

A1.29.1 Un día largo

Długi dzień



- ¿Cómo puede estar una persona aunque duerma bien, coma sano y haga deporte?
 - Con mucha hambre
 - Muy feliz
 - Con mucho frío
 - Muy cansada
- ¿Qué se dice que puede ser el motivo de la fatiga crónica?
 - El deporte
 - El sol
 - El estrés
 - El café
- ¿Qué produce el cuerpo en diferentes momentos del día?
 - Leche
 - Cortisol
 - Agua
 - Azúcar
- ¿Qué pasa por la noche cuando la persona tiene estrés?
 - Duerme muy bien toda la noche
 - Come mucho y va al cine
 - No duerme bien
 - Se despierta muy temprano y corre

1-d 2-c 3-b 4-c

2. Przewczytaj dialog i odpowiedz na pytania.

Ana llega a casa muy cansada después de un día largo de trabajo

Ana wraca do domu bardzo zmęczona po długim dniu w pracy

- Pedro:** ¡Vaya cara! ¿Estás muy cansada? *(¡Vaya cara! ¿Estás muy cansada?)*
- Ana:** Estoy agotada. Hoy ha sido un día eterno. *(Jestem wykończona. Dziś to był wieczność.)*
- Pedro:** ¿Otra vez mucho lío en el trabajo? *(¿Otra vez mucho lío en el trabajo?)*
- Ana:** Sí. Mucho estrés, muchas reuniones... Y tengo dolor de cabeza. *(Tak. Dużo stresu, wiele spotkań... I boli mnie głowa.)*
- Pedro:** Ven, siéntate un momento. ¿Quieres agua? ¿Tienes sed? *(Ven, siéntate un momento. ¿Quieres agua? ¿Tienes sed?)*
- Ana:** Sí, gracias. Y tengo un poco de hambre también. *(Tak, dziękuję. I też jestem trochę głodna.)*
- Pedro:** Vale, te preparo algo rápido. Pero escucha: así no puedes seguir. Necesitas desconectar. *(Vale, te preparo algo rápido. Pero escucha: así no puedes seguir. Necesitas desconectar.)*
- Ana:** Ya lo sé. Necesito relajarme, necesito vacaciones. Quiero cuidarme un poco. *(Wiem. Muszę się zrelaksować, potrzebuję wakacji. Chcę trochę o siebie zadbać.)*
- Pedro:** Justo estaba mirando vuelos. Llevamos meses diciendo "ya lo haremos" y nunca lo hacemos. *(Justo estaba mirando vuelos. Llevamos meses diciendo "ya lo haremos" y nunca lo hacemos.)*
- Ana:** Tienes razón. Siempre lo hablamos y no hacemos nada. Podemos mirar algo tranquilo, cerca del mar. *(Masz rację. Zawsze o tym mówimy i nic z tego nie wychodzi. Możemy poszukać czegoś spokojnego, blisko morza.)*

Pedro: Perfecto. Esta noche cenamos, nos sentamos juntos y reservamos. Sin excusas.

(Perfecto. Esta noche cenamos, nos sentamos juntos y reservamos. Sin excusas.)

Ana: Hecho.

(Hecho.)

1. ¿Qué le pasa a Ana cuando llega a casa?

- a. Está sudada porque ha hecho deporte.
- c. Está agotada y tiene dolor de cabeza.

- b. Está meditando y muy tranquila.
- d. Está lesionada y no puede caminar.

2. ¿Qué plan quieren hacer Pedro y Ana?

- a. Reservar unas vacaciones cerca del mar.
- c. Comprar una casa nueva.

- b. Ir al hospital esta noche.
- d. Trabajar más horas para ganar dinero.

1-c 2-a