

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...



**YAOURT
NATURE**



**YAOURT
NATURE**



**YAOURT
NATURE**



**YAOURT
NATURE**

NOM ET
PRÉNOM

CLASSE



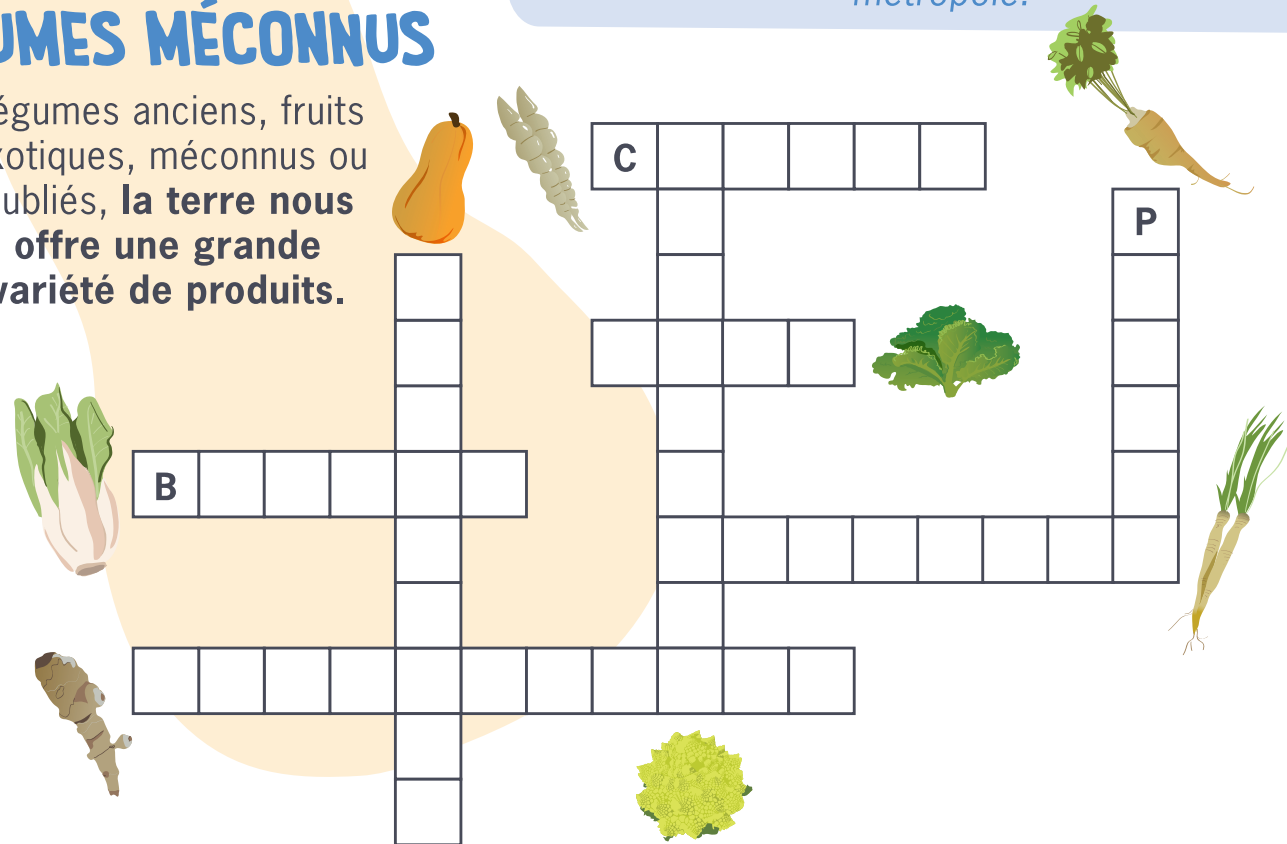
**PRATIQUEZ
AU MOINS 1 H D'ACTIVITÉ PHYSIQUE
PAR JOUR D'INTENSITÉ
MODÉRÉE À ÉLEVÉE**



MOTS FLÉCHÉS

LES FRUITS ET LÉGUMES MÉCONNUS

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



CONSIGNE

Complète la grille de ces aliments produits en métropole.

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.



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 ?**

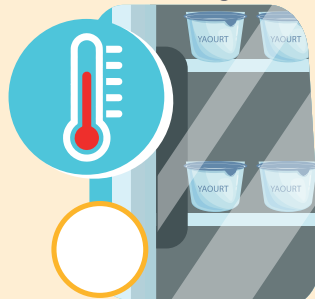
CONSIGNE

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

Le stockage



L'étuvage



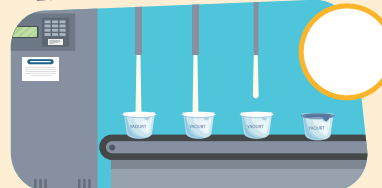
Le refroidissement



L'ajout de ferments



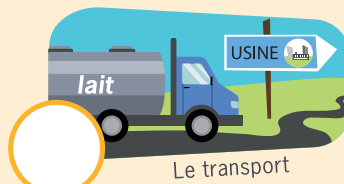
La mise en pot



La traite



Le transport



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** :

PASS
VIP

COLLÈGE/MÉTROPOLE