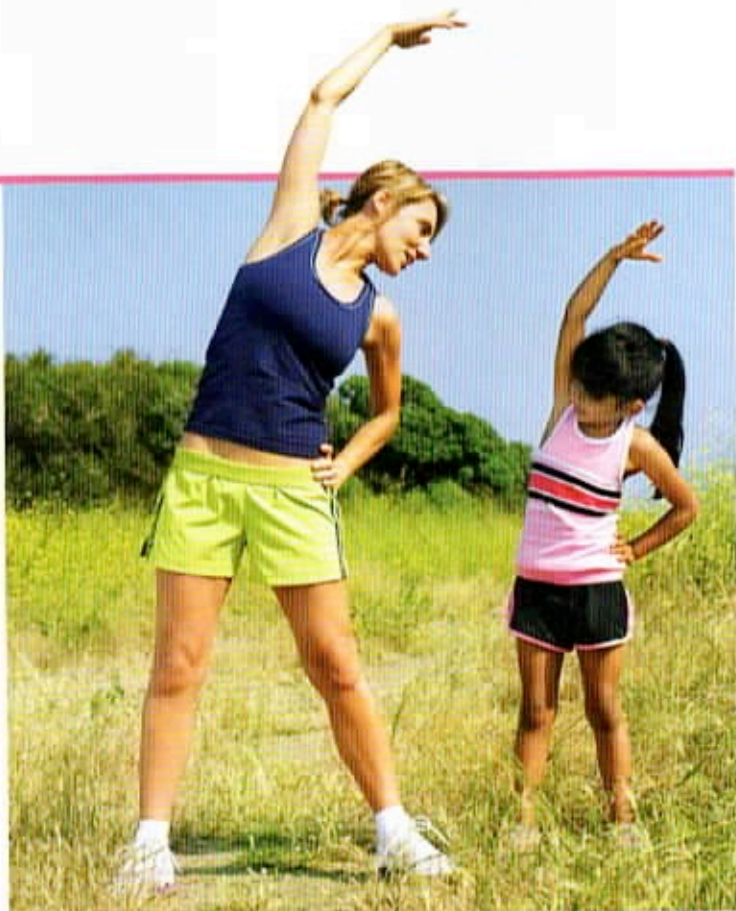


## A Je bouge

- 1 Que font ces personnes ?
- 2 À quoi cela sert-il ?
- 3 Que se passerait-il si tu restais toute ta vie sur ton lit ?
- 4 Quelles autres activités peut-on faire pour bouger son corps ?



**N**otre corps a besoin de bouger : pour fabriquer des muscles, pour empêcher les articulations de « rouiller », pour nous rendre joyeux, pour nous aider à être attentifs et pour bien grandir.

## B Je mange

- 5 Nomme les aliments que cette écolière mange pour son petit-déjeuner.
- 6 D'où proviennent-ils ?
- 7 De quels aliments avons-nous besoin pour être en bonne santé ?



**P**our rester en vie, j'ai besoin de manger et de boire. Pour apporter à mon corps tout ce dont il a besoin, je mange des aliments variés, notamment des fruits et des légumes.