

# MISSION

## Extra-Alimentaire



UNE AVENTURE DANS LAQUELLE  
TU ES LE HÉROS !

**Conception :** Abeilles - Games on Demand  
**Cheffe de projet :** Chloé Lebeau, Margaux Gambier  
**Auteure :** Claire le Nestour  
**Illustrations :** Stéphane Escapa & Games on Demand

© Ligue contre le cancer - 2023  
[www.ligue-cancer.net](http://www.ligue-cancer.net)



livre-jeu à imprimer recto verso



**Toc ! Toc ! Toc !** Tu es en plein goûter lorsque quelqu'un frappe à la porte. **Surprise !**

Te voilà face à un drôle d'énergumène.

Débarqué d'une autre planète, il te supplie de l'aider.



« *J'ai mal au ventre, cela me fait des gargouillis et je sens que j'ai de moins en moins d'énergie.* »

Toi qui est en train de manger, tu comprends tout de suite le problème : **l'alien a faim.**

« *Chez moi, nous ne mangeons pas. Nous nous connectons à une borne et nous appuyons sur un bouton.* »

### C'est parti pour l'aventure !

#### Prêt à partir en mission ?

Dans ce jeu, tu vas devoir faire des choix et résoudre des énigmes. Les règles te seront expliquées au fur et à mesure. Rien de bien sorcier, il te suffit de suivre les consignes.



**Bravo, tu as terminé l'aventure. Ce jeu t'a plu ?**

Tu peux rejouer pour découvrir de nouveaux itinéraires et de nouvelles énigmes. Avant cela, rassemble toutes tes cartes et range-les dans le bon ordre. Tu as aimé découvrir des informations sur l'alimentation, le gaspillage alimentaire et l'impact de tes choix sur la planète et ta santé ?

**Encourager des choix alimentaires responsables et favorables à la santé**

L'alimentation fait partie des besoins vitaux de notre organisme. Elle permet à notre corps de fonctionner et contribue à notre bien-être physique et psychologique. Mais nos choix alimentaires peuvent aussi être néfastes pour notre santé et pour l'environnement. De nombreux facteurs impactent nos habitudes alimentaires : la disponibilité de la malbouffe, l'accélération de l'alimentation industrielle et transformée, le marketing alimentaire et la publicité...

**Ce jeu a été conçu pour permettre aux enfants de réfléchir, tout en s'amusant, aux pratiques alimentaires et à leurs impacts, de l'achat des aliments jusqu'à leur consommation.**

Il constitue une bonne entrée en matière pour encourager les adultes à dialoguer avec les enfants autour d'une approche globale de l'alimentation : « *Quels sont les aliments bons pour ma santé et l'environnement ?* », « *Quelles stratégies de consommation adopter au quotidien ?* » ...

**Quel spectacle !** Ton alien est tellement heureux d'avoir fait ta connaissance qu'il a fait les choses en grand au moment du décollage. Les lumières de son vaisseau sont devenues multicolores, comme les plats que ton visiteur a découverts à tes côtés. Avant de s'engouffrer dans la galaxie, ton alien avait tellement d'énergie qu'il a enchaîné les loopings pour tracer un grand « merci » dans le ciel avec ses réacteurs. De retour chez lui, il a crié haut et fort que tu étais l'humain le plus merveilleux qu'il ait jamais rencontré. Jaloux, ses voisins alien aimeraient beaucoup faire ta connaissance. Tu as reçu une invitation à voyager dans l'espace pour leur faire découvrir ta cuisine. L'alimentation terrestre ne pouvait pas rêver d'un meilleur ambassadeur !



**Quel spectacle !** Ton alien est tellement heureux d'avoir fait ta connaissance qu'il a fait les choses en grand au moment du décollage. Les lumières de son vaisseau sont devenues multicolores, comme les plats que ton visiteur a découverts à tes côtés. Avant de s'engouffrer dans la galaxie, ton alien avait tellement d'énergie qu'il a enchaîné les loopings pour tracer un grand « merci » dans le ciel avec ses réacteurs. De retour chez lui, il a crié haut et fort que tu étais l'humain le plus merveilleux qu'il ait jamais rencontré. Jaloux, ses voisins alien aimeraient beaucoup faire ta connaissance. Tu as reçu une invitation à voyager dans l'espace pour leur faire découvrir ta cuisine. L'alimentation terrestre ne pouvait pas rêver d'un meilleur ambassadeur !

► Va à la page n°50 pour découvrir la suite.



### ► Jasmine

**Jasmine** est une aventurière, une vraie ! As de la construction de cabanes dans les arbres, elle sait reconnaître le chant de tous les oiseaux des environs. Son rêve ? Faire le tour du monde à la voile.



### ► Milo

**Milo** est fan de bandes dessinées. Quand il n'est pas caché dans sa chambre à dévorer un livre, ses parents le trouvent dans la cuisine. Il aime la pâtisserie, mais il ne suit jamais les recettes. Il préfère inventer !



## Ta première mission

Prends tes plus beaux ciseaux, et découpe les jetons épluchures et les jetons malus sur la page suivante, puis le décodeur intergalactique à la page 6. Tu en auras besoin pour jouer, fais des piles et poses-les à côté de toi !

**Oh, encore un dernier message pour toi avant de te laisser partir !**

- **Si tu es un jeune aventurier et que tu penses avoir besoin d'un petit coup de pouce, tu peux utiliser le décodeur intergalactique.**
- **Si tu es un aventurier expérimenté et intrépide et que tu penses que tu peux t'en passer, l'alien te met au défi de ne pas le regarder de toute la partie !**

Si jamais certaines énigmes sont trop difficiles, tu peux toujours faire marche arrière et t'aider du décodeur pour obtenir des indices ou t'aider des solutions au dos.

## Décollage délicat

**Bien tenté, mais le réservoir n'est pas rempli ! Si tu veux garder du carburant pour le voyage, il va falloir agiter les bras pour aider le vaisseau pendant la phase de décollage !**



« **Ho hisse, ho hisse, ho hisse !** » À force d'agiter les bras comme des champions de fitness, le vaisseau finit par décoller ! Tu as juste le temps de saluer ton nouvel ami avant de le voir disparaître dans la galaxie. Depuis sa fenêtre, il t'a fait un mini geste de la tête.

