



Bon nombre d'entre nous avons dû revoir nos projets de vacances d'été en raison de la COVID-19. Cela n'enlève cependant rien à l'importance de prendre une pause. Plus que jamais, il est essentiel de prendre congé du travail et de la routine pour sa santé mentale.

À cette fin, le comité des Gens et de la culture aimerait vous offrir des idées de vacances et de détente (Staycation) pour les semaines et les mois à venir.

Possibilités créatives

Soirée cinéma

Louez une nouveauté sur demande ou choisissez simplement un film offert par un service de diffusion en continu, comme Netflix ou Disney+. Fabriquez de petits billets de cinéma sur lesquels vous inscrirez l'heure de la représentation, préparez du maïs soufflé et recréez un comptoir de rafraîchissements et de friandises où les membres de votre famille pourront « acheter » leurs collations préférées avant le début du film. Vous avez envie d'organiser une soirée inoubliable? Prévoyez un jeu-questionnaire et du divertissement loufoque avant la représentation.

Les chefs, version maison

Choisissez un thème ou des ingrédients spéciaux et organisez votre propre concours de pâtisserie ou de cuisine! Optez pour un affrontement entre frères et sœurs ou entre parents et enfants ou organisez une compétition virtuelle entre amis et membres de la famille pour découvrir qui peut créer le plat le plus impressionnant. Envoyez des photos de vos créations à vos amis et aux membres de votre famille ou affichez-les sur les médias sociaux et demandez à vos amis de voter pour le gagnant. Ce dernier remportera le droit de se vanter pour le reste de sa vie... et les perdants devront nettoyer la cuisine!

Vacances thématiques à la maison

Choisissez une destination pour votre « escapade » et laissez champ libre à votre créativité! Habituellement, lorsqu'on décide de passer ses vacances à la maison, on en profite pour louer une chambre d'hôtel dans sa ville et explorer les attractions touristiques locales. Mais pendant la pandémie de COVID-19, on doit rester à la maison, ce qui signifie qu'aucun serveur ne viendra débarrasser votre table et qu'aucune femme de ménage ne fera votre lit. Préparez vos vacances à la maison à l'avance afin de réduire le nombre de corvées que vous devrez effectuer pendant cette période. Vous ne devriez pas profiter de ce temps d'arrêt pour faire de la lessive ou tondre votre pelouse! Vous pouvez également en profiter pour visiter virtuellement un musée, un parc d'attractions ou des attractions touristiques du pays où vous avez décidé de passer vos vacances à la maison. Essayez de nouvelles recettes du lieu que vous « visitez », commandez des plats de votre restaurant préféré ou goûtez à quelque chose que vous n'avez encore jamais essayé! Construisez une cabane de couvertures dans votre salon, organisez une soirée de films étrangers, créez votre propre expérience spa... bref, sortez de votre routine habituelle!



Plaisir en famille

Camping dans la cour (ou dans le salon)

Si vous disposez d'équipement de camping et d'une cour, installez-y une tente et faites comme si vous passiez la nuit loin de la maison.

Prévoyez des repas que vous pouvez cuisiner sur le gril ou un foyer extérieur. Qui n'aime pas les guimauves et les hot-dogs? S'il fait chaud, vous pourriez même installer une piscine pour enfants pour recréer l'ambiance d'une « plage » avec des ballons d'eau et des fusils à l'eau!

Vous pouvez également organiser une soirée pyjama dans le salon. Installez-y les matelas des enfants, sortez des couvertures et des oreillers supplémentaires et construisez une cabane de couvertures sous laquelle vous pourrez tous dormir ensemble. Rendez la soirée encore plus magique à l'aide de guirlandes de lumières!



Une journée à la foire

Les foires sont toujours amusantes. On y retrouve toutes sortes d'aliments, de musique, de jeux et d'activités. Recréez une expérience de foire à la maison en organisant des kiosques de jeux interactifs et en offrant de petites récompenses. N'oubliez pas les maquillages d'enfant et les collations de type camion-restaurant pour recréer une foire authentique. Faites des recherches sur Internet pour trouver des idées de jeux ou créez vos propres jeux en utilisant des objets que vous avez chez vous, comme un jeu de tir à l'aide de fusils à dards ou un jeu de quilles à l'aide de canettes de boisson gazeuse. Terminez la journée en montant dans les montagnes russes virtuelles de Canada's Wonderland – elles semblent tellement réelles qu'elles vous donneront mal au cœur!



