

3

Nom: _____

Santé 2^e année FPS

Partie A - Besoins fondamentaux et nutrition

1. Illustre tes repas et tes collations d'une journée.

Déjeuner	Collation matin	Diner	Collation après-midi	souper

2. Compare ton menu avec les recommandations du guide alimentaire canadien. Coche les aliments que tu as consommés dans la grille ci-dessous, en les classifiant dans les groupes alimentaires appropriés.

Fruits et légumes 5 portions	Produits céréaliers 4 portions	Lait et substituts 2 portions	Viandes et substituts
 <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	 <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/>	 <input checked="" type="checkbox"/>

3. a) Est-ce que ton menu est semblable à celui du guide alimentaire? OUI ou **NON**

b) Comment peux-tu améliorer ton menu de la journée?

Je vais en manger plus de fruits et légumes.

Partie B - Identification des dangers

1. Nomme des endroits différents qui peuvent être dangereux.

Tunnel, la rue

2. Choisis un endroit parmi ceux que tu as énumérés et explique pourquoi cet endroit pose un danger.

sa pelle tombe sur toi et te tue.

Partie C - Étapes de la naissance

Dans tes mots, explique les étapes de la naissance.

Le bébé sort du vagin

Partie D - Marques d'affections et exploitation sexuelle

1. Une personne que tu connais très bien touche une partie intime de ton corps. Comment te sens-tu ?

Malo

2. Que fais-tu ? Comment vas-tu réagir ?

Je lui orate et je me saurie.