**Projet de Chapitre 7: Les Questions des Expertes**

**- Quel est un déjeuner sain ?**

**- Quels sont les avantages d’être un/e végétarien/ne ?**

**- Pourquoi est cette recette saine ?**

**- Combien de repas doit-on manger dans un jour ?**

**- Combien de portions de fruits/ légumes doit-on manger chaque jour ?**

**- Quels exercices devrais-je pour mes bras ?**

**- Quels exercices devrais-je faire le matin ?**

**- Quels sont les avantages de cet exercice ?**

**- Quand est-ce que je devrais boire de l’eau pendant l’exercice ?**

**- Quelles nourritures doit-on manger avant/après l’exercice ?**

**- Combien d’heures du sommeil est-ce qu’un ado doit avoir ?**

**- Pourquoi est le sommeil important ?**

**- Pourquoi est chaperonner le stress important ?**

**- Quelles sont les symptômes du stress ?**