



BIENVENUE DANS LA FERME DES JOLIPRÉ !



Bonjour à tous!

Je m'appelle Théo ! Je suis le fils de la famille Jolipré, nous sommes éleveurs depuis plusieurs générations.

Je t'invite à découvrir ma famille, notre ferme et notre vie de tous les jours à travers des histoires et des jeux. Seul, entre copains ou en famille, tout le monde peut participer !

Tu vas faire connaissance avec les membres d'une famille pas comme les autres !

Chez les Jolipré, on élève des vaches, des veaux, des moutons, des cochons et des chevaux... Ça en fait des aventures à raconter !

Chez nous chacun a sa passion et son animal préféré !



Michel

Mon grand père a toujours de fabuleuses histoires à raconter. Il a fait le tour du monde et s'est passionné pour les chevaux. L'élevage n'a aucun secret pour lui.



Stéphane

Mon père prend son métier très à cœur en cherchant le moyen de réduire notre impact sur la planète. Le bœuf est son animal préféré.



Isabelle

Ma mère adore cuisiner ! Elle a créé une table d'hôtes tout en travaillant à la ferme. Elle s'occupe des veaux, qui requièrent une attention particulière.



Anaïs

Ma sœur est la plus engagée de la famille. Sa passion, c'est le cochon : elle se préoccupe beaucoup du bien-être des animaux que nous élevons.



Théo

Quant à moi, j'adore le mouton. À son aise en plein air, aimant grimper dans les montagnes... Comme moi ! Je suis également passionné par les insectes. J'en connais des centaines !

Grâce à ce cahier, tu en sauras plus sur les relations entre la planète, les hommes et les bêtes !

Comment ça marche ?

Le cahier propose plus de 30 jeux que tu peux faire dans l'ordre qui te convient.

À chaque fois que tu as terminé un jeu, tu peux compléter le dessin central pour suivre ta progression.

Tu trouveras, en bas de chaque page de jeux, une indication pour compléter ce dessin.

Quand tu auras terminé, tu pourras le détacher et t'en servir pour décorer ta chambre !

Tu peux aussi choisir les jeux en fonction de ce que tu préfères :

réfléchir



observer



imaginer



Certains jeux sont plus faciles que d'autres. Le nombre d'étoiles présentes sur le drapeau à côté de chaque activité t'indique leur niveau. **Plus il y a d'étoiles, moins c'est facile mais tu peux tous les essayer.**



> Colorie et décore le panneau de bienvenue sur la double page centrale.

Maintenant,
à toi de jouer!



LA FABULEUSE
AVENTURE DE
L'ÉLEVAGE

P.2



LES JOLIPRÉ
S'ENGAGENT POUR
LA PLANÈTE

P.8

RESPECTER
L'ANIMAL, C'EST
ESSENTIEL

P.14

L'ALIMENTATION:
UNE QUESTION
D'ÉQUILIBRE

P.22

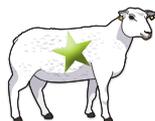


★★

Mon troupeau s'est dispersé !

Aide-moi à retrouver les moutons perdus !

Ils sont cachés dans les pages du cahier et ressemblent à ce mouton :



Combien en as-tu retrouvé ? ____

(attention le mouton ci-dessus ne compte pas !)

Ce chiffre correspond à mon âge !



➤ Dessine un mouton dans son enclos sur la double page centrale. → 1

LA FABULEUSE AVENTURE DE L'ÉLEVAGE



Théo

Grand-père, raconte-moi encore ton tour du monde ! Il paraît que tu as fait un grand voyage avant de t'installer ici ?



Michel

J'en ai vu des choses !

Écris le nom des animaux évoqués par Michel sous leur dessin.



Théo

Tu as vu des animaux extraordinaires !
Et qu'as-tu fait à ton retour en France ?



Michel

À mon retour en France, j'ai retrouvé les animaux d'élevage de nos régions et je me suis rendu compte que nous avons de nombreuses races différentes :



• Des tout roses, ou tout noirs en Gascogne, et même bicolores dans le nord du pays !



• Des, ma grande passion. J'ai compté plusieurs dizaines de races différentes élevées dans tout le pays.



• Des si différentes les unes des autres ! Blondes en Aquitaine, noires en Camargue, des plus ou moins costaudes, certaines avec des yeux de biches... 25 races au total !



• Des : tout noirs dans le Massif Central, à mèches longues dans les Pyrénées, ou encore à laine blanche et peau noire en Bourgogne ! J'en ai vu plus de 30 races différentes.

Oui, c'est vrai ! Avant de devenir éleveur, j'ai été quelques temps instituteur.

J'ai décidé de reprendre la ferme de famille dans les années 70, mais avant, j'ai fait le tour du monde, parcouru les cinq continents et exercé de nombreux métiers : marin, berger, réparateur de motos...

À chaque étape de mon périple, j'ai rencontré des éleveurs qui m'ont fait partager leur passion.

- **Aux États-Unis**, j'ai vécu chez des éleveurs de bisons et j'ai même été cow-boy !
- **Au Tibet**, j'ai rencontré des éleveurs de yacks et labouré des champs grâce à ces animaux.
- **En Amérique du Sud**, je me suis fait des amis parmi les éleveurs argentins qui se déplacent à cheval sur des dizaines de kilomètres.
- **En Nouvelle-Zélande**, j'ai vu des troupeaux de moutons à perte de vue et participé à des concours de tonte !



Imagine et dessine 2 photos souvenirs que Michel aurait pu prendre pendant son voyage ou à son retour en France.

Une aventure d'éleveur !

la planète
des hommes
et des bêtes!

Complète l'histoire suivante en imaginant ce qui aurait pu arriver à Michel au cours de son voyage.

Un jour, en....., j'ai rencontré un éleveur de.....
Il s'appelait.....
C'est devenu un grand ami ! Ensemble, nous avons voyagé pendant
Il m'a fait un cadeau que je n'oublierai jamais :
Grâce à lui, j'ai appris que.....



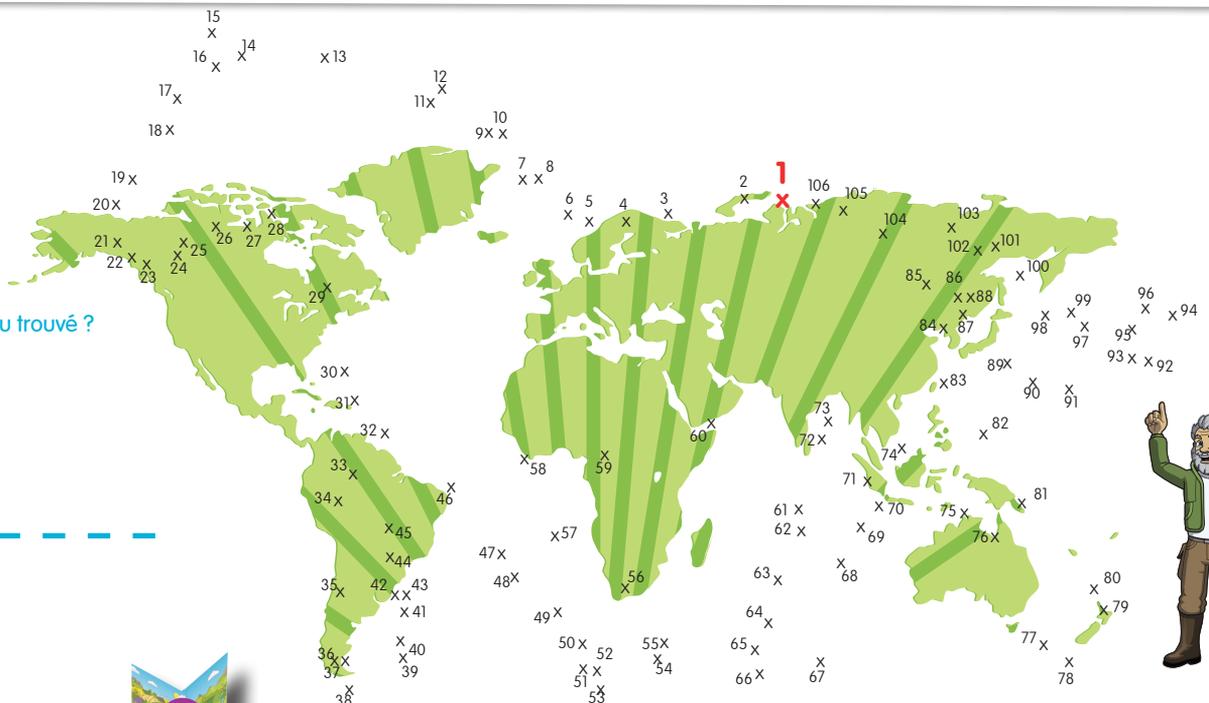
Voici la malle à souvenirs de Michel !
Dessine d'autres objets qu'il a pu rapporter de son périple en t'inspirant des mots suivants : élevage / animaux / ferme / alimentation / nature.



Quel est l'animal préféré de Michel ?
Pour le découvrir, retrace son itinéraire sur la carte en reliant les étapes de son voyage autour du monde !

Quel animal as-tu trouvé ?
Écris son nom ici





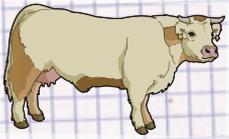
→ Colorie le bâtiment des chevaux sur la double page centrale. → 3

Des chiffres et des bêtes

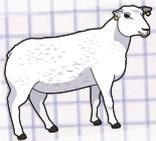
Dans les prairies pâturées par les animaux d'élevage et dans les haies qui les entourent, vivent des millions d'insectes, des petits mammifères, des oiseaux ainsi qu'une grande variété de plantes qui font partie de la biodiversité. Les animaux herbivores, comme les équins, les bovins ou les ovins, en broutant l'herbe, permettent à certaines espèces de plantes de se développer. Leurs bouses fertilisent le sol et offrent de la nourriture à de nombreux insectes. Ils contribuent au maintien de la biodiversité mais aussi à l'entretien des paysages en maintenant des étendues d'herbe rase.

MOTS CLÉS

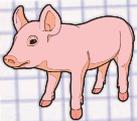
Bovin : c'est la famille du veau, de la vache, du bœuf, du taureau...



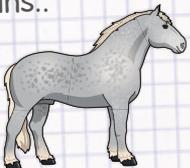
Ovin : c'est la famille des moutons, brebis, béliers, agneaux...



