

Je me tiens bien.



Colorie les conseils que les parents auraient pu donner au petit Nicolas.

Trouve toi aussi un conseil à **écrire**.

Reste bien avachi sur ta chaise.

Coupe-lui la parole quand il parle.

Tu dois dire « vous » à mon ami Léon.

Ne mange pas comme un cochon.

Tu ne mets pas tes doigts dans ton nez.

[Empty speech bubble for writing a tip]

Je prends soin de mon corps.



Colorie ce qui te semble juste.

Si on **ne se lave pas**, on peut :

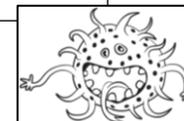
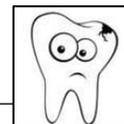
sentir très bon.

avoir les dents abimées.

se sentir mal.

avoir plus de microbes.

être en mauvaise santé.



On se lave pour :

être propre.

faire plaisir aux parents.

se faire du bien.

jouer avec l'eau.

prendre soin de soi.



Imagine ce que tu dirais à un enfant qui ne veut pas se laver :

[Large empty speech bubble for writing a message]



Je protège ma santé



Colorie tout ce qui aide à rester en bonne santé.



avoir de bonnes nuits de sommeil.

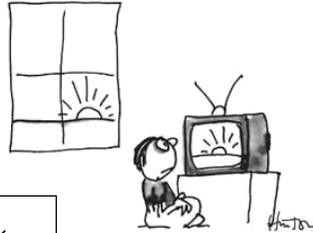
faire du sport.

manger équilibré.

savoir dire quand j'ai mal.

manger des hamburgers tous les jours.

me coucher très tard le soir.



rester devant l'écran toute la journée.

choisir moi-même mes médicaments



consulter un médecin quand je suis malade.

attendre que la maladie s'arrête toute seule.



Relie le médecin que tu vas voir.

Je vois mal le tableau en classe.

J'ai mal aux dents.

Je n'entends pas bien.

J'ai de la fièvre.

Je ne me sens pas bien dans ma tête.

Un pédiatre ou un généraliste

Un psychologue

L'ophtalmologiste

Un ORL

Un dentiste



Colorie les aliments qui sont bons pour la santé.

