© WWF Suisse

Les pommes ne poussent pas au supermarché

Dossier pour enseignant-e-s

Alimentation écologique et gaspillage alimentaire sur le thème de la pomme

P. 3 Pour en savoir plus
P. 4 Aperçu du matériel pédagogique
P. 5 Fiche d'information «Une alimentation respectueuse de l'environnement»
P. 7 Fiche d'information «Le gaspillage alimentaire»
P. 9 Planification de l'activité pédagogique
P. 12 Matériel pédagogique

Niveau scolaire
5P – 8P HarmoS

Durée
4 leçons et plus

Pour continuer sur le thème de l'alimentation et de la consommation
– «L'appétit vient en jouant!»: wwf.ch/ecole
– Dossier «L'empreinte écologique»: wwf.ch/ecole

Sur le thème de la pomme, des fruits et des légumes
– www.ufl.ch
– www.swissfruit.ch
– www.agirinfo.com

Pour des visites pédagogiques à la ferme
– www.ecolealaferme.ch

WWF Suisse | wwf.ch/ecole | service-info@wwf.ch

Avant-propos

Chère enseignante, cher enseignant,
L'éducation au développement durable et un enseignement basé sur la découverte de la nature sont des thèmes qui nous tiennent à coeur. Nous vous recommandons vivement de donner des leçons en plein air, de partir à la découverte des arbres, de vous inscrire à un programme d'école à la ferme ou de participer aux Journées Découverte du WWF. Tout en renforçant la cohésion de la classe, de telles activités incitent les élèves à une mise en pratique conséquente des écogestes qui leur sont proposés.
Le présent dossier est axé sur les connaissances et les compétences. Nous vous proposons un matériel pédagogique attrayant, vous permettant de transmettre à vos élèves des connaissances environnementales, de stimuler leur réflexion et leur autonomie, et de les encourager à adopter une attitude orientée vers les solutions.

En intégrant la thématique de l'alimentation durable dans vos cours, vous fournissez une contribution importante à la préservation de notre planète. Nous vous remercions de nous apporter votre soutien dans cette vaste démarche et vous souhaitons de captivantes leçons.

L'équipe du WWF Ecole

Impressum

WWF Suisse
Avenue Dickens 6
1006 Lausanne

Tél. +41 (0) 21 966 73 73
E-mail: service-info@wwf.ch
www.wwf.ch

Dons: PC 80-470-3

Auteures: Martina Henzi & Eveline Müller
Adaptation: Ariane Derron & Nadia Klemm
Photos: Timo Ullmann © bildwild.ch
global warming Images / WWF-Canon
Illustrations: illustres.ch
Conception graphique: Veriza Galati

© WWF Suisse (2014)
© 1986 panda symbole WWF
® «WWF» est une marque enregistrée du WWF

Sponsor

Nous promettons à Lisa de sensibiliser 200 000 enfants et adolescents aux thèmes de l'environnement d'ici 2015.

C'est pourquoi Migros soutient, en plus de nombreuses autres activités et projets, les Journées découverte du WWF.

MIGROS

GÉNÉRATION M

© WWF Suisse
Avril 2014

Pour en savoir plus

Des asperges fraîches et des fraises rutilantes sur les étals en février... Comment faire pour que les enfants reconnaissent les fruits et légumes de saison? C'est là-dessus que nous souhaitons mettre le doigt et, grâce à votre concours, faire découvrir aux écolières et écoliers les liens qui existent entre notre mode de consommation et l'environnement.

L'alimentation laisse des traces sur la Terre

Pour la production et le transport des denrées alimentaires, nous avons besoin d'eau, de pétrole, de charbon, de bois et d'autres ressources que nous soutirons à notre planète. L'alimentation est le domaine de consommation qui nécessite les plus grandes quantités d'eau et les plus vastes surfaces de terrain. A elle seule déjà, la consommation de viande représente une charge environnementale particulièrement lourde.

Du panier à provisions à la poubelle

Notre mode d'alimentation n'est pas seul en cause. Ce que nous faisons des produits alimentaires a également un impact important sur notre planète. Or, près d'un tiers des denrées alimentaires produites pour la consommation suisse sont jetées au cours des différentes étapes de la chaîne alimentaire. Cela correspond à une perte annuelle d'environ deux tonnes de produits tout à fait consommables. Les champions du gaspillage sont les ménages.

Education au développement durable

Les contenus et méthodes de ce dossier se fondent sur les principes didactiques de l'EDD (éducation en vue du développement durable):

Vision prospective:
l'enseignement s'oriente sur une conception du développement souhaité de la société et non sur un scénario catastrophe.

Apprentissage systémique: les réalités locales et mondiales, le présent et l'avenir et les dimensions écologique, économique et socioculturelle sont mis en relation de manière explicite et guidée dans le cadre de l'enseignement.

Pour la préparation du cours

Ce dossier contient les fiches d'information «Une alimentation respectueuse de l'environnement» et «Le gaspillage alimentaire», du matériel pédagogique adapté, ainsi que des conseils pour approfondir la thématique. A la page suivante, vous trouverez une vue d'ensemble détaillée du matériel proposé.

