



# TROUSSE

La nature un jeu d'enfant : les 5 sens



Association forestière  
du sud du Québec

Le Mouvement 4-H croit que la meilleure salle de jeu est couverte seulement par le ciel et la cime des arbres.



## UN CLUB NATURE DANS VOTRE MILIEU, POURQUOI PAS?

Vos intérêts et vos motivations, jumelés à la dynamique de votre milieu, seront les principaux guides de la définition du rôle que tiendra votre Club 4-H. Il suffit d'avoir à cœur de faire découvrir la nature, la forêt et l'environnement.

La mise sur pied d'un Club 4-H vous permettra de renforcer votre propre intérêt pour la nature et l'environnement en plus de développer celui des jeunes de façon dynamique. La réalisation des activités 4-H vous permettra d'intégrer à petite dose la Vitamine Nature dans votre milieu.

L'extérieur est un lieu naturel qui permet de se développer harmonieusement, de se dépenser physiquement, de stimuler l'appétit, le sommeil et la concentration.

### CONCEPTION :

- Coordination : Andrée Gignac, Les Clubs 4-H du Québec
- Rédactrice : Élisabeth Vachon-Labonté et Andrée Gignac, Les Clubs 4-H du Québec
- Collaboratrice : Jessica Bayard, Les Clubs 4-H du Québec
- Révision linguistique : Valérie Demers, Association forestière sud du Québec
- Design graphique : Valérie Demers, Association forestière sud du Québec

→ Réalisation de :



→ Participation financière :



# À L'INTENTION DES ANIMATEURS

Les différents milieux de vie qu'offrent les camps se prêtent extraordinairement bien au développement des apprentissages et de la sensibilité des jeunes aux éléments de la nature qui les entourent.

La nature est l'un des jouets les mieux adaptés aux enfants. Remplis de millions d'éléments fascinants, les milieux naturels permettent aux jeunes de satisfaire leur curiosité d'explorateur en leur faisant découvrir une panoplie de nouvelles choses. Consultez sur notre site [www.clubs4h.qc.ca](http://www.clubs4h.qc.ca) vous aurez accès à d'autres activités pour jouer avec les enfants et la nature.

## Conseils d'observation

La nature se trouve partout autour de nous. Il suffit d'être attentif pour la trouver. Voici donc quelques conseils d'observation:

Identifiez l'écosystème dans lequel vous vous trouvez : milieu forestier, milieu aquatique ou milieu humide. À partir de cela, demandez-vous ce que vous pouvez observer. Peut-être que vous pouvez répertorier des espèces ou trouver des microhabitats, par exemple dans une souche, dans un trou ou sur une fleur.



Demandez aux enfants de s'immobiliser et d'être attentifs. Ils doivent observer et écouter. Il est aussi possible de déplacer certains objets, comme des roches ou des feuilles, afin de faire de nouvelles observations, mais on doit s'assurer de replacer le milieu comme il était à votre arrivée.



N'oubliez pas de sensibiliser les enfants à la préservation des milieux et de leur expliquer pourquoi celle-ci est importante.

L'exploration de la nature demande nos 5 sens. Il est souvent plus facile d'observer, mais pourtant il y a beaucoup plus à découvrir. Sentez les éléments du milieu qui vous entoure, touchez les différentes textures, écoutez les bruits. Pour ce qui est du goûter, cela est possible, mais seulement en présence d'un expert.



Lors de vos escapades, pensez à apporter avec vous quelques instruments qui vous aideront à faire des observations : une loupe, un filet à papillons, un appareil photo. Vous pouvez aussi confectionner un carnet d'observations avec des fiches à remplir. Ainsi, les enfants prendront l'activité plus au sérieux.



# Mises en garde lors d'une sortie en nature

## CONNAISSANCE DU TERRITOIRE

Il est toujours mieux d'aller dans un terrain connu ou d'avoir un plan du milieu s'il s'agit d'un très grand territoire. Avisez vos collègues du lieu précis et de l'heure de retour prévu.

## HABILLEMENT ET PIQÛRES

Les sorties en nature impliquent souvent la présence de petites bestioles. Ainsi, dans un milieu naturel, il est préférable d'avoir des vêtements longs et des chaussures fermées. Cela minimise les risques de blessures, mais prévient aussi les piqûres et les morsures d'insectes, entre autres celles des tiques.



