

J'ai faim!



3ème
numéro

• C'est quoi la pollution ?

- Andréa

Je trouve que mettre des déchets sur la terre ça pollue.

- Enzo

Je ne sais pas.

-Manon

Ce sont les mégots de cigarettes, les usines, les voitures qui

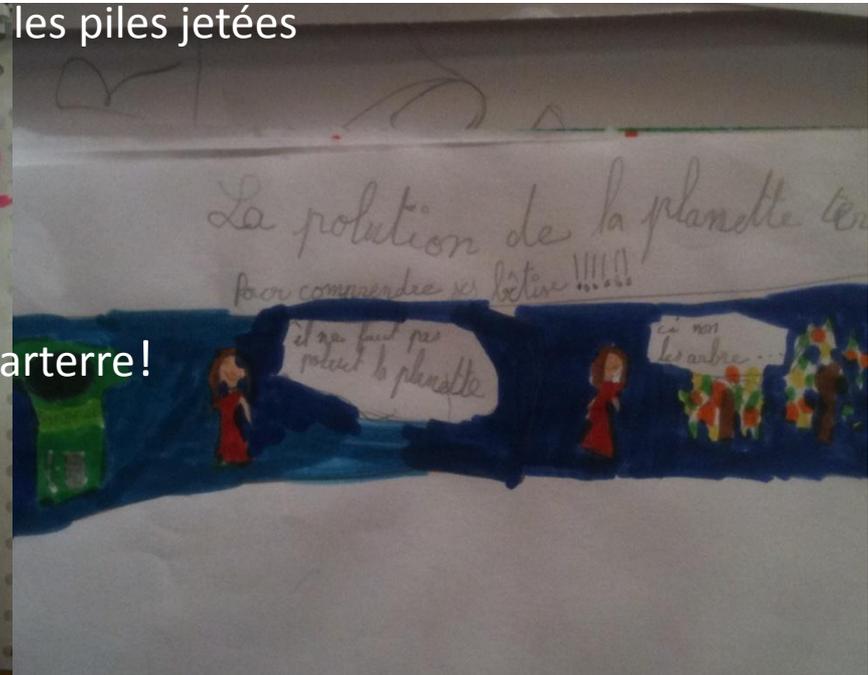
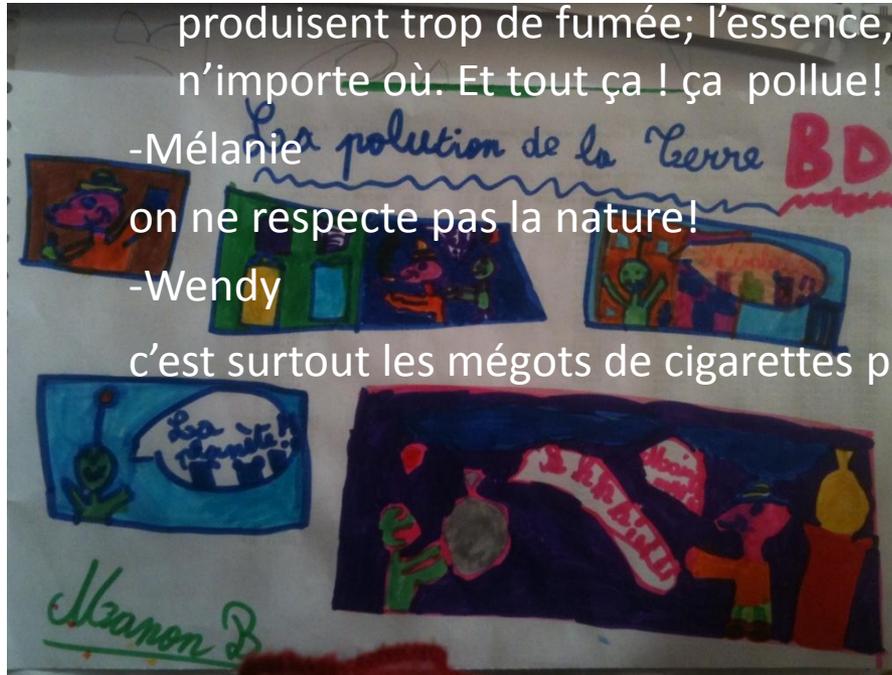
produisent trop de fumée; l'essence, les piles jetées
n'importe où. Et tout ça ! ça pollue!

