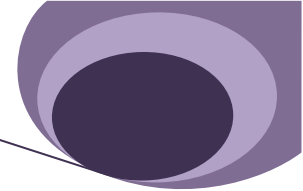


L'apprentissage linguistique et la santé

***Préparé par l'équipe de collaboration Santé publique Ottawa (SPO) et
Ottawa-Carleton District School Board (OCDSB)
Adaptation en français faite par une équipe d'instructeurs en FLS du
Conseil des écoles publiques de l'Est de l'Ontario (CEPEO)
Ottawa, 2015***





À PROPOS DE LA SÉRIE DE PLANS DE LEÇONS SUR L'ALIMENTATION SAINTE

Comment les plans de leçons prennent-ils forme, qui les élabore, et pourquoi?

L'apprentissage linguistique est essentiel à l'intégration et au bien-être des nouveaux arrivants. Il existe une corrélation entre la maîtrise d'une langue officielle et le taux d'emploi, l'état de santé autodéclaré et les résultats en matière de santé chez les immigrants. Dans un contexte où la langue est un facteur déterminant de la santé, et dans le but de s'attaquer aux principales questions de santé touchant les immigrants, des membres du personnel de Santé publique Ottawa (SPO) et de l'Ottawa-Carleton District School Board (OCDSB) se sont réunis pour créer un projet collaboratif visant à élaborer et à utiliser des plans de leçons portant sur différents sujets liés à la santé.

Cette collaboration a permis, dans un premier temps, d'intégrer du contenu sur la santé au matériel pédagogique de deux programmes : English as a Second Language (ESL) et Language Instruction for Newcomers to Canada (LINC).

Par conséquent, les instructeurs de ESL ou du LINC, en collaboration avec le personnel de Santé publique Ottawa (SPO), ont conçu une première série de 24 plans de leçons qui touchent huit sujets liés à l'alimentation saine et qui s'adressent aux apprenants adultes. Ces plans, évalués par une équipe multidisciplinaire et mis à l'essai dans divers établissements offrant les programmes d'ESL et de LINC, sont non seulement pertinents, exacts et faciles à suivre, mais ils conviennent aussi aux personnes de différents milieux culturels et niveaux de compétence linguistique. Ces leçons sont fondées sur les niveaux de compétence linguistique canadiens (NCLC), une échelle descriptive des habiletés linguistiques. Chaque sujet comprend un plan de cours pour chacun des niveaux suivants : alphabétisation pour le FLS et NCLC 1, NCLC 2 et 3 et NCLC 4 et 5.

En quoi consistent les plans de cours?

Chaque plan de cours a été conçu selon le même modèle; il contient des remarques pour l'instructeur, diverses activités faciles à utiliser, des tâches d'évaluation et une tâche d'autoréflexion.

- Les **Remarques pour l'instructeur** au début des plans de leçons offrent des directives et des idées de mise en pratique.
- Chaque **activité** est axée sur une habileté particulière – compréhension de l'oral ou de l'écrit, expression orale ou écrite – et sur certaines aptitudes. Les activités sont prêtes à utiliser, ce qui réduit au minimum le temps dont le formateur a besoin pour préparer des séances dynamiques. Certaines des feuilles d'exercices (ex. : cartes, planchettes de jeu) peuvent être plastifiées et réutilisées. Les activités sont interactives et favorisent l'apprentissage par la participation et le dialogue.

Lorsqu'ils arrivent au Canada, les immigrants sont généralement en meilleure santé que l'ensemble de la population. Cependant, au fil du temps, leur état de santé a tendance à se détériorer.

Cet « effet de la bonne santé des immigrants » est un phénomène observé particulièrement chez les immigrants d'origine non européenne. Les raisons qui expliquent cette détérioration sont complexes. De par sa nature, le processus d'immigration est stressant et perturbant, puisqu'il sous-entend des contraintes financières, des problèmes d'emploi et l'absence d'un réseau de soutien social, tous des facteurs pouvant nuire à l'état de santé et au bien-être général. Les immigrants peuvent aussi adopter des comportements néfastes qui sont courants dans leur nouveau pays. Enfin, comme chez toute autre personne, les problèmes de santé risquent de se manifester à mesure que les immigrants vieillissent.

Source : E. Ng, R. Wilkins, F. Gendron et J.-M. Berthelot (automne 2005). *Tendances sociales canadiennes – L'évolution de l'état de santé des immigrants*, Statistique Canada.

- Les **évaluations** ont été conçues pour mesurer les connaissances acquises à l'aide du plan de cours et peuvent servir de tâches d'Évaluation Linguistique Basée sur le Portfolio (ÉLBP)
- L'**autoréflexion** permet à l'apprenant d'exprimer son intention d'adapter son apprentissage en fonction de ses acquis.

À qui ces plans de leçons s'adressent-ils et comment peuvent-ils être utilisés?

Les plans de leçons ont été conçus pour toute personne qui enseigne les programmes FLS ou CLIC et qui souhaite intégrer d'importants renseignements sur la santé publique dans son cours de langue. Tel que mentionné dans les remarques pour l'instructeur, les plans ont été conçus de façon à être personnalisables en fonction des besoins de chacun des apprenants.

Ces plans visent à faire connaître aux nouveaux arrivants la culture culinaire canadienne et les pratiques alimentaires saines recommandées, tout en les encourageant à maintenir les saines habitudes de leur pays d'origine. Étant donné la riche et vaste diversité culturelle du Canada, il aurait été impossible d'intégrer les aliments et les pratiques préférés de tous les apprenants. Toutefois, il est essentiel de fournir des exemples adaptés à de multiples cultures afin que les apprenants se sentent inclus. Ainsi, les instructeurs sont invités à commencer les séances par une discussion sur des aliments populaires, la cuisine et des pratiques alimentaires saines de leurs pays respectifs. Le personnel et les nutritionnistes de Santé publique Ottawa peuvent aider l'instructeur à adapter des mets traditionnels (ex. : remplacer une huile par une huile plus saine), le cas échéant.

Comment fournir des commentaires sur les plans de leçons?

Le projet de collaboration *L'apprentissage de la langue pour la santé*, qui vise l'amélioration progressive de la qualité, est en constante évolution. Vos commentaires et suggestions concernant les plans de leçons sont grandement appréciés et peuvent être transmis par courriel à OPH-ESL_LessonPlans@ottawa.ca.

Référence proposée :

Équipe de collaboration SPO-OCDSB (2014). *L'apprentissage linguistique et la santé*, Ville d'Ottawa – Santé publique Ottawa et Ottawa-Carleton District School Board.

Équipe de collaboration SPO-OCDSB : Plans de leçons sur l'alimentation saine*Adaptation en français :*

Farnaz Reza, Salim Mezdour, Léila Bouzid,
Raoul Daguilh, Mohamed Toukaleh, Célestin
Ngisulu et Francine Spielmann,
l'École des adultes Le Carrefour

Sue Boudreau, développement, OCDSB
Catherine Hodgins, développement, OCDSB
Rhonda Newhook, développement, OCDSB
Jane Hammingh, élaboration du contenu, SPO
Penny Burton, élaboration du contenu, SPO
Kathy Lavigne, conception et mise en page, SPO

Groupe consultatif/évaluateurs

SPO	OCDSB, ESL ET LINC
Marcela Tapia	Shirley Graham
Victoria Snyder	Jennifer McKay
Claudelle Crowe	
Nathalie McKenna	
Carole Legault	
Nickolas Van Veen, supports visuels	
Anne Bouillon	

REMERCIEMENTS

L'équipe de projet aimerait remercier l'Ottawa-Carleton District School Board et Santé publique Ottawa pour leur contribution à ce projet, ainsi que les organisations et les personnes suivantes pour leur temps et leur expertise :

- Abai Coker et Salome Atandi, Ottawa Catholic School Board (OCSB);
- Nadia Youssef, bénévole;
- Cecilia Lemus, participation à la conception de l'essai sur le terrain;
- Les employés de SPO et de l'OCDSB qui ont participé à l'essai sur le terrain;
- Tous les étudiants des programmes ESL et LINC, en particulier ceux qui ont aimablement fourni des commentaires pour l'amélioration des plans de leçons;
- Hindia Mohamoud, Hasmik Minasyan et les membres des tables sectorielles sur la formation et le soutien linguistique et sur la santé et le bien-être du Partenariat local pour l'immigration d'Ottawa (PLIO).