Les tiques vivent principalement dans les herbes longues et dans les tas de feuilles mortes. Il faut donc redoubler de vigilance dans ces endroits. Pour minimiser les risques de morsures, il est conseillé de porter des vêtements pâles, de mettre ses bas de pantalons dans ses chaussettes et de mettre son chandail dans ses pantalons. On peut, par la suite, vaporiser un chasse-moustiques avant la sortie.

Au retour, il est fortement recommandé de s'auto-examiner et d'inviter les enfants à faire un examen complet au retour à la maison, lors du bain ou de la douche.

En cas de morsure, voici comment procéder :

- 1 Saisissez la tique avec une pince en étant le plus près de la peau, sans presser l'abdomen, puis retirez délicatement sans casser la tique.
- 2 Placez la tique dans un contenant étiqueté avec la date et le lieu, puis conservez-la au réfrigérateur. Celle-ci pourrait être utile pour le médecin si certains symptômes apparaissent dans les jours suivants.
- 3 Nettoyez la zone avec de l'eau et du savon, et lavez-vous les mains.



Photo : Kaldali

## TOILETTES

Avant une activité dans un milieu naturel, un arrêt aux toilettes est toujours la meilleure avenue. Si la sortie prévue est plutôt longue, il est important de repérer des toilettes publiques. En cas « d'urgence », respectez les principes *Sans trace*.

## SOLS INSTABLES

Assurez-vous que les lieux sont sécuritaires pour les jeunes. Si vous êtes près d'un milieu humide, il peut être préférable de rester dans les sentiers et ainsi éviter de piétiner la végétation ou de se retrouver dans une situation dangereuse.

## PLANTES IRRITANTES

Certaines plantes irritantes peuvent se retrouver aux abords des sentiers. L'herbe à puce, l'ortie et le panais sauvage peuvent provoquer des réactions allergiques. Il est donc important d'éviter son contact. Le port de pantalons longs est la meilleure prévention, mais il peut être bien pratique de savoir les reconnaître afin d'éviter d'entrer en contact avec ces plantes.

## PETITS FRUITS ET CHAMPIGNONS

Il est très important d'aviser les jeunes qu'il est interdit de consommer des petits fruits ou des champignons dans un milieu naturel sans l'autorisation d'un expert. Certains de ces aliments peuvent être mortels, même en petite dose.



Clintonie boréale, Photo : Peupleloup

## CAPTURE ET CUEILLETTE D'ORGANISMES VIVANTS

Pour des questions de sécurité, il est déconseillé de capturer des animaux ou des insectes. Certains mordent, d'autres piquent. Il vaut mieux les observer dans leur milieu naturel.

Pour ce qui est des plantes, on conseille de récolter uniquement les parties au sol. Ainsi, on évite d'entrer en contact avec des plantes encore toxiques ou de perturber le cycle naturel de la plante.



Sens sollicité : 

Matériel :

- Fiche de l'animateur
- 10 copies de la « Fiche d'identification : les amphibiens et les reptiles »

Déroulement :

Pour cette activité, vous devez vous rendre dans un milieu humide, par exemple près d'un marais. Faites attention, ces milieux sont fragiles!

**1** Près d'un marais ou d'un milieu humide, êtes-vous capable de voir l'évolution de la grenouille? Essayez de trouver un têtard.

→ Stade 1 : sans les pattes



Photo : Brian Gratwicke

→ Stade 2 : avec les pattes arrière



Photo : Brian Gratwicke

→ Stade 3 : avec les pattes avant et arrière

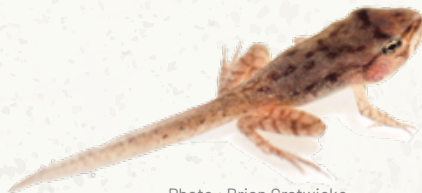


Photo : Brian Gratwicke

→ Une grenouille



**2** À la surface du marais, êtes-vous en mesure de trouver des plantes ou des herbes? Y a-t-il des nénuphars?



**3** Voyez-vous des couleurs intéressantes?

Jeu de la grenouille :

Dans un terrain vague, délimitez un grand cercle qui représentera la mare à grenouilles. Vous pouvez, par exemple, tracer un cercle avec une craie ou une corde. Choisissez ensuite 2 à 3 enfants qui seront les hérons et placez-les sur le cercle de la mare. Ils doivent se déplacer uniquement sur la ligne du cercle. Lorsque vous dites « rive », les enfants doivent sortir de la mare sans se faire toucher par les hérons. Lorsque vous dites « mare », les enfants doivent retourner dans le cercle. Quand un enfant se fait attraper par un héron, il devient lui aussi un héron. Le jeu se termine lorsque toutes les grenouilles ont été attrapées.