Il avait bien trop mal aux bras pour bouger plus que cela. Quelle idée de lui demander de faire l'oiseau pour décoller ! Même s'il a aimé les plats terrestres, ton alien est arrivé chez lui très très fatigué. Depuis, il se traîne comme une vieille chaussette et il n'a pas la force de parler de toi et de ta super cuisine aux autres habitants de sa planète qui continuent de se nourrir en se branchant à des bornes. Parfois, la nuit, tu vois des casseroles se dessiner dans les étoiles. C'est sûr, ton ami t'envoie des signes !

- **Va à la page n°50 pour découvrir la suite.**

## Décollage impossible

En zappant le « fait maison », tu es passé à côté des épiluchures de fruits et légumes qui auraient pu te servir pour remplir le réservoir du vaisseau.

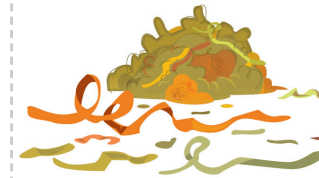


Ton alien a tout essayé ! Il a même battu des bras pour tenter de décoller. Hélas, il manquait d'énergie. Il s'est épuisé très vite et le vaisseau n'a pas bougé. C'est peut-être mieux pour lui cela dit ! En favorisant les plats industriels, tu as aussi augmenté la pollution, ce qui a assombri le ciel. Même s'il avait pu décoller, ton alien aurait eu bien du mal à retrouver son chemin dans la galaxie. Il se serait probablement échoué sur une autre planète, peuplée d'aventuriers peut-être moins dévoués que toi.

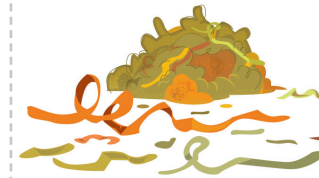
Tu as réussi à maintenir ton alien en vie, mais il n'a pas été suffisamment nourri pour démarrer son vaisseau et rentrer chez lui. Résultat : l'alien est maintenant caché sous ton lit. Il est sympa, mais il ronfle beaucoup la nuit !



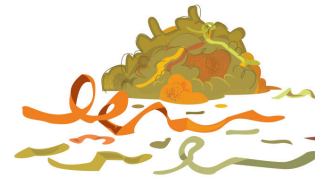
+5kg



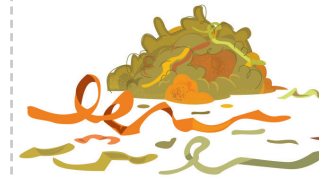
+5kg



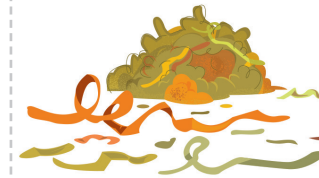
+5kg



+5kg



+5kg



+5kg



## Attention au décollage

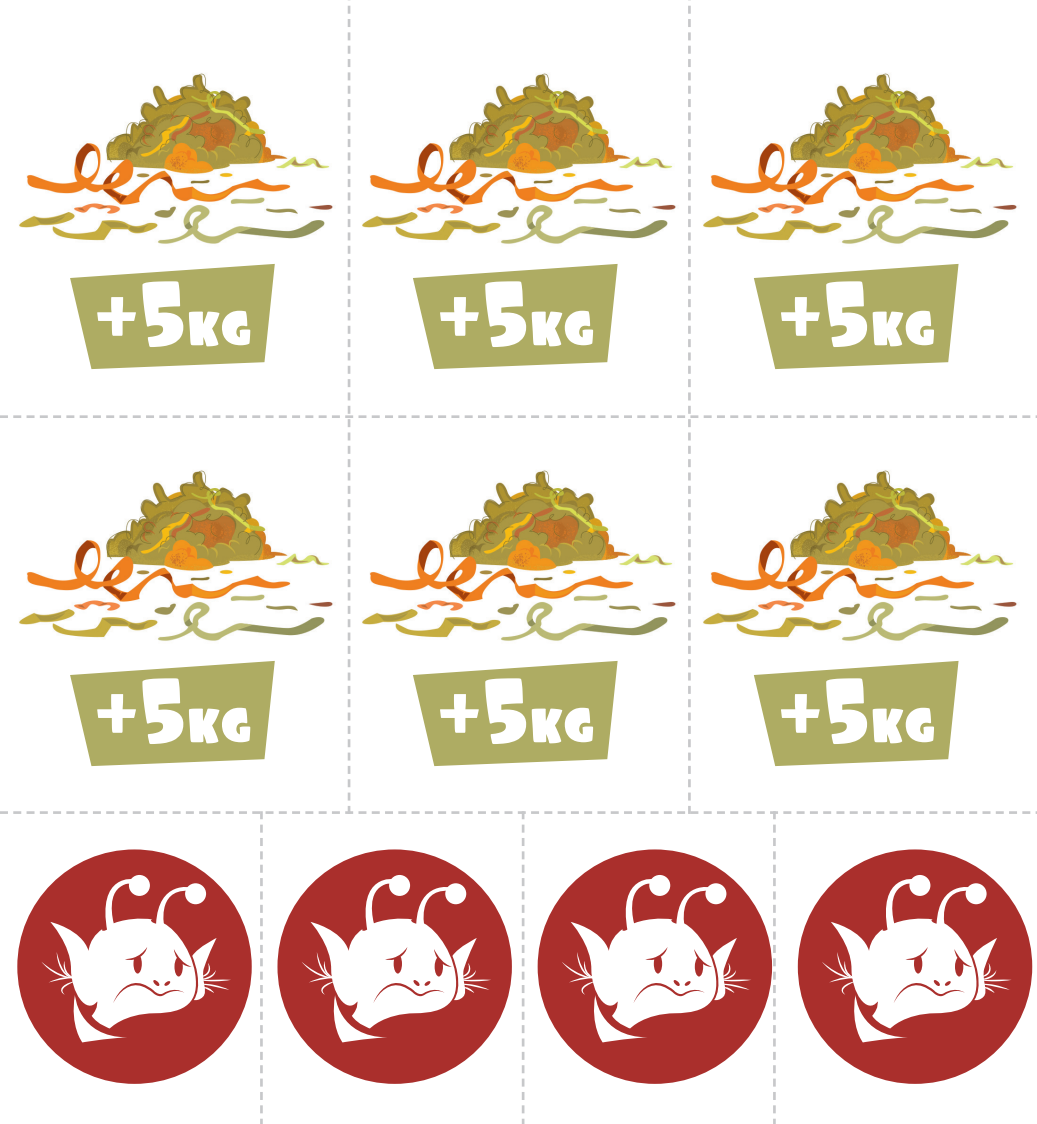
C'est une drôle d'idée, mais pourquoi pas ?

