Esercizio 5.4. Quiz sui cambiamenti dell'invecchiamento

Questo è un esercizio di gruppo o individuale. Troverete 4 domande da porre all'AAWID. Se la risposta è giusta, si ottiene 1 punto.

1. Cosa dovrebbe fare George per evitare di avere problemi fisici e dolori muscolari?

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **A** | **Stare seduto sul divano e guardare la TV tutto il giorno.** |
|  | **B** | **Camminare ogni giorno e fare esercizi.** |
|  | **C** | **Stare a letto.** |

1. Che tipi di cibi dovrebbe mangiare George ogni giorno per stare in salute e avere energie?

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **A** | **Chocolate and industrial pastries.** |
|  | **B** | **Pizza and processed food** |
|  | **C** | **Vegetables, fruit, fish...** |

1. Perché George deve prendere delle medicine e questo è importante per la sua salute?

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **A** | **Per non avere dolore né complicazioni in futuro** |
| C:\Users\USUARI\Downloads\signals-962665_1920.jpg | **B** | **Perchè è obbligato a farlo** |
| C:\Users\USUARI\Downloads\porcelain-plate-1227008_1920.jpg | **C** | **Perché in questo modo non potrà più mangiare** |

1. Cosa deve fare George per evitare di avere problemi al cuore, ai polmoni o allo stomaco?

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **A** | **Bere alcol e fumare** |
|  | **B** | **Non fare esercizio** |
|  | **C** | **Mangiare sano e fare esercizio tutti i giorni** |