

JEUX GRANDEUR NATURE :

AU COEUR des prés **BIO**

De 6 à
77 ans

Actus, jeux, quiz et activités
vachement cool !

+ ACTU

C'EST QUOI L'AGROFORESTERIE ?

L'incroyable pouvoir
des arbres

EXplo'

Collectionne
Des trésors
avec ton herbier
inclus

Chers parents,

à vous de remettre ce carnet à votre enfant. Il va pouvoir faire grandir ses connaissances sur la biodiversité et ce, sans aucune obligation d'achat. N'hésitez pas à le feuilleter avant et à faire peut-être vous aussi de belles découvertes.

Défi VACHE

Teste tes connaissances
en vache laitière

SOMMAIRE

Fais pousser ta culture bio pendant tes vacances !

page 4

ACTU

C'est quoi l'agroforesterie ?

->JEUX : Bio-calculs et Différences bio dans les prés

page 8

EXPLO'

collectionne des trésors de biodiversité !

page 12

ATELIER :

Ça grouille sous terre !

page 14

DÉFI VACHE

->Teste tes connaissances sur les vaches laitières
->Selfie vache
->A table les vaches

page 7

Jeu des 7 différences bio

page 10

ATELIER VERT un, deux, trois, je crée mon herbier

page 13

Quiz "Sacré" bouse de vache !

MEMO'nature

Souvenirs et rencontres natures, note ici tout ce que tu as Découvert pendant ton séjour !!

+ACTU C'EST QUOI L'AGROFORESTERIE ?

L'incroyable pouvoir des arbres dans les prairies

C'est quoi l'agroforesterie ?

C'est un ensemble de pratiques agricoles qui associent des arbres (et des haies) avec des cultures ou des animaux d'élevage sur une même parcelle en vue d'en tirer des produits ou des services utiles. Et tu vas voir que planter des arbres dans les prés a des bénéfices immenses !

L'arbre, source de vie :

Sans les arbres, la vie ne serait pas possible sur Terre. C'est pourquoi on dit que les forêts sont les poumons de la planète. Les arbres sont les plus grands producteurs d'oxygène et ils ont le pouvoir de rafraîchir l'environnement, tout en abritant et en nourrissant une multitude d'êtres vivants. Ils sont source de biodiversité et de bien-être pour tous !

Rétention d'eau et limitation de l'érosion :
les racines épongent l'eau pour une bonne infiltration dans les sols.

Assimilation & stockage du carbone CO2

Effet "brise vent", "parasol", "climatiseur" et "paratonnerre"

Refuge pour la biodiversité et les insectes pollinisateurs.

Feuilles, écorces qui tombent, le sais-tu ?

Les feuilles et les restes d'écorces qui tombent par terre sont pleins de minéraux qui enrichissent le sol. C'est un excellent engrais naturel, très bénéfique pour la diversification des productions - et pour la qualité de l'herbe à brouter.

Vachement Bien sous les arbres

Les vaches viennent se protéger du vent et du soleil. Elles aiment aussi s'y coucher en dessous pour ruminer paisiblement.

+ACTU C'EST QUOI L'AGROFORESTERIE ?

Plus belle la vie des vaches !

Tu l'auras compris, quand les beaux jours arrivent, la vie sourit aux vaches élevées dans les prairies agroforestières. Protégées des aléas climatiques et rassurées aussi par les arbres, elles passent toute leur journée dehors à s'adonner à leur passe-temps favori : **le broutage**. Du plein air et de l'herbe fraîche à volonté, et sans pesticides de synthèse. Elle est belle la vie de nos bovins préférés dans les prés bios !

Le chiffre VACHE : 8h

La vache broute 8 heures par jour environ. Elle rumine pendant 8 heures. Elle fait des siestes de 30 minutes, au moins 16 par jour, soit 8 heures de sommeil en tout.

ZZZZHh...

BIO-CALCULS

Les vaches dans les prés bio des éleveurs engagés comme ceux des partenaires de Lactel Bio passent environ **275 jours par an** dans les prés. Sachant qu'elles se baladent plus de **13km** par jour, peux-tu trouver le nombre de kilomètres qu'elles parcourent par an ?

Elles parcourent _____ km par an !

Réponse : 3575 km

BIO-DEVINETTE !

