



Est-ce que votre famille joue à des jeux de repas à table ? Voici des jeux de repas pour la famille amusants qui peuvent égayer le temps du repas dans votre maison. Je suis certaine que vous les apprécierez, de plus ces jeux peuvent aussi aider les légumes à disparaître. Oui, c'est vrai. Lisez la suite !

## Jeux de repas pour toute la famille

L'heure du dîner est un moment important pour se réunir en famille et discuter autour d'un repas. Nous aimons résumer notre journée lors du dîner, mais parfois nous avons envie de nous amuser, nous avons donc quelques jeux de repas fétiches. Ils nous permettent d'ajouter amusement et conversation animée à notre repas. La plupart du temps, nous avons un tel moment de plaisir avec nos jeux de repas que le temps passe super vite et avant de même s'en rendre compte, notre fils a mangé tous ses légumes !



Voici nos 10 jeux de repas préférés !

### Légumes chanceux

Prenez un dé à la table du dîner. Commencez par le plus jeune qui lance le dé. Quel que soit le nombre qu'il fait, il doit manger autant de légumes (ou autres aliments) dans son assiette. Passez le dé au joueur suivant et continuez. La personne qui a terminé son assiette en premier l'emporte.

## Les invités

Demandez à chaque personne à la table du repas qui ils aimeraient inviter à dîner et pourquoi. L'invité peut être n'importe qui dans n'importe quelle période de l'histoire. Ce jeu peut être un moyen amusant pour vos enfants de montrer ce qu'ils ont appris en histoire, ou de vous montrer combien ils en savent sur les célébrités. La touche supplémentaire : notez tous les choix et imaginez tous les invités à table en même temps. Qu'est-ce qu'ils ont en commun ? Que se disent-ils ?

## Qu'est-ce qui manque ?

Un joueur ferme les yeux pendant que les autres retirent un élément de la table et le cachent. Le joueur ouvre les yeux et essaie de retrouver l'objet manquant.

**Variante** : tout le monde ferme les yeux, sauf une personne qui retire 4 éléments sur la table. La première personne à deviner les quatre éléments l'emporte !

## Terminez l'histoire

Lancez une histoire et laissez chaque personne, à tour de rôle, ajouter la suite. Chaque personne peut soit ajouter une phrase, ou un segment entier de l'histoire. Commencez à travailler sur la conclusion lorsque le repas touche à sa fin.

## Les émotions

Tout le monde ferme les yeux et quelqu'un donne une émotion (joie, tristesse, bonheur, peur, etc). Tout le monde essaie de dépeindre cette émotion par l'expression du visage. Lorsque l'appelant dit « ouvrez les yeux », tout le monde doit ouvrir les yeux pour voir l'expression des autres.

## Poésie alimentaire

Invitez vos enfants à prendre une bouchée de nourriture. Ils peuvent même fermer les yeux et savourer. Posez des questions : quel goût à la nourriture ? Quelle est sa texture ? Sa couleur, son odeur et les souvenirs qu'elle évoque ? Demandez à vos enfants de dire ou d'écrire les premiers mots que cela lui évoque. Voilà ! Il a écrit un poème !

## Que savez-vous de moi ?

Les enfants testent les adultes avec des questions amusantes du genre :

- Quelle est ma matière préférée ?
- Avec qui ai-je l'habitude de jouer à la récréation ?
- Qui sont mes deux meilleurs amis ?
- Quelle est mon émission préférée ?

Maintenant, les adultes testent aussi les enfants avec ce genre de questions :

- Où suis-je né ?

- Quelle était ma matière préférée à l'école ?
- Quel(s) sport(s) j'ai pratiqué étant enfant ?
- Quelle est la ville où j'ai grandi ?

### **Allitération**

Choisissez une lettre au hasard. Faites le tour de votre famille : chacun doit donner un mot commençant par cette lettre. Faites le tour autant de fois que vous le pouvez. Arrêtez seulement quand un mot est répété ou que vous n'en trouvez plus.

### **Une journée bien remplie**

Chaque membre de la famille prend son tour pour parler de sa journée, mais choisit d'abord une lettre de l'alphabet. Les mots commençant par cette lettre ne peuvent être utilisés dans la description de la journée. Les mots utilisés en substitution peuvent faire un exercice de vocabulaire divertissant. Assurez-vous que chaque membre de la famille ait la chance de parler.

### **C'est gentil**

Écrivez le nom de chaque membre de la famille sur un bout de papier et mettez-les au centre de la table. Tour à tour, chacun va tirer un papier puis penser à quelque chose de gentil à dire à cette personne.

Par exemple, la maman peut être la meilleure « cuisinière de cookies » ou le frère peut être le meilleur « partenaire de vélo ». Tout le monde prend son tour en énonçant leur gentillesse.