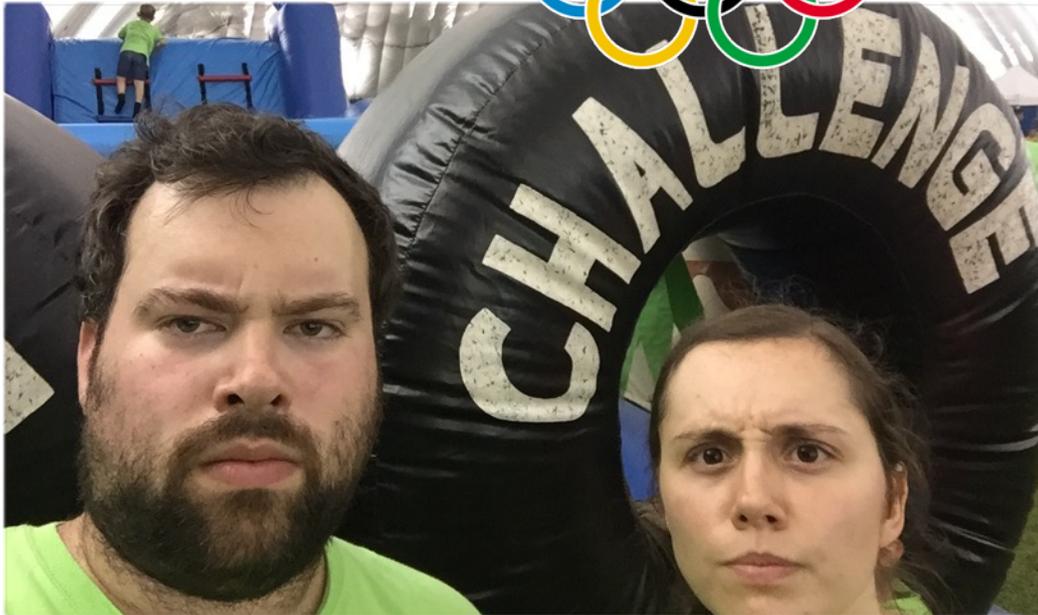


CAMP DE JOUR LES STOUKISES

SERVICE DE LOISIRS ANGUS-BOURBONNIÈRE



Service de garde

Lundi au vendredi
de 7h à 9h a.m et
de 15h30 à 18h p.m



Camp de jour

Lundi au vendredi
de 9h à 15h30.



Chandail

Il est OBLIGATOIRE
pour les sorties.

514-903-7522

6e semaine de camp!

Allez les Stoukises, travail d'équipe et bonne humeur seront les mots d'ordre pour cette semaine d'olympiades.

RAPPEL : il est très important que votre enfant ait toujours un maillot de bain, une serviette de bain, de la crème solaire et une bouteille d'eau dans son sac. **Les sandales ne sont pas tolérées, il s'agit d'une question de sécurité.**

1

**SORTIE DE LA
SEMAINE**

**ÉQUITATION 101
pour tous**

2

ATHEZ-VOUS 2016

Cette semaine a lieu les
journées Athlez-vous
inter-camp au parc
Étienne-Desmarteau.

3

**CAMP SANTÉ ET
ÉCOLOGIQUE**

Fier d'être un camp
Zéro déchet et
Tremplin santé.

SEMAINE 6

Les horaires de groupes

LES MINIS-IDÉFIX, 4 ANS AMADEUS	
Lundi	La petite balle, course à relais olympique, dessin du sportif, prof d'éduc, histoire du sportif
mardi	Brico: création de médailles, chenille, pacman, diamant, tag olympique, grand méchant loup
Mercredi	Activité ÉQUITATION 101
Jeudi	Les ballons de la finale Mimes des sports, Les Olympiques des Stoukises
Vendredi	Direction Étienne-Desmarteau : ATHLEZ-VOUS

