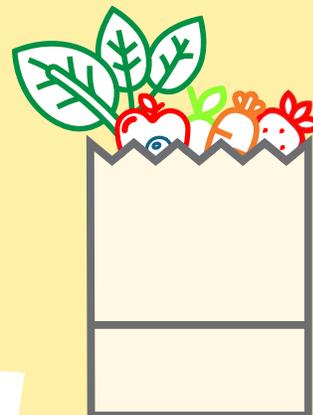


ACTIVITÉ

Le marché au camp



Mise en situation

C'est maintenant l'heure d'aller visiter le marché local pour découvrir des aliments et rencontrer des marchands locaux. Apporte ta liste d'épicerie pour ne rien oublier. Allez hop c'est parti !

But

- ✓ Découvrir des aliments
- ✓ Développer sa créativité
- ✓ Prendre des décisions tout en s'amusant

LIEU

- Intérieur ou extérieur

DURÉE SUGGÉRÉE

- 30 minutes

MATÉRIEL

- Cartons aliments (pour les marchands)
- Listes d'épicerie (pour les clients) – en annexe
- Crayons
- Dossards (pour les marchands)
- Cônes pour délimiter la zone de jeu
- Corrigé des réponses de la liste d'épicerie (pour l'animateur) – en annexe

ACTIVITÉ

Le marché au camp!



I. PRÉPARATION

Assure-toi d'avoir en main les cartons aliments pour ton groupe d'âge !

CARTONS ALIMENTS POUR LES 7-8 ANS

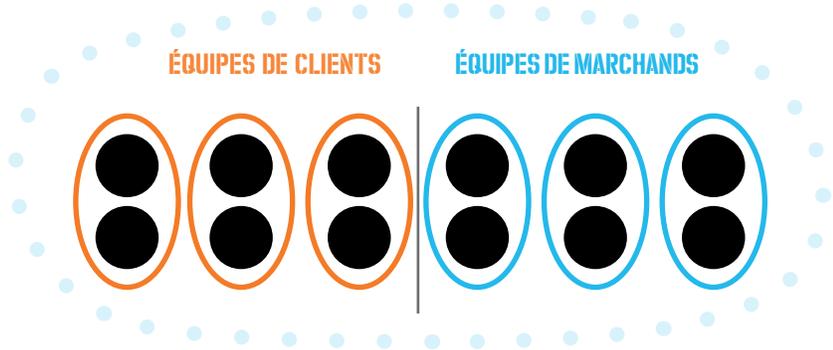
- Framboise
- Poivron
- Tofu
- Quinoa
- Cantaloup
- Tomate
- Poulet
- Pain pita
- Pomme
- Brocoli
- Saumon
- Pâte alimentaire
- Canneberge
- Carotte
- Lentille
- Riz
- Bleuets
- Laitue
- Citrouille
- Pain
- Fraise
- Épinard
- Lait
- Miel

CARTONS ALIMENTS POUR LES 9-12 ANS

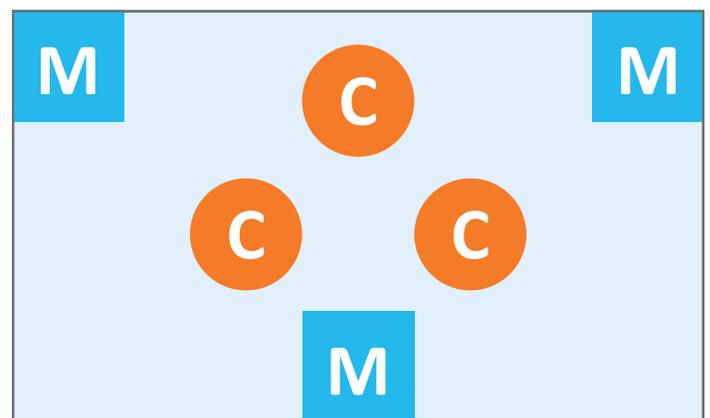
- Framboise
- Poivron
- Tofu
- Quinoa
- Cantaloup
- Tomate
- Poulet
- Pain pita
- Pomme
- Sirop d'érable
- Saumon
- Pâte alimentaire
- Canneberge
- Yogourt
- Beurre d'arachides
- Riz
- Bleuets
- Laitue
- Lentille
- Crabe
- Maïs
- Épinard
- Lait
- Miel

2. ORGANISATION DU GROUPE

- Sépare le groupe en deux, les clients et les marchands.
- Fais des équipes de deux ou trois jeunes (illustrés en ronds noirs ci-dessous).



