

UNE JOURNÉE DANS LA VIE
de MURRAY
et d'Oiseau

LA MAGIE DE L'EAU!



© 2016 Bureau de santé de Middlesex-London

Tous droits réservés. L'usage de quelque partie que ce soit de cette publication, qu'elle soit reproduite ou transmise sous quelque forme ou quelque procédé que ce soit, électronique, mécanique, par photocopie, enregistrement ou autrement, ou qu'elle soit archivée dans un système de recherche documentaire, fait sans le consentement de l'éditeur constitue une infraction à la loi sur les droits d'auteur.

Première édition, septembre 2016.

Illustrations par Walter Sayers

Conception graphique par Si Design

Publié par le Bureau de santé de Middlesex-London

50, rue King, London (Ontario) N6A 5L7

Tél. : 519 663-5317

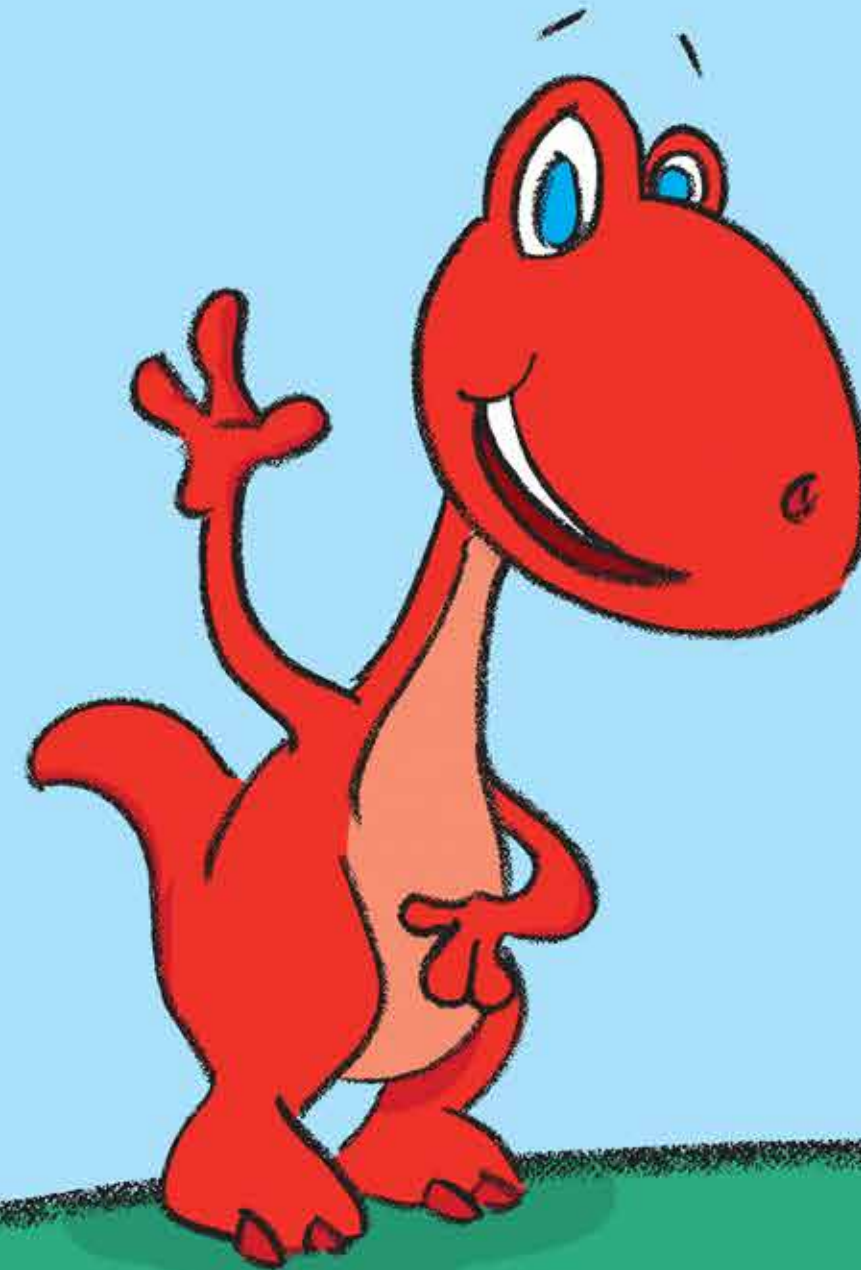
www.healthunit.com



LA MAGIE DE L'EAU!