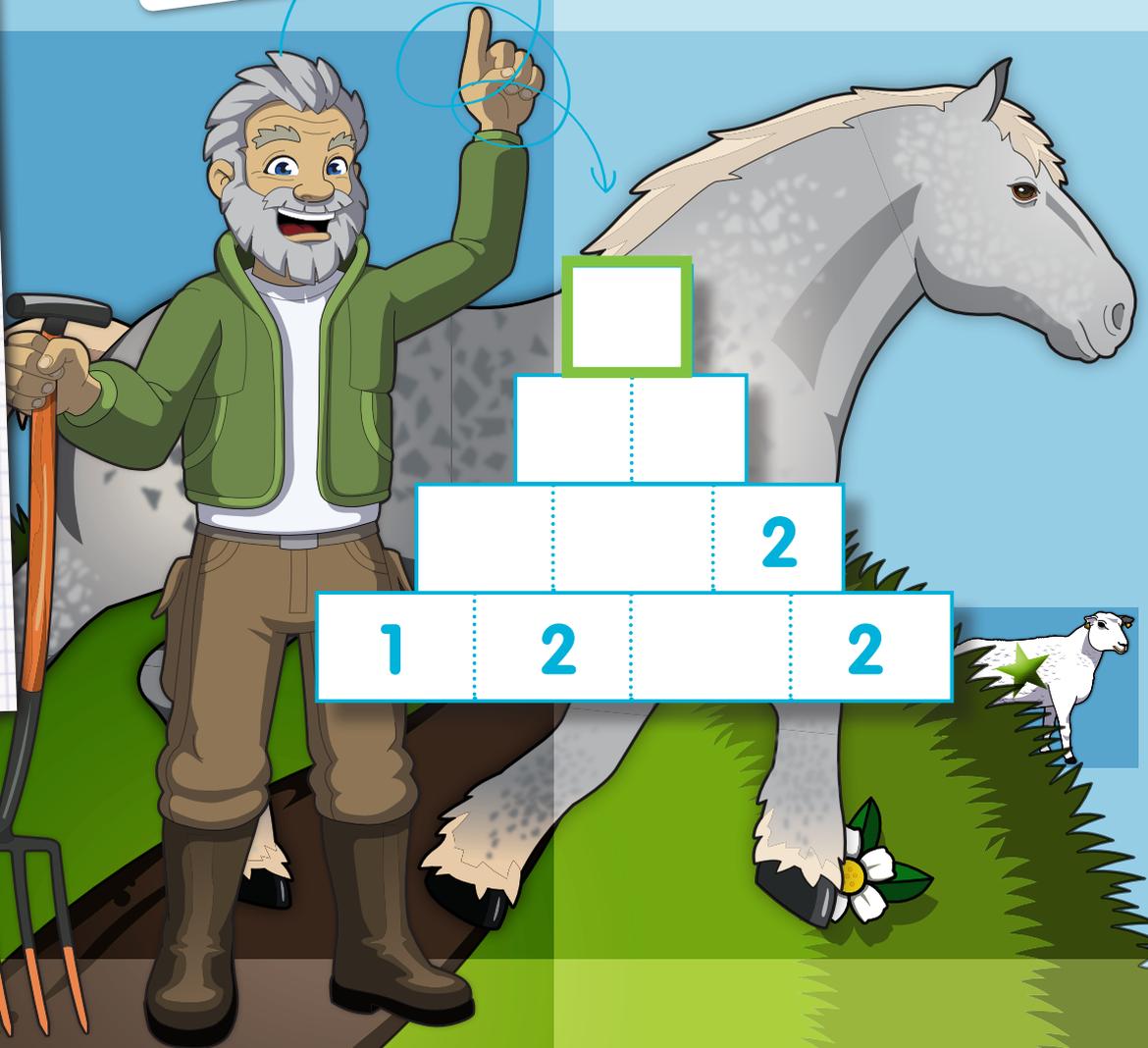
Porcin : c'est la famille des cochons, des sangliers...



Équin : c'est la famille des chevaux, étalons, juments, poulains..



Pour savoir combien de races de chevaux de trait sont élevées en France, complète la pyramide suivante. Chaque chiffre correspond à la somme des chiffres des cases situées juste en dessous !



> Colorie les arbres et les haies de la double page centrale ! Tu peux y ajouter des insectes comme des abeilles, des papillons, des coccinelles... et des petits animaux comme des mulots, des hérissons...



L'élevage, une activité humaine

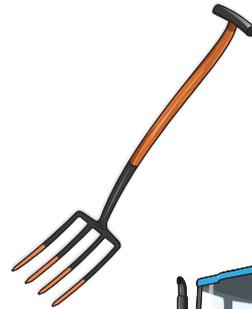
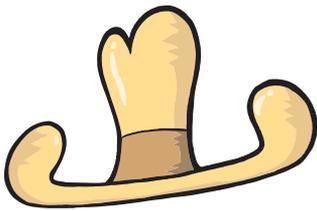
Depuis des millénaires et dans le monde entier, l'élevage nous fournit des ressources importantes : des aliments (la viande et le lait), des matériaux (le cuir, la laine et la corne) et aussi la force de travail pour tirer des outils, pour labourer... (c'était l'usage principal des bovins jusqu'au 20^e siècle). Derrière l'élevage, il y a les éleveurs...



Stéphane

L'élevage est une activité exigeante et passionnante. Il faut aimer le contact avec les animaux, mais aussi être observateur et consciencieux. Il faut aussi connaître l'agronomie pour cultiver les terres qui fourniront l'herbe, les fourrages et céréales pour les animaux, en tenant compte du sol, du climat, du cycle des saisons... Des qualités de gestionnaire sont également nécessaires car une ferme, c'est une vraie petite entreprise où l'on doit tous éviter de gaspiller les ressources naturelles (énergie, eau...). C'est un métier avec de fortes responsabilités. Il faut savoir manier des instruments de travail très variés : véhicules (tracteurs), outils, machines... et aussi être capable de fournir une alimentation équilibrée aux animaux et de prendre soin d'eux.

Parmi ces accessoires, barre ceux qui ne sont pas utiles au métier d'éleveur. Entoure, parmi ceux que tu n'as pas barrés, ceux qui nécessitent de l'énergie (électricité, essence...).



Invente un accessoire qui pourrait être utile à Stéphane dans son métier d'éleveur.



L'élevage au rythme des saisons



Michel

Parce que l'élevage fonctionne avec les saisons et qu'il dépend de la pousse de l'herbe et des céréales. La transhumance en est une bonne illustration.



Théo

Grand-père, pourquoi dit-on que le métier d'éleveur est un métier saisonnier ?



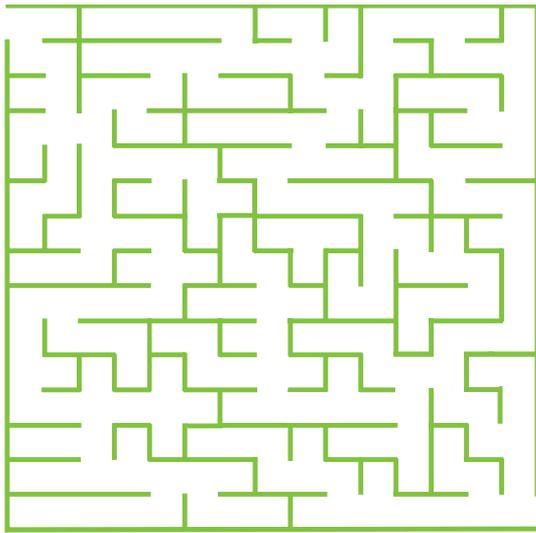
MOTS CLÉS

Transhumance : c'est la migration du bétail pendant l'été, de la plaine vers les hauts pâturages, dans la montagne. Les animaux y trouvent de l'herbe fraîche en abondance.

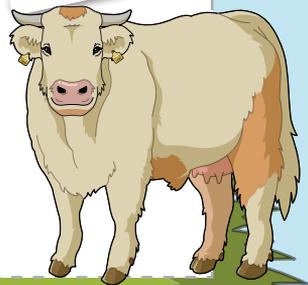
Décode le rébus pour découvrir où sont partis les animaux de la ferme pendant l'été.



.....



Une vache est partie en retard pour la transhumance ! Aide-la à rejoindre le troupeau au plus vite.



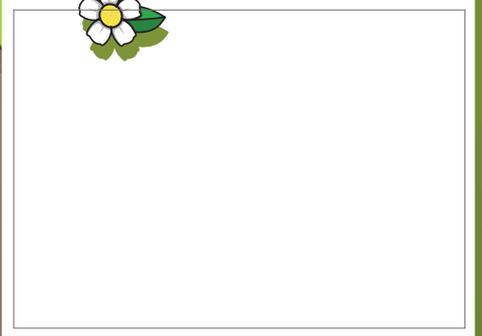
Dessine cette scène en été, en automne et en hiver.



été



automne



hiver



> Colorie les montagnes et dessine une vache sur le chemin qui la mène dans les hauts pâturages, pendant la transhumance.

L'élevage depuis des millénaires !

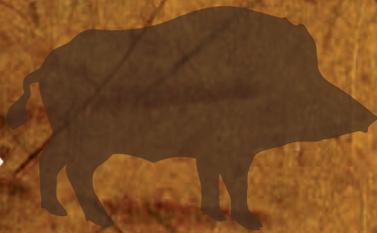
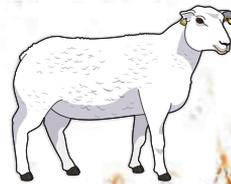
La plus ancienne trace de domestication du bétail remonte à 8 500 ans avant J.-C., en Turquie actuelle. L'homme a peu à peu domestiqué l'aurochs, le mouflon oriental et le sanglier, ancêtres respectifs du bœuf, du mouton et du cochon. Chasseur-cueilleur, il est devenu agriculteur-éleveur, deux activités qui lui ont permis de s'établir à un endroit précis et de développer les sociétés modernes que l'on connaît.



En t'aidant du texte ci-dessus, dessine chaque animal à côté de son ancêtre.



Le mouflon



Le sanglier



L'aurochs



LES JOLIPRÉ S'ENGAGENT POUR LA PLANÈTE

L'élevage, c'est
ma responsabilité



Stéphane



Nous vivons tous sur la même planète, la Terre ! Ce sont ses ressources qui nous permettent de vivre :

- **L'eau**, sans laquelle la vie ne serait pas possible sur Terre.



- **La biodiversité** qui est l'ensemble des espèces animales et végétales qui peuplent la planète et participent à son bon fonctionnement.



- **Le sol**, qui permet aux arbres, aux plantes et aux cultures de pousser.



- **L'énergie**, qui provient surtout de ressources non renouvelables comme le pétrole et le charbon mais aussi de ressources renouvelables comme le soleil, le vent... Il faut l'économiser.



- **L'alimentation**, qui provient des animaux et des végétaux.

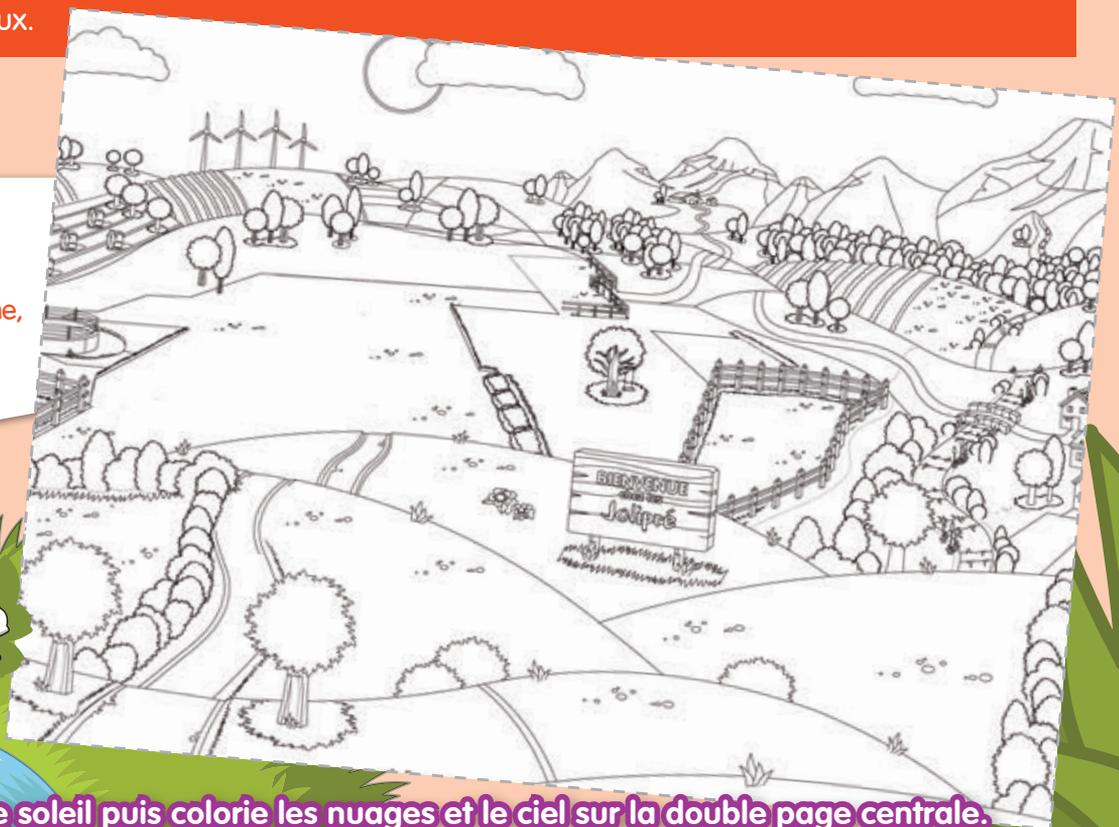
Toutes les activités de l'homme nécessitent l'utilisation de ces ressources : se déplacer, fabriquer des objets, construire des maisons, cultiver des champs, mais aussi élever des bêtes.

