



La chronique éducative

Pourquoi ne pas jouer avec la nourriture ?

Avec peu de matériel vous pouvez faire de vos journées froides des petits jeux de stimulation du goûter avec vos enfants. Ayez en votre possession un foulard pour bander les yeux et un verre rempli d'eau sucrée, et un autre d'eau salée. (Vous devrez identifier chacun d'eux au préalable.) Faites leur goûter et deviner lequel est lequel. Vous pouvez aussi leur faire découvrir de nouveaux aliments et leur demander leur appréciation. Ce jeu se fait dès l'âge de deux ans.

Pour les plus vieux vous pouvez augmenter la difficulté, toujours en bandant les yeux, et leur faire goûter différents aliments ou condiments. Vous pourrez alors explorer les différents goûts ressentis par les papilles gustatives: le sucré, le salé, l'acide et l'amer. Pour chaque aliment goûté, l'enfant essaie de nommer la saveur perçue. C'est amusant pour les adultes et pour les enfants et comporte peu de frais !

Vive l'exploration!

