

HÁBITOS SALUDABLES

Para cuidar nuestro cuerpo realizamos una serie de acciones para evitar enfermedades y mantener una buena salud.

Para cuidar nuestro cuerpo tenemos (*marca verdadero o falso*):

1. Asearnos todos los días.

☐	Verdadero
--------------------------	-----------

☐	Falso
--------------------------	-------

2. No limpiarnos los dientes.

☐	Verdadero
--------------------------	-----------

☐	Falso
--------------------------	-------

3. Comer sano (fruta, cereales, verduras, leche).

☐	Verdadero
--------------------------	-----------

☐	Falso
--------------------------	-------

4. No descansar.

☐	Verdadero
--------------------------	-----------

☐	Falso
--------------------------	-------

5. Dormir lo suficiente,

☐	Verdadero
--------------------------	-----------

☐	Falso
--------------------------	-------

6. No hacer ejercicio

☐	Verdadero
--------------------------	-----------

☐	Falso
--------------------------	-------

7. Protegernos de las inclemencias del tiempo.

☐	Verdadero
--------------------------	-----------

☐	Falso
--------------------------	-------

8. Escribe dos cosas que hagas tú para cuidar tu cuerpo.
