

# Les vacances sont à nos portes!

Certains de nos enfants seront en camp ou colonies, d'autres passeront tout l'été en famille ou chez des amis.

Après une année scolaire passée devant beaucoup d'écran, nous vous proposons un Loto Bingo des vacances, à faire en famille ou entre amis. Ce loto permet de se couper du téléphone, de (re)nouer des interactions sociales et de faire grandir chacun selon sa personnalité.

## L'importance de l'ennui

Il y a une théorie qui dit que si un enfant a suffisamment le temps de s'ennuyer, il va développer sa créativité. Surcharger l'horaire pourrait sembler tentant, et même s'il est bien d'anticiper certaines choses, il est aussi bon de permettre au jeune de développer ses propres idées. Nous ne proposons pas une liste exhaustive mais 7 types d'activités, pouvant varier sur l'ensemble de la semaine... et toutes les suggestions des jeunes peuvent être prioritaires.

Parce que c'est un peu ça le rôle des vacances. 

*Car en privant les enfants de la possibilité de s'ennuyer, en occupant les moindres interstices de temps libre, on les prive en même temps d'une étape importante du développement de leur imaginaire.*

**Ne rien faire, c'est laisser l'esprit vagabonder.**

*Christine Diego*

## Pas besoin de dépenser une fortune

La plupart des activités suggérées dans la liste se font à faibles coûts. Nous ne croyons pas que ce soit nécessaire de dépenser une fortune pour passer de bons moments. Souvent, on oublie comment s'amuser simplement. Toutes offrent aussi la possibilité de se vivre à plusieurs, ce qui est un élément essentiel : les moments de qualité.

**Un thème par jour** : nous avons pensé que ça pouvait stimuler la créativité d'accorder un thème à chaque jour de la semaine. Voici donc une proposition de 10 activités classées par catégories, tout en essayant d'être les plus neutres possibles dans les suggestions pour que ça convienne à tous les goûts.

**Art** : des idées créatives, tournées vers notre imagination ou qui permettent d'en découvrir plus sur des artistes d'ici ou d'ailleurs. On retrouve donc des suggestions comme le dessin, mais ça pourrait aussi être de faire un scrapbooking à partir de trésors récoltés pendant les sorties.

**Culture** : des activités qui permettent d'en apprendre sur notre histoire et notre patrimoine.

**Cuisine** : le temps convivial par excellence, et les vacances offrent souvent des plages horaires qui permettent de sortir du plat « prêt à réchauffer ».

**Relations / moments de qualité** : Entretenir les liens avec les gens qu'on apprécie est essentiel. Tout ce qui nous permet de s'ancrer dans le réel et l'altérité est toujours source de croissance.

**Sorties** : Nous proposons des sorties pouvant aussi bien relever de l'« ordinaire » que d'autres plus « exceptionnelles ». Le changement de cadre et de routine est toujours stimulant.

**Remue-Méninges** : entretenir les connaissances, ne pas oublier tout ce que l'on a appris durant l'année est aussi un des défis des vacances. Nous proposons des formes ludiques pour que la mécanique cérébrale ne cesse pas.

**Sport et activités physiques** : Cela va faire deux ans que l'activité physique est rendue plus difficile et d'autant plus quand elle est collective. Le cadre souvent aéré et en pleine nature des vacances est propice à des activités sympas et procurant une saine fatigue.

**Intériorité et spiritualité** : Des propositions pour ne pas négliger cette dimension de la personnalité, ouverte à tous.

*Art  
Activités  
manuelles*

Dessiner  
Colorier des  
mandalas  
Croquer un paysage  
(jeux de  
perspectives, de  
couleurs...)

