Un soir, une case, zéro écran

Calendrier de l'Avent sans écran

2 à 5 ans - décembre 2026



Offert par TiroirMagique - www.tiroirmagique.com

Nos 24 soirs avant Noël

Une activité par soir, avec ce qu'il y a à la maison. Quand c'est fait, on colorie la case.

2 à 5 ans

1 mardi
Guirlande d'anneaux agrafés
Créatif - 30 min

2 mercredi
Empreintes de mains chaudes sur la vitre froide
Sensoriel - 30 min

3 jeudi
Lecture à la lampe de poche
Calme - 15 min

4 vendredi
La cabane igloo des doudous
Imagination - 15 min

5 samedi
Sculpter un bonhomme de mousse qui s'affaisse
Créatif - 1 heure

6 dimanche
Danse avec une bougie imaginaire
Motricité - 1 heure

7 lundi
Expédition au pôle Nord
Imagination - 15 min

8 mardi
La guirlande de paille à enfiler
Calme - 30 min

9 mercredi
Toucher froid, revenir en courant
Motricité - 15 min

10 jeudi
Flocons de papier plié
Créatif - 30 min

11 vendredi
Le parfum de l'orange sur les doigts
Sensoriel - 30 min

12 samedi
Le voyage en traîneau dans la neige
Imagination - 30 min

13 dimanche
Le chocolat croqué puis fondu
Sensoriel - 1 heure

14 lundi
Le drap tiré comme un traîneau
Motricité - 15 min

15 mardi
L'ombre qui bouge avec moi
Calme - 30 min

16 mercredi
Le dragon qui souffle du froid
Imagination - 30 min

17 jeudi
Habiller un bonhomme de papier pour l'hiver
Créatif - 30 min

18 vendredi
Monter les marches en ours puis en souris
Motricité - 30 min

19 samedi
Piler des glaçons dans un torchon
Sensoriel - 30 min

20 dimanche
Transformer le plateau en paysage de neige
Imagination - 30 min

21 lundi
Les gants dépareillés remis par paires
Calme - 15 min

22 mardi
Le dessin au dos du papier cadeau
Créatif - 30 min

23 mercredi
Le kangourou porteur de chaussette
Motricité - 15 min

24 jeudi
La couverture à histoires
Calme - 30 min

Les cartes détaillées sont dans les pages suivantes.

Plus de 6000 idées : **www.tiroirmagique.com**

1

mardi 1 décembre

Guirlande d'anneaux agrafés

Créatif - 30 min - dès 3 ans

Matériel : Des chutes de papier, Une agrafeuse

1. Coupez une vingtaine de bandes de papier larges comme deux doigts.
2. Montrez à l'enfant comment passer une bande dans l'anneau précédent pour former une chaîne.
3. Vous tenez l'agrafeuse et vous fermez chaque anneau, il choisit l'ordre des couleurs.
4. Tendez la guirlande entre deux chaises : elle fait le tour de la pièce avant le goûter.

☐ On l'a fait ! Ce qu'on a préféré : .....

2

mercredi 2 décembre

Empreintes de mains chaudes sur la vitre froide

Sensoriel - 30 min - dès 2 ans

Matériel : fenêtre ou miroir froid, bol d'eau tiède, torchon

1. Choisissez une vitre fraîche, par exemple le matin, et réchauffez les mains de votre enfant dans un bol d'eau tiède.
2. Faites-lui poser ses mains chaudes bien à plat sur la vitre froide.
3. Soulevez les mains et observez ensemble les empreintes de buée qui apparaissent.
4. Regardez les traces s'effacer doucement, puis recommencez avec les doigts pour dessiner.

☐ On l'a fait ! Ce qu'on a préféré : .....

3

jeudi 3 décembre

Lecture à la lampe de poche

Calme - 15 min - dès 2 ans

Matériel : Un livre, Une lampe de poche, Une couverture

1. Installez-vous sous une couverture, lumières éteintes.
2. Lisez une histoire éclairée à la lampe de poche.
3. Laissez l'enfant éclairer les images.

☐ On l'a fait ! Ce qu'on a préféré : .....