Informations :

Les grenouilles sont des êtres vivants bien étonnants. Comme nous, les grenouilles respirent par les narines lorsqu'elles sont à la surface de l'eau. Mais lorsqu'elles doivent passer plusieurs heures sous l'eau, elles respirent par la peau! C'est ce qu'on appelle la respiration cutanée.



Sens sollicité : 

Matériel :

- Fiche de l'animateur
- 5 cartons jaunes, 5 cartons verts, 5 cartons bruns et 5 cartons gris

Déroulement :

L'idéal pour cette activité est de trouver un terrain ou un milieu naturel avec différentes variétés de plantes. Avant l'activité, vérifiez qu'il n'y a pas de plantes irritantes.

- 1** Observez les plantes autour de vous. Pouvez-vous trouver des plantes ayant les couleurs suivantes :

**Rouge Orange Jaune Blanc Rose Violet**



- 2** Quelle partie de la plante possède des couleurs plus vives?



- 3** Pouvez-vous trouver des fruits dans les végétaux? À quoi servent les fruits?



Jeu des couleurs :

Pour ce jeu, vous devez préparer le terrain avant l'arrivée des enfants. Dispersez d'abord 4 cartons de chacune des couleurs (jaune, vert, brun et gris) dans le milieu naturel et gardez le 5<sup>e</sup> exemplaire pour les explications. Lorsque vous êtes prêt à débiter le jeu, expliquez aux enfants que des cartons de couleur ont été cachés et qu'ils doivent les retrouver. Présentez-leur les 4 cartons de couleur que vous avez cachés et invitez-les à les chercher.

Informations :

Les végétaux produisent des fruits de différentes couleurs, mais aviez-vous remarqué que les fruits non mûres sont généralement verts? En fait, la couleur des fruits les rend plus attrayants pour les animaux ce qui permettra de disperser les graines, tandis que les fruits non mûres sont plutôt camouflés dans le feuillage.



Sens sollicité :



Matériel :

→ Fiche de l'animateur

→ 10 copies de la « Fiche d'identification : les arbres »

→ 10 copies de la « Fiche d'identification : les fruits d'arbres »

→ 2 grands contenants

Déroulement :

Trouvez un milieu où l'on retrouve une grande variété d'arbres.

**1** Lorsque vous regardez au sol, vous pouvez trouver toutes sortes d'objets qui proviennent des arbres. Pouvez-vous trouver les fruits suivants : samare, cône et gland.



**2** À l'aide de la fiche d'identification, pouvez-vous déterminer de quelle variété d'érable les samares proviennent?

**3** Avez-vous trouvé des cônes de différentes formes? Êtes-vous en mesure de dire de quelle espèce ils proviennent?

**4** Manipulez les fruits. Pouvez-vous décrire leur texture?

**5** Pour chacun des fruits, arrivez-vous à trouver les graines?



Jeu des écureuils :

Divisez le groupe en deux équipes d'écureuils. Dans un territoire préalablement déterminé, chaque équipe doit trouver le plus de cônes possible et les déposer dans sa réserve d'hiver, soit un contenant. Toutefois, il y a une règle à respecter : les enfants peuvent ramasser un maximum de 3 cônes par voyage jusqu'à leur pot de réserve, c'est-à-dire qu'ils ne peuvent pas avoir plus de 3 cônes dans leurs mains par voyage. L'équipe gagnante est celle qui a ramassé le plus de cônes après un temps que vous aurez déterminé. À la fin de cette activité, vous pouvez en profiter pour observer les cônes de différentes formes. N'oubliez pas de remettre les cônes un partout dans le périmètre à la fin du jeu.

Informations :

Les cônes sont les fruits des conifères. Ils contiennent les graines des arbres. Ces graines, lorsqu'elles seront tombées au sol, pousseront pour devenir des nouveaux petits arbres. Toutefois, le temps pour se rendre jusqu'au sol varie beaucoup selon l'essence. En effet, lorsque le cône commence à pousser, il doit rester entre 1 an et 7 ans dans l'arbre avant d'être prêt à tomber au sol.



