

Le rôle des différents repas de la journée.

Correction

Regarde la vidéo avant de répondre aux questions

Vrai

Faux

- ° Il est recommandé de ne pas manger entre les repas.
- ° Avoir envie de manger et avoir faim, c'est la même chose.
- ° Si tu aimes beaucoup un aliment, cela veut dire qu'il est bon pour ta santé.
- ° Manger pour le plaisir, c'est uniquement manger ce que j'aime.
- ° Le petit-déjeuner est un repas très important.
- ° Sauter les repas, et spécialement le petit-déjeuner, peut conduire à une perte de contrôle de la sensation de faim.
- ° Sauter le petit-déjeuner diminue aussi la concentration à l'école.