Ainsi, l'élevage utilise l'eau pour abreuver les animaux, le sol pour les nourrir grâce aux prairies et aux champs cultivés, l'énergie pour le tracteur ou le chauffage.

Mais l'éleveur veille à utiliser de façon durable les ressources de la planète : fertilisation des sols, préservation de la ressource en eau, entretien des paysages... et protection de la biodiversité.

Un équilibre peut donc exister entre la planète, les hommes et les bêtes. Mais il est fragile : à nous d'agir pour le préserver !

Complète le décor en y dessinant :
un avion, une ferme,
des animaux,
une voiture.



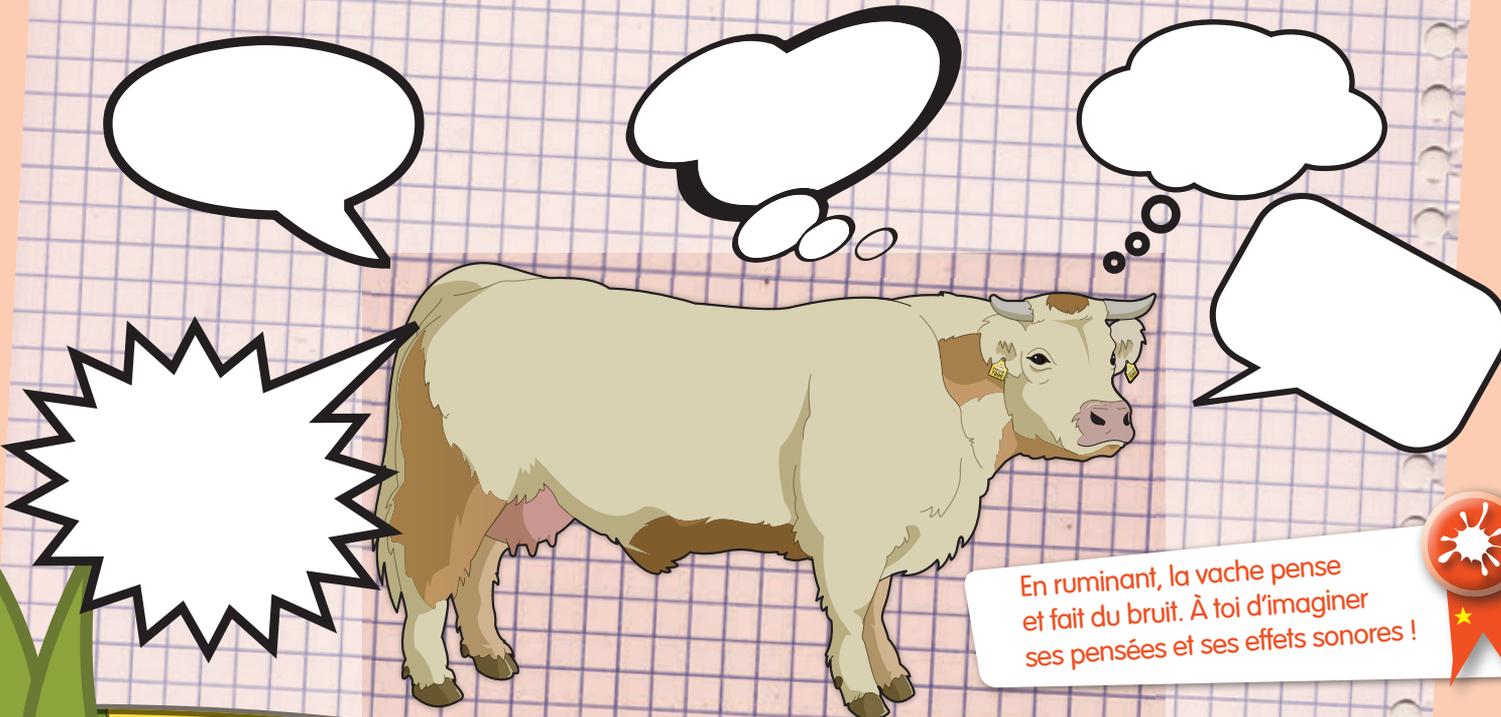
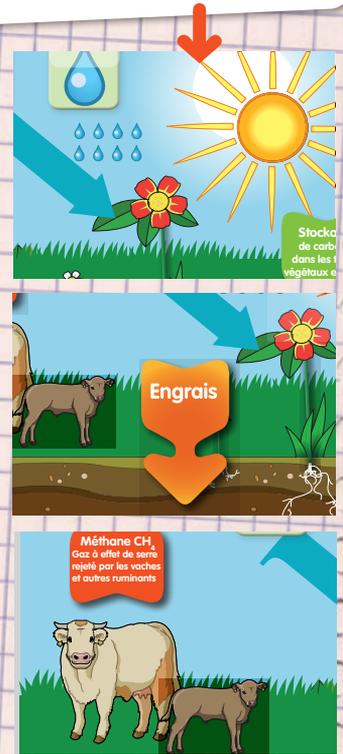
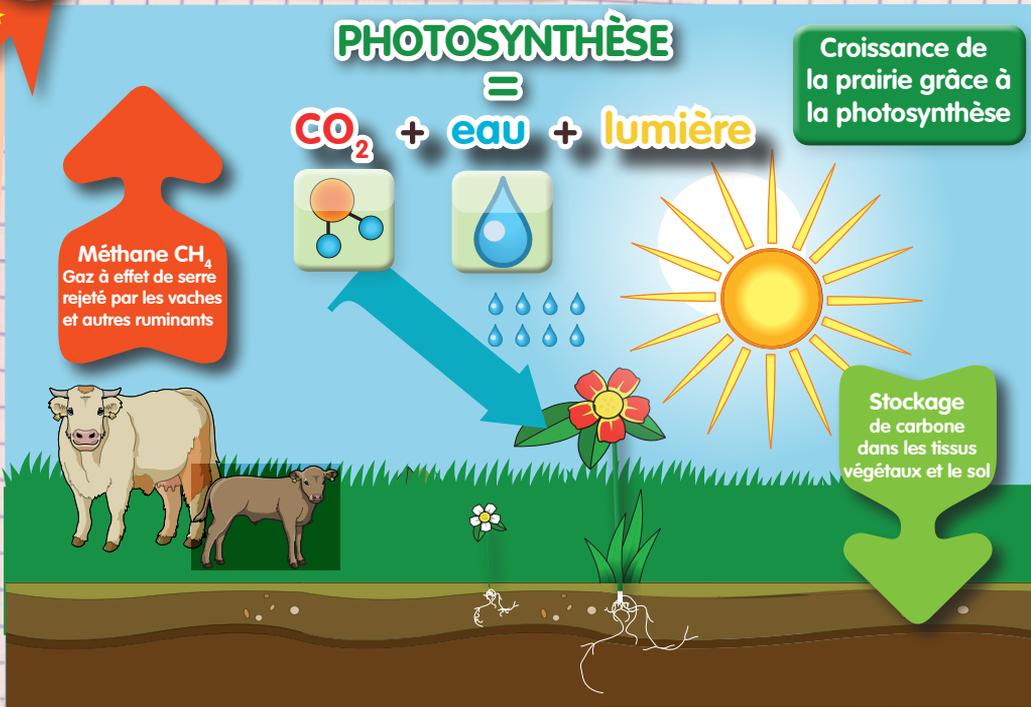
Les prairies captent du carbone !

Comme toute activité humaine, l'élevage a des conséquences sur l'environnement. Il participe à l'augmentation des émissions de gaz dits « à effet de serre », comme le dioxyde de carbone (CO₂) ou le méthane (CH₄), responsables notamment du réchauffement climatique. Ces gaz sont rejetés dans l'air par les voitures, les avions, les usines, mais aussi par les ruminants. Toutefois, grâce à un processus naturel, la photosynthèse, les prairies compensent en partie ces émissions de gaz en absorbant du dioxyde de carbone (CO₂) présent dans l'air.



Observe attentivement ce schéma.

Laquelle des images ci-dessous n'en fait pas partie ?



En ruminant, la vache pense et fait du bruit. À toi d'imaginer ses pensées et ses effets sonores !



> Colorie en vert les étendues d'herbe sur la double page centrale.

Mes trucs pour économiser l'énergie !



Théo

Voici ma soeur, Anaïs. Pour elle, il n'y a pas de petites économies... pour protéger la planète.



Anaïs

Économiser pour la planète, c'est faire attention, entre autres, à ne pas gaspiller d'eau, c'est trier ses déchets, penser à éteindre la lumière et les appareils que l'on n'utilise pas... Chacun peut agir à son niveau : c'est en faisant des économies d'énergie au quotidien que l'on participe à la protection de l'environnement.



Anaïs se demande comment elle pourrait réduire sa consommation d'eau au quotidien. Complète le sudoku suivant et réponds aux questions pour découvrir ce qu'elle doit privilégier.
Le but du jeu est de remplir ces cases avec des chiffres allant de 1 à 6 en veillant toujours à ce qu'un même chiffre ne figure qu'une seule fois par colonne, une seule fois par ligne et une seule fois par rectangle de six cases.



Invente et dessine un objet qui permet d'économiser de l'énergie ou de moins polluer la planète.
(Exemples : une poubelle verte, une éolienne, un panneau solaire...)

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | 2 | 3 | | 5 | |
| 1 | 6 | | 3 | | |
| | | | | | 5 |
| 3 | | 6 | | 4 | 1 |
| 6 | | | | | 3 |
| | | 1 | | | |

x x 10 = ___ L
volume d'eau consommée pour une douche

x x 10 = ___ L
volume d'eau consommée pour un bain

Que doit privilégier Anaïs ?
La douche ou le bain ?



Trouve les 5 différences entre les deux dessins ci-dessous. D'après toi, dans quel dessin l'environnement est-il le plus respecté ? Coche la case qui lui est associée.



> Dessine le scooter électrique d'Anaïs sur la double page centrale.

La ferme du futur existe déjà !



Stéphane

Être éleveur, c'est connaître ses animaux mais pas seulement. Il faut être ingénieux, bricoleur et s'intéresser aux techniques les plus modernes et les plus performantes ! L'élevage, comme toute activité humaine, nécessite de l'énergie pour faire fonctionner les machines : essence ou gasoil pour les tracteurs, électricité pour les bâtiments mais aussi, parfois, de l'eau pour les cultures... Pour faire des économies d'énergie, j'ai mis en place dans la ferme des installations et modes de fonctionnement modernes et respectueux de l'environnement.