Voici Murray le dinosaure
et son meilleur ami Oiseau.



**Peux-tu me parler de
ton ami spécial?**



Murray a hâte d'aller à l'école pour voir ses amis. Son enseignant lui a dit que ce serait une journée amusante!



À l'école, Murray en apprend sur les plantes. Il sème une graine de haricot dans la terre.

**As-tu déjà semé quelque chose?
Qu'est-ce que tu as semé?
Selon toi, de quoi les plantes ont-elles
besoin pour pousser?**



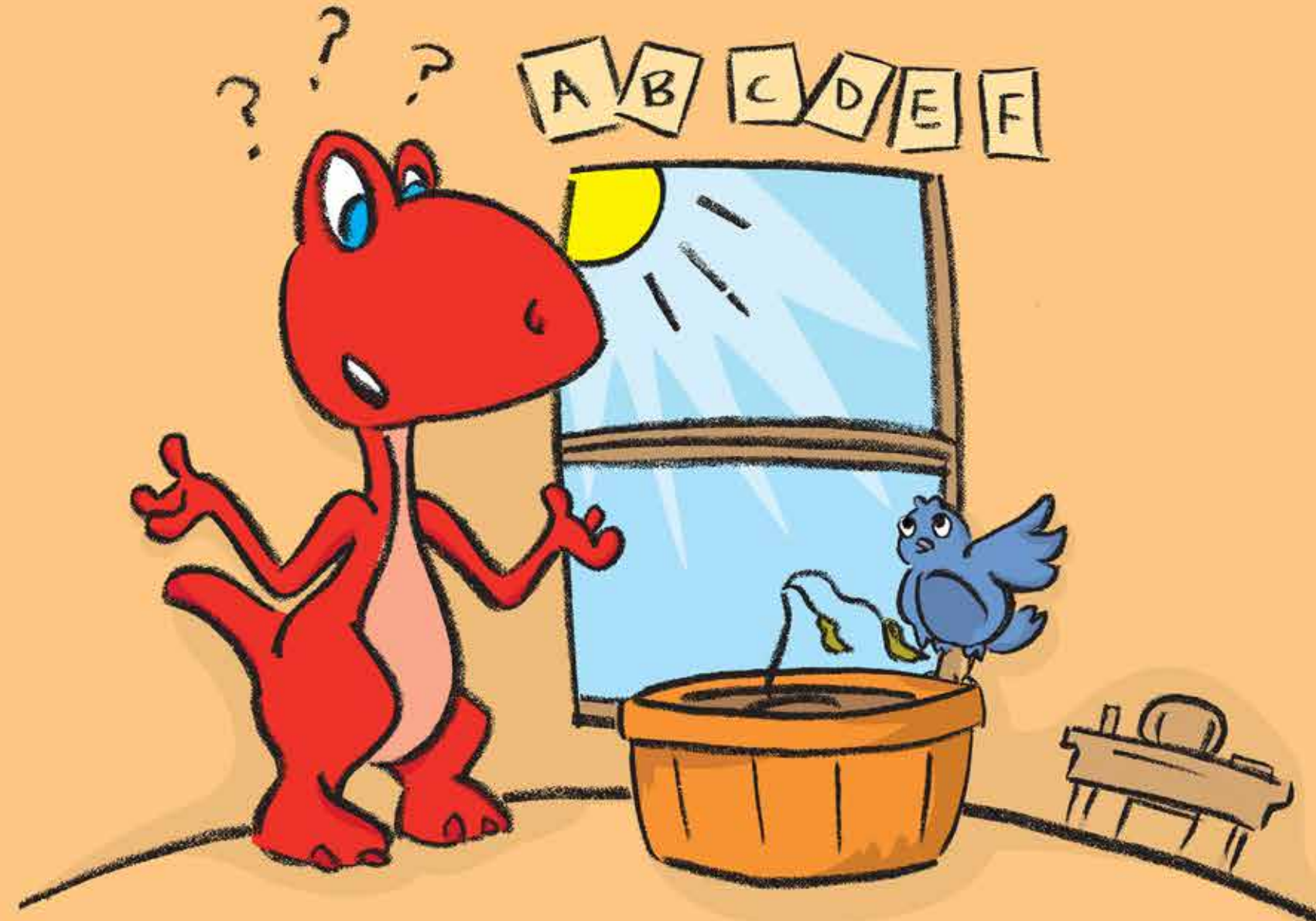
Murray prend soin de sa plante.



