



# Les Aventures du GOÛT

AVEC LES ENFANTS

## La Kermesse des 5 sens (1/2)

Six stands pour s'exercer et s'amuser avec ses 5 sens, pour une fête de l'école pleine de sensations!

### Matériel

#### Matériel de base

- \* 6 tables
- \* 6 fiches « Consignes » (à imprimer et plastifier)
- \* 1 fiche « Parcours »/ participant (à imprimer)
- \* 1 crayon / participant
- \* 4 flacons + coton
- \* 7 assiettes
- \* 4 sacs à vrac opaques ou gants de toilette
- \* 4 carafes ou 4 bouteilles
- \* 6 poubelles de table (bol, petit saladier)

#### Consommables

- \* aliments sucrés (fruits secs, bonbons, sucre candi, miel)
- \* aliments salés (pop corn, bretzel, chips, pipas)
- \* aliments amers (chocolat noir à 85% de cacao minimum)
- \* aliments acides (citron ou bonbons acidulés)
- \* aliments sonores (chouchou, biscuit sec, pop corn, chips, sucre pétillant, limonade, pomme, carotte)
- \* aliments à textures (farine, semoule, noisette, guimauve, biscotte...)
- \* sirop de couleur claire

(citron)

- \* 4 odeurs différentes (sirop, épice, zeste, huile essentielle...)
- \* 3 colorants alimentaires (jaune, rouge, bleu)
- \* 6 rouleaux de papier essuie-tout
- \* 1 gobelet (12cl)/ participant



### Mise en place

**Installer** six tables dans un espace assez vaste pour que les participants puissent circuler aisément entre les stands. Chaque table correspond à un stand, soit 6 stands au total.

**Disposer** sur chaque table :

- La fiche « Consigne » associée
- Un rouleau de papier essuie-tout
- Une poubelle de table (bol, petit saladier..) pour que les participants puissent y mettre ce qu'ils n'aiment pas ou ne veulent pas terminer
- Une pile de fiches « Parcours » à compléter par les participants

#### Table 1 - Le goût

Sur la table, disposer la fiche consigne « le sens du Goût » ainsi que les 4 aliments choisis : un à la saveur acide, un à la saveur sucrée, un à la saveur salée et un à la saveur amer.

##### Exemple

- Assiette 1—saveur acide : bonbons acidulés
- Assiette 2—saveur sucrée: sucre candy
- Assiette 3—saveur amer : chocolat noir à 85 % de cacao
- Assiette 4—saveur salé : pipas

*Astuce : découper les aliments en petits morceaux et les rendre disponibles en quantité suffisante afin que tous les*

*participants puissent y goûter.*

#### Table 2 - La vue

Sur la table, disposer la fiche consigne « le sens de la Vue » les 4 boissons colorées numérotées de 1 à 4 ainsi qu'une tour de gobelets.

##### Exemple :

- Bouteille 1—sirop de citron + eau (sans colorant)
- Bouteille 2—sirop de citron + eau + colorant jaune
- Bouteille 3—sirop de citron + eau + colorant rouge
- Bouteille 4—sirop de citron + eau + colorant bleu et jaune

*Astuce : commencer par 2 gouttes de colorant puis mélanger et en ajouter si nécessaire pour obtenir une couleur soutenue.*

#### Table 3 - L'odorat

Sur la table, disposer la fiche consigne « le sens de l'Odorat » et 4 petits flacons à odeur numérotés de 1 à 4.

##### Exemple :

- Flacon 1— coton imbibé de caramel liquide
- Flacon 2— coton humide imbibé de cacao
- Flacon 3— coton imbibé d'une ou deux gouttes d'huile essentielle de menthe poivrée ou verte
- Flacon 4— coton imbibé de jus de fruit frais de saison ou



VERS UNE ALIMENTATION  
#DURABLE #SAVOUREUSE #ACCESSIBLE #CONVIVIALE

**Papille**  
par Les Sens du Goût

**ars**  
Agence Régionale de Santé  
Hauts-de-France





# Les Aventures du GOÛT AVEC LES ENFANTS

## La Kermesse des 5 sens (1/2)

### Mise en place (suite)

de sirop de fruits.

*Astuces : préparer les flacons la veille ou le jour même si s'il s'agit de produits frais. Le coton (que l'on pourra remplacer par un morceau de serviette en papier), permet de cacher le contenu des flacons et d'éviter les risques d'en renverser le contenu (odeurs liquides).*

### Table 4 - Le toucher

Sur la table, disposer la fiche consigne « le sens du Toucher », les 4 sacs à vrac bien opaques numérotés de 1 à 4.

#### Exemple

- Sac 1—noisettes (dur)
- Sac 2— semoule (granuleux)
- Sac 3—guimauve (moelleux)
- Sac 3—farine (doux)

*Astuces : choisir 4 aliments de textures différentes permet une diversité de sensations au toucher. Opter pour des sacs assez grands pour éviter de dévoiler les aliments à la vue des participants.*

### Table 5 - L'ouïe

Sur la table, disposer la fiche consigne « le sens de l'Ouïe », les 3 assiettes numérotées de 1 à 3.

