

## "C'EST QUOI UNE DIÉTÉTICIENNE ???"



Ce jeudi 11 octobre 2018, nous avons eu la chance d'accueillir Tatiana Soulet une diététicienne qui anime des ateliers à l'occasion de la semaine du goût...

**UNE DIÉTÉTICIENNE ??? ce mot n'est pas facile à dire lorsque l'on est en PS !! Elle nous a expliqué son métier et nous a proposé des ateliers pour découvrir le goût à travers des expériences qui sollicitent nos 5 sens.**

Des parents et des grands-parents sont venus nous aider à vivre ces expériences... Nous avons compris que tous nos sens sont en éveil lorsque nous goûtons un aliment et au final, nous savons maintenant qu'il est bien de goûter un aliment avant de dire que nous n'aimons pas !

Nous avons aussi compris que manger c'est agréable et important pour notre santé.

## NOS 5 SENS EN ÉVEIL

**GOÛTER c'est découvrir avec NOS YEUX (LA VUE)**  
"c'est rose, c'est de la fraise OU c'est jaune, c'est du citron"  
**MAIS qu'est-ce que c'est MASQUÉ PAR LE COLORANT ALIMENTAIRE ?**  
→ du jus de poire !



**GOÛTER c'est découvrir avec.....NOS MAINS (LE TOUCHER)**  
"c'est mou, ça fait des vagues, c'est ridé, y en a pour l'apéro, chez moi !"  
→ des raisins secs !



**GOÛTER c'est découvrir avec.....NOS OREILLES (L'OUÏE)**

"c'est croquant, c'est mou..."

→des carottes crues, des carottes cuites !



**GOÛTER c'est découvrir avec.....NOTRE NEZ (L'ODORAT)**

"ça sent bon, ça sent la fraise tagada !..."

→différentes odeurs contenues dans de petites à boîtes !



**GOÛTER c'est découvrir avec.....NOTRE BOUCHE (LE GOÛT)**

**"il y a des petits bouts dedans..."**

**→du chocolat noir avec des morceaux d'orange !**



**ET TOUS NOS SENS EN ÉVEIL !**

**→dégustation de différents pains : du pain de mie et du pain frais...**



**MERCI ET BRAVO TATIANA pour cette matinée !  
MERCI ET BRAVO LES PARENTS ET GRANDS PARENTS !**

