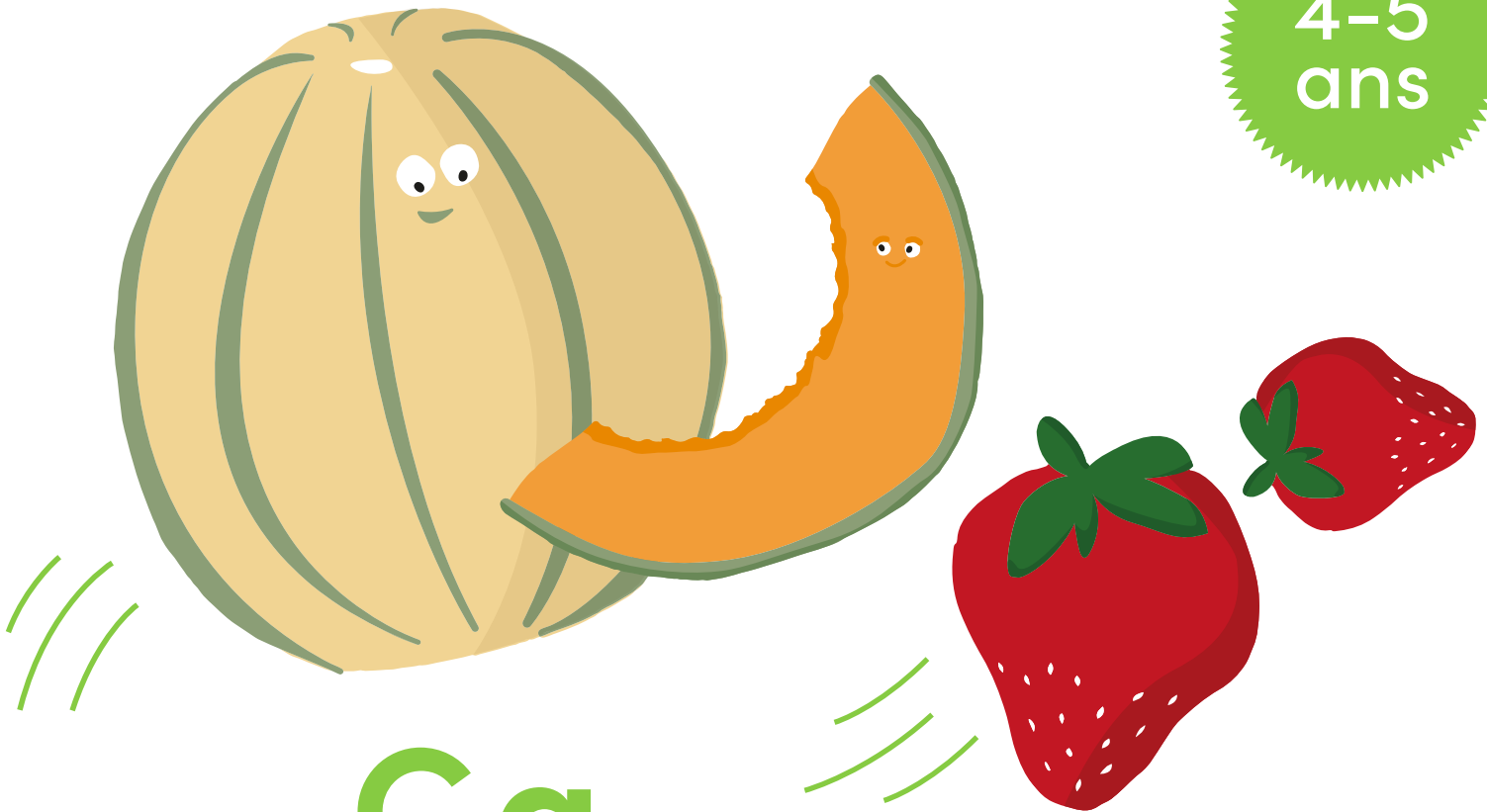
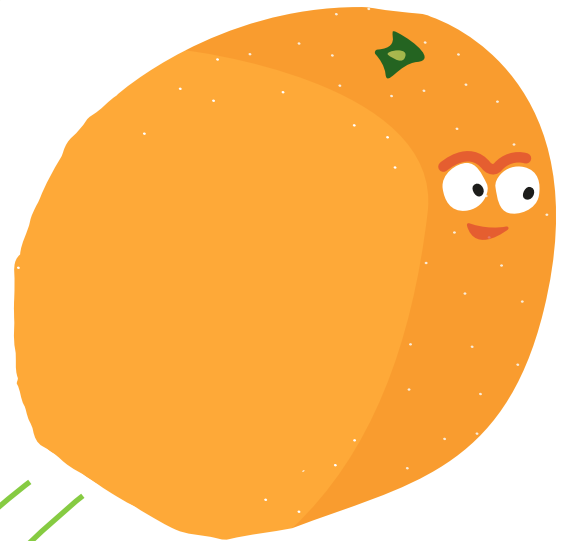
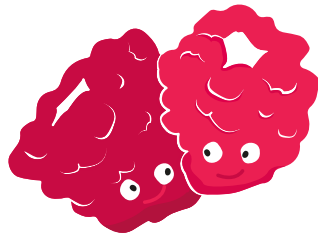
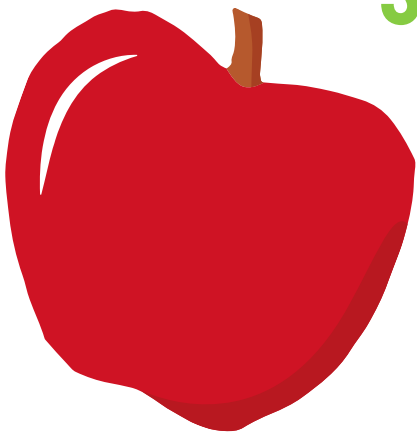




4-5
ans



Ça voyage !

