

Colorie, comme tu le souhaites, cette jolie image où Léa explique son aventure à l'hôpital.



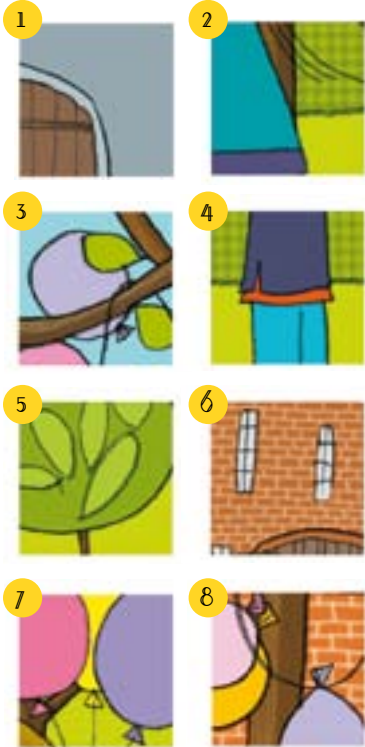
Observe bien et trouve les 10 différences qui se sont glissées dans l'image de droite.



Complète le dessin en reliant les points pour découvrir quel est cet animal gourmand qui s'intéresse au goûter de Léa.

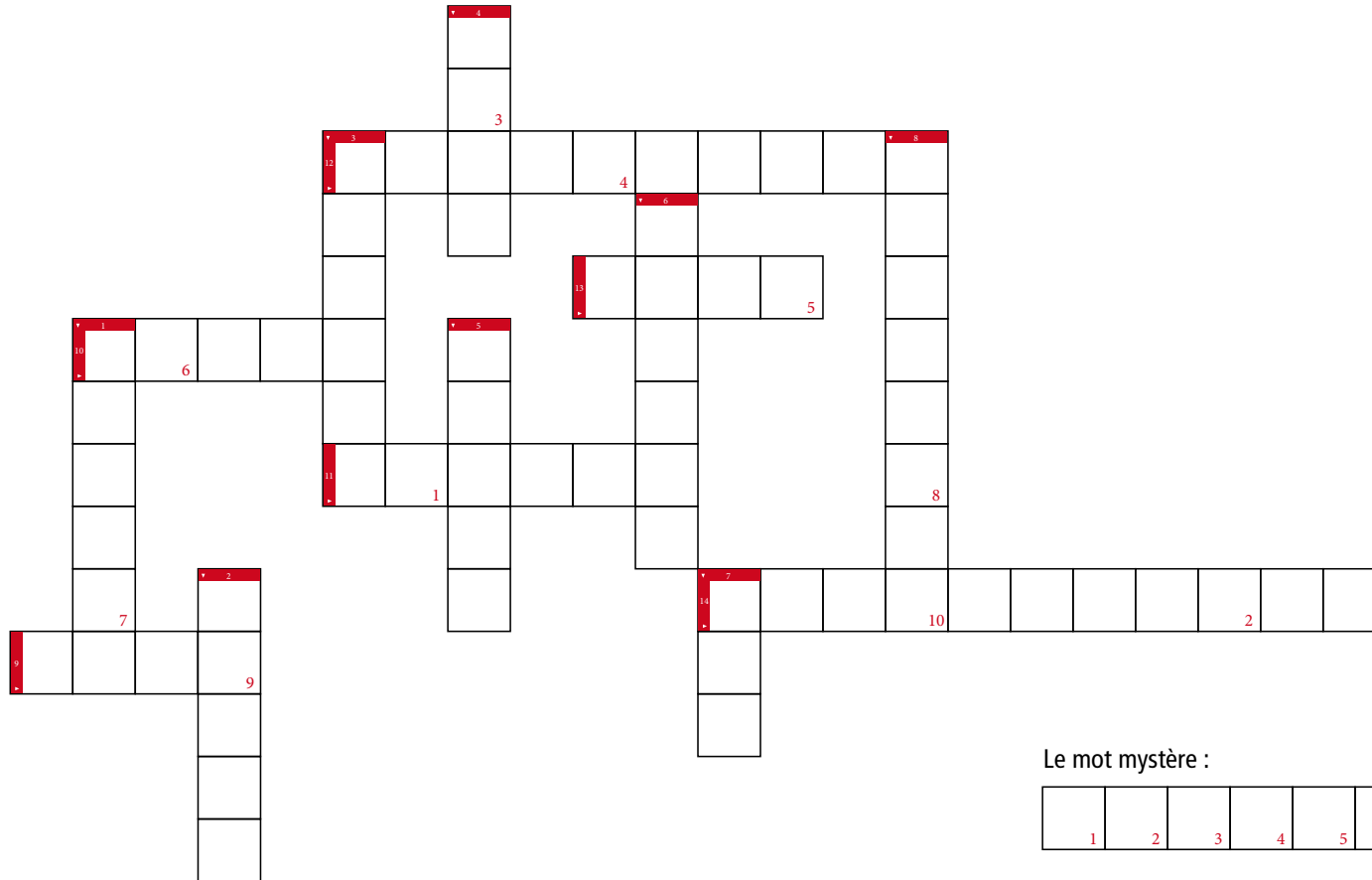


Regarde bien le dessin et retrouve où se situe chaque extrait dans l'image de la fête des voisins.