4

vendredi 4 décembre

La cabane igloo des doudous

Imagination - 15 min - dès 2 ans

Matériel : Une couverture blanche ou claire, Plusieurs doudous et peluches

1. Tendez une couverture claire entre un canapé et une chaise pour faire un igloo.
2. Faites entrer les doudous un par un dans l'igloo bien au chaud.
3. Chuchotez avec l'enfant car les doudous font dodo dans la neige.
4. Frottez-vous les mains en disant qu'il fait froid dehors.

☐ On l'a fait ! Ce qu'on a préféré : .....

5

samedi 5 décembre

Sculpter un bonhomme de mousse qui s'affaisse

Créatif - 1 heure - dès 3 ans

Matériel : De la mousse à raser

1. Videz la mousse à raser en gros tas sur le carrelage de la douche.
2. Aidez l'enfant à monter un corps, une tête et deux bras.
3. Il ajoute des yeux et une bouche en creusant avec un doigt.
4. Regardez le bonhomme s'affaisser doucement pendant qu'il en fabrique un deuxième.
5. Le meilleur moment reste le dernier : tout aplatir d'un coup de main.

☐ On l'a fait ! Ce qu'on a préféré : .....

6

dimanche 6 décembre

Danse avec une bougie imaginaire

Motricité - 1 heure - dès 4 ans

Matériel : musique douce

1. Imaginez tenir une bougie allumée dans la paume, sans la faire vaciller.
2. Dansez lentement sur une musique douce en gardant la flamme stable.
3. Quand la musique monte, tournez et ondulez sans laisser tomber la flamme.
4. Échangez la bougie d'une main à l'autre en restant en équilibre.
5. Soufflez la bougie à la fin et saluez comme sur une scène.

☐ On l'a fait ! Ce qu'on a préféré : .....

7

lundi 7 décembre

Expédition au pôle Nord

Imagination - 15 min - dès 3 ans

Matériel : des oreillers, une écharpe, des gants

1. Enfilez l'écharpe et les gants car il fait très froid au pôle Nord.
2. Disposez les oreillers au sol comme des blocs de glace à escalader.
3. Marchez de bloc en bloc en soufflant de la 'buée' devant vous.
4. Cherchez ensemble un pingouin ou un ours blanc caché derrière un oreiller.
5. Rentrez au chaud sous une couverture pour vous réchauffer.

☐ On l'a fait ! Ce qu'on a préféré : .....

8

mardi 8 décembre

La guirlande de paille à enfiler

Calme - 30 min - dès 2 ans

Matériel : pailles coupées en tronçons, fil de laine, ciseaux pour l'adulte

1. Coupez vous-même des pailles en petits tronçons de quelques centimètres.
2. Tendez un fil de laine avec un bout rigidifié pour faciliter l'enfilage.
3. Laissez l'enfant glisser les tronçons de paille les uns après les autres.
4. Proposez d'alterner les couleurs de pailles pour un effet décoratif.
5. Suspendez la guirlande terminée dans sa chambre comme décoration.

☐ On l'a fait ! Ce qu'on a préféré : .....

9

mercredi 9 décembre

Toucher froid, revenir en courant

Motricité - 15 min - dès 3 ans

Matériel : rien du tout

1. Annoncez un objet froid de la maison : la poignée du frigo, le carrelage, la vitre.
2. L'enfant court le toucher, revient et vous pose sa main froide sur le bras.
3. Il adore vous faire sursauter : exagérez le frisson à chacun de ses retours.

☐ On l'a fait ! Ce qu'on a préféré : .....

10

jeudi 10 décembre

Flocons de papier plié

Créatif - 30 min - dès 4 ans

Matériel : feuilles blanches, ciseaux à bouts ronds, ruban adhésif

1. Pliez une feuille carrée en quatre puis encore en triangle avec votre enfant.
2. Laissez-le découper de petites encoches sur les bords du triangle.
3. Dépliez ensemble pour découvrir le flocon surprise qui apparaît.
4. Collez les flocons sur une fenêtre pour un décor d'hiver.

☐ On l'a fait ! Ce qu'on a préféré : .....