3. ORGANISATION DE L'ESPACE



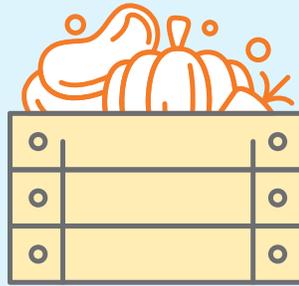
Astuce!

Éloigne le plus possible les kiosques de marchands les uns des autres afin d'inciter les clients à bouger le plus possible dans l'espace que tu as délimité à l'aide des cônes.

ACTIVITÉ



Le marché au camp!



4. ASSURE-TOI QUE LES CLIENTS ET LES MARCHANDS COMPRENNENT LEURS RÔLES

L'équipe de clients...

Reçoit une liste d'épicerie sous forme de quatre devinettes.

Devine les quatre aliments sur la liste d'épicerie, en inscrivant les réponses sur la feuille.

Fait valider la liste d'aliments par l'animateur pour avoir accès au marché.

Astuce animateur !

Tu peux aider tes jeunes à deviner si tu vois qu'ils ont besoin d'un petit coup de pouce.

Visite les marchands pour trouver les aliments inscrits sur leur liste d'épicerie.

Les marchands sont constamment en mouvement donc l'équipe des clients doit les rattraper pour aller chercher leurs aliments.

Mentionne seulement les caractéristiques écrites sur leur liste d'épicerie. Un seul aliment peut être deviné à la fois.

***Attention, les jeunes doivent tenter de faire deviner l'aliment au marchand sans mentionner le nom de l'aliment.**

Pour les 7-8 ans, les marchands ont le droit de montrer leurs cartons aliments aux clients.

Élabore une recette imaginaire contenant les aliments de leur liste d'épicerie à l'aide d'une équipe de marchands une fois tous les cartons aliments trouvés.

L'équipe de marchands...

Reçoit quatre cartons aliments qu'elle vendra à leur kiosque imaginaire. Attention, les marchands doivent garder leurs cartons aliments cachés des clients.

Invente un slogan et un nom de kiosque, pendant que l'équipe de clients devine leurs quatre aliments (ex. : venez visiter le kiosque de la fraîcheur).

Invite les clients à venir les voir à l'aide du slogan et du nom de kiosque.

L'équipe de marchands doit se déplacer dans la zone délimitée. Imagine que c'est un kiosque ambulante.

Écoute les caractéristiques énoncées par les clients.

Donne le carton aliment aux clients si les caractéristiques énoncées correspondent à un aliment en vente à leur kiosque.

Valide ensuite avec le client que le carton aliment remis est bel et bien celui inscrit sur la liste d'épicerie.

Ferme boutique et va aider une équipe de clients à inventer une recette imaginaire.

ACTIVITÉ

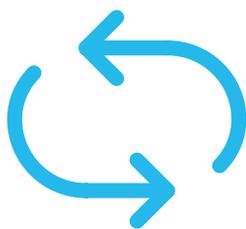
Le marché au camp!



5. CHAQUE ÉQUIPE PRÉSENTE SA RECETTE IMAGINAIRE AU RESTE DU GROUPE.

6. INVERSE LES RÔLES, LES MARCHANDS DEVIENNENT LES CLIENTS ET LES CLIENTS DEVIENNENT LES MARCHANDS.

→ Reprends les étapes 4 et 5.



7. RETOUR SUR L'ACTIVITÉ

Fais interagir les jeunes entre eux et pose leur quelques questions sur l'activité.