Après tout, certaines voitures roulent bien à l'éthanol, un alcool fabriqué à partir de déchets végétaux. C'est une solution plus écologique et plus économique que l'essence.

Combien de kg d'épluchures as-tu sous la main ?



- **Aucun** : va à la page n°47.
- **10 kg ou moins** : va à la page n°48.
- **Plus de 10 kg** : va à la page n°49.



Pas si vite. La station essence est à plusieurs kilomètres.  
Tu n'as plus le temps d'aller si loin.

Il faut te servir de ce que tu as sur toi !



**Pioche un malus, si c'est ton quatrième Malus, tu ne peux hélas pas en profiter. Va à la page n°44. Sinon, continue l'aventure.**

- ▶ Si tu as des épluchures, va à la page n°46.
- ▶ Si tu n'as pas d'épluchures, va à la page n°47.

### Pose ce décodeur sur la table

Chaque fois qu'il y aura des énigmes à résoudre, tu pourras y jeter un œil.

Les indices sont classés en fonction des cartes sur lesquelles les énigmes apparaissent. Et si tu es vraiment bloqué, tu peux aussi retourner le décodeur pour voir les solutions.

- ▶ **Page n°9.** Ton papy a souvent le cou de travers, car il se penche en permanence pour retrouver ses livres cachés. Incline ta tête comme lui et tu devrais trouver, en regardant bien les lettres, la bonne page.
- ▶ **Page n°11.** Le rouge ou orange mélangé avec les verts donne la couleur marron jaune mais le vert reste la couleur préférée de l'alien !
- ▶ **Page n°16.** Écoute bien les commerçants. Ils appuient tous sur un mot. Il suffit de les assembler pour connaître la page sur laquelle tu dois te rendre.
- ▶ **Pages n°33 à 38.** Les paysans t'ont dirigé vers le producteur d'asperges et de haricots. Additionne les coordonnées de sa parcelle pour retrouver le vaisseau.



## Les solutions

- ▶ **Page n°9** : il faut te rendre à la page 16, comme les premières lettres de chaque livre.
- ▶ **Page n°11** : pour un repas équilibré, il faut choisir des aliments classés nutriscore A ou B.
- ▶ **Page n°16** : le message à découvrir « Retourne la page 12 ».
- ▶ **Page n°24** : pour garder le plaisir de cuisiner, il faut privilégier les légumes frais. Va à la page n°28.
- ▶ **Page n°23** : les fraises ne poussent pas en hiver, le livre mal rangé est le n°27.
- ▶ **Page n°38** : il faut aller sur la parcelle n°40.

## Perdu !



### **Catastrophe ! Tu as cumulé quatre malus.**

Ton alien a fini par se dire qu'il n'avait pas frappé à la bonne porte quand il marchait, perdu, dans ton quartier. Tu as fait tellement de mauvais choix pour l'alimentation de ton alien qu'il s'est même dit que tu n'avais pas vraiment envie de l'aider. Mais rien n'est vraiment perdu !

**La partie est finie pour cette fois, mais tu peux rejouer et tenter de faire de meilleurs choix pour ton alien.**



**Ce réservoir est aussi sec que le désert de Gobi.**

Pas étonnant que les réacteurs du vaisseau ne fonctionnent pas. Il faut trouver quelque chose qui pourrait les alimenter. Mais quoi ?

- Pour aller faire un tour à la station d'essence, va à la page n°45.
- Pour essayer de mettre des épluchures dans le réservoir, va à la page n°46.

## Tu acceptes de relever le défi ?

Ta mission est simple : tu as un alien à nourrir !

**Mais attention** : si tu veux qu'il soit satisfait, tu as intérêt à lui proposer la nourriture la plus équilibrée possible. Ton nouvel ami est déjà tout vert. Pas question d'aggraver son cas avec une vilaine indigestion !

En parlant de vert, ton visiteur apprécierait que tu ne pollues pas trop au cours de cette mission. Quand il aura repris des forces, il aura besoin de toi pour retrouver son vaisseau et rentrer chez lui. Si le ciel est plein de particules cracra, il sait qu'il sera difficile pour lui de s'orienter dans l'espace. Il est déjà échoué sur une Terre qu'il ne connaît pas, il ne tient pas vraiment à atterrir par erreur sur une autre planète que la sienne.

Où veux-tu aller ?



Te voilà face à ton second choix. Tu as plusieurs lieux face à toi. Où souhaites-tu aller en premier ?

- Si tu veux visiter la bibliothèque de grand-père, va à la page correspondant au numéro de sa maison (n°9).
- Si tu préfères filer au fast-food, va à la page correspondant au numéro de l'enseigne (n°10).
- Si tu optes pour une virée au centre commercial, va à la page correspondant à son adresse (n°11).

Ton grand-père aime beaucoup la lecture.

Livres d'aventures, recueils de poésie, romans policiers... Sur ses étagères, tous les styles sont mélangés. « Chaque livre a sa place », répète tout le temps ton papy. Tu sais qu'il possède un grimoire avec les recettes transmises de génération en génération dans la famille. « Il sera à toi le jour où tu seras suffisamment grand pour regarder ce qui t'entoure différemment », a-t-il dit.

Ton papy n'a jamais voulu faire les choses comme tout le monde. D'ailleurs, tu t'es souvent demandé pourquoi il avait tout le temps la tête de travers.



Observe bien la bibliothèque de ton grand-père.

Il a forcément caché un indice pour aider les visiteurs à retrouver son grimoire.

Psssst, si tu as récupéré le décodeur magique et que tu es bloqué, n'oublie pas qu'il peut t'aider à avancer ! Sinon la réponse est sur ton décodeur intergalactique.

► Va directement à la page où tu penses trouver le grimoire.

