

# A1.30.2 Cuento: Cómo cuidar la salud

## A1.30.2 Opowiadanie: Jak dbać o zdrowie

» <https://hiszpanski.colanguage.pl/opowiadania/como-cuidar-la-salud>

*Consejos básicos para mejorar la salud.*

Si estás **enfermo**, es mejor quedarse en casa.

Los **síntomas** de la gripe pueden ser fuertes.

El **doctor** recomienda tomar líquidos y descansar bien.

Un **medicamento** ayuda cuando hay dolor.

El **dolor** de garganta mejora con miel y té.

Cuando algo **duele**, el cuerpo necesita atención.

Cuidar la **salud** es importante todos los días.

Dormir bien **ayuda** a sentirse mejor.

---

*Podstawowe porady dotyczące poprawy zdrowia.*

*Jeśli jesteś **chory**, lepiej zostać w domu.*

*Objawy grypy mogą być silne.*

***Lekarz** zaleca picie płynów i dobry odpoczynek.*

***Lekarstwo** pomaga, gdy jest ból.*

***Ból** gardła poprawia się dzięki miodowi i herbacie.*

*Kiedy coś **boleje**, ciało potrzebuje uwagi.*

*Dbanie o **zdrowie** jest ważne każdego dnia.*

*Dobre spanie **pomaga** czuć się lepiej.*

# A1.30.2 Cómo cuidar la salud

## A1.30.2 Jak dbać o zdrowie

<https://hiszpanski.colanguage.pl/opowiadania/como-cuidar-la-salud>



### Ejercicio 1:

### Preguntas de debate

**Instrucción:** Debatir las preguntas después de escuchar el audio o leer el texto.

1. Qué recomiendan los médicos para la salud?
2. ¿Qué mejor el dolor de garganta?
3. ¿Qué haces cuando estás enfermo/a?

# A1.30.2 Cómo cuidar la salud

## A1.30.2 Jak dbać o zdrowie

<https://hiszpanski.colanguage.pl/opowiadania/como-cuidar-la-salud>



### Ejercicio 2:

**Instrucción:** Wstaw poprawne słowo.

*enfermo, ayuda, medicamento, síntomas, salud, duele*

1. Los ..... de la gripe pueden ser fuertes.
2. Cuidar la ..... es importante todos los días.
3. Cuando algo ....., el cuerpo necesita atención.
4. Dormir bien ..... a sentirse mejor.
5. Un ..... ayuda cuando hay dolor.
6. Si estás ....., es mejor quedarse en casa.

**Rozwiązania:**

1. síntomas 2. salud 3. duele 4. ayuda 5. medicamento 6. enfermo