Sens sollicité :



Matériel :

- Fiche de l'animateur
- 10 copies de la « Fiche d'identification : les traces des mammifères »

Déroulement :

Cette activité doit se faire de préférence dans une forêt ou un autre milieu naturel.

- 1 Peut-on observer des animaux?
- 2 Trouvez des traces au sol. De quel animal s'agit-il?
- 3 Y a-t-il des indices au sol, comme du poil ou des plumes?
- 4 Chut! Il faut être attentif. Pouvez-vous entendre des animaux autour de vous?
- 5 Si l'on observe attentivement, est-il possible de trouver l'habitat des animaux?



C'est le raton laveur!

Photo : Fritz Geller Grimm



Piège à traces :

Pendant que nous dormons la nuit, plusieurs petites bestioles se mettent au travail. Puisqu'on ne peut pas les observer, il serait intéressant de voir leurs empreintes! Pour ce faire, vous pouvez étaler de l'argile (de préférence) ou de la terre bien lisse sur une plaque. Avec les enfants, essayez de trouver un endroit stratégique où vous pourrez déposer la plaque pour la nuit : près d'une haie, sous un arbre... Vous pouvez aussi installer des planches pour favoriser le passage des animaux sur la plaque. Le lendemain matin, peut-être aurez-vous une surprise!

Informations :

Saviez-vous qu'à l'automne, les écureuils s'affairent à entasser des provisions de fruits secs : samares, glands, faines, noix, cônes d'épinette, etc. Le petit roux constitue de gros amas de fruits secs en un seul endroit qui lui servira de garde-manger. Le gros gris les éparpille et les enterre bien à l'humidité à divers endroits.





Sens sollicité : 

Matériel :

→ Fiche de l'animateur

→ 10 copies de la « Fiche d'identification : les petites bêtes »

→ 10 loupes

Déroulement :

Pour cette activité, il suffit d'être à l'extérieur.

**1** Remettez une loupe à chaque enfant et demandez-leur de trouver des insectes. Grâce à la « Fiche d'identification : les petites bêtes », ils peuvent tenter de les identifier.

**2** Ils doivent observer les insectes et essayer de comprendre ce qu'ils font.

→ Fabriquent-ils leur maison?

→ Ramassent-ils de la nourriture?

→ Déplacent-ils des objets?

**3** Invitez les enfants à trouver des roches et à les soulever. Qu'ont-ils découvert? N'oubliez pas de tout remettre en place après les observations.



Jeu du parcours :

Les insectes sont de vrais athlètes! Ils travaillent sans relâche et doivent affronter des obstacles dans leur quotidien. Avec des objets de la nature que vous retrouvez au sol, faites un parcours à obstacles.

1- Une course à relais avec une roche;

2- Un saut à obstacles au-dessus des branches (que vous avez préalablement placé);

3- La traversée d'un fossé (préalablement vérifié pour être sans danger);

4- Un jeu d'équilibre sur un tronc d'arbre;

5- Et plusieurs autres, utilisez votre imagination! N'oubliez pas de tout remettre en place après l'activité.

Informations :

Malgré leur petite taille, les insectes sont des êtres vivants très impressionnants. Par exemple, les fourmis seraient capables de soulever jusqu'à 1000 fois leur poids. Pour un être humain d'âge adulte, cela représente une charge équivalente au poids de 45 voitures!



Sens sollicité :



Matériel :

- Fiche de l'animateur
- 10 copies de la « Fiche d'identification : les arbres »
- Guide des arbres en hiver
- Bandeau

Déroulement :

Trouvez un milieu naturel avec des arbres. Il peut s'agir d'une forêt, d'une friche ou d'un parc avec quelques espèces.

**1** Demandez aux enfants d'observer les arbres qui les entourent. Y a-t-il des différences? Aiguilles vs feuilles (conifère et feuillu), couleur des feuilles et de l'écorce, forme des feuilles, fruits (graine, noix, cône), etc.

**2** Pouvez-vous trouver des arbres qui ressemblent à :



**3** Partez à la recherche de feuilles au sol. Êtes-vous en mesure de trouver l'arbre auquel appartient la feuille tombée?

