**PLAN DE LEÇON**

# ASTUCES D'EMBALLAGE

Cette leçon fait partie de *Utiliser, comprendre et mobiliser: Un cadre de littératie média numérique pour les écoles canadiennes*.

**ANNÉES SCOLAIRE :** 1re a 4e année

**DURÉE :** 40 minutes

**A PROPOS DE L'AUTEUR :** HabiloMédias

*Des parties de la présente leçon ont été adaptées à partir du Media Literacy Guide avec la permission du Saskatoon Board of Education, © 1994, et du guide A Practical Guide for Parents: Advertising, Nutrition and Kids créé par le Children's Advertising Review Unit et l'International Food Information Council.*

## Aperçu

Cette leçon présente aux élèves les façons dont les emballages sont conçus pour attirer les enfants. Le cours commence par une discussion sur l'emballage et la façon dont la conception, les promotions et le placement de produit contribuent à rendre un produit attrayant pour les consommateurs. Au cours d'une série d'activités individuelles et collectives, les élèves compareront des produits alimentaires similaires en fonction de l'emballage et du goût, évalueront la valeur nutritionnelle des aliments et des boissons qu'ils apprécient, et participeront à une sortie éducative dans une épicerie locale pour voir comment l'emballage et le placement de produit influencent les choix des consommateurs.

## Résultats d'apprentissage

*Grandes idées/concepts clés :* Les élèves comprendront que…

- Les médias sont des constructions : Les élèves comprennent que les emballages alimentaires ne sont pas des contenants « neutres », mais qu'ils sont conçus par des créateurs qui choisissent avec soin les logos, les personnages et les slogans afin d'attirer l'attention du public.
- Les médias ont des implications commerciales : Les élèves comprennent que l'emballage est un outil commercial qui sert à bâtir une marque et à générer des profits en incitant les consommateurs à acheter le produit.
- Le public décode ou interprète le sens d'un message : Les élèves comprennent que, même si un emballage est conçu pour leur donner une impression favorable d'une marque, ils doivent exercer leur propre jugement et confronter les « astuces » de marketing à l'information nutritionnelle réelle.

*Connaissances essentielles :* Les élèves apprendront…

- Sensibilisation du consommateur : Les élèves apprennent que l'emballage est une forme de publicité qui utilise des techniques précises – mascottes de marque, couleurs vives, slogans et prix à gagner – pour se disputer leur attention. Ils apprennent aussi que l'emplacement des aliments dans une épicerie, par exemple le fait de

placer les produits « adaptés aux enfants » à la hauteur de leurs yeux, vise à influencer ce qu'ils ont envie d'acheter.

- Lire les médias : Les élèves apprennent comment différents éléments de conception transmettent un sens, par exemple comment certains styles de lettrage peuvent donner à un produit un air « d'autrefois » ou, au contraire, « extrême ».
- Santé face aux médias : Les élèves apprennent à repérer et à interpréter les renseignements obligatoires qui figurent sur les emballages alimentaires, comme la liste des ingrédients et le tableau de la valeur nutritive, afin de comprendre la véritable valeur d'un produit pour la santé.

*Exercices d'évaluation :* Les élèves seront capables de…

- Comprendre : Analyser des boîtes de céréales pour repérer et classer des éléments publicitaires précis, comme les logos de marque, les personnages et les liens vers des applications ou des sites Web; évaluer la véracité des emballages en comparant les notes d'« attrait pour les enfants » aux notes nutritionnelles établies à partir du pourcentage de la valeur quotidienne en sucres, en matières grasses et en vitamines.
- Mobiliser : Concevoir une boîte de céréales originale qui intègre des éléments de marketing, comme une mascotte amusante et un slogan accrocheur, pour attirer d'autres enfants. Observer une épicerie du quartier et en dresser le plan pour déterminer comment l'aménagement du magasin et la disposition des aliments influencent les achats des consommateurs.