© WWF Suisse
Avril 2014

Aperçu du matériel pédagogique

Matériel	Contenu	Destinataire	Page
Fiche d'information «Une alimentation respectueuse de l'environnement»	Dossier sur les répercussions écologiques de notre alimentation	Enseignant-e	5
Fiche d'information «Le gaspillage alimentaire»	Dossier sur les déchets alimentaires en Suisse	Enseignant-e	7
Déroulement de l'activité pédagogique	Suggestions pour la préparation de l'activité pédagogique	Enseignant-e	9
Récit «Le professeur Loiseau nous ouvre les yeux»	Conte ludique à raconter aux élèves pour les initier à la problématique	Enseignant-e	12
Cahier de l'élève	Petit cahier sur la thématique de l'alimentation durable	Elèves	17
Fiche solution «Tableau des fruits et légumes de saison»	Fiche de réponse	Elèves	19
Fiche de labels à coller	Fiche de travail avec des images de labels	Elèves	20
Fiche de travail «Labels alimentaires», tirée du dossier «L'empreinte écologique» wwf.ch/ecole	Fiche d'exercice portant sur des labels bio bien connus (à télécharger)	Elèves	Lien
Fiche solutions «Labels alimentaires»	Brève description des huit labels susmentionnés	Enseignant-e	21
foodwaste.ch	Site internet proposant des fiches d'information sur le gaspillage alimentaire	Enseignant-e	Lien
wwf.ch/alimentation	Informations générales sur la consommation	Enseignant-e	Lien
«L'appétit vient en jouant» wwf.ch/ecole	Assortiment de jeux WWF pour apprendre à privilégier une alimentation durable	Enseignant-e	Lien
«L'empreinte écologique» wwf.ch/ecole	Recueil de matériel sur l'empreinte écologique	Enseignant-e	Lien
«Exploration nature» wwf.ch/exploration	Sacoche d'exploration «L'arbre» et jeux sur le thème de l'arbre	Enseignant-e	Lien

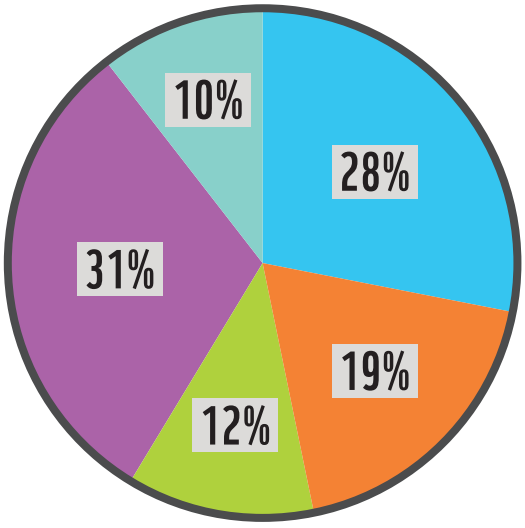
© WWF Suisse
Avril 2014

Une alimentation respectueuse de l'environnement – pour l'amour de la Terre

Si tous les êtres humains vivaient comme la moyenne suisse, nous aurions besoin de 2,8 planètes.

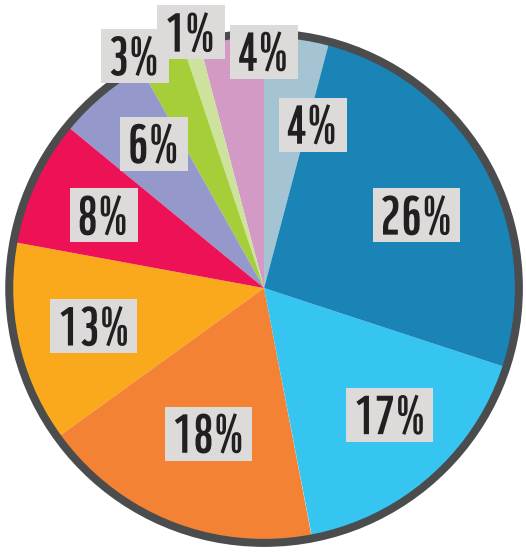
Notre alimentation, notre habillement, les moyens de transport que nous utilisons et notre mode d'habitat ont un impact sur la planète. Pour la fabrication de produits agricoles et de biens industriels, pour l'utilisation de réfrigérateurs, de voitures et de chauffages, nous consommons du pétrole, du charbon, du bois et d'autres ressources puisées dans la nature. A l'heure actuelle, la consommation et les activités humaines à l'échelle mondiale nécessitent près d'une fois et demie la quantité de ressources que la Terre peut fournir à long terme. Si tout le monde adoptait le même mode de vie que la population suisse, il faudrait 2,8 planètes.

Notre empreinte sur l'environnement



- Prestations de services
- Alimentation
- Habitat
- Mobilité
- Consommation en général

L'empreinte de l'alimentation sur l'environnement



- Transformation
- Transport
- Viande et poisson
- Lait et œufs
- Boissons
- Graisses et autres
- Céréales
- Fruits
- Légumes
- Emballages

Source:
Jungbluth, ESU-Services / WWF Footprintrechner 2012

© WWF Suisse
Avril 2014

Les meilleurs conseils en un coup d'œil

Aliments d'origine végétale
La charge environnementale d'un plat végétarien est en moyenne trois fois moins lourde que celle d'un plat à base de viande.

Produits de plein champ
Veillez à acheter des légumes de plein champ. Ce mode de production pollue en moyenne neuf fois moins que la culture en serre ou hors-sol.

Produits locaux et de saison
Optez pour des produits de la région ou du pays. Leur transport ne nécessite pas de longs trajets.

Bio
Acheter bio, c'est favoriser une production respectueuse de la nature, préserver la fertilité des sols à long terme et garantir la qualité de vie des animaux de rente.

Respect des besoins des animaux
Souciez-vous des conditions d'élevage des animaux. Si ces conditions sont adaptées à leurs besoins spécifiques et leur assurent une bonne qualité de vie, celle-ci se répercutera sur la qualité de leur viande et des autres produits d'origine animale.

Poisson certifié MSC et bio
Considérez le poisson comme une délicatesse que l'on ne consomme pas tous les jours. N'achetez que du poisson portant le label MSC ou bio.

Commerce équitable
Le commerce équitable garantit à des familles de l'hémisphère Sud des revenus leur permettant de subvenir à leurs besoins et le respect de droits élémentaires du travail. Des principes vitaux à soutenir!

Modération
N'achetez que les quantités que vous pourrez consommer et montrez-vous créatif en accommodant les restes. Près de 45% des aliments produits sont jetés par les ménages (voir tableau page suivante).