SUGGESTION DE QUESTIONS À POSER AUX JEUNES :

- Quels aliments as-tu découvert ?
- Aimerais-tu visiter un vrai marché ?
- Aimerais-tu cuisiner ces recettes à la maison ?
- Aimes-tu créer des recettes ?

ACTIVITÉ



Le marché au camp



7-8
ans

LISTES D'ÉPICERIE



ANNEXES

Ma liste d'épicerie #1

- Fruit rouge du groupe des fruits des champs qui ressemble à une mûre.**
 - Canneberge
 - Ananas
 - Framboise
- Je suis un légume dont la couleur peut être vert, jaune, orange ou rouge. Je pousse dans un potager.**
 - Laitue
 - Poivron
 - Asperge
- Je suis fabriqué à partir des fèves du soya et on me cuisine souvent en tranche ou en cube.**
 - Poulet
 - Tofu
 - Lait
- Je suis un grain tout petit et rond qui ressemble à du riz. On peut me manger froid en salade ou chaud.**
 - Spaghetti
 - Quinoa
 - Tortellini

Ma liste d'épicerie #2

- Fruit dont la chair est orangée. Ma pelure est épaisse et est de couleur beige ou verte.**
 - Ananas
 - Cantaloup
 - Bleuet
- Techniquement je suis un fruit, mais on me consomme souvent comme un légume au repas. Je suis souvent associé à l'Italie.**
 - Asperge
 - Laitue
 - Tomate
- Je suis un animal avec des ailes, mais je ne vole pas.**
 - Saumon
 - Lait
 - Poulet
- Je suis une variété de pain plat originaire du Moyen-Orient.**
 - Pâte alimentaire
 - Pain pita
 - Pain baguette

ACTIVITÉ



Le marché au camp



7-8
ans

LISTES D'ÉPICERIE



ANNEXES

Ma liste d'épicerie #3

- Fruit rond dont la couleur de la pelure peut être jaune, rouge, verte selon la variété. On me cueille au début de l'automne.**
 - Ananas
 - Pomme
 - Bleuet
- Légume vert qui ressemble à un petit arbre.**
 - Poivron
 - Brocoli
 - Chou-fleur
- Je suis un poisson apprécié des ours.**
 - Œuf
 - Huître
 - Saumon
- Je suis populaire dans les mets italiens. On me mange souvent mélangé avec de la sauce.**
 - Pain
 - Quinoa
 - Pâte alimentaire

Ma liste d'épicerie #4

- Je suis un fruit rouge qui a un goût amer et que l'on mange souvent séché.**
 - Orange
 - Ananas
 - Canneberge
- Je suis un légume de couleur orange qui pousse dans la terre.**
 - Chou-fleur
 - Asperge
 - Carotte
- Je suis de la même famille que les légumineuses. Je peux être de couleur vert, brun, beige, rouge, orange, rose et jaune.**
 - Pois mange-tout
 - Poulet
 - Lentille
- Je suis un aliment de base dans plusieurs pays comme la Chine et l'Inde. On me trouve dans les sushis.**
 - Pain
 - Pâte alimentaire
 - Riz

ACTIVITÉ



Le marché au camp



7-8
ans

LISTES D'ÉPICERIE



ANNEXES

Ma liste d'épicerie #5

- 1. Je suis un fruit rond de couleur bleue qui fait partie du groupe des fruits des champs. Je pousse dans des arbustes.**
 - a) Mûre
 - b) Ananas
 - c) Bleuet
- 2. Je suis un légume vert feuillu. On m'utilise souvent dans les salades.**
 - a) Chou-fleur
 - b) Laitue
 - c) Carotte
- 3. Je suis un fruit orangé. On peut me décorer pour l'Halloween.**
 - a) Cantaloup
 - b) Citrouille
 - c) Orange
- 4. On m'utilise souvent pour faire des sandwichs ou pour me tartiner le matin comme déjeuner.**
 - a) Pâte alimentaire
 - b) Pain
 - c) Pain pita