Dans la ferme, Stéphane a installé des moyens de faire de précieuses économies d'énergie. Grâce aux indices ci-dessous, repère ces installations et colorie-les dans la couleur indiquée.

LES PANNEAUX SOLAIRES

Indice : souvent installés sur les toits, ils permettent de fabriquer de l'électricité ou de chauffer les bâtiments grâce à l'énergie solaire qu'ils captent avec des petits miroirs.

Tu les as trouvés ? Colorie-les en jaune.
Dessine un énorme soleil au dessus !

L'ÉOLIENNE

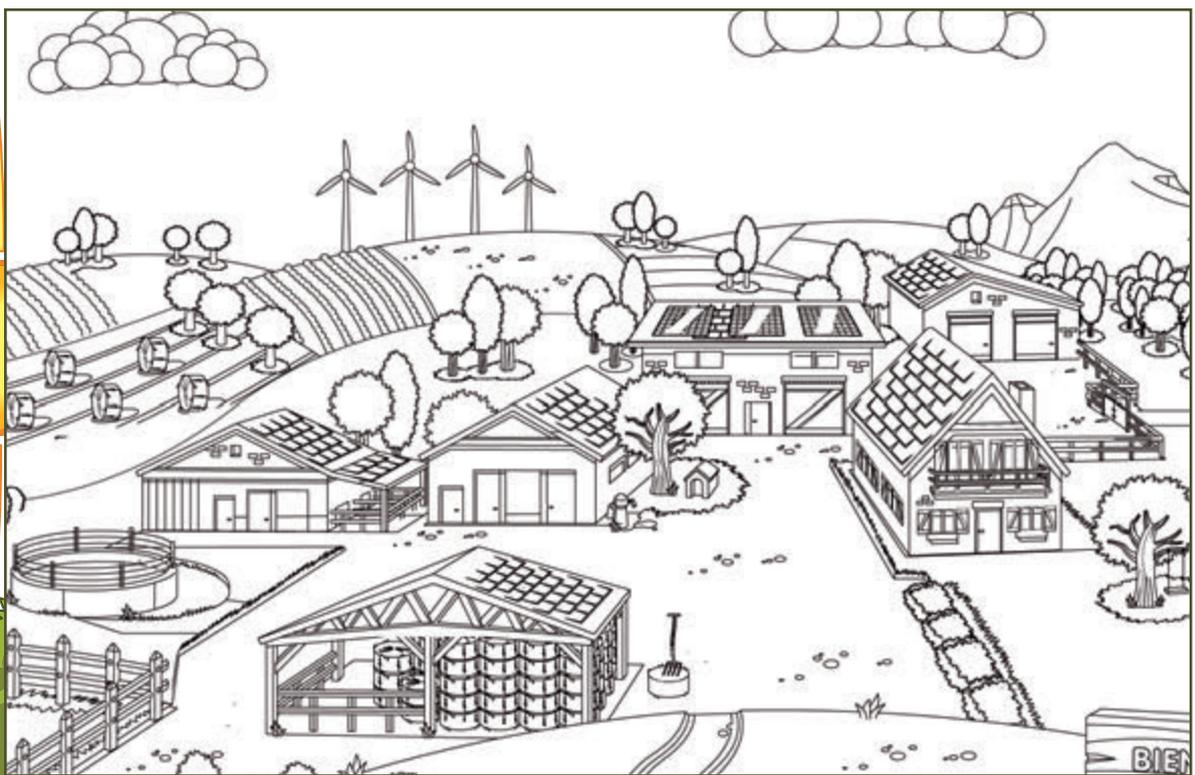
Indice : c'est une grosse hélice qui permet de fabriquer de l'électricité grâce à l'énergie du vent. Elle peut permettre de pomper de l'eau pour arroser.

Tu l'as trouvée ? Colorie-la en orange.
Représente le vent qui la fait tourner !

LE LISIER (OU PURIN)

Indice : ce sont des déjections animales (crottes de cochon, bouses de vaches...) que l'on peut stocker dans des bacs étanches afin d'éviter leur dispersion dans l'environnement. On peut s'en servir ensuite comme engrais naturel dans les champs !

Tu l'as trouvé ? Colorie-le en marron.
Dessine des flèches depuis les habitats des animaux jusqu'au lisier ; puis du lisier jusqu'aux champs.



D'où vient ce que je mange ?



Théo

Maman est un vrai cordon bleu ! Elle adore faire la cuisine, à partir de produits sélectionnés rigoureusement.



Isabelle

L'objectif premier de l'élevage, c'est de nourrir les hommes, en leur fournissant de la viande et du lait. Comment ferait-on sans les éleveurs pour se procurer ces produits ? Moi, j'aime savoir ce qui est dans notre assiette : c'est le point de départ d'une alimentation équilibrée.

Relie chaque produit à l'animal ou au végétal dont il est issu.



> Colorie en jaune les champs de colza sur la double page centrale.

Psycho Test : quel Jolipré es-tu ?



L'éleveur développe un lien fort avec ses bêtes. Mon père connaît le nom des 82 vaches de son troupeau et chacune a son caractère. Un peu comme les membres de notre famille ! Et toi, à qui ressembles-tu ? Pour le savoir, fais ce test sans plus attendre !

Réponds aux questions suivantes et reporte-toi aux résultats à la fin du cahier.

1. Ce que tu aimes dans l'élevage, c'est :

- ▲ les nouvelles machines.
- ♥ les bons produits de la ferme.
- tous les animaux, petits et grands.
- ★ prendre soin des animaux.
- être au contact de la nature.

2. Si tu pouvais être éleveur pendant une journée, que ferais-tu en premier ?

- ▲ Je foncerais conduire un tracteur !
- ♥ J'aimerais voir naître les veaux.
- Je m'occuperais des chevaux, ma passion !
- ★ J'irais donner à manger aux cochons, ils sont tellement mignons !
- Je partirais gambader avec les moutons.

3. Quelle est ta couleur préférée ?

- ▲ L'orange.
- ♥ Le jaune.
- Le bleu.
- ★ Le rose.
- Le vert.

4. Pour toi les éleveurs sont :

- ▲ modernes !
- ♥ gourmands !
- responsables !
- ★ respectueux !
- intrépides !

5. Si tu pouvais créer une nouvelle sorte d'élevage, que ferais-tu ?

- ▲ Un élevage de robots à énergie solaire !
- ♥ Un élevage de robes !
- Un élevage d'animaux extraordinaires !
- ★ Un élevage de stickers manga !
- Un élevage de fourmis !

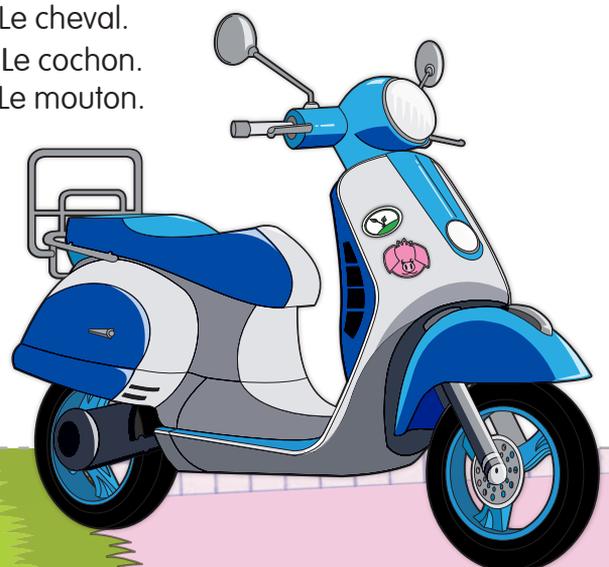
6. Si tu étais éleveur,

- ▲ tu travaillerais nuit et jour, ce serait ta passion !
- ♥ tu prendrais le temps de t'occuper de tous les animaux.
- tu élèverais des animaux du monde entier et n'en ferais qu'à ta tête !
- ★ tu ferais attention à la santé des bêtes.
- tu partirais avec les animaux dans les montagnes pendant la transhumance.

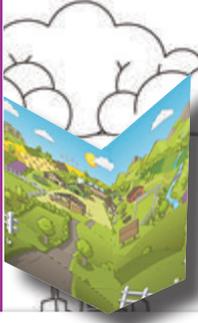
7. Parmi ceux-ci, quel est ton animal préféré ?

- ▲ Le bœuf.
- ♥ Le veau.
- Le cheval.
- ★ Le cochon.
- Le mouton.

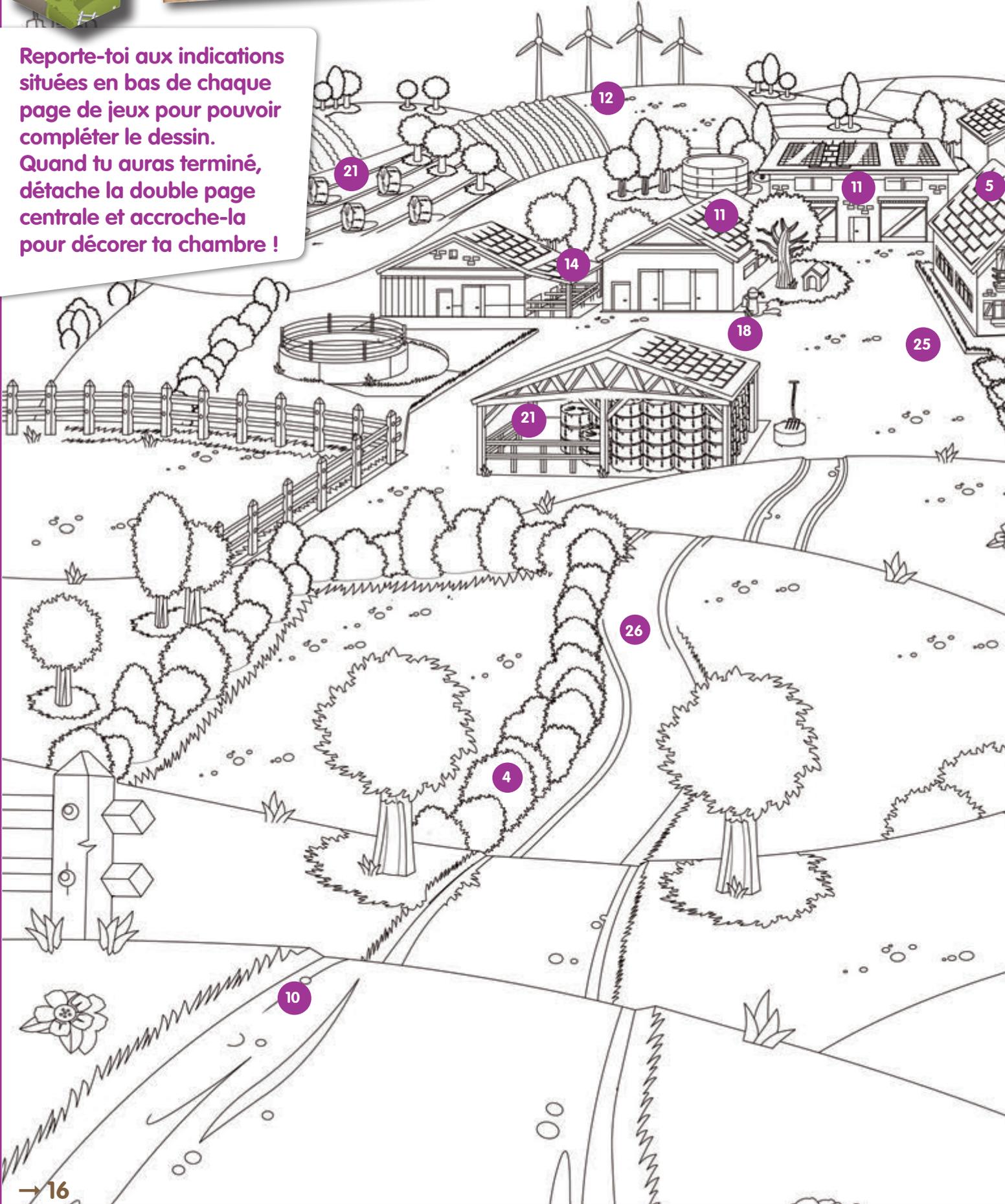
| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| ▲ | ♥ | ● | ★ | ■ |
| | | | | |



À toi de jouer !



