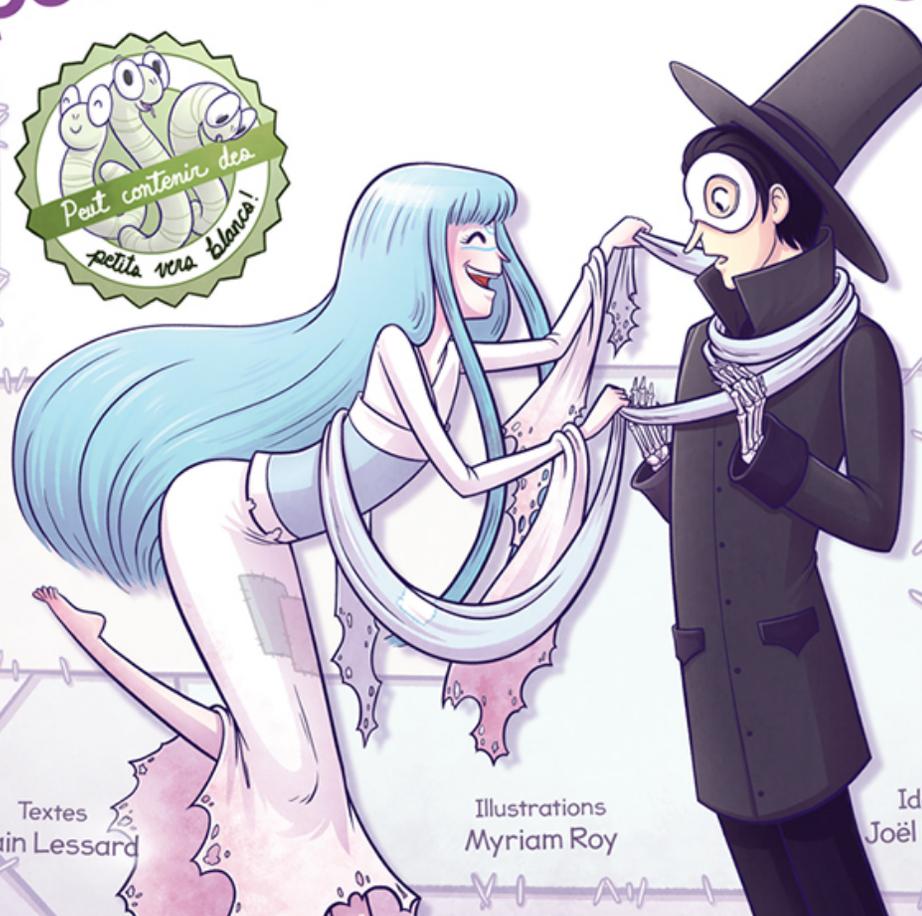


LES ÉDITIONS  
★ pixel d'été

Saint  Parlabas

# Petit guide pour se jouer de Lamort



Textes  
Alain Lessard

Illustrations  
Myriam Roy

Idéation visuelle  
Joël Proulx Bouffard

## AVANT DE COMMENCER L'AVENTURE

*Pixel d'étoile* est fière de vous présenter le document d'accompagnement de l'album illustré **Petit guide pour se jouer de Lamort**. Celui-ci fait partie d'une collection abordant une variété de thèmes universels tels que la résilience, trouver sa voie, l'extraordinaire caché en chacun de nous, l'amitié, le respect de soi et des autres, la solidarité et l'entraide.

Étant persuadés du pouvoir mobilisateur de la famille ainsi que des différents intervenants du milieu scolaire et des jeunes, nous espérons que vous apprécierez la lecture de cette histoire et que ce document vous offrira de beaux moments avec vos enfants et/ou élèves.

Vous trouverez, dans les pages qui suivent, quelques ateliers touchant à divers grands volets tels que le théâtre, la culture générale et le développement personnel. Les différentes activités sont ludiques, mais elles sensibiliseront aussi l'enfant à une foule de sujets tels que l'intimidation, le rejet, l'ouverture à la différence et le bonheur.

Les activités peuvent être complétées à haute voix ou directement dans ce document. Elles s'adressent principalement aux enfants du préscolaire jusqu'à la 3e année du primaire (4 à 7 ans). Nous vous invitons à «explorer» les idées contenues dans ce cahier afin de les adapter à vos réalités, défis, opportunités et objectifs, qu'ils soient pédagogiques et/ou humains.