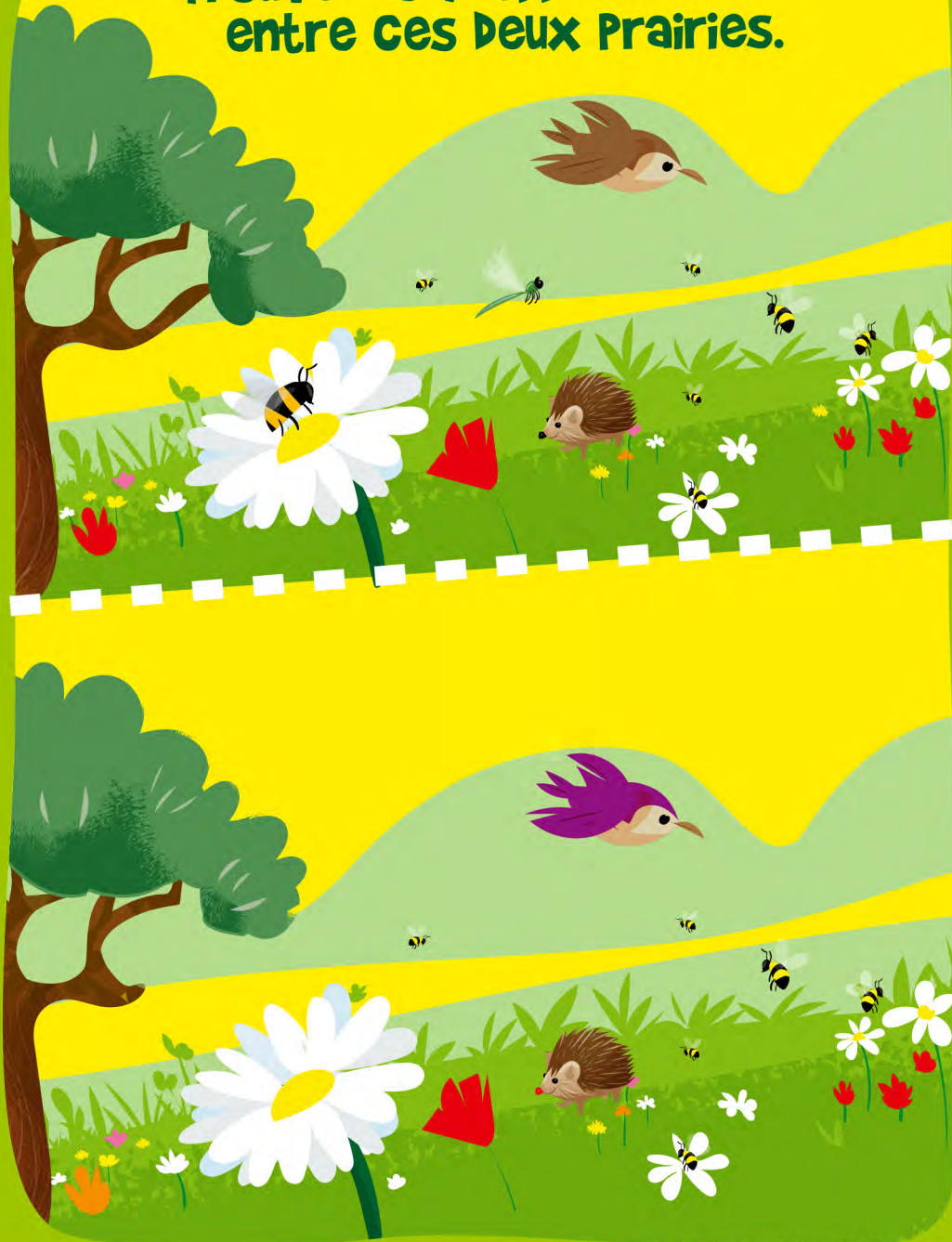
Lactel Bio s'engage sur la biodiversité des prés et le bien-être des vaches laitières en multipliant les plantations d'arbres et de haies dans les champs de ses éleveurs partenaires. En déchiffrant ce rébus, tu trouveras combien d'arbres ont été plantés entre 2019 et début 2024 par la marque de lait élve préférée des français en 2021.



Réponse :

Réponse : plus de 53 000

Trouve les 7 Différences Bio entre ces Deux Prairies.



Réponse : couleur de l'oiseau, libellule, nez du hérisson, branche de l'arbre, nombre de papeterres, nombres d'abeilles, couleurs coquelicots.

EXPLORER Collectionne des trésors DE BIODIVERSITÉ.



C'est Beau quand tout est Bio !

