

1. O que necessita o estudante de compreender?

_____ . P. 171.

2. O que devem os jovens e as crianças compreender?

_____ . P. 171.

3. Quais são as causas da intemperança?

_____ . PP. 171 E 172.

4. “O chá, o café

_____ *baixas.*” P. 172.

5. O que devemos ensinar ao aluno?

_____ . P. 172.

6. “A relação

_____ *na alimentação.*” P. 172.

7. Porque deve haver regularidade no comer e no dormir?

_____ . P. 174.

8. “O período da refeição _____

_____ sem cansar.” P. 174.

9. Quais são os benefícios da temperança?

_____ . P. 174.

PARA REFLETIR:

1. Será que estamos a dar o devido valor ao assunto da temperança?
2. Qual será a nossa melhor dieta?
3. Que decisões preciso de tomar para ter uma vida mais saudável?