

## 4.4. GAUZA KURIOSOA OSASUNARENA

### 1. Esan baieztapen hauek egia ala gezurra diren:

|  |                                                                    |
|--|--------------------------------------------------------------------|
|  | Lo gutxi egiteak ez du eraginik gure osasunean.                    |
|  | Ura edatea ezinbestekoa da bizitzarako.                            |
|  | Kirola egitea oreka fisikoa eta mentala izaten laguntzen du.       |
|  | Lagunekin haserre egoteak ez du ereabirik harremanetan.            |
|  | Higiene-ohiturak mantentzea ezinbestekoa da osasuntsu mantentzeko. |

### 2. Esan osasun fisikoa ala emozionala den gauza bakoitza:

- Barre egitea = OSASUN \_\_\_\_\_
- Kartetan jolastea = OSASUN \_\_\_\_\_
- Hortzak garbitzea = OSASUN \_\_\_\_\_
- Arazoak kontatzea = OSASUN \_\_\_\_\_
- Eskuak garbitzea = OSASUN \_\_\_\_\_
- Kirola egitea = OSASUN \_\_\_\_\_
- Osasuntsu jatea = OSASUN \_\_\_\_\_
- Besarkatzea eta besarkatua izatea = OSASUN \_\_\_\_\_



**3. Jaki naturalak, prozesatu hutsak eta ultraprozesatuak desberdindu.**

