

## *Pour un noël 2020 en toute résilience...*

### *Semaine du 30 novembre au 6 décembre: Le Tygge au rendez-vous.*

Directement de Scandinavie l'ambiance Tygge vous transporte vers des lieux épurés, réconfortants, enveloppés dans la douceur et une empreinte confortable que vous offre la magie de Noël. **Tous les détails seront disponibles le jour même sur le blog [reseuaresilience.org](http://reseuaresilience.org)**

Date	Description de l'activité (Info disponible le jour-même sur le blog <a href="http://reseuaresilience.org">reseuaresilience.org</a> )
Lundi 30 novembre	<p>Enwèye on bouge!</p> <p>Sortir le calendrier de l'avant et si vous avez le temps fabriquez-le !</p> <p>Fabriquer bombes de bain !</p> <p>Une recette de biscuits congelés à la cannelle</p> <p><b>SORTEZ LES LUTINS</b> après le couché des enfants ! <b>Nous invitons cet année les grands-parents à suggérer des tours</b> que le lutin va faire chez leurs petits-enfants et ce... même s'ils sont adolescents ! Un bon moyen pour garder contacte et vous impliquer dans leur quotidien malgré la distance.</p>
Mardi 1 <sup>er</sup> décembre	<p>Enwèye on bouge!</p> <p>On prépare la guignolée selon les directives de votre localité</p> <p>Fabriquer des bombes de bain !</p> <p>Recette de bouchée à l'avoine</p> <p>Lutins à organiser dans la salle de bain</p> <p><b>Flash Spécial Guignolée des médias et dédié pour saluer les régions de Montréal/Laval et de la Montérégie</b></p>
Mercredi 2 décembre	<p>Enwèye on bouge!</p> <p>Faire le sapin</p> <p>Fabriquer une guirlande de trucs séchés et naturels</p> <p>Fabriquer de 3 sels fruités</p> <p>Lutin à organiser dans votre salon</p> <p>Flash 19h30 pour saluer la région de la Côte-Nord</p>
	<p>Enwèye on bouge!</p> <p>Décorer notre escalier</p>

Jeudi 3 décembre	Fabriquer notre boule covid 2020 pour le sapin
	Recette de 3 biscuits salées à congeler
	Lutin à organiser dans la chambre de votre enfant
	Flash 19h30 pour saluer la région de la Capitale Nationale
Vendredi 4 décembre	Enwèye on bouge!
	Fabriquer une corde à Cartes de Noël
	Fabriquer des ornements naturels Tygge / Bijou dans une noix de Grenoble
	Recette de 3 sortes biscuits salés à congeler
	Lutin à organiser près de la porte d'entrée
	Flash 19h30 pour saluer la région de l'Outaouais <b>Évènement surprise-éclair dans le groupe</b>
Samedi 5 décembre	Enwèye on bouge!
	Fabriquer mes cartes de Noël version covid !
	Recette de sucre à la crème à l'éable
	Recette de tire Ste-Catherine à l'éable avec les enfants et caramel mou fleur de sel
	Lutin à organiser dans le sapin
	Flash 19h30 pour saluer la région du Centre-du-Québec
Dimanche 6 décembre	Enwèye on bouge!
	Finir nos cartes de Noël
	Galet diffuseur de parfum
	Recette de sauce BBQ à l'éable et au rhum
	Lutin à organiser dans une fenêtre
	Flash 19h30 pour saluer la région des Laurentides / Lanaudière <b>Évènement spécial : Merci aux paramédics de la province !</b>

## *Semaine 7 au 13 décembre: Une ambiance lumineuse et scintillante*

Cette année plus que jamais, nous avons besoin de luminosité et de brillance. Avec l'équipe de Résilience nous allons ensemble illuminer nos vies et nos cœurs pour passer, même si c'est différent, un Noël agréable.