Ma liste d'épicerie #6

- 1. Je suis un fruit rouge que l'on cultive dans les champs.**
 - a) Canneberge
 - b) Bleuet
 - c) Fraise
- 2. Je suis un légume feuillu de couleur vert foncé que l'on mange cuit vapeur, sauté ou cru dans une salade.**
 - a) Chou-fleur
 - b) Carotte
 - c) Épinard
- 3. On peut me boire, mais je peux aussi être utilisé dans des recettes. Cet aliment est de couleur brune lorsqu'il est aromatisé au chocolat.**
 - a) Yogourt
 - b) Bouillon
 - c) Lait
- 4. Je proviens des ruches des abeilles. On m'aime pour mon goût sucré.**
 - a) Sirop d'érable
 - b) Yogourt
 - c) Miel

ACTIVITÉ

Le marché au camp!



9-12
ans

LISTES D'ÉPICERIE



ANNEXES

Ma liste d'épicerie #1

1. Je suis un fruit rouge constitué de plusieurs drupéoles tout comme une mûre.

2. Je suis un légume dont la couleur peut être verte, jaune, orange ou rouge.

3. Je suis fabriqué à partir des fèves du soya et on me cuisine souvent en tranche ou en cube.

4. Je suis un grain tout petit et rond qui ressemble à du riz. On peut me manger froid en salade ou chaud.

Ma liste d'épicerie #2

1. Je suis un fruit dont la chair est orangée. Ma pelure est épaisse et est de couleur beige ou verte.

2. Techniquement je suis un fruit, mais on me consomme souvent comme un légume au repas. Je suis souvent associé à l'Italie.

3. Je suis un animal avec des ailes, mais je ne vole pas.

4. Je suis une variété de pain plat originaire du Moyen-Orient.

ACTIVITÉ

Le marché au camp



9-12
ans

LISTES D'ÉPICERIE



ANNEXES

Ma liste d'épicerie #3

1. Je suis un fruit rond dont la couleur de la pelure peut être jaune, rouge, verte selon la variété. On me cueille durant le début de l'automne.

2. Je proviens des arbres et j'ai un goût sucré. On me recueille au printemps quand la neige commence à fondre.

3. Je suis un poisson apprécié des ours.

4. Je suis un aliment fabriqué à partir de farine et d'eau. Je suis populaire dans les mets italiens.

Ma liste d'épicerie #4

1. Je suis un fruit rouge que l'on cultive au Québec et que l'on cueille dans un champ inondé.

2. Je suis un aliment fermenté de la famille des produits laitiers. Quand on m'achète, je suis souvent aromatisé aux fruits.

3. On me tartine souvent sur les tranches de pain le matin. Je suis reconnu pour mon goût crémeux. Certaines personnes sont allergiques à moi.

4. Je suis un aliment de base dans plusieurs pays comme la Chine et l'Inde. On me trouve dans les sushis.

ACTIVITÉ

Le marché au camp!



9-12
ans

LISTES D'ÉPICERIE



ANNEXES

Ma liste d'épicerie #5

1. Je suis un fruit bleu qui est cultivé et récolté au Québec en été.

2. Je suis un légume vert feuillu. On m'utilise souvent dans les salades.

3. Je suis de la même famille que les légumineuses. Je peux être de couleur verte, brune, beige, rouge, orange, rose et jaune.

