

liste



Mangez au moins 5 fruits et légumes par jour

Lait et produits laitiers privilégiez les produits «nature», les plus riches en calcium, les moins gras et les moins sucrés comme le lait, le yaourt, le fromage blanc...

Pratiquez au moins 1 h d'activité physique par jour d'intensité modérée à élevée

YAOURT NATURE

YAOURT NATURE

YAOURT NATURE

YAOURT NATURE

NOM ET PRÉNOM

CLASSE



MOTS FLÉCHÉS

# LES FRUITS ET LÉGUMES MÉCONNUS

Légumes anciens, fruits exotiques, méconnus ou oubliés, **la terre nous offre une grande variété de produits.**

A crossword puzzle grid with several empty cells. The letters 'C', 'B', and 'P' are placed in the top-left, middle-left, and top-right cells respectively. The grid is surrounded by illustrations of various vegetables: a pear, asparagus, a carrot, a head of lettuce, a stalk of celery, and a bunch of leafy greens.

## CONSIGNE

Complète la grille de ces aliments produits en métropole.

UN PEU DE RANGEMENT

# LE LAIT ET LES PRODUITS LAITIERS

Les laits de vache, de chèvre ou de brebis sont à la base de nombreux produits transformés : lait embouteillé, yaourt, fromage blanc, fromages affinés. **Mais sais-tu comment cela se fabrique ?**



## CONSIGNE

Remets dans l'ordre ces images de la fabrication du yaourt fermier nature bio. Numérote les étapes de 1 à 7.

Seven numbered circles (1-7) are arranged in a grid. Each circle is next to an illustration of a step in the yogurt production process: 1. Le stockage (milk storage), 2. L'étuvage (ripening), 3. Le refroidissement (cooling), 4. L'ajout de ferments (adding cultures), 5. La traite (milking), 6. Le transport (transport), 7. La mise en pot (bottling).

LE BON LOGO

# LES SIQO ! KÉZAKO ?



## CONSIGNE

Associe un logo à sa définition en les reliant par un trait.

C'EST UN SIGNE EUROPÉEN QUI DÉSIGNE UN PRODUIT DONT **TOUTES LES ÉTAPES DE FABRICATION SONT RÉALISÉES DANS UNE MÊME ZONE GÉOGRAPHIQUE.** CES FACTEURS NATURELS ET HUMAINS SPÉCIFIQUES CONFÈRENT AU PRODUIT SES CARACTÉRISTIQUES.

C'EST UN SIGNE EUROPÉEN QUI DÉSIGNE UN PRODUIT DONT **AU MOINS UNE ÉTAPE DE FABRICATION** (PRODUCTION, TRANSFORMATION ET ÉLABORATION) EST RÉALISÉE DANS **UNE ZONE GÉOGRAPHIQUE DÉFINIE.**

C'EST UN SIGNE EUROPÉEN QUI GARANTIT UN MODE DE PRODUCTION ET DE TRANSFORMATION **RESPECTUEUX DE L'ENVIRONNEMENT ET DU BIEN-ÊTRE ANIMAL.** IL EXISTE AUSSI UN LOGO FRANÇAIS.

C'EST UN SIGNE FRANÇAIS QUI DÉSIGNE DES PRODUITS QUI, PAR LEURS CONDITIONS DE PRODUCTION OU DE FABRICATION, ONT **UN NIVEAU DE QUALITÉ SUPÉRIEURE** PAR RAPPORT AUX AUTRES PRODUITS COURANTS SIMILAIRES.

Four circular logos are shown, each with a radio button next to it. From top to bottom: 1. European Union Protected Designation of Origin (PDO) logo. 2. European Union Protected Geographical Indication (PGI) logo. 3. European Union Organic logo. 4. French Superior Quality (AOC) logo.

LE BON MOT

# NUTRITION



## CONSIGNE

Complète les phrases avec les mots suivants : **UNE HEURE - TOUT - EAU - JOURS - FRUITS ET LÉGUMES - PRODUITS LAITIERS - CHOISIR - BOUGER**

Manger, on le fait tous les ..... Pour être en forme, bien réfléchir, il est important de ..... ce que l'on met dans notre assiette ! Le bon choix, c'est simple : un peu de ....., le plein de ....., quelques ..... et, à volonté, de l'....., la boisson indispensable. C'est aussi ..... au moins ..... par jour.

## LE PASS PRIO AU SELF

Pour gagner le ticket « prio au self », donne-nous **ton truc « anti-gaspi » alimentaire** :

Empty text box for writing the answer.