Reporte-toi aux indications situées en bas de chaque page de jeux pour pouvoir compléter le dessin. Quand tu auras terminé, détache la double page centrale et accroche-la pour décorer ta chambre !





27

1

15

22

0

13

23

2

19

9

3

4

26

7

6

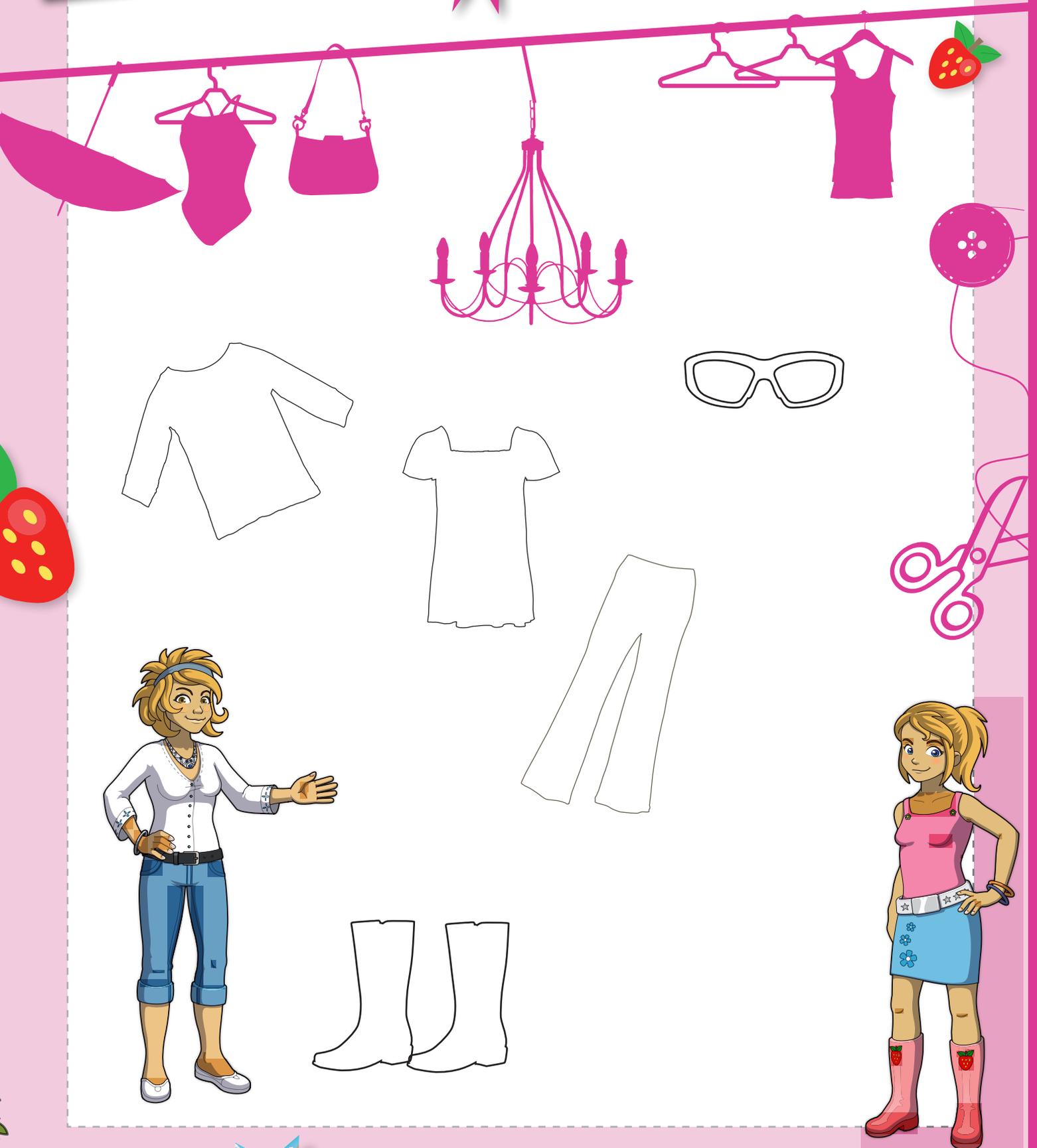
12

20

Total Look!



Isabelle est fan de mode, Anaïs est fan de bottes.
Aide-les à dessiner leur nouvelle ligne de vêtements !



Nos bêtes, on en prend soin !



Anaïs

Depuis toute petite, j'observe mes parents. Ils se préoccupent avant tout du confort de leurs bêtes. Ils les bichonnent, s'assurent qu'elles sont en bonne santé, qu'elles ne manquent de rien. Ils ont le « coup d'œil de l'éleveur ». Cela veut dire qu'ils arrivent très vite à repérer si quelque chose ne va pas chez leurs bêtes. Un œil triste, des oreilles qui tombent un peu... autant de signes qu'ils parviennent à détecter et à interpréter. Moi aussi je commence à devenir comme eux. Mes cochons quand ils vont mal, je le sens !

Raye, dans la grille, tous les mots de la liste. Ils peuvent être lus dans tous les sens : en ligne, en colonne et en diagonale, de gauche à droite ou de droite à gauche et peuvent se croiser.
Liste de mots : **aliments, ami, anaïs, animaux, attention, beau, bœuf, bottes, brin, cheval, confort, ingénieur, jolipré, moutons, près, respecter, robe, santé, scooters, soins, veau.**

| | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| S | E | T | T | O | B | S | O | I | N | S |
| S | I | A | N | A | C | H | E | V | A | L |
| R | O | B | E | F | U | E | O | B | N | N |
| E | A | L | I | M | E | N | T | S | I | M |
| S | C | O | O | T | E | R | S | R | M | O |
| P | O | E | T | N | A | S | B | E | A | U |
| E | N | J | O | L | I | P | R | E | U | T |
| C | F | S | N | O | H | C | O | C | X | O |
| T | O | A | T | T | E | N | T | I | O | N |
| E | R | M | V | E | A | U | P | R | E | S |
| R | T | I | N | G | E | N | I | E | U | R |

Retrouve dans la grille, le mot mystère qui ne figure pas dans la liste et tu découvriras quel animal préfère Anaïs. Tu as la première lettre pour t'aider !

C _ _ _ _ _

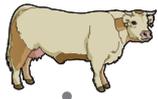
À chacun ses habitudes !



Michel

Chaque espèce d'élevage a un comportement qui lui est propre. Le rôle de l'éleveur est de respecter le bien-être et le confort de ses bêtes.

Relie l'empreinte à son propriétaire.



Associe chaque animal au bon labyrinthe et aide-le à rejoindre son habitat. Décode les indices ci-dessous en utilisant un miroir pour associer chaque animal à son hébergement.

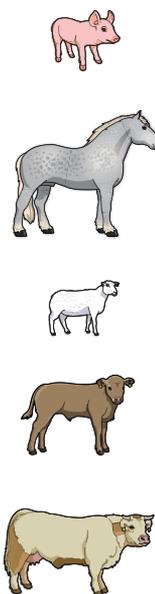
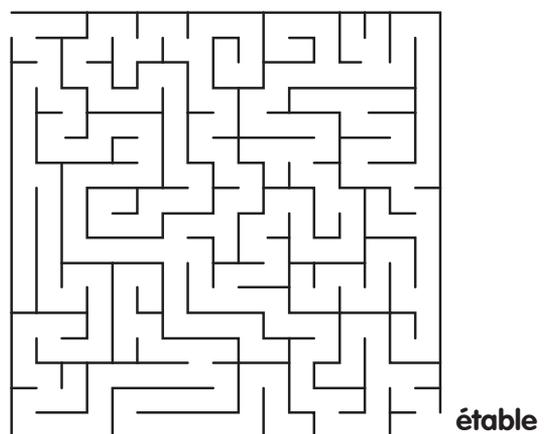
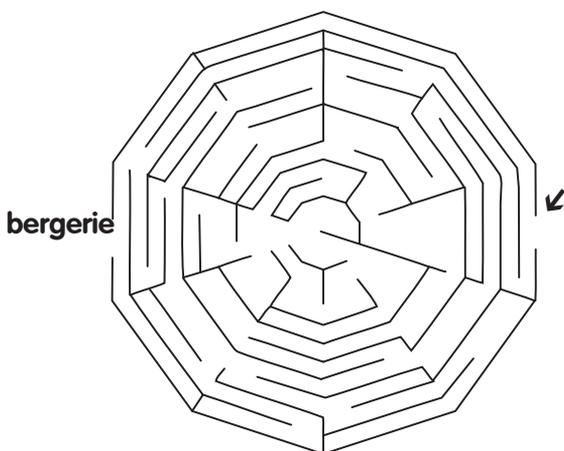
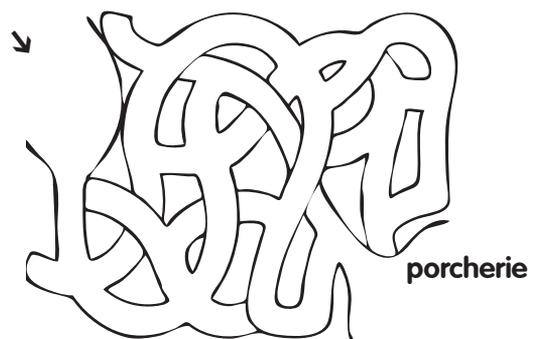
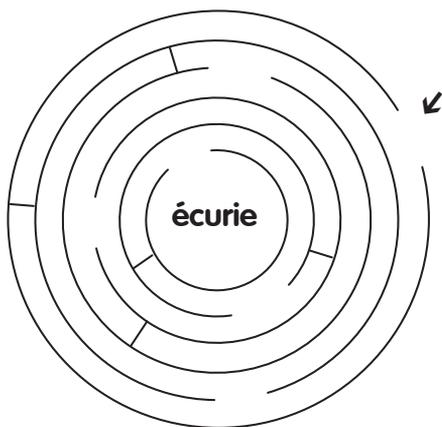
Les cochons habitent dans la porcherie

