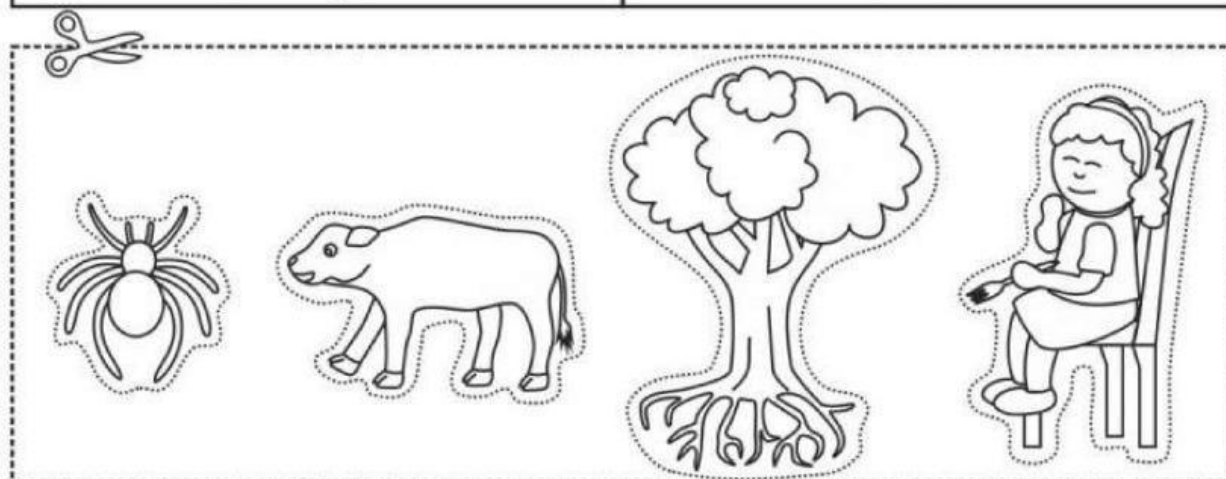
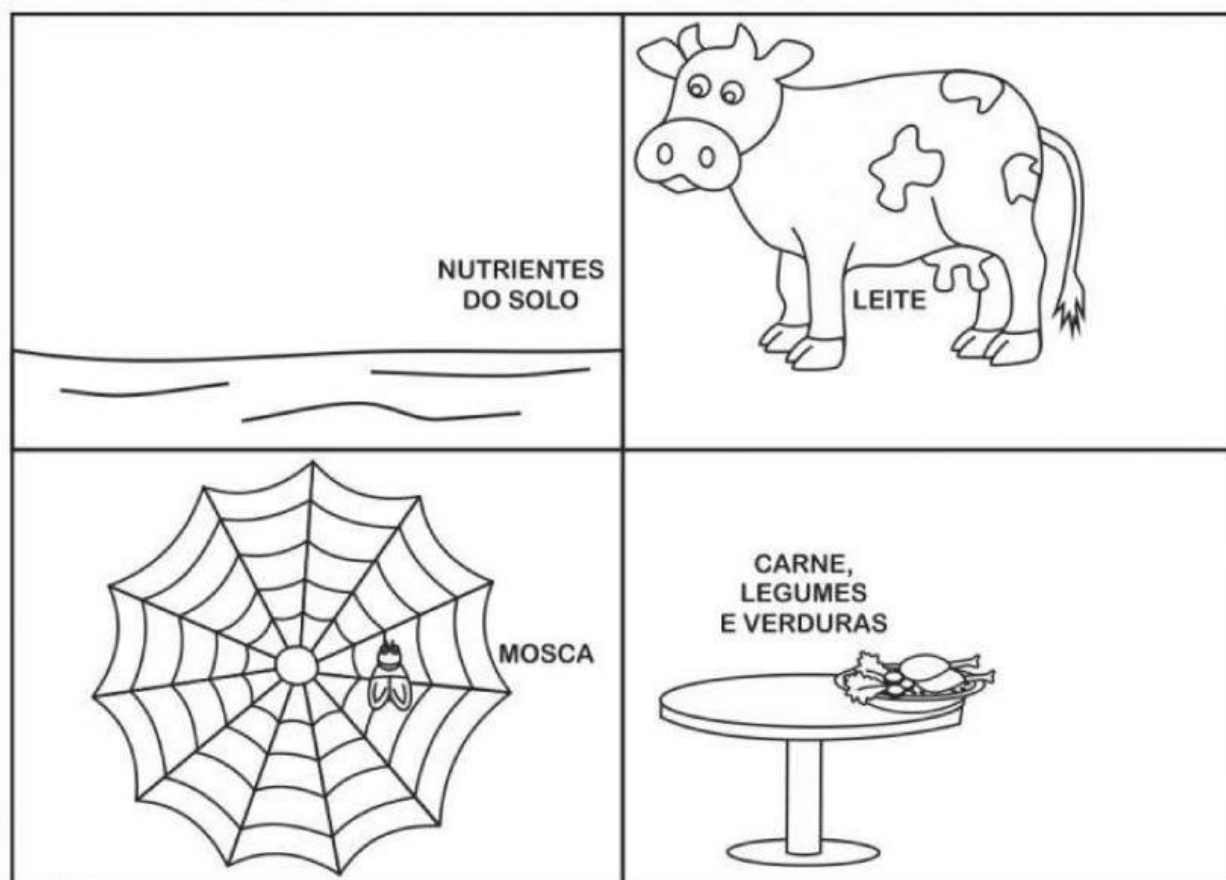


