



Le kit ludo-pédagogique "**À table les bouts de chou !**" destiné aux crèches et aux maternelles se compose de :

- » 1 **tableau*** aimanté, effaçable, et 1 **feutre**.

Ce support est un vecteur de communication entre les **professionnels** et les **enfants** [découverte des groupes d'aliments, apprentissage des saisons, évocation des 5 sens...] mais aussi entre les **professionnels** et les **parents** [présentation des repas et des activités]. Chaque matin, utilisez-le avec les enfants afin de constituer avec eux le menu du jour puis affichez-le dans l'espace-repas. Accompagner les enfants dans la découverte de la nutrition diminuera la néophobie alimentaire, favorisera la diversification alimentaire, et les familiarisera avec les aliments (un enfant éprouve des difficultés à intégrer qu'une carotte en rondelle ou râpée soit un seul et même aliment).

- » 88 **magnets*** [31 "**légumes**" + 21 "**fruits**" + 4 "**produits laitiers**" + 15 "**féculents**" + 6 "**œufs-viande-poisson**" + 1 "**produit sucré**" + 1 "**boisson**" + 4 "**saisons**" + 5 "**jours de la semaine**"] et leur **pochette de rangement***.
- » Le **descriptif** de chaque visuel représenté sur les magnets.

* : fabrication française

Consignes d'utilisation du tableau

- » Le tableau peut être **fixé** sur une surface plane (mur, vitre) grâce à sa bande velcro ou simplement **posé**.
- » Il est fourni avec **4 coins** pour protéger ses angles.
- » Il pèse un peu plus de **2 kilos** et doit donc être manipulé avec précaution afin de limiter le risque de chute.

Pour aller plus loin...

Afin de sensibiliser vos publics aux bienfaits d'une vie saine et équilibrée, nous vous proposons d'**animer**, au sein de votre structure, des séances pour les enfants et leur famille mais également de vous **accompagner** dans la mise en place d'ateliers sur les thèmes de l'alimentation et des modes de vie (sommeil, activité physique, environnement, temps passé sur les écrans...).

Selon le nombre d'interventions que nous animerons, vous bénéficierez d'un tarif préférentiel pour la commande du kit *À table les bouts de chou !*

Contactez-nous afin que nous construisions ensemble des **actions sur-mesure** (atelier-cuisine, atelier-jardinage, idées créatives, café-causette...) ou des **sessions de formation/accompagnement** pour les professionnels.

Petit aperçu de nos ateliers



Recueil d'histoires, conçu pour animer nos ateliers



Pour une santé rime avec plaisir



32 rue Gabriel Péri - 69100 Villeurbanne

contact@sensetsavoirs.com \ 06.80.91.04.40 \ www.sensetsavoirs.com



Magnets du tableau "À table les bouts de chou !" ↪ Descriptif des visuels

| Groupe d'aliment | Numéro | Nom | Mois de la pleine saison |
|------------------|--------|----------------------------|------------------------------------|
| Légumes | 1 | Artichaut | De février à septembre |
| | 2 | Aubergine | De juin à septembre |
| | 3 | Betterave | D'octobre à mars |
| | 4 | Blette | De mai à octobre |
| | 5 | Brocoli | De septembre à mars |
| | 6 | Butternut | D'octobre à janvier |
| | 7 | Carotte | De septembre à mars |
| | 8 | Céleri rave | D'octobre à mars |
| | 9 | Champignon de Paris | Toute l'année |
| | 10 | Chou blanc | De juin à avril |
| | 11 | Chou rouge | De juin à avril |
| | 12 | Chou vert | D'août à février |
| | 13 | Chou-fleur | De septembre à avril |
| | 14 | Concombre | D'avril à octobre |
| | 15 | Courge | D'octobre à janvier |
| | 16 | Courgette | De mai à septembre |
| | 17 | Endive | D'octobre à avril |
| | 18 | Epinard | D'avril à juin |
| | 19 | Fenouil | De mai à décembre |
| | 20 | Haricot vert | De juillet à septembre |
| | 21 | Navet | D'octobre à mai |
| | 22 | Panais | De septembre à mars |
| | 23 | Petit pois | D'avril à juillet |
| | 24 | Poireau | De septembre à avril |
| | 25 | Poivron | De juin à septembre |
| | 26 | Potimarron | D'octobre à janvier |
| | 27 | Radis rose | De mars à juin |
| | 28 | Radis noir | De septembre à décembre |
| | 29 | Salade | De mai à février |
| | 30 | Tomate | De mai à septembre |
| | 31 | Topinambour | D'octobre à mars |
| Fruits | 1 | Abricot | Juin-Juillet |
| | 2 | Ananas | Janvier |
| | 3 | Banane | Toute l'année |
| | 4 | Citron jaune / Citron vert | De janv. à mars / De janv. à sept. |
| | 5 | Cerise | De mai à juillet |
| | 6 | Clémentine | D'octobre à février |
| | 7 | Fraise | Mai-Juin |
| | 8 | Framboise | De juillet à septembre |
| | 9 | Kiwi | De novembre à avril |
| | 10 | Mangue | De décembre à février |