Dates	Description de l'activité <b>(Info disponible le jour-même sur le blog <a href="http://reseauresilience.org">reseauresilience.org</a>)</b>
Lundi 7 décembre	Enwèye on bouge!
	Terminer l'éclairage extérieur
	Fabriquer tissus ciré
	Recette de sauce canneberge orange éable et truffes au chocolat ou truffe à l'éable

	Lutin à organiser dans le sac de votre enfant
	Flash 19h30 pour saluer la région du bas St-Laurent
Mardi 8 décembre	Enwèye on bouge!
	Fabriquer une guirlande étoilée
	Fabriquer chandelles
	Recette de sucette érable et sucette cristallisés
	Lutin à organiser en lien avec un jeu de société
	Flash 19h30 pour saluer la région de Chaudière-Appalaches
Mercredi 9 décembre	Enwèye on bouge!
	Préparer un coin foyer réel ou ludique
	Fabriquer baume à lèvre
	Recette de tire éponge à l'érable
	Lutin à organiser avec les lumières de Noël
	Flash 19h30 pour saluer la région de la Gaspésie& des îles-de-la-Madeleine
Jeudi 10 décembre	Enwèye on bouge!
	On sélectionne notre musique de Noël en fabriquant un centre de table de Noël « polaire et lumineux »
	Emballer mes cadeaux
	Vérifier qu'on a tout côté cadeaux
	Lutin à organiser en lien avec un mystère à résoudre
	Flash pour saluer la région du Saguenay et du Lac St-Jean
Vendredi 11 décembre	Enwèye on bouge!
	Fabriquer un centre de table lumineux
	<b>Poster vos cadeaux pour m'assurer qu'ils se rendent bien et qu'ils soient mis de côté 3-4 jours en quarantaine</b>
	Recette de chocolat chaud en tube à offrir
	Lutin à organiser en lien avec la salle de lavage
	Flash 19h30 pour saluer la région de l'Estrie et de l'Abitibi/Témiscamingue
Samedi 12 décembre	<b>Évènement astronomique : Musika Célesta</b>
	Enwèye on bouge!
	On prépare un coin foyer extérieur version hiver
	Écrire une lettre lumineuse
	Recette de tarte de ma grand-mère Rita
	Lutin à organiser avec le garage
Dimanche 13 décembre	Flash de 19h30 pour saluer la région du Cœur du Québec
	Enwèye on bouge!
	Poster nos lettres au PN
	On fabrique nos boîtes « Boxing Day »
	On mange de la fondue !

	Lutin à organiser en lien avec les « bobettes » de votre enfant <b>Flash de Noël ILLÜMINA (Vous décorez vos voitures de lumières Del ! On veut voir vos décos et vos parades !</b>

## *Semaine du 14 au 20 décembre: On éveil nos sens !*

Des matières brutes, des odeurs épicees de la musique qui rencontre les images et éveillent vos 5 sens. Nous vous donnons l'occasion de vous plonger dans une ambiance chaleureuse et réconfortante. Nous mettons la table pour réduire l'anxiété et simplement vivre le moment présent.

Date	Description de l'activité <b>(Info disponible le jour-même sur le blog <a href="http://reseauresilience.org">reseauresilience.org</a>)</b>
Lundi 14 décembre	Enwèye on bouge! On fait le ménage d'une pièce de la maison On fabrique notre couronne de rouleaux terminés de papier de toilette. Recette de potage de Noël Lutin à organiser pour passer un message à vos enfants (ranger sa chambre, ranger les jouets...) Flash pour les OBNL On les invite à embarquer, nous surprendre et on leur laisse de la place en publication !
Mardi 15 décembre	Enwèye on bouge! On sort notre vaisselle de Noël Brico feuille de houx Recette de canard Lutin à organiser en lien avec la liste de cadeau Flash pour les gens qui font maintenant du télétravail ! Encouragez les employeurs à embarquer avec vous !
Mercredi 16 décembre	Enwèye on bouge! On lave les nappes et autres tissus en lien avec Noël On fabrique une déco pour la porte de chambre de nos enfants On se fait livrer du resto ! Le lutin décore la porte de chambre de votre enfant Flash pour les artistes et salles de spectacles. On espère avoir leurs images !
Jeudi 17 décembre	Enwèye on bouge! On fait un ménage d'une pièce avec de la musique de Noël On emballe les cadeaux de notre bulle familiale Recette de hachis au canard et oignons confit à l'éable Les lutins peuvent aussi jouer un tour aux grands-parents... utiliser votre imagination ! Flash pour le congé scolaire ! Impliquez vos enfants pour mettre un peu d'ambiance festive! Enwèye on bouge!

