

Catalogue des outils d'intervention  
disponibles en prêt  
au centre de documentation  
de l'Ireps Haute-Normandie  
EVREUX



**NUTRITION**





**IREPS Haute-Normandie**

**3 bis rue de Verdun**

**27 000 Evreux**

**Tel : 02.32.39.05.73**

**[Doc27@ireps-hn.org](mailto:Doc27@ireps-hn.org)**

**<http://www.ireps-hn.org/>**

**Octobre 2012**

**Les outils sont tous disponibles en prêt pour une durée d'une semaine  
(une caution vous sera demandée).**

**Ce catalogue s'enrichit régulièrement, n'hésitez donc pas à nous  
contacter.**

**Vous pouvez consulter la base des outils à l'adresse suivante :**

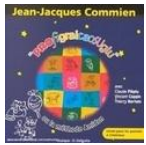
**<http://www.cres-paca.org/bib-bop/>**

# Sommaire :

Nutrition Casette audio / CD/ DVD .....	p. 5
CD-ROM.....	p. 6
Exposition / Jeu .....	p.8
Mallette pédagogique .....	p.10
Ouvrage .....	p.15

# Nutrition

## Cassette audio / CD/ DVD



**Cassette audio-CD**  
**Profingraicaosuglu ou la méthode Amidon**  
**COMMIEEN Jean-Jacques,**  
**DELGUTTE Olivier**

Ce cd audio propose une approche de l'alimentation centrée sur le ressenti personnel, pour sensibiliser enfants, parents et éducateurs à l'équilibre alimentaire, et éveiller l'esprit critique des enfants face à leur alimentation. Ce cd propose une histoire racontée entrecoupée de chansons pour enfants et un livret contenant les paroles des chansons et des messages informatifs pour les parents.

Public(s) : Enfant / Educateur pour la santé

Thème(s) : Alimentation

1 cd-audio avec livret de 16 p. et des fiches conseils nutritionnels



**Cassette vidéo-DVD**  
**Et toi, comment tu manges ?**  
**Vidéo-débat sur l'alimentation chez les jeunes**

Association Imp-Actes

Ce DVD permet de lancer un débat autour des pratiques alimentaires des jeunes dans le cadre d'interventions de prévention dans le monde des loisirs (séjours de vacances, centres de loisirs, maisons de jeunes, etc.), de l'école (classes de primaire et de collège) ou de la culture (musées, écomusées, etc.). Son but est de servir de support à un débat ou à des ateliers ludo-éducatifs. Il est composé de 5 séquences principales : le petit déjeuner et la collation ; le déjeuner à la cantine ; le repas type "Fast-food" ; les courses au supermarché ; le dîner sans les parents.

Public(s) : Préadolescent / Enfant

Thème(s) : Alimentation

DVD 15 mn. Livret d'accompagnement



**Cassette vidéo-DVD**  
**Histoires de troubles alimentaires.**  
**Un documentaire-fiction sur l'anorexie et la boulimie**

Association Imp-Actes, SHANKLAND

Rébecca, MARGNAC Fabien

Ce DVD propose une mise en scène du quotidien d'une jeune fille atteinte d'anorexie et d'un garçon atteint de boulimie. Il montre ce que les troubles alimentaires engendrent comme comportements particuliers. Ainsi, les jeunes pourront facilement

se reconnaître ou prendre conscience d'attitudes semblables dans leur entourage.

Public(s) : Préadolescent / Adoléscent

Thème(s) : Alimentation

DVD 10 mn



**Cassette vidéo-DVD**  
**Se lécher les babines**  
**COURANT Frédéric**

Ce dvd de la collection "C'est pas sorcier" traite des saveurs des aliments : de l'huile d'olive, des fruits et légumes et notamment de la pomme de terre.

Public(s) : Enfant / Préadolescent / Adoléscent

Thème(s) : Alimentation

DVD 105 mn



**Cassette vidéo-DVD**  
**Toi-même tu sais !! Une fiction de prévention en cinq épisodes**  
**BIGGS J.-G., POCRAIN Stéphane,**  
**SAINTE ROSE Sandra (et al.)**

"Toi-même tu sais" est un programme court consacré à la santé des Africains vivant en France. La première saison de cette fiction de prévention allie, en 5 actes, divertissement et messages de santé sur la paludisme, la contraception d'urgence, la défenestration, la discrimination des personnes atteintes par le VIH et la nutrition.

Public(s) : Migrant / Educateur pour la santé

Thème(s) : Vie affective et sexuelle / Alimentation / Accident

DVD 35 mn



**Cassette vidéo-DVD**  
**Vos questions nutrition. Bien manger, bien bouger au quotidien avec les 9 repères du PNNS**  
**BALLESTRERO Christelle, GUERIN**

Eric

Ce DVD reprend les 40 programmes courts diffusés en octobre et novembre 2007. Les différentes saynètes s'appuient sur une démarche pédagogique et informative, où la dimension de plaisir de l'alimentation reste au centre des dialogues pour montrer que « bien manger et bien bouger, c'est possible ! » au quotidien. Cet outil permet aux animateurs d'amorcer le débat et de donner une illustration aux repères de consommation.

Public(s) : Adulte / Tout public / Educateur pour la santé

Thème(s) : Alimentation / Activité physique

DVD 40 mn



**Cassette vidéo-DVD**  
**La santé vient en mangeant !**  
**BRETON Catherine**

Ce DVD comprend 4 émissions traitant de l'alimentation : l'équilibre

alimentaire, les produits laitiers, le sucre, et les eaux minérales.

Public(s) : Enfant / Adolescent / Adulte

Thème(s) : Alimentation

DVD 105 mn



**Cassette vidéo-DVD**  
**Fonctionnement de l'organisme**  
**(2). Sang, énergie et santé**

BRETON Catherine,  
CHAUDEMANCHE Franck,

CARRAUD Michel (et al.)

Les thèmes abordés dans ce dvd de la collection "C'est pas sorcier" sont : La circulation du sang, le fonctionnement du cœur, la distribution de l'oxygène aux organes, la double circulation, les maladies cardio-vasculaires (athérosclérose, infarctus). Alimentation et énergie : les aliments, la digestion. Les nutriments, l'obésité. Des modifications du fonctionnement de l'organisme : effort musculaire, adaptation à l'effort, le malaise cardiaque.

Public(s) : Enfant / Préadolescent / Adolescent

Thème(s) : Anatomie / Alimentation

DVD 24 mn



**Cassette vidéo-DVD**  
**L'obésité : nous risquons gros**

RENON Christophe

Cette émission de la série « C'est pas sorcier » traite de l'obésité.

Sabine et Jamy, les deux reporters de l'émission présentent les gestes simples de prévention qui pourraient enrayer la tendance de cette épidémie. Ils commencent en parlant des aliments et de l'équilibre alimentaire puis du lien entre leur consommation et les différents mécanismes en jeu dans le fait de grossir. Ils expliquent également les critères qui déterminent l'obésité d'une personne et les effets sur la santé. Ils rappellent également les bienfaits de la pratique régulière d'une activité physique.

Public(s) : Enfant / Adolescent / Adulte

Thème(s) : Education du patient / Alimentation

DVD 26 mn



**Cassette vidéo-DVD**  
**Planète environnement**

YEGANEH Aly

Ce dvd propose un échange entre des scientifiques et des adolescents à partir de six thèmes : atmosphère terrestre, nutrition et alimentation, ressources géologiques, météorologie et climat, technologies et santé, énergies.

Public(s) : Adolescent

Thème(s) : Environnement / Alimentation

DVD 156 mn avec livret

**Cassette vidéo-DVD**

**Bien dans son corps (4). Equilibre Alimentaire.**

**Paradis artificiels**

CROS R., DELEBECQUE H.