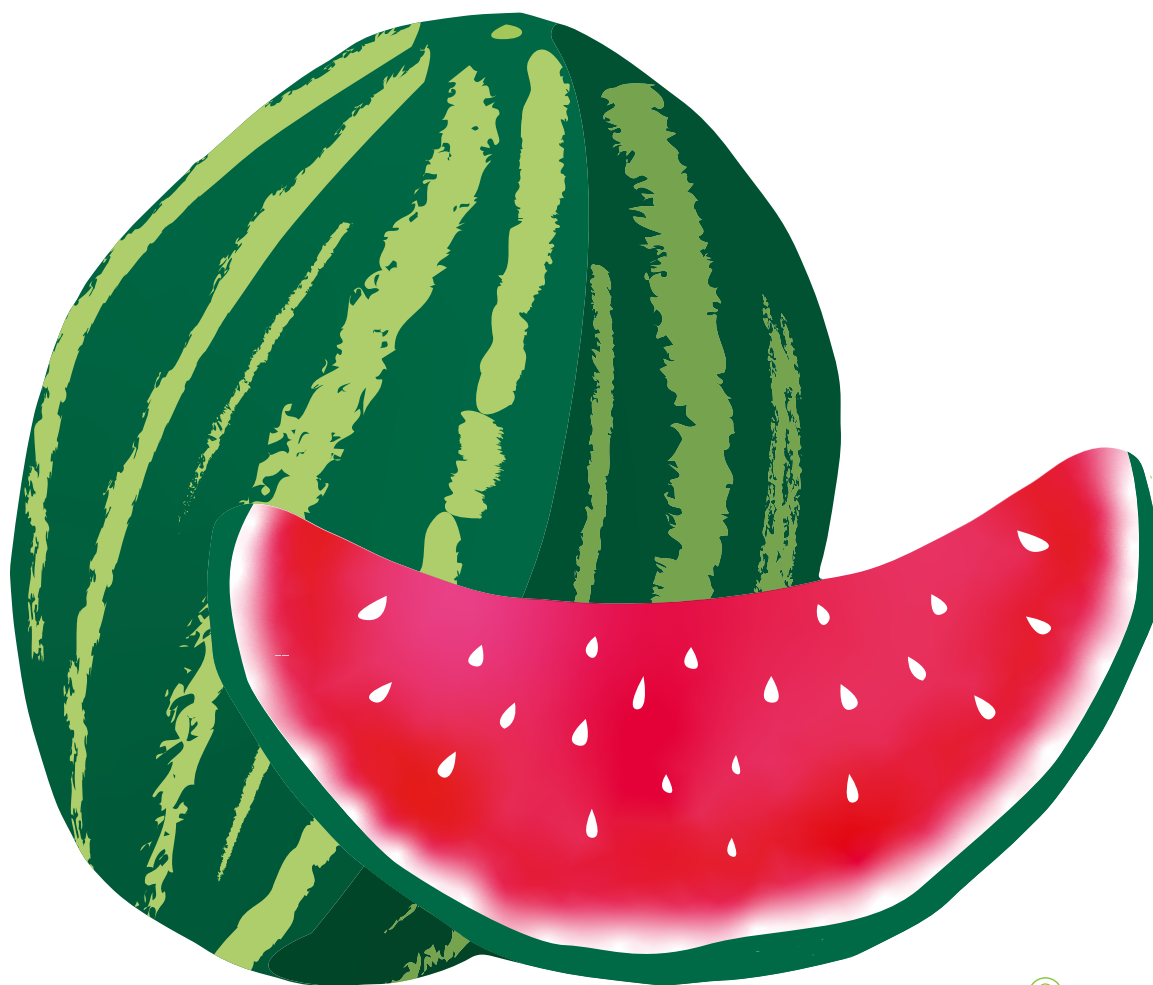


D'où viennent les légumes que nous retrouvons à l'épicerie ? À l'aide d'une histoire interactive, les enfants vivront le voyage d'une pomme du Québec et celui d'une orange de la Floride, de leur production jusqu'à notre assiette.



INTRODUCTION

Par cette histoire interactive, les enfants vont devoir se déplacer dans la pièce selon les indications du récit et seront sensibilisés à la notion d'alimentation locale. En comparant l'histoire d'une pomme du Québec et d'une orange de Floride, l'enfant comprendra que certains aliments font un long chemin avant d'arriver dans son assiette et que cela peut avoir des conséquences.



Connaissances nécessaires pour faire l'activité (À destination des éducateur.trices)

Depuis quelques années, l'alimentation locale a le vent dans les voiles. Le terme « Locavore » qui désigne une philosophie visant à consommer des aliments locaux, est d'ailleurs entré dans le grand dictionnaire terminologique en 2015. Cependant, selon les institutions, les gouvernements, les entreprises, ou les acteurs du milieu, la conception de ce qui est « local » peut être très différente.