4. Je proviens de la famille des crustacés. Ma chair est de couleur rosé. Garde à toi je peux pincer.

Ma liste d'épicerie #6

1. Je proviens des ruches des abeilles et on m'aime pour mon goût sucré.

2. Je suis un légume feuillu de couleur vert foncé que l'on mange cuit vapeur, sauté ou cru dans une salade.

3. On peut me boire et je suis de couleur blanche. Cet aliment est de couleur brune lorsqu'il est aromatisé au chocolat.

4. Je suis un légume jaune et blanc qui pousse dans les champs surtout l'été. On m'ajoute souvent dans le pâté chinois.

ACTIVITÉ



Le marché au camp



7-8
ans

Corrigé

LISTES D'ÉPICERIE



ANNEXES

Ma liste d'épicerie #1

- Fruit rouge du groupe des fruits des champs qui ressemble à une mûre.**
 - Canneberge
 - Ananas
 - Framboise**
- Je suis un légume dont la couleur peut être verte, jaune, orange ou rouge. Je pousse dans un potager.**
 - Laitue
 - Poivron**
 - Asperge
- Je suis fabriqué à partir des fèves du soya et on me cuisine souvent en tranche ou en cube.**
 - Poulet
 - Tofu**
 - Lait
- Je suis un grain tout petit et rond qui ressemble à du riz. On peut me manger froid en salade ou chaud.**
 - Spaghetti
 - Quinoa**
 - Tortellini

Ma liste d'épicerie #2

- Fruit dont la chair est orangée. Ma pelure est épaisse et est de couleur beige ou verte.**
 - Ananas
 - Cantaloup**
 - Bleuet
- Techniquement je suis un fruit, mais on me consomme souvent comme un légume au repas. Je suis souvent associé à l'Italie.**
 - Asperge
 - Laitue
 - Tomate**
- Je suis un animal avec des ailes, mais je ne vole pas.**
 - Saumon
 - Lait
 - Poulet**
- Je suis une variété de pain plat originaire du Moyen-Orient.**
 - Pâte alimentaire
 - Pain pita**
 - Pain baguette

ACTIVITÉ



Le marché au camp



7-8
ans

Corrigé

LISTES D'ÉPICERIE



ANNEXES

Ma liste d'épicerie #3

1. Fruit rond dont la couleur de la pelure peut être jaune, rouge, verte selon la variété. On me cueille au début de l'automne.

- a) Ananas
- b) Pomme
- c) Bleuet

2. Légume vert qui ressemble à un petit arbre.

- a) Poivron
- b) Brocoli
- c) Chou-fleur

3. Je suis un poisson apprécié des ours.

- a) Œuf
- b) Huître
- c) Saumon

4. Je suis populaire dans les mets italiens. On me mange souvent mélangé avec de la sauce.

- a) Pain
- b) Quinoa
- c) Pâte alimentaire

Ma liste d'épicerie #4

1. Je suis un fruit rouge qui a un goût amer et que l'on mange souvent séché.

- a) Orange
- b) Ananas
- c) Canneberge

2. Je suis un légume de couleur orange qui pousse dans la terre.

- a) Chou-fleur
- b) Asperge
- c) Carotte

3. Je suis de la même famille que les légumineuses. Je peux être de couleur vert, brun, beige, rouge, orange, rose et jaune.

- a) Pois mange-tout
- b) Poulet
- c) Lentille

4. Je suis un aliment de base dans plusieurs pays comme la Chine et l'Inde. On me trouve dans les sushis.

- a) Pain
- b) Pâte alimentaire
- c) Riz

ACTIVITÉ



Le marché au camp



7-8
ans

Corrigé

LISTES D'ÉPICERIE



ANNEXES

Ma liste d'épicerie #5

1. Je suis un fruit rond de couleur bleue qui fait partie du groupe des fruits des champs. Je pousse dans des arbustes.
 - a) Mûre
 - b) Ananas
 - c) Bleuet
2. Je suis un légume vert feuillu. On m'utilise souvent dans les salades.
 - a) Chou-fleur
 - b) Laitue
 - c) Carotte
3. Je suis un fruit orangé. On peut me décorer pour l'Halloween.
 - a) Cantaloup
 - b) Citrouille
 - c) Orange
4. On m'utilise souvent pour faire des sandwichs ou pour me tartiner le matin comme déjeuner.
 - a) Pâte alimentaire
 - b) Pain
 - c) Pain pita

Ma liste d'épicerie #6

1. Je suis un fruit rouge que l'on cultive dans les champs.
 - a) Canneberge
 - b) Bleuet
 - c) Fraise
2. Je suis un légume feuillu de couleur vert foncé que l'on mange cuit vapeur, sauté ou cru dans une salade.
 - a) Chou-fleur
 - b) Carotte
 - c) Épinard
3. On peut me boire, mais je peux aussi être utilisé dans des recettes. Cet aliment est de couleur brune lorsqu'il est aromatisé au chocolat.
 - a) Yogourt
 - b) Bouillon
 - c) Lait
4. Je proviens des ruches des abeilles. On m'aime pour mon goût sucré.
 - a) Sirop d'érable
 - b) Yogourt
 - c) Miel

ACTIVITÉ

Le marché au camp!