Pour en savoir plus sur l'alimentation respectueuse de l'environnement:

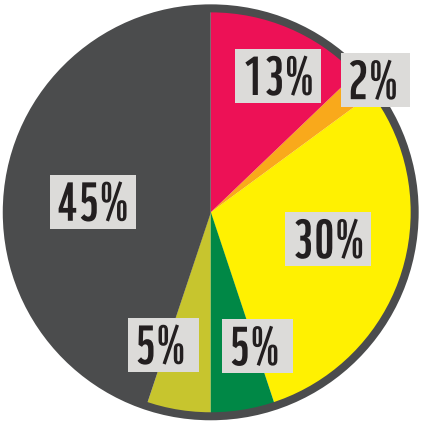
wwf.ch/manger wwf.ch/conseils

© WWF Suisse
Avril 2014

Le gaspillage alimentaire

Tout au long de la chaîne alimentaire, un tiers des denrées produites pour la population suisse sont jetées: une perte annuelle de près de deux millions de tonnes de nourriture propre à la consommation!

Répartition des pertes selon les secteurs



Déchets alimentaires en Suisse

Pratiquement la moitié des denrées jetées proviennent des ménages. Le graphique ci-dessous nous montre d'une manière sans équivoque l'ampleur du gaspillage que représentent 320 grammes de déchets alimentaires jetés chaque jour à la poubelle par 7 millions d'êtres humains.

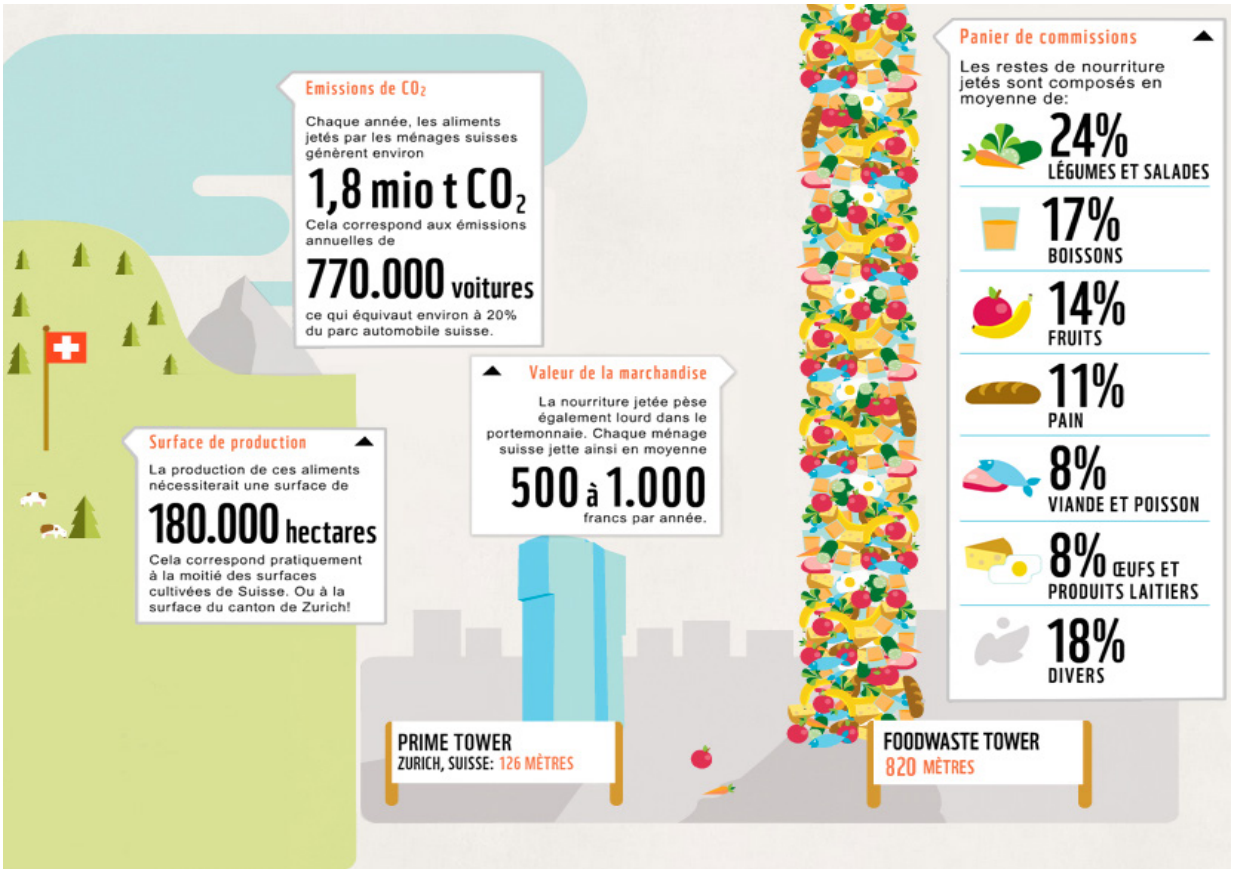


Illustration: déchets alimentaires des ménages en Suisse (WWF Suisse)

Source:
WWF Suisse,
wwf.ch/alimentation

© WWF Suisse
Avril 2014

Les meilleurs conseils en un coup d'œil

- Plutôt que d'effectuer de grands achats hebdomadaires, acheter plus fréquemment des produits frais.

- Planifier judicieusement les quantités de nourriture à acheter.

- Recycler les surplus et les restes en élaborant des recettes créatives.

- Placer les aliments dans des récipients hermétiques ou au réfrigérateur.

- Avant de jeter des aliments parce que la date de péremption indiquée est dépassée, les goûter pour vérifier s'ils sont effectivement impropres à la consommation.

