

JARDITECH



Le carnet du
Jardinier



C'est fini!

Ce super cahier d'activité est fini, tu es maintenant un pro du bio !
Essaie de bien manger à la maison et parles-en à tes parents !



Ton carnet de jardinier

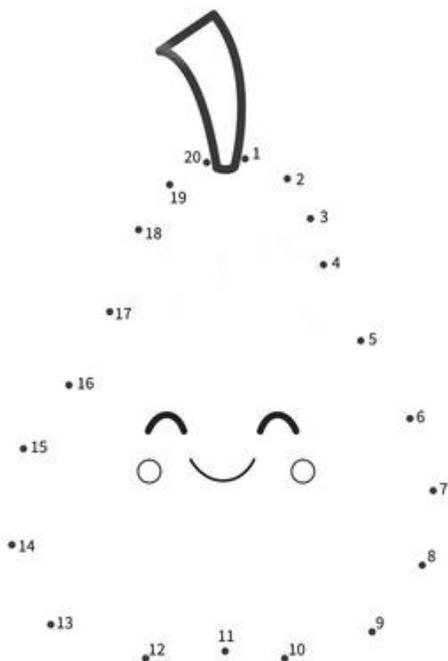
La journée Jarditech est finie, mais on t'a préparé une jolie surprise !
Pour continuer à apprendre à bien manger en t'amusant, voilà le carnet du Jardinier ! Des jeux, des quizz et plein d'activités à faire à la maison... Et même une petite surprise à la fin !



Suis les conseils des minions pour réussir les jeux et découvre leurs secrets pour bien manger !

Relie les points et découvre quel fruit bio fait un

goûter parfait!



Les pesticides sont mauvais pour ta santé

Ils modifient le goût des légumes (pour les rendre moins bons!) et peuvent te rendre malade. Et tu n'es pas le seul ! Les animaux et la nature n'apprécient pas plus que toi ces produits chimiques.

Quizz : est-tu le pro du bio ?

Lequel de ces insectes est utilisé par les agriculteurs bio pour remplacer les pesticides ?

- a) Les papillons
- b) Les coccinelles
- c) Les vers de terre

Lequel de ces produits est un pesticide ?

- a) La bouillie au chocolat
- b) La bouillie de ta mamie
- c) La bouillie bordelaise

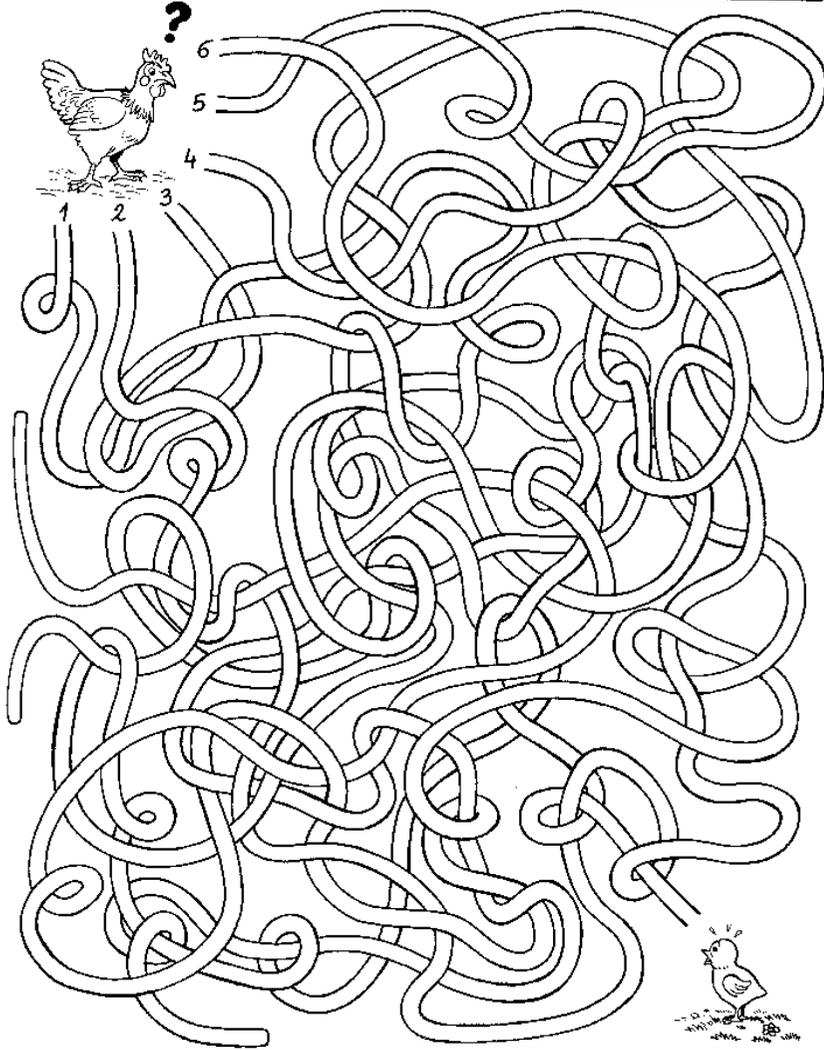
Lequel de ces animaux est le pire ennemi de l'agriculture biologique ?

