

Mon Carnet d'Activités



Par
Babychou



Sommaire

p3 **COLORIAGE:** Jour de marché

p4 **LA PETITE FABRIQUE (DIY*) DE:**
Fleurs de Papier



p5 **COLORIAGE:** La Forêt

p6/7 **LA PETITE FABRIQUE (DIY*) DE:**
Balles de jonglage
& Maison lumineuse

p8/9 **HALLOWEEN (BOUH!):**
Coloriage

& Bonbons en gelée!

p10/11 **BABYBOO CUISINE:**

Mille Feuille Mozza
& Green Smoothie

*DIY = DO IT YOURSELF : "fais-le toi même"

Créations & illustrations Frédérique Thyss

le marché Coloriage



ROSE
& VICTOR

ADORENT
ALLER
AU MARCHÉ !



COURGE ET TOI ?

PÂTISSON



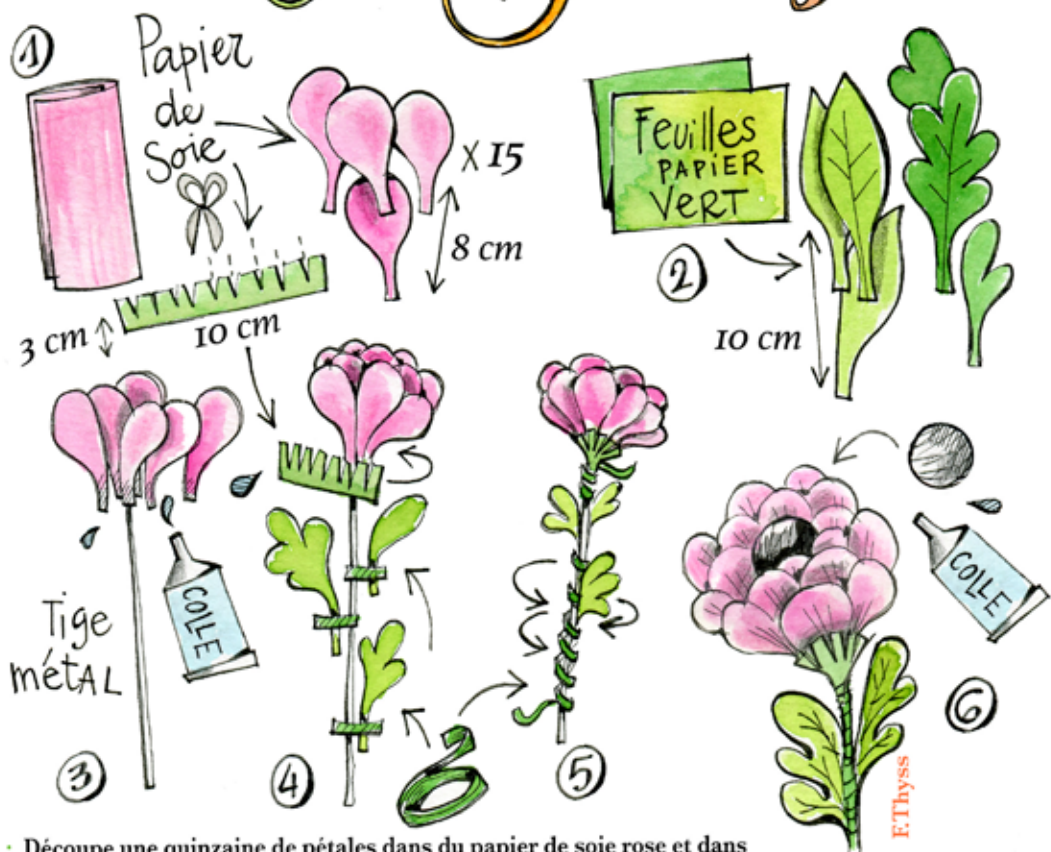
CITROUVILLE



UN NOUVEAU MOT "LOCAVORE"

mélange de "local" et "dévore" un locavore désigne quelqu'un qui mange (le plus possible) des aliments produits près de chez lui pour éviter de polluer à cause des transports. Amuse-toi à trouver sur le dessin le fruit qui arrive de pays chauds ... <http://www.babychou.com>