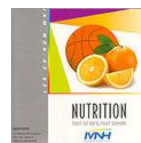
Galilée, l'émission du CNDP et de la Cinquième pour les collèges, nous présente dans cette vidéocassette deux films pour mieux connaître le fonctionnement de son corps et permettre une éducation à la santé. 1) Equilibre alimentaire : l'émission souligne les risques d'une alimentation mal équilibrée. Manger trop gras, grignoter toute la journée n'importe quoi sont des conduites à éviter si on veut rester en bonne santé. Comment manger équilibré tout en se faisant plaisir ? 2) Paradis artificiels : pour les adolescents, la toxicomanie est un sujet tout à la fois banalisé et méconnu. Banalisé parce que nombre d'entre eux ont au moins un copain qui fume du haschich. Banalisée aussi la dégradation du toxicomane, par les campagnes d'information... Tant de questions restent pourtant sans réponses, les ados s'interrogent, confrontent les idées reçues avec leur propre expérience.

Public(s) : Adolescent

Thème(s) : Addiction / Alimentation

Cassette vidéo 26 mn par thème

**CD-ROM**



**CD-Rom**

**Nutrition tout ce qu'il faut savoir**

Mutuelle nationale des hospitaliers et des professionnels de la santé et du social

Ce CD ROM contient 200 pages d'informations relatives à la diététique et au bienfait de l'exercice physique afin d'éviter les pathologies liées à de mauvaises habitudes alimentaires, il comprend l'intervention de divers spécialistes, des quizz qui permettent de faire le point sur les connaissances en lien avec l'alimentation.

Public(s) : Professionnel de santé<BR>Tout public

Thème(s) : Alimentation

CD-Rom PC Windows 98, Mac OS9/OSX, Carte son, Acrobat Reader



**CD-Rom**

**Enjeux pour leur santé. Alimentation, activités sportives et développement durable : des outils éducatifs pour les 3-11 ans**

PETIT Françoise, BLANC Dominique, CHEVRIER Claude (et al.)

Destiné aux professionnels, ce cédérom a pour objectif de mettre à disposition des fiches pédagogiques, en format pdf, comme supports d'ateliers "alimentation et activité physique". Ces fiches sont classées en 3 grandes thématiques (repas, denrées alimentaires, sensations et plaisirs) et sont déclinées pour chacun des cycles

(I, II, III) de l'école primaire. Des ressources scientifiques et des informations à destination des professionnels et des parents complètent les fiches.

Public(s) : Enfant / Educateur pour la santé

Thème(s) : Alimentation / Activité physique  
Environnement

Cédérom PC/Mac, navigateur internet explorer, firefox, safari



#### CD-Rom

##### Nutrition le CDVD

Mutuelle générale de l'éducation nationale (MGEN)

La Mutuelle générale de l'éducation nationale a conçu ce module de ressources pédagogiques sur le thème de la nutrition à disposition des enseignants. On y trouve des repères sur l'équilibre alimentaire.

Public(s) : Enfant / Adolescent

Thème(s) : Alimentation

CDVD PC/Windows 98 ou supérieur, Macintosh MAC OS 10 ou supérieur



#### CD-Rom

##### Viens faire le tour de ton assiette

RIANT Nathalie, GOINY Claude

Cet outil conjugue l'aspect ludique et la dimension pédagogique du lien entre nutrition et santé. Il a pour objectif l'amélioration de l'état de santé en agissant sur l'un de ses déterminants majeurs qu'est la nutrition, en orientant les choix alimentaires vers un état nutritionnel plus équilibré.

Public(s) : Adolescent

Thème(s) : Alimentation

PC Windows 98 et ultérieur



#### CD-Rom

##### Le goût et les cinq sens

BOUAZIZ Bella, FLEUR Sylvie, HAMY Josiane (et al.)

Cet outil propose des séances pédagogiques sur l'initiation au goût et l'apprentissage du plaisir alimentaire dans les écoles primaires. Il fournit aux enseignants toutes les clefs nécessaires à la bonne marche d'une séance : exemples concrets, liste du matériel nécessaire, déroulement textuel, suggestions de pistes pédagogiques, encyclopédie sur le goût, glossaire interactif et bibliographie pour les élèves et les enseignants.

Public(s) : Educateur pour la santé <BR> Enfant

Thème(s) : Alimentation

Configuration minimale sur PC : pentium II, 233 Mhz, 32 Mo de Ram, Windowx 95 / Sur Macintosh : Performa 5400, 32 Mo de Ram? SYST7ME 8.1, 800x600 pixels, matériel requis : enceintes ou casque



#### CD-Rom

##### Les aînés acteurs de leur santé

Comité régional d'éducation pour la santé (CRES) Lorraine, Caisse régionale d'assurance maladie

(CRAM) Nord-Est

Cet outil pédagogique comporte plusieurs supports visant à promouvoir et renforcer, auprès des personnes âgées, des pratiques de santé globale et de responsabilité citoyenne : livret d'information, auto-questionnaire, fiches pratiques, photolangage. Quatre thématiques de santé sont traitées : l'alimentation, le bon usage du médicament, l'image de soi et la place citoyenne

Public(s) : Personne âgée

Thème(s) : Approche psycho-sociale / Médicament / Alimentation

CD ROM, nécessitant Acrobat Reader, comprenant : 1 sommaire général, 1 livret connaissance, 4 fiches actions, 4 fiches auto-questionnaires, un photolangage (26 photographies noir et blanc, 20x30 cm)



#### CD-Rom

##### Faites votre menu

Kawenga production

Ce CD Rom permet de découvrir et d'expérimenter, à travers des jeux, les différents aliments, leur origine et leurs propriétés. Il permet également de combiner, de façon ludique, les aliments pour obtenir une alimentation équilibrée.

Public(s) : Tout public

Thème(s) : Alimentation

PC, Windows 95 - 98, 16 Mo de RAM



#### CD-Rom

##### Alimentaire mon cher Joe !

TAUBER J.P., TAUBER Maité, GHISOLFI J. (et al.)

Ce CD-Rom, conçu par une équipe médicale, permet de faire connaître aux enfants sous forme ludique les bases pratiques de la diététique et l'importance du bon équilibre alimentaire. Cet outil pédagogique comprend 6 jeux qui ont chacun un objectif pédagogique : le restaurant "Chez Joe" permet de composer un repas équilibré ; "le Cabaret" pour connaître la composition d'un aliment ; "Chez Mamie Gisèle" pour équilibrer le petit déjeuner et la collation ; "L'entrepôt" pour appréhender les catégories d'aliments ; "Le labyrinthe" pour consommer le calcium nécessaire à la croissance ; "Le supermarché" pour connaître les équivalences dans chaque catégorie d'aliment

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Alimentation

PC Windows 95 et ultérieur

## Exposition /Jeu



### Exposition Les aliments

Affiche présentant des légumes.

Public(s) : Tout public

Thème(s) : Alimentation

L: 75,5 cm - l: 51 cm



### Exposition Les fruits

Affiche présentant des fruits

Public(s) : Tout public

Thème(s) : Alimentation

L: 75,5 cm - l: 51 cm



### Jeu Allons au marché

Dans ce jeu, les enfants se rendent au marché pour acheter ou échanger avec les autres les aliments dont ils

ont besoin pour composer un repas équilibré, soit 1 aliment de chaque couleur. Ce jeu permet de découvrir les différentes catégories d'aliments et leurs apports et de prendre conscience de l'équilibre des repas

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Alimentation

1 tapis de jeu (65 x 65 cm), 6 pions en bois, 66 cartes couleur (10 x 6,5 cm), 1 dé en bois, 1 règle du jeu, 1 boîte de rangement pour les pièces, 1 tube de rangement



### Jeu J'apprends à bien manger

GUYOT Céline, HARYNCK Lyse

Ce jeu aide les enfants à découvrir des informations sur les aliments et des conseils pour apprendre à équilibrer ses repas. L'enfant doit composer son menu en choisissant une entrée, un plat, un laitage et un dessert sans oublier le pain et l'eau. Le premier à avoir complété son plateau repas gagne la partie.