© Ville d'Ottawa – Santé publique Ottawa et Ottawa-Carleton District School Board, 2014. Ce plan de leçons est gratuit. Nous vous encourageons à reproduire, à adapter et à diffuser ces documents à des fins non commerciales.



&





Les étiquettes nutritionnelles

NCLC 2 et 3

Nutrition Facts	
Per container (175 g)	
Amount	% Daily Value*
Calories 130	
Fat 0.5 g	1%
Saturated Fat 0.3 g	
+ Trans Fat 0 g	
Cholesterol 4 mg	
Sodium 125 mg	5%
Carbohydrate 26 g	8%
Fibre 0 g	
Sugars 26 g	
Protein 6 g	
Vitamin A 8 %	Vitamin C 4 %
Calcium 25 %	Iron 0 %

Remarques pour l'instructeur

Les étiquettes nutritionnelles – Remarques pour l'instructeur – NCLC 2 et 3

Résumé du contenu

Apprendre à lire et à comprendre les renseignements de base sur les étiquettes nutritionnelles afin de faire des choix santé.

Objectifs d'apprentissage

- Distinguer les trois parties des étiquettes nutritionnelles : les allégations nutritionnelles, la liste des ingrédients et le tableau de la valeur nutritive.
- Apprendre le nom des nutriments importants et leur fonction dans le corps.
- Lire et comprendre les allégations nutritionnelles et la liste des ingrédients.
- Lire et comprendre les chiffres du tableau de la valeur nutritive pour déterminer si un produit a une teneur élevée ou faible en nutriments.
- Comparer des aliments au moyen des étiquettes.
- Utiliser les renseignements sur les étiquettes pour faire des choix alimentaires sains.

Matériel nécessaire

- Divers emballages, conserves et boîtes d'aliments comportant des étiquettes et de l'information nutritionnelle
- Marqueurs
- Tableau de papier
- Tasses à mesurer
- Cuillères à mesurer
- Balance de cuisine (si possible)
- Ruban adhésif ou bâtonnets de colle

Banque de mots

Connaissances préalables : emballage, étiquette, boîte, conserve, carton, contenant, allergie.

Activité brise-glace : produit, emballage, marque, quantité, tableau de la valeur nutritive, lieu de fabrication, liste des ingrédients.

Activité 1 : allégations nutritionnelles.

Activité 2 : portion, pourcentage de la valeur quotidienne (% VQ), nutriment, santé, g, mg, cuillère à thé.

Activité 3 : peu, beaucoup, faible, élevé, calories, gras, gras saturé, cholestérol, sodium, glucide, fibre, sucres, protéine, vitamine A, vitamine C, calcium, fer, plus, moins.

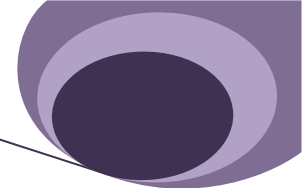
Activité 4 : énergie, muscles, nerfs, tension artérielle, diabète, surpoids, guérir, os, sang.

Activité 5 : S. O.

Activité 6 : S. O.

Activité 7 : S. O.

Activité 8 : allégations nutritionnelles.



Connaissances préalables

**** Il est essentiel que l'instructeur évalue dans quelle mesure les apprenants connaissent déjà le sujet afin que les activités s'articulent autour de ces connaissances.***

Discussion animée par l'instructeur pour évaluer les connaissances préalables des apprenants

- Apporter différentes étiquettes nutritionnelles (ex. : conserves de fruits et de légumes, boîtes de craquelins ou de céréales, sacs de différents types de pains).
- Si c'est possible expliquer à l'avance le concept aux apprenants, leur demander d'apporter des emballages pour la discussion. Ils pourront ainsi en apprendre plus sur les aliments qu'ils consomment déjà.
- Apporter des emballages entiers; cela facilitera la compréhension des apprenants.
- Faire circuler les emballages et discuter de ce qui y est écrit.
- Voici quelques questions à aborder avec le groupe :
 - Quel est le nom de l'aliment?
 - Achetez-vous ce type d'aliments? Pourquoi?
 - Que regardez-vous sur les étiquettes lorsque vous faites des courses?
 - Comment choisissez-vous le type de céréales, de pain, etc. que vous achetez?
- Encourager la participation des apprenants en racontant une anecdote : « Un membre de ma famille a une allergie au lait (par exemple). Je dois lire attentivement tous les ingrédients pour acheter des aliments qui ne contiennent pas de lait. Lisez-vous la liste des ingrédients des aliments que vous achetez pour vous ou votre famille? Devez-vous acheter des aliments qui contiennent peu de sel ou sans noix pour un membre de votre famille? », etc.

**** L'instructeur peut choisir ou adapter l'une des activités suivantes selon les besoins des apprenants. Toutefois, il est essentiel de noter que les évaluations et les réflexions tiennent souvent compte de l'ensemble des activités d'un plan de leçons; c'est pourquoi elles devront être modifiées en conséquence si certaines activités sont laissées de côté.***

Activité brise-glace

- Utiliser les étiquettes de la première discussion.
- Remettre un emballage à chaque équipe de deux.
- Comme les emballages varient, voici quelques exemples de questions à écrire au tableau : De quel aliment s'agit-il? Quelle est la marque du produit? Quelle est la quantité de produit dans cet emballage? Où se trouve le tableau de la valeur nutritive? Trouvez deux nouveaux mots dans le tableau de la valeur nutritive et écrivez-les. Où se trouve la liste des ingrédients? Combien y a-t-il d'ingrédients dans le produit? Pouvez-vous les compter tous? Y a-t-il d'autres mots ou phrases sur l'emballage qui donnent des renseignements sur l'aliment? Achèteriez-vous ce produit? Pourquoi?
- L'instructeur peut aborder rapidement ces questions avec la classe, ou demander aux apprenants d'y répondre sur une feuille de tableau de papier pour en discuter avec toute la classe. La formule choisie dépend du temps à accorder à cette activité.

Activité 1 : Vocabulaire	
Compétences visées:	➤ Comprendre l'information
Habiletés langagières visées:	➤ Compréhension de l'écrit ➤ Expression écrite
Points de grammaire à l'étude:	➤ Vocabulaire

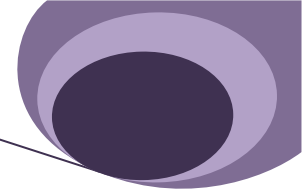
Activité 1

Compréhension de l'écrit / Expression écrite : Découvrir les étiquettes nutritionnelles

Compétence : Comprendre l'information

* *Les instructeurs et les apprenants doivent être conscients du fait que les renseignements indiqués dans ces tableaux sont intimidants. Les tableaux contiennent probablement beaucoup de mots nouveaux et le format peut être difficile à comprendre pour les apprenants. Les activités suivantes suivent une progression lente, étape par étape, qui permet t d'examiner les parties du tableau et leur signification.*

- Remettre la fiche de renseignements *Look at the Label* (en anglais seulement) de l'Association canadienne du diabète. (Cette fiche figure à la fin du présent plan de leçon.)
- Lire la fiche de renseignements avec la classe.
- Demander aux apprenants d'écrire sur une feuille ce qu'ils ont compris de la fiche après cette lecture.
- L'instructeur demande aux apprenants de comparer leur note et compléter l'information manquante.
- Écrire les trois principaux éléments sur le tableau ou sur un tableau de papier : allégations nutritionnelles, tableau de la valeur nutritive et liste des ingrédients.
- Expliquer le nouveau vocabulaire (gras saturés,...) ainsi que les abréviations
- Observer chacun des éléments un à la fois en faisant référence aux emballages remis pendant l'activité brise-glace.
- Les apprenants peuvent remplir la feuille d'exercices 1 de l'activité 1. Il s'agit d'un exercice d'écriture pour que les apprenants révisent le vocabulaire et s'exercent à lire.



