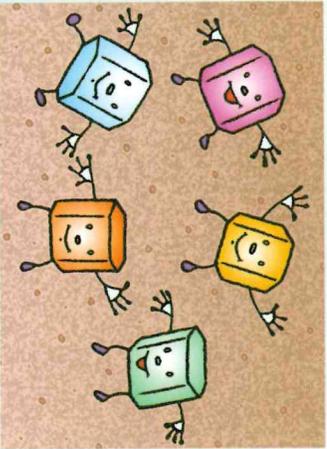
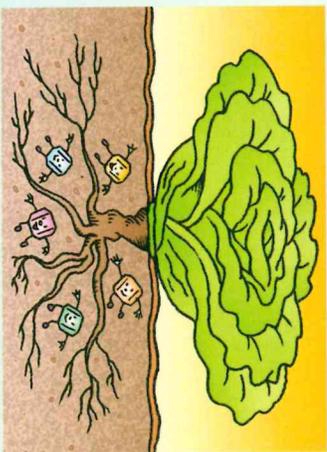


Les minéraux

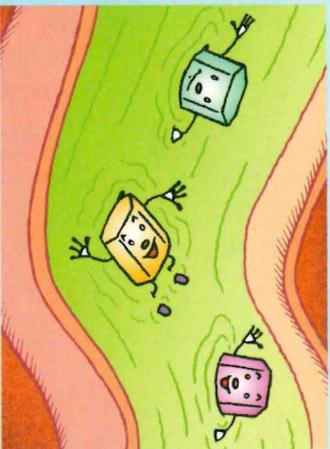
Le corps a aussi besoin d'autres nutriments en petites quantités : les minéraux.



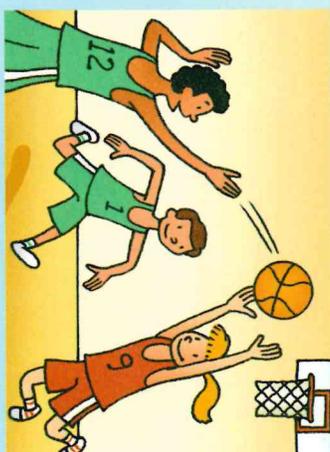
1. Les minéraux sont de minuscules particules provenant du sol.



2. Les plantes qui poussent dans le sol en absorbent certains.

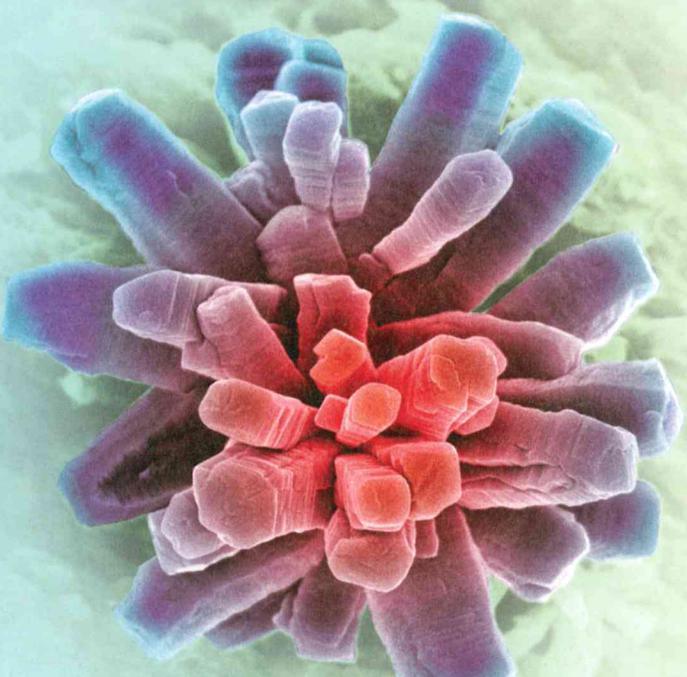


3. Quand on mange les plantes, les minéraux entrent dans le corps.



4. Ils aident celui-ci à fonctionner correctement.

Le calcium est un minéral que l'on trouve dans les légumes verts. Il favorise le renforcement des os.



Voici à quoi ressemble une particule de calcium sous un puissant microscope.

Le sel est un minéral. Le corps en a besoin, mais en petite quantité.

