

## A1.16.1 El día de Lucas

*Dzień Lucasa*



1. ¿Por qué es importante no posponer la alarma?
  - a. Para hacer la cama más rápido
  - b. Para dormir más horas cada día
  - c. Para crear una rutina natural
  - d. Para preparar la cena temprano
2. ¿Qué hace la persona para levantarse mejor?
  - a. Deja las zapatillas cerca de la cama
  - b. Se ducha antes de levantarse
  - c. Abre la ventana y sale al balcón
  - d. Pone el móvil debajo de la almohada
3. ¿Qué hace la persona nada más levantarse?
  - a. Come un desayuno grande
  - b. Empieza a trabajar en el ordenador
  - c. Bebe agua
  - d. Se vuelve a meter en la cama
4. ¿Para qué hace la cama al levantarse?
  - a. Para no tener la tentación de volver a meterse en la cama
  - b. Para guardar las zapatillas en el armario
  - c. Para que la habitación esté más fría
  - d. Para poder desayunar en la cama

**1-c 2-a 3-c 4-a**

### 2. Przeczytaj dialog i odpowiedz na pytania.

Lucas tiene una rutina diaria sencilla: trabaja de día, descansa por la tarde y cena con su familia.

*Lucas ma prostą codzienną rutynę: pracuje w ciągu dnia, odpoczywa po południu i je kolację z rodziną.*

**Lucas:** Hola, Sara. ¿Cómo estás? ¿Te estás adaptando bien al trabajo? *(Cześć, Sara. Jak się masz? Dobrze odnajdujesz się w pracy?)*

**Sara:** Hola, Lucas. Poco a poco. Todavía me siento un poco perdida. *(Cześć, Lucas. Powoli. Wciąż czuję się trochę zagubiona.)*

**Lucas:** Es normal al empezar un trabajo nuevo. Necesitas una buena rutina. *(To normalne na początku nowej pracy. Potrzebujesz dobrej rutyny.)*

**Sara:** Sí, me cuesta organizarme. ¿Cómo lo haces tú cada día? *(Tak, trudno mi się zorganizować. Jak ty robisz to każdego dnia?)*

**Lucas:** Yo me levanto a las seis para tener tiempo de prepararme. Me ducho, me visto y desayuno una tostada y café. *(Wstaję o szóstej, żeby mieć czas się przygotować. Biorę prysznic, ubieram się i na śniadanie jem tost i piję kawę.)*

**Sara:** ¡Uf! Yo no puedo despertarme tan temprano y casi nunca desayuno. *(Uff! Nie potrafię wstawać tak wcześnie i prawie nigdy nie jem śniadania.)*

**Lucas:** El desayuno es muy importante porque te da energía para todo el día, especialmente si trabajamos de nueve a cinco. *(Śniadanie jest bardzo ważne, bo daje energię na cały dzień, zwłaszcza jeśli pracujemy od dziewiętej do piątej.)*

**Sara:** Sí, es verdad. ¿Qué haces después del trabajo?

*(Tak, to prawda. Co robisz po pracy?)*

**Lucas:** Descanso. Ceno con mi familia a las nueve, me pongo cómodo, veo la tele y a las once me acuesto.

*(Odpoczywam. Jem kolację z rodziną o dziewiątej, relaksuję się, oglądam telewizję i o jedenastej kładę się spać.)*

1. ¿A qué hora se levanta Lucas?

a. A las ocho

b. A las nueve

c. A las seis

d. A las once

2. ¿Qué hace Lucas después del trabajo?

a. Descansa y luego cena con su familia

b. Casi nunca desayuna

c. Se acuesta a las nueve

d. Se ducha y se viste para ir al trabajo

**1-c 2-a**