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Alimentation

4 "plateaux" repas (feuilles plastifiées - 28 x 21 cm), 1 roue (avec 1 cuillère qui tourne - diam. 14 cm), 56 tuiles aliment (dessin d'un côté et petit texte de l'autre), règle du jeu



### Jeu Manger est un jeu d'enfant

Les objectifs de cet outil sont de favoriser la mise en oeuvre d'actions

d'éducation nutritionnelle auprès des enfants dans le contexte de l'école ou des centres de loisirs. Il présente une méthodologie d'animation, des contenus et des outils relatifs à l'éducation nutritionnelle aux adultes encadrant des enfants.

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Alimentation

1 cd-rom, 72 cartes aliment, 12 cartes symboles (O ou X), 20 cartons (repas / jour de la semaine), 1 plateau de jeu, 4 crochets métalliques, 1 dé, 5 pions de couleur, 1 bâche plastique avec velcro reprenant les groupes alimentaires.



### Jeu

#### Bien se nourrir. Un jeu sur l'alimentation

WARICH Stefanie, DIRSCHERL Wolfgang

Ce très beau jeu a pour objectif d'apprendre tout en jouant quels sont les aliments bons pour la santé et les quantités à consommer par jour, d'apprendre aussi que se dépenser et bouger est la meilleure façon d'équilibrer son bilan énergétique, et de prendre conscience de ses habitudes alimentaires. Il est destiné aux enfants de plus de 5 ans, pour 2 à 4 joueurs.

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Alimentation / Activité physique

1 plateau de jeu, 1 pion, 9 mains de couleurs, 14 cartes d'exercices physiques, 1 carte en carton, 4 tampons, 2 blocs de feuilles à tamponner, 1 dé, 1 corde à sauter, 1 règle du jeu, 1 guide alimentaire

### Jeu

#### Cartes sur table. Un jeu des 7 familles et 42 cartes de recettes

SIRIEIX Laure

Ce document comporte deux compartiments avec d'une part un jeu de sept familles et d'autre part des fiches recettes. Les 43 cartes à jouer (7 familles x 6 cartes) associent à un aliment ou à un élément en rapport avec la gastronomie, une expression courante de la langue française. Chacune de ces expressions est expliquée. Les 43 fiches de recettes, quant à elles, renvoient chacune à un aliment du jeu. Comme les cartes à jouer, les fiches recettes sont plastifiées. Chaque carte du jeu est illustrée, et l'on trouve une photo de la recette sur chacune des fiches.

Public(s) : Tout public

Thème(s) : Alimentation

43 cartes à jouer, 43 fiches recettes, 1 carte règle du jeu



### Jeu

#### D'où viennent les aliments?

Akros educativo, Interdidak

Ce jeu d'association permet d'apprendre à classer les aliments



selon leur provenance. Il permet d'apprendre d'où viennent et où poussent les aliments. Les objectifs psychopédagogiques sont : d'améliorer les capacités d'identification, de distinction et de classement, de développer et assimiler un vocabulaire de base, de développer le sens de l'observation et augmenter ses connaissances.

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Alimentation

30 fiches portant des photos d'aliments (6 fiches par hexagones), 5 fiches hexagonales, 1 feuillet explicatif, 5 fiches hexagonales portant chacune le dessin d'un contexte différent selon l'origine des aliments (racines, plantes, arbres, mer et animaux)



### Jeu

#### **Perkichute. Gagner à ne pas chuter**

CHAMBOST Philippe, CORNIL Christian, LAGARDERE Pascale (et al.)

Ce jeu est un jeu de plateau de 63 cases composé de deux sortes de cartes : une de culture générale (86 cartes) et l'autre portant sur des thématiques en lien avec les chutes (l'alimentation, l'hygiène de vie, les chutes) (127 cartes). Il vise par le biais d'un jeu de l'oie, coloré et illustré, à développer des connaissances sur les facteurs de risques à l'origine des chutes. Cet outil de sensibilisation et d'information s'adresse, tout d'abord, aux personnes âgées : il a d'ailleurs été conçu de façon à leur permettre facilement de jouer (taille des pions et du dé adapté) mais aussi au personnel soignant et encadrant.

Public(s) : Personne âgée / Professionnel de santé

Thème(s) : Accident / Alimentation

Un plateau de jeu 1 dé 5 pions Carte règle du jeu Cartes "chance ou bonus" Cartes "questions" (rouges, vertes, brunes ou bleues, selon les thèmes abordés)



### Jeu

#### **A table !**

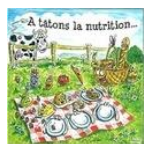
DREUX Camille, CHAPON Alice, FINDELING Marie (et al.)

À table ! est un jeu de cartes sur l'équilibre alimentaire d'un repas destiné à un public d'enfants dès 7 ans (du CE2 à la 5e). Le but du jeu est d'être le premier à avoir composé un repas équilibré.

Public(s) : Enfant / Adolescent

Thème(s) : Alimentation

1 règle du jeu, 48 cartes action, 81 cartes aliment, 3 cartes piège aliment pourri, 6 cartes pain, 6 cartes eau, 1 dé



### Jeu

#### **A tâtons la nutrition**

Commission santé solidarité du conseil municipal d'enfants de

### Châteauroux

Ce jeu de plateau est le fruit du travail de 11 jeunes élus de la commission santé 2003/2004 du conseil municipal d'enfants de la ville de Châteauroux soutenus par le Comité départemental d'éducation pour la santé de l'Indre et le service de santé publique de la ville de Châteauroux. Destiné à tout public, il apporte de manière ludique des informations autour de l'équilibre alimentaire et sur les différents groupes d'aliments. Des questions variées et diversifiées permettent un échange interactif entre les joueurs.

Public(s) : Tout public

Thème(s) : Alimentation

1 plateau ; 100 cartes (700 questions-réponses) ; 1 dé ; 6 pions ; 6 paniers en carton ; 36 aliments en carton ; 1 sablier



### Jeu

#### **J'ai faim !**

Fondation Mustela

Ce jeu répond à une préoccupation récente en santé publique : la prévention de l'obésité, infantile ou adulte. Avec l'aide d'un adulte-animateur, les joueurs, apprentis-cuisiniers, vont tenter de préparer les menus d'une journée type comprenant : le petit déjeuner, le déjeuner, le goûter et le dîner. A tour de rôle, chacun va annoncer quel aliment il pense trouver dans la pioche pour compléter l'un des repas, puis il ira tourner la cuillère dans le chaudron du chef la Tambouille, ce qui peut lui réserver bien des surprises !

Public(s) : Enfant / Educateur pour la santé

Thème(s) : Alimentation

- Quatre plateaux "Cuisine"- un plateau "Monsieur Avaltout"- un plateau "Salle à manger"- Un roulette "Le Chaudron du chef"- 54 pièces aliments 12 pièces aliments vierges à personnaliser

### Jeu

#### **Bonne journée**

SCHMITTER Laurence

Ce jeu permet de parler du temps, des différents moments de la journée, des rythmes de vie, avec de jeunes enfants à partir de 4 ans. A l'aide de scènes de la vie quotidienne de petits personnages, il fait découvrir aux enfants la structuration du temps, notamment autour de la notion d'équilibre alimentaire et du bien-être du corps au quotidien. Ce jeu traite aussi du sommeil, de la toilette, du brossage des dents, du petit déjeuner et des différents repas de la journée, de l'activité physique, du sport, des temps de loisirs, du temps scolaire.

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Rythme biologique / Hygiène / Alimentation

1 plateau de jeu, 4 pions, 1 dé pour se déplacer, 1 dé à 3 consignes, 4 supports réveil, 4 plateaux

journée de 5 cases aimantées, 4 plateaux  
journées de 10 cases aimantées, 40 jetons  
magnétiques, 1 règle du jeu



### Jeu

#### Jeu de l'oie "P'tit déj"

Jeu pour prendre connaissance  
d'informations sur les groupes  
d'aliments et la composition d'un  
petit déjeuner équilibré, évaluer ses  
connaissances, s'exprimer et débattre.