Le vaisseau a fait une sacrée chute, mais il ne semble pas trop endommagé. Pressé de rejoindre sa famille, l'alien te serre dans ses bras, te remercie chaleureusement et s'installe aux commandes. Tu t'éloignes un peu pour assister au décollage sans être aspiré par les réacteurs. À bord, l'alien appuie frénétiquement sur tous les boutons. Un échec ! Le vaisseau ne bouge pas d'un millimètre. Tu ne connais rien aux véhicules interplanétaires, mais tu ne peux pas abandonner ton copain maintenant. Selon lui, la panne vient des câbles ou du réservoir.

► Va à la page n°39 pour vérifier les câbles.

► Va à la page n°43 pour vérifier le réservoir.

**Tu es allé fouiller dans la mauvaise parcelle !**

**As-tu bien écouté les paysans ? Bien scruté le plan ?**

Essaie à nouveau. Tu peux t'aider du décodeur si besoin ! Et si vraiment tu es bloqué, tu peux regarder la solution qui se trouve au dos du décodeur.



***Pioche un malus, si c'est ton quatrième Malus, va à la page n°44.***

► **Sinon garde cette carte de côté et continue l'aventure en observant bien la page 38.**

Dès qu'il a franchi la porte du restaurant, ton alien s'est mis à clignoter.

« Les mets vendus ici sont trop gras, trop sucrés et trop salés. Vous risquez de détraquer votre extra-estomac. Les matières premières utilisées en cuisine semblent avoir voyagé plusieurs fois en orbite. À cause d'elles, le bilan carbone a augmenté.

Si vous cautionnez ces pratiques, vous exposez le système intergalactique à de graves dangers. Merci de quitter les lieux au plus vite. » Ton alien est déçu, Ses antennes lumineuses se sont pliées d'un coup ! Tu lui avais pourtant dit qu'il allait se régaler.



***Pioche un malus, si c'est ton quatrième Malus, va à la page n°44.***

► **Sinon, continue l'aventure. Tu peux visiter le centre commercial ou la bibliothèque du grand-père, si les lieux sont ouverts.**



*Le fast-food est désormais fermé, tu ne pourras plus y aller.*



## Le centre commercial

Te voilà dans le plus grand centre commercial de la région. Face à toi, des dizaines et des dizaines de rayons. Surexcité, ton alien les a tous parcourus en deux temps, trois mouvements. Il t'a ramené six produits qu'il aimerait te faire acheter. Hélas, tu ne peux en prendre que deux. Si tu as le décodeur, n'hésite pas à l'utiliser pour bien choisir.

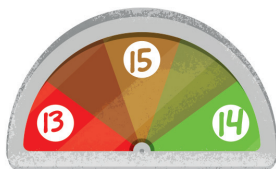
### Le premier rayon

Choisis un aliment dans ce rayon et mélange la couleur de son nutriscore avec celle d'un aliment du second rayon.



### Le second rayon

Va à la page correspondante à la couleur obtenue en mélangeant les nutriscores des deux aliments que tu as retenus (un de chaque rayon).



## C'est la bonne parcelle !

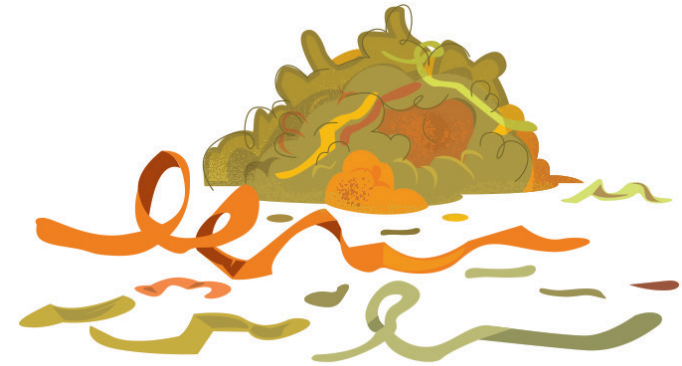


**Youpi ! Tu as trouvé la bonne parcelle. Des haricots !**

C'était donc ça les fameuses lianes décrites par ton ami alien. Et les antennes plantées dans le sol ? Des asperges ! Comme quoi, il est toujours utile de savoir comment poussent nos aliments. L'alien a le sourire jusqu'aux antennes. Son vaisseau est là, caché juste derrière les haricots.

► Pour continuer, va à la page n°42 pour continuer.

Rien à signaler. Ici, tous les câbles sont branchés correctement. Pour réparer le vaisseau, va plutôt jeter un œil du côté du réservoir. La panne vient forcément de là !



**+5kg**

Tu as bien écouté les paroles des commerçants. Ils sont super contents ! Pour te remercier, tous les professionnels présents sur le marché se réunissent pour t'offrir un gros sac d'épluchures. Pour quoi faire ? Mystère.

► Va à la page n°43 pour vérifier le réservoir.

► Pioche 5kg d'épluchures et pose-les sur la table. Elles te seront peut-être utiles au cours de la partie.

► Va à la page n°18 pour continuer l'aventure.