Pour en savoir plus sur le gaspillage alimentaire

- Informations générales wwf.ch/foodwaste
- Recettes avec les restes wwf.ch/foodwaste
- wwf.ch/conseils

© WWF Suisse
Avril 2014

Déroulement de l'activité pédagogique

Objectifs d'apprentissage

– Les élèves prennent conscience que notre alimentation a des répercussions sur l'environnement.
– Les élèves savent au cours de quels mois poussent au moins cinq fruits et légumes.
– Les élèves choisissent librement entre trois et six labels alimentaires et expliquent en une phrase ce qu'ils signifient (à adapter selon le degrés des élèves).

Liens PER

Ces objectifs correspondent aux domaines disciplinaires suivants: français et sciences de la nature.
Ils correspondent également aux capacités transversales suivantes: collaboration et démarche réflexive.

Préparation

– Eventuellement agrandir les illustrations qui accompagnent l'histoire.
– Faire pour chaque élève une photocopie A3 du cahier à confectionner.
– Ecrire le nom de cinq fruits et légumes ou les dessiner au tableau.
– Préparer la fiche solution du tableau des fruits et légumes de saison (éventuellement en plusieurs exemplaires).
– Mettre à la disposition de chaque élève la fiche de travail «Labels alimentaires».

Matériel

– Récit «Le professeur Loiseau nous ouvre les yeux»
– Illustrations
– Cahier à confectionner (pour chaque élève)
– Ciseaux
– «Tableau des fruits et légumes de saison»
– Fiche de travail «Labels alimentaires» (pour chaque élèves - à télécharger sur Internet)
– Fiche de labels à coller

Photocopies

– Faire une photocopie couleurs de la fiche de labels à coller.
– Eventuellement faire une photocopie grand format des labels.

Introduction

Racontez à vos élèves l'histoire du professeur Loiseau. Les cinq illustrations qui accompagnent le récit vous permettront de mettre en évidence les thèmes-clés abordés. Après avoir raconté l'histoire, vous pourrez lancer une discussion à propos des questions ci-dessous – soit en petits groupes, soit avec toute la classe.

Durée

Environ 30 minutes

Matériel

– Récit
– Illustrations
– Thèmes de discussion

Thèmes de discussion suggérés

– De quelle manière exerçons-nous une influence sur l'environnement avec notre alimentation?
– Que se passerait-il si les arbres fruitiers disparaissaient?
– A quel rythme fait-on les courses dans votre famille? Chaque jour ou une fois par semaine?
– Jettes-tu les aliments dont la date de péremption est dépassée?
– Connais-tu le test alimentaire?

© WWF Suisse
Avril 2014

Approfondissement

Distribuez à vos élèves les cahiers préimprimés, dont ils vont devoir découper les pages doubles en suivant les lignes pointillées, avant de disposer les feuilles dans l'ordre voulu, puis de les agrafer.
Après quoi, ils pourront se mettre au travail. Les étapes ci-dessous peuvent être effectuées individuellement, en petits groupes ou collectivement.

1. Inscrire le nom de l'élève sur la page de couverture.
2. Lire les pages 1 et 2, surligner les mots et notions inconnus.
3. Clarifier le sens des mots et notions inconnus.
4. Dessiner cinq fruits et légumes dans les cases du tableau prévues à cet effet aux pages 3 à 6. Les élèves devront d'abord se poser la question des mois de récolte et de stockage des fruits et légumes concernés. Eventuellement commencer par faire une marque au crayon dans les cases respectives, puis indiquer ultérieurement les réponses définitives en couleur.
5. Reporter les bonnes réponses en se fondant sur la fiche solutions, selon le principe de la dictée à distance (la fiche se trouvant à quelque distance de leurs bancs, les élèves doivent se déplacer, mémoriser les réponses et les inscrire dans leur cahier).
6. Faire l'exercice de la fiche de travail «Labels alimentaires».
7. Distribuer la fiche de labels à coller aux élèves. Chaque élève choisit entre 3 et 6 labels et les colle dans les cases correspondantes (p. 8-10). A côté du label, ils en écrivent une brève description (à quels types d'aliments ce label s'applique-t-il, que garantit-il, etc.).

Une fiche solution proposant des descriptions est jointe au présent dossier.

Durée
2 heures

Matériel
– Cahier
– Ciseaux
– Fiche de travail «Labels alimentaires»
– Fiche de labels à coller

Instructions pour la confection du cahier
– Découpe les pages doubles en suivant les lignes pointillées.
– Pose la page de couverture sur la table, côté titre dessous.
– Empile ensuite les pages dans le bon ordre.
– Fixe-les au moyen de deux agrafes placées au milieu du cahier. Si ton agrafeuse est trop petite, tu peux l'ouvrir complètement. Attention: avant de presser les agrafes, place une gomme sous ton cahier, sinon elles risqueront d'abîmer la table.
– Pour finir, replie ton cahier en deux.

Conclusion

Montrer une nouvelle fois aux élèves les illustrations de l'histoire «Le professeur Loiseau nous ouvre les yeux». Les inviter à réfléchir librement et à raconter ce qui leur vient à l'esprit. Lorsque les enfants comprennent les liens entre notre alimentation et la protection de l'environnement, connaissent les principaux labels et ont travaillé avec le tableau des fruits et légumes de saison, ils sont prêts à participer à une captivante expérience, avec la pomme en point de mire:

– Participation à une Journée Découverte du WWF (septembre 2014 et 2015): wwf.ch/journeedecouverte
– Etudier un arbre (par exemple, un pommier): wwf.ch/exploration
– Participation à l'école à la ferme: ecolealaferme.ch

Durée
environ 15 minutes

Matériel
Illustrations de l'histoire **«Le professeur Loiseau nous ouvre les yeux»**

© WWF Suisse
Avril 2014

Propositions de suivi:

Sur le thème de la consommation:

