



Ceci est un exemple de parcours qui peut être adapté selon la spécificité des projets et l'exposition choisie.

Le parcours s'organise autour de 3 ateliers de 2 heures

### 1. Animation de l'exposition «Plaisirs et Vitamines »

Après la visite de l'exposition, nous proposerons une activité mêlant la découverte des graines et se repérer dans les saisons pour consommer les fruits et légumes.

Relier la graine à son fruit à l'aide de jeux d'images. L'animateur.trice pourra également amener certains fruits/légumes afin d'illustrer les différents types de graines/pépins (extérieur/intérieur, que l'on mange/ que l'on ne mange pas, ...).

Puis relier les fruits et légumes à leur saison (de consommation). Trouver les intrus qui se sont glissés dans la mauvaise saison.

Un jeu de familles permettra de classer les légumes selon 7 familles (feuilles, racines, graines, fruits, tubercules, tiges, ...).

#### Intentions pédagogiques :

- Découvrir ce qu'est l'équilibre alimentaire et ses bienfaits sur la santé
- Lier alimentation qui nourrit et plaisir de manger
- Découvrir les fruits et légumes sous toutes leurs formes et leur saisonnalité

### 2. Atelier scientifique

Au travers de différentes expériences scientifiques, les participants identifieront la présence de certains nutriments dans les aliments amenés par l'animateur.trice.

Exemple : amidon, lipides, acidité, vitamine C...

A la suite de ces manipulations sera abordé le concept d'alimentation équilibrée.

#### Intentions pédagogiques :

- Identifier les nutriments présents dans les aliments
- Comprendre leurs effets sur le corps humain

### 3. Le débat

Animation d'un débat participatif permettant d'échanger ensemble sur le choix des consommateurs dans leur alimentation.