Objectifs formulés pour les élèves : **Nous allons apprendre** que les boîtes d'aliments sont pleines d'astuces, comme des couleurs vives et des personnages amusants, pour nous donner envie de les acheter. **Nous allons réfléchir** à l'effet de ces astuces sur nous et apprendre à reconnaître si une collation est vraiment bonne pour la santé. **Nous allons lire** les étiquettes pour savoir ce qu'il y a dedans et découvrir que des boîtes différentes peuvent contenir le même aliment.

## Préparation et matériel

- Apportez différents emballages de produits alimentaires (pleins ou vides : vous pouvez récupérer les emballages vides dans les bacs de recyclage ou demander aux élèves de les apporter).

- N'oubliez pas d'inclure au moins une boîte de céréales pour enfants.
- Si vous n'avez pas de boîtes de céréales sous la main, préparez-vous à projeter ou à distribuer le document *Hipp-Os des familles*.
- Préparez-vous à projeter ou à distribuer le document *Biscuits aux pépites de chocolat*.

- Apportez des sacs en papier de différentes tailles.

## Procédure

Avant le cours, mettez divers emballages alimentaires dans des sacs en papier. Demandez aux élèves de deviner ce qui se trouve dans chaque sac et sortez ensuite lentement chaque emballage alimentaire du sac. Quels emballages ont-ils pu reconnaître alors que vous n'en dévoiliez qu'une petite partie? Lesquels ont-ils reconnus lorsque vous leur avez montré la moitié de l'emballage? Lesquels n'ont-ils pas reconnus du tout?

Expliquez aux élèves que l'emballage est l'un des types de publicité que nous voyons le plus souvent, mais que nous ne le considérons pas souvent comme de la publicité.

Demandez aux élèves ce qu'ils font pour attirer l'attention de quelqu'un. Dites-leur maintenant de penser à tous les produits qui se trouvent sur les étagères d'une épicerie et qui se font concurrence pour attirer leur attention. Quels moyens les annonceurs utilisent-ils pour attirer leur attention?

Une fois que les élèves ont discuté de certaines des méthodes employées, sortez une boîte de céréales pour enfants et montrez-là aux élèves. (Si possible, faites circuler plusieurs boîtes pour que les enfants puissent mieux voir.) Demandez-leur de nommer les éléments qui figurent sur la boîte et qui attirent leur attention.

Assurez-vous que les éléments suivants sont mentionnés :

- le nom et le logo de la marque (différents logos dévoilent différentes choses sur le produit : par exemple, le lettrage de type « conte de fées » suscite la désinvolture et la tradition, alors qu'un lettrage ébréché suscite l'excitation et l'« extrême »);
- les personnages (mascottes de marque comme Tony le Tigre, personnages de médias pour enfants, ou personnes réelles comme des athlètes);

- les slogans (p. ex. « délicieusement magiques » des Lucky Charms);
- les allégations (certaines céréales font des allégations sur le goût, la nutrition ou les deux);
- les couleurs (couleurs vives pour attirer l'attention);
- les prix, les concours et les cadeaux;
- les activités au dos de la boîte;
- les liens vers des sites Web ou des applications en rapport avec le produit.

Faites remarquer aux élèves que même la forme d'une boîte envoie un message : une boîte haute paraît plus grande qu'une boîte plus basse, même si cette dernière est plus large.

Demandez maintenant aux élèves ce qu'il y a d'autre sur la boîte.

- Il y a une liste d'ingrédients, qui comprend souvent une liste d'allergènes possible comme les œufs et le lait.
- L'emballage des aliments est souvent entouré d'images de fruits ou de pain, généralement accompagnées d'une note indiquant quelque chose comme « fait partie d'un petit-déjeuner complet ». (Demandez aux élèves, parmi ceux qui mangent des céréales au petit-déjeuner, combien d'entre eux mangent aussi des fruits ou du pain? Que révèlent les céréales si elles ont besoin de ces éléments pour être un petit-déjeuner complet?)
- L'étiquette de la valeur nutritive indique la quantité de différents éléments nutritifs (p. ex. sucre, lipides, protéines, fer, etc.) contenue dans une portion. (Faites remarquer aux élèves qu'ils mangent souvent plus d'une portion en un seul repas.)