Sur ce, nous vous souhaitons la bienvenue à Saint-Parlabas et merci de rêver avec nous!



*Les Productions Pixel d'étoile*  
65, 151<sup>e</sup> Rue  
Saint-Georges (QC) G5Y 5J4  
418 222-2174  
[info@pixeldetoile.com](mailto:info@pixeldetoile.com)  
[www.pixeldetoile.com](http://www.pixeldetoile.com)





## TABLE DES MATIÈRES

Avant-propos .....	2
ACTIVITÉ 1 : Petit guide pour se jouer de Lamort .....	4
ACTIVITÉ 2 : Faire le plein de vie .....	5
ACTIVITÉ 3 : À Lavie à Lamort .....	6
ACTIVITÉ 4 : En mission pour Lavie .....	7
ACTIVITÉ 5 : Lavie et Lamort dans la mythologie .....	8
ACTIVITÉ 6 : Transformer pour le mieux .....	13
ACTIVITÉ 7 : À tes couleurs! .....	15
ACTIVITÉ 8 : Championnes et champions des mots .....	16
ACTIVITÉ 9 : Recherche et trouve .....	17
Corrigé activité 8 .....	18
La collection Saint-Parlabas .....	19
Nous contacter .....	21



# ACTIVITÉ 1 :

## PETIT GUIDE POUR SE JOUER DE LAMORT

Dunort est toujours tourné vers Lavie parce qu'il n'a qu'une seule idée en tête : atteindre une étoile. À ses yeux, réaliser son plus grand rêve est tout ce qui compte.

Parce que l'on désire tous que Lavie soit à nos côtés, voici un petit guide afin de la tenir la plus près possible de toi.

Comme tu l'as vu dans le livre, Lavie s'amuse beaucoup aux dépens de Lamort en lui démontrant à quel point elle est pétillante et belle malgré les obstacles. Dunort persévère même si ses plans pour atteindre une étoile ne se déroulent pas comme il le souhaite.

Nos désirs ne se réalisent pas toujours comme on le voudrait, mais si tu fais plusieurs choses sur la liste (et si tu en inventes d'autres), ta vie sera fabuleuse et extraordinaire.

1 - Danse autant que tes jambes te le permettent, ainsi tu auras un cœur fort et tu courras plus vite que Lamort s'il te poursuit.

2- Souris aussi souvent que tu le peux, Lamort a une peur bleue des dents.

3- Raconte tout plein de blagues, car Lamort a les joues tellement sèches que son visage risque de tomber en poussière s'il rit.

4- Partage et sois généreux(se), ça ajoute de la lumière dans les yeux et Lamort déteste tout ce qui brille.

5- Chante, même si c'est faux. Lamort a les oreilles sensibles et il se tient loin de la musique.

6- Aime autant que tu le peux. Tu auras le cœur si léger et si doux qu'il va glisser entre les mains de Lamort.

7- Sois curieux et fonce droit devant, ainsi Lamort ne saura jamais où tu te trouves.

8- Pardonne aux autres et admet tes erreurs quand tu en fais, car Lamort a un radar qui détecte le malheur.

9- Réalise tes rêves, même s'ils sont fous, car la bulle de bonheur invisible autour de toi sera trop puissante pour que Lamort t'atteigne.

10- Sois toi et personne d'autre. Pourquoi? Parce que c'est ça, le bonheur! (Conseil de Lavie)

As-tu d'autres idées que tu pourrais ajouter à cette liste?

- Une passion que tu as
- Un super truc pour déjouer Lamort
- Manger tous les petits vers blancs pour ne plus que Lamort puisse en mettre dans son café! Beurk!

11- \_\_\_\_\_

12- \_\_\_\_\_

13- \_\_\_\_\_

## ACTIVITÉ 2 : FAIRE LE PLEIN DE VIE

Tu as sans doute remarqué que Lavie, bien qu'elle soit souriante, taquine et rayonnante, porte des cicatrices et de petits bandages sur ses blessures. De plus, ses vêtements sont usés. As-tu une idée pourquoi?

En fait, cela signifie qu'au-delà de toutes les embûches qu'elle vit, elle se relève toujours et voit la beauté derrière tout ce qui lui arrive. Elle voit la beauté dans la laideur, les apprentissages suite aux échecs, les forces développées à partir de faiblesses.

Lavie t'a donné ce pouvoir à ta naissance. Comment t'en sers-tu?

