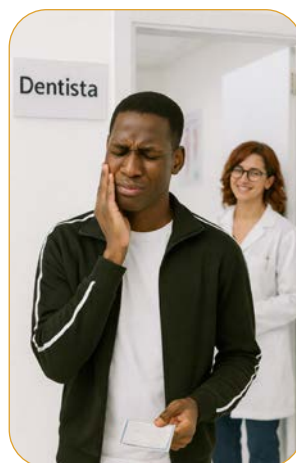


COM ET TROBES?

15



Digues dues rutines saludables que fas i dues que has de canviar perquè no són saludables.

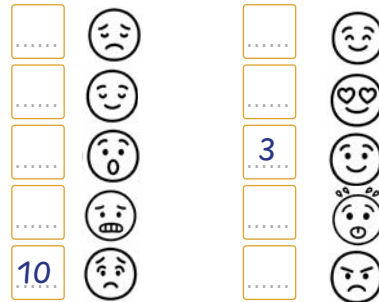


Consulta un diari o Internet per saber què ha passat avui. Digues el titular de la notícia.

ACTIVITATS

01 COM ESTÀS?

- | | | |
|------------|---|--------------|
| 1 content | ≠ | 2 enfadat |
| 3 feliç | ≠ | 4 trist |
| 5 tranquil | ≠ | 6 nerviós |
| 7 enamorat | | 8 cansat |
| 9 sorprès | | 10 preocupat |



02 QUÈ TENS?

- 1 A l'hivern...
- 2 A l'estiu...
- 3 A les dotze de la nit...
- 4 Quan no menjo en tot el dia...
- 5 Quan miro una pel·lícula de terror...
- 6 Després de córrer molt...
- 7 El primer dia de classe...



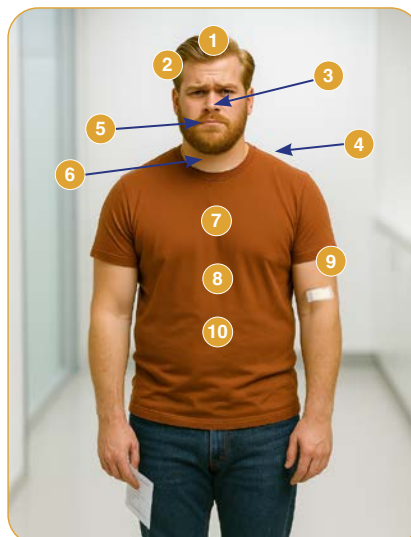
- tinc gana.
- tinc por.
- tinc calor.
- tinc vergonya.
- tinc set.
- tinc fred.
- tinc son.

02



03 SI TENS MAL, ESTÀS MALALT

- | | |
|---|------------------|
| 1 | Tinc febre. |
| | Tinc mocs. |
| | Tinc tos. |
| 8 | Tinc vòmits. |
| | Tinc una ferida. |



- | | |
|---|----------------------|
| | Tinc mal de cap. |
| | Tinc mal de coll. |
| | Tinc mal de queixal. |
| | Tinc mal de panxa. |
| 4 | Tinc mal d'esquena. |

04 JA SAPS QUÈ HAS DE FER?

- | | |
|---|-------------------------------|
| 1 Si estic malalt, vaig... | al 112. |
| 2 Si necessito medicaments, vaig... | a la farmàcia. |
| 3 Si tinc una consulta mèdica, truco... | al CAP. |
| 4 En cas de robatori, inundació, incendi o accident, truco... | al 061. |
| 5 Si tinc un accident, vaig... | a urgències (hospital). |

05 LA FARMÀCIA



06 FAS VIDA SALUDABLE?

- què? qui? com? on? quant?, quanta?, quants?, quantes? quin?, quina?, quins?, quines? per què?

I tu...

Què menges per dinar?

A hora sopes?

..... aigua beus al dia?

..... dia fas esport?

..... cafè prens?

Amb surts a córrer?

..... vas al gimnàs: en bus o a peu?

..... vas a nedar?

07 SEMPRE, SOVINT, ALGUN COP, MAI

Cada quant...?



08 ARA TU!

Veritat o mentida?

Jo

1



sempre

sovint

algun cop

mai

on?

per què?

què?

qui?

com?

quin?

quant?

És veritat perquè...

És mentida perquè...

3

2



09 PETITS ACCIDENTS

Avui el Yong...

-AT	-UT	-IT
Ha celebrat el seu aniversari.	Ha caigut.	Ha sortit al carrer a patinar.

celebrar

regalar

sortir

caure

anar

operar

posar

10 T'HAS FET MAL

Jo he caigut



Tu t'has marejat



Ell s'ha mullat



i m'he trencat el peu.



i has vomitat.



i s'ha refredat.