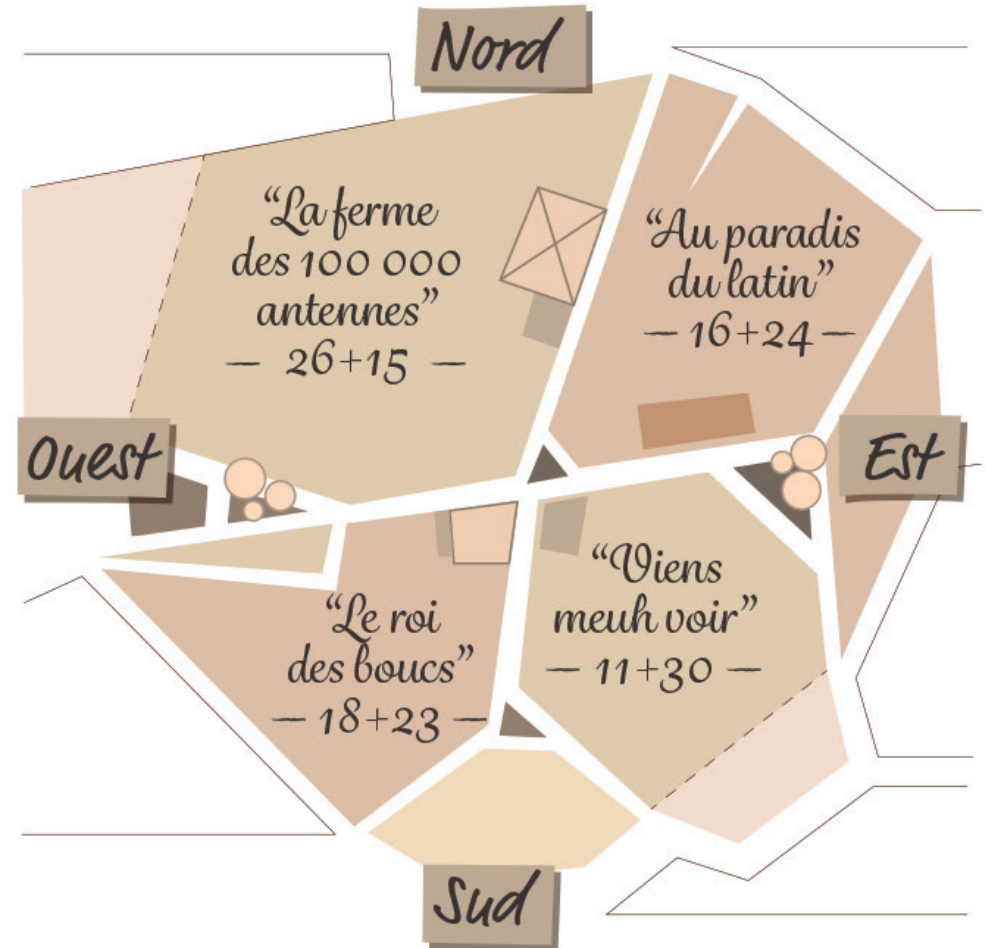
**Aïe, aïe, aïe !** Que des aliments pas top pour la santé ! Le nutriscore est pensé comme un feu de circulation (ou presque).

Quand les voyants sont au vert, cela signifie que tu peux y aller les yeux fermés. S'ils sont au rouge, tu es en présence d'un aliment trop gras, trop sucré ou trop salé. Il n'est pas totalement interdit de le consommer mais cela doit rester occasionnel.

Ton alien, lui, n'a pas l'habitude de ce genre de choses. Le voilà plié en deux, à se tortiller dans tous les sens, car il a mal au ventre. Tu dois filer chez le médecin.



**Pioche un malus, si c'est ton quatrième Malus, va à la page n°44.**



« Bzzzzzz, bzzzzzzz, c'est comme cela que l'on dit bonjour par chez moi. J'ai pris l'habitude avec le temps. Je passe mes journées avec des abeilles après tout ! Il y en a près de 50 000 dans les ruches que vous voyez derrière vous. En été, quand il est temps de récolter le miel, j'enfile ma combinaison et je prends mon enfumoir pour demander aux abeilles de quitter la ruche. Il n'y a plus qu'à récolter tout ce qu'elles ont laissé dans les alvéoles. Je fabrique des bonbons au miel et des bougies à la cire, mais ce que je préfère, c'est le miel étalé sur des tartines. Un délice ! »

« Ahlala. Je suis désolé, je n'ai rien vu ! J'ai été très occupé ces derniers temps. Mes abeilles sont fragiles. Elles souffrent beaucoup du changement climatique et de l'usage des pesticides dans certains champs. Je tiens à elles comme à la prune de mes yeux. Ce n'est pas que pour mon miel, hein ! C'est pour l'humanité. Les abeilles sont indispensables à l'équilibre de notre écosystème. Sans elles, pas de pollinisation et sans pollinisation, les plantes ne se reproduisent plus. Je peux vous aider ! Voici un plan des parcelles des environs. »

► **Tu as interrogé tous les fermiers ? Tu penses avoir la solution ? Toujours pas ?**

**Un autre fermier pourra sûrement te fournir d'autres informations. Si tu as rencontré tout le monde, et que tu as bien récupéré le plan des parcelles de l'apiculteur, va à la page qui correspond au numéro de la parcelle que tu veux explorer.**

Ton alien adore ! Le nutriscore est pensé comme un feu de circulation... ou presque.

Quand les voyants sont au vert, cela signifie que tu peux y aller les yeux fermés. S'ils sont au rouge, tu es en présence d'un aliment trop gras, trop sucré ou trop salé. Il n'est pas totalement interdit de le consommer, mais cela doit rester occasionnel.

Le patron du centre commercial est ravi d'avoir fait la connaissance de ton alien. Il n'en avait jamais croisé de si heureux. Pour te remercier d'avoir choisi son magasin, il tient à vous faire un cadeau.



► **Va à la page 17.**

Quel étrange mélange ! Du vert bon pour ta santé et de l'orange ou du rouge carrément mauvais !

Le nutriscore est pensé comme un feu de circulation... ou presque. Quand les voyants sont au vert, cela signifie que tu peux y aller les yeux fermés. S'ils sont au rouge, tu es en présence d'un aliment trop gras, trop sucré ou trop salé. Il n'est pas totalement interdit de le consommer, mais cela doit rester occasionnel.

Heureusement que tu as choisi un aliment classé vert pour équilibrer !

► **Va à la page n°19 pour continuer l'aventure.**



« Venez vite, une vache va mettre bas ! Elle va avoir un veau. Ce sont les surprises du métier d'éleveur. Je nourris les animaux, je les soigne, je prends soin d'eux... à tous les moments de leur vie. Plus ils sont heureux et meilleure est la viande ! C'est ce que j'explique toujours aux enfants. Ah, je ne vous ai pas dit ? J'accueille régulièrement des scolaires sur ma ferme pour leur faire découvrir mon travail. Moi, j'ai eu le déclic en CM1 après un séjour dans une ferme pédagogique. C'est comme ça que j'ai choisi mon métier. »

« Bienvenue les amis ! Vous avez bien fait de venir me voir. Ce n'est pas pour rien que c'est le nom de mon exploitation ! Hier, j'étais dans ma prairie, à masser mes vaches pour qu'elles soient bien détendues. C'est mon petit secret pour que la viande soit super tendre dans les assiettes des consommateurs. J'ai vu un objet volant non identifié s'écraser au sol. Où ? Difficile de le dire. Vers le nord, je crois ! »

► **Tu as interrogé tous les fermiers ? Tu penses avoir la solution ? Toujours pas ?**

