

# QUEREMOS ESTAR SANOS

Señala los alimentos que hay que tomar todos los días.



Coloca en su sitio las protecciones que debes llevar al montar en bicicleta.



GUANTES

RODILLERAS

CODERAS

CASCO

¿Cuántas veces al día debemos comer?

¿Cuántas horas al día hay que dormir?

**Señala el menú saludable para estas comidas del día.**

**DESAYUNO**

Leche, tostada con aceite de oliva y fruta.

Refresco, tarta y galletas.

**COMIDA**

Puré. Filete de carne con patatas fritas. Postre: tarta.

Lentejas. Pescado con ensalada. Postre: plátano.

Aqua.

**CENA**

Hamburguesa con patatas fritas y yogurt.

Pescado con patatas al horno, yogurt y agua.

**Une.**

Averigua qué enfermedad tenemos y decide cómo curarla.



psicólogo

Administra medicamentos y realiza curas.



logopeda

Nos ayuda a hablar mejor.



médica

Nos ayuda a corregir problemas emocionales y de comportamiento.



enfermero