L'Agence canadienne d'inspection des aliments (ACIA) définit un aliment local comme celui qui est produit dans la province où il est vendu. Il peut aussi être un aliment vendu dans d'autres provinces ou territoires, mais dans un rayon de 50 km de la province ou du territoire d'origine. Pour le ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec (MAPAQ), la notion de « local » est proche de celle de l'ACIA puisqu'elle désigne tout aliment « produit au Québec » ou « préparé au Québec ». À la notion de distance, la notion de suivre le rythme des saisons est souvent ajoutée à la définition, afin de consommer local plus facilement.²

AVERTISSEMENT :

Bien que l'achat de nourriture locale apporte beaucoup de bénéfices, il est cependant important de ne pas faire culpabiliser les enfants qui ne mangeraient pas d'aliments locaux à la maison pour des raisons financières, culturelles ou autres. L'objectif de cette activité est avant tout de faire comprendre la notion de local pour qu'il puisse la concevoir et plus rapidement comprendre les enjeux qui y sont liés.

Quel est le lien entre l'alimentation écoresponsable et manger local ?

L'alimentation écoresponsable invite à **se soucier de l'impact de nos choix alimentaires** aussi bien sur notre santé en tant qu'individu, que sur l'environnement, l'économie ou encore les conditions de travail et de vie des travailleurs qui ont produit les aliments consommés. Manger local est écoresponsable pour plusieurs raisons.

1. Tout d'abord, manger local permet de **limiter les impacts négatifs de notre alimentation sur la santé et l'environnement** : Les deux notions sont liées car l'avenir de notre planète, de la qualité de l'air, de l'eau, etc, impacte notre santé physique. Manger local permet de limiter le transport des aliments et ainsi limiter les impacts négatifs de celui-ci sur l'environnement et sur notre santé (pollution, émission de gaz à effet de serre). Concernant le cas précis du Québec, une étude du MAPAQ a démontré que les fruits et légumes du Québec dépassent moins souvent le niveau maximal de pesticides permis que les fruits et légumes importés.³ Puisqu'il a été démontré scientifiquement que les pesticides ont des impacts négatifs sur la santé humaine⁴, et encore davantage pendant la période de développement du cerveau, c'est-à-dire pendant l'enfance⁵, consommer québécois limite donc en partie les atteintes à la santé.
2. Ensuite, manger local permet de **soutenir l'économie locale**. En effet, plus on consomme local, plus les producteurs vont embaucher de main-d'œuvre pour satisfaire à la demande, ce qui va stimuler l'activité économique.
3. Enfin, manger local permet de **tisser des relations sociales avec ses producteurs.trices** et ainsi renforcer le lien de confiance et le plaisir de manger.⁶ Pour en savoir plus vous pouvez consulter les pages du site [Aliments du Québec](#) et la fiche d'information [Pourquoi manger local ?](#)





DOMAINES DE DÉVELOPPEMENT⁷

Cette activité favorise la progression dans plusieurs domaines de développement chez les jeunes enfants.

LES PRINCIPAUX DOMAINES DE DÉVELOPPEMENT



Le développement physique et moteur

5.1.1 Le développement physique

- Inculcation de saines habitudes alimentaires
- Développement sensoriel

5.1.2 Le schéma corporel

- Prise de conscience de l'enfant de son corps en mouvement ou à l'état statique, de la place qu'il occupe dans l'espace et des mouvements variés qu'il peut faire avec son corps

5.1.3 Le développement moteur

- Développement de la motricité globale

5.1.4 Les fonctions exécutives, la créativité et le développement physique et moteur

- Développement des fonctions exécutives et de la créativité grâce aux expériences soutenant le développement physique et moteur



Le développement cognitif

5.2.1 L'attention

- Concentration sur une activité pendant une certaine période de temps

5.2.2 La mémoire

- Travail de la mémoire de travail et à long terme

5.2.3 La fonction symbolique

- Exercice de la représentation mentale d'un objet, d'une personne ou d'une situation à partir d'un symbole



Le développement langagier

5.3.2 Le langage oral

- Incitation à l'élaboration de phrases

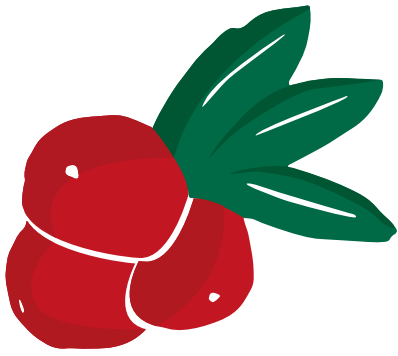
5.3.3 L'éveil à la lecture et à l'écriture

- Apprentissage de nouveau vocabulaire
- Soutenir la compréhension des fonctions de l'écrit

5.3.5 Les fonctions exécutives, la créativité et le développement langagier

- Développement des fonctions exécutives et de la créativité grâce aux expériences soutenant le développement langagier, par exemple la causerie