-Mélanie

on ne respecte pas la nature!

-Wendy

c'est surtout les mégots de cigarettes par terre!



A child's drawing on a light-colored background. On the left, a thick brown tree trunk extends upwards. A horizontal brown branch extends from the trunk to the right. A blue bird with a yellow beak and a purple and pink crest is perched on the branch. The sky is filled with horizontal blue brushstrokes. The ground is represented by numerous diagonal green brushstrokes. Two small yellow flowers with red centers are visible in the grass. The text 'Les arbres de la nature' is written across the middle of the drawing in a light green, sans-serif font.

Les arbres de la nature

LES ARBRES



- Danail, Gaëtan, Lucie, Titouan, Lucas, Alec, Alexia
« c'est la nature, c'est ce qui nous donnent de l'oxygène »

Nous avons interrogé les enfants
de la restauration sur leur
connaissance des arbres



- Julie trouve que les arbres appartiennent à l'environnement, à la terre. Jérémy pense au jardinage quand on lui parle d'arbres. Lisa parle de petits arbres, elle ne sait pas comment ça s'appelle à nous de lui donner l'information « les bonzaïs ». Audrey aime les arbres qui l'entourent.

Le goût

C'est pourquoi nos journalistes en herbe vous proposent un article sur le thème du Goût



Chaque année nous participons à la semaine du goût
C'est une semaine de l'éducation au goût, de la diversité des goûts et des saveurs, du plaisir de goûter.

LE GOÛT :

Audrey trouve que : « c'est bon de manger!!!! »

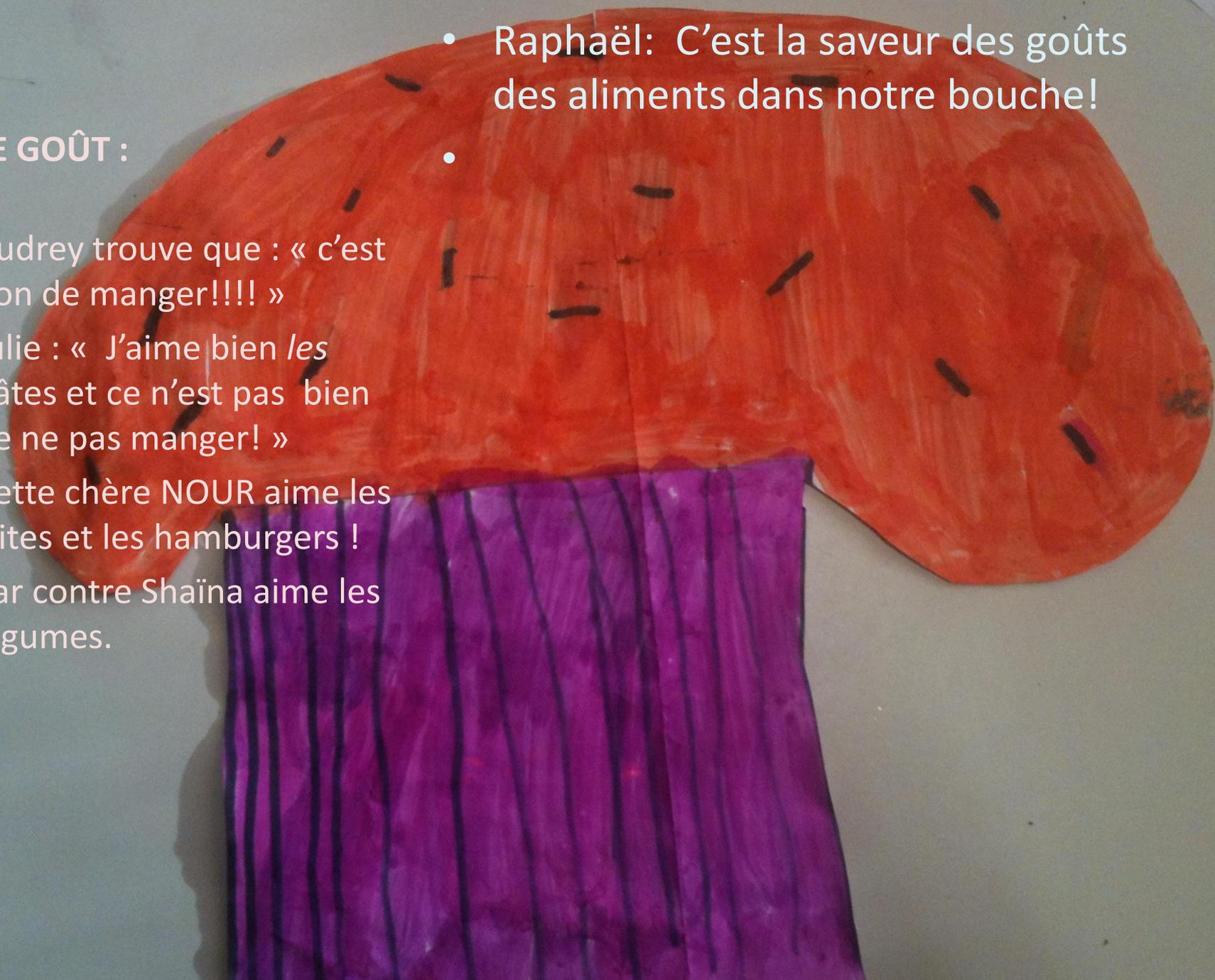
Julie : « J'aime bien *les* pâtes et ce n'est pas bien de ne pas manger! »