Dans les prés bios, la faune et la flore s'épanouissent dans une parfaite harmonie. Le spectacle de la nature est sublime. Les papillons butinent les fleurs multicolores, les oiseaux picorent les baies rouges. Les poiriers et les pommiers sont en fleurs.

C'est un plaisir des sens : celui des yeux et de l'odorat aussi. Alors quand tu t'y promènes, profite de cette beauté et respire !



Défi Famille : go go go les kids !

Es-tu prêt à défier tes parents ? Le jeu est simple : lors d'une promenade dans la nature, il faut identifier un maximum d'arbres, de plantes et de fleurs et remplir le tableau pour voir qui gagne !

Nom végétal	Parents	Kids

Petites BÊBÊTES, PAS SI BÊTES !

Il existe des petites bêtes habitantes du sol qui sont bien utiles aux jardiniers et aux agriculteurs bio. Sauras-tu relier les bonnes activités aux petits animaux engagés corps et âmes à enrichir la terre ?



1

On l'appelle aussi le lombric. Il se nourrit de végétaux en décomposition, enrichit la terre avec des crottes et l'aère en la creusant.



2

Cette petite ogresse adore se gaver de pucerons.



3

À son menu des pucerons et des psylles qui attaquent les arbres fruitiers, des plantes pourries, des fruits mûrs....



4

Il aime la nuit et l'humidité. C'est un super-nettoyeur : il mange les restes d'animaux et les plantes en décomposition.

Atelier vert

**UN, DEUX, TROIS,
JE CRÉE MON HERBIER !**



Chêne
pédonculé

1

Ramasse des feuilles d'arbres ou des fleurs lors d'une promenade en forêt par temps sec - attention à bien respecter la nature en ne prenant que peu de plantes à la fois et en n'arrachant pas les racines.

2

Enlève la terre et fais-les sécher une par une dans du papier journal ou en sandwich entre deux feuilles de carton.

3

Une fois séchées (compte deux semaines), tu pourras les coller ici avec un petit bout de scotch. N'oublie pas d'écrire le nom des espèces à côté.

Atelier : ça grouille sous terre !

En plus de participer à la décomposition des matières et à l'enrichissement de la terre, les vers créent des galeries et des tunnels. On les surnomme les « ingénieurs du sol ». Ils aèrent ainsi la terre et apportent l'oxygène ainsi que l'eau dont les autres animaux et plantes ont besoin pour vivre. Et si tu en faisais l'expérience ?

Pour cette expérience, il te faut :

- un pot de confiture ou un contenant transparent et vide,
- du sable,
- de la terre humide,
- des feuilles mortes ou des épluchures de fruits et légumes,
- un morceau de tissu fin ou moustiquaire,
- un élastique,
- une boîte en carton ou du papier journal,
- quelques vers de terre.

Bon à savoir :

Une fois l'expérience terminée, ce sera un mélange parfait pour faire quelques semis !



Quiz "sacrée" Bouse de vache !

Le sais-tu ?

Une vache laisse des traces derrière elle : chaque jour, elle dépose une douzaine de bouses et une vingtaine de litres d'urine sur le sol. Oui, fais attention où tu mets tes pieds quand tu te promènes dans les prés !

Teste ici tes connaissances à ce sujet et trouve le vrai Du Bio !

- Les bouses de vache constituent un garde-manger qui attire des quantités d'insectes, de larves, et de petites limaces.
VRAI FAUX
- Les micro-organismes attirés par la bouse fertilisent les sols en dégradant la matière organique et en la distribuant ensuite.
VRAI FAUX
- Dans une poignée de terre issue d'un sol bien entretenu et sans pesticides, il y a des centaines d'espèces différentes.
VRAI FAUX
- En dégradant la matière organique, les petites bêtes enrichissent les sols surtout en azote et phosphore.
VRAI FAUX

Reponses : 1 : Vrai - 2 : Vrai - 3 : Faux : Il peut y avoir des milliers d'espèces différentes. 4 : Vrai et Faux, pas uniquement, elles apportent aussi énormément de potassium et bien d'autres éléments dont les plantes, en particulier l'herbe, ont besoin pour se développer.

INFO PIS : tétine meuhman !

Pour donner du lait, la vache doit avoir un veau. C'est le principe des mammifères, comme les humains. Et pour avoir toujours du lait, elle doit donner régulièrement naissance à un bébé. Si c'est un mâle, il deviendra fort comme son père, le taureau. Si c'est une femelle, elle deviendra une génisse adolescente, puis une vache à lait quand elle aura un veau à son tour.



Dis combien !