#### Exemple

- Assiette 1—chouchou (cacahuètes entourées de caramel)
- Assiette 2—sucre pétillant
- Assiette 3—morceaux de pomme

*Astuces : choisir 3 aliments sonores différents. Sonore : ils font du bruit dans la bouche quand on les croque/mange !*

### Table 6 - Cuisine une bouchée gourmande !

Proposer aux participants de cuisiner en autonomie une bouchée fraise, pain d'épices, copeaux de chocolat et de la déguster avec leur 5 sens !

*Astuces : Vous optez pour une autre recette ?! Composez-la de produits de saison et locaux à base d'aliments secs ou stables sur une demi-journée.*



*Note : La liste des consommables proposées n'est pas exhaustive. Il est tout à fait possible de choisir d'autres aliments de fête pour réaliser le parcours sensoriel. Faites confiance à vos envies!*

*Astuces : Pour chaque défi sensoriel réalisé, proposez aux enfants de gagner des « carottes » (images, stickers ou gommes colorées). A vous d'établir, le nombre de « carotte » décerné par défi !*



LA CONSIGNE - Imprimez & plastifiez la. Affichez-la, bien visible, sur le stand !

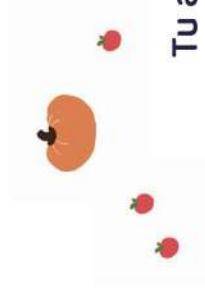


# Le sens du **GOÛT**



**GOÛTE** les **4** aliments et trouve  
leur **SAVEUR** !

Acide, amer, sucrée ou salée ?



Tu as tout goûté ?! Regarde au dos de la consigne & valide tes bonnes réponses !



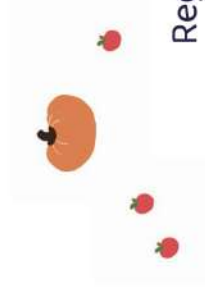
LA CONSIGNE - Imprimez & plastifiez la. Affichez-la, bien visible, sur le stand !



# Le sens de l'ODORAT



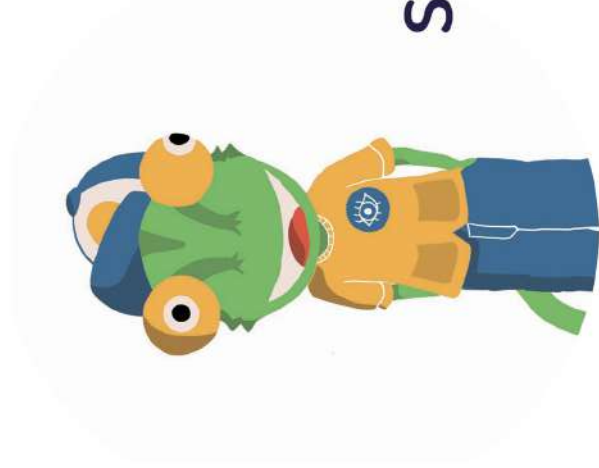
Ouvre le flacon, **INSPIRE** fort  
A quoi te fait penser cette **ODEUR** ?  
Laquelle préfères-tu ?



Regarde au dos de la consigne & retrouve les odeurs cachées dans les flacons !



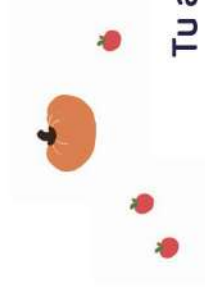
LA CONSIGNE - Imprimez & plastifiez la. Affichez-la, bien visible, sur le stand !



## Le sens de la **VUE**



**GOÛTE** les 4 boissons !  
Sais-tu retrouver **LEUR PARFUM** ?



Tu as tout goûté ?! Regarde au dos de la consigne & valide tes bonnes réponses !



LA CONSIGNE - Imprimez & plastifiez la. Affichez-la, bien visible, sur le stand !

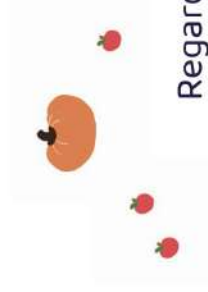


## Le sens du **TOUCHER**



**TOUCHE** les aliments  
en glissant ta main sous le torchon.  
(sans regarder !)

Que ressens-tu **SOUS TES DOIGTS** ?



Regarde au dos de la consigne & retrouve les aliments cachés sous les torchons !



LA CONSIGNE - Imprimez & plastifiez la. Affichez-la, bien visible, sur le stand !



# Le sens de L'OUÏE



**MANGE** l'aliment  
en te bouchant les oreilles !

Ferme les yeux...

**A QUOI** cela te fait **PENSER** ?

