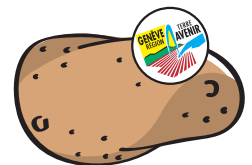
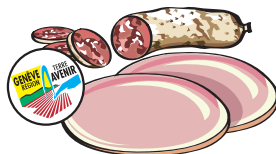
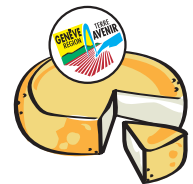
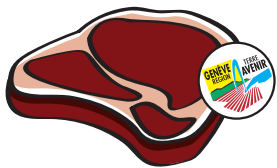
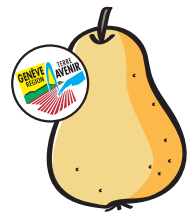
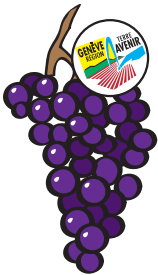




DÉCOUVRE LES PRODUITS LOCAUX ET DE SAISON AVEC GENÈVE RÉGION - TERRE AVENIR



REPUBLIQUE
ET CANTON
DE GENÈVE

POST TENEBRAS LUX





Le label **GRTA** une application concrète du développement durable

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

L'animation « **Découvre les produits locaux et de saison avec Genève Région- Terre Avenir (GRTA)** » propose sept animations pour des enfants de 7 à 12 ans et une huitième pour toucher les enfants de 4 à 6 ans.

A travers la découverte des produits GRTA dans divers contextes didactiques, l'enfant est petit à petit confronté et sensibilisé aux enjeux clé de l'agriculture et de l'alimentation contemporaine, dans **la perspective du développement durable**.

Les animations abordent ainsi plusieurs aspects de la durabilité appliqués à l'alimentation quotidienne et à la production agricole, structuré en **trois thèmes fondamentaux** : **la santé nutritionnelle, l'agriculture de proximité et la responsabilité du consommateur**.

THÉMATIQUES DÉVELOPPÉES

Chacun de ces trois thèmes traite de plusieurs éléments et principes en lien direct avec **une évolution durable du secteur agricole et alimentaire**, auxquels on aimerait sensibiliser l'élève:

1. **Santé nutritionnelle** (animations 1 et 5) : l'équilibre alimentaire est un besoin vital. La consommation de fruits et de légumes est particulièrement importante pour la santé du corps humain.
2. **Agriculture de proximité** (animations 2, 3, 4 et 7) : c'est une garantie de qualité (fraîcheur, diversité et goût), le soutien à la saisonnalité comme cycle naturel de la production et une réduction des transports, en d'autres termes un bénéfice important pour la protection de l'environnement.
3. **Consommation responsable** (animations 5 et 6) : c'est être attentif aux aspects écologiques et à la santé de son alimentation lors de la planification de ses repas et de ses achats. C'est aussi observer la provenance et la composition des produits, par la lecture de l'étiquetage (la « traçabilité »).

Même si chaque animation traite spécialement de l'un de ces trois thèmes, ceux-ci sont fortement interconnectés. L'un des liens essentiels de ces animations est **la production et la consommation de produits locaux et de saison**.

ANIMATIONS ET THÉMATIQUES ABORDÉES

THÈME	ANIMATIONS DE 1 À 8	DURÉE (MIN.)	MATÉRIEL
Nutrition	1 L'équilibre alimentaire	15	Poster «L'équilibre alimentaire» Vignettes illustrées des aliments
Origine agricole des aliments	2 Du champ à l'assiette	10	Poster « Du champ à l'assiette » Cartes imagées des phases de fabrication
Produits locaux	3 Les fruits et légumes de saison à Genève	10	Poster « Les fruits et légumes de saison » Fiches A4 de la liste des fruits et légumes de saison GRTA 5 paniers Fruits et légumes en bois ou en tissu
Produits locaux	4 D'où vient ce que tu manges ?	10	Poster « D'où vient ce que tu manges ? » Fiche A4 correspondante avec les solutions Vignettes illustrées des aliments
Les repas	5 Mes repas GRTA	15	Fiche A3 " Les repas GRTA de..." (1 par élève) Planche A4 de vignettes autocollantes, printemps-été et automne-hiver (1 par élève)
Les achats alimentaires	6 Mes achats GRTA	10	Panneau « Mes achats GRTA » Photos des produits GRTA
La diversité des herbes aromatiques	7 Les herbes aromatiques	10	4 ou 5 herbes aromatiques en pot Ardoises et craies
Reconnaître les fruits et légumes	8 Coloriage (4-6 ans)	10	Feuilles de coloriage (1 par élève) Crayons de couleur et taille crayon

1

L'équilibre alimentaire

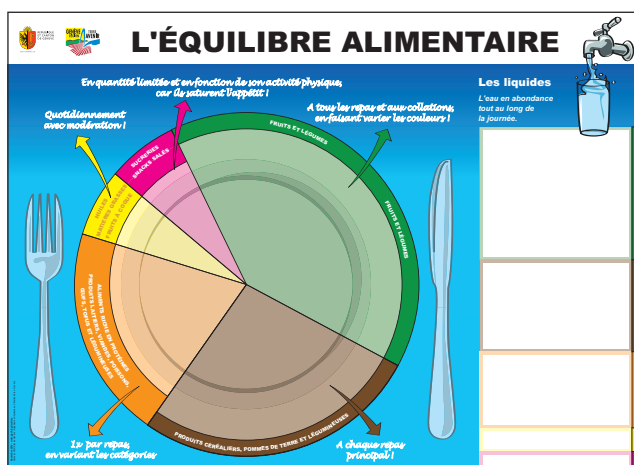
MATÉRIEL

- Poster « L'équilibre alimentaire » contenant l'assiette des groupes d'aliments et leur description nutritionnelle
- Vignettes illustrées des aliments

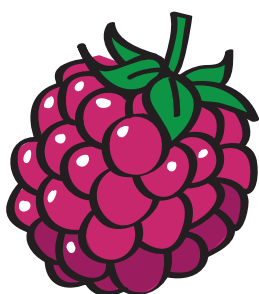
MESSAGES PÉDAGOGIQUES

Groupes d'aliments et besoins alimentaires

- L'alimentation, c'est une **diversité d'aliments tous issus du travail de l'agriculture ou de l'élevage**, puis éventuellement de leur transformation industrielle : des féculents (céréales, pommes de terre, pâtes, légumineuses), des fruits et légumes, des produits laitiers, de la viande, du poisson, des œufs, des matières grasses, des produits sucrés et de l'eau.
- Aujourd'hui, nous connaissons mieux qu'avant l'importance d'une alimentation équilibrée pour notre santé. **Les aliments sont classés en différents groupes dans lesquels ils ont en commun un ou plusieurs nutriments.** Chaque nutriment répond à des besoins particuliers du corps. Au sein de chaque groupe, les aliments peuvent ainsi se remplacer les uns les autres.



