

Viele Ratschläge

1 Was passt? Markieren Sie.

- a) Ich habe Kopfschmerzen.
eine Tablette nehmen – sofort ins Bett gehen – Musik hören – lange telefonieren – spazieren gehen – eine Zigarette rauchen
- b) Ich bin traurig.
zu Hause bleiben – ins Kino gehen – fünf Kugeln Eis essen – mit Freunden reden – Wein trinken – shoppen gehen
- c) Mir ist schlecht.
viel Wasser trinken – das Fenster aufmachen – joggen – ein Buch lesen – ruhig sein – Chips essen
- d) Ich habe eine Erkältung.
laut singen – viel Tee trinken – wenig reden – früh ins Bett gehen – Eis essen – einen Kilometer schwimmen
- e) Ich habe Rückenschmerzen.
Gymnastik machen – im Garten arbeiten – langsam ein- und ausatmen – joggen – nicht lange stehen – langsam gehen
- f) Ich bin oft müde.
früh ins Bett gehen – abends spazieren gehen – viel Fahrrad fahren – Tabletten nehmen – mehr essen – mehr schlafen
- g) Ich bin zu dick.
nichts essen – viel Sport machen – viel trinken – langsam essen – Medikamente nehmen – viel Obst und Gemüse essen
- h) Ich bin nervös.
ruhig atmen – Pause machen – früh ins Bett gehen – langsam arbeiten – Schokolade essen – Ferien machen

2 Schreiben Sie Sätze mit den Ratschlägen aus Aufgabe 1 – wie im Beispiel.

- a) Du hast Kopfschmerzen?
Nimm eine Tablette oder geh spazieren.
- b) Du bist traurig?

- c) Dir ist schlecht?

- d) Du hast eine Erkältung?

- e) Du hast Rückenschmerzen?

- f) Du bist oft müde?

- g) Du bist zu dick?

- h) Du bist nervös?

3 Ergänzen Sie die Sätze.

Halsschmerzen

- **Rauch nicht!**
- **Rede nicht viel!**
- **Sing nicht!**

- a) Ich habe Halsschmerzen.
Ich soll nicht rauchen.
Ich soll nicht _____.
Ich soll _____.

Kopfschmerzen

- **Trink keinen Wein!**
- **Hör keine Musik!**
- **Telefonier nicht!**

- b) Ich habe Kopfschmerzen.
Ich soll keinen Wein _____.
Ich soll _____.
Ich _____.

Fieber

- **Steh nicht auf!**
- **Mach keinen Sport!**
- **Arbeite nicht!**

- c) Ich habe Fieber.
Ich soll nicht _____.
Ich soll _____.
Ich _____.

Lösungen

2

Vorschlag:

- a) Nimm eine Tablette oder geh spazieren.
- b) Geh ins Kino oder iss fünf Kugeln Eis.
- c) Trink viel Wasser und mach das Fenster auf.
- d) Trink viel Tee und rede wenig.
- e) Mach Gymnastik, steh nicht lange und geh langsam.
- f) Geh früh ins Bett und geh abends spazieren oder fahr viel Fahrrad.
- g) Mach viel Sport, trink viel und iss langsam. Iss viel Obst und Gemüse.
- h) Atme ruhig und mach Pause oder mach Ferien.

3

- a) Ich soll nicht rauchen.
Ich soll nicht viel reden.
Ich soll nicht singen.
- b) Ich soll keinen Wein trinken.
Ich soll keine Musik hören.
Ich soll nicht telefonieren.
- c) Ich soll nicht aufstehen.
Ich soll keinen Sport machen.
Ich soll nicht arbeiten.