Activités de plein air

Parcs Canada

Les activités en plein air et dans la nature offrent une multitude de bienfaits pour la santé et le bien-être. Il est important que les gens aient accès à des espaces naturels favorisant la distanciation physique pour faire de l'exercice et le plein d'air frais.

Certains lieux de [Parcs Canada](#) pourraient être accessibles dès le 1^{er} juin. Cela signifie que :

L'accès aux sentiers, aux aires de fréquentation diurne et aux espaces verts [de certains lieux](#) sera autorisé.

- Les activités de groupe et les événements publics sont suspendus jusqu'à nouvel ordre.
- Les routes et les autoroutes qui traversent les sites de Parcs Canada demeurent ouvertes.

De nombreux sentiers du réseau de Parcs Canada sont fermés pour des questions de sécurité publique, de protection des ressources écologiques ou culturelles et de capacités de recherche et de sauvetage limitées, ainsi qu'en raison de problèmes d'interaction entre les humains et la faune. Veuillez respecter ces fermetures temporaires.

[Parcs Canada | Comment nous visiter dans le contexte de la COVID-19](#)

Parcs Canada a également publié un guide sur les techniques et les installations de camping au Canada pendant la pandémie de COVID-19; vous pouvez y accéder en cliquant [ici](#). Les terrains de camping seront ouverts dans certains parcs nationaux et sites historiques nationaux, où les installations peuvent être entretenues selon les normes d'hygiène en vigueur. Les hébergements avec toiture, comme les tentes oTENTik, les cabanes rustiques et les yourtes seront uniquement accessibles sur certains sites plus tard dans la saison.

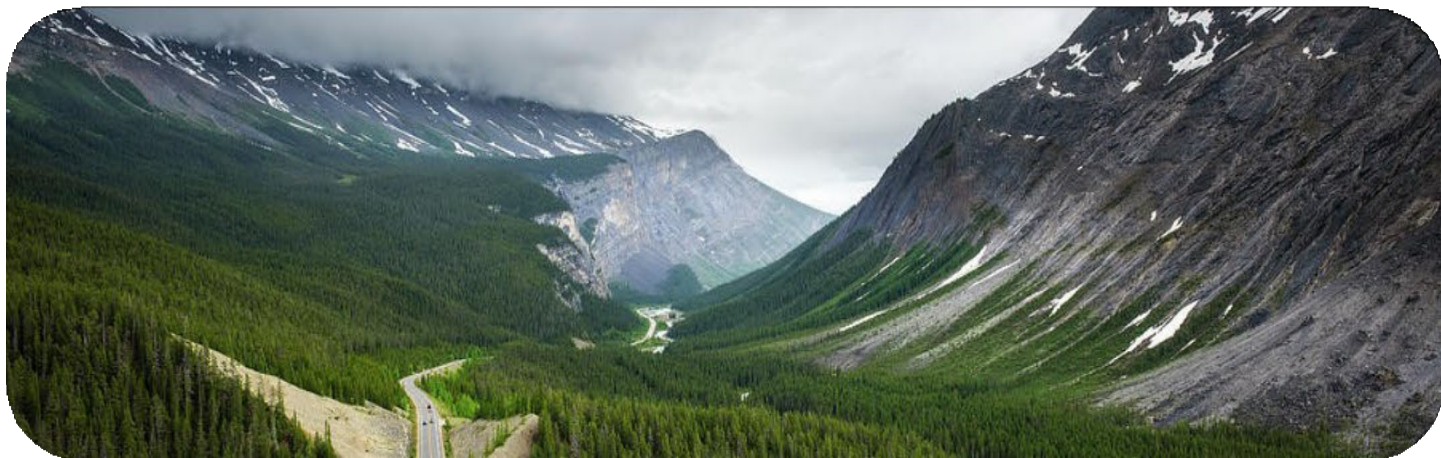
Prospection du dimanche (pour les minéralogistes amateurs)

Le Canada est composé, d'un bout à l'autre du pays, d'une multitude de magnifiques formations rocheuses qui peuvent constituer le fondement départ pour d'amusantes vacances familiales en contexte de COVID-19.