Activité 2	
Compétences visées:	➤ Arriver au but
Habilités langagières visées:	➤ Compréhension de l'oral ➤ Compréhension de l'écrit ➤ Expression orale
Points de grammaire à l'étude:	➤ Vocabulaire

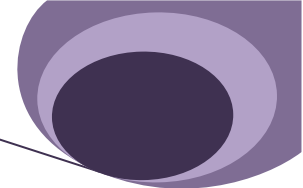
Activité 3	
Compétences visées:	➤ Arriver au but
Habilités langagières visées:	➤ Compréhension de l'écrit ➤ Expression écrite
Points de grammaire à l'étude:	➤ Les nombres

Activité 3

Compréhension de l'écrit : Lire les nombres et les pourcentages dans un tableau de la valeur nutritive

Compétence : Arriver au but

- Utiliser la feuille d'exercices 1 de l'activité 3 pour parler du pourcentage de la valeur quotidienne.
- Souligner que les chiffres concernent la portion indiquée, et non tout le contenant.
- Le pourcentage peut être un concept difficile à comprendre. Pour aider le groupe à comprendre, donner l'exemple de la présence en classe : si tous les élèves sont en classe, 100 % sont présents. Si 6 élèves sur 12 sont présents, 50 % sont présents. Lors d'une tempête de verglas où les autobus scolaires ne circulent pas, il est possible que seulement 2 élèves sur 12 soient présents, soit 17 %.
- Un autre exemple possible est celui d'une évaluation ou d'un examen. Si toutes les réponses sont bonnes, le résultat est de 100 %. Si 15 réponses sur 20 sont bonnes, le résultat est de 75 %. Si seulement 10 réponses sont bonnes sur 20, le résultat est de 50 % — et l'apprenant doit travailler plus fort.
- Expliquer le vocabulaire de quantité: beaucoup, un peu, peu, moins, plus.
- Feuille d'exercices 1 de l'activité 3 : demander aux apprenants de copier les nombres et les pourcentages de la valeur quotidienne indiqués sur la conserve de la feuille d'exercices 1 de l'activité 2.
- Il est indiqué sur la feuille d'exercices que toute valeur inférieure à 5 %, c'est peu, et que toute valeur supérieure à 15 %, c'est beaucoup. Il est toutefois important de noter que beaucoup, ce n'est pas toujours bon, et que peu, ce n'est pas toujours mauvais. Cela dépend du nutriment. Discuter de ce fait dans le cadre de l'activité.
- Envisager de passer en revue le contenu de l'activité et d'aider les apprenants à s'exercer à l'oral avant de répondre aux trois questions au bas de la feuille d'exercices.



Activité 4	
Compétences visées:	➤ Comprendre l'information
Habiletés langagières visées:	➤ Compréhension de l'oral ➤ Compréhension de l'écrit
Points de grammaire à l'étude:	➤ Vocabulaire

Activité 4

Compréhension de l'oral / Compréhension de l'écrit : Les nutriments dans ce qu'on mange

Compétence : Comprendre l'information

- Feuille d'exercices 1 de l'activité 4 : aider les apprenants à comprendre la fonction de certains des nutriments inscrits dans les tableaux de la valeur nutritive dans le corps.
- N.B. : Il s'agit de renseignements de base sur les nutriments, qui visent à enseigner du nouveau vocabulaire et à aider les apprenants à améliorer leur français. Cette liste n'est pas complète.
- Discuter du vocabulaire portant sur la fonction des nutriments dans le corps.
- Dictier un aliment pour chaque case du tableau.
- Corriger avec toute la classe.
- A partir du tableau 1 de l'activité 4, l'instructeur découpe les cases : **Qu'est-ce qu'il fait dans le corps et les cases, Aliment contenant ce nutriment** . Il plie les petites feuilles et les met dans un contenant. Un apprenant pige une feuille et pose la question à un apprenant qu'il choisit par exemple, « Quels sont les nutriments qui nous tiennent au chaud? » Ce dernier doit répondre sans regarder sur sa feuille. Après ça l'étudiant qui a répondu pige une feuille et ainsi de suite.

Cette activité permet aux apprenants de développer la compréhension de l'écrit et de l'oral.

Activité 4, feuille d'exercices 1

Réponses possibles pour la dictée

Gras	frites, beurre, viande, croustilles
Sodium	légumes en conserve, croustilles, aliments transformés
Fibres	fruits frais, légumes, légumineuses, grains entiers
Sucres	chocolat, boisson gazeuse, biscuits
Vitamine A	lait, fromage, patates douces, épinards
Vitamine C	oranges, papaye, mangue, pamplemousse, poivrons
Calcium	fromage, lait, tofu
Fer	poisson, haricots secs, œufs

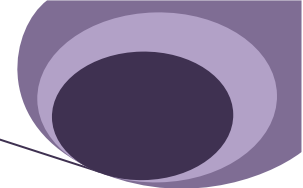
Activité 5	
Compétences visées:	➤ Communiquer l'information
Habilités langagières visées:	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Compréhension de l'écrit ➤ Compréhension de l'oral ➤ Expression orale
Points de grammaire à l'étude:	➤ Les expressions de politesse

Activité 5

Compréhension de l'écrit / Compréhension de l'oral / Expression orale : Remplir un tableau sur les nutriments en équipe de deux

Compétence : Communiquer l'information

- Cette activité doit être réalisée en équipe de deux.
- Remettre la feuille d'exercices 1A de l'activité 5 à un équipier, et la feuille d'exercices 1B de l'activité 5 à l'autre.
- Chaque apprenant remplit sa feuille individuellement. Ensuite, les équipiers discutent des renseignements inscrits sur leur feuille. Chacun écrit l'information de son équipier.
- La feuille d'exercices précise les consignes suivantes :
 - Pour remplir le tableau, votre équipier et vous devez lire votre feuille d'exercices à voix haute.
 - *** Il ne faut pas copier les réponses de son équipier.** Cette activité sert à **s'exercer à la compréhension et à l'expression orales.**
 - Si vous ne comprenez pas votre équipier, demandez : « Peux-tu répéter s'il te plaît? » ou « Pardon? ».
 - Vous pouvez épeler les mots pour aider votre équipier.
 - Comparer les réponses une fois les tableaux remplis.
- Rappeler ces points aux apprenants au début de l'activité, et écrire des phrases utiles au tableau pour les aider à communiquer pendant l'activité.
- L'instructeur corrige le tableau de chacun ou corrige avec toute la classe.



Activité 6	
Compétences visées:	➤ Arriver au but
Habiletés langagières visées:	➤ Compréhension de l'écrit
Points de grammaire à l'étude:	➤ Vocabulaire

Activité 6

Compréhension de l'écrit

Compétence : Arriver au but

* Avant de faire l'exercice, l'instructeur demande aux apprenants de faire une recherche dans le dictionnaire pour traduire le vocabulaire sur l'étiquette. Cela leur permettra d'enrichir le vocabulaire du thème.

- Feuille d'exercices 1 de l'activité 6 : expliquer que les deux produits sont du yogourt.
- Les apprenants comparent l'information et complètent les phrases avec les mots « plus » et « moins ».
- Passer en revue les réponses avec la classe.
- Discuter avec le groupe et écrire des phrases au tableau.
- Les apprenants choisissent deux phrases et les copient sur leur feuille d'exercices.