LES DOMAINES DE DÉVELOPPEMENT SECONDAIRES



Le développement cognitif

5.2.4 Les catégories et les concepts

5.2.5 Le raisonnement

5.2.6 L'éveil aux mathématiques

5.2.7 L'éveil aux sciences

5.2.8 Les fonctions exécutives, la créativité et le développement cognitif



Le développement social et affectif

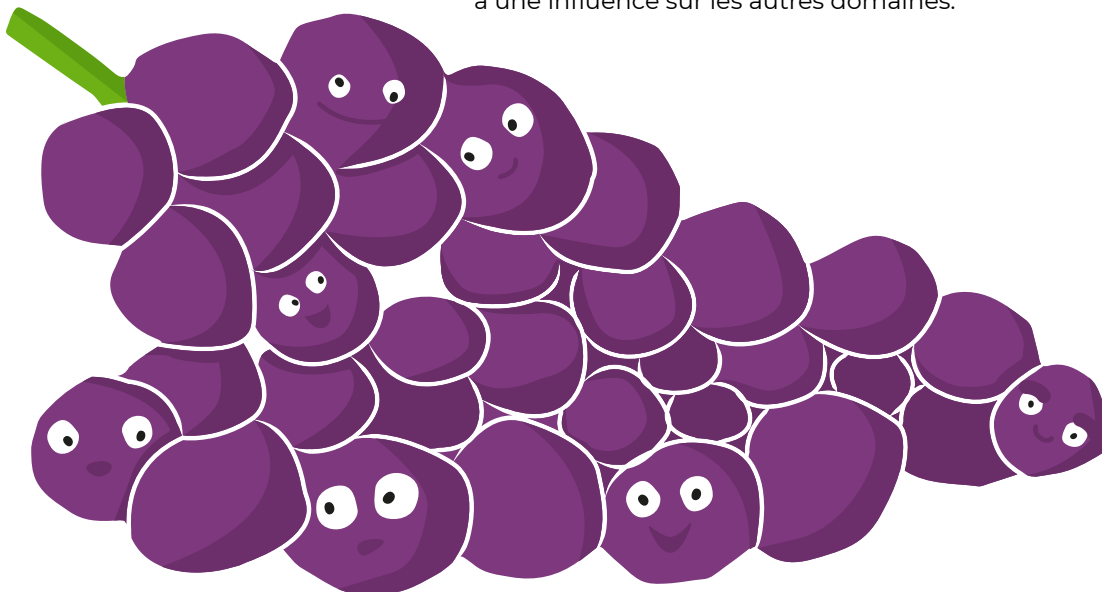
5.4.2 Le concept de soi

5.4.4 Les compétences émotionnelles

5.4.5 Les compétences sociales

5.4.6 Les fonctions exécutives, la créativité et le développement social et affectif

Il faut aussi considérer que chaque domaine de développement a une influence sur les autres domaines.





Préparation

Prérequis :

Il est préférable de faire l'activité Ça voyage! après celle de La danse du légume et de la fermière pour permettre davantage de continuité pédagogique. En effet, Ça voyage! permet de compléter les informations sur le processus de croissance des fruits et légumes avec le concept de « local ».

À afficher :

- Images à afficher dans le local (Annexe 2).

À présenter aux enfants :

- Une pomme
- Une orange
- Un dessin de l'animateur.trice d'une ferme (facultatif)

À remettre aux enfants :

- Quelques pommes et oranges coupées en morceaux.



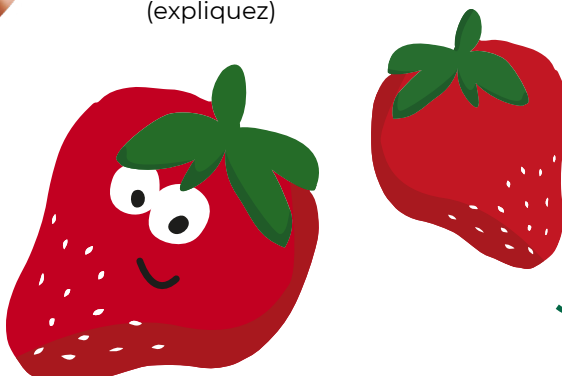
Mise en situation et activation des connaissances antérieures

Pour commencer, proposez l'activité suivante aux enfants :

- Choisis le coloriage de la ferme ou du verger, et essaye de le colorier en t'appliquant (Annexe 3)
- Laisser 10 minutes aux enfants pour faire le coloriage.

Posez aux enfants les questions suivantes :

- Où sont les fermes ?
- Est-ce qu'il y a des fermes en ville ou à la campagne ? (montrez votre dessin d'une ferme ou l'image de ferme qui sera collé dans la classe)
- Qui travaille dans les fermes ?
- Sais-tu que certains fruits et légumes que tu manges viennent de très loin de chez toi ?
- Et cette pomme (montrer la pomme) ?
- Et cette orange (montrer l'orange) ?
- Sais-tu ce que veut dire « local » ? (expliquez)





Réalisation

Expliquez aux enfants que vous raconterez deux histoires: le voyage d'une pomme et d'une orange. Lorsque vous taperez des mains, les jeunes devront aller à l'image correspondant à ce que vous venez de dire, comme expliqué à l'**Annexe 2**.