Quelle est la production moyenne quotidienne de litres de lait d'une vache laitière ?

Défi VACHE

Teste tes connaissances sur les vaches laitières.

Méli-Mélaît !

Déchiffre le mot caché en rayant tous les mots de la liste dans la grille :

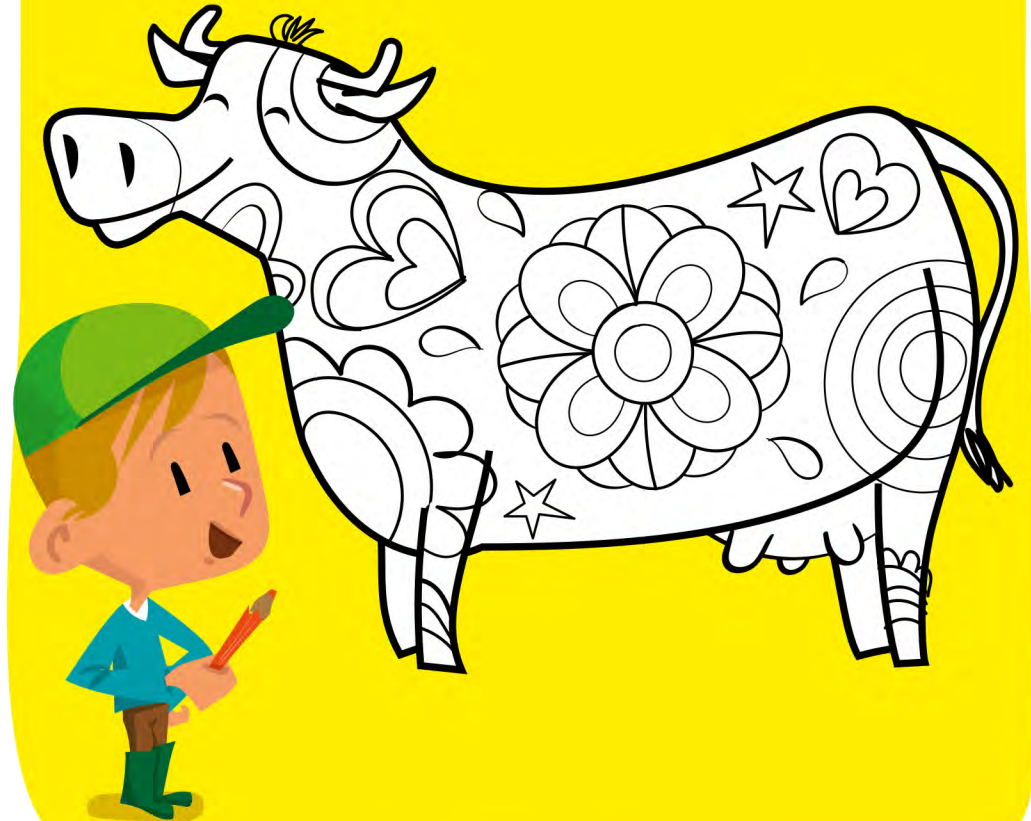
- | | |
|-----------|---------|
| BRUNE | VEAU |
| ABONDANCE | GÉNISSE |
| HERBIVORE | ROUGE |
| JERSIAISE | PIS |
| RUMINANT | TRAIRE |
| PRAIRIE | CORNE |
| FERME | PRÉ |
| BROUTER | IO* |

B	A	T	R	P	F	E	R	M	E
R	B	R	O	R	P	U	B	E	L
O	O	A	U	A	R	G	R	E	T
U	N	I	G	I	E	O	U	N	N
T	D	R	E	R	V	T	N	R	A
E	A	E	E	I	I	O	E	O	N
R	N	M	B	E	P	I	S	C	I
M	C	R	E	N	U	A	E	V	M
J	E	R	S	I	A	I	S	E	U
H	E	E	S	S	I	N	E	G	R

Réponse Méli-Mélaît : meuglement
Réponse «Dis combien» : 20 litres.

Oh la vache, c'est Beau !

Pour fêter le retour du Printemps, les éleveurs organisent les fêtes de la transhumance. Les vaches sont alors parées de fleurs multicolores, de rubans et de cloches pour rejoindre leurs prairies d'altitude. À toi de colorier pour que ce soit vachement Beau !



SELFIE VACHE



Et si tu gardais un super souvenir de tes aventures dans les prés ?

Chiche de faire un selfie marrant avec une vache ?



Colle ici ta photo

Défi VACHE

À table les vaches !