Des fruits et légumes, pour notre santé !



- **Les fruits et légumes ont une grande importance dans notre alimentation**, par leur riche apport en nutriments : vitamines, sels minéraux et fibres alimentaires. Ils sont indispensables à notre équilibre alimentaire. C'est pour cette raison qu'il est conseillé de consommer au moins **5 portions de légumes ou fruits par jour** (une portion correspond environ à la taille d'un poing fermé).
- On peut **préparer et manger les légumes de plusieurs manières** : légumes cuits ou crus, salades (ex : laitues, salades mêlées, salade de carottes) ou soupes (ex : soupe à la courge), comme les fruits : une pomme ou une poire à la récré, en jus de fruits ou en dessert (tartes, salade de fruits, etc.).
- Pour avoir un apport alimentaire équilibré, on peut penser à **la diversité des couleurs** dans son assiette.

L'eau, la championne des boissons

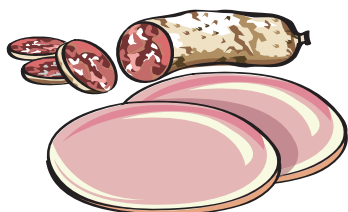
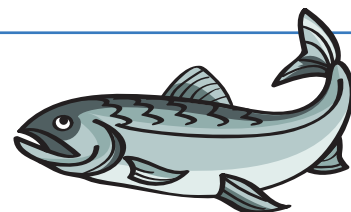
- **L'eau est la championne des boissons.** Fraîche du robinet, avec ou sans bulles, tu peux en boire à tout moment. Préfère-la aux sodas qui sont très riches en sucres.

1

L'équilibre alimentaire

DÉROULEMENT DE L'ANIMATION

A la découverte des groupes d'aliments :



1. Devant le poster « l'assiette des groupes d'aliments », faites observer aux élèves **les divers groupes d'aliments** en vous basant sur leur description nutritionnelle.

2. Demandez-leur ensuite de donner **des exemples d'aliments** qu'ils connaissent pour chacun des groupes, en commençant par le groupe à la base de la pyramide.



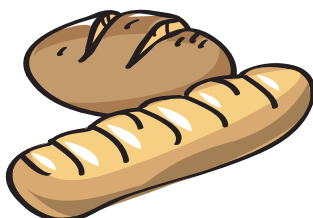
3. Observez les quantités recommandées, pour les différents groupes d'aliments en faites le constat suivant :

Nous constatons que, certains groupes d'aliments sont à consommer en grande quantité et d'autres modérément, pour le bien de notre corps et de notre santé. Pour chaque groupe, une quantité quotidienne est recommandée !



4. Discutez de l'alimentation des élèves en regard de leur découverte des proportions recommandées, et particulièrement des éléments suivants :

- Le corps a besoin **d'une consommation importante de fruits et légumes**, pour faciliter la digestion des aliments : 5 portions par jour.
- Au sein de chaque groupe, un aliment peut être remplacé par un autre, les aliments d'un groupe présentant les mêmes propriétés nutritionnelles (équivalences au sein du même groupe). Par exemple, pour avoir un apport en protéine suffisant par jour, il est possible de manger une petite portion de produit laitier, de viande, de poisson, de tofu, des légumineuses ou un œuf.
- Il n'est **pas nécessaire de manger de la viande ou du poisson** tous les jours, ils peuvent être remplacés par des produits laitiers, des œufs, des légumineuses ou du tofu qui apportent des protéines comparables à celles de la viande et du poisson.



A noter : en mélangeant produits laitiers et produits céréaliers (ex : yoghourt et céréales, pain complet et fromage), l'apport de protéines végétales est tout à fait similaire à celui des protéines animales. De même qu'en combinant un féculent avec des légumineuses (ex : riz et lentilles, couscous et pois chiches). C'est ce qu'on appelle **la complémentarité des protéines**.

1

L'équilibre alimentaire**Les produits Genève-Région Terre-Avenir (GRTA), une grande diversité !****MATÉRIEL**

- Poster « L'équilibre alimentaire » contenant l'assiette des groupes d'aliments et leur description nutritionnelle
- Vignettes illustrées des aliments GRTA

MESSAGES PÉDAGOGIQUES**Les produits GRTA concernent tous les groupes d'aliments !**

- Les produits GRTA, tous issus de l'agriculture genevoise ou de France voisine, sont très divers et touchent tous les groupes d'aliments de la pyramide alimentaire.
- Cette diversité concerne surtout les fruits et légumes.
- Une question : connais-tu des produits cultivés à Genève ? Lesquels ?

**Le label GRTA,
une garantie de qualité, de proximité, de traçabilité et d'équité**

DÉROULEMENT DE L'ANIMATION**Les produits GRTA dans les groupes alimentaires:**

Distribuez équitablement les vignettes des produits aux élèves.



1. Sur le poster des groupes d'aliments, demandez aux élèves de placer les vignettes des produits dans les groupes d'aliments correspondants. Faites remarquer la grande variété des fruits et légumes et des produits GRTA de ce groupe d'aliments, parallèlement à leur importance dans notre alimentation quotidienne.
2. Discutez des produits, ceux qu'ils connaissent bien et ceux qu'ils ne connaissent pas ou moins bien :
 - a. Quelle est la forme, la couleur et l'aspect des divers aliments ?
 - b. Vous souvenez-vous de les avoir déjà mangés, de leur goût et de leur consistance, et les aimez-vous ?
 - c. Comment les légumes étaient-ils préparés? Crus, en salade simple ou mêlée ? Ou cuits à l'eau ou à la vapeur, sautés à la poêle ou en gratins, cuits au four ? Sous forme de tartes ou comme légumes farcis ?