À votre avis, quelles parties de l'emballage le fabricant veut-il vous montrer? Lesquelles est-il obligé de vous montrer? Quelle partie est plus grande? (Selon la loi, les informations nutritionnelles et la liste des ingrédients doivent avoir une certaine taille par rapport à l'emballage, être placées « bien en vue » et être suffisamment grandes pour être lisibles.)

Maintenant, demandez aux élèves si les emballages peuvent essayer de faire autre chose que de les inciter à les regarder ou à les acheter. Qu'est-ce que les emballages peuvent aussi montrer?

Distribuez ou projetez le document *Biscuits aux pépites de chocolat*. (Si vous distribuez le document, dites aux élèves de ne pas le regarder tout

de suite.) Demandez aux élèves ce que chaque élément de l'emballage révèle : les couleurs, le logo, les allégations (vous devrez peut-être expliquer aux élèves que le terme « biologique », dans ce contexte, signifie principalement qu'aucun produit chimique n'a été utilisé pour tuer les insectes ou les mauvaises herbes lors de la culture des ingrédients) et les images, comme le colibri et le biscuit. Que disent les emballages sur les biscuits qui ont le meilleur goût? Que disent-ils sur ceux qui sont les plus sains?

Demandez aux élèves de regarder le document ou projetez la page suivante. Expliquez aux élèves que le tableau nutritionnel indique à la fois la *quantité* de chaque élément nutritif contenu dans un produit, mais aussi la proportion de cet élément nutritif que vous devriez consommer dans une journée. Certains de ces nutriments sont des éléments qu'il faut essayer de limiter (comme le sucre et les matières grasses) alors que d'autres ne vous donnent pas un apport quotidien complet à 100 % (comme les fibres et le fer). Expliquez que dans les tableaux nutritionnels, un taux de 5 % ou moins signifie qu'il n'y a qu'une petite quantité d'un nutriment, tandis qu'un taux de 15 % ou plus signifie qu'une grande partie de la quantité que vous devriez consommer dans une journée y est présente.

Examinez les tableaux nutritionnels et demandez aux élèves s'ils peuvent deviner lequel correspond à quelle collation. (Le seul indice est la taille de la portion : celle de gauche est clairement pour les gros biscuits puisqu'il suffit de deux biscuits pour faire une portion de 34 grammes). Quels nutriments sont présents en plus *grande* quantité? (Matières grasses et sucre pour les deux.) Quels nutriments sont présents en plus *petite* quantité? (Vitamines, calcium et fibres pour les deux.) Quels nutriments se situent entre les deux? (Celui de gauche, soit les biscuits décadents aux pépites de chocolat, contient en fait 10 % de l'apport quotidien en fer.)

Demandez aux élèves :

Croyez-vous que les fabricants d'aliments ajoutent parfois des éléments nutritifs aux aliments emballés? (Oui : ils ajoutent souvent des vitamines et des minéraux aux aliments destinés aux enfants, comme les céréales ou les barres tendres, pour que les parents aient bonne conscience en les achetant.)

Croyez-vous que les fabricants d'aliments retirent parfois des *éléments nutritifs* des aliments emballés? (Oui : même si la plupart des gens ne consomment pas assez de fibres, les fabricants les retirent des collations pour qu'on ne se sente pas rassasié trop vite.)

Faites remarquer aux élèves que l'emballage peut être trompeur : un emballage peut donner l'impression que la nourriture est savoureuse, mais vous ne le saurez pas vraiment avant d'y avoir goûté, et ce n'est pas parce que l'emballage indique qu'un produit est sain qu'il l'est réellement.

## ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES PLUS JEUNES

Demandez aux élèves de rassembler au moins 10 emballages alimentaires. Assurez-vous qu'il s'agit d'un mélange de collations et d'autres aliments emballés (pâtes sèches, haricots en conserve, etc.). En groupes de deux ou plus, demandez-leur de choisir jusqu'à quatre de ces emballages de produits qu'ils aimeraient manger. Ensuite, demandez aux équipes de partager leurs réflexions et de discuter des emballages qu'elles ont choisis.

- Qu'est-ce qui les a poussés à choisir ces emballages?
- Certains ont-ils choisi un aliment qu'ils n'avaient jamais mangé auparavant? Dans l'affirmative, pourquoi l'ont-ils choisi?
- Les élèves ont-ils choisi des emballages plus souvent que d'autres? Et y a-t-il des emballages que personne ou presque n'a choisis?
- Qu'ont en commun les emballages que les élèves ont le plus souvent choisis? Quel est le point commun des emballages que peu d'élèves ont choisis?

## ACTIVITÉ POUR LES ÉLÈVES PLUS ÂGÉS

Demandez aux élèves de rassembler au moins 10 emballages alimentaires. Assurez-vous qu'il s'agit d'un mélange de collations et d'autres aliments emballés (pâtes sèches, haricots en conserve, etc.). En classe, élaborez un système de notation pour évaluer l'attrait de l'emballage pour les enfants, sur la base des facteurs relevés plus tôt dans la leçon (couleurs, personnages, etc.). Demandez-leur de noter chaque aliment en fonction de l'emballage.

Demandez ensuite aux élèves d'examiner les informations nutritionnelles de ces emballages et d'attribuer une note nutritionnelle à chacun d'entre eux. Ajoutez des points si les protéines, les fibres, les vitamines ou les minéraux représentent plus de 10 % de la valeur quotidienne totale. Enlevez des points si les matières grasses ou les sucres représentent plus de 10 % de la valeur quotidienne totale.

Comparez les deux notes. Les aliments considérés comme attrayants pour les enfants sont-ils susceptibles d'avoir une note nutritionnelle plus

ou moins élevée que les aliments qui sont jugés moins attrayants pour les enfants?

## CONSOLIDATION

Une semaine après la leçon, montrez aux élèves un aliment emballé qu'ils n'ont jamais vu. Demandez-leur de répondre aux questions suivantes, par écrit ou oralement :

- Pourquoi les fabricants ont-ils choisi ces couleurs, ce lettrage et ces images pour l'emballage?
- De quelle façon l'emballage pourrait-il nous tromper?

## ACTIVITÉ COMPLÉMENTAIRE : SORTIE ÉDUCATIVE SUR LE THÈME DE L'EMBALLAGE

Visitez une épicerie locale en compagnie des élèves et organisez une sortie éducative sur le thème de l'emballage et du placement de produit. Pendant qu'ils explorent les allées, demandez-leur de noter les informations suivantes :

- la façon dont sont disposés les aliments dans le magasin du point de vue de leur emplacement (p. ex. les produits laitiers sont au fond du magasin, de sorte qu'il faut traverser les allées pour atteindre ces articles fréquemment achetés). Demandez aux enfants de créer des cartes du magasin en fonction des zones d'alimentation générales et discutez du raisonnement qui sous tend l'emplacement des aliments une fois de retour en classe;
- la façon dont sont placés les aliments sur les étagères (faites un tour d'horizon du point de vue des enfants, puis examinez les produits placés sur les étagères supérieures. Quelles sont les tendances?);
- la façon dont les couleurs, l'éclairage et la présentation sont utilisés pour rendre les aliments attrayants pour les consommateurs;
- la présence de publicités ou de présentoirs en magasin pour faire la promotion de produits spécifiques (Quels sont-ils? Donnent-ils envie aux élèves d'acheter le produit? Pourquoi?).

Accordez une attention particulière aux aliments « adaptés aux enfants ». Par exemple, arrêtez-vous dans l'allée des céréales et votez pour l'emballage que les élèves considèrent comme le plus attrayant.