Activité 6, feuille d'exercices 1

Corrigé

1. plus
2. moins
3. plus
4. fibres/fer/protéines/sucres/gras trans
5. B

Activité 7	
Compétences visées:	➤ Arriver au but
Habiletés langagières visées:	➤ Compréhension de l'écrit
Points de grammaire à l'étude:	➤ Le genre des noms

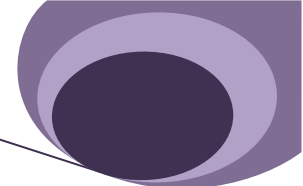
Activité 7

Compréhension de l'écrit : Lire la liste des ingrédients

Compétence : Arriver au but

- Distribuer la feuille d'exercices 1 de l'activité 7.
- Lire avec la classe. L'instructeur fait la lecture et demande l'implication des apprenants pour faire la traduction du vocabulaire du moins les mots qui reviennent souvent sur les étiquettes.
- Les apprenants collaborent pour répondre aux questions.
- Corriger avec la classe.

* Après avoir terminé la première tâche, ils comparent les deux étiquettes en cherchant les similitudes et les différences.



Activité 8	
Compétences visées:	➤ Comprendre l'information
Habilités langagières visées:	➤ Compréhension de l'écrit
Points de grammaire à l'étude:	➤ Le futur proche

Activité 8

Compréhension de l'écrit : Les allégations nutritionnelles

Compétence : Comprendre l'information

- Distribuer la feuille d'exercices 1 de l'activité 8.
- Lire avec la classe.
- Les apprenants collaborent pour répondre aux questions.
- Discuter en groupe d'autres allégations nutritionnelles que vous avez lues.
- Si c'est possible, l'instructeur ou les apprenants donnent des exemples provenant d'autres emballages.
- L'instructeur peut dire aux apprenants qu'à partir de maintenant, ils vont surveiller les emballages des produits qu'ils consomment régulièrement, et s'ils trouvent une allégation quelconque comme par exemple une allégation qu'ils n'ont jamais rencontrée, il la découpe ou apporte tout l'emballage en classe pour essayer de l'expliquer au reste du groupe.
- Cette tâche permettra aux apprenants de s'habituer à la lecture des informations des produits qu'ils consomment. Ceci leur donnera aussi l'occasion d'améliorer la langue même en dehors de la classe.

Activité 9	
Compétences visées:	➤ Comprendre l'information
Habilités langagières visées:	➤ Compréhension de l'écrit
Points de grammaire à l'étude:	➤ Vocabulaire

Activité 9

Compréhension de l'écrit : Catégoriser les mots

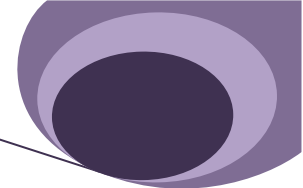
Compétence : Comprendre l'information

- Feuille d'exercices 1 de l'activité 9 : Les apprenants travaillent en équipe pour placer les mots dans les bonnes colonnes. Discuter et corriger avec toute la classe.
- Les apprenants peuvent compléter la trois listes avec d'autres vocabulaires qu'ils ont déjà étudiés lors des activités précédentes.

Activité 9, feuille d'exercices 1

Corrigé

Nutriment	Allégation nutritionnelle	Mots de la liste des ingrédients
Cholestérol	Faible en gras	Farine de blé
Vitamine C	Teneur élevée en fibres	Huile de canola
Fer	Faible teneur en sodium	Farine de riz
Calcium	Faible teneur en gras saturé	Lait



Activité 10	
Compétences visées:	➤ Communiquer l'information
Habilités langagières visées:	➤ Compréhension del'écrit ➤ Expression orale
Points de grammaire à l'étude:	➤ Vocabulaire

Activité 10

Expression orale / Compréhension de l'écrit

Compétence : Communiquer l'information

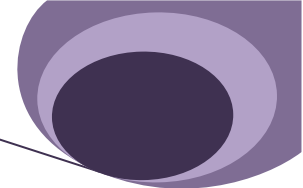
- Les apprenants travaillent en équipe de trois pour résoudre les mots entrecroisés.
- Remettre une des feuilles d'exercices de l'activité 10 (1A, 1B et 1C) à chaque apprenant.
- Sur chacune des feuilles, un indice différent est indiqué pour chaque mot. Les équipiers doivent lire leur indice à voix haute et discuter avec les autres pour trouver le bon mot.
- La grille est la même sur chaque feuille d'exercices.
- Une fois tous les mots trouvés, les apprenants découvriront quel est le mot mystère.

Corrigé

1						h	a	p	p	y	
2	n	u	t	r	i	e	n	t	s		
3					f	a	t				
4				c	a	l	c	i	u	m	
5				v	i	t	a	m	i	n	c
6					c	h	o	o	s	e	
7						y	e	s			
8						f	i	b	r	e	
9					s	o	d	i	u	m	
10				i	r	o	n				
11	i	n	g	r	e	d	i	e	n	t	s

Mot mystère : Healthy Food/Aliments santé

Activité de traduction : Les étudiants doivent remplir la grille avec des mots anglais. Les définitions sont en français et le corrigé est en anglais.



Évaluations 1 et 2

Compréhension de l'écrit

Compétences : Arriver au but et comprendre l'information

- En groupe de deux, les étudiants créent leur propre tableau en utilisant différents types d'emballage. Ils peuvent aussi puiser du vocabulaire qu'ils ont vu et appris dans les activités précédentes.
Chaque groupe doit poser une question de sa liste à un autre groupe : par ex: <<Est-ce que **l'amidon de maïs modifié** est un nutriment, une allégation nutritionnelle ou un ingrédient?>>
L'instructeur va comptabiliser les réponses correctes pour chaque groupe.
C'est une activité qui permet aux apprenants
 - de faire une révision du vocabulaire déjà vu
 - d'enrichir leur vocabulaire en faisant des recherches de nouveaux mots
 - de développer la compréhension de l'écrit
 - d'améliorer la compréhension orale
- Distribuer l'évaluation 1 aux apprenants du NCLC 2 et l'évaluation 2 aux apprenants du NCLC 3.
- Les réponses varient selon les étiquettes apportées par les apprenants.
- Apporter des exemples à utiliser si les apprenants n'apportent pas d'étiquettes.
- Cette évaluation peut aussi servir d'évaluation linguistique adaptée au portfolio (ÉLAP). Une fois la note attribuée, ajouter l'évaluation au *Compagnon linguistique* dans la section sur la compréhension de l'écrit du portfolio.

Autoréflexion de l'apprenant

- En classe, les apprenants proposent des phrases pour expliquer ce qu'ils ont appris.
- Écrire des phrases sur des feuilles de tableau de papier. Les apprenants choisissent les phrases avec lesquelles ils sont d'accord, ou écrivent leurs propres phrases.
- Les apprenants peuvent ajouter l'autoréflexion au *Compagnon linguistique* dans la section « Mes notes » et la consulter plus tard.

Ressources

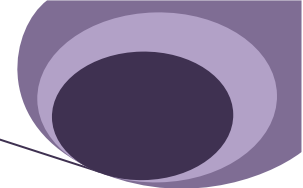
Santé Canada : www.hc-sc.gc.ca/index-fra.php

Association canadienne du diabète (en anglais seulement) : www.diabetes.ca

Saine alimentation Ontario : <http://www.eatrightontario.ca/fr/>

Santé publique Ottawa : 613-580-6744

Feuilles d'exercices



Les étiquettes nutritionnelles – Activité 1, feuille d'exercices 1 – NCLC 2 et 3

Découvrir les étiquettes nutritionnelles

Compléter les phrases à l'aide du document *Look at the Label*. Cette fiche de renseignements a été créée par l'Association canadienne du diabète.

L'information nutritionnelle sur les étiquettes de produits :

- vous aide à _____
- vous aide à suivre _____
- est obligatoire sur la plupart _____
- se base sur _____

Allégations nutritionnelles : Il y a _____ types d'allégations nutritionnelles :

1. _____
parle d'un nutriment, comme _____ , _____
ou _____ .
2. _____
explique ce que l'alimentation fait pour la _____ .

Tableau de la valeur nutritive

Le tableau de la valeur nutritive vous donne _____
sur les _____ et sur 13 _____ pour la
portion indiquée.

Liste des ingrédients

La liste des ingrédients vous dit _____
il y a dans _____ .