Public(s) : Educateur pour la santé<BR>Enfant

Thème(s) : Alimentation

1 parcours de 29 dalles, 1 tableau avec 1 flèche, 1  
règle du jeu, 1 guide d'utilisateur, 5 fiches  
d'évaluation, 1 document récapitulatif



### Jeu

#### Nutrissimo. Voyage au centre de l'alimentation

Institut Pasteur de Lille

Jeu éducatif sur l'alimentation : bien  
se nourrir est agréable et amusant.

Voyage à travers les aspects nutritionnels et  
culturels des aliments.

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Alimentation

1 planche de jeu, 100 cartes questions/réponses,  
8 cartes joueurs, 216 trophées en couleurs, 8  
pions en bois, 2 dés



### Jeu

#### Les pros du petit déjeuner

Centre d'études et de  
documentation du sucre (CEDUS)

Jeu pédagogique destiné à  
sensibiliser les élèves à l'importance  
du petit déjeuner. Il permet d'en aborder l'aspect  
nutritionnel mais également les données  
sensorielles et culturelles.

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Alimentation

7 pochettes thématiques, 1 livret de l'enseignant, 1  
feuille de présentation



### Jeu

#### Destination santé

AGIES Centre social, Collège  
Gustave Courbet

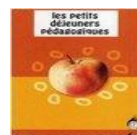
Le jeu permet d'aborder la santé  
avec différents publics de façon  
globale et non moralisatrice dans l'idée même que  
s'en fait l'OMS. 6 thèmes abordés : "les drogues  
parlons en !" ; "hommes et femmes de demain" ;  
"atout corps" ; "environnement votre" ; "quand ça  
fait mal !" ; "la forme à fond !

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Education et promotion de la  
santé<BR>Alimentation / Environnement

Dé, plateau, guide pédagogique, 600 cartes  
questions-réponses, 4x6 cartes thématiques

## Mallette pédagogique



### Mallette pédagogique

#### Les petits déjeuners pédagogiques

Service de santé publique de la ville  
de Brest

Cet outil pédagogique a été conçu pour  
accompagner les enseignants des classes de  
grande section maternelle à construire un projet  
pédagogique en complément de l'action « petit  
déjeuner pédagogique » proposé par le service de  
Santé Publique de la ville de Brest. Ce classeur  
propose trois fiches pédagogiques : l'équilibre  
alimentaire, le temps du petit déjeuner, l'hygiène.  
Deux fiches ressources et en savoir plus et deux  
annexes : la pyramide alimentaire, une journée à  
construire.

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Alimentation

Classeur de 10 pages

Lien Internet

[http://www.forumsantebrest.net/IMG/pdf/Livret\\_pe\\_dagogique.pdf](http://www.forumsantebrest.net/IMG/pdf/Livret_pe_dagogique.pdf)

### Mallette pédagogique



#### Je mange, je bouge, je vais bien.

#### Action de prévention de l'obésité infantile en école maternelle

Comité départemental d'éducation  
pour la santé (CoDES) des Bouches-

du-Rhône

Dans le cadre de la prévention de l'obésité  
infantile, ce dossier pédagogique a 3 objectifs :  
promouvoir l'alimentation équilibrée de l'enfant  
auprès des parents, sensibiliser les enfants des  
écoles maternelles aux bienfaits d'une  
alimentation équilibrée et promouvoir l'activité  
physique. Il propose une méthodologie  
d'intervention auprès des équipes pédagogiques,  
des parents et des enfants. L'intervention auprès  
de ces derniers se déroule sur 8 séances,  
chacune ayant un thème spécifique (les aliments  
protecteurs, les aliments bâtisseurs, les aliments  
énergétiques, les graisses et les sucres cachés,  
l'activité physique, etc). Chaque séance présente  
le cadre théorique du thème proposé ainsi que les  
outils d'animation correspondants

Public(s) : Enfant / Educateur pour la santé

Thème(s) : Alimentation / Activité physique

Classeur de 50 p., ill. en coul., fiches pédagogiques



### Mallette pédagogique Mon panier repas

Collectif REPAS

Cet outil, créé par un réseau d'acteurs de terrain (collectif REPAS - Réseau Pour une Alimentation Santé) a pour objectif de répondre aux besoins des personnes en difficulté avec l'écrit, aux bénévoles et aux professionnels qui les accompagnent dans un processus d'éducation nutritionnelle. Ce processus doit conforter les aptitudes favorables à la santé et diminuer les résistances liées aux représentations et aux rapports complexes de la personne vis-à-vis de son corps et de son alimentation. L'outil se compose de deux supports distincts : une pochette contenant 15 fiches (présentation des principaux fruits et légumes, des ustensiles de cuisine, des épices et aromates, et recettes de mets simples à réaliser) et un classeur reprenant un guide d'utilisation complet avec des propositions d'objectifs à réaliser et des fiches ressources.

Public(s) : Population défavorisée / Educateur pour la santé

Thème(s) : Alimentation

Classeur, 15 fiches plastifiées, ill. en coul.



### Mallette pédagogique A nous l'alimentation !

GLAUDON Josiane

Cette mallette pédagogique permet d'aborder l'alimentation sous ses aspects historique, géographique, scientifique et environnemental. Les fiches d'activités contenues dans le classeur-guide permettent une approche ludique et informative pour avoir une alimentation équilibrée et protéger son environnement.

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Alimentation / Environnement

Un classeur-guide contenant : 26 fiches de l'élève et 26 fiches du maître ; manuel de 64 pages



### Mallette pédagogique BBnut. L'alimentation des tout-petits de la naissance à 3 ans

Comité départemental d'éducation pour la santé (CoDES) de l'Essonne,

Epicierie sociale Oasis de Viry-Châtillon, Centre de recherche et d'information nutritionnelles (CERIN) (et al.)

Cet outil, élaboré dans le cadre d'un projet pluri professionnel et multi partenarial dans l'Essonne et la Seine-Saint-Denis, a pour objectif de rassurer et d'aider les parents ou futurs parents en situation de précarité, à proposer une alimentation adaptée à leurs jeunes enfants (0-3 ans). Il permet d'informer et de favoriser les échanges sur les repères pour la diversification, les différents aliments, les consommations hors repas, l'influence de la publicité et du prix des produits, la cuisine familiale et traditionnelle et la préparation

des repas et enfin les dimensions éducatives et affectives de l'alimentation. Cet outil est destiné aux personnes travaillant spécifiquement auprès des populations en précarité : épicerie sociale, association d'aide alimentaire, services PMI

Public(s) : Population défavorisée / Adulte / Educateur pour la santé

Thème(s) : Alimentation

Un guide d'utilisation, une planche aimantée évoquant les 3 temps forts de l'alimentation du jeune enfant 0-3 ans, 46 cartes magnétiques représentant des groupes d'aliments, des dépliants, un modèle de fiche d'évaluation post-animation BBnut



### Mallette pédagogique Boire Manger Bouger en Lorraine. Mallette Nutrition 1er degré

BARTHELEMY Lucette, CAMBON Linda, CHRISTOPHE Emilie (et al.)

La réalisation de La Mallette Nutrition 1er degré, dans le cadre du Programme Académique Nutrition Boire-Manger-Bouger, a été coordonnée par le Collège régional d'éducation pour la santé de Lorraine. Cette mallette pédagogique regroupe des outils variés abordant l'alimentation et l'activité physique, en direction des élèves de la maternelle et du primaire, en milieu scolaire ou dans les temps de loisirs, déclinées en 5 thèmes : besoins et apports nutritionnels ; rythmes nutritionnels ; diversité des plaisirs ; environnement nutritionnel ; histoire et culture. Les objectifs de cet outil sont d'une part, pour les enfants, de connaître et d'atteindre les recommandations Nutrition Santé ; d'élargir la gamme de choix des pratiques nutritionnelles Boire-Manger-Bouger ; de développer la citoyenneté et la solidarité vis-à-vis de la nutrition ; et d'autre part, pour les professionnels, de mettre en oeuvre des programmes de promotion de la santé autour de la nutrition dans les établissements scolaires.