Cette chère NOUR aime les frites et les hamburgers !

Par contre Shaïna aime les légumes.

- Raphaël: C'est la saveur des goûts des aliments dans notre bouche!

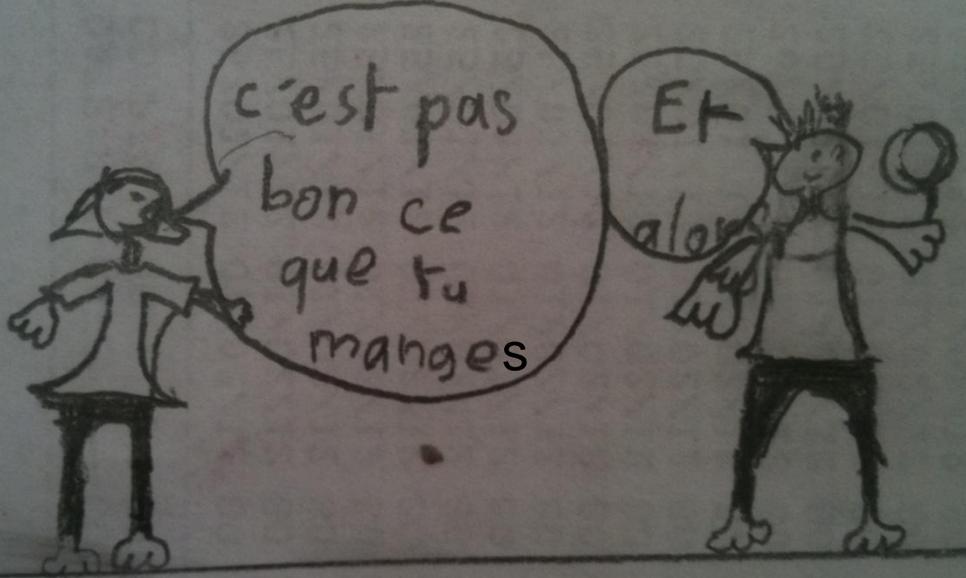
-



GOUT ET SUCRE



GOUT SUCRE



Sucre et le goût



Pour éviter les fringales entre les repas mange au moins 5 fruits et légumes par jour:

En fait, il s'agit de **5 portions** de fruits et/ou de légumes : par exemple 3 portions de fruits et 2 de légumes, 4 de légumes et une de fruit... et si tu peux en manger plus, c'est encore mieux ! L'idéal est d'alterner entre fruits et légumes, d'en diversifier les variétés et de les intégrer le plus souvent possible dans tes recettes : gratins, tartes salées ou sucrées.... À toi de jouer!

Manon ne mange pas parce qu'elle n'aime pas beaucoup de choses et que ce n'est pas bon !