Les petits jeux pour les grands

Pratiquer une activité physique est très important pour ta santé. Léa l'a bien compris et fait du sport une fois par semaine. Pour découvrir quel sport elle a choisi, remplis la grille de mots croisés grâce aux définitions. Relève ensuite les lettres associées au bon numéro et découvre le mot mystère !



1 Art martial japonais nécessitant un bon jeu de jambes

2 Il faut du vent pour pratiquer ce sport en bateau

3 Sport d'équipe qui consiste à mettre des paniers

4 Tout de blanc habillé, la rigueur est nécessaire pour faire tomber ton adversaire

5 Sport qui nécessite de la grâce et le sens du rythme

6 Il faut être le plus rapide à pied

7 Ballon, cerceau, ruban, dans ce sport à chacun sa spécialité

8 Se pratique dans une piscine

9 A bicyclette

10 En rivière ou en mer, la pagaie est indispensable

11 L'objectif : renvoyer la balle par dessus le filet à l'aide d'une raquette

12 Jeu de volant apparenté au tennis

13 Jeu de balle au pied

14 Pratique sportive qui nécessite de la souplesse

MOTS CACHÉS

Retrouve les mots de la liste et barre-les dans la grille. Ils peuvent être écrits horizontalement, verticalement, en diagonale à l'endroit ou à l'envers. Les lettres peuvent servir deux fois. Les 10 lettres restantes te donneront le nom d'un petit gâteau dont raffole Léa au petit déjeuner.

ECOLE
INSULINE
AMIS
HYPO
GLYCÉMIE
SPORT
LIPIDE
SUCRE
SANTÉ
HYPER
IG
LÉGUME

E	T	N	A	S	M	G	E
A	H	D	M	P	R	L	N
L	Y	E	I	O	E	Y	I
I	P	E	S	R	P	C	L
P	O	L	C	T	Y	E	U
I	E	U	I	O	H	M	S
D	S	N	I	E	L	I	N
E	L	E	G	U	M	E	I

Le mot mystère :

M	A	D	E	L	E	I	N	E
---	---	---	---	---	---	---	---	---

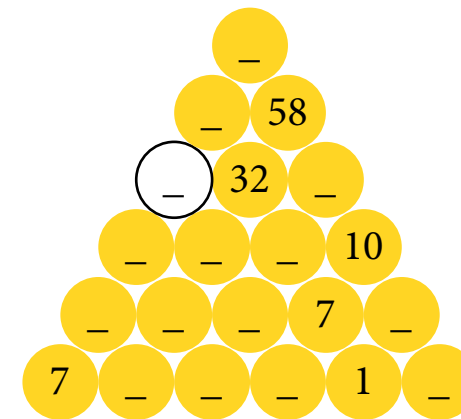
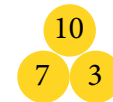
PYRAMIDE

Pour le goûter, la maman de Léa lui a préparé un milk shake à la framboise. Seulement, Léa a besoin de connaître l'index glycémique pour savoir combien d'unité d'insuline elle doit s'injecter. Pour l'aider, remplis la pyramide, la réponse est sur la pierre blanche.

RÈGLE DU JEU POUR REMPLIR LA PYRAMIDE : Le nombre inscrit sur une pierre correspond à la somme des 2 qui la supportent.

Exemple :

$$10 = 7 + 3$$



MOT BIZARROÏDE

LE GLUCAGON, QU'EST-CE QUE C'EST ?

- Un plat typique de l'Afrique du sud
- Un crustacé vivant dans l'océan pacifique
- Une hormone qui augmente le taux de glucose dans le sang

MOTS À TIROIR

Prends les lettres de ces mots et cherche d'autres mots auxquels ils te font penser.

Ex : **S**oleil
Univers
Chocolat
Romarin
Été

G	
L	
Y	
C	
É	
M	
I	
E	

D	
I	
A	
B	
È	
T	
E	

I	
N	
S	
U	
L	
I	
N	
E	

G	
L	
U	
C	
A	
G	
O	
N	

MOTS MÊLÉS

Remets les lettres de chaque ligne dans le bon ordre afin de lire des mots.

1.	U	O	T	I	A	N	O	E	M
2.	J	T	N	E	I	N	I	C	O
3.	N	R	P	O	E	T	S	I	E
4.	C	A	I	V	T	S	I	E	T

1. Petit à petit, tu vas apprendre à gérer ton diabète tout seul et faire preuve d'.....
2. Tu as besoin d'en faire tous les jours pour réguler ta glycémie.
3. Les sont des apports indispensables à ton alimentation, tu en trouves dans les viandes maigres et le poisson.
4. Même avec ton diabète tu dois te dépenser et pratiquer des physiques régulières.

LA ROUE

Quelle est la chose que tu dois toujours avoir sur toi ? Trouves la réponse en tournant la roue en fonction des indications données.

Exemple départ à C, + 4 crans = I

Départ = C

+ 3 crans = O

- 2 crans =

- 4 crans =

+ 5 crans =

- 4 crans =

+ 6 crans =

- 1 cran =

+ 2 crans =

