

83

Hi ha una **piràmide** que ens ajuda a menjar de manera saludable?

La **càries** és una malaltia que fa malbé les ungles. Veritat o fals?

84

85

Cal **cuinar** tots els aliments?

Pare!
Hi ha aliments
que es mengen
crus?

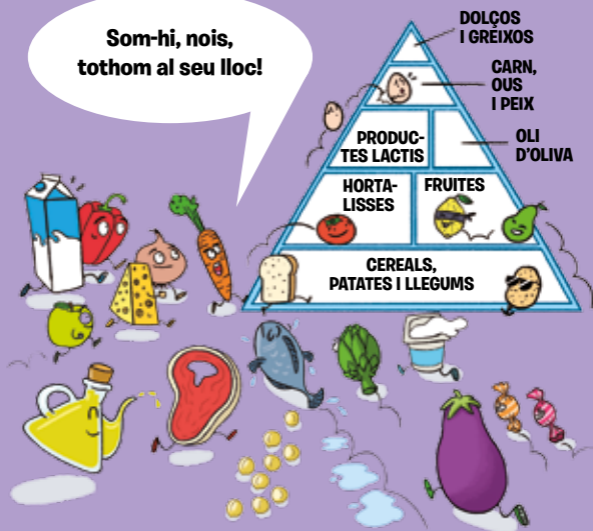
Doncs...
Pensa-hi una mica i
sabràs la resposta.



83

Sí, la **piràmide alimentària**: ens indica quins aliments són necessaris cada dia i quins cal prendre de tant en tant.

Som-hi, nois,
tothom al seu lloc!



84

És **fals**.

La càries és una malaltia que **fa malbé les dents** i pot arribar a destruir-les.

85

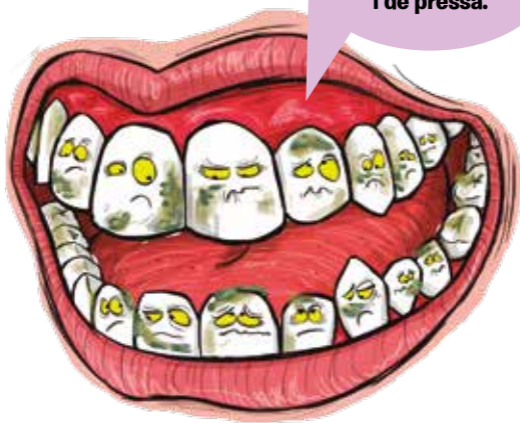
No, alguns aliments es mengen **crus**, com la fruita, però d'altres, com la carn, cal cuinar-los per estovar-los i que el cos els pugui pair bé.



86

Què podem fer
per **evitar** la càries?

Aquí cal fer
alguna cosa,
i de pressa.



És convenient que els
nens prenguin molta **llet,**
iogurt i formatge.
Veritat o fals?

87

88

No tots els **infants** creixen
a la mateixa edat. Veritat o fals?

86

Per evitar la càries hem de **raspallar-nos** les dents després de cada àpat i anar al dentista una vegada a l'any.

87

És **veritat**.

Mentre creixem cal menjar aliments rics en proteïnes i vitamines, com els lactis, que són els **materials de construcció** del nostre cos.

♪ Construir
per créixer,
la, la, la. ♪



88

És **veritat**.

Cada persona creix al **seu ritme**, y a partir dels 10 o 12 anys hi ha canvis que indiquen l'inici de l'adolescència, però pot passar a edats diferents.



89

Per què quan la gent
es fa gran la pell s'**arruga**?



Maleïdes
potes de gall!

Ep, que
jo no en tinc
la culpa!

Els avis tenen els cabells
blancs perquè...

90

- A** Amb els anys els cabells perden **pigment**.
- B** Entre la gent gran està de **moda** aquest color de cabell.
- C** És una **tradicció** cultural, com el vestit de les núvies.

Els **nadons** dormen
tot el dia. Veritat o fals?

91

92

És bo dormir amb el **llum encès**. Veritat o fals?

Apaga la lot,
que no et menjarà
ningú!

N'estàs
segura?



Quantes **hores** necessitem dormir?

- A** Amb **quatre** n'hi ha prou.
- B** Entre **vuit i deu**, depèn de l'edat.
- C** A l'**estiu** més que a l'**hivern**.

93

94

Com s'anomenen les imatges que es representen al cervell durant el **son**?

92

És **fals**.

El cos només pot alliberar les substàncies que ens ajuden a **descansar bé** quan estem a les fosques.

93

Resposta correcta: **B**.

Els adults necessiten dormir vuit hores per descansar i **reparar el cos**, i els nens, nou o deu hores.

94

Són els **somnis**. Mentre dormim, el cervell ordena les experiències que hem tingut durant el dia. Segons el que hàgim viscut, podem tenir malsons.



Glups!
Espero que això
s'acabi aviat...



És obligatori fer la **migdiada**?

95

96

Per què ens posem **vacunes**?

- A** Perquè el metge aprengui a tenir bona **punteria**.
- B** Per introduir **sang** al cos, quan en falta.
- C** Per introduir substàncies que ens **defensen** de les malalties.

97

És bo estar **sense menjar**?