- Organiser une visite du supermarché le plus proche, axée sur l'observation des labels.
- Dossier pédagogique «Les achats malins», OFEV, 2008, sur la consommation, disponible sous www.bafu.admin.ch/produkte/06155/09099/index.html?lang=fr
- Dossier pédagogique en-ligne «Faut pas gâcher» sur le gaspillage alimentaire, avec des recettes, disponible sous www.fne.asso.fr > Dossiers > Déchets
- Dossier pédagogique «A table» sur les habitudes alimentaires à travers le monde, disponible sous www.education21.ch
- Livre «Pourquoi manger local?», Longet R., Editions Jouvence, 127 p., 2006

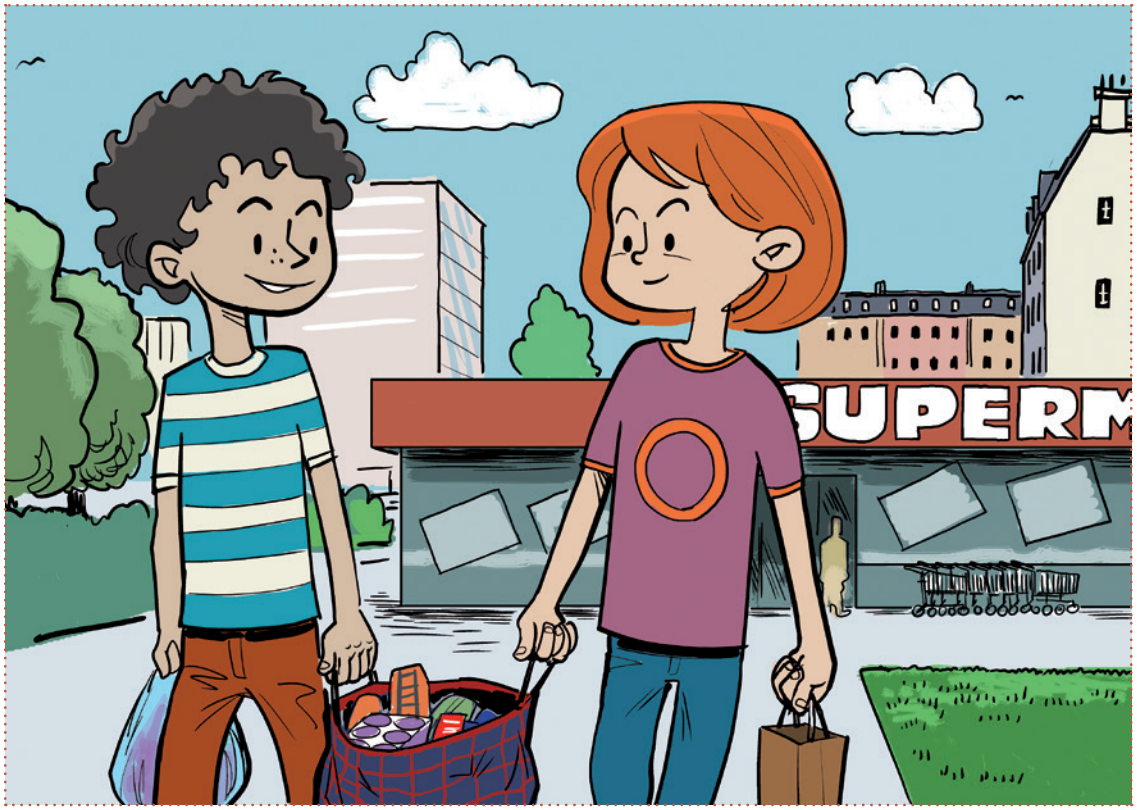
Sur le thème de la pomme:

- Plus d'infos sous www.lapomme.org

© WWF Suisse
Avril 2014

Récit: Le professeur Loiseau nous ouvre les yeux

par Brigitte Häni



Illustrations: Res Zinniker

Laetitia et Amir sont au supermarché
«Oh, je me réjouis de manger, j'ai une faim de loup! Toi aussi, Laetitia?»
«C'est vrai, après cette rude journée, j'ai bien mérité quelque chose de bon. Regarde, mes yoghourts au chocolat préférés sont en promotion par lots de quatre!»
«Et les tranches au lait sont à 50%!»

Les enfants achètent des yoghourts, des tranches au lait, des barres de céréales, du salami en tranches, un tube de sauce tartare, un pack de jus d'orange, du fromage à tartiner et un sachet de petits pains.

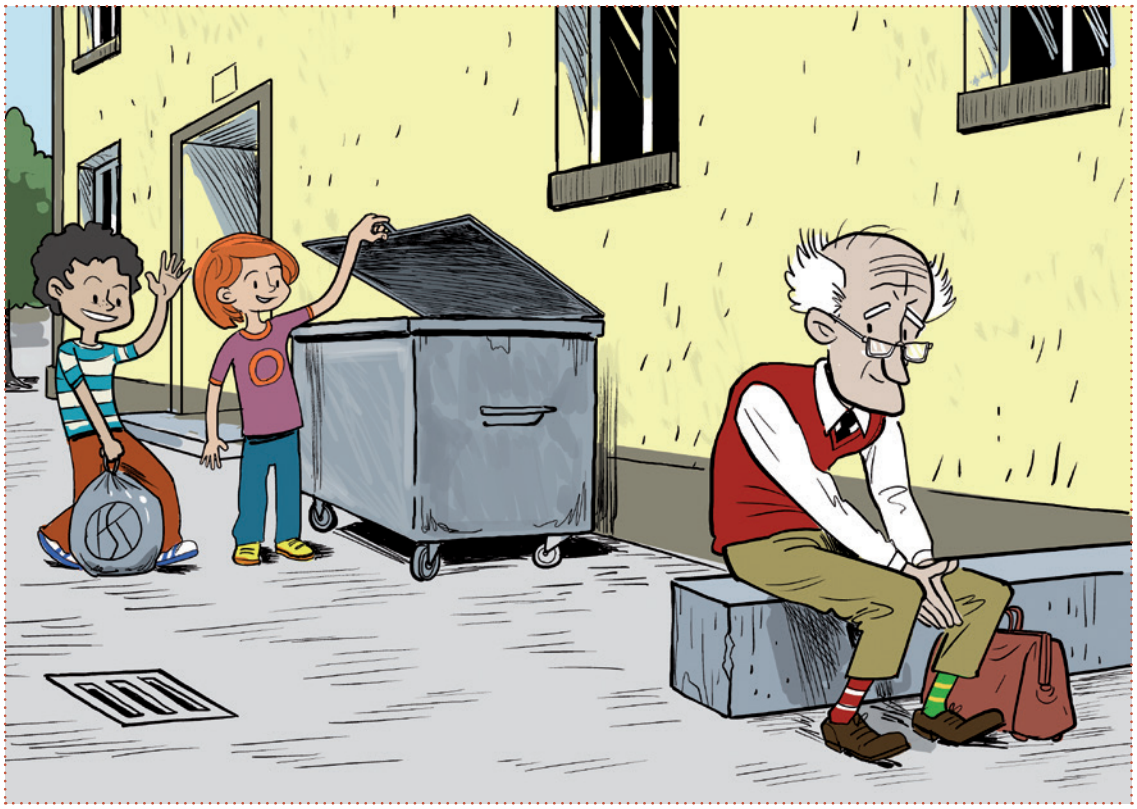
Les voilà arrivés à la maison.
«Regarde, Laetitia, maman a déjà fait les courses. Eh bien, on ne manquera de rien! Le réfrigérateur est tellement bourré que je ne trouve plus de place pour ranger les tranches au lait.»