Manon doit savoir que si elle ne mange pas il lui faudra attendre le goûter. **Es- tu sûre que tu ne veux rien manger? »**

LE SUCRE

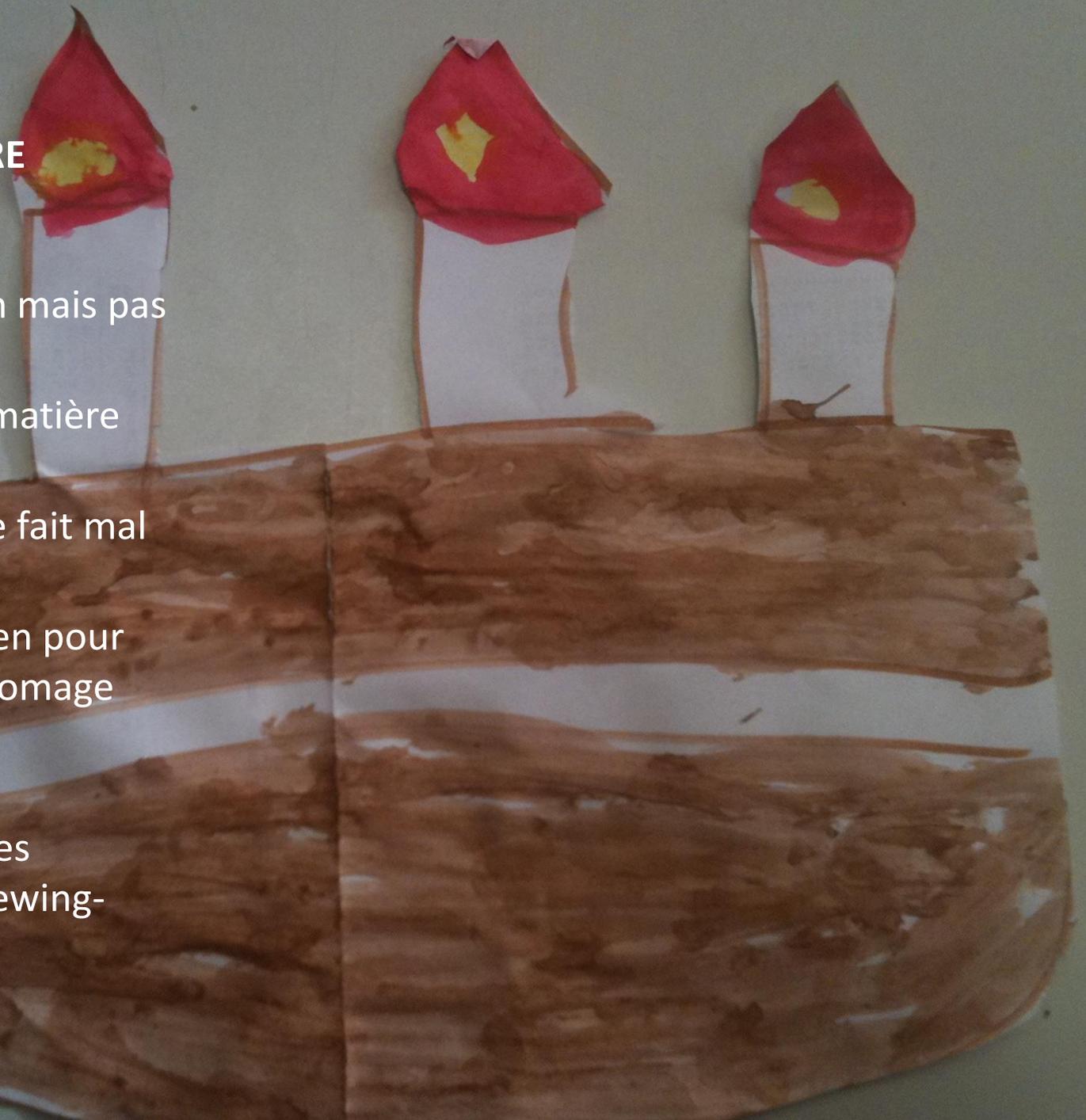
Oriane: C'est bon mais pas pour la santé !

-Paul: C'est une matière qui fait grossir!!

-Jérémy: Le sucre fait mal aux dents!

-Marius: C'est bien pour mettre dans le fromage blanc. C'est de la gourmandise!!

-Mathieu: C'est les sucettes et le chewing-gum !!... »



Ne pas oublier

Ne pas manger trop sucré

Mange 5 légumes et fruits par jour

Des idées

La compote

Le jus de fruits

Le jus de légumes

Les fruits secs

Les fruits

Si tu as d'autres idées tu peux nous en parler.

AVEC NOS REPORTERS

**CAROLINE
YASMINE
PAUL
MANON
OLINKA
JEANNE**

