

## ACTIVITÉS FACILES

- [Livret de 16 activités \(pdf\)](#)

## BESOIN DE STRUCTURE ?

- [Présentation du programme \(vidéo\)](#)
- [Bienvenue aux mentors \(vidéo\)](#)
- [Le besoin de structure \(vidéo\)](#)
- [« Ecole à la maison » : les conseils de spécialistes de l'enseignement à domicile \(article\)](#)
- [Trucs et astuces - aide aux devoirs \(vidéo\)](#)

## BESOIN DE SE RELAXER ?

- [Relaxation par la respiration \(vidéo\)](#)
- [Relaxation & Magie \(vidéo\)](#)
- [Relaxation grâce à une bulle \(vidéo\)](#)
- [Yoga pour débutant \(vidéo\)](#)
- [20 exercices de méditation pour les enfants \(article\)](#)
- [Oxygéner ses poumons \(vidéo\)](#)

## ACTIVITÉS SANS MATÉRIEL

- [Jeu de Kim visuel \(vidéo\) / Odeurs \(vidéo\)](#)
- [Construction d'une toupie optique \(vidéo\)](#)
- [Escape Game/chasse au trésor \(vidéo\)](#)
- [Origamis faciles \(vidéo\)](#)
- [Dessin et lumière \(vidéo\)](#)
- [Cadavre exquis en dessin \(vidéo\)](#)
- [Dessiner autrement \(vidéo\)](#)

# QUELQUES IDÉES D'ACTIVITÉS & LIENS UTILES

## JEUX À CONSTRUIRE SOI-MÊME

- [Le jeu de Go \(vidéo\)](#)
- [Stratego maison \(vidéo\)](#)
  - [Notice d'utilisation \(pdf\)](#)
- [Création de pâte à modeler \(vidéo\)](#)
- [Cuisiner ses oeufs de Pâques \(vidéo\)](#)
- [Petites activités manuelles \(site\)](#)
- [Créer ses instruments de musique \(vidéo\)](#)

## ACTIVITÉS SPORTIVES

- [Sport à la maison \(vidéo\)](#)
- [C'est l'été : les enfants se dépensent \(vidéo\)](#)
- [Cours de Fitness enfants/parents \(vidéo\)](#)
- [14 façons de faire bouger les enfants en confinement \(article\)](#)

## ÉCRITURE, COMMUNICATION

- [Une histoire et Oli \(podcast\)](#)
- [Le Petit Carnet de Confinement \(article\)](#)
- [Le jeu du courrier \(vidéo\)](#)
- [Jeu du top 5 \(vidéo\)](#)

## LIENS UTILES

- [Carte 1KM \(site\)](#)
- [Peut-on sortir avec les enfants ? \(site\)](#)
- [Créer son propre masque \(vidéo\)](#)