LA DESCRIPTION NUTRITIONNELLE DES GROUPES D'ALIMENTS

FRUITS ET LÉGUMES

Ils contiennent de la vitamine C et des sels minéraux qui nous protègent et des fibres pour faciliter le transit intestinal.

Le conseil nutritionnel : Chaque jour 5 portions de couleurs variées !

Fruits : pomme, poire, fraise, tomate
Légumes : salade, concombre, chou-fleur, radis

PRODUITS CÉRÉALIERS, POMMES DE TERRE ET LÉGUMINEUSES

Ils sont riches en glucides (hydrates de carbones), en vitamine du groupe B et en sels minéraux. Les glucides apportent de l'énergie à l'organisme.

Le conseil nutritionnel : Chaque jour 3 portions. Produits céréaliers de préférence complets!

Céréales et produits dérivés : blé, farine de blé, pain, pâtes, riz, maïs, etc.
Légumineuses : lentilles, graines de haricots, pois, soya
Pommes de terre

ALIMENTS RICHES EN PROTÉINES**PRODUITS LAITIERS, VIANDES, POISSONS, ŒUFS, TOFUS ET LEGUMINEUSES**

Ils sont riches en protéines pour la construction, l'entretien et la réparation de l'organisme. Les produits laitiers contiennent aussi du calcium nécessaire à la formation et à l'entretien des os. La viande et les œufs contiennent du fer responsable du transport de l'oxygène dans le sang.

Le conseil nutritionnel : Une source de protéine par repas, en variant les catégories.

Il n'est pas nécessaire de manger de la viande ou du poisson tous les jours, ils peuvent être remplacés par des produits laitiers, des œufs, des légumineuses ou du tofu qui apportent des protéines comparables à celles des viandes et du poisson.

Produits laitiers : lait, fromages, yoghourts, flans
Viande : bœuf, porc, volaille, agneau
Poisson / Oeuf / Tofu

HUILES, MATIÈRES GRASSES ET FRUITS À COQUE

Les graisses sont riches en lipides, qui apportent de l'énergie et des vitamines.

Le conseil nutritionnel : Quotidiennement une petite quantité. Beurre et margarine avec modération

Huiles : huile de colza et olive
Beurre
Fruits oléagineux : noix, noisettes, etc

SUCRERIES ET SNACKS SALÉS

Les aliments sucrés et snacks salés contiennent des glucides, qui apportent de l'énergie à l'organisme, mais ils sont pauvres en vitamines et en minéraux.

Le conseil nutritionnel : 1 petite portion au maximum par jour, pour le plaisir !

Gâteaux, sucreries, boissons sucrées

2

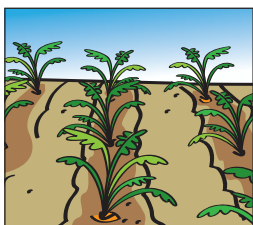
Du champ à l'assiette

MATÉRIEL

- Poster « Du champ à l'assiette »
- Cartes imagées des phases de fabrication

DÉROULEMENT DE L'ANIMATION

Découverte du parcours des aliments, de la production à la consommation en passant par la transformation



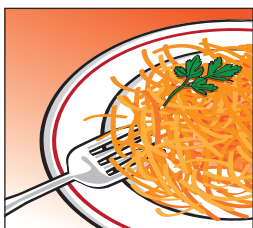
1. Regroupez les élèves devant le poster « Du champ à l'assiette » et distribuez, selon le nombre d'enfants, une ou deux cartes dessinées par élève.
2. Pour chacun des produits (carottes, blé, lait et viande), demandez aux élèves d'observer sa ou ses carte(s) imagées et d'identifier l'étape correspondante de transformation :

**Production****Récolte - traite - abattage****Conditionnement-transformation****Consommation-dégustation**

puis de placer la carte dans la bonne case.



3. Qu'ont-ils découvert qu'ils ne connaissaient pas, par ces illustrations et leur séquence, sur l'origine ou la fabrication des aliments ?
4. Posez-leur quelques questions de réflexion, en vous référant aux messages pédagogiques pour compléter les réponses :



- a. Pourquoi le maintien de l'agriculture est-il si important pour l'homme ?

Le service alimentaire rendu à l'homme pour ses besoins quotidiens.

- b. Et selon eux pourquoi localement ?

La limitation de la dépendance à l'extérieur et les gains écologiques locaux (la souveraineté alimentaire).

- c. Outre le service alimentaire de l'agriculture, à quoi sert-elle aussi ?

Ses fonctions écologiques, c'est-à-dire les services rendus à la conservation de la nature, de la biodiversité et du paysage.



MESSAGES PÉDAGOGIQUES (EN FIN D'ANIMATION)

L'agriculture à l'origine des aliments

- L'agriculture et l'élevage sont des activités humaines parmi les plus anciennes (du Proche-Orient à l'Europe, entre 4'000 et 8'000 ans). Ce sont aujourd'hui encore les activités les plus pratiquées, **car le besoin de nourriture ne change pas !**
- Le rôle de l'agriculture et des agriculteurs est la **production des céréales, des fruits et des légumes ainsi que l'élevage des animaux**. Nous retrouvons ces produits agricoles dans nos assiettes !
- Tout ce que nous mangeons provient du travail des paysans, genevois, suisses et du monde. Ils rendent à la fois **un service à l'homme**, par la nourriture fournie, et **un service à l'environnement** : conservation de la nature, participation au maintien de la faune et de la flore (« biodiversité ») et protection des paysages.

Transport, transformation et emballage : de la consommation d'énergie

La fabrication et la vente des aliments constituent plusieurs tâches qui demandent de l'énergie non renouvelable et donc, émettent des gaz à effet de serre contribuant au réchauffement climatique: agriculture mécanisée (machines utilisant du pétrole), engrais chimiques, élevage de vaches (ruminantion et émission de méthane), production d'aliments transformés (demande thermique), emballage (plastique) et transport durant tout le parcours de l'aliment !

Traçabilité

La traçabilité permet de connaître l'origine, la manière de produire et la transformation des aliments. Ces informations sont données grâce à l'étiquetage des aliments (étiquette, labels, etc.), traité dans l'animation 6.

