



Manger sainement

B1-B2

Module 8

C'est ce que nous allons apprendre dans cette Présentation:



Résumé

- ❑ Qu'est-ce qu'une alimentation saine et pourquoi est-ce important?
- ❑ Conseils pour manger et rester en bonne santé.
- ❑ Exercices.

VOCABULAIRE

Diététique: en rapport avec votre alimentation (alimentation: les aliments et les boissons habituellement consommés par une personne ou un groupe).

Force: la capacité de faire des choses qui nécessitent beaucoup d'effort physique ou mental.

Aliments indésirables: des aliments malsains mais rapides et faciles à manger

Toxine: une substance toxique, en particulier une produite par des bactéries, qui provoque une maladie.