Les moutons sont dans la bergerie

Les bœufs sont dans l'étable

Les chevaux sont dans l'écurie

Les veaux sont dans l'étable



L'ALIMENTATION : UNE QUESTION D'ÉQUILIBRE

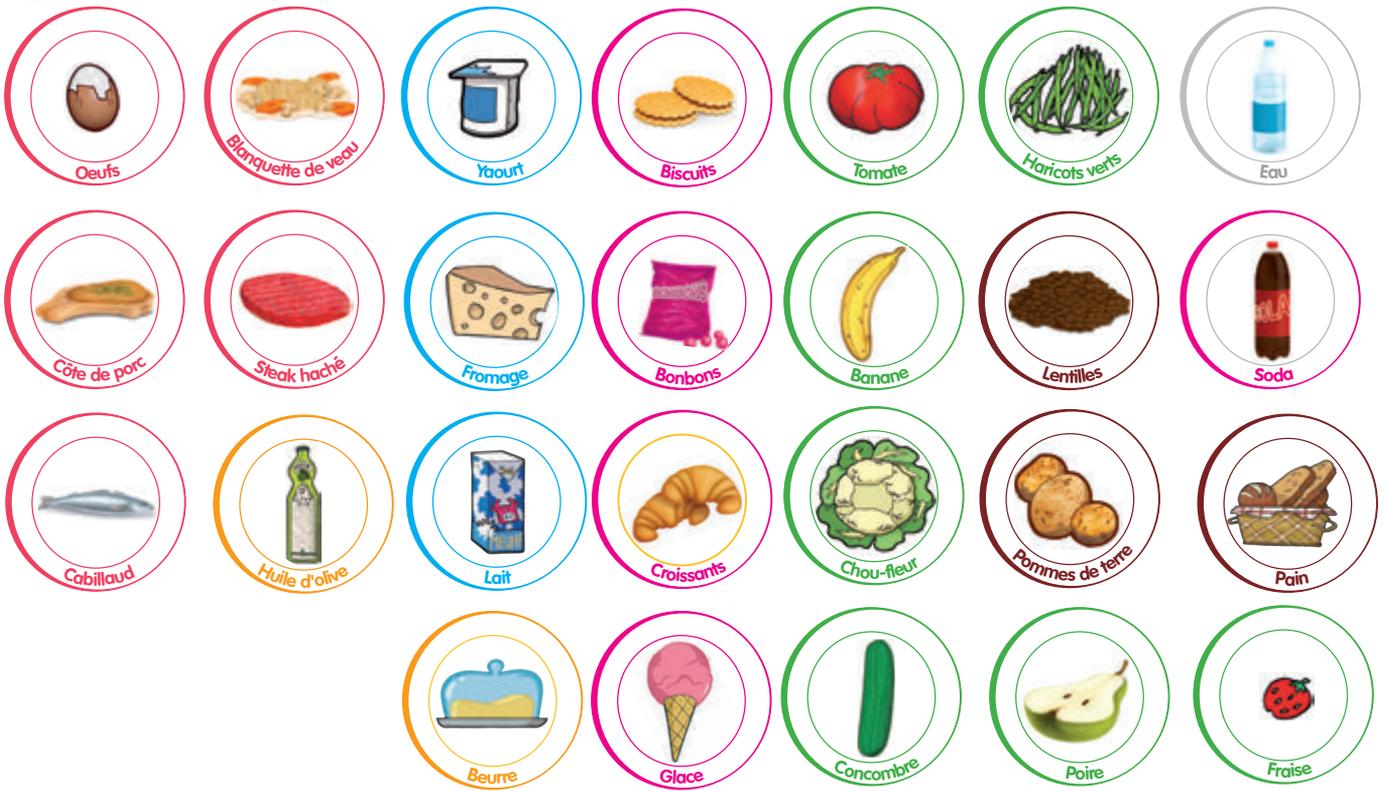


Isabelle

Bien manger, c'est avant tout manger une grande variété d'aliments, dans des quantités adaptées. C'est une des clés de l'équilibre.

Pour bien grandir et être en forme, notre corps a besoin de beaucoup de nutriments différents et aucun aliment ne les contient tous. C'est pour cela qu'il est indispensable de manger varié !

Voici une série d'aliments. Barre ceux que tu n'as jamais goûtés. Les assiettes que tu n'as pas barrées contiennent des aliments que tu as déjà goûtés.



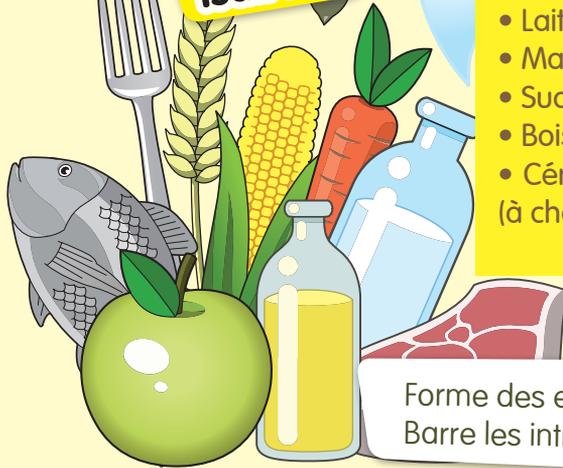
Parmi les aliments que tu n'as pas barrés, vérifie que tu as des assiettes de couleurs différentes : du vert, du rouge, du marron, du gris, un peu de jaune et du rose pour le plaisir. Si c'est le cas, il semble que tu aies une alimentation variée.



Les familles d'aliments



Isabelle



Les aliments peuvent être répartis en plusieurs familles. Chacune apporte des nutriments différents. Pour équilibrer notre alimentation, il est conseillé de piocher dans ces familles : un peu, beaucoup, modérément... tout dépend des aliments.

- Viandes, poissons et œufs (1 à 2 fois par jour)
- Fruits et légumes (au moins 5 par jour)
- Lait et produits laitiers (3 à 4 par jour)
- Matières grasses (limiter la consommation)
- Sucre et produits sucrés (limiter la consommation)
- Boissons (de l'eau à volonté)
- Céréales et leurs dérivés, pommes de terre et légumes secs (à chaque repas et selon l'appétit)

Forme des ensembles avec les aliments de la même famille. Barre les intrus.



À chacun ses besoins !

Nous avons tous besoin de manger des aliments variés. Cependant, nos besoins sont différents selon notre âge, si l'on est un garçon ou une fille, selon notre niveau d'activité, nos goûts, notre culture, notre mode de vie... Bref, chacun ne mangera pas la même chose et ne se servira pas des portions identiques à table !



Isabelle



★★

Je te propose d'associer chaque membre de notre famille au repas qui lui correspond le mieux. Pour cela, je te donne des informations et des indices. Écris le numéro du menu le plus adapté à chacun dans les fourchettes.
À toi de jouer !



Théo

• Théo n'arrête pas de grandir ! Il a encore pris 5 cm cette année ! Il a besoin de faire le plein de calcium pour avoir des os solides.

Indice : Il n'aime ni la salade verte, ni le fromage de chèvre



Stéphane

• Stéphane travaille toute la journée dans la ferme. Il a besoin de faire le plein d'énergie car son métier d'éleveur lui demande de fournir de gros efforts physiques.

Indice : Il ne prendra pas d'entrée ce midi



Michel

• Michel est un bon vivant. Je sais qu'à son âge, il a besoin de plus de protéines et je lui cuisine volontiers de la viande, du poisson ou des œufs une à deux fois par jour.

Indice : Il aime le chocolat



Anaïs

• Anaïs est une vraie gourmande mais comme moi, elle veille à manger équilibré. À son âge, une jeune fille comme elle a besoin de fer. C'est une chance qu'elle aime particulièrement la viande rouge !

Indice : Elle aime la viande et tous les fruits et légumes



Isabelle

• Quant à moi, ma passion, c'est la cuisine. Je me fais plaisir à chaque repas, tout en veillant à manger équilibré bien sûr !

Indice : j'aime les plats gratinés





Menu 4

Salade de tomates-
mozzarella

Pâtes
à la carbonara

Yaourt
Grappe de raisin

Menu 2

Boulettes d'agneau
avec de la semoule
et des légumes

Fromage de chèvre
avec du pain

Charlotte aux fraises

Menu 5

Salade verte

Rosbif
et lentilles cuisinées
aux carottes

Yaourt
Poire

Menu 1

Salade composée
(salade verte,
tomates, thon, cubes
de gruyère)

Entrecôte et ratatouille
et riz

Mousse au chocolat

Menu 3

Carottes rapées,
sauce citron
et coriandre

Côte de veau
et gratin daupinois

Tarte
aux pommes maison

Recettes du monde



Il existe une très grande variété de plats et de recettes dans le monde. Certains ne se trouvent que dans un pays ou une région, d'autres se mangent dans le monde entier. Mais chaque pays a ses pratiques alimentaires, qui sont influencées par les religions, l'histoire, la culture et les ressources disponibles.

À toi de jouer ! Réalise les recettes suivantes avec l'aide d'un adulte. Tu vas te régaler !

Hamburgers

pour 2 adultes

Il te faut :

- 300 g de viande hachée
- 4 tranches de bacon
- 4 tranches d'Emmental très fines
- 100 g de champignons frais
- 1 c. à café de moutarde
- 3 c. à soupe de crème fraîche
- 2 pains à hamburger ou 4 tranches de pain de mie
- Sel, poivre

Préparation (en présence d'un adulte)

- Demande à un adulte d'allumer le barbecue.
- Coupe les champignons en petit bouts et mets-les à cuire dans une poêle.
- Ajoute la moutarde et la crème et laisse cuire 3 minutes.
- Fais griller le bacon sur la grille du barbecue
- Forme deux steacks avec la viande hachée et fais-les cuire au barbecue.
- Mets une tranche de pain sur la grille du barbecue et ajoute en couches le fromage, le bacon, la viande, les champignons en sauce, le fromage, le bacon, et la dernière tranche de pain.
- Laisse cuire 2 minutes.

C'est prêt, régale-toi !

Cannelloni d'agneau à l'italienne

pour 2 adultes

Il te faut :

- 300 g d'agneau haché
- 12 cannellonis secs
- 50 cl de coulis de tomate
- 1 carotte coupée en rondelles
- 3 cuillères à soupe de parmesan ou de gruyère râpé
- 1 oignon
- 1 gousse d'ail hachée
- Huile d'olive
- Sel

Préparation (en présence d'un adulte)

- Préchauffe le four à 160°C (Thermostat 5-6).
- Mets la viande à cuire dans une poêle avec un filet d'huile d'olive. Quand elle est colorée, ajoute l'oignon, l'ail et la carotte, et laisse cuire à feu doux 2 minutes.
- Ajoute 15 cl de coulis de tomates et un peu de sel. Laisse cuire à feu doux en remuant doucement.
- Fais bouillir de l'eau dans une grande casserole et plonge les cannellonis 3 minutes dans l'eau bouillante.
- Égoutte-les et remplis-les avec la viande.
- Mets-les dans un plat à gratin avec un peu d'huile.
- Verse le reste de coulis de tomates sur les cannellonis et ajoute du parmesan dessus.
- Laisse-les cuire au four 15 minutes.

Buon appetito !*

* Bon appétit !

Et n'oublie pas de découvrir de nouvelles saveurs ! Tu peux réaliser ces deux recettes avec de la viande de bœuf, de veau, d'agneau ou de la viande chevaline !



→ 26 > Colorie les routes et chemins qui entourent la ferme des Joliprés.

L'alimentation des animaux d'élevage



Stéphane

L'alimentation des animaux d'élevage a des conséquences sur la qualité de la viande et donc sur notre propre alimentation. C'est pourquoi il faut veiller à sa qualité. La nourriture de mes bêtes provient principalement de notre ferme !



Place ces mots dans la grille. Tu découvriras ce que mange chaque animal !
Un conseil, commence par les mots les plus longs !

HERBE
FOIN
MAÏS
ORGE

SOJA
AVOINE
TOURTEAUX DE LIN
TOURTEAUX DE COLZA

BLÉ
LAIT DE VACHE
LAIT DE BREBIS

MOTS CLÉS

Tourteaux :
c'est ce qui reste
des graines (lin, colza)
lorsqu'on en a extrait
l'huile qu'elles contiennent.