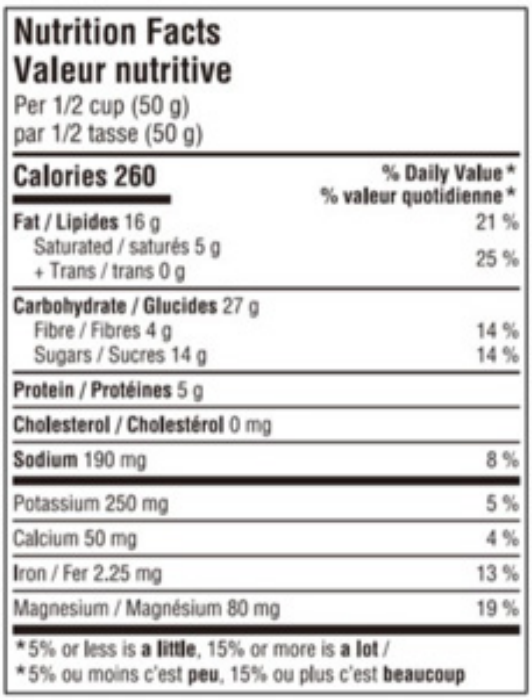
DOCUMENT D'ACCOMPAGNEMENT

# ASTUCES D'EMBALLAGE

## Que nous disent aussi les emballages?





**Nutrition Facts**
**Valeur nutritive**
Per 1/2 cup (50 g)
par 1/2 tasse (50 g)

| **Calories 260** | **% Daily Value * / % valeur quotidienne *** |
|---|---|
| **Fat / Lipides** 16 g | 21 % |
| Saturated / saturés 5 g + Trans / trans 0 g | 25 % |
| **Carbohydrate / Glucides** 27 g | |
| Fibre / Fibres 4 g | 14 % |
| Sugars / Sucres 14 g | 14 % |
| **Protein / Protéines** 5 g | |
| **Cholesterol / Cholestérol** 0 mg | |
| **Sodium** 190 mg | 8 % |
| Potassium 250 mg | 5 % |
| Calcium 50 mg | 4 % |
| Iron / Fer 2.25 mg | 13 % |
| Magnesium / Magnésium 80 mg | 19 % |

*5% or less is **a little**, 15% or more is **a lot** /
*5% ou moins c'est **peu**, 15% ou plus c'est **beaucoup**



**Nutrition Facts**
**Valeur nutritive**
Per 2 cookies (34 g) / pour 2 biscuits (34 g)

| **Amount / Teneur** | **% Daily Value / % valeur quotidienne** |
|---|---|
| **Calories / Calories** 170 | |
| **Fat / Lipides** 8 g | **12** % |
| Saturates / saturés 5 g + Trans / trans 0.1 g | **26** % |
| **Cholesterol / Cholestérol** 25 mg | |
| **Sodium / Sodium** 85 mg | **4** % |
| **Carbohydrate / Glucides** 23 g | **8** % |
| Fibre / Fibres 1 g | **4** % |
| Sugars / Sucres 13 g | |
| **Protein / Protéines** 2 g | |
| Vitamin A / Vitamine A | 4 % |
| Vitamin C / Vitamine C | 0 % |
| Calcium / Calcium | 2 % |

DOCUMENT D'ACCOMPAGNEMENT

# ASTUCES D'EMBALLAGE

## Que nous dit cette boîte de céréales?

Colorie tout ce qui, sur cette boîte, attire l'attention des enfants.




©HABILOMÉDIAS 2026 www.habilomedias.ca

DOCUMENT D'ACCOMPAGNEMENT

# ASTUCES D'EMBALLAGE

## Que dit ta boîte de céréales?

Dessine et colorie sur la boîte tout ce que tu peux imaginer pour que les enfants la remarquent et aient envie de l'acheter.



©HABILOMÉDIAS 2026 www.habilomedias.ca