- a) Les limaces
- b) Les hérissons
- c) Les guêpes

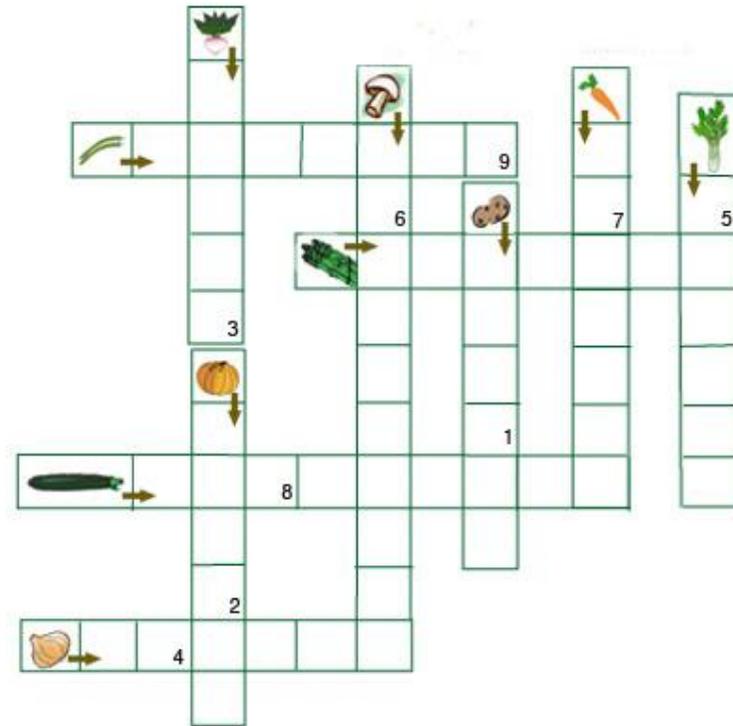
Réponses 1B 2C 3A



Je me suis perdu ! Aide-moi à retrouver le chemin de la ferme bio !



Mots fléchés : les légumes



Légume mystère :

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---



Pourquoi manger des fruits et légumes ?

Pour avoir de l'énergie et jouer avec tes amis, n'hésite pas à manger des fruits et légumes qui t'apporteront plein de vitamines ! Ils t'aideront aussi à bien grandir.

Est-ce je mange équilibré à la maison ?

Combien de fois par semaine manges-tu des fruits ?

- 🍏 Au moins trois fois
- 🥕 Une ou deux fois
- 🍎 Je ne mange pas de fruits

Les produits laitiers (yaourt, fromage...)...

- 🍏 ...j'adore ça, j'en mange tous les jours
- 🥕 ...j'en mange de temps en temps
- 🍎 ...je n'en mange pas

A la maison, quand je vois des légumes dans mon assiette...

- 🍏 ...je les mange toujours, j'adore ça !
- 🥕 ...je les goûte, même si je ne les finis pas toujours
- 🍎 ...je les laisse dans leur coin

Au goûter...

- 🍏 ...je mange un fruit/une compote et quelques biscuits
- 🥕 ...je mange juste des biscuits
- 🍎 ...je mange juste un fruit/une compote

Avec mon repas je bois...

- 🍏 ...de l'eau
- 🥕 ...du jus de fruits
- 🍎 ...un soda (coca-cola, ice tea...)

Si tu as un max de 🍏

Tu manges des fruits, des légumes, des laitages... Tout ce qu'il faut pour une belle alimentation équilibrée ! Félicitations, il n'y a rien à améliorer. N'oublies pas de t'accorder une petite gourmandise de temps en temps !

Si tu as un max de 🥕

Tu manges bien ! N'hésite pas à varier encore plus ton alimentation, avec plus de produits laitiers et de légumes. Bravo à toi et pense à manger bio.