LES CORRIGÉS !

p.1

Il y a 10 moutons cachés comme celui-ci cachés dans le cahier. Théo a donc 10 ans.



p.2

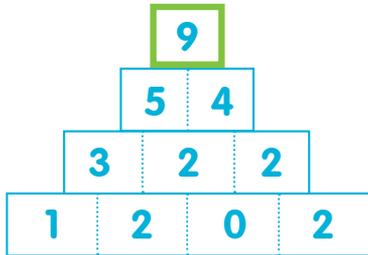
cochons / chevaux / vaches / moutons

p.3

L'animal préféré de Michel est le cheval.

p.4

Le nombre de races de chevaux élevés en France en vue d'une production spécialisée de viande chevaline est 9.

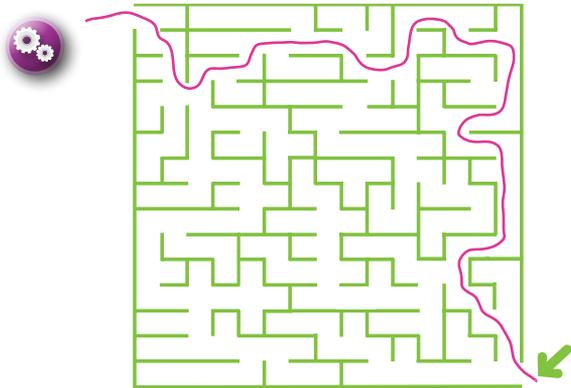


p.5



p.6

Rébus : Ils sont montés dans les hauts pâturages



p.9



p.10



| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 4 | 2 | 3 | 1 | 5 | 6 |
| 1 | 6 | 5 | 3 | 2 | 4 |
| 2 | 1 | 4 | 6 | 3 | 5 |
| 3 | 5 | 6 | 2 | 4 | 1 |
| 6 | 4 | 2 | 5 | 1 | 3 |
| 5 | 3 | 1 | 4 | 6 | 2 |

$2 \times 4 \times 10 = 80$ litres d'eau consommée pour une douche

$5 \times 4 \times 10 = 200$ litres d'eau consommée pour un bain

Maïs doit privilégier la douche



C'est ce dessin qui représente la situation la plus respectueuse de l'environnement :

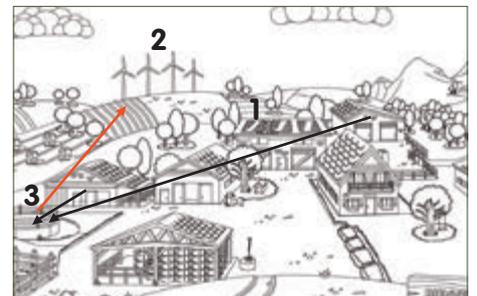
- l'eau ne coule pas
- le scooter est absent
- la lumière de la maison est éteinte
- on remarque des éoliennes et des panneaux solaires



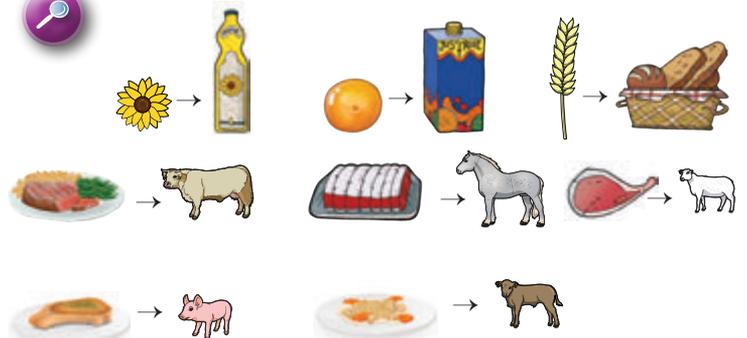
p.11



1. Les panneaux solaires
2. L'éolienne
3. Le lisier (ou purin)



p.12



p.13



Elle est rouge à points noirs : la coccinelle.
Elle butine les fleurs pour faire du miel : l'abeille
Il se tortille sous la terre : le ver de terre.
Il a d'abord été une chenille : le papillon.
C'est un petit animal qui porte des piquants sur le dos : le hérisson.
C'est une sorte de petite souris mais avec de grandes oreilles : le mulot.
Il vole et habite dans un nid : l'oiseau.

p.14

La bienveillance, c'est s'occuper au quotidien de la santé, de l'alimentation et du confort des animaux.

p.15

Retrouve les résultats du psychotest en dernière page du cahier.

p.18

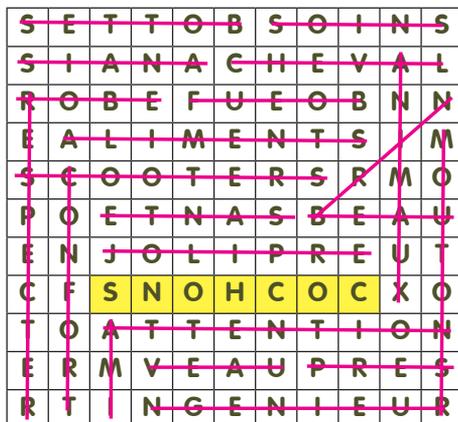


Camion Abreuvoir Rampe Ventilateur

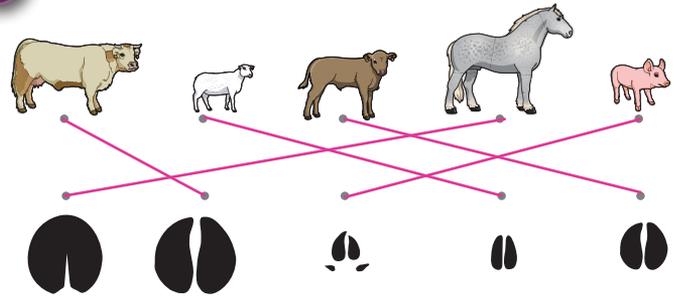
Le pêle-mêle compte 8 gouttes d'eau.
Les chevaux doivent être abreuvés toutes les 8 heures.

p.20

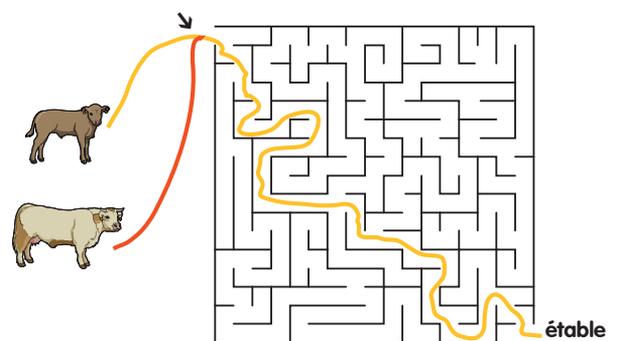
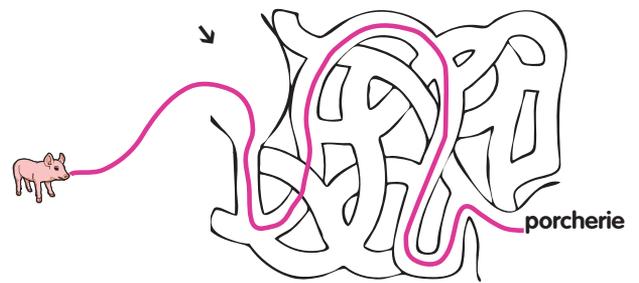
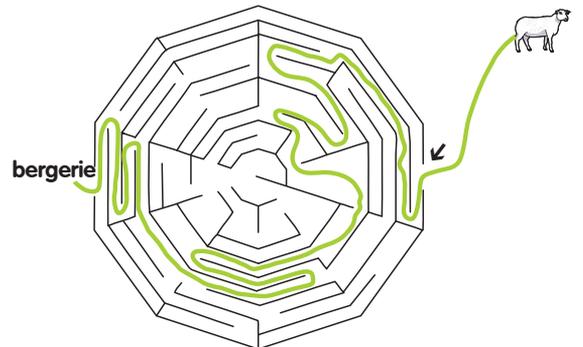
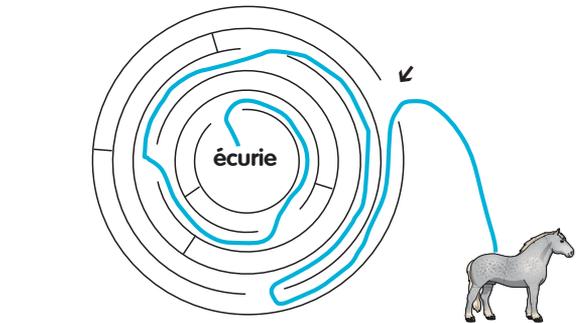
Le mot mystère est "cochons".



p.21

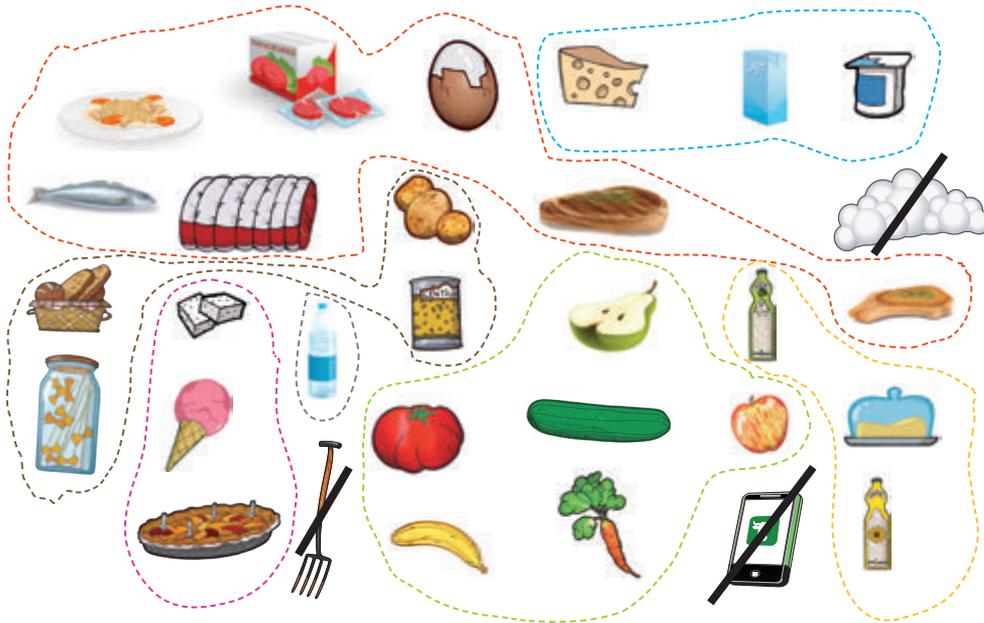


p.21



LES CORRIGÉS !