Voici quelques idées pour t'inspirer. N'hésite pas à demander à tes parents de t'aider.

- Se relever après une chute à vélo et se rendre encore plus loin la fois suivante.
- Une belle réconciliation suite à une chicane.
- Devenir meilleur dans ton sport préféré chaque fois que tu pratiques même si c'est difficile (et que tu n'en as pas toujours envie).

Ce qui m'a déjà fait de la peine :

Comment j'ai réussi à retrouver le sourire :

Quelqu'un qui avait de la peine :

Comment j'ai réussi à le consoler :

Quelque chose que je trouvais difficile à accomplir :

Comment j'ai réussi à devenir meilleur(e) :



# ACTIVITÉ 3 : À LAVIE À LAMORT

Ouf! Pas facile de dessiner Lavie et Lamort quand on ne les a jamais vus en vrai! On connaît différentes représentations de Lamort dont celle avec une cape et une faux, mais très peu de Lavie.

Toi, comment imagines-tu Lavie et Lamort?

Dessine chacun des personnages, puis, sous le carré ci-contre, explique tes choix.

- Possèdent-ils un objet spécial dans les mains (sac, bâton, boule de cristal)?
- Quels vêtements porteraient-ils? Sois original.
- Maîtriseraient-ils l'un des 4 éléments (eau, air, feu, terre)?
- Quelle posture auraient-ils? Dos courbé? Droit comme une barre de fer? Souple comme un ninja?

## CONSIGNES

- Dessine ta vision de Lavie et Lamort à l'aide de tes plus beaux crayons de couleur.
- Prends le temps d'y réfléchir en répondant aux questions sous ton dessin.
- En groupe ou en famille, montrez vos dessins et expliquez-les.

Pour t'inspirer, tu peux consulter l'activité  
**LAVIE ET LAMORT DANS LA MYTHOLOGIE.**



Qu'est-ce ton personnage de Lavie a d'unique et de spécial? Explique pourquoi.

---

---

Qu'est-ce ton personnage de Lamort a d'unique et de spécial? Explique pourquoi.

---

---

Quel nom donnerais-tu à Lavie? Ça peut être drôle ou inspirant!

---

---

Quel nom donnerais-tu à Lamort? Ça peut être drôle ou épouvantable!



## ACTIVITÉ 4 : EN MISSION POUR LAVIE

À la fin de l'histoire, tu as découvert que, grâce à Lavie, Lamort a une main squelettique et une main vivante lui permettant de laisser certaines choses qu'il touche en vie. Si tu avais le pouvoir de changer les choses sur la planète, que ferais-tu?

Explique pourquoi et comment tu t'y prendrais. Réfléchis à une super technique drôle et originale.

Laisse aller ton imagination et fais une liste d'au moins 3 choses que tu aimerais changer dans le monde.



Si tu manques d'inspiration, demande à ton enseignant(e) ou à tes parents de t'aider.

Ce que je changerais dans le monde :

Explique pourquoi :

Comment ferais-tu? Sois original(e) dans ta technique.

Ce que je changerais dans le monde :

Explique pourquoi :

Comment ferais-tu? Sois original(e) dans ta technique.

Ce que je changerais dans le monde :

Explique pourquoi :

Comment ferais-tu? Sois original(e) dans ta technique.



## ACTIVITÉ 5 : LAVIE ET LAMORT DANS LA MYTHOLOGIE

Tu connais maintenant Lavie et Lamort qui viennent faire leur tour à Saint-Parlabas, mais les mythes (histoires comprenant des personnages surhumains) existent au travers de nombreuses civilisations, à différentes époques.  
Voici quelques dieux et divinités représentant Lavie et Lamort dans d'autres pays du monde.  
C'est qu'ils aiment bien se déguiser et se transformer!

### 5 REPRÉSENTATIONS DE LAMORT



#### 1 - HADÈS

Dans la mythologie grecque, le dieu Hadès (Pluton chez les romains) est le roi des Enfers, ce monde souterrain glauque et effrayant.

Il est souvent représenté comme un dieu monstrueux et intraitable, régnant sur un monde obscur, isolé et craint des hommes.

Pourtant, cette image est à nuancer, car la principale mission du roi des Enfers est de protéger les vivants du regard terrifiant des morts, et ainsi d'interdire tout contact entre les deux mondes.

Hadès apparait comme un homme d'un certain âge, barbu et est parfois accompagné de Cerbère, le chien à trois têtes gardien des enfers.