**Un autre fermier pourra sûrement te fournir d'autres informations. Si tu as rencontré tout le monde, et que tu as bien récupéré le plan des parcelles de l'apiculteur, va à la page qui correspond au numéro de la parcelle que tu veux explorer.**



« Ave, jeunes visiteurs, venez voir mon exploitation si vous voulez ! Je suis maraîcher. Je sème des graines, je prends soin des plantes et je récolte les fruits, légumes et fleurs comestibles que la terre veut bien me donner. Je vis vraiment au rythme des saisons. Régulièrement, je scrute le sol pour comprendre ce que mon champ cherche à me dire. Ce qui pousse très bien chez moi ne pousse pas forcément chez le voisin. C'est la magie de l'agriculture ! »

« Nihil novi sub sole, rien de nouveau sous le soleil. C'est du latin pour dire que je n'ai rien remarqué de particulier. Je devais avoir le nez dans un livre en latin. J'adore cela, moi, le latin. Je suis producteur d'asparagaceae et phaseolus. Tu sais ce que cela veut dire ? Des asperges et des haricots. C'est beau comme mots non ? »

- ▶ **Tu as interrogé tous les fermiers ? Tu penses avoir la solution ? Toujours pas ? Un autre fermier pourra sûrement te fournir d'autres informations. Si tu as rencontré tout le monde, et que tu as bien récupéré le plan des parcelles de l'apiculteur, va à la page qui correspond au numéro de la parcelle que tu veux explorer.**

## Le grimoire

Bravo, tu as trouvé le grimoire ! En haut de chaque page, ton grand-père a griffonné l'adresse d'un marché local. S'il le fréquente pour préparer ses super plats, tu devrais y trouver plein de bonnes choses à faire goûter à ton alien.



Le marché est un endroit idéal pour acheter des produits locaux et de saison. Dans ta ville, tout est bien organisé.



« Regarde comme il est beau mon poisson ! Ici, mes clients n'ont pas besoin de se mettre les arêtes au court bouillon pour choisir. Quand ils hésitent, je leur dis : **retourne** celui qui te plaît, ils sont tous pêchés dans les eaux des environs. Les poissons d'élevage venus du grand Nord qui n'ont jamais nagé en pleine mer, je préfère éviter. »



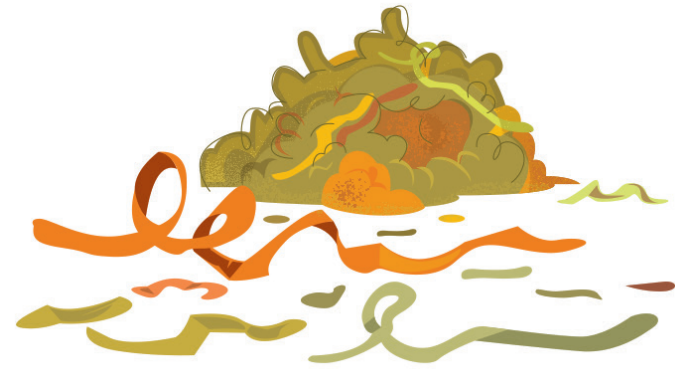
« Approche, approche, la saison des fromages de chèvre frais a débuté. Comment ça tu en manges toute l'année ? Des bûches industrielles recouvertes d'emballages plastiques, peut-être. Mais chez moi je peux te dire que mes petites chèvres ne produisent du lait que de mars à août. Le fromage c'est comme les fruits et légumes. Il y a des saisons à respecter ! »



« Regarde cette **page**. Tout ce que je vends est cultivé dans un rayon de 150 km autour d'ici. Et je vais moi-même chercher les fruits chez les paysans. Il n'y a que moi entre le producteur et le consommateur. C'est ce que l'on appelle un circuit court. »



« Dis donc, t'es tout pâle toi. Tu manges assez de légumes ? Tiens, tu devrais prendre des carottes. Elles sont bourrées de nutriments qui donnent bonne mine. Comment ça, tu n'aimes pas ça ? Il existe plus de 400 variétés de carottes en France. Moi j'en vends 12 différentes ! Tu vas certainement en trouver une qui te plaît ! »



**+5kg**

Bravo ! Tu obtiens 5 kg d'épluchures. Pour quoi faire ? Mystère.

- ▶ Pioche 5kg d'épluchures et conserve-les précieusement, elles te serviront forcément.
- ▶ Va à la page n°19 pour continuer l'aventure.

« Bienvenue chez moi ! Ici, j'élève un troupeau d'une soixantaine de chèvres. Après la traite, je file à l'atelier, sur le fond de ma parcelle. Je transforme le lait pour produire des yaourts et des fromages. Je prépare des faisselles, des bûches, des crottins et des tommes. Je n'ai pas le temps de m'ennuyer !

Heureusement, en hiver, mes chèvres ne produisent pas de lait. Cela me laisse un peu de temps pour me reposer et faire des travaux sur ma ferme. »

« Un vaisseau d'extraterrestres ? Non, je n'ai rien vu. Mais, maintenant que vous me le dites, j'ai entendu un gros bruit hier. Je suis un peu dur de la feuille à force d'entendre mes chèvres chevrotter, mais il me semble que c'était plutôt au nord-est de chez moi. »

- ▶ Tu as interrogé tous les fermiers ? Tu penses avoir la solution ? Toujours pas ?  
Un autre fermier pourra sûrement te fournir d'autres informations. Si tu as rencontré tout le monde, et que tu as bien récupéré le plan des parcelles de l'apiculteur, va à la page qui correspond au numéro de la parcelle que tu veux explorer.

Il semble enfin rassasié ! Mais ta mission n'est pas finie. Ton visiteur extraterrestre aimerait beaucoup rentrer chez lui. Il te rappelle que tu lui avais proposé ton aide pour retrouver son vaisseau égaré du côté des fermes.



Te voilà devant quatre fermes dans le village. Ton alien a quelques souvenirs de son arrivée sur terre. « J'ai marché dans une forêt de lianes très hautes et ensuite je suis arrivé dans un champ d'antennes. J'en ai tiré une du sol en pensant que mes copains s'étaient peut-être cachés dans la terre, mais il n'y avait rien au bout. » Te voilà bien aidé... Tu devrais interroger les fermiers. Si le vaisseau s'est écrasé dans le coin, ils ont peut-être été témoins de quelque chose. Si tu les interrogés tous, tu comprendras certainement où est le vaisseau.