Murray retourne à l'école
après la fin de semaine.

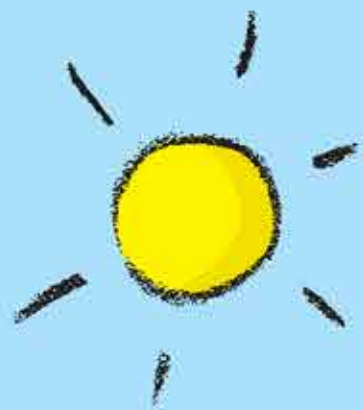
Il s'écrie : « Oh non, ma plante!
Que s'est-il passé? »

Oiseau arrive en volant et
gazouille : « Hé Murray!
Tu as oublié d'arroser ta plante! »

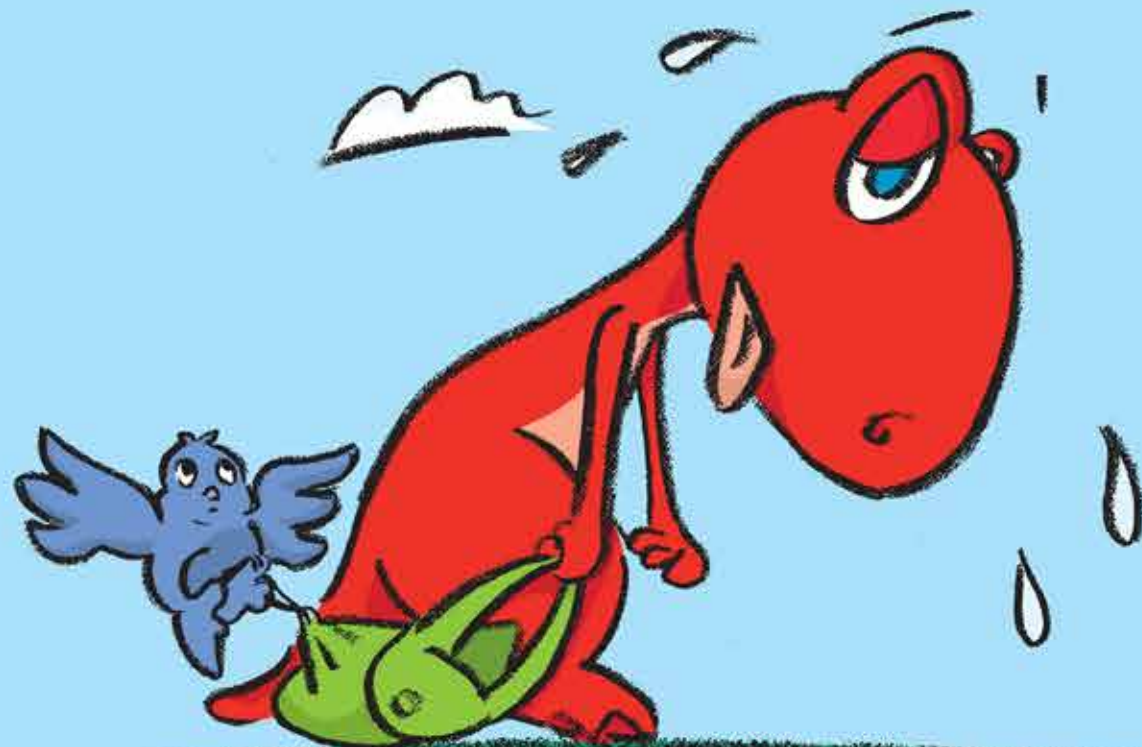


Murray prend l'arrosoir et
donne à boire à sa plante.





Après toute une journée à l'école,
Murray grogne : « J'ai tellement soif. »



Selon toi, pourquoi Murray a-t-il soif?

Murray entre chez lui à toute vitesse et il accroche son sac à dos. Il doit aller aux toilettes. Murray dit : « Pourquoi est-ce que mon pipi est si foncé? »

Selon toi, pourquoi le pipi de Murray est-il foncé?



« Je sais! J'ai besoin d'eau,
tout comme la plante de
haricot. »



« Je sais quoi faire »,
lance Murray.

Il saute dans la baignoire et
s'arrose comme il a fait avec
la plante.