11

vendredi 11 décembre

Le parfum de l'orange sur les doigts

Sensoriel - 30 min - dès 4 ans

Matériel : Une orange

1. Faites sentir l'orange entière à l'enfant, elle ne sent presque rien.
2. Demandez-lui de la peler à la main, en gros morceaux, sans se presser.
3. Pressez un bout d'écorce près du nez, la peau projette une fine bruine.
4. Ses mains sentiront l'orange jusqu'au soir, et les quartiers se mangent en prime.

☐ On l'a fait ! Ce qu'on a préféré : .....

12

samedi 12 décembre

Le voyage en traîneau dans la neige

Imagination - 30 min - dès 2 ans

Matériel : un grand carton ou un panier à linge, une écharpe, des peluches

1. Installez l'enfant et ses peluches dans le carton transformé en traîneau.
2. Enroulez une écharpe autour de son cou, car il fait très froid au pays de la neige.
3. Tirez doucement le traîneau sur le sol lisse en imitant le bruit des grelots.
4. Arrêtez-vous pour faire mine de boire un chocolat chaud bien réconfortant.

☐ On l'a fait ! Ce qu'on a préféré : .....

13

dimanche 13 décembre

Le chocolat croqué puis fondu

Sensoriel - 1 heure - dès 4 ans

Matériel : Du chocolat

1. Sortez deux carrés de chocolat du placard et donnez-en un à l'enfant.
2. Demandez-lui de croquer le premier et de dire quand le goût s'arrête.
3. Faites poser le second sur la langue, sans mordre, jusqu'à ce qu'il fonde tout seul.
4. Comparez : le fondu dure beaucoup plus longtemps et sent bien plus fort.
5. Refaites l'essai avec un carré sorti du frigo, plus dur et plus long à fondre.
6. Terminez par un carré tenu dans la main, il verra pourquoi on se dépêche.

☐ On l'a fait ! Ce qu'on a préféré : .....

14

lundi 14 décembre

Le drap tiré comme un traîneau

Motricité - 15 min - dès 4 ans

Matériel : Un drap

1. Étalez un vieux drap sur le carrelage ou le parquet du couloir.
2. Il s'assied au milieu, s'accroche aux bords, et vous tirez doucement.
3. Inversez : c'est lui qui tire le panier de linge posé dessus jusqu'à la machine.

☐ On l'a fait ! Ce qu'on a préféré : .....

15

mardi 15 décembre

L'ombre qui bouge avec moi

Calme - 30 min - dès 3 ans

Matériel : une lampe de poche ou la lumière du jour, un mur clair

1. Allumez une lampe ou placez-vous près d'une fenêtre ensoleillée face à un mur clair.
2. Montrez à votre enfant comment sa main forme une ombre sur le mur.
3. Bougez très lentement les doigts et observez comment l'ombre grandit et rétrécit.
4. Demandez-lui de faire une ombre toute petite puis toute grande, en douceur.
5. Terminez en regardant vos deux ombres se rejoindre tranquillement.

☐ On l'a fait ! Ce qu'on a préféré : .....

16

mercredi 16 décembre

Le dragon qui souffle du froid

Imagination - 30 min - dès 3 ans

Matériel : rien du tout

1. Expliquez qu'il existe un dragon qui souffle du froid au lieu de souffler du feu.
2. L'enfant souffle sur votre main, bouche en rond, et vous frissonnez très fort.
3. Devenez le dragon de feu à votre tour et soufflez chaud, bouche grande ouverte.
4. Il sent la différence aussitôt et fait le tour de la famille pour vérifier.

☐ On l'a fait ! Ce qu'on a préféré : .....

17

jeudi 17 décembre

Habiller un bonhomme de papier pour l'hiver

Créatif - 30 min - dès 4 ans

Matériel : Du papier, Des ciseaux

1. Dessinez ensemble un grand bonhomme sur une feuille et posez-le sur la table.
2. L'enfant découpe bonnet, écharpe, manteau et bottes dans le reste du papier.
3. Annoncez une température : il ajoute ou retire des habits en conséquence.
4. Descendez jusqu'au grand froid : le bonhomme finit sous six couches de papier.

