



## CRUCIVERBA

Scrivi in ogni riga la risposta alla domanda corrispondente, al termine leggerai una parola nella prima colonna in verticale, inserisci questa parola nella frase incompleta:

1		B				T										
2			P		D											
3		N	S			U		I								
4				I												
5																
6		S		L			T									
7				V												
8			N		L			C								
9				T	T		V									
10			G				L									
11		R			R	I			C				R		S	

### DOMANDE

- 1) Che malattia rischia chi mangia tanto e si muove poco?
- 2) Un sinonimo di grassi
- 3) I grassi cattivi sono i "SATURI", e i grassi buoni e "contrari di saturi" come si chiamano?
- 4) Il plurale di olio
- 5) Insieme alla A, E e K è una delle vitamine che sono amiche dei grassi
- 6) I grassi, mantenendo il calore nel nostro corpo, svolgono un ruolo da....
- 7) Il frutto da cui si ricava l'olio
- 8) E' tra gli acidi grassi detti "essenziali"
- 9) L'eccesso di cibo insieme al contrario di "ATTIVO" ti porta al sovrappeso
- 10) L'olio di oliva, di arachide, di soia non sono grassi animali ma.....
- 11) Se mangiamo troppi grassi cattivi e colesterolo possiamo avere questa malattia

Completa la frase:

**"L'..... non deve mai mancare dalla nostra alimentazione perché contiene grassi buoni che fanno bene alla nostra salute"**

## Soluzioni:

- 1) Obesità
- 2) Lipidi
- 3) Insaturi
- 4) O!!!
- 5) D
- 6) Isolante
- 7) Olivo
- 8) Linoleico
- 9) Inattivo
- 10) Vegetali
- 11) Arteriosclerosi