► Va à la page correspondante au numéro de l'exploitation que tu souhaites visiter.

Ton alien a goûté plein de bons produits au marché. Il semble rassasié... pour le moment !



*La bibliothèque de grand-père est désormais fermée. Tu ne peux plus y aller. Ton grand-père a dû s'absenter en urgence. Il a fermé sa maison à clé.*

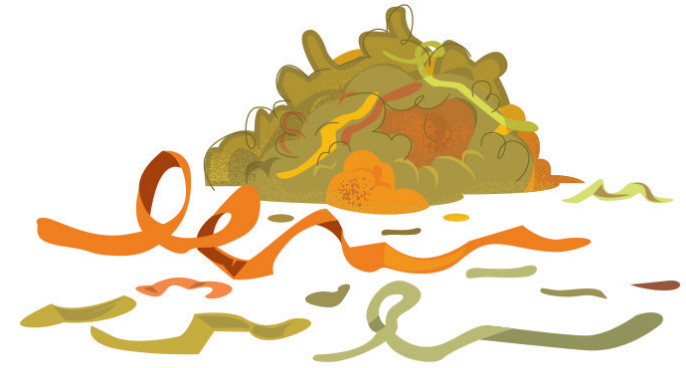
► Va à la page n°21 pour continuer l'aventure.

Ton alien semble rassasié...  
pour l'instant !



*Tu ne pourras plus aller au centre commercial, car il a fermé pour rénovation.*

► Va à la page n°21 pour continuer l'aventure.

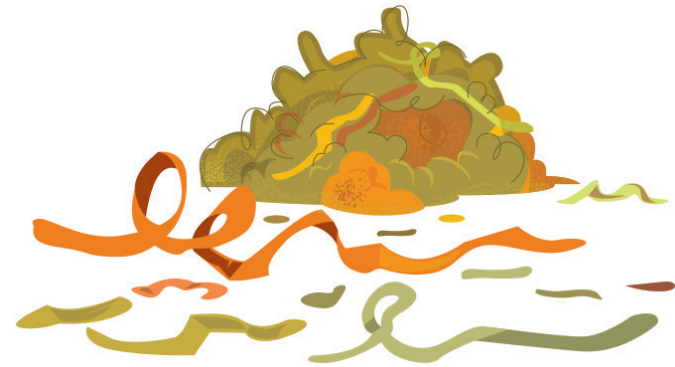


**+10 kg**

Merci ! Tu n'as pas cédé au caprice de ton alien et il a goûté des légumes de toutes les couleurs. Au début, il a un peu grimacé, mais finalement il a avoué qu'il s'était régalé. En cuisinant des légumes abîmés, tu as limité le gaspillage alimentaire sur la Terre. Chaque année, près de 10 millions de tonnes de nourriture finissent à la poubelle. Ce n'est ni écologique, ni économique. Super fiers de toi, tes voisins te livrent 10 kilos d'épluchures.

► Pioche de 2 X 5kg d'épluchures et garde les précieusement pour la suite de la partie.

► Puis, va à la page n°33 pour continuer l'aventure.



**+5kg**

Une tarte verte bien verte, comme ton alien voulait ! Ton invité est ravi ; il s'est régalé. Les légumes abîmés ? Hélas, tu vas devoir les jeter. Niveau gaspillage alimentaire, c'est sûr, tu pouvais mieux faire ! Tu gagnes tout de même 5 kg d'épluchures ! Comme on dit, un cadeau, cela ne se refuse pas !

- ▶ Pioche 5kg d'épluchures et garde les précieusement jusqu'à la fin de la partie.
- ▶ Puis, va à la page n°33 pour continuer l'aventure.

Tu as voulu opter pour la rapidité ! Manque de chance, le livreur de pizza est tombé en arrivant à toute allure dans ton quartier. Il faut attendre 30 minutes supplémentaires. L'alien ne tient plus. En plus, le plat va arriver froid avec une garniture toute renversée.



**Pioche un malus. Attention, si c'est ton quatrième Malus, va à la page n°44.**

- ▶ Sinon, continue l'aventure en allant à la page n°33.



Te voilà dans la cuisine. Quelle cuisine ?

Celle de ta maison, voyons !

Dès que tu as le dos tourné, l'alien se met à fouiller frénétiquement dans les placards. Il veut essayer de cuisiner ! Tu as une idée de recette qui pourrait convenir à un débutant venu d'une autre planète comme lui. Pour réaliser cette succulente tarte aux légumes, tu vas avoir besoin... de légumes.

Logique, n'est-ce pas ?

Où souhaites-tu aller désormais ?

- ▶ Tu peux visiter la bibliothèque pour trouver un livre de recettes si ton grand-père n'a pas fermé sa maison à clé. Si c'est l'option que tu choisis, va à la page n°23.
- ▶ Tu peux courir au fast-food s'il est toujours ouvert. Dans ce cas, va à la page n°10.
- ▶ Tu peux opter pour le centre commercial s'il n'est pas en rénovation. Pour y aller, regarde d'abord la page d'à côté (n°22).



- ▶ Si tu commandes une pizza et abandonnes la préparation de la tarte aux légumes, va à la page n°20.
- ▶ Si tu fais plaisir à ton alien en réalisant une tarte toute verte, va à la page n°31.
- ▶ Si tu tiens à utiliser tout ton panier de légumes, car certains produits sont déjà abîmés et que tu refuses de les gaspiller, va à la page n°32.

**Aïe, aïe, aïe ! Tu n'as pas trouvé le grimoire.**

Tu es tombé sur un livre consacré à la faune sauvage d'Afrique...

Cet ouvrage semble passionnant, mais il risque de ne pas t'aider beaucoup dans ta quête. Ton alien ne se nourrit ni de gnou ni de mouflon à manchettes. Cela ne fait pas partie de son régime alimentaire. Tu écopes d'un malus.



