

1. Quais atitudes para ter uma vida mais saudável você adota?

2. Por que a substituição do uso do carro pela caminhada pode contribuir para a saúde?

3. Imaginem que vocês tenham que ficar três dias sem assistir televisão e sem usar computador. Que atividades realizariam? Planejem esse dia e, após a sua realização, façam registros no caderno sobre o que aconteceu e como você se sentiu.