Vendredi 18 décembre	On arrange notre Hall d'entrée (ménage, déco de Noël)
	Temps pour faire ce qu'on a pas fait dans le calendrier !
	Recette de tourtière
	Le lutin s'amuse dans l'entrée de la maison
	Flash 19h30 <b>Spécial Casse-Noisette</b> car le ballet sera présenté à ICI ARTV à 19h00
Samedi 19 décembre	Enwèye on bouge!
	Conte de Noël en pyjama
	Ajuster nos lunettes
	Maison en pain d'épice
	Le lutin a le droit de se payer un tournée dans le frigo!!!
Dimanche 20 décembre	<b>Flash spécial DJ sur RÉSILIENCE</b>
	Enwèye on bouge!
	Sortir les bas de Noël et les remplir
	On installe nos diffuseurs d'odeur de Noël
	TV Dinner avec les enfant : On s'en fait vraiment un maison et on leur raconte l'histoire de ce principe
	Le lutin a le droit de manger avec vous en famille
<b>Après le flash de 19h30 général dans la province, Vous partez voiture avec la famille pour admirer les décos de Noël et nous les envoyez!!</b>	

## *Semaine 21 au 27 décembre: Chaleur humaine.*

Si tous se passe pour le mieux, nous auront des contacts sécuritaires et si ce n'est pas possible, vous aurez des options pour vous adapter et vivre en toute Résilience la situation. Nous serons avec vous au cœur de ce besoin essentiel qui est celui de la chaleur humaine.

Dates	Description des activités : ( <b>Info disponible le jour-même sur le blog <a href="http://reseauresilience.org">reseauresilience.org</a></b> )
Lundi 21 décembre	Enwèye on bouge!
	Vos enfants font le service du repas et vous les parents vous êtes leurs invités
	Danse en couple puis en familles un bon vieux 'slow'
	Recette de beignes aux patates
	Le lutin perd la tête dans les armoires de cuisines
Mardi 22 décembre	Flash pour les enfants qui vivent la violence au Québec
	Enwèye on bouge !
	On arrange la cabane, le coin de notre animal domestique

	<p>On se permet de préparer à nos amis les animaux un bas de Noël ! <b>On veut voir ça dans notre groupe thématique !</b></p> <p>Recette de tartelettes au sucre</p> <p>Le lutin taquine les parents !</p> <p>Flash pour les familles monoparentales</p>
Mercredi 23 décembre	<p>Enwèye on bouge! On va jouer au hockey dehors avec notre bulle familiale</p> <p>Maman se permet d'aller cher le coiffeur pour se faire gâter</p> <p>Porter un repas complet à une personne seule en respectant les règles de la santé publique</p> <p>Recette de bûche hyper facile</p> <p>Lutin envoie remet un message du Père-Noël complètement farfelu</p> <p><b>Flash pour les familles Côté du Québec avec la chanson « 23 décembre » de Beau Dommage !</b></p>
	Enwèye on bouge!
	On se met chic pour souper en famille
	On déballe des cadeaux avec notre visite (s'il y a...) sinon en face time
	Repas traditionnel
	Le lutin a le droit de faire pas mal de trucs étranges même dehors !
Jeudi 24 décembre	Flash des « Obligés » qui doivent travailler.
	Enwèye on bouge!
	On déballe des cadeaux avec notre bulle familiale immédiate
	On brunch en bulle familiale
	On s'amuse avec nos cadeaux
	Le lutin fait un casse-tête
Vendredi 25 décembre	<b>Le flash de 19h30 sera pour encourager les enfants malades, les familles et le personnel des hôpitaux pour enfants</b>
	Enwèye on bouge!
	On déballe notre boîte «boxing day »
	On fabrique des ornements pour les oiseaux !
	Jeu de société en famille
	On mange des restants !
Samedi 26 décembre	Le lutin essaie de se trouver une amoureuse !
	Le flash à 19h30 est pour les célibataires
	Enwèye on bouge!
	On déballe nos bas de Noël avec notre bulle familiale en pyjama de Noël
	Party de gaufre
	Potage de Noël spécial (sortez votre bol à punch du sous-sol! )
Dimanche 27 décembre	Le lutin boude!
	Flash à 19h30 pour tous les camionneurs/camionneuses de la province

## *Semaine du 28 décembre au 3 janvier 2021*

Nous allons ensemble traverser cette année en trouvant différents angles pour le faire avec un certain lâchez-prise et aborder 2021 avec de la résilience.