☐ On l'a fait ! Ce qu'on a préféré : .....

18

vendredi 18 décembre

Monter les marches en ours puis en souris

Motricité - 30 min - dès 2 ans

Matériel : rien du tout

1. Annoncez que l'ascenseur est pris et que vous montez à pied.
2. Faites les trois marches du bas en ours : lourd, lent, avec un grognement.
3. Passez en souris, sur la pointe des pieds, sans faire craquer une marche.
4. Un étage de plus à chaque animal, et personne ne réclame le bouton.

☐ On l'a fait ! Ce qu'on a préféré : .....

19

samedi 19 décembre

Piler des glaçons dans un torchon

Sensoriel - 30 min - dès 3 ans

Matériel : Des glaçons, Un torchon, Un rouleau à pâtisserie

1. Enveloppez cinq glaçons dans le torchon plié en deux, bien serré.
2. Laissez l'enfant taper dessus au rouleau et écouter le bruit changer.
3. Ouvrez le torchon, la glace pilée se prend à pleines mains et brûle de froid.
4. Il finira par en mettre une pincée dans un verre d'eau, à boire tout de suite.

☐ On l'a fait ! Ce qu'on a préféré : .....

20

dimanche 20 décembre

Transformer le plateau en paysage de neige

Imagination - 30 min - dès 3 ans

Matériel : Du bicarbonate de soude, Deux figurines d'animaux

1. Étalez du bicarbonate sur un plateau à rebords, en couche épaisse et lisse.
2. Donnez les deux figurines à l'enfant et laissez-les marcher, tomber, se relever.
3. Ajoutez des traces de doigts en file indienne pour montrer où elles sont passées.
4. Le plateau se glisse sous un meuble tel quel et la neige tient toute la semaine.

☐ On l'a fait ! Ce qu'on a préféré : .....

21

lundi 21 décembre

Les gants dépareillés remis par paires

Calme - 15 min - dès 4 ans

Matériel : Le bac à gants et bonnets

1. Videz sur la table le bac où s'entassent gants, bonnets et écharpes.
2. Demandez à l'enfant de reformer les paires, main droite avec main gauche.
3. Mettez à part ce qui reste seul : vous saurez enfin ce qu'il faut racheter.

☐ On l'a fait ! Ce qu'on a préféré : .....

22

mardi 22 décembre

Le dessin au dos du papier cadeau

Créatif - 30 min - dès 2 ans

Matériel : Du papier cadeau, Des crayons

1. Déroulez une chute de papier cadeau côté blanc sur toute la longueur de la table.
2. Demandez à l'enfant de tracer une route d'un bout à l'autre de la bande.
3. Ajoutez des maisons, des arbres et des voitures de chaque côté de la route.
4. Roulez la bande à la fin : elle ressort au prochain jour de pluie.

☐ On l'a fait ! Ce qu'on a préféré : .....

23

mercredi 23 décembre

Le kangourou porteur de chaussette

Motricité - 15 min - dès 3 ans

Matériel : chaussette roulée, panier

1. Roulez une chaussette en boule et coincez-la entre les genoux de votre enfant.
2. Demandez-lui de sauter comme un kangourou jusqu'au panier sans la faire tomber.
3. S'il la perd, il la replace et repart du départ en riant.
4. Faites plusieurs allers-retours pour bien dépenser l'énergie du petit kangourou.

☐ On l'a fait ! Ce qu'on a préféré : .....

24

jeudi 24 décembre

La couverture à histoires

Calme - 30 min - dès 2 ans

Matériel : une grande couverture, deux ou trois coussins, un livre d'images

1. Étalez la couverture au sol et disposez les coussins pour créer un coin douillet.
2. Asseyez-vous avec votre enfant et ouvrez le livre en chuchotant le début de l'histoire.
3. Montrez du doigt les images et laissez votre enfant les pointer à son tour.
4. Faites des pauses pour bâiller ou vous étirer ensemble afin d'installer le calme.
5. Refermez le livre en gardant un moment de silence calé contre les coussins.

☐ On l'a fait ! Ce qu'on a préféré : .....