



Journée du lait à la pause

31 octobre 2023

Cycle 2 (5^e–8^e HarmoS)

Une offre de Swissmilk proposée avec le soutien de l'Union suisse des paysannes et des femmes rurales (USPF)



Plus d'idées pour les dix-heures sur
www.swissmilk.ch/laitalapause

Se régaler à la récré

Tu as reçu un verre de lait à la Journée du lait à la pause. C'est une collation idéale parce qu'elle contient beaucoup de précieux nutriments. Pour avoir de l'énergie jusqu'à midi, il est important que tu manges ou boives quelque chose à la récré. Mais tu peux aussi emporter d'autres aliments sains pour les dix-heures. En choisissant les produits de saison, tu évites les longs transports depuis des pays lointains, tu économises de l'énergie et tu preserves l'environnement.

Exercice

Quelle est la saison des fruits et légumes suisses? Relie chaque image à la saison qui lui correspond.