## 2 - OSIRIS

Dans les croyances des Égyptiens de l'Antiquité, Osiris règne sur le monde des morts. Quand quelqu'un meurt, il doit comparaître devant Osiris afin d'être jugé.

Un tribunal des morts est constitué par Anubis, le dieu de l'embaumement (momie) et Maât, la déesse de la justice.

Anubis place le cœur du mort dans une balance. Sur l'autre plateau, on pose une plume d'autruche, qui symbolise la justice de Maât. Le cœur ne doit pas être plus lourd que la plume, sans quoi, il est dévoré par le monstre qui veille au pied de la balance. Si le cœur est pur, il reste en équilibre avec la plume, et Osiris accueille le mort dans l'autre monde.



## 3 - MICTLANTECUHTLI

Dans la mythologie aztèque, Mictlantecuhtli représente le royaume de la mort. Sa bouche, toujours grande ouverte, est prête à engloutir les étoiles qui disparaissent à la fin de la nuit de même que les hommes qui ne sont pas morts en héros.

Ceux-ci rejoindront l'armée de guerriers qui accompagne Tonatiuh (dieu du soleil) dans sa course céleste de midi jusqu'à son coucher.

Pour les Aztèques, il est important d'être courageux tout au long de sa vie afin de mériter une belle «vie» après la mort.

À l'opposé de Mictlantecuhtli se trouve Quetzalcoatl, le dieu créateur de l'humanité.





#### 4 - ODIN

Chez les Germains, Odin (leur principal dieu) a le rôle de veiller sur les morts, en plus d'être le dieu de la guerre, de la poésie et du savoir.

Odin accueille notamment la moitié des âmes tombées au combat, l'autre partie étant la responsabilité de Freyja (déesse de l'amour et de la beauté).

Odin est représenté comme un homme âgé, barbu et borgne (aveugle d'un oeil). Thor est l'enfant le plus connu qu'il ait eu.



#### 5 - HEL

Dans les pays nordiques, Hel (ou Hela) est la déesse de la guerre et des morts. Elle est la fille de Loki (tu connais les films *Avengers*?)

Son visage représente les ténèbres d'un côté, la lumière de la vie de l'autre. Régnant sur 9 mondes, elle conduit les âmes des morts. Elle prend plaisir à déplacer les mauvaises âmes d'un endroit à un autre de son royaume et les dresser pour qu'elles la servent à genoux. Ouf! Il vaut mieux avoir une belle vie quand on a Hel comme déesse!

Son nom est à l'origine des mots «hell» en anglais ou encore « hölle » en allemand, signifiant «enfer».



### 3 REPRÉSENTATIONS DE LAVIE



#### 1 - PERSÉPHONE

Selon certaines versions de la mythologie grecque, Perséphone (Proserpine chez les romains) s'échappe des enfers et des griffes de Hadès chaque printemps pour ramener la vie et la végétation dans le monde des mortels.

Hadès la retrouve chaque automne, quand la nature se meurt, pour la ramener aux Enfers.

On lui attribue le cycle des saisons et le symbole de la vie et de la résurrection.



#### 2 - QUETZALCOATL

Chez les Aztèques, il est le fils du soleil et de Coatlicue une des déesses de la lune. Quetzalcòatl est le dieu de la végétation et du vent.

Sous son apparence humaine (à gauche), il est représenté comme un homme barbu portant un chapeau en forme de cône et un masque duquel sortent deux tuyaux en avant. Sous son apparence animale (à droite), il est représenté sous la forme d'un grand serpent pourvu d'ailes et couvert de plumes.

Dieu bienfaisant (gentil), Quetzalcòatl créa l'humanité en arrosant de son sang de vieux ossements qu'il alla chercher dans le monde souterrain des morts, créant ainsi une nouvelle humanité, celle que l'on connaît.

Il apporte beaucoup à l'humanité, en lui enseignant la culture du maïs, les arts, la sculpture, l'écriture, compter le temps avec un calendrier ainsi que le mouvement des étoiles. Il donne également le cacaoyer aux humains pour qu'ils puissent se consoler de leurs malheurs. Avec les graines de cacao, les humains purent ainsi fabriquer la boisson des dieux, l'ancêtre du chocolat.

### 3 - FREYR



Chez les civilisations nordiques, il est le plus important des dieux de la vie et de la fertilité. Sa puissance donne la vie à toute végétation. Il est le dieu du ciel éclairé et du soleil et le maître des fées et des lutins, il maîtrise la pluie et le beau temps.