## 1 - Instinto de conservação

"O instinto de conservação é uma lei natural. Ele é dado a todos os seres vivos, qualquer que seja o grau de sua inteligência. Em alguns, ele é puramente maquinal, em outros, ele é racional."

Recorte e cole os seres vivos, próximos dos alimentos, que pelo seu instinto, buscam para a sua conservação.



" Deus fornece o necessário, para nos conservar vivos, através da alimentação, proveniente do solo. Porém, a certos indivíduos falta o necessário, devido ao egoísmo do homem."

A - Substitua os símbolos por palavras para completar a poesia.

O mel que derrete na \_\_\_\_\_



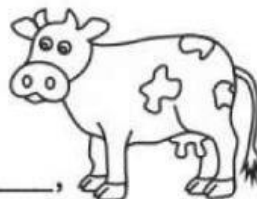
é a \_\_\_\_\_ quem faz,



rico em energia, é também

um ótimo bactericida.

Do leite retirado da \_\_\_\_\_,



o homem faz o \_\_\_\_\_,



que nos fornece a proteína,

para o nosso crescimento.

O \_\_\_\_\_ abençoado de cada dia,



é feito com os grãos do \_\_\_\_\_,



que germina nos campos

da divina providência.

B - Responda:

No meio de tanta abundância,  
por que tanta gente no mundo  
passa fome?

---

---

---

---

---

## 3- Gozos dos bens da terra

"Deus ligou um atrativo aos gozos dos bens materiais para estimular o homem ao cumprimento de sua missão e também para prová-lo pela tentação."

Uma alimentação saudável fortalece o nosso corpo físico. Os exageros são prejudiciais e causam doenças. Complete o nome do alimento e depois siga a linha e escreva no quadrado a vitamina que ele contém.

**VITAMINA A**  
Auxilia a visão, a pele, cabelo e dentes.

**VITAMINA B**  
Fortalece o crescimento, sistema nervoso, reprodução e amamentação.

**VITAMINA C**  
Oferece resistência a infecções e ajuda na cicatrização, regeneração e formação do sangue.

**VITAMINA D**  
Auxilia na absorção de cálcio, que fortalece os ossos.

**VITAMINA E**  
Fortalecimento do músculo e melhora o sistema nervoso.

**VITAMINA K**  
Auxilia na coagulação do sangue, previne hemorragias.

Distribuição gratuita. Todos os direitos reservados. [www.passatempoespirita.com.br](http://www.passatempoespirita.com.br)



**" A natureza traçou o limite das nossas necessidades, mas os vícios alteram a sua constituição. O homem criou necessidades que não são reais para si: o supérfluo."**