Public(s) : Enfant / Educateur pour la santé

Thème(s) : Alimentation / Activité physique

Sur CD-ROM : 20 fiches d'activités, 22 fiches connaissances, 2 à 4 fiches professionnelles, 1 plaquette parents Sur CD-ROM et version papier : 2 jeux de 7 familles Boire-Manger et Bouger, 1 affiche présentant les rythmes et repères nutritionnels.



### Mallette pédagogique Boire Manger Bouger en Lorraine. Mallette Nutrition 2nd degré

BARTHELEMY Lucette, CAMBON Linda, CHRISTOPHE Emilie (et al.)

La réalisation de La Mallette Nutrition 2nd degré, dans le cadre du Programme Académique Nutrition Boire-Manger-Bouger, a été coordonnée par le Collège régional d'éducation pour la santé de Lorraine. Cette mallette pédagogique regroupe

des outils variés abordant l'alimentation et l'activité physique, en direction des élèves du collège et du lycée, en milieu scolaire ou dans les temps de loisirs, déclinées en 5 thèmes : besoins et apports nutritionnels ; rythmes nutritionnels ; diversité des plaisirs ; environnement nutritionnel ; histoire et culture. Les objectifs de cet outil sont d'une part, pour les enfants, de connaître et d'atteindre les recommandations Nutrition Santé ; d'élargir la gamme de choix des pratiques nutritionnelles Boire-Manger-Bouger ; de développer la citoyenneté et la solidarité vis-à-vis de la nutrition ; et d'autre part, pour les professionnels, de mettre en oeuvre des programmes de promotion de la santé autour de la nutrition dans les établissements scolaires.

Public(s) : Adolescent / Educateur pour la santé<BR>Préadolescent

Thème(s) : Activité physique / Alimentation

Sur CD-ROM : 20 fiches d'activités, 22 fiches connaissances, 2 à 4 fiches professionnelles, 1 plaquette parents.



**Mallette pédagogique  
Goûts et saveurs. Une éducation à  
l'alimentation, à la diversité et au  
terroir**

Cet outil pédagogique destiné aux enfants de la maternelle au CM2 (prolongements possibles en collège), permet d'aborder de multiples aspects des thèmes du goût, des saveurs et de l'alimentation. Des ateliers-jeux sont proposés autour de l'éveil, l'évolution du goût et la réalisation de transformations culinaires. A partir de jeux de cartes et de photos, les enfants pourront également travailler sur l'importance des processus d'élaboration des aliments : pratiques culturelles et terroir, modes de conservation, filières producteur-consommateur,... D'autres ateliers-jeux permettent de retracer le voyage du goût dans le temps et dans le monde et de s'interroger sur la notion de consommateur responsable. A chaque étape de la mallette, l'équilibre alimentaire est abordé. Des fiches élèves permettent aux enfants de restituer leurs acquisitions.

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Alimentation

Classeur pédagogique, fiches élèves, plateaux de jeux, cartes et photos



**Mallette pédagogique  
Millemots. La vie quotidienne**

LEBLAY Michèle

Cet outil vise à favoriser l'échange et la prise de parole dans le groupe classe autour des douze thèmes suivants : les repas, les loisirs, le sommeil, le jeu, les relations avec papa/maman, l'habillage, la toilette, la santé, les courses, les fêtes, l'école, la naissance. Cet outil permet d'aborder de façon transversale

différents domaines d'apprentissage : la découverte du vivant, le repérage dans le temps, le repérage dans l'espace, le repérage des ensembles, l'éducation à la santé, l'éducation à la sécurité, le langage écrit...

Public(s) :

Enfant / Educateur pour la santé

Thème(s) : Education et promotion de la santé<BR>Alimentation / Hygiène

La mallette Millemots contient : 12 posters de grand format, 24 fiches situation (format A4), 75 images séquentielles, un présentoir transparent, 1 fichier ressources contenant : le guide du maître, des fiches d'activités individuelles de niveaux différents (PS/MS - GS)



**Mallette pédagogique  
Les 5 sens et l'alimentation**

SCHMITTER Laurence

Cette valise pédagogique fournit à l'enseignant de maternelle un panel d'outils variés (jeux éducatifs, cd audio, posters ...) pour éveiller la curiosité des enfants et leur faire découvrir les cinq sens et l'alimentation.

Public(s) : Enfant / Educateur pour la santé

Thème(s) : Alimentation / Anatomie

Valise comprenant : 2 albums : "Drôles de goûts" et "Mon abécédaire des aliments", 4 cartes couleur (pour le jeu des 4 saveurs), 32 mini cartes couleur (photos d'aliments pour le jeu des aliments mystérieux), 12 cartes couleur (carte "sons" à utiliser avec le CD audio), 26 mini posters (Abécédaire) 6 boîtes odorantes (pour le memory olfactif), 4 plaques (échantillons tactiles à toucher), 1 CD audio "Ouvre grand tes oreilles" (comptine chantée, histoire racontée et sonorisée, série de sons issus de nos habitudes alimentaires), 1 plateau olfactif, 6 posters recto-verso (format 60 X 44), 1 guide ressources "Les 5 sens et l'alimentation, cycle 1 et 2"



**Mallette pédagogique  
Les aliments, source de bien-être  
et de découvertes**

Cette mallette pédagogique permet d'aborder avec les enfants le thème de l'alimentation sous ses multiples facettes : anecdotes historiques, planisphère des grands pays producteurs, le schéma de la digestion. Cette mallette est destinée à l'apprentissage d'une bonne alimentation pour les enfants en bas âge

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Alimentation

1 affiche de progression, 1 affiche retraçant le trajet des aliments, 1 planisphère, 1 frise chronologique, 36 fiches d'activités, 1 guide pour l'enseignant.



**Mallette pédagogique  
Manger mieux, vivre mieux...**

Comité départemental d'éducation

pour la santé (CoDES) de Haute-Saône, Association départementale d'aide pour l'enfance inadaptée (ADAPEI), SAMN 70

Ce classeur a pour objectif d'apporter des repères qualitatifs et quantitatifs sur l'alimentation à un public qui ne peut accéder à une information classique de qualité et qui n'a pas les capacités d'analyse des messages publicitaires largement diffusés. Il s'adresse à tout individu en quête d'informations, aux équipes éducatives et médicales, aux familles et aux réseaux de santé.

Public(s) : Tout public / Personne handicapée

Thème(s) : Alimentation

Ce classeur est composé de 16 fiches qui reproduisent : la pyramide des repères de consommation, les groupes d'aliments, 2 semaines de menus, des recommandations et des mises en gardes, le rangement du réfrigérateur, l'incitation à bouger davantage et quelques recettes illustrées



### Mallette pédagogique

#### Table Atouts

Cet outil a été construit sur la base de repères nutritionnels du PNNS.

Destiné à un travail en classe, il permet :- d'apprendre aux enfants en s'amusant les règles du bien manger- d'informer le personnel de restauration scolaire des principales règles du bien manger et des attitudes à adopter face aux mauvais comportements alimentaires des enfants.- d'informer les parents des règles du bien manger, donne la possibilité de jouer en famille sur les rythmes alimentaires.

Public(s) : Enfant / Educateur pour la santé

Thème(s) : Alimentation

- 1 plateau de jeu, 28 cartes joker, 22 cartes chance- 1 dé, 4 pions joueur, 1 pion ogre,- 4 cartes TABLE ATOUTS- 72 jetons aliments, 16 jetons repas, 4 jetons sport- 1 règle du jeu- dossier pédagogique- posters (2 jeux de 4 modèles)- mobiles (jeu de 4 modèles)- fiche pour le personnel de restauration ou les animateurs- livret enfants-parents



### Mallette pédagogique

#### A table tout le monde ! Alimentation, culture et santé de la maternelle au CE1

AZORIN Jean-Christophe, COLIN

Nathalie, LE CAIN Anne

Ces fiches d'activités permettent aux enfants une réflexion sur leurs connaissances, comportements et attitudes alimentaires. Elles abordent principalement les facteurs intervenant dans nos choix nutritionnels :- les facteurs pratiques (coût des aliments, transformation, origine, disponibilité...)- les facteurs socioculturels (milieux, traditions...)- les facteurs psychoaffectifs (plaisir, goût et partage...)- les facteurs cognitifs (biologie, métabolisme, valeur nutritionnelle et impact santé

des aliments).Cet outil propose à l'éducateur ou à l'enseignant une approche transversale et pluridisciplinaire de la thématique à travers plus de soixante activités collectives et individuelles regroupées en 5 modules : les aliments et leurs familles, les aliments et leurs origines, les aliments et leurs transformations, les aliments et ma santé, les aliments et moi.

