

Pour les  
10-12 ans

# Camp Cuistots en herbe 2025

du 30 juin au 15 août 2025


MDJ 

STE-FOY  
L'Envol

 bgc

Ste-Foy

# Un camp de jour, DIFFÉRENT!



Cuistots en herbe ne se prétend pas être un camp spécialisé en cuisine. Il se veut être un moyen éducatif pour développer les connaissances culinaires de base chez les jeunes de 10 à 12 ans. Il s'adresse alors à une clientèle ayant peu de connaissances au niveau de la cuisine, mais qui souhaite en acquérir tout en ayant du plaisir avec un petit groupe de jeunes du même âge.

C'est aussi un camp de jour bien différent des camps de jours «normaux». Il n'y a pas de chansons le matin, ni de noms curieux des moniteurs, ni un gros bassin de jeunes qui crient à s'étourdir. C'est le même principe qu'une maison des jeunes mais avec des horaires différents.

De toute façon, ce ne sont pas des moniteurs, mais des animateurs-intervenants. Iels sont en cours de formation ou formé.es dans un domaine de relation d'aide. Iels sont donc aptes à offrir une écoute bienveillante, du soutien et même de l'accompagnement si votre jeune en ressent le besoin.

C'est un milieu de vie sécuritaire et bienveillant pour des jeunes qui ont envie de vivre un été différent!



# Un monde de possibilités, un monde d'activités diversifiées!

## LES ATELIERS CULINAIRES

Les ateliers culinaires auront lieu 3 fois par semaine en matinée, habituellement le lundi, mercredi et vendredi. C'est lors de ces périodes que les jeunes développeront leur connaissances au niveau de la cuisine.

## LES ACTIVITÉS SPORTIVES

Le calendrier sera parsemé de quelques activités sportives qui se dérouleront principalement au parc Notre-Dame-de-Foy et à la Base de plein air de Sainte-Foy.

## LES ACTIVITÉS RÉCRÉATIVES

Afin de profiter de l'été et de s'amuser, différentes activités seront organisées, comme le Village Vacances Valcartier ou une journée à la plage.

## LES ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Au-delà de la créativité culinaire, les jeunes seront appelés à développer leur sens artistique lors d'activités comme la création d'un atelier de graffiti ou de DIY, par exemple.

# Informations en rafale!

**Date:** du 30 juin au 15 août 2025 (7 semaines)

**Heure:** 8:30 à 17:00 - Il n'y a pas de service de garde avant ou après ces heures.

**Nombre de places par semaine:** 8

**Âge des jeunes lors de l'inscription:** 10 à 12 ans

**Restrictions:** Les participants ne doivent avoir aucune allergie, intolérance ou restriction grave. Nous établissons cette règle puisque ce sont les jeunes qui manipuleront la nourriture et nous souhaitons éliminer tous les risques pour la santé de ceux-ci.

**L'informateur:** Il sera primordial pour le parent ou le tuteur d'avoir accès à un courriel, car les jeudis ou les vendredis, un courriel sera envoyé avec de l'information importante pour la semaine suivante.

**Inscriptions:** Elles se font directement en ligne. Vous pouvez réserver à la semaine (60\$ / semaine) ou pour la totalité du camp (350\$ - réduction de 70\$. Remboursable en argent ou par virement)

**LIEN POUR L'INSCRIPTION:** [Cliquez ici](#)

**Autorisations:** Certaines autorisations seront nécessaires pour la participation à des activités telle que Isaute et la Base de plein air. Elles seront envoyées par l'Informateur.

**Programmation:** L'Envol mettra tout en place pour respecter la programmation, mais certaines activités pourraient être annulées pour des raisons hors de notre contrôle, comme la température.

**L'EXTRA!** - Vous pouvez inscrire votre jeune au séjour de camping du 19 au 22 août 2024. Le coût pour cette semaine est de 75\$ pour le transport, l'hébergement, les activités et la nourriture.

# Programmation Cuistots en herbe Juillet 2025

## Semaine du 30 au 4 juillet



Petite formation  
+ Atelier  
culinaire

---

Petite gâterie  
à la crème

**FERMÉE  
FÊTE DU  
CANADA**



Atelier  
culinaire

---

Jeux de  
société

Aquarium  
de Québec

---

Sports au parc  
et baignade

Atelier  
culinaire

---

Patinage au  
Mega Parc



## Semaine du 7 au 11 juillet

Atelier  
culinaire

---

SpikeBall  
à la MDJ

Jeux de  
société

---

Graffiti  
sur toile



Atelier  
culinaire

---

Sports au parc  
et baignade

Musée  
Civilisation,  
pique-nique  
et animation  
de rue FEQ

Atelier  
culinaire

---

iSaute



## Semaine du 14 au 18 juillet

Atelier  
culinaire

---

Karaoke



Activité  
artistique

---

Sports au parc  
et baignade

Atelier  
culinaire

---

Petite gâterie  
à la crème

Village  
Vacances  
Valcartier

Atelier  
culinaire

---

Netflix N  
Chill



## Semaine du 21 au 25 juillet

Atelier  
culinaire

---

Jeux  
de société



Sports au parc  
et baignade

---

Cinéma

Atelier  
culinaire

---

Jeu  
d'évasion



Randonnée  
pédestre  
et  
pique-nique

Atelier  
culinaire

---

Sports au parc  
et baignade



# Programmation Cuistots en herbe

## Août 2025

### Semaine du 28 juillet au 1er août



Atelier  
culinaire

---

**TIE Dye**

**Géo-rallye**

---

Sports au parc  
et baignade

Atelier  
culinaire

---

Netflix N Chill

**Journée  
à la  
plage**

Atelier  
culinaire

---

**Mini-putt**

### Semaine du 4 au 8 août

Atelier  
culinaire

---

Sports au parc  
et baignade

Cueillette de  
petits fruits  
et  
Parc des Chutes  
de la  
Chaudière

Atelier  
culinaire

---

**Carie  
Factory**

Base de  
plein air  
Paddle  
et cie!

Atelier  
culinaire

---

**Dessert à  
la crèmerie**

### Semaine du 11 au 15 août

Atelier  
culinaire

---

Le trésor du  
dernier  
intendant

Jeux  
de société

---

**Quilles**

Atelier  
culinaire

---

Sports au parc  
et baignade



Atelier  
culinaire

---

**Décoration  
de la MDJ**

**PARTY!!!**

Tous les jeunes et  
parents sont  
invités gratuitement  
15h à 22h



### EXTRA CAMPING - du 18 au 22 août

**Séjour de camping**

---

**Vallée de la Jacques-Cartier**  
Infos à venir

**FERMÉE  
REPOS**



**La Maison des jeunes  
L'Envol de Sainte-Foy  
873, route de L'Église  
Québec, QC  
G1V 3T7**

**418-656-6039  
mdjlenvol@hotmail.com  
@mdjlenvol  
www.mdjlenvol.com**