**4** Demandez aux enfants de choisir un arbre et de bien l'observer afin de l'identifier à l'aide de la « Fiche d'identification : les arbres ». Au besoin, vous pourrez vous servir du *Guide des arbres en hiver*. Pour ce faire, invitez les enfants à toucher l'écorce et à décrire sa texture, à observer la forme des feuilles ainsi que sa position sur la branche, à déterminer le type de graine, etc.

**5** À partir de vos observations, fabriquez un herbier. Pour bâtir l'herbier, collez les feuilles des arbres dans un cahier et inscrivez les caractéristiques de chaque feuille (espèce de l'arbre, type de graine, etc.).

Jeu « J'adopte un arbre » :

Demandez à chaque enfant d'observer les arbres et de choisir celui qu'il aime le plus. Ensuite, l'enfant doit bien l'observer et le toucher. Une fois l'observation terminée, demandez aux enfants de revenir vers vous. À tour de rôle, bandez les yeux des enfants. Ceux-ci doivent retrouver l'arbre de leur choix, et ce, uniquement avec le toucher.

Informations :

Pourquoi les feuilles changent-elles de couleur à l'automne? Lorsque l'automne arrive, le manque de luminosité et le froid indiquent aux arbres qu'il est temps de se préparer pour l'hiver. La chlorophylle, le pigment qui donne la couleur verte aux feuilles et qui permet à l'arbre de produire de l'énergie pour grandir, est alors retournée dans l'arbre où elle sera emmagasinée jusqu'au printemps prochain.



Sens sollicité :



Matériel :

- Fiche de l'animateur
- Bandeau

Déroulement :

Trouvez un milieu naturel où vous pourrez observer des fleurs. Ce milieu peut être une forêt, un parc ou une cour d'école.

- 1** Essayez de trouver des fleurs de différentes couleurs. La règle est toutefois de les observer sans les cueillir. Trouvez les couleurs suivantes :

**Rouge**    **Jaune**    Blanc    **Rose**    **Violet**



- 2** De quelle forme sont les pétales?

- 3** À chaque découverte, sentez la fleur. A-t-elle une odeur agréable?



Jeu des odeurs :

Pour ce jeu, vous devez bander les yeux d'un enfant, puis lui faire sentir une fleur. Après l'avoir éloigné de la fleur, retirez le bandage et demandez à l'enfant de sentir les différentes fleurs du milieu pour retrouver celle qu'il avait sentie lorsqu'il avait les yeux bandés. Note : Le jeu pourrait s'effectuer avec différents éléments de la nature qui sont à proximité.

Informations :

D'où provient l'odeur des fleurs? L'odeur des fleurs vient de petites molécules qu'on appelle phéromones, qui sont libérées par la fleur dans le but d'attirer les insectes. De cette façon, les insectes se déposent sur les fleurs et transportent avec eux le pollen, ce qui permet à la fleur de se reproduire.



Sens sollicité : 

### Matériel :

- Fiche de l'animateur
- 1 sac

### Déroulement :

Trouvez un milieu naturel dans lequel il y a des éléments des éléments morts ou non vivants au sol, que ce soit des cailloux, des branches, des copeaux de bois, des feuilles, des graines, etc. Il peut s'agir d'un boisé, d'un parc ou d'une aire de jeux. Avant le début de l'activité, assurez-vous qu'il n'y ait pas d'objets dangereux au sol.

- 1** Demandez aux enfants d'observer des éléments morts ou non vivants de la nature qui se retrouvent au sol. Ils doivent essayer de trouver des objets doux, rugueux, durs, mous ou gluants.



- 2** Dites à chaque enfant de choisir un objet et de l'amener avec lui. Invitez ensuite les enfants à déposer leurs objets dans un sac que l'animateur gardera avec lui. On explique aux enfants qu'il s'agit de leurs trésors de la nature.

- 3** Prenez une dizaine de minutes pour vous déplacer plus loin dans le boisé ou encore pour faire un jeu simple. Puis, rassemblez les enfants pour le jeu de la chasse au trésor.



### Jeu de la chasse au trésor :

L'animateur dépose les objets devant les enfants qui auront 1 minute pour se souvenir de tous les objets. Une fois le temps écolé, l'animateur cache les objets et demande aux enfants de reconstituer le trésor en allant chercher les mêmes objets dans le nouveau milieu.

