

# DÉFIS ODYSSÉE 2020

4-6 ANS



Prends ton défi en photo et partage-le sur les réseaux sociaux en identifiant ton camp!

#défisodyssee  
#campTroisSaumons  
#campMinogami

## DÉFI 1



**Dessiner son endroit préféré sur le camp!** 

Pense à ton endroit préféré sur le camp et fais un dessin en couleur de cet endroit!

## DÉFI 2



**Prendre en photo une forme dans les nuages!** 

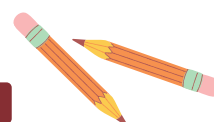
Prends un moment pour observer le ciel et découvre les différentes formes qui se trouvent dans les nuages. Prends-les en photo et montre-les à ta famille!

## DÉFI 3



**Dessiner la vue d'une fenêtre de sa maison!** 

Installe-toi confortablement devant une des fenêtres de ta maison et dessine ce que tu y vois en couleur!



## DÉFI 4



**Créer une affiche avec un message positif!** 

Crée une affiche avec un message positif qui est important pour toi, et mets-y de la couleur et des éléments de décoration. Installe-la dans un parc ou un autre lieu public où c'est permis. Tu peux demander de l'aide à un adulte pour écrire le message que tu souhaites partager.



# DÉFIS ODYSSÉE 2020

4-6 ANS



Prends ton défi en photo et partage-le sur les réseaux sociaux en identifiant ton camp!

#défisodyssée  
#camptroissaumons  
#campminogami

## DÉFI 5



**Présenter une mini pièce de théâtre d'une journée au camp à sa famille!** 

Pense à toutes les activités que tu fais en une journée au camp, du lever au coucher. Dans une petite mise en scène, présente-les à ta famille! Déguise-toi et sers-toi de ton imagination pour les décors!

## DÉFI 6



**Faire une journée à l'envers!** 

Relève le défi et porte tes vêtements à l'envers pour une demi-journée!

## DÉFI 7



**Observer les insectes et les dessiner dans leur habitat naturel!** 

Il y a tout plein d'insectes qui vivent dans la nature autour de chez toi. Lorsque tu vas dehors, prends quelques minutes pour les repérer et observe les dans leurs habitats naturels. Dessine ce que tu as appris sur ces insectes en les observant.



## DÉFI 8



**Faire un souper attaché en famille!** 

Comme on le fait parfois au camp, attache ton poignet avec celui d'un membre de ta famille et essayez de manger sans faire de dégâts!

# DÉFIS ODYSSÉE 2020

4-6 ANS



Prends ton défi en photo et partage-le sur les réseaux sociaux en identifiant ton camp!

#défisodyssée  
#camptroissaumons  
#campminogami

## DÉFI 9



### Faire l'ours polaire un matin en famille!

En te levant un matin, enfile ton maillot de bain et glisse-toi dans un bain bien froid comme l'eau du lac. Si tu as une piscine, c'est encore mieux! Tes parents ou un adulte responsable doivent être présents pour cette activité.



## DÉFI 10



### Ramasser 10 déchets et les mettre à la poubelle!

Lorsque tu vas à l'extérieur avec tes parents, ramasse 10 dix déchets sur le sol et jette-les à la poubelle.

## DÉFI 11



### Prendre 5 marches d'au moins 10 minutes pendant le mois de juillet!

Profite du mois de juillet pour faire 5 belles promenades de 10 minutes à l'extérieur avec ta famille.

## DÉFI 12



### Construire une maison pour les lutins du belvédère! (Trois-Saumons)

Avec des objets de la nature et des objets que tu trouves dans ton bac de recyclage, construis une petite maison pour les lutins du belvédère. Fais bien attention de respecter la nature lorsque tu sélectionnes tes éléments.



# DÉFIS ODYSSÉE

## 2020

4-6 ANS



Prends ton défi en photo et partage-le sur les réseaux sociaux en identifiant ton camp!

#défisodyssée  
#camptroissaumons  
#campminogami

### DÉFI 13



#### Organiser un entraînement en famille!

Avec ta famille, organise un petit entraînement de 15 minutes qui doit comporter 5 minutes d'échauffement et 10 minutes d'activité physique. Tu peux faire de la danse, du yoga, de l'aérobic, etc.

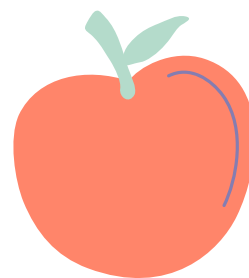
### DÉFI 14



#### Planter des pépins de pomme et s'occuper de ton plant!

Après avoir mangé une pomme, garde les pépins et plante-les dans un petit pot rempli de terre. Occupe-toi bien d'arroser ton plant les jours suivants!

- 1 - Mange ta pomme
- 2 - Récolte les pépins
- 3 - Remplis un pot de terre
- 4 - Plante tes pépins dans la terre
- 5 - Place ton pot au soleil
- 6 - Arrose-le à tous les jours.



### DÉFI 15



#### Faire une BPA (bouffe plein-air) en famille!

Invite ta famille à manger un repas à l'extérieur de la maison, en nature. Cela peut être dans un parc ou même dans ta cour!