Si tu as un max de 🍎

Tu peux mieux manger... Essaie de goûter les légumes et de manger plus de produits laitiers. Mais continue quand même à te faire plaisir avec d'autres aliments 😊



Mots Mêlés

N	E	B	C	Z	L	K	M	P	F	D	A	J	O
I	A	T	S	V	N	T	P	S	R	L	R	S	X
R	M	R	A	J	O	L	E	G	U	M	E	E	K
C	Q	L	C	K	B	T	S	N	I	V	I	S	A
D	F	G	L	H	R	O	T	I	T	P	N	U	A
B	I	A	J	Y	E	F	I	W	E	R	I	O	T
M	S	B	I	O	U	Q	C	V	B	E	D	L	P
Q	E	I	H	A	K	V	I	P	H	E	R	B	E
R	U	G	F	L	E	S	D	H	N	T	A	M	P
T	S	P	O	T	A	G	E	R	D	G	J	H	D

Les mots à repérer :

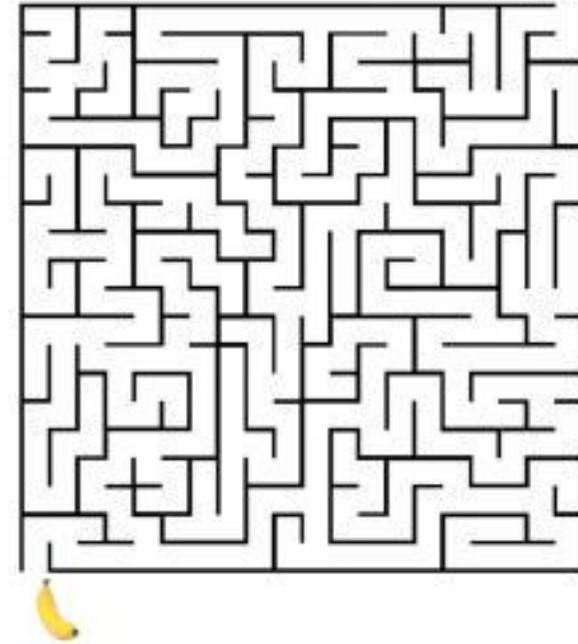
LEGUME
FRUIT
PESTICIDE
POTAGER
BIO
JARDINIER

MARCHE
HERBE
BON



Labyrinthe

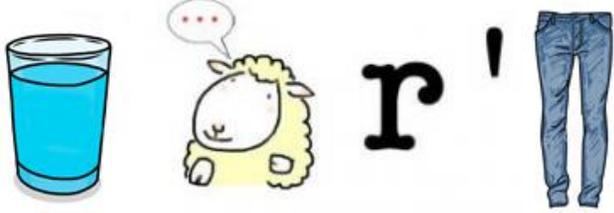
Aide le Minion à retrouver sa banane bio !



C'est quoi l'agriculture bio ?

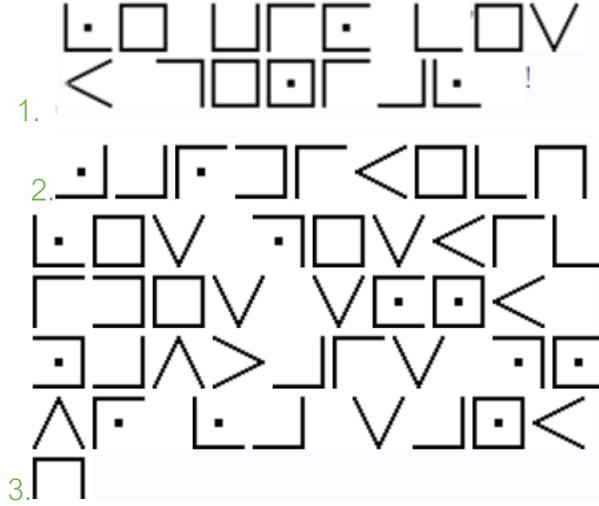
L'agriculture bio, c'est une façon de faire pousser des fruits et légumes sans utiliser d'engrais chimiques ni de pesticides.

Rébus



Réponses Aubergine, courgette,
pomme de terre et carotte

Messages à décoder



A	B	C	J	K	L
D	E	F	M	N	O
G	H	I	P	Q	R

	S		W	
V		T	X	Y
	U		Z	

Réponses 1- Le bio c'est génial ! 2- Jarditech
3- Les pesticides sont mauvais pour la santé