3

Les fruits et légumes de saison à Genève

MATÉRIEL

- Poster « Les fruits et légumes de saison à Genève »
- Fiche A4 de la liste des fruits et légumes de saison GRTA, pour photocopie aux élèves
- 5 paniers
- Fruits et légumes en bois ou en tissu

MESSAGES PÉDAGOGIQUES

Les saisons : Le cycle naturel des cultures

Discutez avec les élèves de la culture et de la récolte des fruits et légumes en fonction des saisons (la saisonnalité) ainsi que de leur grande variété : chaque fruit ou légume est produit à une saison (ou période de l'année) déterminée.

De mai à octobre, c'est-à-dire de la fin du printemps au début de l'automne, la plupart des légumes GRTA sont disponibles. De novembre à avril, de la fin de l'automne au milieu du printemps, on trouve moins de choix de fruits et légumes, à ne pas oublier pour autant !



Biodiversité de la proximité

Nous consommons des fruits et légumes toute l'année, sans forcément nous soucier de la provenance et de la saisonnalité des produits. Nos habitudes alimentaires nous conduisent parfois à acheter des produits cultivés à l'étranger (ex : des fraises en décembre, du melon en janvier), ce qui implique un plus long transport et donc une plus grande consommation d'énergie, alors que nous les récoltons également chez nous mais à des saisons précises.

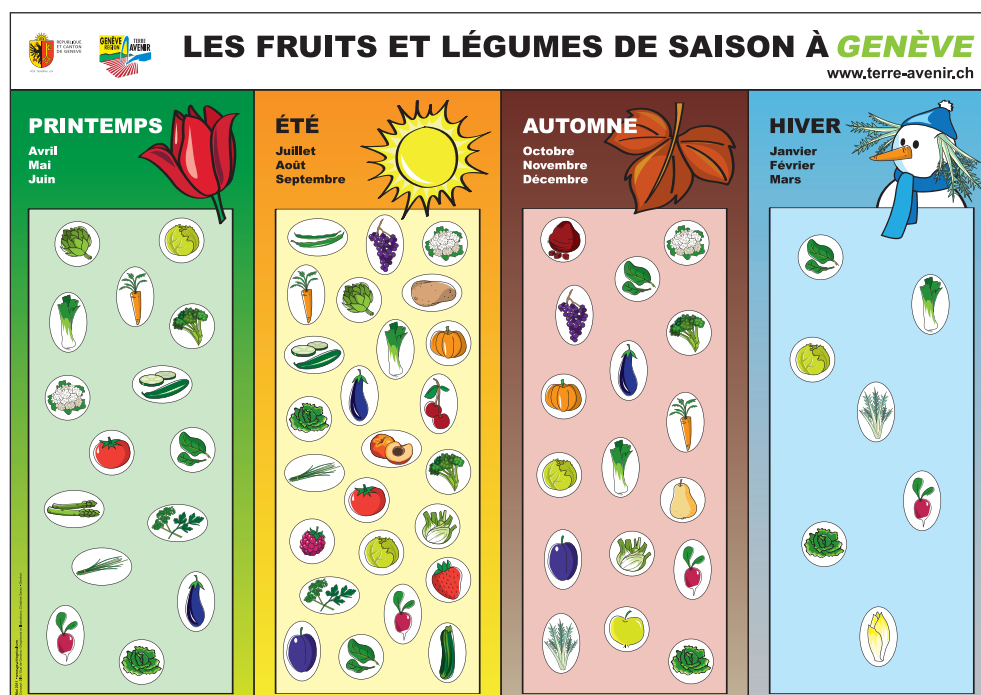
3

Les fruits et légumes de saison à Genève

DÉROULEMENT DE L'ANIMATION

A la découverte des fruits et légumes GRTA et leurs saisons

1. Regroupez les élèves devant le poster « Les fruits et légumes de saison à Genève » sous lequel sont disposés les paniers et expliquez la saisonnalité à l'aide des messages pédagogiques.
2. Distribuez à chaque élève 3 fruits et légumes.
3. Demandez-leur de reconnaître les fruits et légumes, d'identifier leur(s) saison(s) de production à Genève puis de les mettre dans les bons paniers correspondant aux saisons.
4. Discutez de la saisonnalité des fruits et légumes et constatez ensemble que l'on ne les trouve pas à chaque saison : il y a une plus grande diversité de produits l'été et l'automne que pendant la période de l'hiver jusqu'au milieu du printemps.

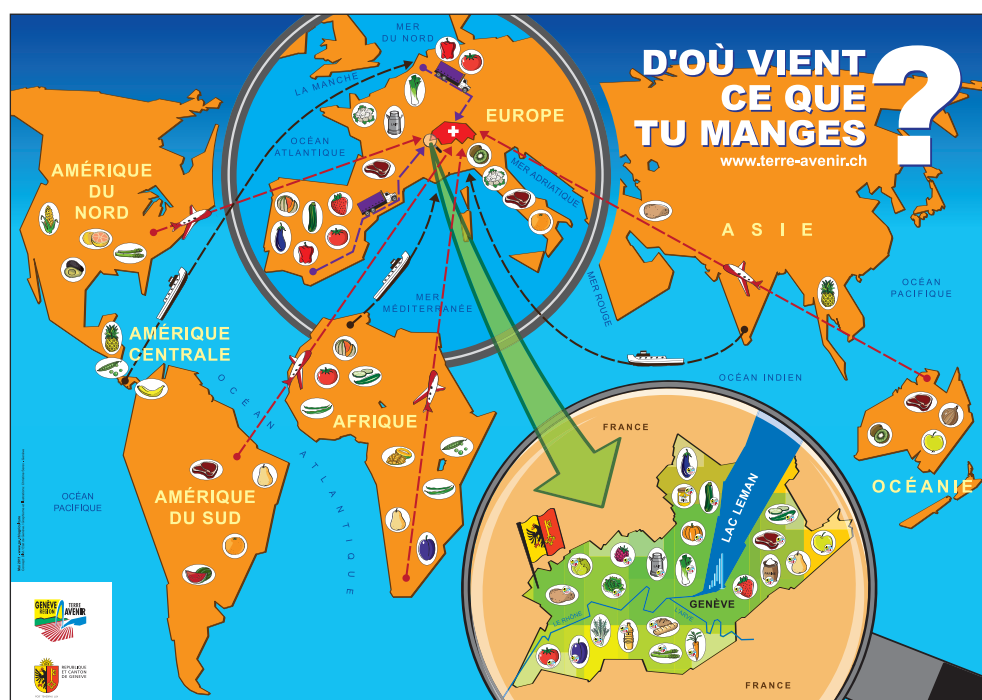


4

D'où vient ce que tu manges ?

