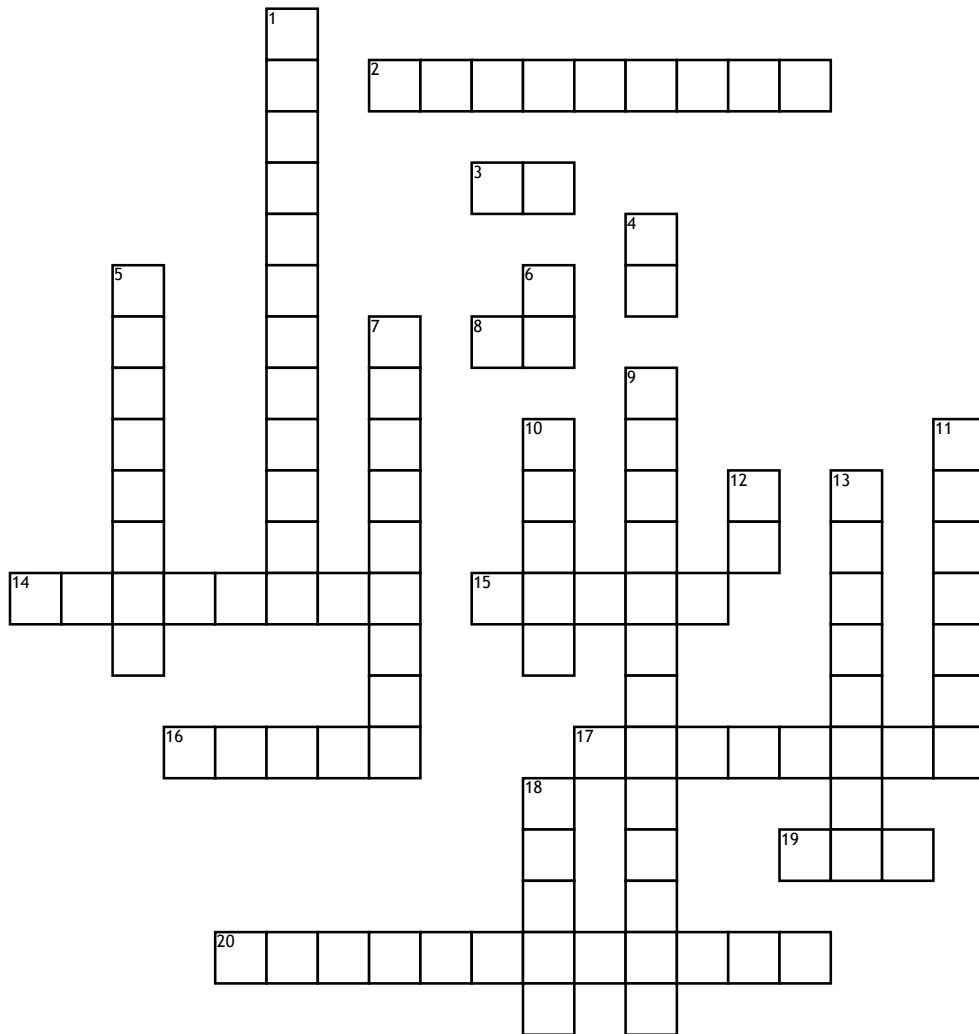


Name: _____

Krustvārdu mīkla.



Across

2. Neveselīgs uzturs veicina ko?
3. Cik % no dienā nepieciešamā enerģijas daudzuma jāuzņem brokastīs?
8. Vai elektroniskā cigarete ir kaitīga veselībai?
14. Ko uzturā vajag lietot maz?
15. Ar kādu produktu cilvēks uzņem kalciju?
16. Cik litrus ūdens cilvēkam nepieciešams uzņemt

17. Viela kas ir cigaretē un izraisa atkarību?

19. Ko dara naktī lai atpūstos?
20. Kā sauc atkarību no darba?

Down

1. Maize ir bagāta ar
4. Cik % ar taukiem dienā jāuzņem no kopīgā enerģijas daudzuma?
5. Kas izraisa pagīras?
6. Vai kalorijas ir jāskaita?
7. Kas ir vissvarīgākā ēdienreize?

9. Kāds riska faktors ir darbam piespiedu pozā?

10. Kāda ir visizplatītākā slimība ar kuru var saslimt smēķējot?
11. Kas nepieciešams pilnvērtīgai kaulu attīstībai?
12. Vai sāls uzturā palielina risku saslimt?
13. Ko izraisa alkohols, cigaretes, narkotikas?
18. Cikos ieteicams ēst vakariņas?

Word Bank

darbaholisms	Kalcijs	35	alkohols	nikotīns
pienu	Jā	Atkarību	depresiju	sešos
saldumus	guļ	Jā	brokastis	Jā
25	ogļhidrātiem	divus	vēzis	erganomiskais