**Selon toi, qu'est-ce que Murray essaie
de faire en sautant dans la baignoire?**



- « Ça ne fonctionne pas »,
s'exclame Murray.
- « Qu'est-ce qui ne fonctionne pas? »,
gazouille Oiseau.
- « Je suis encore tout mou et sans
énergie, déclare Murray. L'eau a
redonné vie à la plante; pourquoi
pas à moi? »

**Pourquoi Murray ne se sent-il pas mieux
après s'être assis dans la baignoire?**



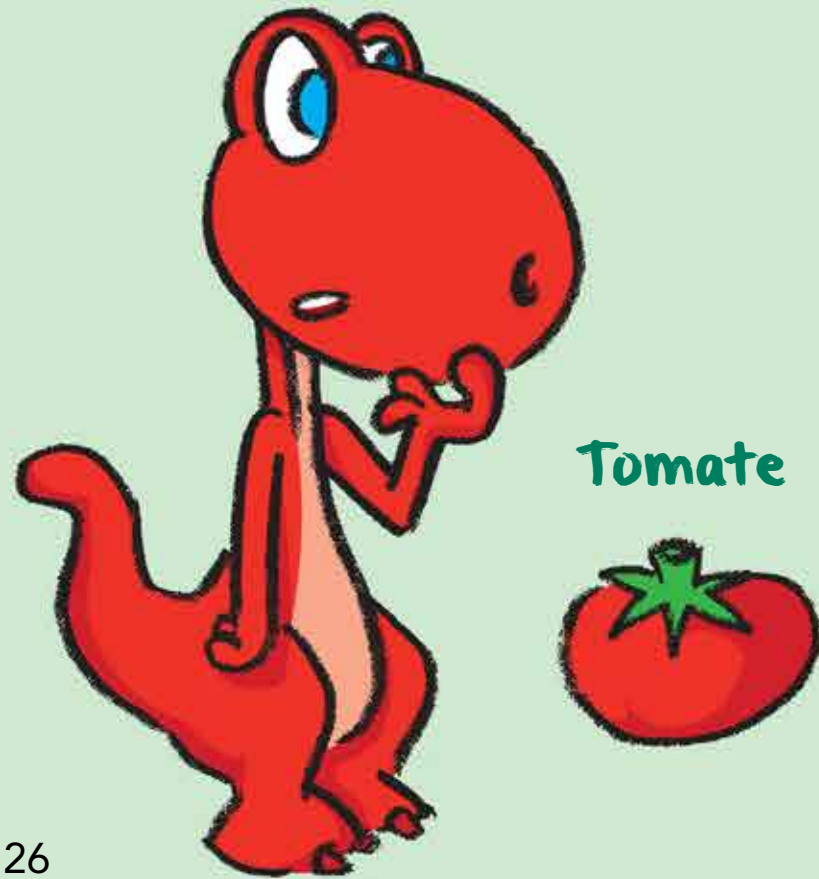
« C'est simple, Murray! Les plantes absorbent l'eau par leurs racines. Toi, tu dois manger ou boire l'eau », explique Oiseau.

« Manger mon eau? », se demande Murray.

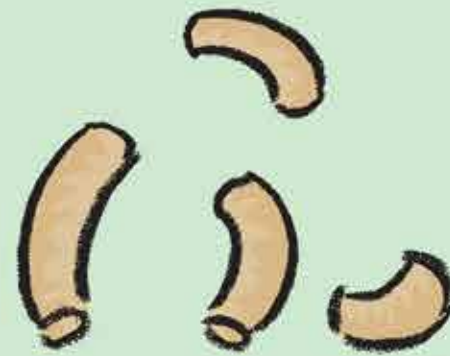
**Selon toi, que veut dire Oiseau par
« manger ton eau »?**



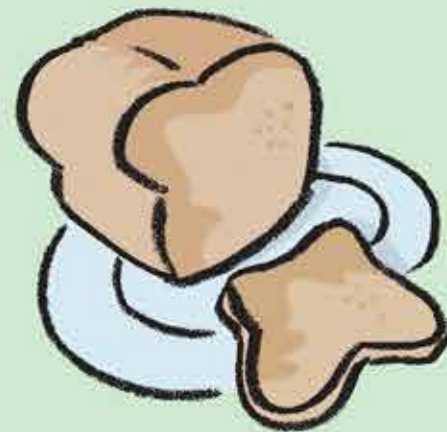
Aide Murray à choisir
les aliments qui
renferment de l'eau.