Il est souvent accompagné d'un sanglier. Animal sacré, il tire le char de Freyr.

On vénère Freyr pour s'assurer d'une bonne récolte, de la paix, du bien-être et d'une vie agréable pour le bétail.

Freyr épousa Gerd(a), une très belle géante. Elle est alors passée de déesse de l'hiver à déesse du printemps et du renouveau.



## ACTIVITÉ 6 : TRANSFORMER POUR LE MIEUX

Tu connais maintenant différentes représentations de Lavie et de Lamort en plus de la tienne que tu as dessinée plus tôt.  
Avec toutes tes connaissances, prends quelques instants pour réfléchir à ce que tu connais de Lavie et de Lamort par rapport à ta propre vie.  
Ouf, grande question, n'est-ce pas?

Qu'est-ce qui te fait le plus de peine? Ça peut être dans ta propre vie ou sur la planète.

---

---

Que peux-tu faire pour que ça change, pour que ce soit mieux?

---

---

Qu'est-ce qui te rend en colère? Ça peut être dans ta vie ou sur la planète.

---

---

Que fais-tu pour calmer ta colère?

---

---

Qu'est-ce qui te rend heureux dans la vie?

---

---

Comment fais-tu en sorte que ça reste près de toi et que tu sois le plus heureux possible?