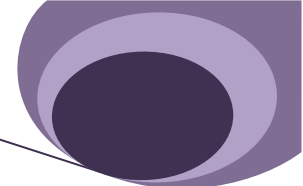
Les étiquettes nutritionnelles – Activité 2, feuille d'exercices 1 – NCLC 2 et 3

Tableau de la valeur nutritive

Amount Teneur	% Daily Value % valeur quotidienne
Calories / Calories 200	
Fat / Lipides 3.5 g	5 %
Saturated / saturés 0.5 g + Trans / trans 0 g	3 %
Cholesterol / Cholestérol 0 mg	
Sodium / Sodium 1440 mg	60 %
Carbohydrate / Glucides 37 g	12 %
Fibre / Fibres 2 g	8 %
Sugars / Sucres 13 g	
Protein / Protéines 4 g	
Vitamin A / Vitamine A	4 %
Vitamin C / Vitamine C	0 %
Calcium / Calcium	2 %
Iron / Fer	8 %

PRODUCT OF CANADA/PRODUIT DU CANADA
 PREPARED FOR/PRÉPARÉ POUR:
 THE GREAT ATLANTIC & PACIFIC
 COMPANY OF CANADA LTD.
 TORONTO, CANADA M5W 1A6

1. Quelle est la grandeur d'une portion? _____
2. Combien y a-t-il de calories dans une portion? _____
3. De quel pays provient ce produit? _____



Les étiquettes nutritionnelles – Activité 3, feuille d’exercices 1 – NCLC 2 et 3

Remplir le tableau ci-dessous en regardant l’étiquette nutritionnelle du produit montré sur la feuille d’exercices 1 de l’activité 2 :



Pour 1 tasse (250 mL)		
Quantité	Quantité ou nombre de ____ g ou de ____ mg	% valeur quotidienne
Calories		
Gras		
Saturés + Trans		
Cholestérol		
Sodium		
Glucides		
Fibres		
Sucres		
Protéines		
Vitamine A	-----	
Vitamine C	-----	
Calcium	-----	
Fer	-----	

Un pourcentage de la valeur quotidienne de **5 % ou moins**, c’est **peu**.

Un pourcentage de la valeur quotidienne de **15 % ou plus**, c’est **beaucoup**.



Observer le pourcentage de la valeur quotidienne et écrire **peu** ou **beaucoup**.

1. Il y a _____ de gras.
2. Il y a _____ de sodium.
3. Il y a _____ de fibres.









Les étiquettes nutritionnelles – Activité 4, feuille d'exercices 1 – NCLC 2 et 3

Qu'y a-t-il dans ce qu'on mange?

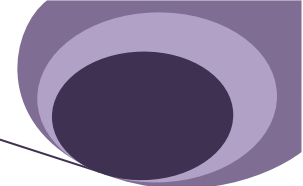
Utiliser le tableau pour apprendre le rôle des nutriments dans le corps.

Écrire les aliments dictés par l'instructeur. Ils contiennent les nutriments indiqués dans le tableau.

*** Rappel : Il s'agit uniquement de renseignements de base sur les aliments et les nutriments. Ils servent seulement à vous aider à améliorer votre français et votre vocabulaire. 😊**

Nutriment	Qu'est-ce qu'il fait dans le corps?		Aliment contenant ce nutriment
Gras saturés	<ul style="list-style-type: none"> - Ils donnent de l'énergie. - Ils nous tiennent au chaud. - Ils peuvent causer des maladies de cœur si on en consomme trop. 		
Sodium	<ul style="list-style-type: none"> - Il aide les muscles et les nerfs à bien fonctionner. - Il peut causer une tension artérielle élevée si on en consomme trop. 		
Sucres	<ul style="list-style-type: none"> - Ils donnent de l'énergie. - Ils augmentent le risque de diabète et d'obésité. 		
Fibres	<ul style="list-style-type: none"> - Elles sont bonnes pour l'estomac et les intestins. 		
Vitamine A	<ul style="list-style-type: none"> - Elle est bonne pour les yeux. 		
Vitamine C	<ul style="list-style-type: none"> - Elle aide à guérir les blessures. 		
Calcium	<ul style="list-style-type: none"> - Il est bon pour les os et les dents. 		
Fer	<ul style="list-style-type: none"> - Il est bon pour le sang. 		

* Tous les renseignements de ce tableau viennent des présentations PowerPoint de Santé publique Ottawa.



Les étiquettes nutritionnelles – Activité 5, feuille d’exercices 1A – NCLC 2 et 3

** Tous les renseignements de cette page viennent des présentations PowerPoint de Santé publique Ottawa.*

Lire les phrases suivantes et remplir le tableau ci-dessous.

- La **vitamine C** aide les blessures à guérir (oranges, papayes, mangues, pamplemousse, poivrons).
- La **vitamine A** est bonne pour les yeux et nous aide à voir dans le noir (lait, fromage, patates douces, épinards).
- Les **gras** et les **gras saturés** peuvent causer des maladies de cœur (aliments frits, croustilles, beurre, margarine, huiles, pâtisseries, viande).
- Le **sodium (sel)** peut causer l’hypertension, des maladies de cœur ou des accidents vasculaires cérébraux (aliments transformés ou en conserve, croustilles, bretzels, certains craquelins).

Nutriment	Qu’est-ce que ça fait dans le corps?	Dans quels aliments en trouve-t-on?	Faut-il en consommer plus ou moins?

- Discuter avec votre équipier (il a la feuille d’exercices 1B).
- Pour remplir le tableau, votre équipier et vous devez lire votre feuille d’exercices à voix haute.
- *** Il ne faut pas copier les réponses de son équipier.** Cette activité sert à vous **exercer à la compréhension et à l’expression orales.**
- Si vous ne comprenez pas votre équipier, demandez : « Peux-tu répéter s’il te plaît? » ou « Pardon? ».
- Vous pouvez épeler les mots pour aider votre équipier.
- Comparer les réponses une fois les tableaux remplis.

Les étiquettes nutritionnelles – Activité 5, feuille d'exercices 1B – NCLC 2 et 3

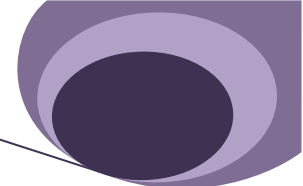
* Tous les renseignements de cette page viennent des présentations PowerPoint de Santé publique Ottawa.

Lire les phrases suivantes et remplir le tableau ci-dessous.

- Les **fibres** sont bonnes pour l'estomac et les intestins (fruits, légumes, légumineuses, grains entiers).
- Le **fer** est bon pour le sang (viande, poisson, œufs, haricots et pois secs, grains entiers).
- Le **calcium** contribue à la santé des os et des dents (lait, fromage, yogourt, tofu).
- Consommer trop de **sucre** est lié à des problèmes de santé comme le surpoids et le diabète (chocolat, biscuits, beignes, boisson gazeuse).

Nutriment	Qu'est-ce que ça fait dans le corps?	Dans quels aliments en trouve-t-on?	Faut-il en consommer plus ou moins?

- Discuter avec votre équipier (il a la feuille d'exercices 1A).
- Pour remplir le tableau, votre équipier et vous devez lire votre feuille d'exercices à voix haute.
- *** Il ne faut pas copier les réponses de son équipier.** Cette activité sert à vous **exercer à la compréhension et à l'expression orales.**
- Si vous ne comprenez pas votre équipier, demandez : « Peux-tu répéter s'il te plaît? » ou « Pardon? ».
- Vous pouvez épeler les mots pour aider votre équipier.
- Comparer les réponses une fois les tableaux remplis.



Les étiquettes nutritionnelles – Activité 6, feuille d’exercices 1 – NCLC 2 et 3

Comparer les tableaux de la valeur nutritive des deux yogourts.
Répondre aux questions qui suivent.

