

mûr-mûre
écoutez la nature

La fleur de saison



**Comment fabriquer et utiliser
"La Fleur de Saison"**

www.mur-mure.com





“La Fleur de Saison” accompagne toute la famille dans la consommation responsable de fruits et légumes de saison, produits en France, pour :

Le respect de l'environnement

Acheter un fruit importé ou hors saison contribue à émettre des gaz à effet de serre, pour sa production, son transport, sa conservation et son conditionnement.

“La fleur de saison” aide à choisir un fruit ou légume de saison, produit localement, afin de réduire ces émissions et respecter les rythmes naturels du sol et des plantes.

De nombreuses variétés de fruits et légumes sont proposées dans la fleur de saison, de manière à éveiller les enfants à la notion de biodiversité.

La santé

Les fruits et légumes récoltés à maturité possèdent de meilleures qualités nutritives et gustatives.

“La fleur de saison” permet de sensibiliser les enfants à leur consommation.

Et pour couronner ces bénéfices, les fruits et légumes de saison coûtent souvent moins cher !



Calendrier



Les Fruits

Visuels à titre d'exemple



Les Légumes

Visuels à titre d'exemple



La Notice

Comment construire "La Fleur de Saison" ?

Le pack contient :

* Une fleur de saison composée de 15 pétales blancs.

* Des stickers.

* Une notice.

* La présente notice expose :

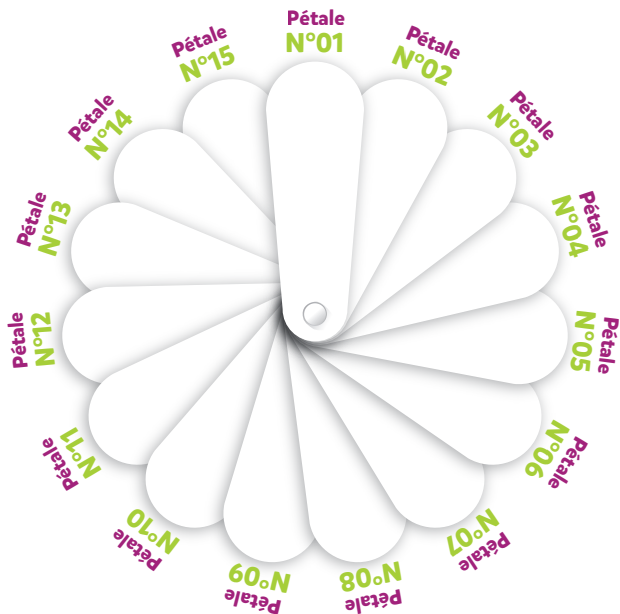
- 1/ La marche à suivre illustrée pour construire la fleur de saison.
- 2/ Un exemple de calendrier de fruits et légumes de saison.
- 3/ Pour plus de choix, le site www.mur-mure.com propose un calendrier exhaustif permettant de coller plus de 6 fruits et 6 légumes par mois.



A l'exception des variétés de pommes et de poires, les périodes de consommation tardive ne sont pas prises en compte dans le calendrier proposé car elles induisent une conservation susceptible d'émettre des gaz à effet de serre (chambre froide).

Toutes les variétés des fruits et légumes n'ont pas pu être représentées dans "La Fleur de Saison", en raison de leur grand nombre.

Les fruits et légumes produits dans les DOM-TOM (bananes, mangues, ananas, etc.) ne sont pas proposés dans "La Fleur de Saison", en raison du transport qu'ils engendrent pour leur consommation.



Pétale n°1 (fruit)

1

Se munir de «La Fleur de Saison» et du sticker n°1 (qui définira le côté «fruit» du jeu correspondant à la face violette). Le découper et le coller sur le pétale n°1.

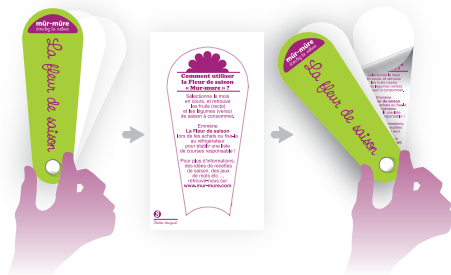




Pétale n°15

2

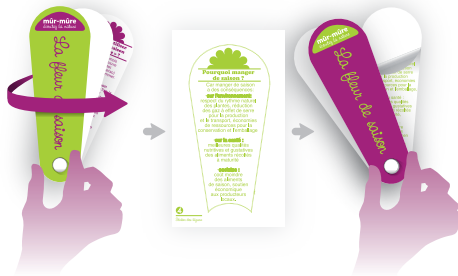
Retourner «La Fleur de Saison» et effectuer la même opération à l'aide du sticker n°2 (qui définira le côté «légume» du jeu correspondant à la face verte).



Pétale n°1 (légume)

3

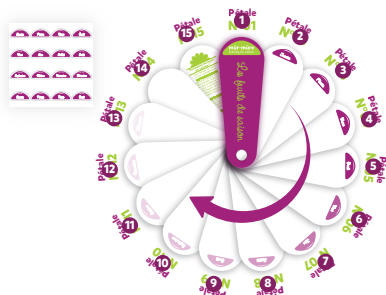
Au dos du pétale n°1, coté «légume», coller le sticker n°3.



Pétale n°15 (fruit)

4

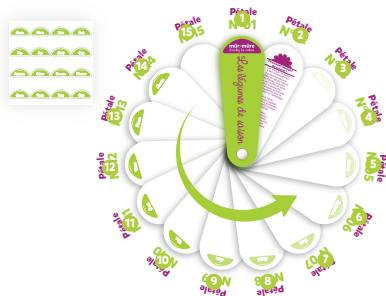
Au dos du pétale n°15, côté «fruit», coller le sticker n°4.



Côté fruit

5

Décoller le sticker du mois de Janvier, le coller sur le haut du pétale n°2 comme indiqué ci-dessus. Coller les autres mois sur les pétales suivants, côté «fruit» jusqu'à Décembre, dans le sens des aiguilles d'une montre.



Côté légumes

6

Retourner «La Fleur de Saison» côté «légume». Coller à partir de l'avant dernier pétale, chaque mois en haut des pétales comme indiqué sur l'image, dans le sens inverse des aiguilles d'une montre.

Pétale n°14

7

Il reste un seul pétale vierge, le pétale n°14. Positionner «La Fleur de Saison» côté «fruit» et coller le sticker n° 5 «les inclassables». Ce pétale permettra de rassembler les légumes produits toute l'année, sans caractère saisonnier.

