



**GIOCO E
IMPARO**

CrucisalUTE

**Leggi le definizioni e
inserisci le parole giuste
nel cruciverba!**



ORIZZONTALE

1. È un modo di mangiare sano e bilanciato. La più famosa è quella mediterranea, piena di frutta, verdura e olio d'oliva.
2. È il processo di riutilizzare materiali come plastica, carta e vetro per creare nuovi oggetti. Così aiutiamo l'ambiente e riduciamo i rifiuti.
3. È quando ci sentiamo bene e il nostro corpo funziona al meglio. Mangiare bene, fare esercizio e dormire a sufficienza ci aiutano a mantenerla.
4. È un frutto rotondo e arancione, ricco di vitamina C. È dolce e succoso, perfetto per una merenda sana.
5. È qualcosa che aiuta a proteggere il nostro pianeta, come usare meno plastica e riciclare. È una scelta che non danneggia l'ambiente.
6. È tutto ciò che ci circonda all'aperto, come alberi, fiori, animali e fiumi. È il mondo naturale che dobbiamo proteggere.

VERTICALE

1. La beviamo ogni giorno ed è molto importante per il nostro corpo.
2. Lo sono fagioli, lenticchie e ceci. Sono ricchi di proteine.
3. È una figura geometrica, ma anche un modello che ci mostra come mangiare in modo sano.
4. Un posto dove puoi coltivare le tue verdure e frutta, garantendo cibo fresco e sano senza andare al supermercato.
5. Alimentazione che ci aiuta a crescere forti e in salute.
6. Un modo di coltivare il cibo senza usare sostanze chimiche.
7. Cibo che viene prodotto vicino a casa nostra, senza fare tanti chilometri per arrivare.