

Des amandes et des noisettes,
 Toujours j'en mange sept.
 De l'eau,
 Je n'en bois pas trop.
 Mais des tisanes et du thé,
 J'en bois habituellement.
 Du pain,
 J'en mange très souvent.
 Et les gâteaux et des sucreries,
 Seulement le samedi.
 Des lentilles,
 J'en fais pour toute la famille.
 Des légumes cuits,
 Tous les soirs et à midi.
 Des pommes au four,
 J'en mange tous les jours.
 De la pizza et des frites,
 Je n'en mange jamais,
 Mais de la bonne humeur
 J'en consomme à toute heure !

Mme Juliette a 100 ans.
 Comment fait-elle pour être
 en pleine forme ?
 Elle nous parle de ses
 habitudes.



LES ALIMENTS

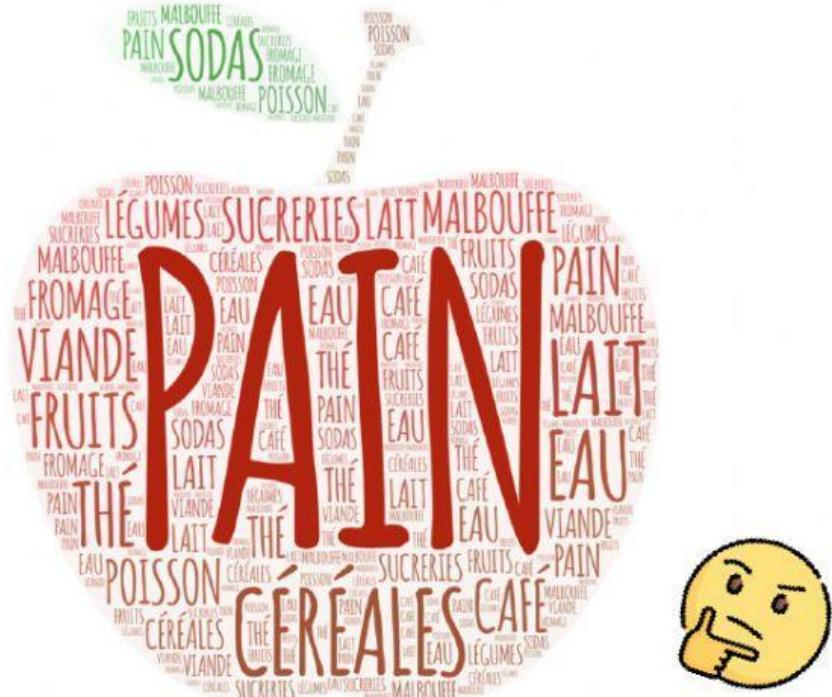
LA FRÉQUENCE











Les adverbes de fréquence

Toujours

Habituellement

Régulièremment

Souvent

Quelquefois

Parfois

Rarement

Jamais

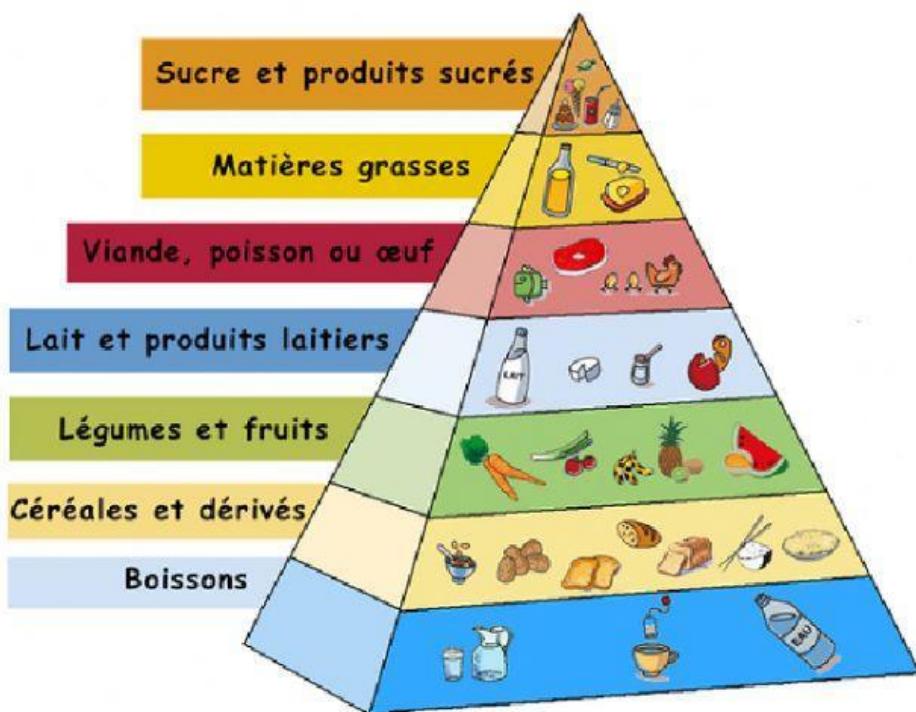
Qu'est-ce que tu manges habituellement ?

Qu'est-ce que tu manges quelquefois ?

Qu'est-ce que tu ne manges jamais ?

Comparez les réponses avec ton copain :

UNE ALIMENTATION SAINNE



Regardez la pyramide et écrivez des phrases comme l'exemple :

*Nous devons **toujours** boire de l'eau.*

1.

2.

3.

4.