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Alimentation

À table, tout le monde !



### Mallette pédagogique

#### A table tout le monde ! Alimentation, culture et santé du CE2 à la 5è

AZORIN Jean-Christophe,

COLIN Nathalie, LE CAIN Anne

Ces fiches d'activités permettent aux enfants une réflexion sur leurs connaissances, comportements et attitudes alimentaires. Elles abordent principalement les facteurs intervenant dans nos choix nutritionnels :- les facteurs pratiques (coût des aliments, transformation, origine, disponibilité...- les facteurs socioculturels (milieux, traditions,...)- les facteurs psychoaffectifs (plaisir, goût et partage,...)- les facteurs cognitifs (biologie, métabolisme, valeur nutritionnelle et impact santé des aliments).Cet outil propose à l'éducateur ou à l'enseignant une approche transversale et pluridisciplinaire de la thématique à travers plus de soixante activités collectives et individuelles regroupées en 5 modules : alimentation et aliments, alimentation et culture, alimentation et société, alimentation et santé.

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Alimentation



### Mallette pédagogique

#### Alimentation tout prix

BARTHELEMY Lucette, BINSFELD C., MOISSETTE A.

Actualisation d'un outil de formation et d'animation dont la finalité est de donner les éléments de base pour concevoir une alimentation diversifiée et adaptée aux besoins des personnes dans le cadre de moyens réduits sur le plan financier et culinaire.

Public(s) : Adulte / Population défavorisée / Educateur pour la santé

Thème(s) : Alimentation

Classeur 264 fiches



### Mallette pédagogique

#### L'alimentation : tout goûter, c'est jouer !

DURACK Isabelle, JOBBE-DUVAL Brigitte

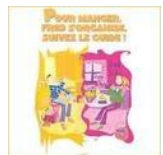
Cet outil composé de 6 jeux différents indépendants les uns des autres et pouvant être utilisés dans n'importe quel sens, met en situation

l'enfant en lui offrant l'opportunité de s'intéresser à l'alimentation et d'en comprendre l'importance pour sa santé afin de l'aider à devenir un acteur de santé et de faire des choix alimentaires. Il permet d'expliquer de manière ludique et interactive l'importance, le rôle et l'origine des différents aliments pour sa santé et son développement corporel, de découvrir les différents goûts, d'équilibrer différents menus et de faire connaissance avec les différentes cultures du monde.

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Alimentation / Activité physique

Jeu de 49 cartes "d'où viens-tu ?" ; jeu de 25 cartes "qui suis-je ?" ; 3 planches de dessins "à tes ciseaux !" ; 30 affichettes "menus d'ici et d'ailleurs" ; 1 livret A4 avec 11 menus "menus d'ici et d'ailleurs" ; 3 planches de 14 étiquettes "situation", 3 planches de 40 étiquettes "aliment", 3 planches de 40 étiquettes "points activité" ; 1 livret A4 avec 7 histoires à photocopier ; 1 règle des jeux ; 1 guide nutrition du maître ; 1 affiche



**Mallette pédagogique**  
**Pour manger Fred s'organise**

LEDOS Myriam, JEAN Patricia

Cet outil propose une série de fiches donnant trucs et ficelles pour l'organisation des courses, quelques idées de recettes, etc. dans l'objectif d'aider les jeunes qui s'installent à gérer eux-mêmes leur alimentation.

Public(s) : Adolescent

Thème(s) : Alimentation

13 fiches A5 illustrées



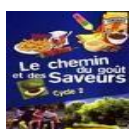
**Mallette pédagogique**  
**A comme aliment. L'atelier des tout-petits**

Cette mallette permet d'aborder avec des enfants de 3 à 6 ans l'équilibre alimentaire. Elle rassemble différents supports pédagogiques qui permettent de faire réfléchir les tout-petits sur les différents aliments et leur fonction. Elle les aide à acquérir du langage, des concepts et permet des échanges et des comparaisons culturelles. Elle aide également à s'approprier les fonctions fondamentales de l'acte de se nourrir.

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Alimentation

Un livre de comptines, 2 contes, un imagier, un livre, 24 fiches d'activités à photocopier, 16 planches en couleur, supports pour les enseignants, un guide pédagogique



**Mallette pédagogique**  
**Le chemin du goût et des saveurs**

Cette mallette pédagogique permet d'aborder l'alimentation sous de multiples facettes : la diversité des

aliments, l'équilibre alimentaire, les besoins du corps, la diversité des habitudes alimentaires dans les pays du monde, les apports de chaque groupe d'aliments, l'origine des aliments. Elle est destinée à l'apprentissage d'une bonne alimentation pour les enfants en bas âge.

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Alimentation

1 affiche support, 24 photos A3, 16 fiches à découper, 12 fiches d'activités, 1 guide pour l'enseignant



**Mallette pédagogique**  
**Le glouton malin**

DOISTAU Amélie, DUDOUE Franck, GUEROULT Bérengère (et al.)

Ce jeu de plateau met à table 6 personnages bien différents, qui doivent remplir leur grille alimentaire. Objectif : réaliser l'équilibre alimentaire journalier de personnages différenciés par l'âge, le sexe ou la pathologie.

Public(s) : Enfant / Educateur pour la santé

Thème(s) : Alimentation

Un plateau, des pions, un dé, des cartes représentant des aliments, des cartes chance-malchance et des cartes questions, des grilles alimentaires, une feuille de validation des grilles alimentaires, un guide d'utilisation, une règle du jeu

**Mallette pédagogique**

**Attention, monstre affamé**

ROBIN Emmanuelle, Les kat'Cents Coups, Lesieur (et al.)

Cet outil sur l'alimentation est inspiré de jeux traditionnels comme le jeu de l'oie ou le loto. Quatre jeux sont proposés pour sensibiliser les enfants au petit déjeuner et pour approfondir leurs connaissances sur les aliments et sur la classification en groupes d'aliments.

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Alimentation

5 jeux, 2 plateaux de jeu, 2 dés, 4 pions, règles des jeux

**Mallette pédagogique**

**Une carte à découvrir : les boissons non alcoolisées**

Comité régional d'éducation pour la santé (CRES) Lorraine

La région Lorraine est impliquée dans un programme de prévention primaire de l'alcool, en vue de réduire la consommation globale d'alcool, en particulier chez les jeunes et les personnes en situation précaire. La finalité de l'outil est double : communiquer sur l'ensemble des boissons non alcoolisées et apporter des connaissances accompagnées de propositions d'actions

d'éducation pour la santé.

Public(s) : Adolescent / Population défavorisée / Tout public

Thème(s) : Alimentation

Livret de connaissances, affiche sur les boissons non alcoolisées, 8 transparents et 24 fiches pratiques



### **Mallette pédagogique** **Le voyage gourmand : dossier** enseignant

MICHAUD C., BAUDIER François,  
BONVALOT Jean-Luc

Ce dossier pédagogique permet de découvrir l'éducation nutritionnelle à l'école, l'usage des sens dans l'alimentation, le parcours digestif. Une fiche d'activités autour des 5 sens permet à l'instituteur d'exercer les cinq sens autour d'un aliment et donne la possibilité de recueillir des impressions d'enfants

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Alimentation

1 dossier enseignant, 32 fiches.