A

Valeur nutritive Nutrition Facts	
par 125 ml / Per 125 ml	
Teneur Amount	% valeur quotidienne % Daily Value
Calories / Calories 90	
Lipides / Fat 1,5 g	3 %
saturés / Saturated 1 g + trans / Trans 0,1 g	6 %
Cholestérol / Cholesterol 10 mg	2 %
Sodium / Sodium 55 mg	2 %
Glucides / Carbohydrate 15 g	5 %
Fibres / Fibre 0 g	0 %
Sucres / Sugars 11 g	
Protéines / Protein 4 g	
Vitamine A / Vitamin A	2 %
Vitamine C / Vitamin C	2 %
Calcium / Calcium	12 %
Fer / Iron	0 %

B

Valeur nutritive Nutrition Facts	
Pour 3/4 de tasse (175g) Per 3/4 cup (175g)	
Teneur Amount	% valeur quotidienne % Daily Value
Calories / Calories 100	
Lipides / Fat 0 g	0 %
saturés / Saturated 0 g + trans / Trans 0 g	0 %
Cholestérol / Cholesterol 0 mg	
Sodium / Sodium 70 mg	3 %
Glucides / Carbohydrates 6 g	2 %
Fibres / Fibre 1 g	4 %
Sucres / Sugars 5 g	
Protéines / Protein 18 g	
Vitamine A / Vitamin A	0 %
Vitamine C / Vitamin C	0 %
Calcium / Calcium	15 %
Fer / Iron	0 %

Questions 1 à 3 : Compléter avec « **plus** » ou « **moins** ».

1. Le yogourt A contient _____ de gras saturés que le yogourt B.
2. Le yogourt A contient _____ de calcium que le yogourt B.
3. Le yogourt B contient _____ de sodium que le yogourt A.
4. Ils contiennent la même quantité de _____.
5. Le yogourt _____ est meilleur pour la santé.

Avec le reste de la classe, écrire deux phrases pour expliquer quel yogourt vous achèteriez et pourquoi.

Les étiquettes nutritionnelles – Activité 7, feuille d'exercices 1 – NCLC 2 et 3

Liste des ingrédients

Voici la liste des ingrédients de deux boîtes de céréales.

A

INGREDIENTS: CEREAL (CRISP RICE [RICE FLOUR, SUGAR, MALT EXTRACT, SALT, DISTILLED MONOGLYCERIDES, RICE EXTRACT], WHOLE GRAIN OATS, TEXTURED SOY FLOUR, SUGAR, CORN MEAL, HONEY, BROWN SUGAR SYRUP, SALT, CALCIUM CARBONATE, TRISODIUM PHOSPHATE, DISTILLED MONOGLYCERIDES, DEXTROSE, IRON AND ZINC (MINERAL NUTRIENTS), A B VITAMIN (NIACINAMIDE), VITAMIN B₆ (PYRIDOXINE HYDROCHLORIDE), VITAMIN B₂ (RIBOFLAVIN), A B VITAMIN (FOLIC ACID), ALMOND FLOUR, WHEAT FLOUR, VITAMIN E (MIXED TOCOPHEROLS) ADDED TO PRESERVE FRESHNESS.); MILK FILLING (SUGAR, PALM KERNEL OIL, LACTOSE, NONFAT MILK, DRIED SWEETENED CONDENSED MILK (SUGAR, MILK), PARTIALLY HYDROGENATED SOYBEAN OIL, MONOGLYCERIDES, SOY LECITHIN, SALT, NATURAL AND ARTIFICIAL FLAVOR, TBHQ AND CITRIC ACID ADDED TO PRESERVE FRESHNESS.); CORN SYRUP, HIGH FRUCTOSE CORN SYRUP, FRUCTOSE, MALTODEXTRIN, ISOLATED SOY PROTEIN, GLYCERIN, TRICALCIUM PHOSPHATE, RICE BRAN OIL, CANOLA OIL, PARTIALLY HYDROGENATED SOYBEAN OIL, SORBITOL, ALMONDS, CARAMEL AND ANNATTO EXTRACT COLOR, SUGAR, GELATIN, VITAMIN C (SODIUM ASCORBATE), IRON AND ZINC (MINERAL NUTRIENTS), HONEY, CALCIUM CARBONATE, MONO AND DIGLYCERIDES, SALT, VITAMIN A (PALMITATE), A B VITAMIN (NIACINAMIDE), NATURAL AND ARTIFICIAL FLAVOR, VITAMIN D, VITAMIN B₂ (RIBOFLAVIN), VITAMIN B₆ (PYRIDOXINE HYDROCHLORIDE), VITAMIN B₁ (THIAMIN MONONITRATE), A B VITAMIN (FOLIC ACID), VITAMIN B₁₂, PEANUT FLOUR, SUNFLOWER MEAL, FRESHNESS PRESERVED BY BHT. CONTAINS SOY, MILK, ALMOND, PEANUT, WHEAT AND SUNFLOWER INGREDIENTS.

B

Ingrédients

Blé entier, raisins secs, son de maïs, sucre, grappes d'avoine au miel et à la cannelle (flocons d'avoine entière, pépites de riz et d'avoine croquantes (farine de riz, farine d'avoine, sucre, extrait de malt, sel, BHT), sucre, cassonade, avoine grillée (flocons d'avoine entière, sucre, glucose-fructose, huile de soya, miel, mélasse), sirop de maïs, pépites de blé (farine de blé entier, amidon de maïs, semoule de maïs dégermé, sucre, sel, rocou et colorant artificiel, BHT), amidon de maïs, extrait de racine de chicorée (fibres d'inuline), glycérine, sirop de maïs, sel, sirop doré, carbonat de calcium, extrait d'orge de malterie, colorant caramel et rocou, phosphate trisodique, sirop de malt, huile de soya et de coton hydrogénée, arôme naturel et artificiel, amidon de blé
VITAMINES et MINÉRAUX:
 niacinamide, pantothénate de calcium, chlorhydrate de pyridoxine (vitamine B6), folate, fer.
CONTIENT du blé; peut contenir des ingrédients de l'amande et des substances laitières.

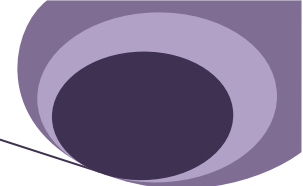
- La liste des ingrédients contient tous les produits présents dans un aliment.
- Le produit contient *plus* des ingrédients qui sont *au début* de la liste, et *moins* des ingrédients qui sont à la *fin* de la liste.
- Les fabricants de produits alimentaires **doivent** écrire la liste des ingrédients sur les aliments emballés.

La liste des ingrédients peut vous aider à :

- vérifier si un produit contient des ingrédients que vous voulez ou devez consommer;
- éviter certains ingrédients si vous avez une allergie.

Observer les listes ci-dessus. Encercler les mots *sucre* et *sodium* (ou *sel*).

Répondre aux questions suivantes.	Liste A	Liste B
Combien de fois avez-vous encerclé le mot « sucre »?		
Combien de fois avez-vous encerclé les mots « sodium » et « sel »?		
D'après vous, ces céréales contiennent-elles beaucoup d'ingrédients? Encercler « Oui » ou « Non ».	oui non	oui non



Les étiquettes nutritionnelles – Activité 8, feuille d'exercices 1 – NCLC 2 et 3 **Allégations santé**

Une allégation santé est un énoncé qui fait le lien entre un aliment et une maladie. Elle décrit les effets d'un aliment sur la santé.

Par exemple : « Une alimentation riche en légumes et en fruits peut contribuer à réduire le risque de certains types de cancers. »

Allégations sur la teneur nutritive

Une allégation sur la teneur nutritive décrit un nutriment ou indique quelle quantité de ce nutriment se trouve dans un produit. Elle indique aussi si un aliment contient moins d'un nutriment mauvais pour la santé.

Par exemple, cette allégation indique qu'il y a moins de _____.



L'allégation ci-dessous montre que le fruit est une bonne source de _____.



L'allégation ci-dessous montre que l'aliment contient peu de _____.