1. Racontez les deux histoires (**Annexe 1**).



Intégration

Discussion

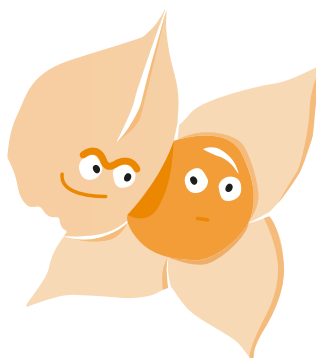
Revenez sur l'activité en posant les questions suivantes:

- Où pousse la pomme? Où pousse l'orange? (en faisant goûter les aliments)
- Quel trajet a fait la pomme pour arriver chez toi? Quel trajet a fait l'orange pour arriver chez toi?
- Lequel des aliments a fait le chemin le plus long avant d'être mangé?
- As-tu déjà rencontré des fermiers?
- Sais-tu qui cultive les fruits et légumes que tu manges à la maison?

Expliquez que plus un légume ou un fruit fait un long voyage, plus il perd de sa fraîcheur. Plus il vient de près, plus il est goûteux et bon pour notre santé! Aussi, quand nous achetons un légume ou un fruit dans une ferme locale, nous connaissons la fermière ou le fermier qui l'a cultivé (par exemple, nous savons que c'est Alexandre qui a récolté notre pomme!).

Réinvestissement

- Lors du repas ou de la collation, demandez à l'enfant s'il sait si l'aliment qui est dans son assiette vient de près de chez lui ou de loin.



CONCLUSION

Lors de cette activité, les enfants retracent le parcours physique de deux fruits afin de leur montrer que certains d'entre eux font de plus longues distances que d'autres pour arriver dans notre assiette. Pour aller plus loin dans cette introduction au fonctionnement du cycle alimentaire, vous pouvez recommencer l'activité avec d'autres fruits, en fonction des saisons. Inspirez-vous du calendrier des fruits et légumes pour reconnaître ceux qui poussent au Québec, et à quelle période.



ANNEXE 1 - HISTOIRES ET INDICATIONS POUR LA LECTURE

Les phrases en caractère gras précédée d'un  sont celles qui doivent être lues aux enfants. Elles contiennent parfois un mot en **LETTRES MAJUSCULES**, qui correspond à une image que les enfants doivent trouver dans le local. Tapez dans vos mains après avoir dit un mot-clé. Des indications supplémentaires sont ajoutées sous les phrases, *en italique*.

L'histoire de la pomme



Il était une fois Alexandre qui travaille près de [nom de votre ville].



Il travaille dans une FERME.

(Tapez dans vos mains.)

Les enfants doivent trouver l'image de la ferme et se mettre devant.



En se promenant, il voit dans un pommier de belles grosses POMMES.

(Tapez dans vos mains.)

*Les enfants doivent trouver l'image des pommes avec le logo
Aliments du Québec.*



Alexandre rapporte les pommes jusqu'à la FERME.

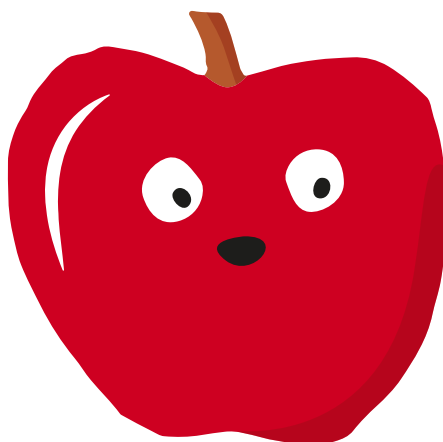
(Tapez dans vos mains.)

Les enfants doivent retourner à l'image de la ferme.



Et c'est là, à la ferme, que nous pouvons acheter les pommes d'Alexandre.

Les enfants peuvent prendre un morceau de pomme.



L'histoire de l'orange



Il était une fois Claudia qui travaille en Floride.

Invitez les enfants à imiter Claudia qui a chaud puisqu'elle travaille sous le soleil.



Elle travaille dans une FERME.

(Tapez dans vos mains.)

Les enfants doivent aller à l'image de la ferme.



En se promenant, elle voit dans un oranger de belles grosses ORANGES.

(Tapez dans vos mains.)

Les enfants doivent trouver l'image des oranges.



Claudia rapporte les oranges à la FERME.

(Tapez dans vos mains.)

Les enfants doivent retourner à l'image de la ferme.



Les fruits sont ensuite mis dans un camion.

Les oranges sont transportées à L'AÉROPORT.

(Tapez dans vos mains.)

Invitez les enfants à faire le bruit du camion en se rendant à l'image de l'aéroport.



Là bas, les oranges montent dans un avion.

Elles voyagent pendant très, très longtemps.

Les enfants se déplacent dans le local pendant plusieurs secondes, en imitant un avion.



Après leur looooong voyage, elles arrivent au Québec, et sont encore transportées par un camion jusqu'à [nom de votre ville], à l'ÉPICERIE.

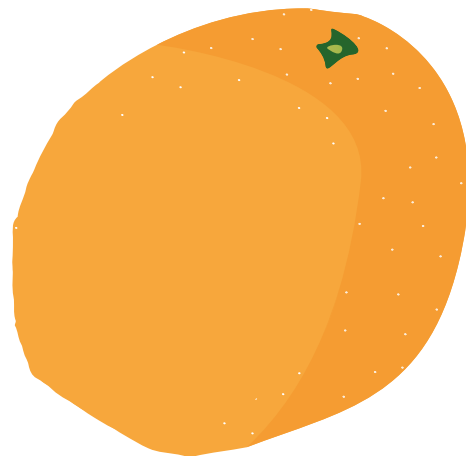
(Tapez dans vos mains.)

