

6 à 12 ans

ENSEMBLE BÂTISSONS DES PONTS ENTRE LES MONDES

Mon cahier d'activités sur le Monde





Un mois, un pays !

C'est avec l'envie de vous offrir un moment parents/enfant loin des écrans que nous avons imaginé ce cahier d'activités.

**En ce mois de mars,
embarquons en Pologne !**





On s'amuse en cuisine !

LES RECETTES DU MONDE



Zapiekanke



20 MIN



FACILE

Pour cette recette de Zapiekanke, vous pouvez compter 10 min de préparation et 10min de cuisson.

INGRÉDIENTS :

- 1 baguette de pain
- 100 g de fromage rapé
- 250 de champignons
- sel / poivre
- beurre
- ketchup

Les étapes :

- 1 : Préchauffez le four à 180°C.
- 2 : Lavez les champignons, puis coupez-les en morceaux.
- 3 : Faites fondre une noisette de beurre dans une poêle sur feu moyen.
- 4 : Faites-y revenir les morceaux de champignons jusqu'à ce qu'ils soient frits et qu'ils aient rendu toute leur eau. Retirez du feu et réservez.
- 5 : Coupez la baguette en deux dans la largeur. Étalez un peu de beurre sur chaque morceaux de baguette.
- 6 : Répartissez les morceaux de champignons poêlés puis le fromage râpé sur le dessus.
- 7 : Placez les tranches de baguette sur une plaque de four recouverte de papier sulfurisé.
- 8 : Enfourez dans le four préchauffé et laissez cuire pendant 5 minutes environ.
- 9 : À la sortie du four, arrosez les tranches de baguette de Ketchup. Poivrez selon vos goûts.

Dégustez aussitôt !



On découvre la Pologne !

EN GÉNÉRAL

La Pologne est un pays d'Europe qui fait partie de l'Union Européenne. Sa capitale est Varsovie. L'argent utilisé est le Zloty qui signifie « dorée/or ».

Le drapeau, est blanc (en haut) et rouge (en bas). Le symbole de ce pays est l'aigle blanc qui porte une couronne. Dans la ville de Varsovie, par exemple, un autre symbole est utilisé : la sirène. On la retrouve un peu partout dans la ville : sur des fontaines, des devantures de magasins...

La fête nationale du pays est célébrée le 11 Novembre.

L'hymne nationale s'appelle :

« Mazurek Dabrowskiego » et la devise est la suivante « Bog, Honor i Ojczyzna » qui signifie « Dieu, honneur et patrie ».

La Pologne est entourée de plusieurs pays : l'Allemagne, la République Tchèque, la Slovaquie, l'Ukraine, la Biélorussie et la Russie.

Elle a un accès direct à la mer Baltique, d'ailleurs à cet endroit on trouve d'immenses plages de sable.

Concernant le climat, la Pologne connaît des hivers très froids et longs.

Les températures peuvent atteindre -15°.

L'été est par contre très chaud avec des orages parfois très violents.

C'est un pays avec beaucoup de réserves naturelles et de nombreux parcs nationaux ainsi que des forêts primaires.

Ce pays a la chance d'avoir une faune très riche avec notamment des loups, des lynx, des ours et même des bisons !

Maintenant c'est à toi de jouer !

1. Trouve le bon sens du drapeau de la Pologne et entoure-le.



2. Entoure les différents symboles polonais.



3. Comment est le climat en Pologne ? Entoure la bonne réponse.



Été comme hiver,
il ne fait ni trop froid ni trop chaud.



Les hivers sont très froid,
et les étés sont très chaud.



Le jeu de la carte !

