouet de Vannes. Le lien mène à toutes les histoires, celles racontées par les enfants de Vannes se trouvent en bas.

<https://www.lagoulotte.net/cestmoi quilis>

Pour les  
grands...

Inspirez !

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

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

Morbihan  
Vannes



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-wFno-1NyFxivBpvZvyaSwoFYvksYP3n>





# Week-end 5/6 novembre 2022 ...

Pour les yeux...



## Les puzzles et plus !

Des jeux visuels et autres puzzles inspirés directement des œuvres du Musée des arts et des industries André Diligent de Roubaix !

<https://roubaix-lapiscine.yunow.app/756-les-defis-du-mercredi/2760-les-defis-de-la-piscine>

Pour les oreilles...



## Le travail, c'est quoi ?

Un podcast réalisé dans le cadre du projet « Attention Travail ! »

Podcasts réalisés par Thiebaud Radjef de la Compagnie Filou.

LE PROJET : <https://projets-education.nantes.fr/attention-travail>

L'UN DES PODCASTS : <https://soundcloud.com/user-325965871/classe-ledru-rollin-celine-douillard>

Pour la bouche...



## La magie des restes !

En cette fin de semaine, vous n'avez plus d'idées pour vos repas du weekend ?

Optez pour des recettes simples, rapides et anti-gaspi avec ce qu'il vous reste dans vos frigos !

<https://www.lapetitecuisinedenat.com/anti-gaspi>

Pour le corps... Maine-et-Loire Angers



## Parcours street art !

Encore sur la thématique de la photographie !

5 nov. de 15h-17h

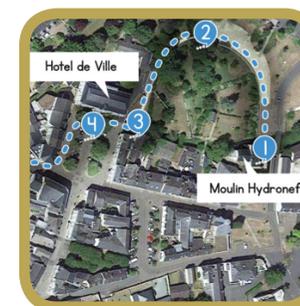
Lors de cette visite guidée, laissez-vous surprendre par de nombreuses créations street-art dans la ville.

Visite gratuite pour les - de 12 ans.

<https://www.tourisme.destination-angers.com/organisez-votre-sejour-a-angers/activites-a-angers-et-alentours/visite-guidee-a-angers/angers-street-art-3138541>

Maine-et-Loire Longué-Jumelles

Pour l'esprit & le cœur...



## À Longué-Jumelles

La promenade des lavoirs...

PaQ'la Lune vous invite à travers le travail de ses comédiens à découvrir le patrimoine de Longué-Jumelles dans le Maine et Loire ! Une bonne idée de visite pour vos vacances !

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

# Ensemble, en famille !





# PaQ'la Lune



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

[www.paqalune.fr](http://www.paqalune.fr)

Pour plus d'informations :

[carnetsnumeriques@paqalune.fr](mailto:carnetsnumeriques@paqalune.fr)



... Là où tu peux nous retrouver dans nos bureaux !

... Là où tu peux nous retrouver dans les quartiers !

Retrouvez-nous !



paqaluneasso



@paqalune



associationpaqalune

L'association est conventionnée avec la ville de Nantes, l'État, 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 Nantes Métropole, Angers Loire Métropole, Saumur Val de Loire, Redon agglomération, Châteaubriant Derval et Vannes agglomération.

Elle est soutenue par des fondations, des bailleurs et des collectivités.

