1. Signale ce qu'il faut faire pour avoir une bonne santé.

Boire trop de boissons gazeuses	Boire, au moins 1,5 litres par jour	Manger beaucoup de sucreries	Manger trop de matières grasses
Manger de fruits et légumes	Se reposer sur le canapé tous les jours 4 heures	Pratiquer une activité physique	Dormir 6 heures
(Les enfants) Dormir 10 heures	Avoir une hygiène corporelle	Se doucher une fois par semaine	Nettoyer la maison
Se coucher tard pour être reposé(e) le lendemain	Se coucher tôt pour être reposé (e)le lendemain	Se laver les mains avant chaque repas	Manger les fruits sans les laver
Ne pas nettoyer la maison	Le sport n'est pas sain	Se brosser les dents deux fois par semaine	Manger des donuts tous les jours

2. Qu'est-ce qu'une maladie ? Regarde les notes de ton cahier.

Une maladie est

3. Signale les <u>causes</u> d'une maladie

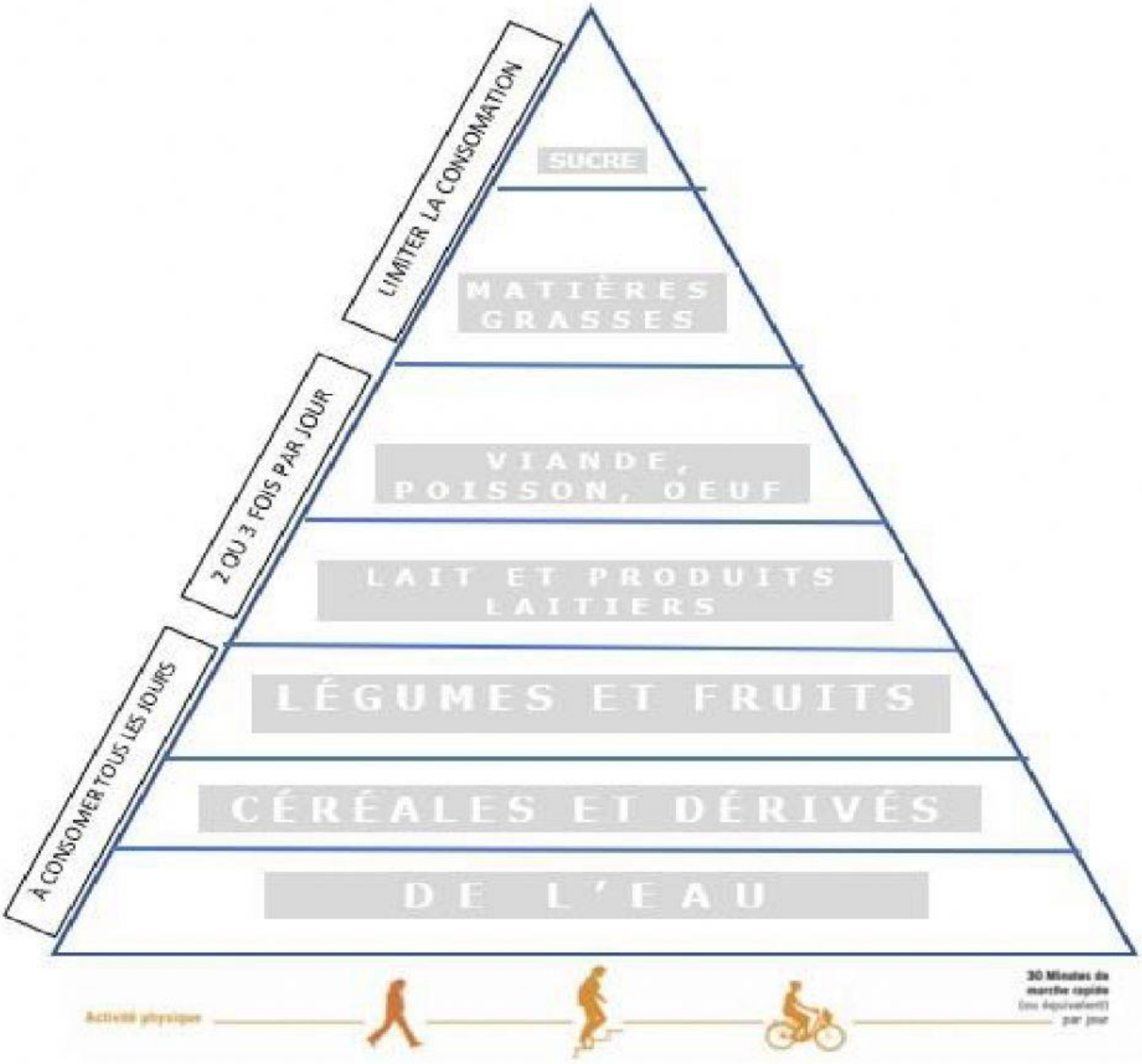
BACTÉRIES	FIÈVRE	VOMISSEMENTS
TOUX	MAUVAISES HABITUDES	VIRUS

4. Signale les <u>symptômes</u> d'une maladie

BACTÉRIES	FIÈVRE	VOMISSEMENTS
TOUX	MAUVAISES HABITUDES	VIRUS

LIVEWORKSHEETS

3. Place les aliments au bon endroit.



DE L'EAU	DU PAIN	DES PÂTES	DU BROCOLI	DE LA CAROTTE
DU YAOURT	SAUCISSES, LARD	DU POISSON	UN GÂTEAU	DES OEUFS

LIVEWORKSHEETS

4. Glisse les nutriments et les aliments au bon endroit.

NUTRIMENTS	ALIMENTS…	C'EST BON POUR…
		Lutter contre les maladies
		Les os et les muscles
		Avoir de l'énergie

Vitamines	Protéines	Glucides
Fruits et légumes	Viande, poisson, œuf	Céréales et dérivés

LIVEWORKSHEETS