

À quelle heure je conserve ma santé?

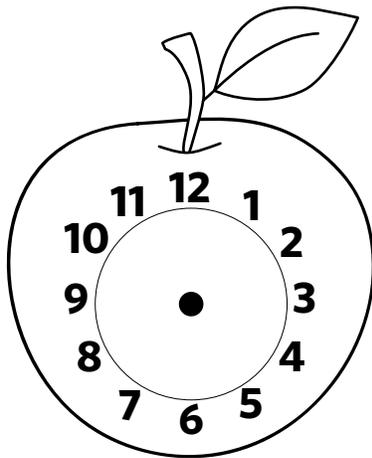
Nom : _____

Dessine l'heure sur les horloges en forme de pommes. Indique à quelle heure tu manges des aliments sains et que tu pratiques d'autres activités saines (aller à l'école, jouer et dormir).

Exemple

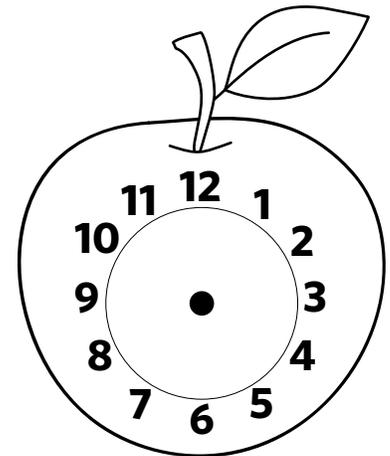
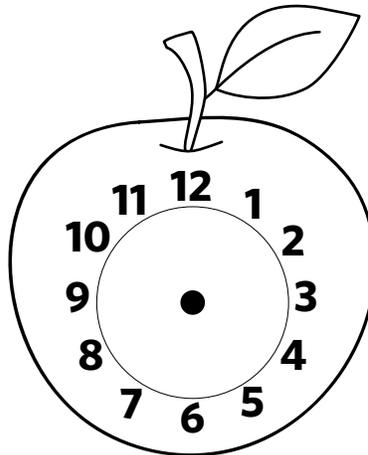


Je prends mon déjeuner à **7** heures.

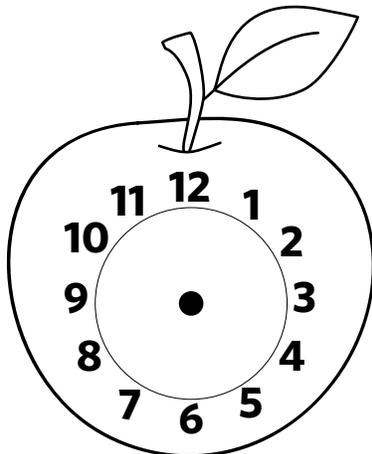


Je me rends à l'école
à ___ heures.

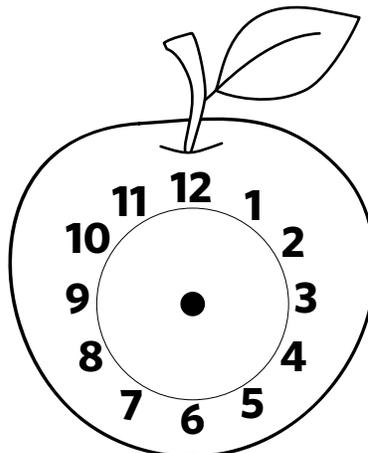
Je dîne à ___ heures.



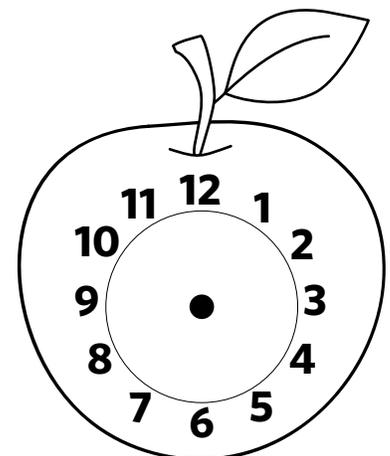
Je mange une collation
à ___ heures.



Je joue à l'extérieur
à ___ heures.



Je soupe à ___ heures.



Je me couche
à ___ heures.