Découvrir un artiste  
français

Faire une saynète  
avec ses frères et  
sœurs/ses cousins et  
cousines

Découvrir un nouvel  
album musical

Faire de l'origami

*Culture  
générale*

Partir à la  
découverte de la  
richesse de ta région  
de vacances

Découvrir un poète  
français

Lire une bande-  
dessinée historique

Trouver une activité  
originale à faire sur  
votre lieu de  
vacances grâce à  
l'Office de Tourisme

Flâner sur un marché  
artisanal

*Cuisine*

Préparer des crêpes

Cuisiner des muffins

Faire des cookies

Mixer un délicieux  
smoothie

Réaliser une  
limonade ou un thé  
glacé maison

*Temps de  
qualité en  
famille*

Ecrire une lettre à un  
proche

Passer du temps  
avec à un ami

Jardiner pour la  
famille ou les  
personnes qui nous  
reçoivent pendant  
les vacances

S'occuper de ses  
frères et sœurs

Organiser une soirée  
jeux de société

*Sorties*

Aller au cinéma

Aller au Zoo

Aller à la plage

Aller à la piscine

Aller chez un  
horticulteur: choisir  
une plante, un arbre  
et en prendre soin  
tout l'été

*Sport  
Activités  
physiques*

Faire une promenade  
en vélo

Prévoir une sortie en  
bateau

Monter à cheval

Se (re)mettre à la  
course à pieds

Organiser une sortie  
pédalo/canoë/kayak

*Remue-  
ménages*

Lire 1 roman

Apprendre des mots  
de base dans une  
nouvelle langue

Faire un concours de  
calcul mental

Jouer au scrabble

Faire une expérience  
scientifique (en toute  
sécurité!)



## Art Activités manuelles

S'initier à la photographie

Faire de la poterie avec de la glaise

Fabriquer 1 objet en bois

Tailler un morceau de bois pour lui donner la forme voulue

Tenir 1 journal de bord des meilleurs souvenirs de vacances

Développer un talent artistique

## Culture générale

Profiter des festivités des 14 juillet et 15 août : messe en plein air, feux d'artifice, bal populaire...

Connaitre l'histoire de son lieu de vacances

A l'aide d'une carte IGN, prévoir 1 sortie « exploration » pour sa famille.

Visiter 1 artisan local pour en apprendre plus sur son métier

Visiter un musée

## Cuisine

Faire une glace maison

Cuisiner une pizza ou une quiche

Préparer et apporter au lit un vrai petit déjeuner à ses parents

Organiser un Concours Cuisine

Apprendre une nouvelle recette (secret de grand-mère, une recette locale...)

## Temps de qualité en famille

Prévoir une soirée film en famille

Ranger sa chambre  
Nettoyer la voiture

Faire une promenade avec ses parents ou ses grands-parents et profiter de ces échanges

Trouver des formes dans les nuages avec ses proches

Rendre service (vider le lave-vaisselle, étendre le linge...) avant qu'on nous le demande

## Sorties

Faire une randonnée

Faire 1 nuit sous la tente ou à la belle étoile dans le jardin

Organiser 1 jeu pendant le trajet du voyage pour occuper le temps

Prévoir 1 sortie pour aller voir ses amis

Aller dans un parc

## Sport Activités physiques

Faire de l'accrobranche  
Se mesurer à une via ferrata

Jouer en équipe au lasergame

Aller nager

Explorer la nature: ballade en forêt, sentier de randonnées...

Jeux d'équipes: foot, tennis, beach volley

## Remue- méninges

Lire un 2<sup>ème</sup> livre

Revoir ses cours de la matière où on a le plus de difficultés

Jouer au Petit Bac avec des noms de colonnes permettant de réviser

Découvrir et s'intéresser aux spécificités régionales

Faire un escape-game culturel ou en organiser un pour sa famille



*Spiritualité  
et  
intérieurité*

Prendre un temps de silence ou de prière quotidien (et pourquoi pas relire toute son année scolaire)

Contempler un paysage naturel

Visiter une église ou une cathédrale

Demander rapidement pardon après une dispute/accueillir le pardon de l'autre

Lire un passage de la Bible

Relire avant de se coucher sa journée et voir les beaux moments et ce qu'on peut améliorer

Soigner son vocabulaire et le registre de blagues

Protéger son intimité et veiller à sa façon de s'habiller

Entretenir des relations amicales et ne pas tomber systématiquement dans les « amours furtives estivales »

Être prudent sur ce que l'on dit et ce que l'on regarde






INSTITUTION  
SAINTE-GENEVIÈVE  
GENÈVE-SAINT-SAÛVE

Loto bingo des vacances : créez votre planning de vacances!