### **Matériel de démonstration** **L'alimentation**

Cet outil se compose de 70 cartes cartonnées illustrées de photographies en couleur d'aliments et de produits

alimentaires

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Alimentation

70 cartes



### **Matériel de démonstration** **Pyramide alimentaire**

Pyramide alimentaire en toile avec compartiments de rangements pour classer les aliments. Cet outil permet de découvrir les principales familles d'aliments et s'initier à l'équilibre alimentaire. Ce support permet de classer et de constituer des repas équilibrés.

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Alimentation

Pyramide en nylon L: 105 cm - H: 81 cm composée de 6 bandes en plastique dont 2 pour le rangement. Livré avec un poster de la pyramide alimentaire indiquant les quantités



### **Matériel de démonstration** **Planches d'hygiène et de santé**

CRESPO BEJARANO Celso

Ces huit posters permettent d'aborder les notions d'hygiène et d'alimentation à l'aide de dessins et schémas. Les objectifs pouvant être travaillés avec

ces posters peuvent être classés en plusieurs catégories : connaître son corps, éducation sexuelle, le lavage des mains et du visage, le brossage des dents, avoir de bonnes habitudes alimentaires, utilisation des toilettes, s'habiller, se déshabiller, examens médicaux et soin des blessures.

Public(s) : Enfant / Personne handicapée

Thème(s) : Hygiène / Alimentation

4 planches recto-verso de format 70 x 50 cm avec 2 guides pédagogiques



### **Photoexpression** **Photo-alimentation**

FLORA C., JOFFRES C.,  
JOFFRES M.

Ce support d'animation destiné à des actions de prévention en éducation nutritionnelle propose des images qui facilitent l'émergence des représentations liées à l'alimentation.

Public(s) : Adulte

Thème(s) : Alimentation

Mac / PC

## **Ouvrage**



### **Ouvrage** **50 activités pour éduquer à la nutrition à l'école**

CHARDONNET Christophe,  
MAUREL Laurent

Cet ouvrage permet d'aborder la nutrition et l'activité physique avec les enfants. Il se décompose en cinq grandes parties : une approche générale de la thématique, le lien entre la pratique d'une activité physique et la santé, les produits laitiers, les féculents, les fruits.

Public(s) : Educateur pour la santé <BR> Enfant

Thème(s) : Alimentation / Activité physique

167 p., ill.



### **Ouvrage** **La boulimie, sortir de l'engrenage**

SHANKLAND Rébecca, VAN  
LERBERGHE Clothilde,  
WHERLING Yann

Cet ouvrage de la collection "Hydrogène" permet de comprendre ce qu'est la boulimie. Il propose une description de toutes les étapes de la maladie, une explication des causes et des origines possibles et un accompagnement pour se soigner et obtenir de l'aide.

Public(s) : Enfant / Préadolescent / Adolescent

Thème(s) : Alimentation

105 p., ill. en coul



**Ouvrage**  
**Des mots des mets. Ou comment l'appétit de lecture vient en cuisinant**

SPIESS Françoise

Considérant la cuisine comme un lieu privilégié de dialogue, cet ouvrage propose des recettes à faire avec des enfants, explique l'origine des produits, leurs particularités ou leur histoire, et cite un extrait de document (romans, albums, films...) relatif aux aliments exposés. Des nombreuses photographies en couleur illustrent l'ouvrage.

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Alimentation

128 p., photogr. coul



**Ouvrage**  
**Les petites recettes illustrées 2**

GOULLIART Emmanuel, Atelier vespérales

Ce livre propose des recettes de cuisine pour préparer des repas équilibrés. Chaque recette est illustrée étape par étape pour bien comprendre le déroulement de la préparation. Sur chaque double-page un aliment mis à l'honneur, le budget moyen de la recette, une astuce pour faire du sport.

Public(s) : Population défavorisée

Thème(s) : Alimentation

67 p., photogr.



**Ouvrage**  
**Que faire de simple aujourd'hui avec les fruits frais ?**

DELAVAL Annabelle, WEISLO Arnold

Cet ouvrage est composé de recettes à base de fruits frais. Les qualités nutritionnelles et diététiques des fruits sont décrites. Les informations ont été rédigées l'Institut Pasteur de Lille.

Public(s) : Tout public

Thème(s) : Alimentation

88 p., ill.



**Ouvrage**  
**Un corps en trop. Les troubles de la conduite alimentaire chez l'adolescent**

PICHARD Marie-Noëlle, SOUCHARD Aurélie, MEDDOUR

Fabrice (et al.)

Cette bande dessinée aborde les troubles des conduites alimentaires que sont l'anorexie et la boulimie. Zoé, Pauline et Noémie, trois adolescentes, se retrouvent dans un village de vacances. Cette histoire illustre les attitudes

d'évitement de Zoé pour ne pas manger et les poussées d'angoisse poussant Pauline à se jeter sur la nourriture. Six pages d'explications de Xavier Pommereau au sujet des troubles des conduites alimentaires chez l'adolescent complètent cette bande dessinée.

Public(s) : Adoléscent

Thème(s) : Alimentation

Bande dessinée, 42 p.



**Ouvrage**  
**L'anorexie, sortir du tunnel**

SHANKLAND Rebecca, Soledad

Cet ouvrage de la collection "Hydrogène" traite de l'anorexie. Il

propose des explications théoriques, des définitions, des témoignages d'anorexiques ou de personnes de leur entourage. Il est divisé en trois chapitres : qu'est ce qui se passe ? Pourquoi l'anorexie ? Ce qu'il faut faire

Public(s) : Adoléscent

Thème(s) : Alimentation / Santé mentale

101 p., ill. en coul.



**Ouvrage**  
**Marre de mes kilos en trop**

BOUTAUDOU Sylvie, AYNIE Laëtitia

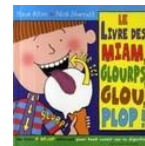
Cet ouvrage de la collection "Oxygène" traite du problème de

poids chez les jeunes. Trois chapitres distincts découpent ce guide : la première traite des souffrances que les personnes en surpoids peuvent endurer, le second et le troisième chapitres abordent plus en détail le problème de l'excès de poids

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Alimentation

105 p., ill. en coul.



**Ouvrage**  
**Le livre des miam, glourps, glou, plop !**

ALTON Steve, SHARRATT Nick

Ce livre pop up permet d'explorer la digestion et le trajet des aliments, à l'aide de pop up, tirettes, rabats et dépliants.

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Anatomie

Alimentation

Illustré, np



**Ouvrage**  
**Les apprentis du goût**

SCHMITTER Laurence, JEGOU Catherine, LEBEAU Mathilde (et al.)

Cet ouvrage s'adresse aux enfants à partir de 4 ans. Il a pour objectif de sensibiliser le jeune public à l'univers des goûts et des saveurs à travers l'histoire de Théo. La



structure de l'ouvrage s'apparente à une démarche scientifique : la découverte d'un phénomène, l'explication et la mise en oeuvre d'expériences similaires au fait observé. Un cédérom audio accompagne l'ouvrage dans lequel on peut entendre des chansons écrites par des enfants et dont la musique a été composée par Henri Dès. Ce livre peut être un moyen d'établir un petit moment privilégié entre un/des enfant(s) et un adulte autour des goûts, des dégoûts et des émotions exprimées autour des saveurs.

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Alimentation

46 p., ill.en coul., CD audio



### Ouvrage

#### **Mangez équilibré, 80 recettes pour petits budgets**

VERGNE Elisa

Cet ouvrage propose 80 recettes faciles et économiques, ainsi que les règles pour bien acheter.

Public(s) : Population défavorisée

Thème(s) : Alimentation

94 p., fotogr.



