



HD 009

## ALIMENTOS SALUDABLES

AG

- 1 Dibujar una pirámide alimentaria y entender su significado.
- 2 ¿Cuál es la importancia de comer frutas y verduras todos los días?
- 3 Hacer una lista con, por lo menos, diez frutas y diez verduras que te gustan.
- 4 Comer por lo menos una porción de frutas y una porción de verduras todos los días por una semana.
- 5 Ayudar a tus padres o responsables a preparar una comida saludable.
- 6 De acuerdo con Génesis 1:29,30, ¿qué tipos de alimentos dio Dios al hombre y a los animales en la creación?