MATÉRIEL

- Poster « D'où vient ce que tu manges ? »
- Fiche A4 correspondante avec les solutions
- Vignettes illustrées d'aliments



DÉROULEMENT DE L'ANIMATION

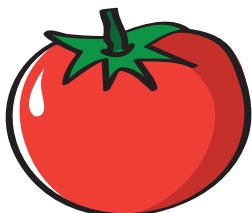
Découverte des fruits et légumes cultivés dans le monde

1. Organisez les élèves par deux et distribuez-leur les vignettes illustrées d'aliments (environ 4-5 vignettes)
2. Regroupez les élèves devant le poster « D'où vient ce que tu manges ? » et présentez-leur la carte du monde en leur demandant de localiser la Suisse, le Canton de Genève et placer leur école (vignette "Maison")
3. Demandez-leur d'observer leurs vignettes, d'identifier les produits et de regarder sur la feuille « solution » à quels endroits leurs vignettes de produits sont cultivés ou produits.

4

D'où vient ce que tu manges ?

DÉROULEMENT DE L'ANIMATION (suite)



4. Demandez-leur de placer ceux-ci sur le poster au bon endroit, les produits non GRTA sur les continents et les produits GRTA sur la carte de Genève



5. Lorsque le tableau est rempli avec tous les produits, discutez avec les élèves des avantages de la proximité, en vous appuyant sur les messages pédagogiques présentés ci-après : garantie de qualité des produits locaux, transport réduit et protection du climat, soutien et préservation de l'agriculture locale.

Ex : La tomate peut être produite en Espagne ou ailleurs mais nous en trouvons également à Genève et c'est donc la production locale que l'on devrait privilégier.

MESSAGES PÉDAGOGIQUES

Qualité

Grâce à la proximité, on peut consommer les fruits et légumes lorsqu'ils sont à maturité.

Transport et écologie

On protège la planète de la pollution et du réchauffement climatique car les légumes importés demandent plus de consommation de pétrole pour leur transport en avion ou en bateau, que ceux produits dans ta région :



1. Pour 10 kg de légumes de ta région, il faut seulement 1 litre de pétrole.

2. Pour 10 kg de légumes en Europe ou d'autres continents par bateau, il en faut le double.



3. Et pour les légumes qui viennent des autres continents par avion, il en faut environ 50 litres !



Attention à notre **consommation de viande** : l'élevage des animaux nécessite beaucoup de terres agricoles, d'eau et de nourriture végétale pour le fourrage. Il faut environ 10 protéines végétales, également comestible par l'homme, pour obtenir une seule protéine animale...

Travail agricole

Le fait de **consommer des produits locaux** permet de soutenir nos agriculteurs et le travail agricole.

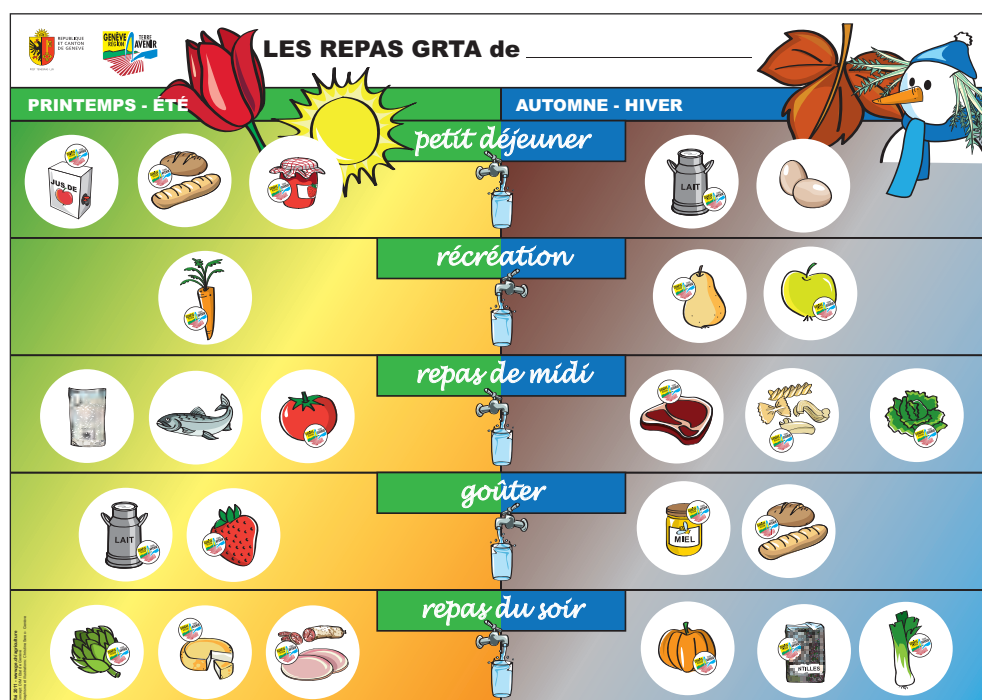
Les terres agricoles à l'étranger sont parfois victimes de **la monoculture** (une seule espèce cultivée). Elles sont spécifiquement destinées à une grosse production de l'espèce en question en vue de son **exportation**, c'est-à-dire de l'envoi du produit chez nous pour notre propre consommation.

5

Mes repas GRTA

MATÉRIEL

- Fiche A3 « Les repas GRTA de... »
- Planche A4 de vignettes autocollantes, printemps-été et automne-hiver



DÉROULEMENT DE L'ANIMATION

Inclure des aliments GRTA dans ses repas de la journée



1. Faites des groupes de deux élèves et distribuez leurs les documents (fiche A3 avec vignettes autocollantes « Mes repas de la journée : Printemps - Été ou Automne - Hiver »)
2. Choisissez la période Printemps - Été ou Automne - Hiver
3. Chaque binôme choisit les produits GRTA (en veillant à sélectionner les fruits et légumes de saison) qu'il préfère manger lors d'un repas et place les vignettes dans les cases de son choix.

5

Mes repas GRTA

MESSAGES PÉDAGOGIQUES

Des aliments GRTA dans mes repas...



