Livret d'activités

Automne 2026

Les P'tits Matelots

Soyez capitaine de votre navire !



Sommaire

Recettes de cuisine

Oeufs-mimosas araignées

Gratin de pâtes d'automne

Hérissons aux poires et chocolat

Activités manuelles

Chauve-souris DIY

Hérisson aux feuilles colorées

Citrouille des émotions

Coloriages





Chauve-souris DIY

Liste matériel :

- 1 rouleau de papier toilette vide
- 1 feuille de papier noir ou violet
- 1 feuille de papier blanc
- De la colle
- Des ciseaux à bouts ronds
- Un feutre noir



Les Étapes :

1. Prépare le corps

Recouvre le rouleau avec le papier noir ou violet, puis colle les bords.

2. Découpe les ailes

Dessine deux grandes ailes sur le papier noir et découpe-les.

3. Assemble ta chauve-souris

Colle les ailes de chaque côté du rouleau.

4. Ajoute le visage

Colle deux yeux blancs, dessine un sourire et ajoute deux petites dents blanches. C'est terminé !



HÉRISSON AUX FEUILLES COLORÉES

Liste matériel :

- Feuilles d'automne séchées
- Feuille blanche ou cartonnée
- Colle
- Feutre noir et crayons de couleur
- Ciseaux (pour l'adulte si besoin)



Les Étapes :

1. **Dessiner ou imprimer la silhouette d'un hérisson.**
2. **Colorier son museau, son œil et ses petites pattes.**
3. **Déposer de la colle sur son dos.**
4. **Coller les feuilles en les faisant se chevaucher pour créer les piquants.**
5. **Ajouter un prénom et un petit décor automnal.**



CITROUILLE DES ÉMOTIONS

Liste matériel :

- Papier ou carton orange
- Papier noir, blanc et vert
- Crayon à papier
- Feutres ou crayons de couleur
- Colle
- Ciseaux
- Attaches parisiennes
- Un morceau de carton pour rigidifier la citrouille (facultatif)



Les Étapes :

1. **1. Préparer la citrouille**
   Dessine une grande citrouille sur le papier orange, puis découpe-la. Tu peux aussi imprimer un modèle à découper pour les plus petits.

2. **2. Ajouter la tige et décorer**
   Découpe une petite tige dans le papier vert et colle-la en haut de la citrouille. Ajoute des détails avec des feutres ou des crayons.

3. **3. Créer les yeux et les bouches**
   Dans le papier blanc et noir, découpe plusieurs formes : des yeux ronds, des sourcils fronces, une bouche souriante, une bouche triste, une bouche ouverte ou des dents qui claquent.

4. **4. Donner une émotion à la citrouille**
   Placez les yeux et la bouche sur la citrouille pour créer une expression. Pour pouvoir les changer, utilisez de la pâte adhésive repositionnable ou du velcro autocollant.

5. **5. Inventer plein de visages**
   Placez les yeux et la bouche sur la citrouille différentes : heureux.
   triste, en colère et surpris. L'enfant peut ensuite inventer ses propres expressions !

Les œufs mimosa araignées

Ingrédients

Pour 4 personnes

- **4 œufs**
- **2 cuillères à soupe de mayonnaise**
- **Quelques olives noires dénoyautées**
- **Une pincée de sel (facultatif)**

Étapes de la recette

Demande à un adulte de faire cuire les œufs dans l'eau bouillante pendant 10 minutes, puis de les laisser refroidir.

Écale les œufs et coupe-les en deux dans le sens de la longueur.

Retire les jaunes et écrase-les dans un bol avec la mayonnaise.

Remplis les blancs d'œufs avec ce mélange.

Coupe les olives noires en deux pour faire le corps des araignées, puis découpe de fines lamelles pour les pattes.

Dépose les araignées sur les œufs et dispose-les dans une assiette.



Gratin de pâtes d'automne

Ingrédients (4 personnes)

- 250 g de pâtes
- 200 g de purée de potimarron
- 20 cl de crème fraîche
- 100 g de fromage râpé
- Sel et poivre

Les étapes

1. **Fais cuire les pâtes dans l'eau bouillante avec l'aide d'un adulte.**
2. Mélange la purée de potimarron avec la crème, le sel et le poivre.
3. Ajoute les pâtes et mélange bien.
4. Verse le tout dans un plat et parsème de fromage râpé.
5. **Demande à un adulte de faire cuire au four à 180 °C pendant 20 minutes, jusqu'à ce que le fromage soit doré.**



Hérissons aux poires et au chocolat

Ingrédients

Pour 4 portions

- 2 poires mûres mais fermes
- 2 cuillères à soupe de pâte à tartiner au chocolat
- Quelques pépites de chocolat
- Des petits morceaux de biscuits pour décorer (facultatif)

Les étapes de la recette

1. Lave les poires et demande à un adulte de les couper en deux dans la longueur.
2. Retire délicatement les pépins avec une petite cuillère.
3. Étale un peu de pâte à tartiner sur le dessus de chaque demi-poire.
4. Dispose les pépites de chocolat sur le dos pour représenter les piquants du hérisson.
5. Ajoute une pépite pour faire le nez et un petit morceau de chocolat pour l'œil.
6. Place les hérissons sur une assiette et ajoute quelques miettes de biscuits autour pour créer un décor de forêt d'automne.











