

# grand mercredi

## À LA MAISON

Journal joyeux pour  
tous les Grands-Parents.

gm.

# Cette année, LE PRINTEMPS NOUS ATTENDRA

J'AI RAMASSÉ DES  
PRIME-VERTS, DES JAUNES  
ET AUSSI DES ROSES !



TOUS LES MOIS,

Grand-Mercredi livre gratuitement aux Grands-Parents leur journal préféré !



Temps de lecture  
20 minutes



LE PRINTEMPS  
À LA MAISON

APPRENEZ LE SENS  
des fleurs **page 2**



WIFAMILLE

OU L'ART DE LA VIE  
de famille à distance **page 4**



LA VIE CONFINÉE  
DESSINÉE

→ LA VIE À LA MAISON  
**page 6**

→ PORTRAITS-ROBOTS DE  
FAMILLES CONFINÉES  
**page 7**



LANCEZ VOTRE  
BLOG DE FAMILLE

SANS QUE PERSONNE  
ne le sache **page 7**



APPRENEZ  
À DESSINER

VOS PETITS-ENFANTS  
Envoyez-nous vos dessins **page 8**

Ces illustrations vous plaisent?  
Retrouvez-les sur Instagram :  
[@grandmercredi\\_bd](https://www.instagram.com/grandmercredi_bd)

# Le Printemps À LA MAISON



CETTE ANNÉE, LE PRINTEMPS VA DEVOIR NOUS ATTENDRE.

## Victor Hugo Le disait déjà !

“LE PRINTEMPS EST UN DEVENIR; C'EST LA SAISON DE LA PRÉPARATION, DE L'ESPOIR. J'AI TOUJOURS PRÉFÉRÉ LE BOUTON PLEIN DE PROMESSE À L'ÉPANOUISSEMENT DE LA FLEUR (...).”

Certes, le printemps c'est le début. Mais, comme son étymologie l'indique, c'est aussi une saison précoce! Donc, elle peut bien nous attendre, non?

Notre avis, chez Grand-Mercredi, c'est qu'on aura un été époustouflant.

En attendant, bienvenue dans notre jardin imaginaire, celui où les fleurs prennent vie autrement, le canapé fleurit doucement et les étagères de livres s'apparentent à de grands rosiers.

je vous l'avais dit, les gars!



## LE SENS DES ROSES



**La rose blanche**  
pour dire “pardon”  
et aussi “je t'aime  
très fort”



**La rose jaune**  
pour un ami (mais  
attention, le jaune  
veut aussi dire  
jalousie!)



**La rose rose**  
pour la douceur.



**La rose rouge**  
pour dire “je t'aime”  
encore plus fort.



**La rose orange**  
pour une amie.



**La rose bleue**  
pour symboliser la  
jeunesse (dommage  
que la couleur soit  
obtenue  
artificiellement!)

Apprendre le nom  
des fleurs,  
enfin!



### C'EST PAS FAUTE DE VOUS L'AVOIR RÉPÉTÉ.

Qui, sinon vous, pour apprendre à vos Petits-Enfants une bonne fois pour toutes le nom des fleurs? Du temps où nous allions chez le fleuriste, on adorait l'idée de cette jeune Grand-Mère qui emmène le mercredi ses Petits-Enfants apprendre le nom des fleurs chez le fleuriste du coin!

### AU TEMPS DU CONFINEMENT :

🌿 Donnez un cours à distance, images à l'appui (préparez-le avant de téléphoner)

🌿 Puis, à l'issue du cours via WhatsApp ou FaceTime, réclamez un dessin (marche aussi pour les plus grands, auxquels vous pourriez demander d'écrire un poème à base de fleurs).

En attendant de retourner chez notre fleuriste préféré, **ré-apprenons le sens des fleurs.**



**Maîtriser 3 recettes**

**printanières**



**LA SALADE DE PRINTEMPS**

• CLIQUER ICI •

**LE ROULEAU DE PRINTEMPS**

• CLIQUER ICI •

*je sais pas pour vous...  
mais moi j'ai pas  
UNE minute!*

**LES RECETTES AUX ASPERGES EN FOLIE**

• CLIQUER ICI •



**ON GRATTE,  
ON PONCE,  
ON PEINT...**

...et on retape l'intérieur en mettant un vieux papier peint dans les tiroirs. Et cette commode démodée passera immédiatement pour un meuble chiné dans une brocante branchée. Oui, la vie est tout à fait injuste: on aimerait pouvoir, nous aussi, nous ravalier la façade comme ça, en une après-midi. Mais c'est réservé aux meubles.



