

HÁBITOS DE HIGIENE

1. Anote **HF** para higiene física, **HM** para higiene mental e **HA** para higiene ambiental.

- a) Depositar o lixo em cestos com tampa. _____
- b) Ler bons livros. _____
- c) Realizar exercícios físicos com regularidade. _____
- d) Lavar e pentear o cabelo com frequência. _____
- e) Não deixar água parada em garrafas ou vasos. _____
- f) Passear, conhecer novos lugares. _____
- g) Tomar banho diariamente. _____
- h) Ouvir música agradável aos ouvidos. _____
- i) Não riscar paredes e muros dos ambientes. _____

2. Que tipo de higiene aparece em todas as cenas?

A



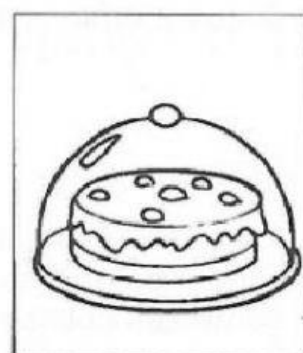
Lavar bem frutas e verduras

B



Verificar a data de validade dos produtos

C



Manter os alimentos cobertos

HIGIENE _____