9-12
ans

Corrigé

LISTES D'ÉPICERIE



ANNEXES

Ma liste d'épicerie #1

1. Je suis un fruit rouge constitué de plusieurs drupéoles tout comme une mûre.

Framboise

2. Je suis un légume dont la couleur peut être verte, jaune, orange ou rouge.

Poivron

3. Je suis fabriqué à partir des fèves du soya et on me cuisine souvent en tranche ou en cube.

Tofu

4. Je suis un grain tout petit et rond qui ressemble à du riz. On peut me manger froid en salade ou chaud.

Quinoa

Ma liste d'épicerie #2

1. Je suis un fruit dont la chair est orangée. Ma pelure est épaisse et est de couleur beige ou verte.

Cantaloup

2. Techniquement je suis un fruit, mais on me consomme souvent comme un légume au repas. Je suis souvent associé à l'Italie.

Tomate

3. Je suis un animal avec des ailes, mais je ne vole pas.

Poulet

4. Je suis une variété de pain plat originaire du Moyen-Orient.

Pain pita

ACTIVITÉ



Le marché au camp



9-12
ans

Corrigé

LISTES D'ÉPICERIE



ANNEXES

Ma liste d'épicerie #3

1. Je suis un fruit rond dont la couleur de la pelure peut être jaune, rouge, verte selon la variété. On me cueille durant le début de l'automne.

Pomme

2. Je proviens des arbres et j'ai un goût sucré. On me recueille au printemps quand la neige commence à fondre.

Sirop d'érable

3. Je suis un poisson apprécié des ours.

Saumon

4. Je suis un aliment fabriqué à partir de farine et d'eau. Je suis populaire dans les mets italiens.

Pâte alimentaire

Ma liste d'épicerie #4

1. Je suis un fruit rouge que l'on cultive au Québec et que l'on cueille dans un champ inondé.

Canneberge

2. Je suis un aliment fermenté de la famille des produits laitiers. Quand on m'achète, je suis souvent aromatisé aux fruits.

Yogurt

3. On me tartine souvent sur les tranches de pain le matin. Je suis reconnu pour mon goût crémeux. Certaines personnes sont allergiques à moi.

Beurre d'arachides

4. Je suis un aliment de base dans plusieurs pays comme la Chine et l'Inde. On me trouve dans les sushis.

Riz

ACTIVITÉ



Le marché au camp



9-12
ans

Corrigé

LISTES D'ÉPICERIE



ANNEXES

Ma liste d'épicerie #5

1. Je suis un fruit bleu qui est cultivé et récolté au Québec en été.

Bleuet _____

2. Je suis un légume vert feuillu. On m'utilise souvent dans les salades.

Laitue _____

3. Je suis de la même famille que les légumineuses. Je peux être de couleur verte, brune, beige, rouge, orange, rose et jaune.

Lentille _____

4. Je proviens de la famille des crustacés. Ma chair est de couleur rosé. Garde à toi je peux pincer.

Crabe _____

Ma liste d'épicerie #6

1. Je proviens des ruches des abeilles et on m'aime pour mon goût sucré.

Miel _____

2. Je suis un légume feuillu de couleur vert foncé que l'on mange cuit vapeur, sauté ou cru dans une salade.

Épinard _____

3. On peut me boire et je suis de couleur blanche. Cet aliment est de couleur brune lorsqu'il est aromatisé au chocolat.

Lait _____

4. Je suis un légume jaune et blanc qui pousse dans les champs surtout l'été. On m'ajoute souvent dans le pâté chinois.

Maïs _____