MENU 1
graminées
(fétule, dactyle)
+ fabacées
(trèfles)
+ fleurs
(pissenlits /
pâquerettes)

MENU 2
foin
+ fleurs
(pissenlits /
pâquerettes)
+ pépins de
pomme

MENU 3
Écorces d'arbres
+ fabacées
(trèfles)
+ fleurs
(pissenlits /
pâquerettes)
+ feuilles de laurier

Dans les champs bio, les vaches se régalent en été !

Avec une alimentation variée et naturelle à foison, elles peuvent brouter sans crainte et produire ainsi un lait bio de qualité.

Le chiffre meuh : 60kg d'herbe par jour.

Ces grandes gourmandes aiment varier leur repas végétal.

Sauras-tu retrouver leur menu estival rêvé dans les Prés Bio ?



VOCABU' lait

Bienfait Pour les vaches, Bienfait Pour toi !

- À toi de trouver et d'écrire les mots manquants
- grâce au nombre de lettres indiqué par les traits

Et plus il y a de la biodiversité dans nos prés, plus l'herbe est variée

La consommation de produits _____ issus de la _____

des vaches participe à une alimentation saine et équilibrée.

En effet, le lait contient des éléments _____ essentiels,

en particulier pendant la période de croissance, comme les protéines,

le calcium, les vitamines _ et _ . Mais le lait bio a des vertus

supplémentaires. Il ne contient pas de _____

de _____ et on y

retrouve beaucoup plus d'acides _____

essentiels, de la famille des oméga-6,

dont les bienfaits pour la santé sont reconnus.

C'est grâce à la _____

_____ dans les prés que les vaches

varient leur menu végétal. En broutant

des plantes fraîches différentes, elles

t'offrent un lait _____ de meilleure

qualité.



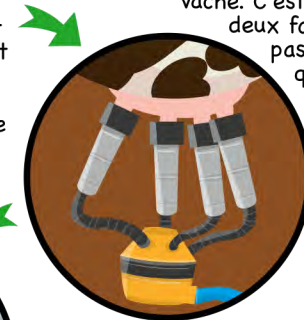
Reponses : laitiers - traite - nutritifs - B - D - pesticides - synthèses - gras - biodiversité - bio

Du pré à la table, c'est naturellement BIO !



1

Après la naissance d'un veau, la vache produit du lait. Mais les mamelles ne libèrent pas le lait sur demande. C'est le museau du veau qui en jouant avec les trayons déclenche son écoulement.

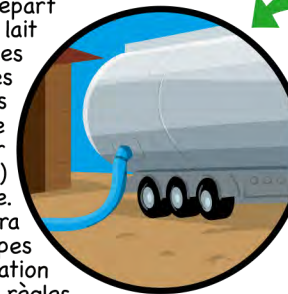


2

La traite : à l'étable, c'est l'éleveur qui manipule délicatement les trayons pour sortir le lait des mamelles et soulager la vache. C'est un rituel quotidien, deux fois par jour, qui se passe dans le calme et qui ne fait pas mal. Une fois la traite finie, le lait sorti à 37°C circule par des tuyaux jusqu'au tank, où il est refroidi et conservé à 4 degrés.

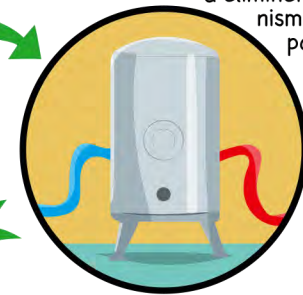
3

Le départ en laiterie : le lait est stocké dans des camions-citernes isothermes puis amené par le transporteur (collecteur de lait) vers la laiterie. Là-bas, il suivra différentes étapes de transformation avec des règles sanitaires très strictes.



4

La pasteurisation : elle permet d'éliminer les micro-organismes pathogènes pour l'Homme en chauffant le lait à moins de 100 degrés pendant quelques secondes.



5

L'écémage : l'écémage sépare en deux la crème et le lait grâce à une importante vitesse de rotation. Le lait passe ensuite dans un tank mélangeur afin d'ajouter la quantité de crème que l'on désire. Trois types de lait sont ainsi obtenus, dans l'ordre décroissant en matière grasse : le lait entier, le lait demi-écrémé, lait écrémé.



6

La stérilisation : le lait est chauffé très rapidement à l'aide d'une vapeur d'eau pour détruire tous les micro-organismes.



Mieuuuuuuuuuh !!! Dans mon Pré Bio !