Invitez les enfants à faire le bruit du camion en se rendant à l'image de l'épicerie.



Et c'est là, à l'épicerie, que nous pouvons acheter les oranges.

Les enfants peuvent prendre un morceau d'orange.



ANNEXE 2 - IMAGES À AFFICHER

Sur les pages suivantes se trouvent les images à afficher dans le local à différents endroits (le plus espacé possible)

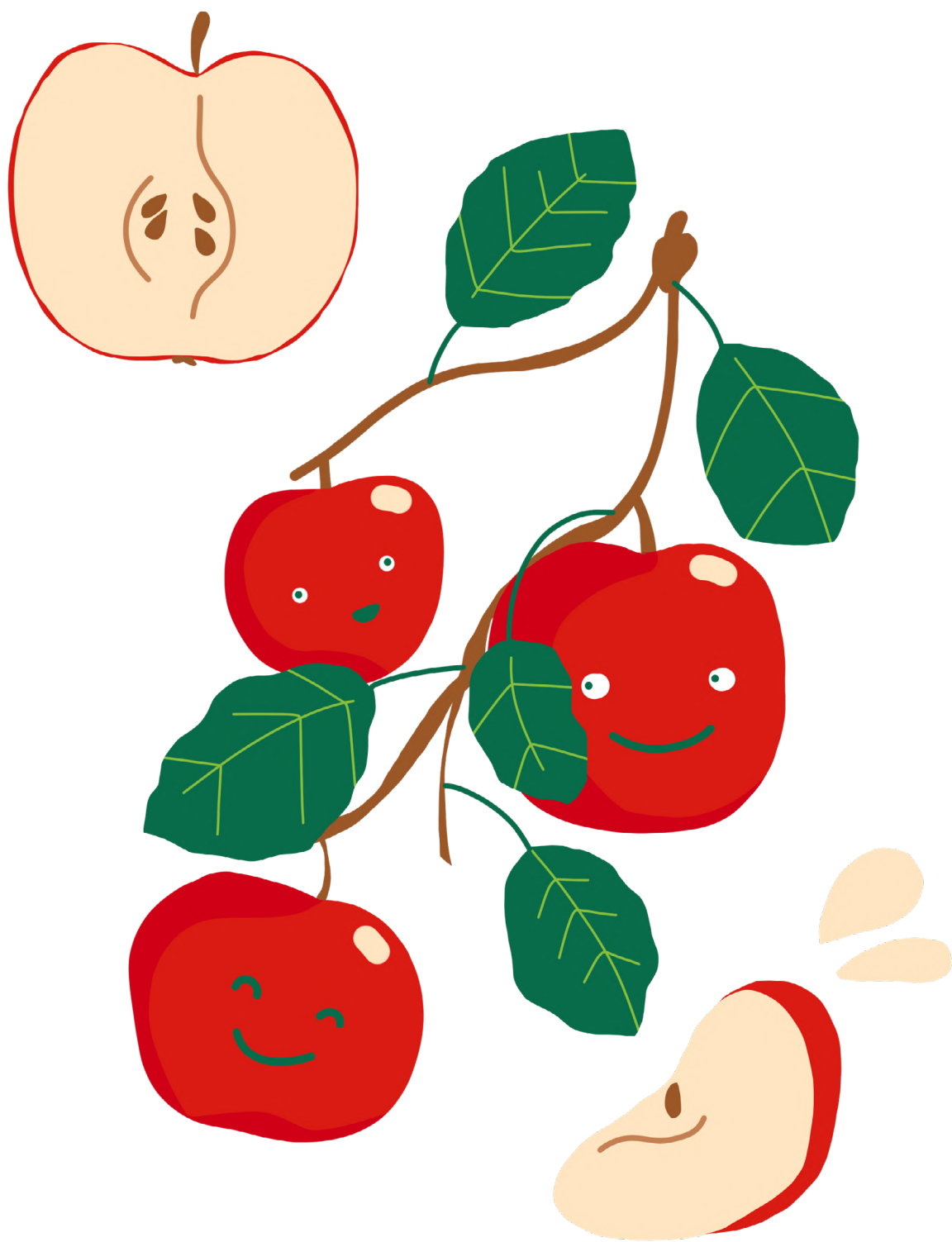
Imprimez les pages 12 à 16







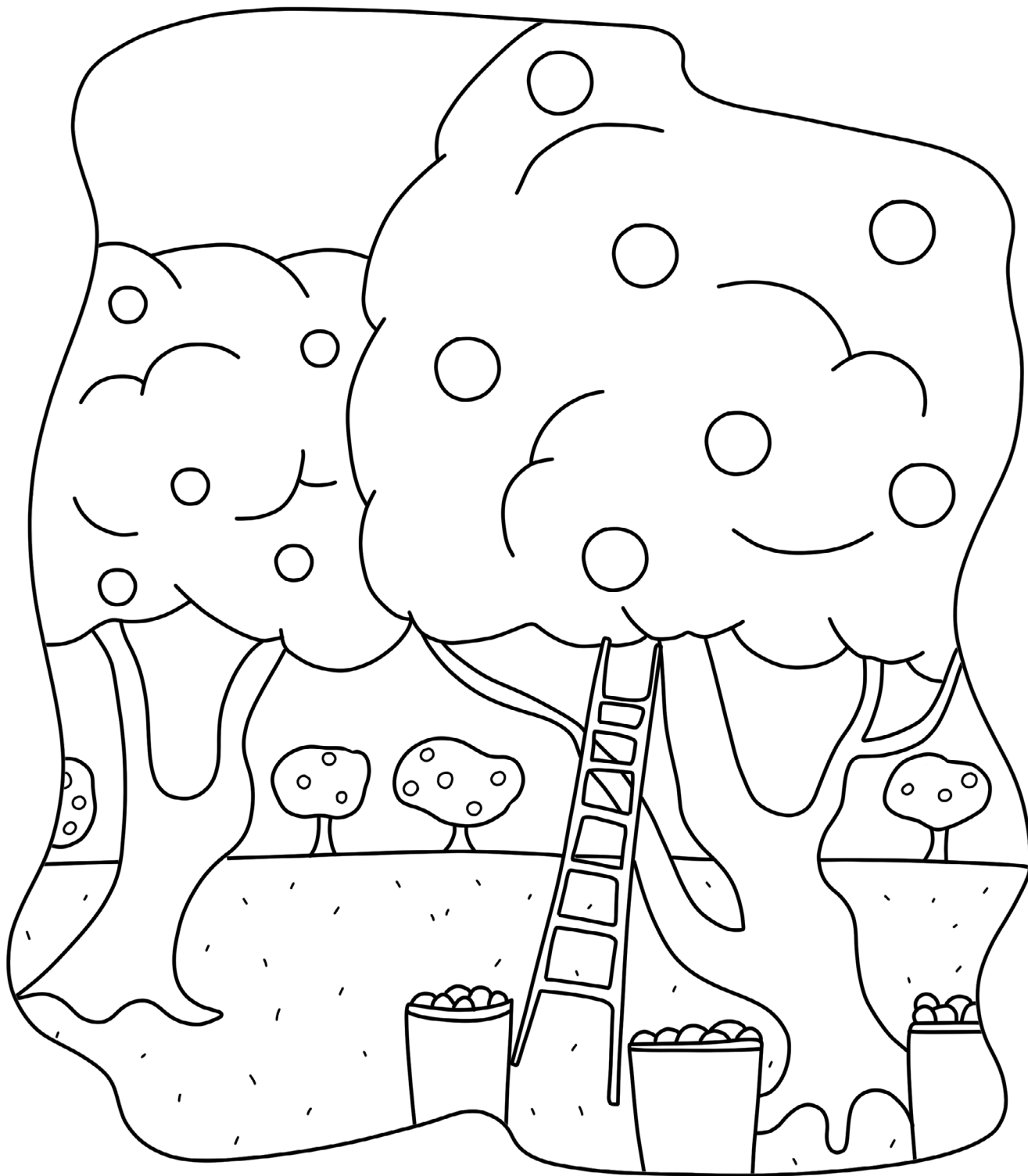


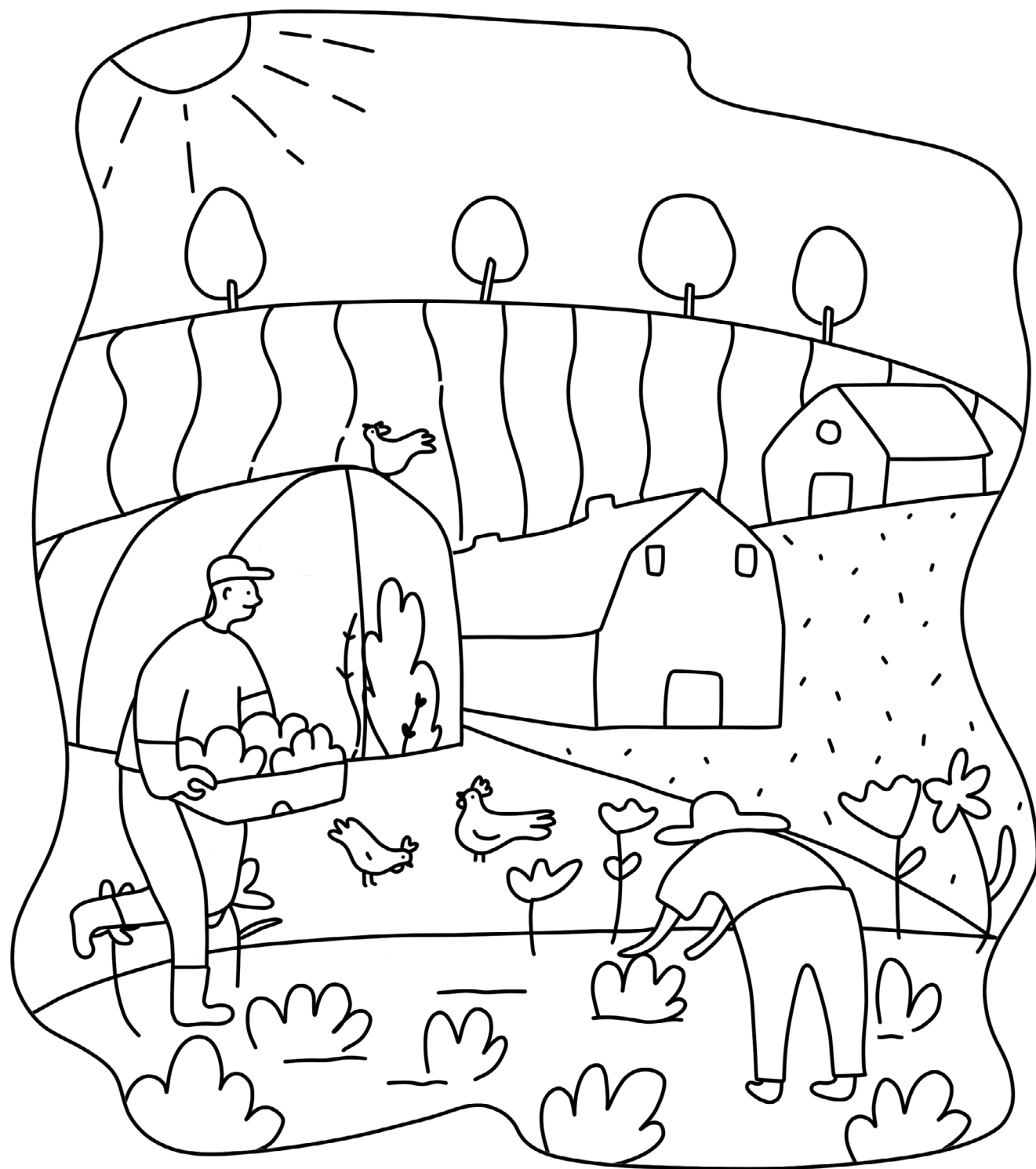


ANNEXE 3 - COLORIAGE

Sur les pages suivantes se trouvent les images que les enfants doivent colorier

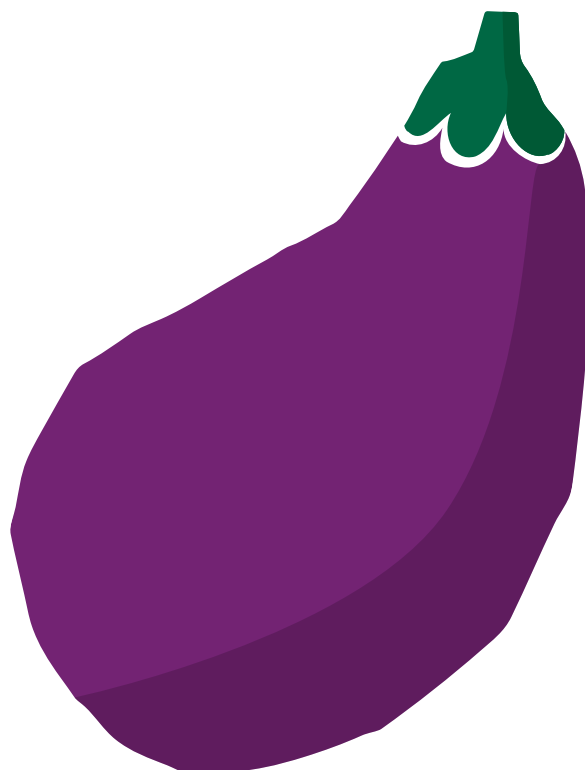
Imprimez les page 17 et 18 en plusieurs copies





BIBLIOGRAPHIE