© WWF Suisse
Avril 2014

«Encore deux heures avant de manger. Je ne vais jamais tenir jusque-là!»
«Il y a sûrement encore des yoghourts dans le réfrigérateur. Moi aussi, j'ai envie d'un petit en-cas. Viens, voyons ce que nous pourrions grignoter.»
«Dommage, la date de péremption des yoghourts est dépassée de trois jours. Et le salami n'est plus bon non plus.»
«Et voilà encore d'autres yoghourts passés de date. Mince, le fromage à tartiner l'est aussi! Pareil pour les petits pains précuits.»
«Amir, apporte-moi le sac poubelle. On va faire de l'ordre dans le réfrigérateur.»

Laetitia et Amir vérifient le contenu du réfrigérateur. Tous les aliments dont la date de péremption est dépassée atterrissent dans le sac poubelle. A la fin, celui-ci est plein. Les enfants le nouent et s'en vont le déposer dans le conteneur de la cour.

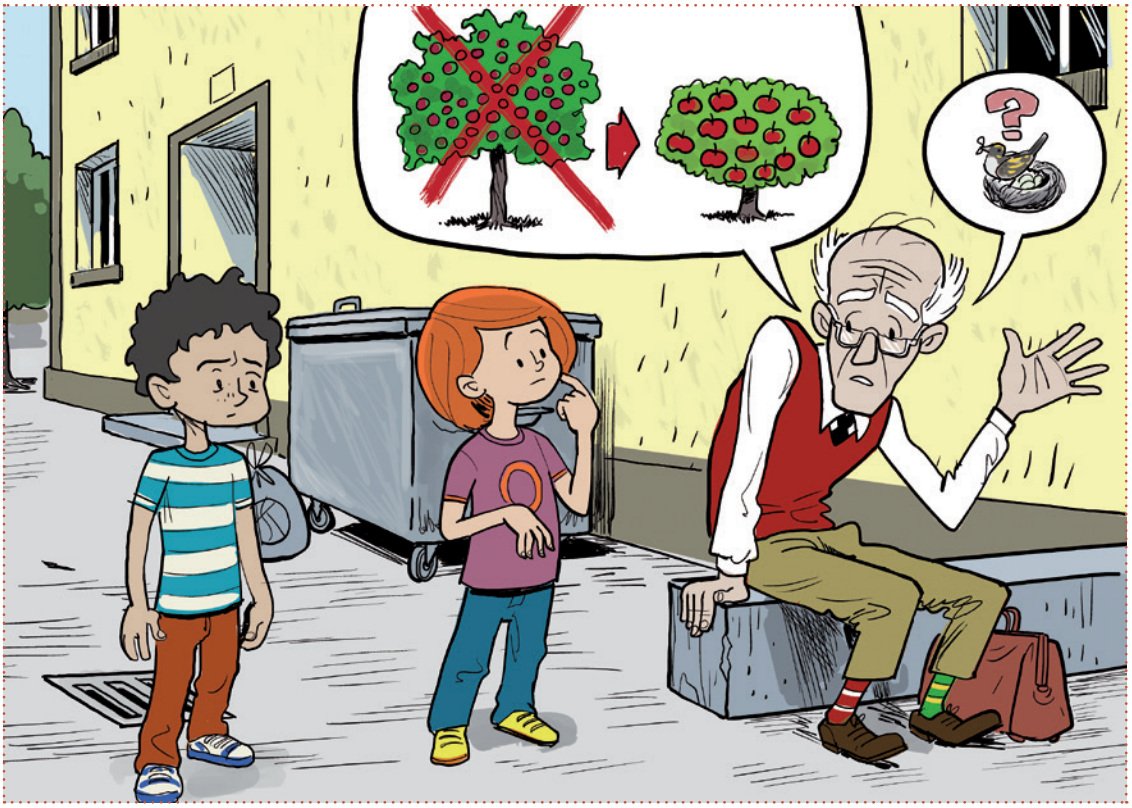
© WWF Suisse
Avril 2014



Devant leur immeuble, ils croisent le professeur Loiseau.
«Bonjour, Monsieur le professeur!» «Bonjour les enfants, comment allez-vous?» «Nous devons attendre le retour de maman pour qu'elle nous prépare à manger. Ca va être long… Mais vous n'avez pas l'air en forme. Quelque chose ne va pas?»
Laetitia regarde avec compassion le professeur Loiseau qui se tient assis, l'air effondré, sur le muret de la cour.
«Je me fais du souci pour mes petits amis à plumes», répond le professeur.
«En faisant ma promenade, je suis passé devant le verger. Rendez-vous compte: ils sont en train d'abattre les vieux arbres. Parce qu'ils ne produisent plus autant de pommes qu'avant. Quant aux autres arbres, ils seront traités avec des pesticides pour qu'ils produisent de beaux fruits faciles à vendre. Avec tout ça, les oiseaux ne trouveront plus suffisamment d'insectes. Et où vont-ils construire leurs nids?» «Mais notre grand arbre creux tout feuillu, l'interrompt Amir, celui sur lequel nous avons l'habitude de grimper, ils l'ont aussi abattu?»
«Hélas oui! Le couple de torcols aura de la peine à trouver un autre endroit pour pondre ses œufs», répond le professeur d'une voix triste. «Mais alors, où vais-je trouver cet automne les pommes qui conviennent pour la tarte aux pommes de grand-maman?» demande Laetitia. «Dans son livre de recettes, il est précisé qu'une bonne tarte doit être faite avec des pommes Jonathan ou une autre variété ancienne.» «Vous avez quand même eu de la chance, poursuit le professeur, car vous avez encore pu les savourer, ces anciennes variétés qui poussent sur des pommiers à hautes tiges. Ce n'est certainement pas le cas de beaucoup de vos amis. Ah, nous autres, les êtres humains, ne nous

© WWF Suisse
Avril 2014

rendons pas compte des conséquences de nos actes!»



«Si ça continue, nous allons finir par détruire notre Terre. Le tiers des denrées alimentaires sont jetés, c'est inouï! Toute cette énergie, toutes ces ressources naturelles gaspillées! Nous devrions changer nos habitudes d'achat. Acheter moins à la fois et ne pas nous laisser tenter par toutes les promotions. Etablir une liste de courses familiale et nous y tenir. Au fait, connaissez-vous le test alimentaire? C'est simple: il s'agit de ne pas jeter automatiquement les produits dont la date de péremption est dépassée – par exemple, les yoghourts. Ouvrez-les et examinez-les. S'il n'y a ni moisissures ni mauvaise odeur, c'est qu'ils peuvent être consommés sans danger. En ce qui concerne la viande et le poisson, il faut faire très attention, mais pour les autres aliments, appliquez le test sans hésitation.