### Informations :

Les éléments morts de la forêt sont-ils importants? Oui! Contrairement à ce que nous pouvons penser, ce ne sont pas des déchets pour la nature. Ils permettent de retourner à la nature ce que les êtres vivants ont pris tout au long de leur vie. En effet, lorsqu'une branche ou une feuille tombe au sol, elle se décompose, ce qui enrichit le sol et permet de nourrir les arbres autour. La nature est ainsi toujours dans un grand cycle de recyclage. Ces éléments peuvent également servir de cachette pour certains animaux.



Sens sollicité :



Matériel :

- Fiche de l'animateur
- Bandeau

Déroulement :

Trouvez un parc plutôt calme et invitez les enfants à s'asseoir confortablement. Si le temps le permet, vous pourriez refaire la même chose, mais dans un endroit plus achalandé. Les enfants seront en mesure de voir la différence. Peut-on observer des animaux?

**1** Demandez aux enfants d'être très attentifs et de bien écouter ce qui se passe autour d'eux.

- Peuvent-ils entendre des bruits?
- D'où proviennent ces bruits?
- Peut-on observer la source du bruit?



Jeu du renard :

Choisissez un enfant qui devra avoir les yeux bandés, il s'agira du renard. Demandez ensuite aux autres enfants du groupe de se disperser dans le parc, sans trop s'éloigner. Ils seront les oiseaux. Désignez un oiseau afin qu'il fasse un bruit et le renard doit déterminer d'où provient le bruit. Selon le temps, à chaque 2 ou 3 devinettes, on change de renard. Évidemment, les enfants peuvent se déplacer entre les devinettes.

Variante : Vous pouvez aussi faire un jeu où l'enfant ayant les yeux bandés devra se diriger dans un parcours grâce aux instructions verbales des autres enfants du groupe.

Informations :

Il y a plusieurs raisons pour lesquelles les oiseaux émettent des sons. Même si nous trouvons ces sons agréables, ils peuvent parfois servir d'avertissement pour les autres oiseaux. En effet, un mâle peut émettre un son afin d'indiquer que les autres mâles ne peuvent pas voler dans son territoire ou encore pour attirer une partenaire. Les sons peuvent aussi permettre aux oiseaux d'une même espèce de se reconnaître et ainsi de se protéger des prédateurs.



Sens sollicité :



Matériel :

- Fiche de l'animateur
- Foulard

Déroulement :

Partez à la découverte de la ville/village dans lequel vous vivez. En marchant dans les rues, vous pourrez observer une foule d'éléments de la nature.

- 1 Demandez aux enfants de trouver l'habitat de différents animaux (nids d'oiseaux ou de polatouches, trous dans un arbre pour les polatouches, dunes de sable pour les fourmis, toile d'araignée, fossé pour les reptiles, herbes longues pour les insectes tels les sauterelles, les criquets, etc.). Pour ce faire, ils doivent observer avec les yeux, mais aussi écouter avec leurs oreilles. Y a-t-il des bruits d'animaux?
- 2 Une fois que vous avez trouvé un habitat, êtes-vous en mesure de repérer les locataires de cet habitat?
- 3 Aviez-vous déjà remarqué que la nature fait partie de votre milieu de vie?



Jeu de la proie :

À votre retour au camp, expliquez aux enfants que l'habitat des animaux est leur cachette. Par la suite, expliquez le jeu de la proie. Un enfant est la proie alors que les autres sont les prédateurs. Fixez à la ceinture de la proie un foulard et remettez-lui deux branches. Délimitez le terrain dans lequel les joueurs peuvent se déplacer. On laisse quelques secondes à la proie afin qu'elle puisse se cacher dans la forêt. Tout au long du jeu, la proie peut se déplacer. Toutes les 1 à 2 minutes, la proie doit cogner les branches ensemble et les prédateurs doivent tenter de la retrouver afin de lui enlever son foulard.

Informations :

Il n'y a pas que les oiseaux qui construisent des nids pour y pondre leurs œufs : certains insectes et certains poissons aussi le font. Le mot nid fait aussi référence à des habitations que peuvent aménager certains animaux. L'écureuil gris construit de gros nids principalement faits de feuilles mortes. Évidemment, ce n'est pas pour y pondre ses œufs! Ces nids peuvent par contre avoir plusieurs usages : les femelles peuvent y donner naissance à leurs petits ou encore les adultes peuvent s'y tenir au chaud pendant l'hiver.