- 1 RICHARD, Jason. [Image en ligne] Unsplash. <https://unsplash.com/photos/FnnCtrmLkKc>
- 2 ALIMENTS DU QUÉBEC. [Manger local, c'est quoi?](#), [En ligne], 2020. (Consulté le 28 septembre 2020)
- 3 MAPAQ. [Résidus de pesticides dans les fruits et légumes frais vendus au Québec 2007-2011](#). [En ligne], 50p.
- 4 NICOLOPOULOU-STAMATI, Polyceni., MAIPAS, Sotirios., KOTAMPASI, Chrysanthi., STAMATIS, Panagioti., et HEN, Luc. «[Chemical Pesticides and Human Health: The Urgent Need for a New Concept in Agriculture](#)», [En ligne], Front.Public Health, 18 juillet 2016, doi: 10.3389/fpubh.2016.00148
- 5 BELLINGER, David C. «[Comparing the population neurodevelopmental burdens associated with children's exposures to environmental chemicals and other risk factors](#)», [En ligne], Neurotoxicology, Août 2012, vol 33, n°14, doi: 10.1016/j.neuro.2012.04.003.
- 6 ALIMENTS DU QUÉBEC. [Manger local, un choix gagnant](#), [En ligne], 2020. (Consulté le 28 septembre 2020).
- 7 MINISTÈRE DE LA FAMILLE. [Accueillir la petite enfance, programme éducatif pour les services de garde du Québec](#), [En ligne], 2019.
- 8 Monkey Business. [Image en ligne] Adobe Stock. https://stock.adobe.com/ca/images/preschool-class-in-south-african-township-close-up/88850071?prev_url=detail



Trousse À la soupe!

équiterre

Ce projet a été financé par le ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec, dans le cadre de la mise en œuvre de la Politique bioalimentaire 2018-2025, Alimenter notre monde.

Québec 