Les Jolies Fleurs de PAPIER



- 1: Découpe une quinzaine de pétales dans du papier de soie rose et dans du vert une bande de 10 cm de long (3 de haut), crante-la tout le long.
- 2: Dans un papier vert découpe des feuilles (3 ou 4 un peu différentes).
- 3: Autour d'une tige métallique (fil de fer) de 25 cm environ, colle les pétales un à un en corolle puis la bande crantée verte découpée, tout autour de la base des pétales qu'elle cachera.
- 4: Avec du "masking tape" * vert colle les feuilles le long de la tige à des hauteurs différentes. (* Scotch assez élastique uni ou décoré)
- 5: Enroule autour de la tige ce même scotch sur toute la hauteur.
- 6: Tu peux peindre une boule de papier mâché (noir ou jaune) et la coller au milieu de la fleur.

4

C'EST FINI !

Décore ta chambre ou offre des fleurs à ta maman !



avant de se mettre au repos.

l'automne, c'est le

moment où la nature se prépare de



E.Thyss

couleurs

des plus belles



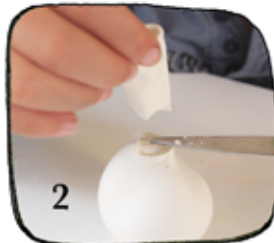
Jeux de Balles



Ballons
de couleur
(4 par Balle)
réalisée

A l'aide d'un entonnoir verse
2 poignées de farine dans
une bouteille en plastique

QUAND LA FARINE
EST TOMBÉE DANS LE
BALLON (SECOUE UN PEU)
DÉTACHE LE BALLON
DE LA BOUTEILLE ET
ET COUPE LE BOUT.



RECOMMENCE UNE 3 ÈME
FOIS PUIS CHOISIS UN
BALLON D'UNE AUTRE
COULEUR COUPE LE BOUT
DECOUPE DES TROUS

GONFLE UN BALLON.
PINCE ET TOURNE LE BOUT
POUR LE METTRE AROUND
DU BOUCHON. QUAND LE
BALLON EST EN PLACE
RETOURNE LA BOUTEILLE

COUPE UN AUTRE BALLON
DE MÊME COULEUR ET
ENFILE-LE AROUND
(OUVERTURES OPPOSÉES !)

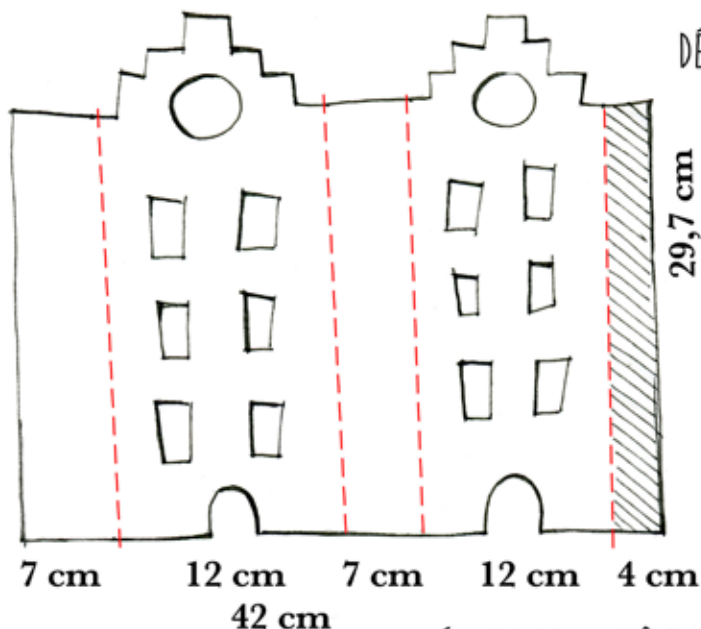
Amuse toi avec des trous
de taille différentes et
couleurs à varier
tes balles !