### Ouvrage

#### **Que faire de simple aujourd'hui avec les légumes frais ?**

DELAVAL Annabelle, WEISLO Arnold

Cet ouvrage réalisé en collaboration avec le CRES Nord-Pas-de-Calais et l'Observatoire de la santé du Hainaut, propose de faire la découverte des légumes, de réaliser environ 100 recettes, d'obtenir des conseils nutritionnels de l'Institut Pasteur de Lille et des conseils en éducation pour la santé. Il peut aider à compléter ses connaissances et à constituer un véritable support pour illustrer les séances d'animation sur l'équilibre alimentaire et les ateliers culinaires que l'on peut mettre en place.

Public(s) : Tout public

Thème(s) : Alimentation

80 p., ill.



### Ouvrage

#### **Salpote te met au régime**

DESMARTEAU Claudine

Cet ouvrage traite de l'alimentation et centre son propos autour des régimes alimentaires. Dans ce volume, le personnage Salpote commence par condamner l'inactivité physique et la surconsommation d'aliments puis propose des solutions afin de mieux acheter dans les supermarchés.

Public(s) : Adolescent

Thème(s) : Alimentation

Np., ill. en coul.



### Ouvrage

#### **Les chemins du goût**

BASSIN-BOUILLARD Laurence,  
BUTEAU-SAUGER Béatrice,  
COEDEL Armande (et al.)

Ce livre permet de monter à l'école un projet interdisciplinaire autour du goût et de l'alimentation. Il délivre des éléments « d'apprentissage cognitif » sur chaque produit du terroir et suggère des pistes d'activités en classe notamment autour de la maîtrise de la langue, dans les domaines des arts et des sciences. Le contenu est adaptable dans d'autres régions car les enseignants peuvent se réapproprier la démarche initiale. Ce livre est accompagné d'un DVD-Rom constitué de fiches séances pédagogiques, de reportages vidéos, de photos.

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Alimentation



79 p., ill. en coul., fotogr., DVD-Rom

### Ouvrage

#### **Petites recettes illustrées**

GOULLIART Emmanuel, Atelier vespérales

Ce livre de recettes est destiné principalement à des personnes en difficulté de lecture et d'écriture. Il présente les différentes étapes des recettes décomposées en photographies, ce qui permet ainsi de faciliter la lecture.

Public(s) : Population défavorisée

Thème(s) : Alimentation

Np., ill. en coul.



### Ouvrage

#### **A la découverte du corps humain au cycle 3. Tome 1 : Fonction de nutrition**

GRUMIAUX Fabien, BOGART Alain, CARON Dominique (et al.)

Cet ouvrage propose en introduction, les textes officiels concernant le corps humain et l'éducation à la santé au cycle 3 et quelques précisions sur la démarche scientifique. Ce tome aborde la fonction de nutrition : l'alimentation, la digestion, la circulation sanguine, la respiration. Chaque séquence comprend 5 à 7 séances ; elles décrivent la présentation de la situation, les notions scientifiques en jeu, les compétences visées, les objectifs spécifiques, l'organisation, le matériel nécessaire.

Public(s) : Educateur pour la santé<BR>Enfant

Thème(s) : Alimentation / Anatomie

131 p., ill.



### Ouvrage

#### **Beurk ! Encore des légumes !**

DE MATHUISIEULX Sylvie,

RICHARD Laurent

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Alimentation

Ce livre permettant de parler d'équilibre alimentaire avec les enfants raconte l'histoire d'Ève-Anne qui n'aime que les pâtes et de sa maman qui l'oblige à manger aussi de la viande et des légumes.

23 p., ill. en coul.



#### Ouvrage

##### **Le potager, un carré de paradis**

Ce cahier de découvertes et d'activités de la collection "Tic-tac" consacré au thème du potager est composé d'un cahier de

découvertes pour découvrir le potager et d'un cahier d'activités proposant des pistes pour construire un potager, fabriquer un objet utilitaire (l'épouvantail), découvrir les propriétés de certains objets, découvrir et utiliser les couleurs et les formes... Les enfants y sont également sensibilisés à l'environnement en découvrant les plantes, les animaux du jardin, les saisons.

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Alimentation / Environnement

57 p., ill



#### Ouvrage

##### **Manger, à quoi ça sert ?**

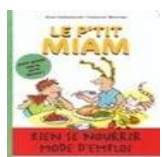
DE MATHUISIEULX Sylvie,  
MILLECAMPS Catherine,  
SABATHIE Laurent (et al.)

Cet album permet une première approche de l'alimentation en répondant à certaines questions que se posent les enfants sur les aliments qui font grandir, sur l'alimentation dans les différents pays ou encore sur l'alimentation des animaux.

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Alimentation

Np., ill. en coul.



#### Ouvrage

##### **Le p'tit miam**

GOLDSCHMIDT Aline, MEURISSE  
Catherine

Cet ouvrage explique aux enfants pourquoi il est important de bien se nourrir pour bien grandir. Il comporte des histoires pour découvrir à quoi servent les aliments, des conseils ce qu'il est important de manger et des recettes spéciales pour faire aimer ce que les enfants aiment le moins.

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Alimentation

77 p., ill. en coul.



#### Ouvrage

##### **Julia se trouve trop grosse**

JAOUI Sylvaine, REBENA Frédéric

Ce roman traite de la difficulté de grandir d'une adolescente qui se trouve trop grosse. L'ambiance qui entoure le personnage montre sa souffrance et l'incompréhension qui mine régulièrement son quotidien. La bienveillance de ses proches et l'aide d'un médecin l'aideront à surpasser son malaise.

Public(s) : Adolescent

Thème(s) : Alimentation

47 p., ill.



#### Ouvrage

##### **Miam ! Le goût**

GUILLAUMOND Françoise,  
FILLEUL Christiane, SULTAN  
Virginie (et al.)

Cet ouvrage de la collection "1001 idées pour la classe" propose d'ouvrir l'esprit des enfants à une alimentation variée et de transformer le goût en un moment éducatif. Il traite de : la chaîne alimentaire, les principes de la nutrition, l'origine et le classement des aliments. Ce document est composé de fiches pratiques photo copiables où sont présentés l'activité, les points forts, le travail préparatoire à mettre en place, le déroulement et les prolongements ou variantes possibles.

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Alimentation

31 p.



#### Ouvrage

##### **50 activités pour apprendre le goût à l'école**

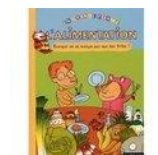
SICRE Laurent

Ce document propose des activités pour affiner, chez l'enfant, la curiosité gustative, développer la socialisation, apprendre à traiter l'information et à enrichir son vocabulaire. Ce guide comprend cinquante fiches d'activités réparties en trois thématiques : travail autour d'un seul produit (légume, fruit, épice etc.), la saveur sucrée, la saveur salée

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Alimentation

189 p., ill.



#### Ouvrage

##### **L'alimentation. Pourquoi on ne mange pas que des frites ?**

RASTOIN-FAUGERON Françoise,  
CHAUD Benjamin

Ce livre présente les différents types d'aliments. Chacune des catégories commence par une petite histoire, suivie d'informations plus spécifiques ou de devinettes. L'ouvrage se termine par un jeu sur la composition d'un menu équilibré et un lexique des mots difficiles.

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Alimentation

29 p., ill. en coul., lexique

### Ouvrage

#### Le goût et l'odorat



BRUS Catherine, Les petits débrouillards

Cet ouvrage de la collection "Les petits débrouillards" propose des expériences à faire chez soi avec du matériel très simple pour comprendre : la reconnaissance des odeurs et des goûts, les molécules odorantes, la sensibilité de la langue et de ses capteurs, le rôle de la salive, les liens entre le goût et l'odorat.

Public(s) : Enfant



Thème(s) : Alimentation / Anatomie

83 p., ill. en coul.

### Ouvrage

#### Lili n'aime que les frites

DE SAINT MARS Dominique, BLOCH Serge

Ce petit livre de " Max et Lili " sur la nourriture, montre que le cadre du repas est aussi important que ce qu'il y a dans l'assiette. Il peut aider à aborder avec les enfants les goûts et dégoûts alimentaires et expliquer l'importance de la diversité alimentaire.

Public(s) : Enfant

Thème(s) : Alimentation

45 p