

Le coin des enfants

L'arc-en-ciel des aliments

As-tu déjà remarqué qu'il existe des fruits et des légumes de toutes sortes de couleurs ? De toutes les couleurs de l'arc-en-ciel en fait !

Ils contiennent également différentes choses dont notre corps a besoin pour rester en bonne santé. Par exemple, les aliments verts contribuent à fortifier nos os, et les aliments rouges sont bons pour notre cœur.

En mangeant toutes sortes de fruits et de légumes de différentes couleurs, tu donnes à ton corps tout ce dont il a besoin pour rester fort et en bonne santé.

Dans l'espace ci-dessous, dessine les différentes sortes de fruits et de légumes qui existent dans ta région, en les répartissant par couleur. Combien de couleurs de fruits et de légumes peux-tu manger en une semaine ?

Le défi des versets bibliques !

Prends un moment pour remercier Dieu de nous avoir donné différentes sortes d'aliments.

Peux-tu apprendre ce verset biblique par cœur ?

Et Dieu ajouta : « Sur toute la surface de la terre, je vous donne les plantes produisant des graines et les arbres qui portent des fruits avec pépins ou noyaux. Leurs graines ou leurs fruits vous serviront de nourriture. »

Genèse 1:29