entonnoir

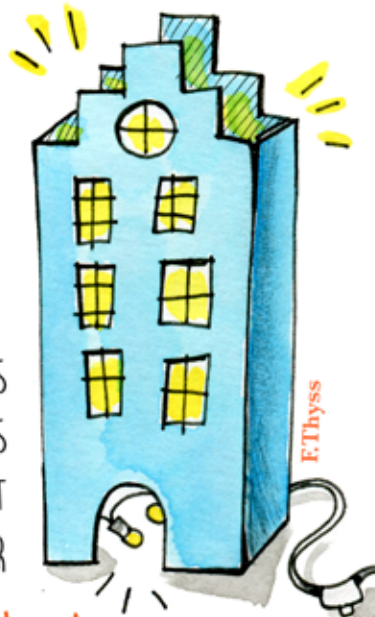


MA PETITE FABRIQUE

MA MAISON LUMINEUSE



DÉCOUPE DANS UNE FEUILLE
A3 EN COULEUR (ASSEZ
ÉPAISSE) UNE MAISON
COMME SUR LE DESSIN



----- PLIER
///// COLLER

DÉCOUPE DES FENÊTRES
ET COLLE DERRIÈRE LES FAÇADES
DU PAPIER CALQUE EN DESSINANT
LES CARREAUX AU STYLO NOIR

Plie et colle le dernier bord
tu n'as plus qu'à
poser ta lampe sur :

1 guirlande
à leds



des
ciseaux
&
1 cutter

DO IT YOURSELF * * fais-le
toi même

(AVEC UN ADULTE !)



F.Thysss

HALLOWEEN est une fête très ancienne (+ de 3000 ans!) d'origine irlandaise (et non américaine). Elle célébrait le dernier jour de l'année (31 octobre à l'époque) et fêtait les morts. C'est écolo et rigolo ! Evidemment, prends une citrouille et fais le tour du quartier avec tes copains déguisés.

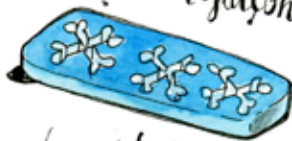
Fou rires garantis !!!

TRICK OR TREAT? ?

* FARCE OU FRIANDISE?



moules à glaçons



ou sirop d'Agave

AGAR-AGAR (gélatine)

(POMMES)

(souple)

MÉLANGE

2 GRAMMES

D'AGAR AGAR DANS

DANS 2 CUIL. D'EAU



1



2

AJOUTE 200 ML

DE JUS DE FRUITS

(NON ACIDE)

DU SUCRE NATUREL

(3 CUIL. À CAFÉ)

AJOUTE DU COLORANT

SI TU VEUX ET

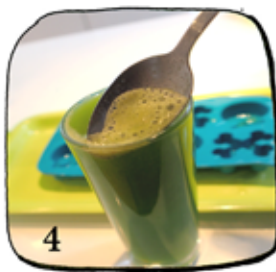
METS À CHAUFFER

AU MOINS 2 MINUTES

TRÈS FORT



3



4

VERSE DANS UN

VERRE ET ÉCUME

À LA CUILÈRE

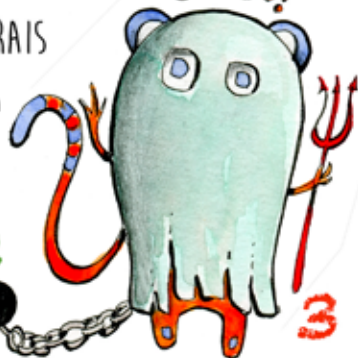
TU N'AS PLUS QU'À METTRE AU FRAIS

(AU MOINS 1 HEURE) ET DÉMOULER

DÉLICATEMENT

Hoôôrrrrrrible dégustation!

Boôô!



3

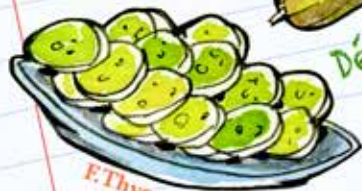


Babyboo Cuisine!