« Prospection du dimanche » est le nom donné au passe-temps qui consiste à chercher des roches et des minéraux dans sa région, en jouant au minéralogiste amateur. En plus de trouver des pierres largement répandues comme du granite, du grès ou du calcaire, les Canadiens, s'ils savent où chercher, peuvent découvrir de l'or, du cuivre, diverses pierres précieuses ou semi-précieuses ainsi que des fossiles.

Les sites à explorer dépendent naturellement des pierres que vous voulez trouver, mais les côtes rocheuses, les plages et les rivières constituent de bons points de départ. Pour vous lancer, vous aurez besoin d'une petite truelle de jardinage (pour retourner le gravier et creuser sous la surface) et d'un sac à dos solide. Des lunettes de sécurité et un brise-roche pourraient également s'avérer utiles si vous avez l'âme d'un aventurier. Ce qui est formidable à propos de cette activité, c'est qu'elle a généralement lieu très loin des plages et des parcs bondés et vous permettra de trouver de nouveaux sites intéressants.

Vous devrez cependant tenir compte des règlements concernant l'extraction d'échantillons ou de spécimens sur les sites où vous vous trouvez; c'est le cas de la municipalité de Joggins, en Nouvelle-Écosse, qui fait partie des sites du patrimoine mondial et où l'on ne peut pas conserver les pierres qu'on y trouve.



Liens relatifs à la prospection du dimanche (ou, pour les minéralogistes amateurs) :

[Rockhounding | In search of Earth's Treasures!](#) (en anglais seulement)

<http://nstravelguide.com/what/rockhounding>

<http://ccfms.ca/Links-For-A-Canadian-Rockhound.php>

<http://www.quebecmineral.com/liens.htm>

Ontario :

[St Mary's Quarry](#) – Adresse : 425 Water St. S., St. Mary's, ON

[Bridal Veil Falls](#) – Adresse : Billings, ON

[Decew Falls](#) – Adresse : Decew Falls, St. Catharines, ON

[Little Cove](#) – Adresse : 240-242 Little Cove Rd., Tobermory, ON

[Topaz Lake](#) – Adresse : 960 ON-637, Killarney, ON

[Kelso Conservation Area](#) – Adresse : 5234 Kelso Rd., Milton, ON

[10 Awesome and Secluded beaches in Northern Ontario](#)

L'Ouest canadien

[Johnston Canyon](#) - Adresse : Bow Valley Pkwy., Improvement District No. 9, AB

[Grassi Lakes](#) - Adresse : Canmore, AB

[Elbow Falls](#) - Adresse : AB-66, Bragg Creek, AB

[Tunnel Mountain](#) Adresse : Banff, AB

[Grotto Canyon](#) - Adresse : Canmore, AB

[Ha Ling Peak Trail](#) - Adresse : AB-742, Canmore, AB

[Mount Cheam](#) - Adresse : Chilliwack, C.-B.

[East Canyon Trail](#) – Adresse : Golden Ears Provincial Park, C.-B.

[Rainbow Range Trail](#) – Adresse : Tweedsmuir Park, C.-B.



Région de l'Atlantique

[Silver Mine Head Path](#) – Adresse : Torbay jusqu'à Middle Cove, T.-N.

[Father Troy's Trail](#) – Adresse : Flatrock jusqu'à Torbay, T.-N.

[Cobblers Path](#) – Adresse : Red Cliff to Outer Cove, T.-N.

[Skyline Trail](#) – Adresse : 19685 Cabot Trail (Parc national des Hautes-Terres du Cap Breton) N.-É.

[Cape Split Provincial Park](#) – Adresse : 999 Cape Split Road, Scots Bay, N.-É.

[Louisbourg Lighthouse Trail](#) – Adresse : Lieu historique national de la Forteresse-de- Louisbourg, Havenside Road, Louisbourg, N.-É.

Québec

[Parc National du Mont-Tremblant](#) – Adresse : Chemin du Lac Supérieur, Lac-Supérieur, QC

[Parc national Forillon](#) – Adresse : 1238 Boul de Forillon, Gaspé, QC

[Mont Pointu Trail](#) – Adresse : Sainte-Anne-des-Monts, QC

[Géoparc de Percé](#) – Adresse : 180 route 132 ouest, CP 250, Percé, QC