



La nutrition

C'EST QUOI LA NUTRITION ?

Fiche 1 : Blason de l'alimentation

Fiche 2 : Pourquoi je mange ? Pourquoi je bouge ?

Fiche 3 : Béret des aliments

Fiche 4 : L'activité physique et le sport. Où ? Pour qui ? Pourquoi ?

Fiche 5 : L'origine des aliments

LA NUTRITION ET MOI

Fiche 6 : Mon goût et mes 5 sens

Fiche 7 : Décrypte les étiquettes !

Fiche 8 : Sucre, sel et matière grasse caché

Fiche 9 : La roue du p'tit déjeuner

Fiche 10 : Pause goûter

Fiche 11 : Laisse-moi le temps de digérer

LA NUTRITION, MOI ET LES AUTRES

Fiche 12 : Nutri'piste son livret d'activités et son livret de réponses

Fiche 13 : Le tour du monde du petit-déjeuner

Fiche 14 : Les produits locaux et circuits courts

Fiche 15 : La saisonnalité des fruits et légumes

Fiche 16 : De la pub jusque dans mon assiette

Fiche 17 : Les aventure d'Ilan

Fiche 18 : Info/Intox Nutrition