**Re-tomber**

**amoureuse**

**d'un meuble**

**Des fleurs solidaires!**

**LES LETTRES SOLIDAIRES SE SONT MULTIPLIÉES POUR NOS AÎNÉS.**

Pourquoi ne pas envoyer un dessin solidaire? Des fleurs pour fêter le printemps dans les Ehpad et autres établissements qui ont tant besoin de joie. Mettez vos Petits-Enfants au dessin solidaire!



**L'ART DE TRIER AVEC SOLIDARITÉ.**

Phénomène tout à fait incroyable qui permet de trier en pensant - non plus à ce qu'on garde - mais à ce qui pourrait faire plaisir.

Vous triez vos placards et préparez un petit sac de vêtements pour tous ceux qui en auraient besoin post-confinement.

Vous rangez le coffre à jouets des Petits-Enfants en vous rappelant que plus on a de jouets, moins on sait s'ennuyer.

Et enfin, en vous référant au dernier journal, vous devriez vous souvenir qu'on ne garde que les livres qui ont compté. Le reste, dans un carton, direction un hôpital, après le confinement.

# wifamille

OU L'ART DE LA VIE DE FAMILLE À DISTANCE

À RETROUVER ÉGALEMENT SUR L'INSTAGRAM DE [@grandmercredi](#)



L'ART D'ÊTRE GRAND-PARENT  
AU TEMPS DU CORONAVIRUS

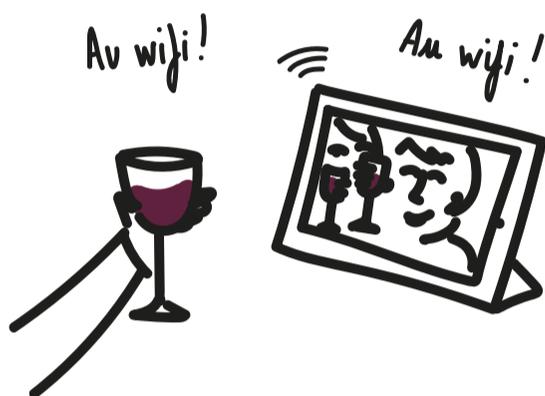


gm.

Ainsi, après avoir **RENDU HOMMAGE** :

- ...> au personnel soignant
- ...> à tous ceux qui continuent de travailler
- ...> à ceux qui livrent les aînés de nos familles en fruits et légumes
- ...> et à tous ceux qui permettent à notre pays de tourner au ralenti, mais de tourner quand même

**UNE FOIS TOUS CES HOMMAGES RENDUS ...**



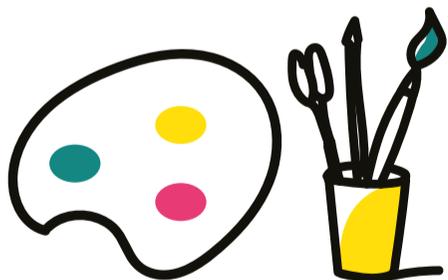
**... LEVONS NOTRE VERRE DE BOURGOGNE  
POUR DIRE ÉVIDEMMENT MERCI AU WIFI.**

Grâce au Wifi, nous menons tous une **WIFamily**... autrement dit une **vie de famille en Wifi**. Alors, comme certains d'entre vous redoublent d'imagination, on a décidé de vous partager le best of. Ne nous remerciez pas: c'est bien la moindre des choses que l'on puisse faire!



## ✓ PROPOSEZ

**UN DÉJEUNER DE FAMILLE À DISTANCE LE DIMANCHE.** Même menu, même heure pour se mettre à table. La seule chose qui compte, pour une fois, c'est d'avoir un téléphone pour se voir.



## ✓ LIVREZ-LEUR

**UN PETIT COURS D'HISTOIRE DE L'ART** chaque matin au petit-déjeuner (enregistrez-le sur votre téléphone en dictaphone ou en vidéo, et envoyez-le chaque matin).



## ✓ APPELEZ

**VOS ENFANTS EN ÉTANT DÉGUISÉ POUR LEUR RACONTER UNE HISTOIRE**

## ✓ EXIGEZ

**DE RÉCUPÉRER AUPRÈS DE VOS ENFANTS LA TOTALITÉ DES PHOTOS PRISES AVEC LEUR TÉLÉPHONE** cette dernière année. Et commencez à créer vos albums photos de famille. 3 applications adorées chez Grand-Mercredi :

@ INNOCENCE @ CHEERZ

@ WHITEWALL (prendre le papier brillant pour être sûr que ça ne bouge pas dans 10 ans)

## ✓ LANCEZ

**UN CONCOURS DE POÈME À DISTANCE.** Chacun écrit et on récite le soir par téléphone.



**POUR  
90%  
D'ENTRE VOUS,  
LE CONFINEMENT SE VIT  
LOIN DE VOS PETITS-ENFANTS.**



## ✓ DISTILLEZ

**UN DÉCRYPTAGE DE LA POLITIQUE** à tous les hommes de la famille par e-mail, comme un petit club gentlemen à distance (ne voyez aucun sexisme dans cette idée, juste un moyen d'occuper les hommes de la famille).