Mais je suis là à bavarder, alors qu'il faut que je retourne au plus vite à ma station de recherche. Il doit bien y avoir un moyen de ramener les êtres humains à la raison. Pour sauvegarder notre environnement et protéger la nature, nous devons veiller à la provenance de notre nourriture et au mode de fabrication des produits. Au revoir, les enfants!»

Plongé dans ses pensées, le professeur Loiseau s'en va. Sa silhouette semble s'être tassée. Les enfants échangent un regard désolé. Amir tapote sur le sac poubelle. Laetitia le tire par la manche et tous deux regagnent piteusement leur appartement.

© WWF Suisse
Avril 2014

De retour chez eux, Laetitia et Amir ouvrent le sac poubelle et soumettent les yoghourts au test alimentaire. Seul l'un d'entre eux échoue à ce test et atterrit définitivement dans la poubelle.

«Demain j'expliquerai comment faire le test alimentaire à Tamara, Sophie et Angela», réfléchit Laetitia à haute voix. «Et moi, dit Amir, je raconterai ce soir à nos parents ce que le professeur Loiseau nous a appris».

Amir et Laetitia sont assis à la table de la cuisine. Ils dégustent leur yoghourt et échafaudent des plans pour les jours à venir.

Sauras-tu répondre à ces questions?

1. Pourquoi Laetitia et Amir jettent-ils les yoghourts et le fromage à tartiner?

2. Dans quel but traite-t-on les arbres fruitiers avec des pesticides?

3. En quoi notre comportement a-t-il un impact sur l'environnement?

4. Comment fonctionne le test alimentaire?

© WWF Suisse
Avril 2014

WWF Suisse
Avenue Dickens 6
1006 Lausanne
Tél. +41 (0) 21 966 73 73
E-mail: service-info@wwf.ch
www.wwf.ch

Dons: PC 80-470-3

Unser Ziel
Wir wollen die weltweite Zerstörung der Umwelt stoppen und eine Zukunft gestalten, in der Mensch und Natur in Harmonie miteinander leben.

Les pommes ne poussent pas au supermarché

Ce cahier d'élève appartient à:

Classe:

Que veux-tu faire? 13

- O Je vais me rendre à pied ou à vélo à l'entraînement ou à mon cours de musique.
- O Si la date de péremption indiquée sur un aliment est dépassée, j'effectue le test alimentaire (ne s'applique pas à la viande et au poisson).
- O Avec ma famille, nous allons organiser une «journée restes» par semaine: ce jour-là, nous mangerons tous les restes de la semaine.
- O En faisant des courses, seul ou avec mes parents, les fruits et légumes de saison, ainsi que les produits bio seront déposés en priorité dans le caddie.

P.S.: montre ce cahier à tes parents.

Mangez bio! 2

BIOSUISSE

Un paysan bio n'utilise pas de produits nocifs pour entretenir ses champs, de sorte qu'il pollue nettement moins l'eau souterraine et le sol. Quant aux animaux et aux plantes, leurs conditions de vie sont meilleures dans une exploitation bio, où la biodiversité est aussi nettement plus grande.

Renoncez à acheter des aliments transportés par avion!

Si tu achètes des fraises en hiver, tu dois savoir que celles-ci ont généralement été acheminées par avion, car elles ne poussent pas à cette saison sous nos latitudes.

Ne jetez pas inutilement des aliments!