LES FONCEURS, 5-6 ANS SOCRATE ET BANZAI	
Lundi	Ballon chasseur, soccer, bienvenue aux jeux olympiques, brio: médaille et trophées
Mardi	Parcours d'un athlète, renard et chasseur, pataugeoire, Ô zeus!
Mercredi	Activité ÉQUITATION 101
Jeudi	Méli-mélo, sur la route des jeux olympiques Tsunami Les Olympiques des Stoukises
Vendredi	Direction Étienne-Desmarteau : ATHLEZ-VOUS

LES FONCEURS, 7 ANS TWIST ET LUSERNE	
Lundi	Cerceaux musicaux, téléphone du champion, tic-tac-toc du podium, sac de papier et touche ton nez
Mardi	Salade de fruits, brico: fabrication de médailles, pataugeoire, ballon sportif
Mercredi	Activité ÉQUITATION 101
Jeudi	Parcours de cuillères Les Olympiques des Stoukises
Vendredi	Direction Étienne- Desmarteau : ATHLEZ-VOUS

SEMAINE DU 1 AOUT AU 5 AOUT 2016

LES FONCEURS, 5 ANS SALSA	
Lundi	Bataille de boules de neige, brico: créons une médaille, le sculpteur
Mardi	Mains magiques, épreuves d'athlétisme; course à relais, lancer du poids, pataugeoire
Mercredi	Activité ÉQUITATION 101
Jeudi	Gardiens des médailles Bataille d'éponges, Les Olympiques des Stoukises
Vendredi	Direction Étienne-Desmarteau : ATHLEZ-VOUS

LES FONCEURS, 6-7 ANS VIXX ET CHANTILLY	
Lundi	Les clés des champions, fabrication de flocons de neige, Retrouvez mes trophées, bateau pirate
Mardi	Entraînement des fonceurs, direction parc Joseph-Paré, carte étoilée, pataugeoire, rallye olympique
Mercredi	Activité ÉQUITATION 101
Jeudi	Entraînement compétition Les Olympiques des Stoukises
Vendredi	Direction Étienne-Desmarteau : ATHLEZ-VOUS

LES VAINQUEURS, 8-9 ANS GUIZMO ET PIZZ	
Lundi	Présentation des 12 travaux, direction bibliothèque Rosemont, cours d'école
Mardi	Direction Étienne-Desmarteau : ATHLEZ-VOUS
Mercredi	Activité ÉQUITATION 101
Jeudi	Concours flag football, chasse aux serpents Brico: confession de médailles et de torches olympiques, piscine, statue musicale
Vendredi	Ballon gaulois, Fiesta des 12 travaux, Les Olympiques des Stoukises

SEMAINE 6

LES VAINQUEURS, 10-11 ANS RAISIN ET MÉMO	
Lundi	Histoire d'athlètes, contact oculaire, concours de blagues, soccer, course à relais olympique
Mardi	Direction Étienne-Desmarteau : ATHLEZ-VOUS
Mercredi	Activité ÉQUITATION 101
Jeudi	Impro, mimes Brico: dessine toi sur le podium et anneaux, Présentation des disciplines olympiques, piscine
Vendredi	Concours de talents, Les Olympiades des Stoukises

LES VÉTÉRANS, ADOS TAZMANIE	
Lundi	Course de chevaux, lancer du poids, une pomme à la mer, le tricheur
Mardi	Direction Étienne-Desmarteau : ATHLEZ-VOUS
Mercredi	Activité ÉQUITATION 101
Jeudi	Musée et exposition Bootcamp des athlètes, piscine, «pictionary», Brico des disciplines olympiques
Vendredi	Réalisation d'origami, visite d'une championne olympique, Les Olympiades des Stoukises