p.23

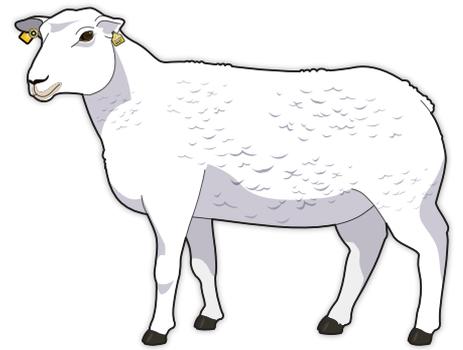
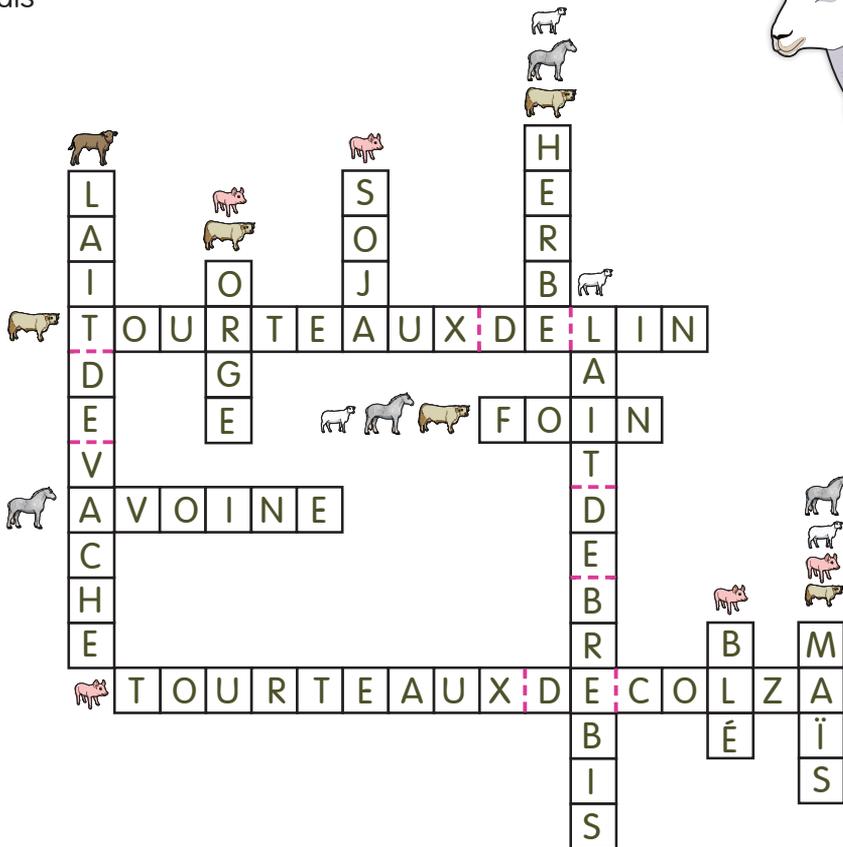


p.24/25



- Menu 1 : Michel
- Menu 2 : Stéphane
- Menu 3 : Isabelle
- Menu 4 : Théo
- Menu 5 : Anaïs

p.27



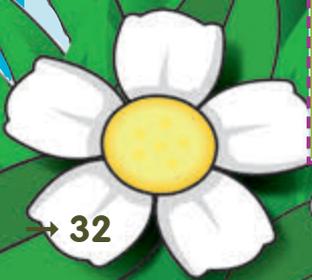
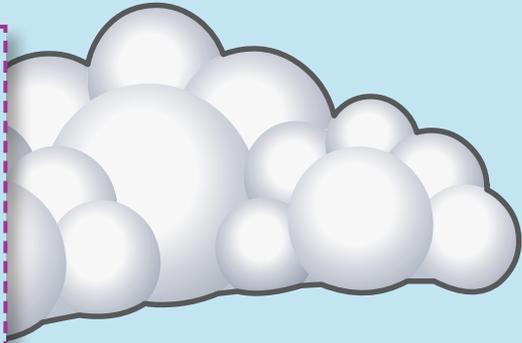
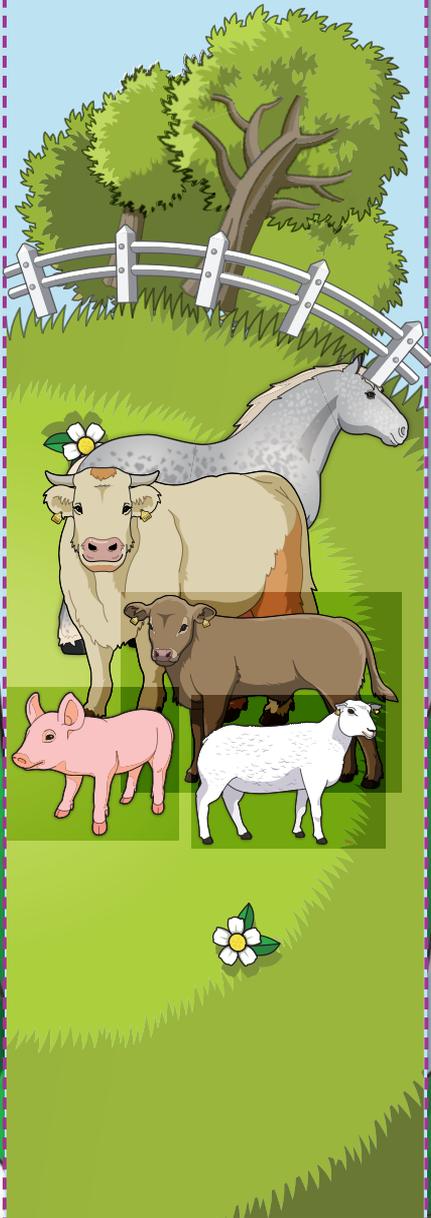
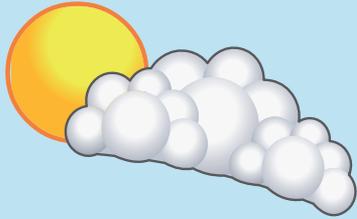
En cadeau
ton marque-page
la planète, les hommes,
les bêtes !



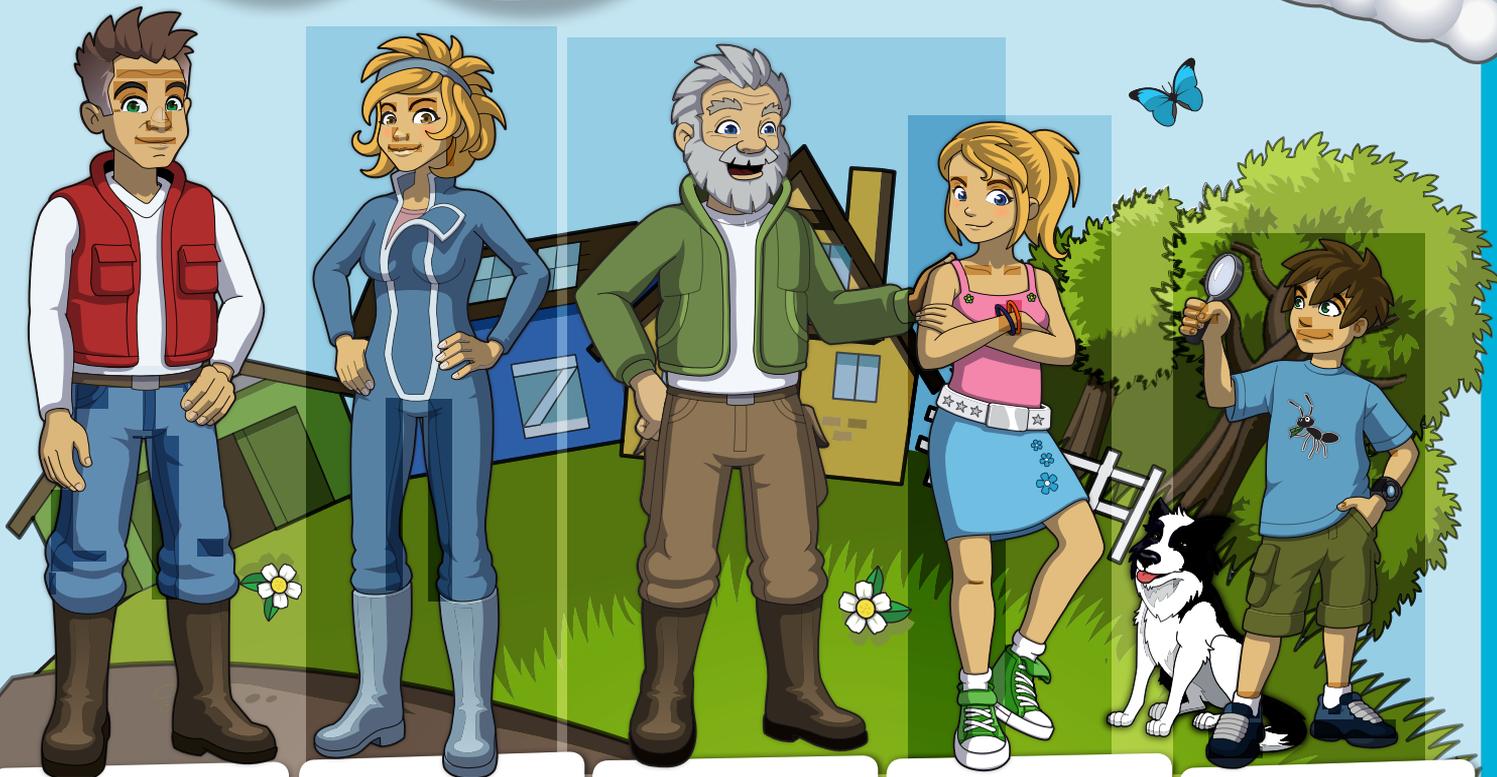
Découpe ton marque-page, en suivant les pointillés, sans plus attendre. Grâce à lui, tu pourras te repérer dans ce cahier mais aussi l'emporter partout avec toi !

laViande
DES MÉTIERS, UNE PASSION
www.la-viande.fr

la planète
les hommes
les bêtes!



Résultats du psychotest Quel Jolipré es-tu?



Tu as un maximum de ▲, tu es Stéphane

Passionné par l'élevage, tu es particulièrement engagé dans ton métier. Pour toi, être éleveur c'est avant tout être responsable: penser à la planète en économisant l'énergie dans ta ferme à la pointe de la modernité. Tu aimes le travail bien fait et tu as le sens des responsabilités.

Tu as un maximum de ♥, tu es Isabelle

Pour toi, l'élevage c'est être au contact des animaux et s'assurer qu'ils se sentent bien car faire attention à leur bien-être c'est garantir une viande de qualité ! Être éleveur et « girly » n'est pas incompatible. D'ailleurs, tu soignes ton look et c'est très important pour que tu te sentes bien dans tes ballerines ou dans tes bottes !

Tu as un maximum de ●, tu es Michel

L'élevage, c'est ta grande passion ! Tu es d'ailleurs incollable sur le sujet et tu aimes transmettre ton savoir à tes proches. Tu adores voyager et tu rêves de parcourir le monde pour vivre de nouvelles aventures.

Tu as un maximum d'★, tu es Anaïs

Pour toi, l'élevage c'est avant tout un engagement vis-à-vis des animaux. Tu te sens particulièrement concerné(e) par le respect des animaux qui est un de tes combats au quotidien. Tu es un peu rebelle mais très déterminé(e) et tu sais où tu veux aller dans la vie !

Tu as un maximum de ■, tu es Théo

Pour toi, l'élevage c'est avant tout avoir la chance de vivre en pleine nature et de pouvoir aller gambader dans les montagnes et les prés. Tu débordes d'énergie et tu passes ta journée à te dépenser. Curieux, tu adores partir à la recherche de nouvelles espèces animales dans la campagne et passer du temps à réfléchir à ce que l'on pourrait faire pour protéger la planète.



Retrouve

la planète
les hommes
les bêtes!

sur notre site www.la-viande.fr



INTERBEV est l'Association Nationale Interprofessionnelle du Bétail et des Viandes, fondée en 1979 à l'initiative des organisations représentatives de la filière bétail et viandes. Elle reflète la volonté des professionnels des secteurs bovin, ovin et équin de proposer aux consommateurs des produits sains, de qualité et identifiés tout au long de la filière. Elle fédère et valorise les intérêts communs de l'élevage, des activités artisanales, industrielles et commerciales de ce secteur qui constitue l'une des premières activités économiques de notre territoire.