11 QUÈ DIU EL METGE?

respira

has de prendre

obre

hem de fer

has de netejar

estira

has de posar-te



Seu.



Estira't.



la boca.



el braç.



Treu-te
la samarreta.



unes pastilles.



la ferida.



una pomada.



unes proves.

12 QUAN HE DE PRENDRE LA PASTILLA?

Hola Estic

Tinc

He anat El metge m'ha dit que
he de



13 ELS ESPECIALISTES

Què tens? Què necessites?



A quin especialista vas?

- ☐ dentista
- ☐ oculista
- ☐ infermera/infermer
- ☒ 3 ginecòloga/ginecòleg
- ☐ llevadora/llevador
- ☐ pediatra/pediatre

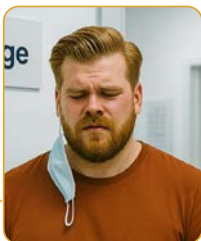


TASCA

Tinc una cita amb el metge.

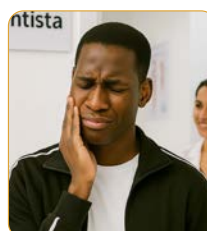
1

Ets metge
o pacient?



Què
et passa?

2



3

Què
t'ha dit?



APUNTS

QUÈ HEM DE FER?

Si **jo** tinc febre i mal de cap, **he de posar-me** el termòmetre i **prendre** una pastilla.

Si **tu** tens mocs i tos, **has de prendre** un xarop.

Si **ell** té vòmits i diarrea, **ha de fer dieta i beure** molta aigua.

Si **ella** té una ferida, **ha de netejar-la, curar-la** amb iode i gases, i **tapar-la** amb una tireta.

Si **nosaltres** tenim mal de coll, **hem de prendre** un xarop.

Si **vosaltres** teniu mal de queixal, **heu de prendre** una pastilla per calmar-lo.

Si **ells** tenen mal de panxa, **han de prendre** una camamilla.

Si **elles** tenen mal d'esquena, **han de posar-se** una pomada.

Si **tots** estem malalts, **cal** anar al metge!



CADA QUANT FEM VIDA SALUDABLE?

SEMPRE	SOVINT	ALGUN COP	MAI
faig	bec	prenc	ric
fas	beus	prens	rius
fa	beu	pren	riu
fem	bevem	prenem	riem
feu	beveu	preneu	rieu
fan	beuen	prenen	riuen



esport



un litre d'aigua

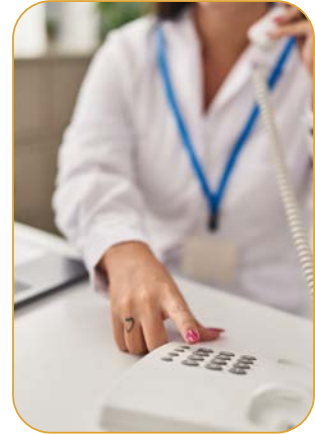


cafè



CONVERSA PER DEMANAR UNA CITA MÈDICA

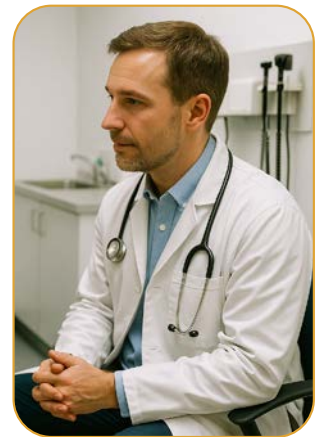
- CAP, digui?
- Truco per demanar hora amb el doctor / la doctora...**
- Què li passa?
- Tinc / em fa mal...**
- D'acord. Va bé el (dia i mes), a les (hora)?
- Sí, perfecte. Adeu!**
- Adeu!



CONVERSA AMB EL METGE



- Bon dia, seu a la cadira. Com et trobes?
- Malament.**
- Què et passa?
- He... i em fa mal...**
- Seu aquí que t'he de mirar. Treu-te..., si us plau. Et fa mal aquí?
- Ai! Compte! Em fa molt mal!**
- Has de prendre / posar-te... i hem de fer proves. Et dono hora amb l'especialista.
- Gràcies. Adeu!**

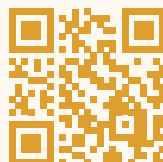


A1 Consorci per a la Normalització Lingüística

PER SABER-NE MÉS



Salut

Accions
per estar bé

La farmàcia

Accidents
i malalties
freqüentsCom anar
al metge
en català