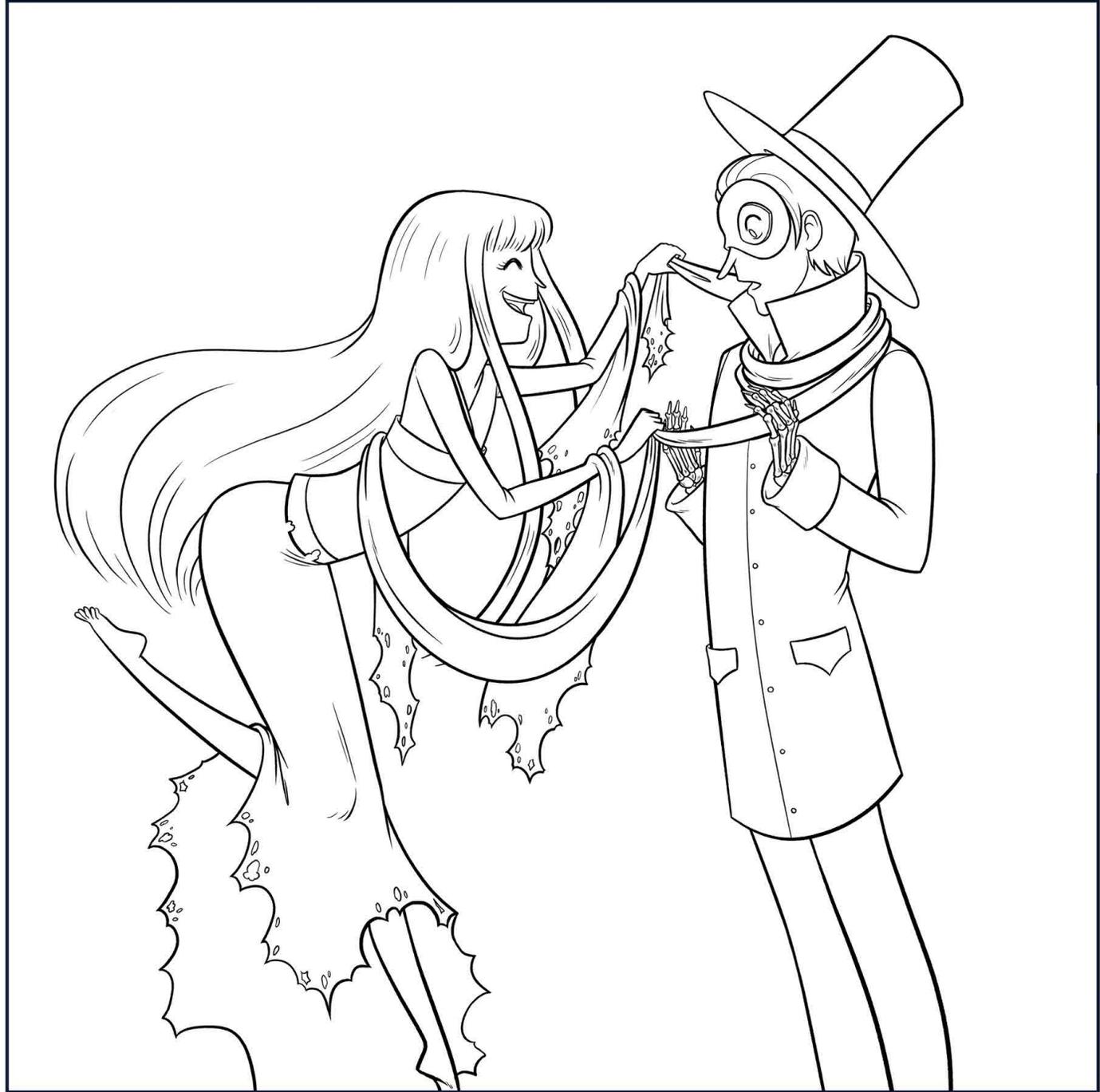
---

---



## ACTIVITÉ 7 : À TES COULEURS!

Voici une image tirée du livre. Amuse-toi à la colorier.  
Tu as le choix de 2 façons : tu peux tenter de la faire la plus identique possible à l'originale  
ou bien d'inventer de nouvelles couleurs!





## ACTIVITÉ 8 : CHAMPIONNES ET CHAMPIONS DES MOTS

Le livre contient un certain nombre de mots que tu vois peut-être moins souvent. Sais-tu ce qu'ils veulent dire? Relie chaque mot à sa définition. Le corrigé se trouve à la fin du document.

Inlassablement

Imperturbable

Sommet

Drapé

Rôder

Embûche

Essentiel

Parsemer

Cicatrice

Indestructible

Pince-sans-rire

Être fasciné

Trace qui reste sur la peau suite à une blessure

Habillé, enrobé

Être hypnotisé ou attiré par quelque chose

Que l'on ne peut pas déranger, qui est en contrôle de lui-même

Tourner autour, se promener près de quelque chose

Qui garde son sérieux même quand c'est drôle

En mettre beaucoup sur une même surface

Continuer sans jamais arrêter ni se décourager

Qui est situé tout en haut

Difficulté, obstacle

Dont on ne peut pas vivre sans, qui est nécessaire

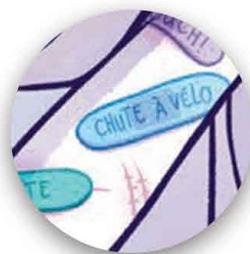
Qui ne peut pas être détruit

# ACTIVITÉ 9 : CHERCHE ET TROUVE

Sauras-tu trouver les 10 objets ci-dessous dans le livre?

Fais vite! Peut-être que Lamort et Lavie en cacheront quelques-uns avant que tu ne parviennes à les trouver!

## Bonne quête!

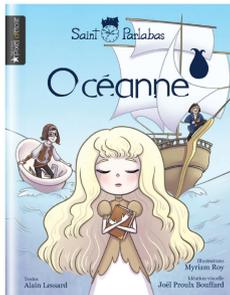


## ACTIVITÉ 8 : CORRIGÉ



- |                 |  |
|-----------------|--|
| Inlassablement  | Trace qui reste sur la peau suite à une blessure               |
| Imperturbable   | Habillé, enrobé  |
| Sommet          | Être hypnotisé ou attiré par quelque chose                     |
| Drapé           | Que l'on ne peut pas déranger, qui est en contrôle de lui-même |
| Rôder           | Tourner autour, se promener près de quelque chose              |
| Embûche         | Qui garde son sérieux même quand c'est drôle                   |
| Essentiel       | En mettre beaucoup sur une même surface                        |
| Parsemer        | Continuer sans jamais arrêter ni se décourager                 |
| Cicatrice       | Qui est situé tout en haut                                     |
| Indestructible  | Difficulté, obstacle   |
| Pince-sans-rire | Dont on ne peut pas vivre sans, qui est nécessaire             |
| Être fasciné    | Qui ne peut pas être détruit                                   |

De l'imaginaire en mots : des récits colorés à la fois hilarants et porteurs de messages positifs

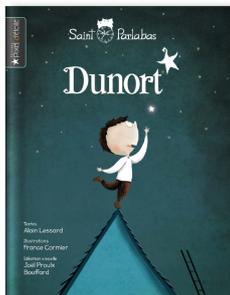


Public cible : 7 à 10 ans

Découvrez la fabuleuse histoire d'Océanne, une enfant sourde et muette dont on raconte qu'elle aurait le cœur fait d'eau et de sel.