| Groupe d'aliment | Numéro | Nom | Mois de la pleine saison |
|---------------------------|--------|--|--------------------------|
| Fruits (suite et fin) | 11 | Melon | De juin à septembre |
| | 12 | Nectarine blanche / jaune | De juillet à septembre |
| | 13 | Orange | De décembre à mai |
| | 14 | Pamplemousse jaune / rose | De décembre à avril |
| | 15 | Pastèque | De juillet à septembre |
| | 16 | Pêche blanche / jaune | De juillet à septembre |
| | 17 | Poire | D'août à avril |
| | 18 | Pomme (différentes variétés) | De septembre à mai |
| | 19 | Prune | De juillet à septembre |
| | 20 | Raisin | D'août à octobre |
| | 21 | Rhubarbe | Mai-Juin |
| Produits laitiers | 1 | Fromage (différentes variétés) | X |
| | 2 | Fromage blanc | |
| | 4 | Petit-suisse | |
| | 5 | Yaourt | |
| Féculents | 1 | Blé | X |
| | 2 | Boulghour | X |
| | 3 | Flageolet | Septembre-Octobre |
| | 4 | Haricot blanc | De juillet à octobre |
| | 5 | Haricot rouge | Août-Septembre |
| | 6 | Lentille corail / jaune / verte | De novembre à mars |
| | 7 | Mais | X |
| | 8 | Pâtes alphabets | X |
| | 9 | Pâtes (différentes variétés) | X |
| | 10 | Pois cassés | De janvier à juin |
| | 11 | Pois chiches | De juillet à octobre |
| | 12 | Pomme de terre | X |
| | 13 | Quinoa | X |
| | 14 | Riz | X |
| | 15 | Semoule | X |
| Œufs Viande Poisson | 1 | Œuf | X |
| | 2 | Bœuf | |
| | 3 | Cochon | |
| | 4 | Mouton | |
| | 5 | Poisson | |
| | 6 | Poulet | |
| Produit sucré | | Gâteau nature | X |
| Boisson | | Eau | X |
| Saisons | | Printemps-Été-Automne-Hiver | X |
| Jours de la semaine | | Lundi-Mardi-Mercredi Jeudi-Vendredi | X |

À table les bouts de chou !

Menu du

Nos activités

Les 4 Saisons

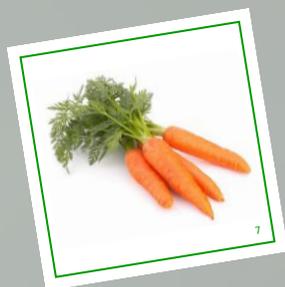
Les 5 sens



Support conçu par Sens et Savoirs
info@sensetsavoirs.com | www.sensetsavoirs.com

Notre offre

Pour les **professionnels** et les **particuliers**: des ateliers ludiques et participatifs, des supports pédagogiques, recyclables et innovants.
Pour les **professionnels**: des formations basées sur une approche holistique: les 5 sens, l'alimentation et les modes de vie.



Bon de commande

Kit ludo-pédagogique "À table les bouts de chou !"

| | |
|---|---|
| Nom de la structure (le cas échéant) | |
| Adresse postale | |
| Prénom | |
| Nom | |
| Mail | |
| Téléphone | |
| Nb de kit(s) [1 tableau + 88 magnets + 1 pochette + 1 feutre] | ----- kit(s) X 125 € = ----- € Frais d'envoi inclus |
| Facture | <input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non |

Bon de commande à retourner complété par courrier, accompagné de votre règlement à l'ordre de Sens et Savoirs :

Sens et Savoirs - 32 rue Gabriel Péri - 69100 Villeurbanne

Pour tout renseignement : contact@sensetsavoirs.com \ 06.80.91.04.40

Découvrez sur notre site web www.sensetsavoirs.com les autres supports que nous vous proposons pour la mise en place de vos ateliers.



Pour que santé rime avec plaisir