Lancez les débats sur les choix des élèves, selon les bénéfices nutritionnels, agricoles ou environnementaux :

- Leur préférence pour tel ou tel produit, selon leur goût
- Le nombre de fois qu'apparaît un fruit ou un légume dans le tableau (le conseil étant 5 portions par jour)
- Les possibilités de manger des repas 100% GRTA ou au moins d'y introduire un produit GRTA dans son menu, et ce durant toute l'année !
- Les équivalences alimentaires pour tous les groupes d'aliments. Il est toujours possible d'échanger les aliments au sein de chaque groupe !

Des conseils pour mon alimentation quotidienne...

Pour la gestion quotidienne des repas et de l'alimentation des enfants, la Société suisse de nutrition propose 5 messages clés adaptés au public cible (enfants 7 à 10 ans) :

De l'eau

L'eau est la championne des boissons. Fraîche du robinet, avec ou sans bulles, tu peux en boire à tout moment. **Préfère-la aux boissons sucrées!**

Des fruits
et des légumes

C'est un plaisir de partir à la découverte de l'immense variété de fruits et de légumes. Il existe mille manières de les préparer. **Manges-en à tous les repas et aux collations!**

Des repas
réguliers

Un bon petit déjeuner c'est un bol d'énergie pour bien démarrer la journée. Le repas de midi, le souper, la collation de la matinée et celle de l'après-midi te permettent d'être en forme jusqu'au soir. **Evite de grignoter entre deux!**

Manger de tout

Découvre la diversité des aliments disponibles et ose manger de tout. **Laisse une toute petite place aux sucreries et aux aliments gras!**

Des repas
sans écran

Manger est une activité. Jouer, lire, bricoler ou regarder la télé en sont des autres. Chaque chose en son temps!

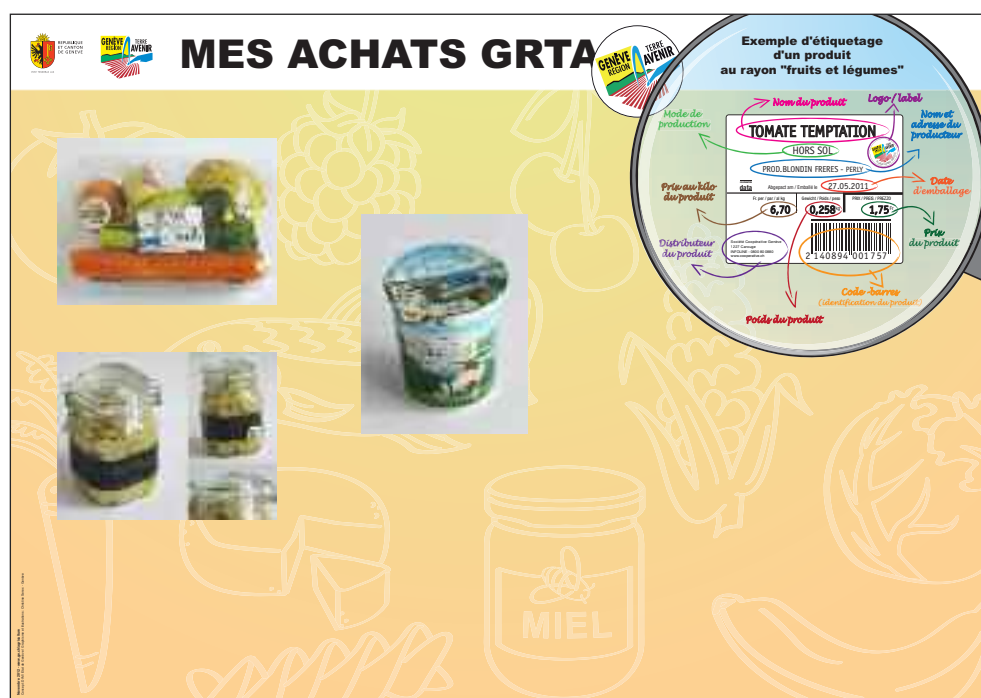
A table, profite de manger et de déguster tranquillement. Hors de table, il y a plein d'activités qui peuvent te plaire. Laisse un peu de côté les écrans.

6

Mes achats GRTA

MATÉRIEL

- Panneau « Mes achats GRTA »
- Photos des produits GRTA, montrant diverses dispositions d'emballage, d'étiquetage et de labels



MESSAGES PÉDAGOGIQUES

Le consommateur est responsable de ce qu'il achète, car ses achats ont des conséquences sur l'environnement ou sur les populations à l'étranger.

Au magasin ou au supermarché, tu peux trouver toutes sortes **d'informations sur l'emballage des produits** qui t'aident à faire tes choix :

- **La variété du produit agricole**
- **La provenance (l'origine des ingrédients)**
- **Le nom du producteur ou du conditionneur**
- **Le type de production (agriculture biologique ou autre).**

6

Mes achats GRTA

Le déchiffrement des étiquettes

Nom du produit Nom de l'espèce et de la variété du produit acheté. Chaque espèce est constituée de nombreuses variétés qu'il est important de conserver.

Mode de production Pour produire des fruits, légumes, fleurs et céréales ou pour l'élevage, on peut n'utiliser aucun produit chimique (production biologique) ou alors les utiliser de façon modérée (PI - Production intégrée) et (PER-prestation écologique requise). Il y a également différents types de production. Les produits peuvent pousser dans la terre (plein champ, pleine terre), sur un support (hors-sol), et être protégés par un abri (sous abri). Un abri peut être un tunnel ou une serre.

Nom et adresse du producteur Adresse du lieu de production des fruits, légumes, fleurs et céréales ou d'élevage des animaux. Cela permet de voir si le produit provient de la région de Genève, de la Suisse, de l'Europe ou de plus loin encore.

Date d'emballage La date d'emballage est la date à laquelle le produit a été emballé pour pouvoir être vendu. Cette information permet de connaître la fraîcheur du produit, car il n'y a pas de date de péremption (date limite de consommation) sur les fruits et les légumes.

Prix au kilo du produit Le prix du kilo du produit permet de comparer plus facilement le prix des différents produits entre eux.