Inconsolable, elle verse des larmes depuis sa naissance. À tel point que ses pleurs menacent d'engloutir le village de Saint-Parlabas. Seule une mystérieuse boîte à musique parvient à la consoler. Contient-elle son destin?

Heureusement, Océanne peut compter sur un ami qui l'aidera à comprendre toute la magie qui se cache en elle...



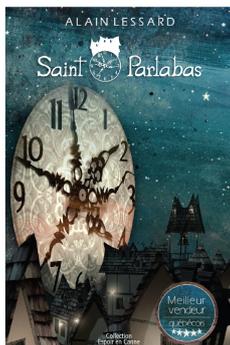
Public cible : 7 à 10 ans

Dunort rêve de tenir une étoile dans ses bras. Courageux, il tente de mille et une façons d'en atteindre une.

Or dans son village, on lui répète que c'est impossible, que les étoiles sont beaucoup trop loin.

Heureusement qu'il a Cassiopée, sa meilleure amie. La seule à croire en lui.

Parce que chaque étoile contient un rêve...



Public cible : Ado et adulte

Un enfant rêve de tenir une étoile dans ses bras.

Une jeune fille pleure à en inonder les rues.

Et si la magie existait? Pas celle à coup de baguette, mais plutôt celle qui n'est visible que pour ceux qui veulent bien la voir...

À Saint-Parlabas, des destins se ficellent, d'autres se croisent. On ne cherche pas la clé du bonheur, on sait que la porte est ouverte.

*Saint-Parlabas s'inscrit dans la tradition du conte québécois. S'y mélangent l'humour, l'absurde, l'émerveillement et le drame, pour ainsi former des histoires à la fois hilarantes et touchantes.*



Dunort a une nouvelle idée pour attraper une étoile : construire sa propre fusée.

Que découvrira-t-il au bout de cette périlleuse aventure?

**Thèmes abordés :**

- Croire en soi
- Croire en ses rêves
- Persévérance

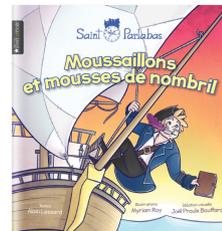


Cassiopée aimerait par-dessus tout se transformer en papillon, mais elle n'y parvient pas.

Jusqu'où l'amènera sa quête?

**Thèmes abordés :**

- Découvrir l'extraordinaire en soi
- Générosité
- Écoute



Et si l'imagination était la plus grande des libertés?

Il suffit parfois de fermer les yeux pour que tout prenne vie.

**Thèmes abordés :**

- Le pouvoir de l'imagination
- Goût de l'aventure et de l'inconnu
- Voir le beau côté des choses



Ben croit qu'il est brisé.

Jusqu'au jour où il reçoit un loupe magique pour superhéros en devenir.

Que lui permettra-t-elle de découvrir?

**Thèmes abordés :**

- Confiance en soi
- Ouverture aux autres
- Le superpouvoir en chacun de nous

## Public cible : 4 à 7 ans

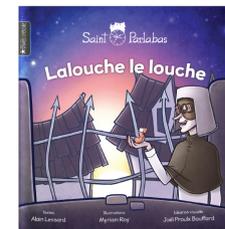


La commère est en colère contre le maire de Saint-Parlabas. Pour se venger, elle lui prépare une tarte à la... vieille chaussette mouillée.

Mais se fera-t-elle prendre à son propre jeu?

**Thèmes abordés :**

- Réconciliation
- Amitié
- Pardon



Lalouche est le gardien de Saint-Parlabas. Malheureusement, on se moque de lui parce qu'il louche.

Or une toute petite chenille changera sa vie.

**Thèmes abordés :**

- Transformer faiblesses en forces
- Intimidation
- Solidarité



Une rencontre entre Lavie, Lamort et un enfants aux grands rêves.

Et si c'était Lamort qui en ressortait transformé?

**Thèmes abordés :**

- Être soi-même
- Résilience
- La beauté en soi

**Merci de votre confiance!**



65, 151<sup>e</sup> Rue  
Saint-Georges (QC)  
G5Y 5J4

Téléphone : 418 222-2174

Courriel : [info@pixeldetoile.com](mailto:info@pixeldetoile.com)

Site web et boutique en ligne : [pixeldetoile.com](http://pixeldetoile.com)