Mille-feuille
de mozzarella



- Mozzarella
- Potimarron
ou
- Courgette
jaune
- Huile
d'olive
- Sel
- Poivre
- Citron



F.Thyss

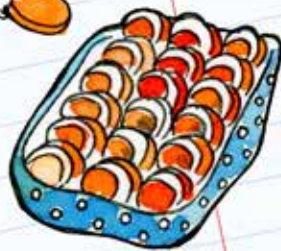
Découpe la courgette
ou le potimarron
(plus facile à trouver
qu'une citrouille!)
en rondelles
régulières

DÉCOUPE 2 MOZZARELLAS (OU UNE GRANDE)
EN MORCEAUX DE MÊME TAILLE QUE LES
RONDELLES



BLANCHIS (= PLONGE DANS L'EAU BOUILLANTE
5 MINUTES) LES RONDELLES DE POTIMARRON

Dispose les rondelles une à une (1 légume, 1 mozza, 1 légume etc)
très soigneusement jusqu'à remplir ton plat, ajoute un filet
d'huile d'olive, du sel, du poivre et mets à cuire
20 mn à feu moyen.



180° 20mn

le + : arrose de
jus de citron à
la sortie du four
et régale-toi!

Voici une recette de smoothie

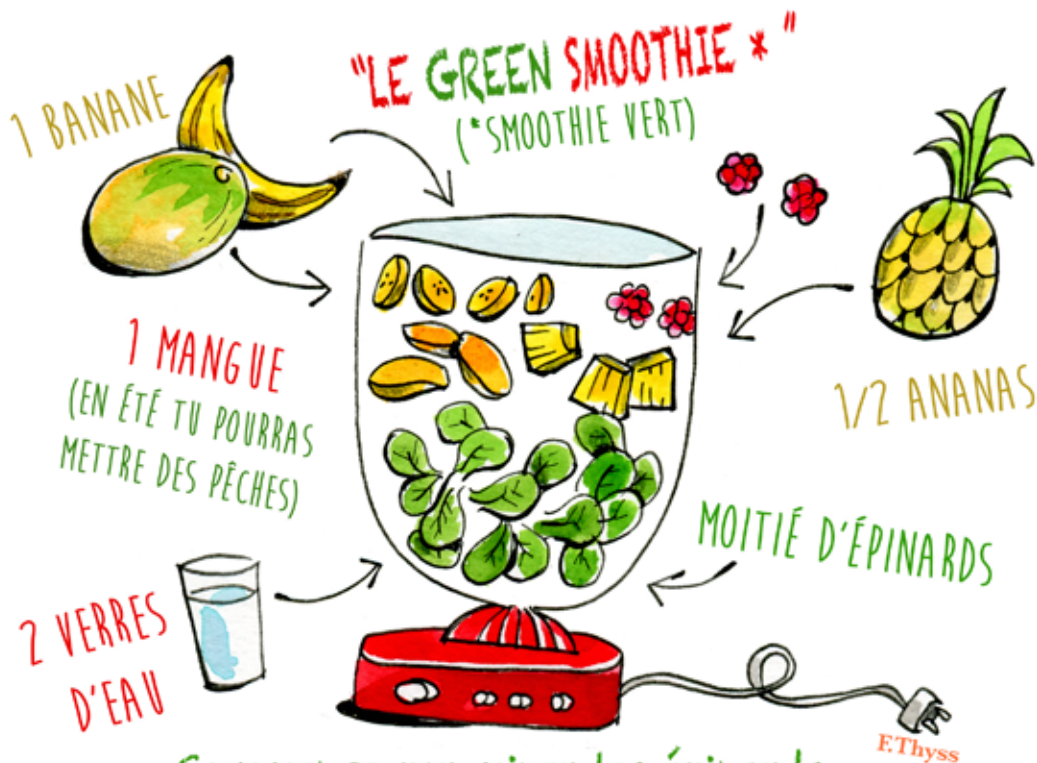
INCROYABLE

excellente pour la santé
et qui va te faire

aimer et manger des

ÉPINARDS !

(et si tu les aimes déjà tu adoreras aussi)



Commence par mixer les épinards avec 2 verres d'eau (ou de l'eau de coco) dans un blender. Ajoute des fruits que tu aimes coupés en gros dés (celui-ci est le préféré de Babyboo mais tu peux varier avec des fruits de saison : poires, oranges, raisin...)

Essaie de ne pas ajouter de sucre pour que ce soit meilleur pour ta santé... c'est plein de vitamines et délicieux!



Retrouve Babychou

en France

dans de nombreuses villes ...



à bientôt !

ZONES D'IMPLANTATION

Retrouve toutes les
adresses et informations
(ateliers, actualité...) sur :

<http://www.babychou.com>