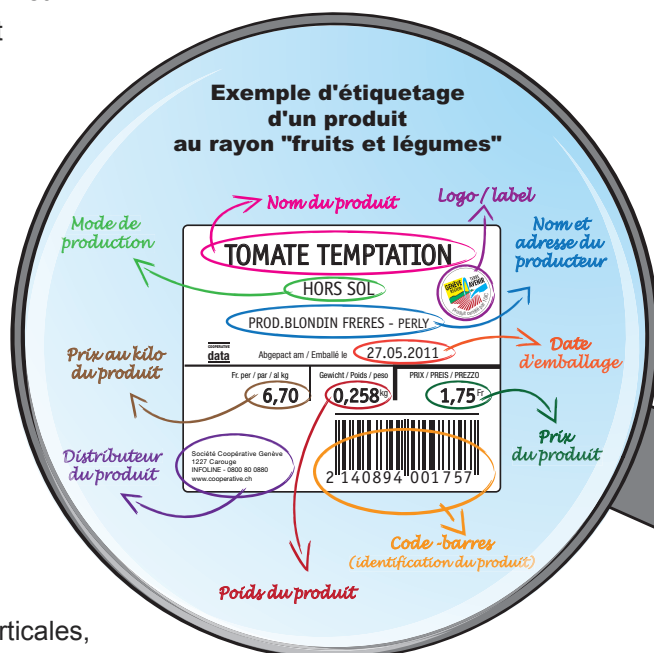
Poids du produit

Prix du produit

Distributeur du produit Entreprise qui finance, rassemble, stocke, promeut et envoie les produits aux commerçants.

Code barres Code utilisant des barres verticales, qui, lu par un lecteur optique, permet de renseigner sur le nom du produit, son prix, les quantités en stock...

Logo / label



6

Mes achats GRTA

Des labels et logos permettant de mieux reconnaître un produit

	<p>La marque SUISSE GARANTIE distingue des aliments produits et transformés en Suisse selon des règles respectueuses des animaux et de l'environnement et excluant les organismes génétiquement modifiés. Sont également considérés comme suisses les produits de la zone franche de Genève.</p>
	<p>Le Logo GENÈVE RÉGION - TERRE AVENIR renseigne sur l'origine des produits. Lorsqu'il est mentionné sur un produit, cela signifie que ce dernier est certifié GRTA et qu'il a été produit dans la région de Genève.</p> <p>Les principes du label GRTA sont :</p> <ul style="list-style-type: none"> - la qualité : c'est la fraîcheur, la diversité et le goût des produits. - la proximité : c'est un lien de confiance mutuelle entre les agriculteurs et les consommateurs genevois et la réduction des transports, donc une meilleure protection de l'environnement. - la traçabilité : c'est connaître qui produit, transforme, transporte et vend les produits, du champ cultivé jusqu'à l'épicerie ou au supermarché ! - l'équité : c'est respecter les conditions de travail de ceux qui produisent, transforment, transportent et vendent les produits.
	<p>Le label BIO SUISSE (Bourgeon) garantit :</p> <ul style="list-style-type: none"> - une production biologique sur l'ensemble de l'exploitation et une diversité naturelle sur la ferme - le respect des animaux - le refus des OGM - le refus des pesticides et engrais chimiques de synthèse - le renoncement aux additifs inutiles tels que les arômes ou colorants - une transformation douce des aliments - des contrôles réguliers et indépendants de la culture et de la transformation.
 	<p>Le label MIGROS BIO est une marque spécifique à Migros. Où le trouver? MIGROS</p> <p>Le label IP-SUISSE défend les intérêts des paysans pratiquant la «production intégrée». Il réunit des exploitations familiales respectant les principes de la protection de l'environnement et de celle des animaux. Pour obtenir le label IP-Suisse, les paysans doivent répondre à des exigences plus sévères que celles posées par la Confédération en matière de principes écologiques</p>

6

Mes achats GRTA

Des labels et logos permettant de mieux reconnaître un produit

	<p>Le logo PROVIANDE permet de connaître l'origine de la viande. S'il est apposé sur le produit, cela signifie que la viande est Suisse.</p>
	<p>Les produits DE LA RÉGION idem GRTA mais avec l'approvisionnement sur une partie du canton de Vaud en plus de la région genevoise. Où le trouver? MIGROS</p>
	<p>TERRASUISSE est la garantie d'une agriculture suisse, respectant l'environnement et les animaux. Les paysannes et paysans s'engagent pour des biotopes naturels, au bénéfice des plantes rares et des animaux sauvages. De cette manière, la diversité des paysages et la diversité biologique sont préservées et encouragées. Où le trouver? MIGROS</p>
	<p>Les produits qui sont signalés avec le logo LOCAL sont des produits issus d'une zone d'approvisionnement d'un rayon de 30 kilomètres maximum autour du magasin de vente. Où le trouver? MANOR</p>
	<p>Un produit AOC doit être entièrement élaboré dans sa région d'origine, depuis la production de la matière première jusqu'à la réalisation finale. Il porte le nom de la région d'où il est issu et doit respecter les trois conditions suivantes: origine, lien avec le terroir et méthodes de production respectueuses de la tradition régionale.</p>
	<p>Un produit IGP doit être</p> <ul style="list-style-type: none"> - originaire d'une région précise - d'une qualité déterminée, et la réputation ou d'autres caractéristiques peuvent être attribuées à cette origine géographique - issu d'une production, transformation, élaboration qui ont lieu dans l'aire géographique délimitée.