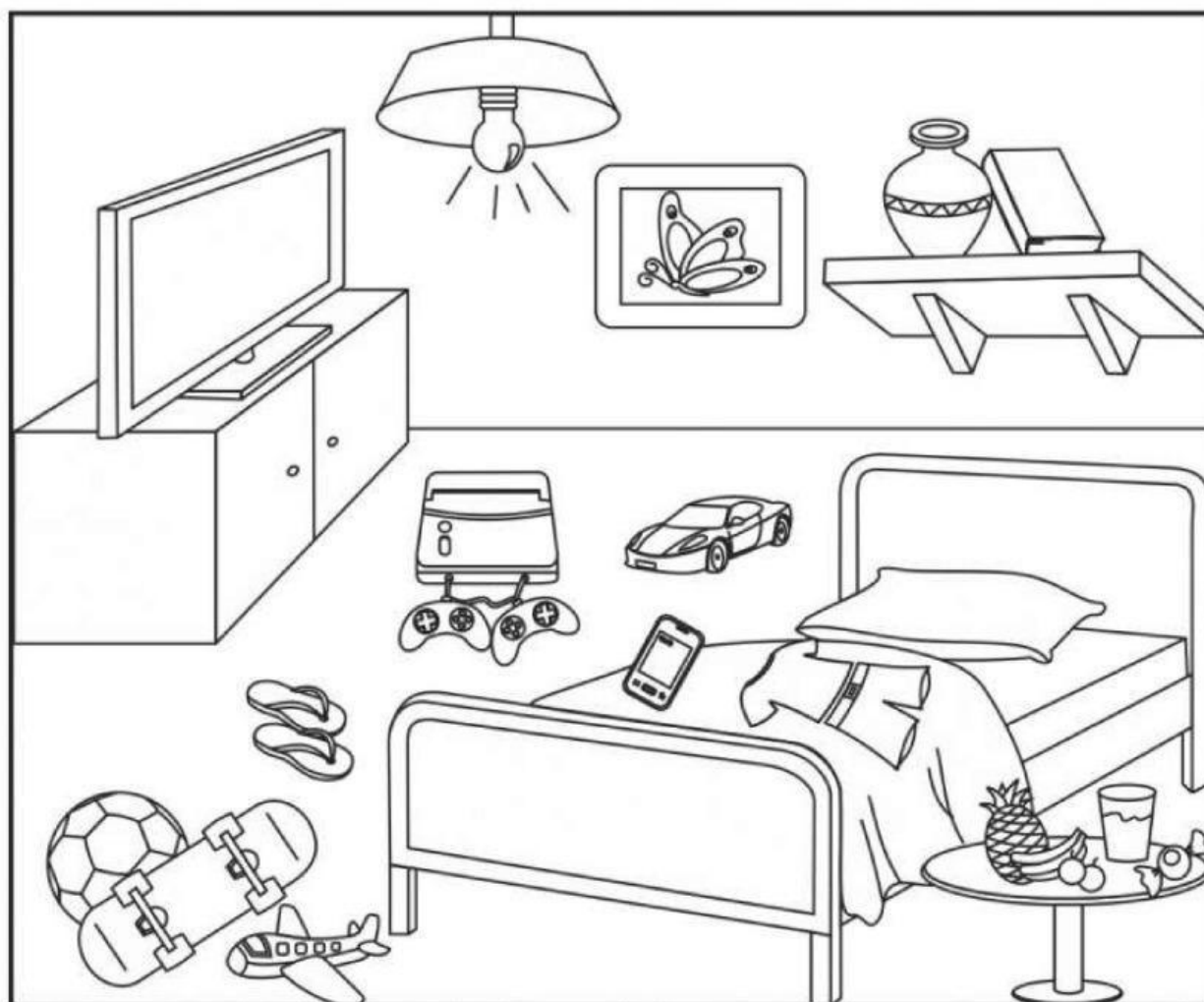
Pinte somente os itens abaixo que considera necessário para viver em sociedade. Escreva outros elementos que também considera necessário, mas que não foram representados.

---

---

---

---



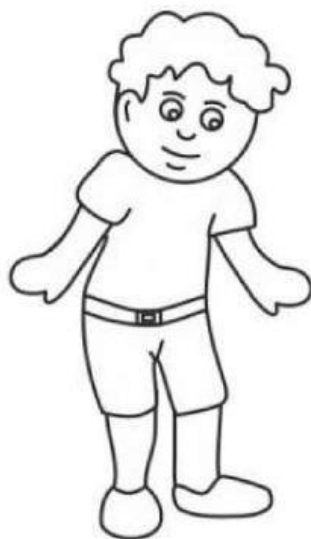
Distribuição gratuita. Todos os direitos reservados. [www.passatempoespirita.com.br](http://www.passatempoespirita.com.br)

## 5- Privações voluntárias. Mortificações

“ Privação voluntária é quando deixamos de ter algo que gostamos ou precisamos por vontade própria. Esta atitude só possui mérito para Deus quando é feita para beneficiar alguém.”

A - Ligue corretamente os sofrimentos voluntários abaixo, conforme a sua característica: EGOÍSMO ou CARIDADE.

Sufrimento voluntário  
para si mesmo:  
**EGOÍSMO**



Sufrimento voluntário  
pelos outros:  
**CARIDADE**

1. Fazer dieta alimentar, com objetivo exclusivamente estético.

2. Repartir o único alimento que possui, mesmo que seja necessário para si.

3. Castigar o corpo físico, devido ao erro cometido.

4. Deixar de passear, para cuidar dos seus irmãos menores.

5. Submeter a cirurgia plástica para ficar mais belo.

6. Ficar horas sem dormir para cuidar de um doente.

B - Escreva outros exemplos de privações ou sofrimentos voluntários, em benefício de alguém, atrás da folha.

Distribuição gratuita. Todos os direitos reservados. [www.passatempoespirita.com.br](http://www.passatempoespirita.com.br)