



INFO-MEUTE

Semaine 5 : du 24 au 28 juillet

INFORMATIONS GÉNÉRALES DE LA SEMAINE

Horaire de la Meute du Nord : Mardi au jeudi sur des heures variables en fonctions des heures de départ et de retour des sorties.

Lieux de rassemblement : Sous l'esplanade de la Place des Citoyens

Dans le sac à dos il y a :

- Une bouteille d'eau (non congelée)
- De la crème solaire (identifié au nom de l'enfant)
- Un maillot de bain décent et une serviette

Dans la boîte à lunch :

- Un repas froid
- 2 collations MINIMUM
- Jus ou bouteille d'eau (non congelé)
- Un sachet de type «icepack» pour la conservation des aliments
- Éviter les aliments à teneur élevée en sucres raffinés (bonbons, boissons gazeuses...)

** Il est fortement recommandé de bien identifier le matériel et les vêtements de vos enfants. Veuillez noter que tous les objets perdus qui n'auront pas été réclamés seront remis à des organismes de bienfaisance dès la fin du mois d'août. **

SORTIES / ACTIVITÉS SPÉCIALES

Semaine 5	25 juillet	26 juillet	27 juillet
Activités	Darkzone	Échappe-toi	Jeux vidéo sur écran géant et autres activités
Lieu	Laval	Montréal	Centre communautaire Jean-Baptiste Rolland
Départ/retour <small>*Advenant un retard, nous ne pourrons pas attendre les retardataires, il sera de la responsabilité du parent d'amener l'enfant à l'endroit de la sortie.</small>	9h00 / 16h00	8h45 / 16h	9h00 / 16h00
Matériel	Espadrilles et bas	Espadrilles et bas	Jeux vidéos, console si tu en as.
Informations		Jeux d'évasions	

*À noter que le service de la Halte Taloup n'est pas disponible pour les enfants de la Meute du Nord et que 15 minutes après le retour des autobus, votre enfant ne sera plus sous notre responsabilité.

CAPSULE ALIMENTATION

Les collations sont importantes dans la journée d'un enfant ! Le matin il est préférable d'opter pour une collation légère, comme un fruit, un légume, un yogourt à boire. Dans l'après-midi, il est important de donner aux enfants une collation bourrative, comme un fromage, un muffin, une barre tendre... Voici quelques recettes de collation :

Barres tendres au gruau¹

Ingrédients :

- 750 ml (3 tasses) de flocons d'avoine
- 250 ml (1 tasse) de farine de blé entier
- 2 ml (1/2 c. à thé) de poudre à pâte
- 75 ml (1/3 tasse) d'huile
- 75 ml (1/3 tasse) d'eau
- 250 ml (1 tasse) de miel
- 5 ml (1 c. à thé) de vanille
- 125-250 ml (1/2 à 1 tasse) de raisins secs
- 1 ml (1/4 c. à thé) de sel

Préparation :

- Chauffer le four à 180 °C (350 °F)
- Huiler une plaque à biscuits
- Dans un grand bol, mélanger tous les ingrédients.
- Dans un autre bol, battre ensemble tous les ingrédients liquides.
- Ajouter le mélange liquide aux ingrédients secs et mélanger.
- Étendre la pâte sur une plaque à biscuits et cuire 15 minutes ou jusqu'à ce que le dessus soit légèrement doré.

¹ PETIT, J. (2008) *Manger en service de garde – un art de vivre au quotidien*. Éditions de la Chenelière. Montréal, Québec. 222p.



INFO-MEUTE

Semaine 5 : du 24 au 28 juillet

ACTIVITÉ SPÉCIALE DE LA SEMAINE



- «**GAMER**»

Cette semaine la Meute explorera le monde créatif des jeux vidéo. Tournoi, quiz, concours de dessins ainsi que plusieurs autres animations en lien avec les jeux vidéo.

Beaucoup de personnages seront au rendez-vous. Connaissez-vous bien vos jeux vidéo ? Vous le saurez bientôt!

** À noter que les autres activités spéciales de la semaine sont des sorties pré-organisées par le site visité.

**

QUESTIONS, COMMENTAIRES ET SUGGESTIONS

Si vous avez des questions, des commentaires ou des suggestions, n'hésitez pas à venir rencontrer les animateurs ou les coordonnatrices du Camp Taloup. Nous sommes toujours heureux de connaître votre opinion.

Personnes à contacter entre 9 h et 16 h (du 26 juin au 17 août seulement)

Coordonnatrices : Bigoudie et Luzerne

Téléphone : 450 229-2921, poste # 302

Courriel : campdejour@ville.sainte-adele.qc.ca

Service des loisirs, de la Culture et de la vie communautaire

Secrétariat : 450 229-2921, poste # 244