CAMP CIRQUE-GYM, 8-9 ANS BINGO ET CANELLE	
Lundi	Brico: dessine moi un pays (drapeau), plus cool que le Cirque du Soleil, tournoi de loup-garou, match de Bingo
Mardi	Direction Étienne-Desmarteau : ATHLEZ-VOUS
Mercredi	Activité ÉQUITATION 101
Jeudi	Culbutes, roulades et tralala, Qui est le meilleur clown (impro), Concentration, c'est le jeu, compétition olympique à la piscine
Vendredi	Cours-tu + vite que Usain Bolt?, Les Olympiades des Stoukises

Semaine du 1 aout au 5 aout 2016

LES VAINQUEURS, ADOS DIAMANT ET TACO	
Lundi	Formation des équipes olympiques, brico: création d'un drapeau d'équipe, discipline olympique, Tournoi de soccer, jeux d'eau
Mardi	Direction Étienne-Desmarteau : ATHLEZ-VOUS
Mercredi	Activité ÉQUITATION 101
Jeudi	Course olympique, Astérix et Obélix, Bibliothèque Rosemont, piscine, visite du village Olympique
Vendredi	Les Olympiades des Stoukises

CAMP KARATÉ, 5-6 ANS NINJA ET YUNA	
Lundi	Initiation art des petits ninjas, course à relais, chasse aux pokémons, brico: bannière des jeux olympiques
Mardi	Tournoi Pokémon Étienne Desmarteau, jeux d'eau, brico: fabrication de médailles, karaté
Mercredi	Activité ÉQUITATION 101
Jeudi	Étirements du ninja Karaté ninjas, Les Olympiades des Stoukises
Vendredi	Direction Étienne-Desmarteau : ATHLEZ-VOUS

Bonne semaine !





CAMP DE JOUR LES STOUKISES

SERVICE DE LOISIRS ANGUS-BOURBONNIÈRE

Section message passe-partout

Cette section sera destinée à tout message spécial, aux recettes Tremplin santé, aux surprises et mettra en vedette chaque semaine des photos du camp.

Recettes

Voici 2 recettes Tremplin santé :

GARNITURE MEXICAINE AU POULET

INGRÉDIENTS

3 avocats bien mûrs
80 ml (1/3 tasse) de jus de lime
30 ml (2 c. à table) d'oignons rouges hachés finement
30 ml (2 c. à table) de coriandre fraîche hachée finement
125 ml (1/2 tasse) de tomates fraîches épépinées et coupées en dés
6 gouttes de tabasco
2,5 ml (1/2 c. à thé) de sel
500 g de poulet cuit et coupé en dés
Pains ou tortillas multigrains

PRÉPARATION

À l'aide d'un robot culinaire, réduire en purée la chair d'avocats avec le jus de lime. Verser dans un bol et incorporer le reste des ingrédients. Bien mélanger. Réfrigérer 1 heure avant de servir.



PRÉPARATION: 15 MIN.
CUISSON: 45 MIN.
PORTIONS: 16

TREMPETTE DE POIS CHICHE ET POIVRONS

INGRÉDIENTS

540 ml (1 boîte) de pois chiches, rincés et égouttés
30 ml (2 c. à soupe) d'huile d'olive
8 poivrons rouges grillés en pot du commerce, soit environ 175 ml (3/4 tasse)
30 ml (2 c. à soupe) de jus de citron
2 gousses d'ail
60 ml (1/4 tasse) de persil frais
Sel et poivre au goût
Quelques gouttes de tabasco, au goût

PRÉPARATION

Mettre tous les ingrédients dans le robot culinaire. Actionner jusqu'à la texture désirée. Servir avec des crudités ou en tartinade dans des sandwichs.



PRÉPARATION: 8 MIN.
CUISSON: 0 MIN.
PORTIONS: 10

NOUVEAU CONCEPT FIN DE CAMP

Dernière journée : vendredi 19 août

Service de garde: habituel 7h à 9h et 15h30 à 18h

Camp de jour: habituel 9h à 15h30

Dîner: offert par le camp

Spectacle: 13h30, ouvert aux parents