6

Mes achats GRTA

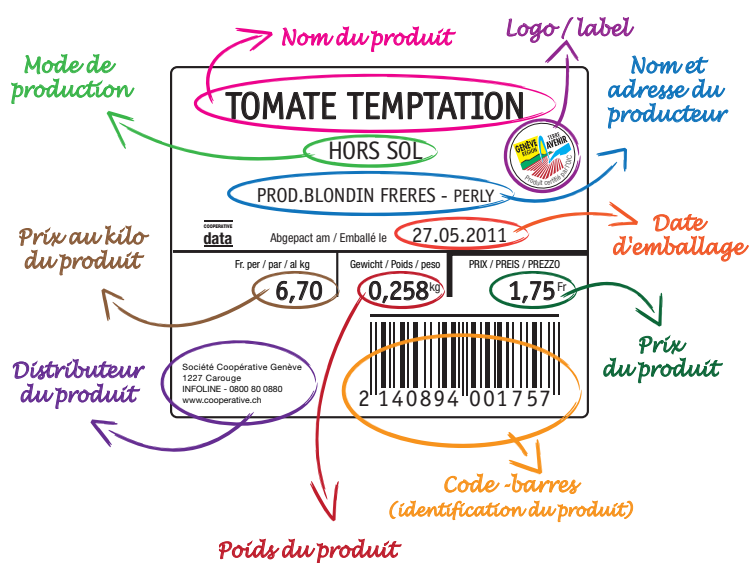
DÉROULEMENT DE L'ANIMATION

Observation des produits et lecture des étiquettes

1. Mettez les élèves en binômes et distribuez-leur quelques photos des produits GRTA

2. Demandez-leur de discuter de ce qu'ils voient et de chercher les éléments suivants :

- Nom du produit et sa variété
- Mode de production
- Nom et adresse du producteur
- Prix au kilo du produit
- Poids du produit
- Prix du produit
- Distributeur du produit
- Code-barres
- Date d'emballage
- Logo / label



3. Demandez aux élèves de répondre à des questions du type :

- Qui a un produit du groupe des aliments protéinés ? des fruits et légumes ?
- Qui a un fruit ou un légume produit à Genève, en Suisse, dans le reste du monde ?
- Qui a un produit qui coûte plus cher que 30 ct. les 100 gr ?
- Qui a un produit dont on peut lire le nom du producteur ?
- Qui a un produit avec un autre label que le label GRTA ?

Lorsqu'ils répondent juste en premier, ils peuvent placer la photographie de leur produit sur le panneau et présenter brièvement toutes ses caractéristiques au reste des élèves.

6

Mes achats GRTA

CONCLUSION GÉNÉRALE

A la fin de l'animation, vous pouvez discuter de leur manière de faire le planning des repas et des courses avec leurs parents et ce qu'ils pourraient changer, selon les critères d'achats suivants :

- Provenance étrangère, suisse ou genevoise ?
- Le choix de la proximité et de la saisonnalité avec les fruits et légumes GRTA
- L'achat de produits labellisés pour la protection de l'environnement ou le commerce équitable (respect du travail des paysans du sud)
- Leurs goûts et leurs préférences alimentaires à équilibrer avec les recommandations nutritionnelles
- Les aspects nutritionnels prioritaires : 5 portions de fruits et légumes par jour

Demandez-leur ce qu'ils ont retenu et de quoi ils parleront avec leurs parents.

7

Les herbes aromatiques

MATÉRIEL

- 4 ou 5 herbes aromatiques en pot
- Ardoises et craies

MESSAGES PÉDAGOGIQUES

Les herbes aromatiques, appelées aussi « fines herbes », sont des plantes cultivées pour leurs qualités aromatiques et condimentaires. On les utilise ainsi pour assaisonner ou parfumer les plats, crus ou cuits.

Demandez aux élèves s'ils peuvent citer quelques noms d'herbes aromatiques. Donnez-leur un ou deux exemples pour les aider : persil ou basilic. Demandez-leur ensuite dans quels types de plats ou avec quels aliments les herbes qu'ils ont citées sont utilisées.

Certaines herbes aromatiques peuvent aussi être séchées et coupées pour en faire des tisanes, comme le thym, la menthe, la sauge ou la verveine.

DÉROULEMENT DE L'ANIMATION

A la découverte des herbes aromatiques

1. Montrez les herbes aromatiques en pot et énumérez leurs noms mais sans spécifier auxquelles ceux-ci se rapportent.
2. Faites sentir et toucher ces herbes aux élèves.
3. En donnant un numéro à chaque herbe (de 1 à 5), demandez aux élèves d'associer un nom à chacune des herbes, en notant le numéro et le nom choisi sur l'ardoise.



8

Coloriage

(4-6 ans)

MATÉRIEL

- Des feuilles de coloriage (une par enfant)
- Crayons de couleur et taille crayon

MESSAGES PÉDAGOGIQUES

Découverte des fruits et légumes dessinés

Des discussions simples peuvent être envisagées avec l'enfant, autour des questions suivantes :

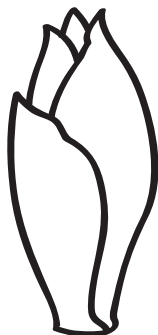


- Lesquels de ces fruits et légumes te rappelles-tu avoir déjà mangé ? Était-ce à la maison ou à la cantine ? Était-il chauds ou froids (cuits ou crus) ?
- Quels sont les légumes que l'on peut retrouver en soupe ? (la courge) Ou en salade ? (la tomate, le concombre, les endives)
- Quelles sont les fruits et les légumes que tu préfères ? Comment sont-ils préparés ? Sont-ils coupés en morceaux (ex : la carotte) ou les manges-tu tout en entier ?! (les fruits, une carotte crue)

Des produits et des saisons !

Aborder les saisons tout simplement, en leur faisant découvrir que dans les champs qui entourent Genève et leur commune d'habitation, les fruits et légumes qu'ils dessinent ne poussent pas toute l'année mais à une saison particulière. Laquelle ?..

DÉROULEMENT DE L'ANIMATION



1. Distribuez à chaque enfant en bas âge une feuille de coloriage et des crayons de couleurs.
2. Demandez-leur de reconnaître les fruits et les légumes dessinés et de les nommer.
3. Demandez-leur ensuite d'identifier la bonne couleur du produit reconnu et de le colorier.
4. Aidez-les à compléter leurs lacunes et à colorier correctement tous les fruits et légumes.
5. Faites-leur lire ou indiquez la saison correspondante du produit dessiné.

<p>1 L'équilibre alimentaire</p> 	<p>5 Mes repas GRTA</p>
<p>2 Du champ à l'assiette</p> 	<p>6 Mes achat GRTA</p>
<p>3 Les fruits et légumes de saison</p>  	<p>7 Les herbes aromatiques</p> 
<p>4 D'où vient ce que tu manges ?</p> 	<p>8 Coloriage</p> 

Contact :

Département de l'intérieur, de la mobilité et de l'environnement
 Direction générale de l'agriculture
 Ch. du Pont-du-Centenaire, 109 - 1228 Plan-les-Ouates
 Tel : 022 388 71 71 - Fax :022 388 71 40
 agriculture.dim@etat.ge.ch - www.terre-avenir.ch