Faible en gras

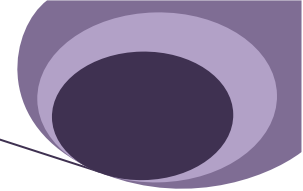
Les étiquettes nutritionnelles – Activité 9, feuille d'exercices 1 – NCLC 2 et 3**Révision du vocabulaire**

En équipe de deux, placer les mots dans la bonne colonne.

Nutriment	Allégation nutritionnelle	Mots de la liste des ingrédients

Faible en gras	Cholestérol	Teneur élevée en fibres	Farine de blé
Vitamine C	Faible teneur en sel	Fer	Calcium
Faible teneur en gras saturés	Lait	Huile de canola	Farine de riz

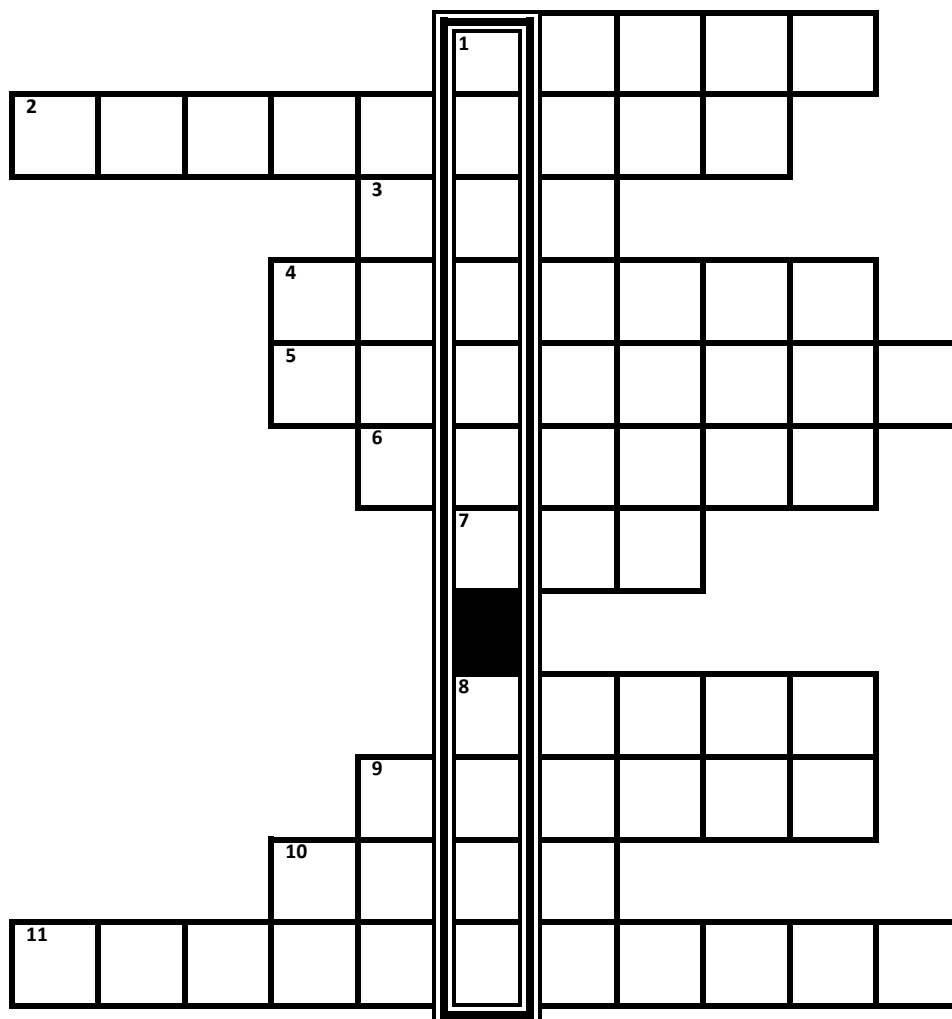




Les étiquettes nutritionnelles – Activité 10, feuille d'exercices 1A – NCLC 2 et 3

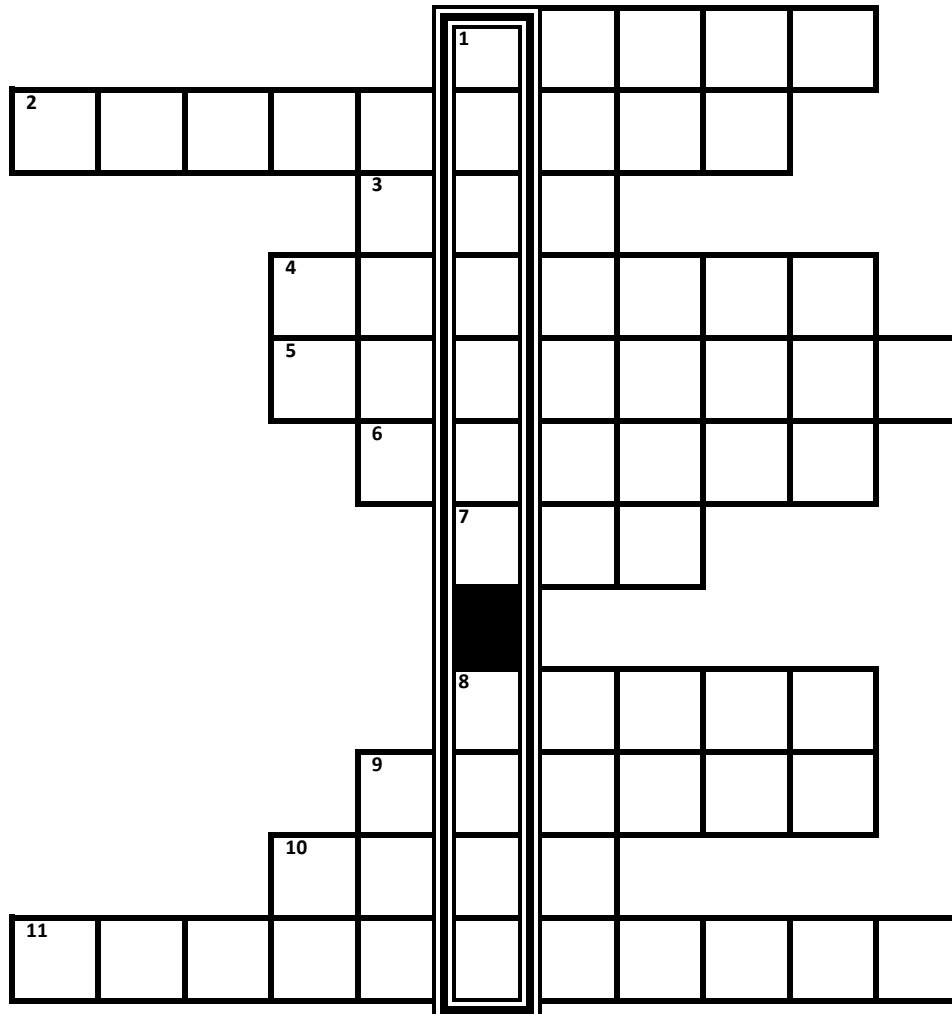
Mots entrecroisés en équipe de trois

Équipier 1



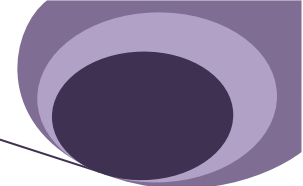
- | | |
|--|---|
| 1. Contraire de triste. | 6. Ce verbe commence par la lettre « C ». |
| 2. Commence par la lettre « N ». | 7. Contraire de « non ». |
| 3. Mauvais pour la santé en grande quantité. | 8. Commence par la lettre « F ». |
| 4. La dernière lettre de ce nutriment est « M ». | 9. Synonyme de sel. |
| 5. Les fruits et les légumes en contiennent. | 10. Bon pour le sang. |
| | 11. Commence par « IN ». |

La réponse mystère est :

Les étiquettes nutritionnelles – Activité 10, feuille d'exercices 1B – NCLC 2 et 3**Mots entrecroisés en équipe de trois****Équipier 2**

1. Ce mot commence par la lettre « H ».
2. On en trouve dans les aliments (ex. : vitamines et calcium).
3. Se termine par la lettre « T ».
4. Commence par la lettre « C ».
5. Se trouve dans les oranges et les citrons.
6. Synonyme de « sélectionner ».
7. Ce mot n'a que trois lettres.
8. C'est bon pour la santé. On en trouve dans les fruits et les légumes.
9. Commence par la lettre « S ».
10. La dernière lettre est « N ».
11. Présent dans les aliments transformés.