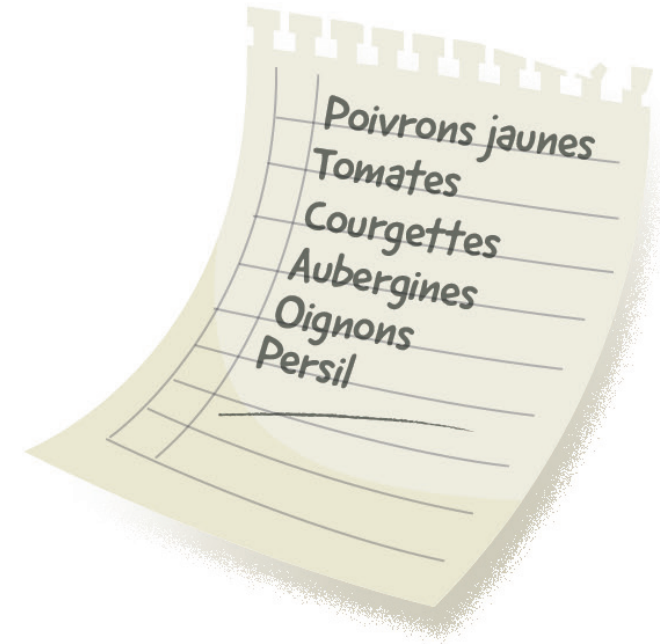
**Pioche un malus, si c'est ton quatrième Malus, va à la page n°44. Sinon, pose ce malus sur la table et essaie de ne pas en attraper d'autres au cours de la partie.**

Pour sauver ta mission, retourne jeter un œil à la bibliothèque de ton grand-père. Observe bien le titre des livres rangés sur les étagères, surtout les premières lettres en gras. Cela devrait t'indiquer la carte à retourner.

► **Retournes page 9, si tu ne parviens pas à trouver la réponse, tu peux obtenir la solution sur ton décodeur intergalactique.**

Il fait beau. Ce ne serait pas un temps à déguster une bonne tarte aux légumes ?

Pour éviter d'errer dans les rayons et d'être tentés d'acheter des aliments qui ne sont pas très bons, tu proposes à ton alien d'élaborer une liste de courses. Voilà ce dont vous aurez besoin pour ta recette.



► **Va à la page n°24 pour continuer l'aventure.**

Ton grand-père est un homme vraiment épatant. Sur ses étagères, ses encyclopédies sur les fruits et légumes sont classées en fonction des saisons. Quelle organisation !

Avant de quitter la maison précipitamment, il a juste eu le temps de laisser un message sur le répondeur de ta maison. « Je dois partir vite. Je suis désolé. Est-ce que vous pourriez récupérer mon panier de fruits et légumes de la semaine ? J'ai laissé le numéro de téléphone de la dame de l'AMAP (Association pour le maintien de l'agriculture paysanne) sur la table de la bibliothèque. Et ne faites pas attention au bazar. Je n'ai pas eu le temps de ranger correctement le livre que je lisais avant de partir. »

Tiens, tiens, tiens... te voilà face à un problème. Il n'y a aucun papier sur la table. C'est sûr, il a dû se glisser malencontreusement dans le dernier livre que ton grand-père a consulté. Lequel cela pourrait-il être ?

► Va à la page qui correspond au numéro du dernier livre que ton papy a lu et mal rangé.

- Rayon hiver : les fraises, encyclopédie n°27.

- Rayon été : les aubergines, encyclopédie n°25.



## Les légumes moches

Super ! Tu es dans la bonne allée et tu trouves tous les ingrédients de ta liste en un temps record ! Il n'y a plus qu'à cuisiner. Ils n'ont pas exactement la même tête que sur la recette mais ils seront savoureux.

Les légumes ne sont pas fabriqués en usine. Comme les humains, ils sont tous différents !



► Tu as récupéré le panier de légumes ! Va à la page n°30 pour continuer l'aventure.



Bravo, tu as trouvé le livre mal rangé ! Les fraises poussent en été, pas en hiver.

Dans les pages, tu découvres le numéro de téléphone de l'amie de ton grand-père. Tu l'appelles sans attendre.

« Quel plaisir de faire enfin ta connaissance. Ton grand-père m'a tellement parlé de toi !

Tu sais ce que c'est qu'une AMAP ? AMAP signifie Association pour le Maintien d'une Agriculture Paysanne. En tant que bénévole, je mets des consommateurs en lien avec des producteurs. Les clients s'engagent à acheter un panier chaque semaine aux paysans, peu importe les quantités produites. Si tout va bien, ils ont plein de super produits à déguster. S'il y a de mauvaises conditions climatiques, ils ont parfois moins de fruits et légumes dans leur panier. Le paysan, lui, garde son salaire. C'est une sécurité pour lui permettre de travailler la terre sans stresser. Cette semaine, nos paysans ont beaucoup récolté. Je vais t'offrir un panier de légumes fraîchement sortis de terre... »



► Tu as récupéré le panier de légumes ! Va à la page n°30 pour continuer l'aventure.

Vous voilà au centre commercial, le temple de la consommation. C'est immense, il y a des dizaines de rayons. Dès l'entrée, tu as le choix entre deux directions. Vers où souhaites-tu aller ?



► Va à la page correspondante au numéro de l'allée dans laquelle tu souhaites te rendre.

Pas trop vite ! Les aubergines poussent bien en été. Comme les fraises d'ailleurs ! Ce n'était pas cette encyclopédie que ton grand-père lisait avant de s'absenter.

« **Dring - Driiiiiing !** » Le téléphone sonne. Inquiète, la gérante de l'AMAP a fini par appeler pour te donner l'adresse où tu peux récupérer le panier. Son association établit un contrat entre des producteurs de fruits et légumes et des consommateurs. Au début de l'année, ton papy s'est engagé à récupérer un panier par semaine. Pour les paysans, c'est l'assurance d'avoir toujours des clients pour consommer leurs produits, peu importe les saisons et les quantités de fruits et légumes récoltés.



***Pioche un malus. Attention, si c'est ton quatrième Malus, va à la page n°44.***

► Sinon, continue l'aventure en allant à la page n°27.

Certes, cette tarte industrielle ressemble en tout point à celle de la recette. Mais quand tu la sors du micro-ondes, ton alien a les antennes toutes pliées. Il manque un ingrédient. Lequel ?

Le plaisir de cuisiner ! Ton alien avait très envie d'éplucher, de détailler, d'émincer et d'assaisonner son propre plat.



***Pioche un malus. Attention, si c'est ton quatrième Malus, va à la page n°44.***

► Sinon, continue l'aventure en allant à la page n°33.