



## FICHE ACTIVITÉ RÉMINISCENCE :



# “CRÉER DES CITROUILLES D’HALLOWEEN”



### POURQUOI CREUSE-T-ON DES CITROUILLES POUR HALLOWEEN :

Eh bien c’est pour tout simplement commémorer la légende de **Jack O’lantern**.

**La tradition d’Halloween** remonte à plus de 2500 ans. À l’époque, à la veille de la Toussaint, les Irlandais défilaient dans les rues avec **des navets évidés et sculptés** en lanterne dans le but d’éclairer les allées des maisons, d’effrayer les enfants mais surtout d’éloigner les morts.

Dans **les années 1850**, le peuple irlandais émigre massivement **aux États-Unis**, à la suite de **la Grande Famine** qui touche l’Irlande. La cause : un champignon, appelé “mildiou”, qui se propage sur les cultures de pommes de terre, les rendant impropres à la consommation. Les pommes de terre étaient l’aliment principal des foyers, c’est l’hécatombe. En migrant aux États-Unis, les Irlandais importent leurs traditions.

C’est alors que **les navets**, peu cultivés sur ces nouvelles terres, sont **remplacés par les citrouilles locales**. On les creusait alors avec un couteau, on sculptait des visages de terreur avant d’y glisser une bougie, et ainsi d’en faire une lanterne pour défiler dans les rues. Mais une fois les festivités passées, hors de question pour les Irlandais de gâcher le fruit de la Terre. Les citrouilles sont alors passées des lanternes à l’assiette sous forme de soupe, beignets, frites ou encore chips de citrouille grillée.



## ASTUCE HELPY :

**Choisissez bien vos citrouilles. Il faut qu'elles aient une forme homogène pour bien tenir à plat sur votre table et éviter ainsi que les bougies ne coulent. Aussi choisissez-les pas trop petites pour pouvoir placer et allumer les bougies à l'intérieur facilement.**



## EN AMONT DE L'ACTIVITÉ :

**Préparez** tout le matériel et quelques **exemples** en photos pour montrer un résultat concret à votre proche. Pensez à **protéger la table** avec des feuilles de papier journal ou une nappe en plastique. Disposez le matériel sur un plateau.

## QUELQUES CONSEILS :

- ✓ **Chaque activité doit avoir un but**, un sens. **Assurez-vous que votre proche aura du plaisir** à la réaliser !
- ✓ **Pendant toute l'activité, veillez à donner des objets à manipuler** à votre proche : il faut qu'il n'ait à aucun moment les mains vides ! Manipuler apaise et facilite la concentration, disait Maria Montessori !
- ✓ **Fournissez des repères visuels** à votre proche : disposez le matériel nécessaire à l'activité sur un plateau, dont la couleur tranche avec le matériel de l'activité, afin de favoriser son autonomie.
- ✓ **Asseyez-vous du côté dominant** de votre proche (celui qui est le plus valide).
- ✓ **Soyez patient**, ne bousculez pas votre proche, **respectez ses envies**.
- ✓ **Clôturez l'activité en 3 temps** : d'abord, remerciez votre proche ; puis, demandez-lui s'il a apprécié cette activité ; enfin, demandez-lui s'il aimerait recommencer ou bien continuer !



## ASTUCE HELPY :

Si votre proche fatigue vite, occupez-le avec des objets à manipuler. Aidez-le dans les tâches les plus complexes. Avec des jeunes enfants, attention à ne pas leur laisser manipuler le couteau lors des diverses découpes.



## MATÉRIEL :

- Des citrouilles arrivées à maturité et d'environ 30 cm de diamètre
- Un grand couteau de cuisine pour les découpes
- Un feutre noir pour tracer les yeux, le nez et la bouche des citrouilles
- Une grosse cuillère en métal pour évider l'intérieur de la citrouille
- Des bougies de type chauffe-plat





## ASTUCE HELPY :

Garder les graines de la citrouille pour les faire griller et la chair pour faire une bonne soupe d'halloween. C'est délicieux !



## DÉROULÉ DE L'ACTIVITÉ:

### 1/ Choisir une citrouille :

C'est la première étape et la plus importante, vous devez tout d'abord choisir une belle et grosse citrouille bien orange.

### 2/ À l'aide d'un couteau, coupez le dessus de la citrouille en cercle.

Enlever le dessus de la citrouille pour obtenir le couvercle qui servira ensuite à la refermer.

Utilisez un couteau et une cuillère pour retirer toute la chair du couvercle.

3/ Pour vider votre citrouille, utilisez une cuillère à soupe et enlevez tous les filaments qui se trouvent à l'intérieur, puis bien creuser pour que la citrouille soit propre.





### ASTUCE HELPY :

Petite astuce, évitez de mettre une bougie trop longue pendant trop longtemps avec le couvercle de la citrouille au-dessus. L'écorce de la citrouille pourrait commencer à bruler. Préférez des bougies de type chauffe-plat.



### DÉROULÉ DE L'ACTIVITÉ SUITE :

4/ Avec un feutre, dessinez les yeux, le nez et la bouche de votre citrouille. N'ayez pas peur de lui donner un style méchant, c'est une citrouille d'Halloween après tout.

5/ Sculptez votre citrouille sur les formes dessinées avec le couteau. Attention aux doigts ! Ôtez les morceaux du visage de la citrouille pour laisser apparaître les trous.

8/ Placez une bougie à l'intérieur de votre citrouille et reposez le couvercle. Admirez votre travail !





QUELQUES EXEMPLES :





QUELQUES EXEMPLES :