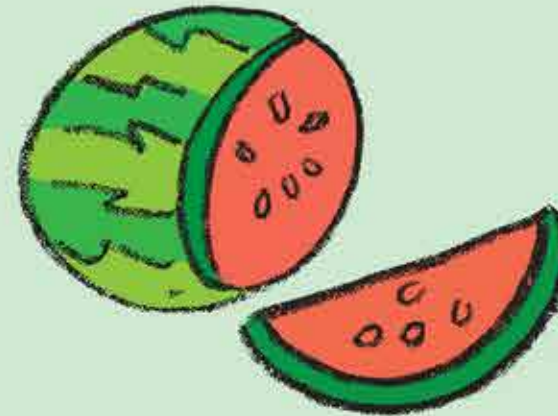
Tomate



Macaroni de
blé entier



Pain de blé entier



Melon d'eau



Orange



Laitue romaine



Muffin



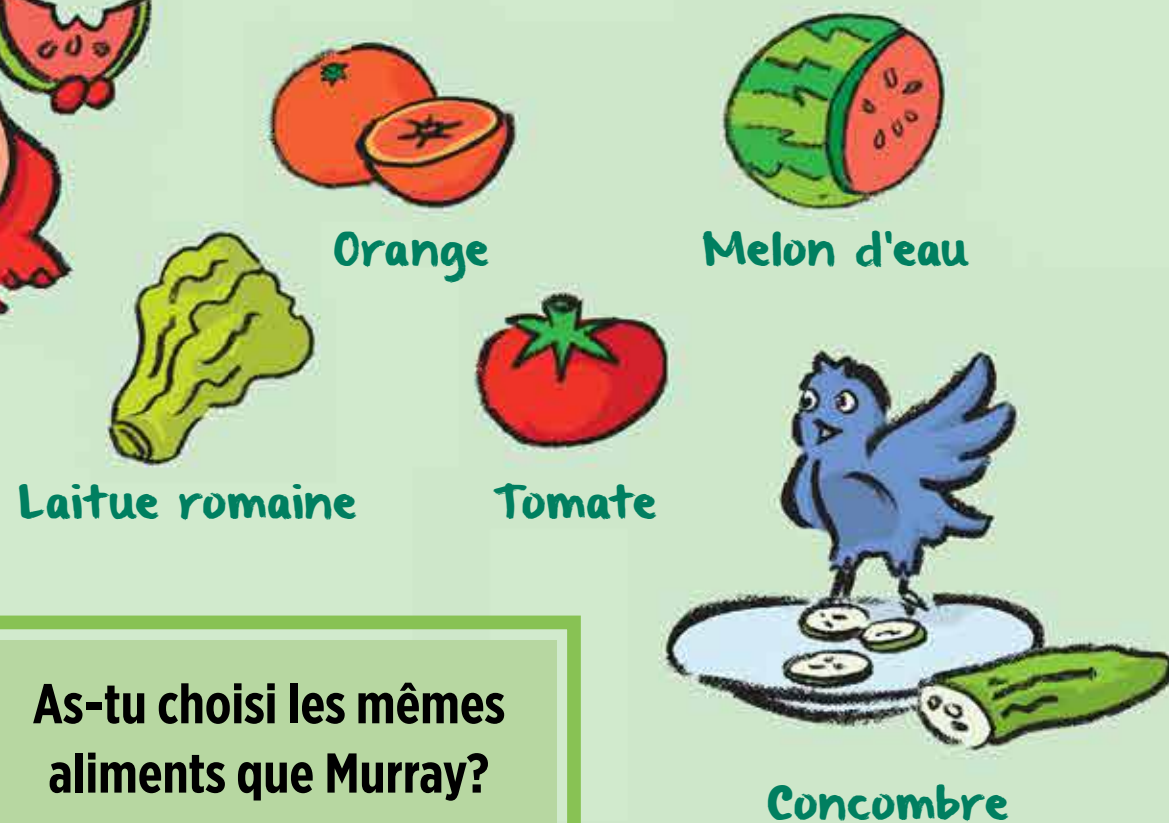
Fromage



Concombre



« Tu as raison, Murray.
Ce sont tous les légumes et
les fruits », gazouille Oiseau.



As-tu choisi les mêmes
aliments que Murray?

« Miam... cette collation était délicieuse »,
déclare Murray.
« La plupart des légumes et des fruits
sont composés d'environ 80 % d'eau »,
précise Oiseau.

Quels sont tes légumes
et fruits préférés?

Selon toi, pourquoi est-
il important de boire de
l'eau et de manger des
légumes et des fruits?





Murray chante :
« Eau, eau, H₂O!
Eau, eau, que c'est
beau. »

Que signifie
H₂O?

« À la prochaine! »