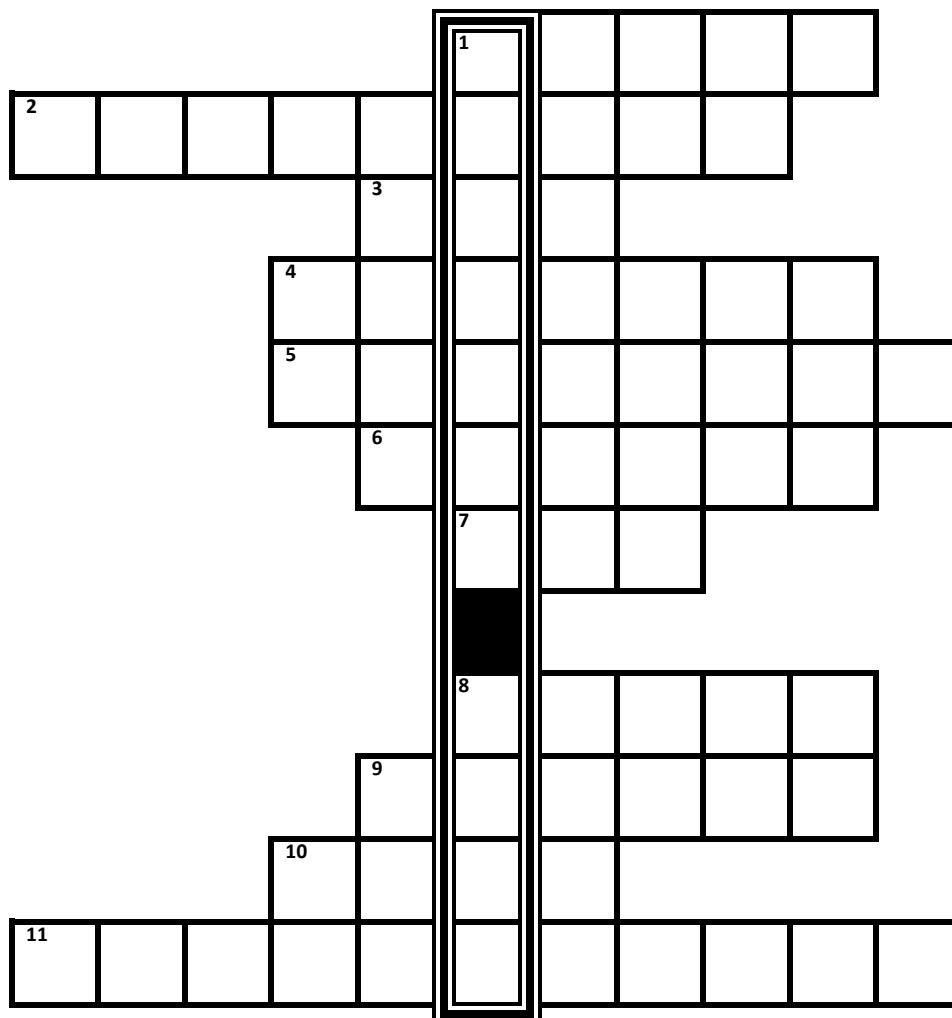
La réponse mystère est :



Les étiquettes nutritionnelles – Activité 10, feuille d'exercices 1C – NCLC 2 et 3

Mots entrecroisés en équipe de trois

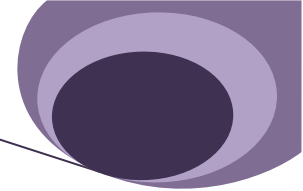
Équipier 3



- | | |
|--|--|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Se termine par « Y ». 2. Se termine par « TS ». 3. Commence par la lettre « F ». 4. Présent dans les produits laitiers. 5. Commence par la lettre « V ». 6. Les lettres « OO » se trouvent au milieu du mot. | <ol style="list-style-type: none"> 7. Commence par la lettre « Y ». 8. Se termine par « RE ». 9. En trop grande quantité, il peut causer l'hypertension. 10. Commence par la lettre « I ». 11. Une liste qui se trouve sur les emballages d'aliments. |
|--|--|

La réponse mystère est :

Évaluations et autoréflexion de l'apprenant



Les étiquettes nutritionnelles – Évaluation 1 – NCLC 2

Compréhension de l'écrit

Compétence : Arriver au but et comprendre l'information

Nom : _____ Date : _____

- Choisir deux étiquettes d'aliments que vous mangez souvent à la maison.
- Découper les étiquettes et les coller ci-dessous (avec de la colle ou du papier collant).
- Répondre aux questions qui suivent.

A	B
<ol style="list-style-type: none">1. Quelle est la taille d'une portion?2. Combien y a-t-il de calories par portion?3. Quel est le % VQ de gras?4. Quel est le % VQ de sodium?5. Quel est le % VQ de vitamine C? Achèterez-vous encore ce produit?	<ol style="list-style-type: none">1. Quelle est la taille d'une portion?2. Combien y a-t-il de calories par portion?3. Quel est le % VQ de cholestérol?4. Quel est le % VQ de fibres?5. Quel est le % VQ de calcium? Achèterez-vous encore ce produit?

Un point par bonne réponse

Total : _____/10

8/10 = Réussite : Oui Non

Les étiquettes nutritionnelles – Évaluation 2 – NCLC 3

Compréhension de l'écrit

Compétence : Arriver au but et comprendre l'information

Nom : _____ Date : _____

- Choisir deux étiquettes d'aliments que vous mangez souvent à la maison.
- Découper les étiquettes et les coller ci-dessous (avec de la colle ou du ruban adhésif).
- Répondre aux questions qui suivent.

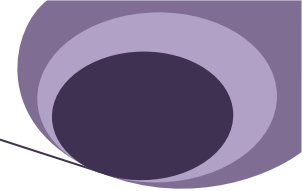
A	B
1. Quelle est la taille d'une portion? _____	1. Quelle est la taille d'une portion? _____
2. Combien y a-t-il de calories par portion? _____	2. Combien y a-t-il de calories par portion? _____
3. Quel est le % VQ de gras? _____	3. Quel est le % VQ de cholestérol? _____
4. Quel est le % VQ de sodium? _____	4. Quel est le % VQ de fibres? _____
5. Quel est le % VQ de vitamine C? _____	5. Quel est le % VQ de calcium? _____
Achèterez-vous encore ce produit? _____	Achèterez-vous encore ce produit? _____

Expliquer, en deux phrases, pourquoi vous achèterez (ou non) encore ces produits.

10 points pour les renseignements sur les deux étiquettes; 3 points par phrase. Vérifier la grammaire, la réponse à la question et la justification.

Total : ____/16

14/16 = Réussite : Oui Non



Les étiquettes nutritionnelles – Autoréflexion de l'apprenant – NCLC 2 et 3

Nom : _____ Date : _____

Qu'avez-vous appris? Encercler « Oui », « Plus ou moins » ou « Pas encore ».

- | | | | |
|--|-----|---------------|------------|
| 1. J'en ai beaucoup appris sur les étiquettes d'aliments au Canada. | Oui | Plus ou moins | Pas encore |
| 2. Je peux lire un tableau de la valeur nutritive. | Oui | Plus ou moins | Pas encore |
| 3. Je sais comment comparer deux aliments semblables avec le tableau de la valeur nutritive. | Oui | Plus ou moins | Pas encore |
| 4. Je connais certains mots dans une liste des ingrédients. | Oui | Plus ou moins | Pas encore |
| 5. Je sais comment reconnaître les aliments santé. | Oui | Plus ou moins | Pas encore |

Écrire une phrase sur ce que vous avez appris.



