



Cycle 2

Veiller à sa santé

Prénom _____

Date _____



Découvrir

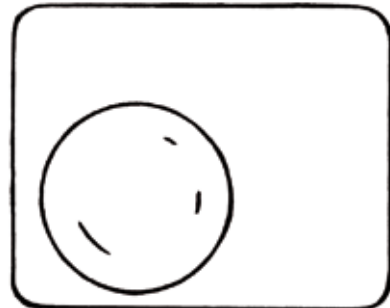
Les bons réflexes pour être en forme !

1 Écris la lettre qui convient sous chaque vignette. *Je dois le faire...*

- a tous les jours. b avant chaque repas. c après chaque repas.



2 Aujourd'hui, Max mange à la cafétéria avec sa sœur. Aide-le à composer un menu équilibré. **Choisis** des aliments du plateau plein et **dessine-les** sur le plateau vide.



3 Observe ces enfants. Qu'ont-ils oublié ? **Écris-le à côté de chaque image.**





Note :

Cycle 2

Veiller à sa santé

Prénom _____

Date _____



Se corriger

Les bons réflexes pour être en forme !

1 Écris le bon numéro sous chaque vignette. *Je dois le faire...*

- a tous les jours. b avant chaque repas. c après chaque repas.



a



c

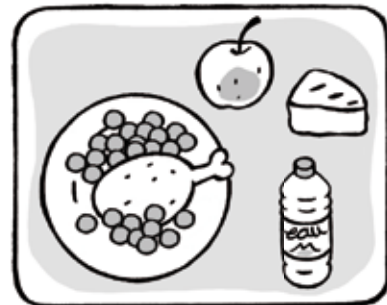


b



a

2 Aujourd'hui, Max mange à la cafétéria avec sa sœur. Aide-le à composer un menu équilibré. **Choisis** des aliments du plateau plein et **dessine-les** sur le plateau vide.



3 Observe ces enfants. Qu'ont-ils oublié ? **Écris-le** à côté de chaque image.



un bonnet



des lunettes
de soleil