## ✓ CRÉEZ

**UNE HISTOIRE À 4 MAINS, ONLINE.** Chacun écrit 1 ligne par jour. À la fin du confinement, vous aurez un roman familial.



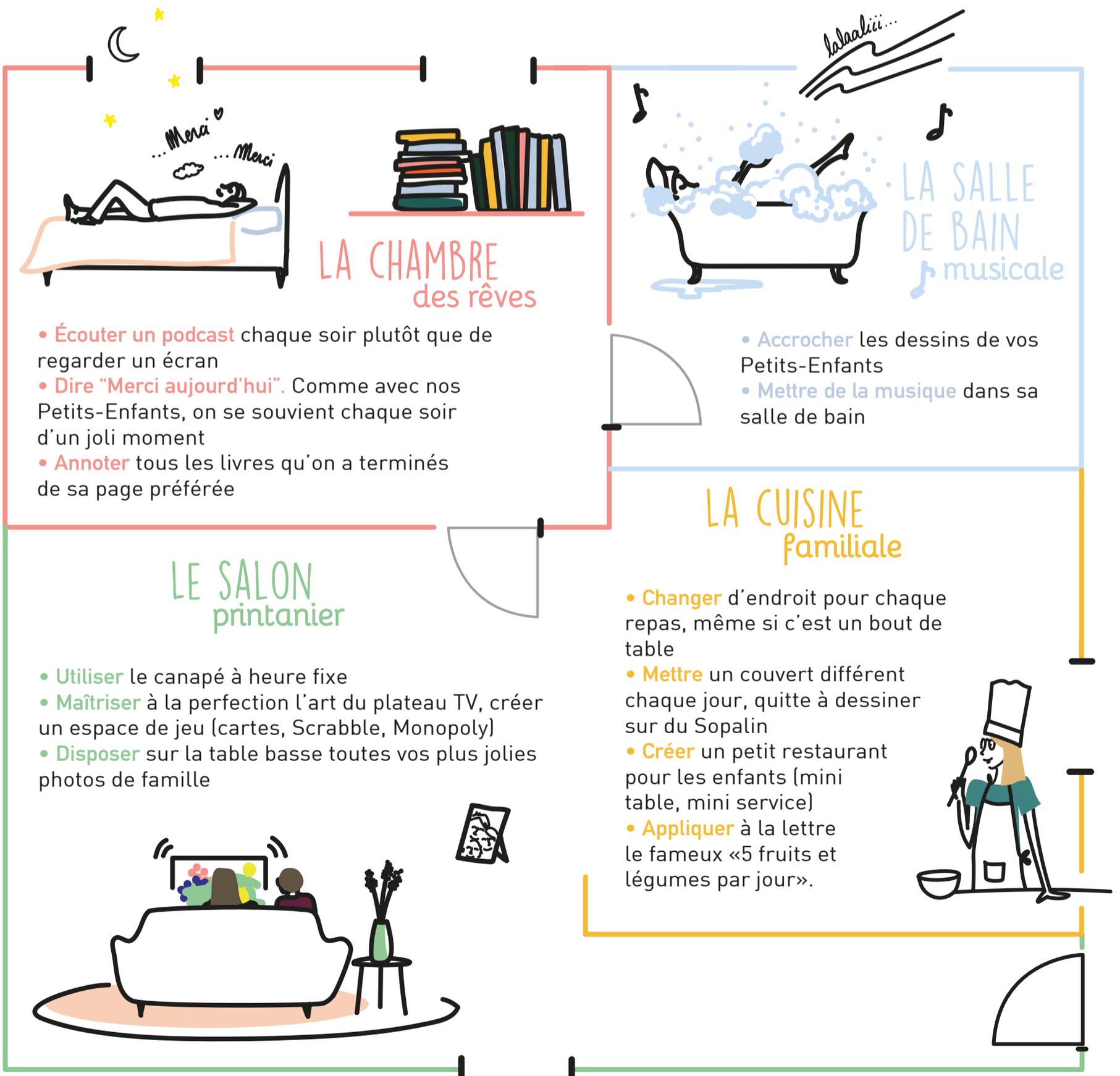
## ✓ CHALLENGEZ

**CHAQUE DIMANCHE TOUTE VOTRE FAMILLE** grâce à la dictée confinée sur la Newsletter de Grand-Mercredi.

# LA VIE CONFINÉE DESSINÉE À LA MAISON

## La vie à la maison

LE BEST OF DES ASTUCES CONFINÉES PAR DES GRANDS-PARENTS CONFINÉS



# Portraits-robots de familles confinées

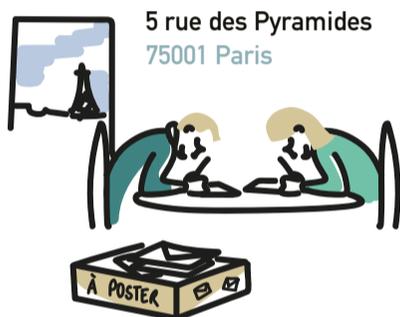
ON S'EST INTRODUIT CHEZ VOUS  
ET ON A EU ENVIE DE VOUS RACONTER

**Le Grand-Père s'est remis à manger des Miel Pops pour être en symbiose avec ses Petits-Enfants.**

Ils ont installé 3 écrans pour parler à toute la famille en même temps. Nona, la Grand-Mère, lit des contes pour enfants le soir dans son lit.



123 allée des Tilleuls  
13009 Marseille



5 rue des Pyramides  
75001 Paris

**Un couple de «jeunes» Grands-Parents veut jouer son rôle mais n'ose pas !** Ils appellent le soir en espérant que ça décroche chez leur belle-fille (leur fils n'étant jamais joignable). Alors, ils ont décidé d'écrire tous les jours une lettre : au moins les Petits-Enfants garderont une trace.

2 rue Louise Michel  
92300 Levallois



**Cette Grand-Mère vit seule.**

Alors, elle s'est installée avec sa sœur qui répète 10 fois par jour : « on fera un régime plus tard ».



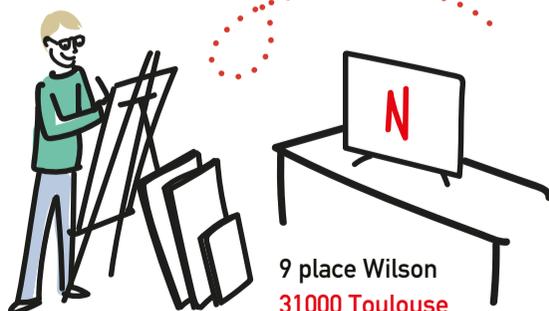
221 chemin du Braou  
13810 Eygalières