Dates	Description des activités ( <b>Info disponible le jour-même sur le blog reseauresilience.org</b> )
Lundi 28 décembre	<p>Enwèye on bouge!</p> <p>On prépare un cadeaux de nouvelles année aux collègues du bureau</p> <p>On fait du beurre en famille !</p> <p>On fait du beurre aromatisé (3 sortes)</p> <p>On organise les lutins pour</p> <p>On flash à 19h30 pour saluer notre voisin et même nous montrer que votre rue est «la plus meilleure» !</p>
Mardi 29 décembre	<p>Enwèye on bouge!</p> <p>On regarde le film préféré de notre enfance avec nos enfants</p> <p>Activité : Une chanson pour toi</p> <p>On fait du pain en famille et le soir on mange avec du fromage, des fruits...</p> <p>On en plein la vue au enfants avec le lutin</p> <p><b>Flash avec les enfants et des lampes de poches caché avec eux dans une cabane improvisé qu'on a fait avec eux !</b></p>
Mercredi 30 décembre	<p>Enwèye on bouge!</p> <p>Bocal de positivité 2021</p> <p>On prend une pause pour lire, tricoter ou un bon bain question de prendre soins de soi en premier</p> <p>Recette de vodka infusée et de soupe à l'oignon</p> <p>On fait flasher les lutins et on garde les images pour les montrer aux enfants... Ça achève les lutins !!!</p>
Jeudi 31 décembre	<p>Enwèye on bouge!</p> <p>On se fait un bar à boisson chaude</p> <p>Écrire aux amis d'Europe et d'ailleurs</p> <p>Recette de poitrine de dinde farcies</p> <p>5 à 7 dehors avec notre bulle familiale devant un feu de camp</p> <p>Le lutin prend un bain de guimauve dans votre évier de salle de bain ou se prend dans la soie dentaire</p> <p><b>23h55 : On détruit notre couronne de Noël fait de papier de rouleaux de papier de toilette et Bye Bye 2020 !</b></p>
Vendredi 1 <sup>er</sup> janvier	<p>Enwèye on bouge!</p> <p>On appelle nos grands-parents</p> <p>On fait de la crème glacée maison avec la sorbetière de ma grand-mère et vous ?</p> <p>Tourtière du lac St-Jean</p>

	<p>Le lutin joue aux légo</p> <p><b>Flash 19H30 pour nos aînés</b></p> <p><b>Évènement spécial : RÉSILIENCE VOUS INVITE À FILMER VOS AÎNÉS qui nous racontent le jour de l'an d'autrefois</b></p>
Samedi 2 janvier	Enwèye on bouge!
	On reste calme, repos, rien faire de spécial
	On fait un petit peu de rangement sans plus
	On se fait un pâté de « Nowell » pour le congélateur et facilité notre routine de semaine éventuellement
	Lutin annonce son départ, demain soir c'est terminé car il doit préparer la fête des rois
	<b>On ne flash pas ce soir. Nous sortons dehors avec une bougie en mémoire des personnes disparues en 2020</b>
Dimanche 3 janvier	Enwèye on bouge!
	On n'oublie pas de fêter mon papa! Même à distance
	On se fabrique un bonhomme de neige avec et même si y'a pas de neige !!! Faites aller votre imagination en famille !
	Fondue au parmesan fait maison
	Bye le lutin, préparer un message pour 2021 et hop disparu !
	C'est <b>le dernier flash</b> alors faut que ça clignote sur un moyen temps !!! On se lâche lousse !!!!