

Pour les  
10-12 ans

# Camp Cuistots en herbe 2026

du 29 juin au 20 août 2026

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 29 juin au 20 août 2026 (8 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.

**LIEN POUR L'INSCRIPTION:**

[Cliquez ici](https://www.zeffy.com/fr-CA/ticketing/camp-cuistots-en-herbe--2026)

(<https://www.zeffy.com/fr-CA/ticketing/camp-cuistots-en-herbe--2026>)

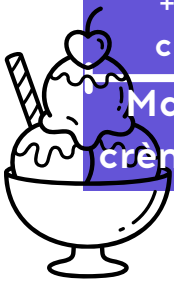
**Autorisations:** Certaines autorisations SUPPLÉMENTAIRES seront nécessaires pour la participation à des activités telle que Isaute et la Base de plein air. Elles seront envoyées par l'Informateur.

**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 2026

## Semaine du 29 juin au 3 juillet



Petite formation  
+ Atelier  
culinaire  
Marche et  
crème glacée

Sports et  
baignade  
Libre

**FERMÉE**  
**FÊTE DU**  
**CANADA**

Atelier  
culinaire  
Aquarium  
de Québec

Atelier  
culinaire  
Escalade



## Semaine du 6 au 10 juillet

Atelier  
culinaire  
Patinage au  
Méga Parc

Atelier  
artistique  
Baignade  
et Libre

Atelier  
culinaire  
Sports au  
parc / baignade

Musée  
Civilisation,  
pique-nique  
et animation  
de rue FEQ

Atelier  
culinaire  
Carrie  
Factory



## Semaine du 13 au 17 juillet

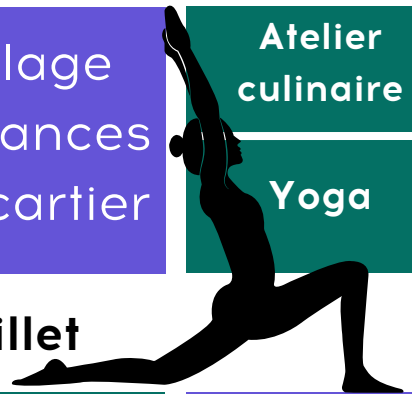
Atelier  
culinaire  
Sports au  
parc / baignade

Baignade  
et Libre  
Visite du  
Refuge  
EducaZoo

Atelier  
culinaire  
Jeux de  
société

Village  
Vacances  
Valcartier

Atelier  
culinaire  
Yoga



## Semaine du 20 au 24 juillet

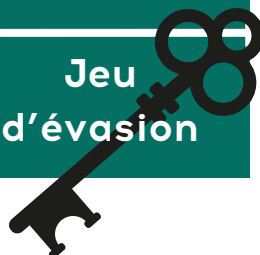
Atelier  
culinaire  
Libre

Baignade  
et Libre  
Céramique  
Café

Atelier  
culinaire  
Jeu  
d'évasion

Base  
de plein air  
de Ste-Foy  
Baignade, arc,  
randonnée...



Atelier  
culinaire  
Cinéma à  
la MDJ et  
maïs soufflé



# Programmation Cuistots en herbe Août 2026

## Semaine du 27 juillet au 31 juillet

Atelier culinaire	Randonnée au Parc de la Chaudière	Atelier culinaire	Journée à la plage Champlain	Atelier culinaire
Marche et crème glacée	Sports et baignade au parc	Libre		Le Grand Mini-Golf

## Semaine du 3 au 7 août

Atelier culinaire	Jeux de société	Atelier culinaire	Canot / Planche à pagaie à Canot Légaré	Atelier culinaire
Activité artistique	Sports et baignade	iSaute		Promenade en Ville pour les Fêtes de la Nouvelle France




## Semaine du 10 au 14 août

Atelier culinaire	Jeux de société / vidéos	Atelier culinaire	Atelier culinaire	 Tous les jeunes et parents sont invités 15h à 22h
Cinéma à la MDJ et maïs soufflé	Sports au parc / baignade	Quilles	Décoration de la MDJ	







## EXTRA CAMPING - du 17 au 21 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  
mdjenvol@hotmail.com  
@mdjenvol  
www.mdjenvol.com**