Le tiers des denrées alimentaires sont jetées au cours de la production, au supermarché ou en sortant du congélateur. Ce gaspillage nuit à notre planète! C'est pourquoi il est important de ne pas acheter plus que ce que nous pouvons consommer et de s'habituer à accommoder les restes de nourriture.

Ma pomme - ma Journée Découverte! 11

4

Mai	Juin	Juil.	Août	Sept.	Oct.	Nov.	Déc.

9

6

Mai	Juin	Juil.	Août	Sept.	Oct.	Nov.	Déc.

Tableau des fruits de saison 3

	Janv.	Fév	Mars	Avr.

Période de récolte
Période de stockage

12

Chers enfants, 1

Prenez soin de la Terre!
Le mode de locomotion que nous utilisons pour nous rendre à l'école, à l'entraînement ou ailleurs, les vêtements que nous portons, notre façon d'habiter et de nous alimenter, tout cela produit des effets sur notre environnement. Sais-tu que si tout le monde vivait comme nous le faisons en Suisse, il faudrait presque 2,8 planètes pour pouvoir couvrir nos besoins? L'alimentation représente une charge particulièrement lourde pour notre planète, car la production de nourriture nécessite d'importantes quantités d'eau et de grandes surfaces de terrain.

Mangez moins de viande

Si tu te contentes de manger de la viande trois fois par semaine plutôt que tous les jours, tu exerces une charge nettement moins grande sur notre planète. Un exemple: la production d'un kilo de viande de bœuf nécessite l'équivalent de 51 baignoires remplies d'eau.

Chers parents, 14

Saviez-vous qu'un tiers des denrées alimentaires en Suisse sont gaspillées? Et que notre consommation a un impact sur notre environnement?

Votre enfant aborde ces thèmes à l'école de manière ludique et il va acquérir de nombreuses compétences scolaires comme:

- lire, comprendre et analyser un texte,
- travailler en équipe, collaborer,
- écouter et comprendre différents points de vue,
- développer l'esprit critique,
- trouver des solutions à certains problèmes.

En tant que parents, vous pouvez encourager et sensibiliser votre enfant aux thèmes environnementaux. Les enfants qui respectent la nature se sentent en forme! N'hésitez pas à faire des activités écologiques comme faire les courses à la ferme ou cuisiner des aliments respectueux de l'environnement en famille. Pourquoi ne pas inviter des amis pour partager un repas de saison?

Pour plus d'informations et d'idées au quotidien, n'hésitez pas à visiter ces deux sites internet:
www.wwf.ch/conseils et www.wwf.ch/futur.

Les labels te montrent la voie! 7

Souvent un label est apposé sur certaines denrées alimentaires comme le beurre, les fruits et le pain. Il t'indique notamment que l'aliment en question a été produit de façon à ménager le plus possible notre planète. En Suisse, il existe un grand nombre de labels différents. Sur les trois pages suivantes, tu apprendras à mieux connaître six d'entre eux.

Les labels sont là pour t'aider! 8

Tableau des légumes de saison 5

	Janv.	Fév	Mars	Avr.

Période de récolte
Période de stockage

10

Fiche solutions «Fruits et légumes de saison»

Fruits

	Janv.	Fév	Mars	Avr.	Mai	Juin	Juil.	Août	Sept.	Oct.	Nov.	Déc.
Pomme												
Cerise												
Kiwi												
Fraise												
Pruneau												

Période de récolte
Période de stockage

Légumes

	Janv.	Fév	Mars	Avr.	Mai	Juin	Juil.	Août	Sept.	Oct.	Nov.	Déc.
Concombre												
Carotte												
Pomme de terre												
Courge												
Tomate												

Période de récolte
Période de stockage

Un calendrier plus complet existe à l'adresse wwf.ch/manger.

© WWF Suisse
Avril 2014

Fiche de labels à coller

© WWF Suisse
Avril 2014

Fiche solutions «Labels alimentaires»

Nom	Label	Description
Bourgeon Bio Suisse	BIOSUISSE	L'agriculture biologique est pratiquée en harmonie avec les cycles et processus naturels. Elle n'utilise ni produits ni adjuvants chimiques de synthèse et bannit également les organismes génétiquement modifiés. Les animaux passent leur vie dans des exploitations bio et reçoivent de la nourriture bio.
Coop Naturaplan	naturaplan BIO	Le label bio de Coop est conforme aux prescriptions de Bio Suisse. Il distingue des aliments issus d'une production biologique. Pour en savoir plus à ce sujet, réfère-toi au paragraphe consacré au label Bio Suisse.
MSC	MARINE STEWARDSHIP COUNCIL	Ce label caractérise les poissons et fruits de mer qui sont pêchés en respectant le milieu marin et de manière à ce que les effectifs puissent se renouveler naturellement.
Terra Suisse	TERRASUISSE	Ce label désigne des produits végétaux et animaux. Il n'est pas aussi strict que le label Bio Suisse, mais l'exploitation agricole doit néanmoins satisfaire à des exigences relativement élevées en ce qui concerne le respect de l'environnement et le bien-être des animaux.
Migros Bio	MIGROS BIO	Le label bio de la Migros répond à des critères de production biologique expressément définis. Il figure sur des produits issus de l'agriculture biologique. Pour en savoir plus à ce sujet, réfère-toi au paragraphe consacré au label Bio Suisse.
Fairtrade	FAIRTRADE	Le label Fairtrade désigne des produits qui viennent de loin. Il garantit que les fermiers et les ouvriers reçoivent des salaires corrects et privilégie un mode de production favorable aux êtres humains et à la nature.
Aldi	NATUR aktiv	Le label bio d'Aldi est apposé sur des aliments issus d'une production durable et respectueuse de la nature. Les produits en provenance de l'étranger sont conformes aux directives bio européennes.
Lidl	BIOTREND	Le label bio de Lidl garantit le respect de méthodes de production écologiques. Un label additionnel caractérise les produits bio conformes aux critères bio helvétiques.

© WWF Suisse
Avril 2014