**Ce couple de Grand-Parents n'habite pas sa maison. Ils ont eu la générosité de la laisser à leurs enfants.**

Les Petits-Enfants parisiens peuvent alors courir, apprendre à faire du vélo, perdre leur première dent et même commencer un herbier. Tous les soirs, les Grands-Parents racontent l'histoire à distance... La Grand-Mère confinée a un secret : elle est en train de leur construire une maison de poupées.

Tous les soirs, les Grands-Parents racontent l'histoire à distance... La Grand-Mère confinée a un secret : elle est en train de leur construire une maison de poupées.

**Ici vit un Grand-Père célibataire.** Il peint les portraits de ses Petits-Enfants pour faire une surprise à tout le monde après le confinement. Il a découvert Netflix et, depuis, il veut écrire des séries télévisées.



9 place Wilson  
31000 Toulouse

## Lancez votre BLOG DE FAMILLE



**Sans vraiment vous l'avouer, vous avez même toujours rêvé d'écrire, de laisser une trace, de partager avec vos Petits-Enfants vos rêves, vos pensées, vos émerveillements.** À l'ère du 2.0, et surtout chez soi, se lancer dans l'écriture n'a jamais été aussi simple. Créer votre blog, c'est avoir la certitude que - dans un seul et même endroit - vos Petits-Enfants pourront lire tout ce que vous aurez bien voulu leur confier. Suivez le guide par ici !

**1 TROUVER LE BON SITE :** rendez-vous sur le site [www.wordpress.com](http://www.wordpress.com). Un seul rectangle bleu sur lequel cliquer au milieu de la page : Créez un site.

**2 DÉTERMINER UNE THÉMATIQUE :** en deux étapes, indiquez de quoi vous avez envie de parler sur votre blog. Les recettes de cuisine préférées de vos Petits-Enfants ? Les photos de votre enfance ? Les derniers livres que vous leur avez lus, ou que vous avez lus ?

