

ACTIVIDADE FÍSICA E ALIMENTACIÓN

✚ Coloca ao lado da pirámide onde corresponda.

Doces	Peixes e carnes	Embutidos	Lácteos	Froitas e verduras
Aceite	Pan	Cereais	Legumes	Auga
				Actividade física



✚ Escribe "V"(verdadeiro) ou "F" (falso)

- Para ter una boa saúde hai que durmir pouco.
- Beber auga non é importante.
- Antes de comer, temos que limpar os dentes.
- Despois de facer exercicio hai que asearse.
- Os doces pódense comer catro días á semana.