

ALIMENTAZIONE



SCORRETTA



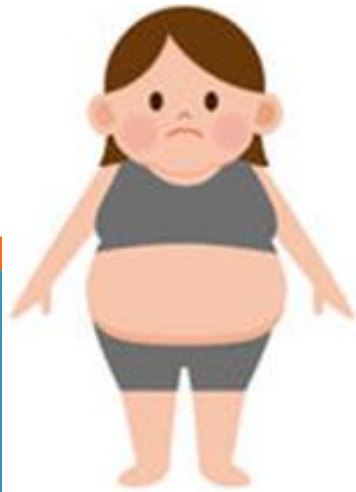
CORRETTA



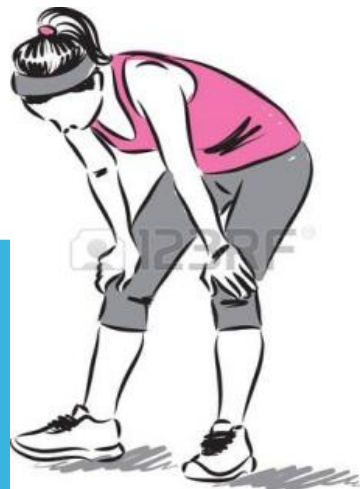
ABITUDINI ALIMENTARI SCORRETTE



realtà



immaginario



ABITUDINI ALIMENTARI SCORRETTE ***CIBI MANGIATI DAI GIOVANI***



CONSEGUENZE DELLA CATTIVA ALIMENTAZIONE



Realtà



Immaginario



Obesità

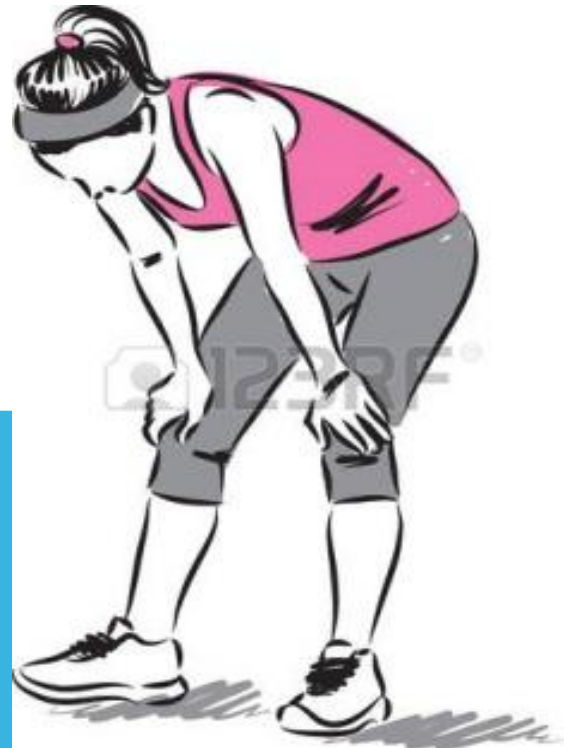


bulimia

ANORESSIA

SALTARE I PASTI

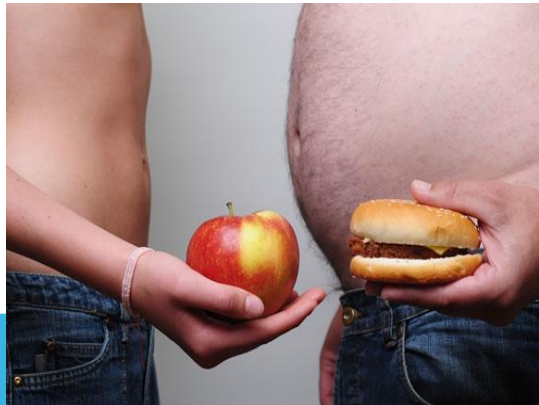
Tanta gente salta molti pasti, soprattutto la colazione, questo porta a mangiare troppo nei pasti successivi. La persona che salta i pasti dopo può sentirsi stanca



MANGIARE FRUTTA FUORI STAGIONE



ABITUDINI ALIMENTARI CORRETTE



L'ALIMENTAZIONE CORRETTA

COSA SI DOVREBBE
MANGIARE

PER VIVERE IN SALUTE



NON SALTARE I PASTI

❖ *Colazione*



❖ *Pranzo*



❖ *Cena*



LO SPORT È IMPORTANTE

Lo sport ti tiene in **forma!**



MANGIA, PERÒ NON ESAGERARE

*Mangiare fa bene, però non **esagerare!***



ALIMENTAZIONE

L'alimentazione è un qualcosa di indispensabile per la nostra vita, ma, per cercare di vivere in salute bisogna mangiare con moderazione.

E queste sono le cause del cibarsi in modo scorretto.



Fine