**3 CHOISIR UNE PRÉSENTATION :** plusieurs modèles de présentation vous sont proposés. Sobre, coloré, plaçant le texte dans tel ou tel sens... Faites-vous plaisir en choisissant celui qui vous correspond le mieux.

**4 RENTRER VOS COORDONNÉES :** renseignez votre email et un mot de passe, cliquez sur «Créer mon compte», puis sur «Confirmer maintenant» dans le message que vous recevrez instantanément.

**5 INVENTER LE NOM DE VOTRE BLOG :** une étape clé : le choix du « nom de domaine » (le nom de votre blog). Là encore, à vous de décider.

Exemple : si vous tapez «Ama vous raconte» (ne pas mettre les accents), votre nom de domaine deviendra «Amavousraconte.wordpress.com». Il vous appartient à vie !

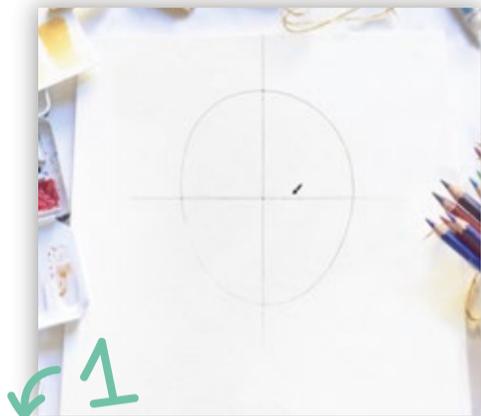
**6 CRÉER VOTRE PREMIÈRE PUBLICATION :** pour commencer à publier en moins de 5 minutes, cliquez sur « Prêt à commencer » afin d'obtenir un plan gratuit (disposition des articles sur votre blog).

**7 DÉCOUVRIR LE CHAMP DES POSSIBLES :** et voilà ! Dans la colonne de gauche, d'infinies possibilités s'offrent désormais à vous. Ecrire, raconter, illustrer, mettre en page simplement des photos ou des dessins, personnaliser vos titres, vos rubriques : lâchez-vous ! Avis aux curieux : l'outil « Stats » permet d'avoir un œil sur le nombre de visites virtuelles que vous recevrez !

**À méditer :** Vous pouvez très bien démarrer sans que personne ne le sache et révéler un jour l'existence de votre blog qui deviendra le site que tout le monde s'arrache chez vous.

# Dessinez VOS PETITS-ENFANTS!

Envoyez-nous les portraits de vos Petits-Enfants dessinés par vous ! Envoyez vos œuvres à [courrier@grand-mercredi.com](mailto:courrier@grand-mercredi.com) et remportez un dessin de votre famille par notre illustratrice.



1

Pour commencer, je dessine un ovale découpé au centre par une ligne verticale et horizontale.



2

Pour tracer mes yeux, il faut que j'ai quasiment la place de dessiner un œil entre mes deux yeux.



3

En partant de l'œil de gauche, je trace l'arête du nez puis la base du sourcil. Je dessine le sourcil droit par symétrie.



4

Je repars de cette arête du nez pour tracer les deux narines. Je m'arrête environ à la moitié de mon visage.



5

Les oreilles sont inscrites entre la ligne horizontale principale et la ligne de base du nez.



6

Grâce à une verticale partant du centre de l'œil, je trouve l'emplacement de la bouche.



7

Il ne me reste maintenant que les cheveux à ajouter!



8

Si je suis satisfait(e) de ce visage, je peux gommer les traits de construction!



9

Je peux également ajouter de la couleur.



Retrouvez le petit cours en ligne ICI



Le ministère des Solidarités et de la Santé vous recommande les bons gestes à adopter face au Coronavirus COVID-19. Face aux infections, il existe des gestes simples pour préserver votre santé et celle de votre entourage :



SE LAVER LES MAINS  
TRÈS RÉGULIÈREMENT



TOUSSER OU ÉTERNUER  
DANS SON COUDE



SALUER SANS SE SERRER  
LA MAIN, ÉVITER  
LES EMBRASSADES



UTILISER DES MOUCHOIRS  
À USAGE UNIQUE  
ET LES JETER



ÉVITER LES RASSEMBLE-  
MENTS, LIMITER LES DÉPLACE-  
MENTS ET LES CONTACTS

CE JOURNAL VOUS EST PROPOSÉ PAR

**grand  
mercredi**

Marque préférée  
des Grands-Parents en France

[grand-mercredi.com](http://grand-mercredi.com)

f [grandmercredi](https://www.facebook.com/grandmercredi) @grandmercredi