À TOI DE TROUVER LA BONNE VILLE AU BON POINT



VARSOVIE

GDANSK

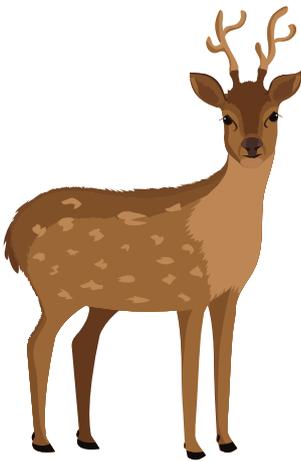
WROCLAV

CRACOVIE



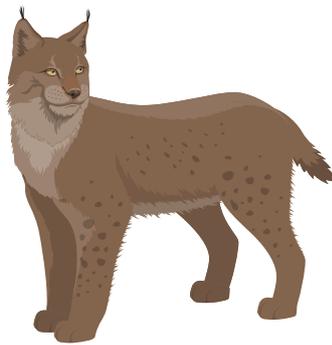
Nos amis les animaux !

LES ANIMAUX EN POLONAIS



LE CERF

Jeleń



LE LYNX

Ryś



LE LOUP

Wilk



LE BISON

Bizon



LE LIÈVRE

Zając



L'OURS

Niedźwiedź



On compte en Polonais !

LES NOMBRES



NOTIONS

1	jeden	4	cztery	7	siedem		
2	dwa	5	pięć	8	osiem	10	dziesięć
3	trzy	6	sześć	9	dziewięć		



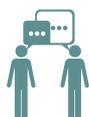
À TOI DE JOUER - Relie les points

sześć ●	● 8	1 ●	● dziewięć
cztery ●	● 2	5 ●	● jeden
dwa ●	● 7	9 ●	● trzy
osiem ●	● 4	10 ●	● dziesięć
siedem ●	● 6	3 ●	● pięć



On parle en Polonais !

QUELQUES BASES



EXPRESSIONS DE BASE ET MOTS COURANTS

FRANÇAIS

Bonjour / Bonsoir

Comment allez-vous ?

Très bien, merci, et vous ?

Je m'appelle...

Au revoir

Merci (beaucoup)

Oui/Non

POLONAIS

Dzień dobry / Dobry wieczór

Jak się masz ?

Bardzo dobrze, dziękuję,
a Ty ?

Nazywam się

Do widzenia

Dziękuję

Tak/Nie

PHONÉTIQUE

[djène do-bré] /
[do-bré vié-tchour]

[yak chè mach]

[Bar-dzo do-bjé
djè-cou-yè a té]

[Na-zé-vame chè]

[do vi-dzè-nia]

[djièn-cou-yè]

[taque] / [niè]



On voyage avec une histoire !

UNE HISTOIRE POLONAISE

Il était une fois, au temps du légendaire roi Krak, l'histoire d'un dragon qui terrorisait toute la population.

Le dragon vivait dans une grotte située sous la colline de Wawel. Son appétit était tellement grand qu'il pouvait dévorer, bétail, volailles et jeunes femmes d'une seule bouchée !

Pour se débarrasser de la créature maléfique et rétablir le calme, le roi prit la décision d'offrir la main de sa fille au brave qui réussira à terrasser la bête !

Maints chevaliers essayèrent de triompher du dragon, mais aucun d'entre eux ne réussirent. Jusqu'au jour où un paysan arriva au royaume et promit au roi de réussir à se débarrasser du dragon, le roi désespéré accepta l'aide du paysan.

Le paysan farcit alors un mouton de soufre et de goudron et le déposa devant la grotte du dragon. Ni une, ni deux, Smok Wawelski (le dragon de Wawel) engloutit la petite bête. Il se prit alors d'une soif tenace et couru vers le fleuve pour apaiser sa gorge brûlante. En vain, le dragon mourra.

Le paysan épousa alors la princesse et le royaume devint la Cracovie. La nouvelle se répandit dans toute la ville et la foule convergea vers le château.

La fête commença et n'en finit plus !



Bravo, tu as terminé ton cahier d'activités !

Rendez-vous le mois prochain pour de nouvelles
activités sur le Monde.

**En attendant nous te proposons de participer
à notre tout nouveau :**

CONCOURS DE DESSIN

Pour participer c'est très simple, envoie nous ton plus
beau dessin du royaume du roi Krak et peut être que tu
auras la chance de voir ton dessin dans notre prochain
cahier d'activités !



contact@avenirenheritage.com

