

Zelené pivo.

Před lekcí a po lekcí.

Jsem statný (muscular, well built) × šťastný (happy).

Kolik pív? Dvě.

Kde? – Mendlovo náměstí.

Kamarádi jsou tam.

Kolik pív vypijou, zatímco vy jste tady? Čtyři...

Obvyklé české tempo (pace): 1 pivo = 30 minut...

Zelené **Starobrno** je stejné: nechutné (disgusting)...

Je tam festival, hudba? Moc lidí, moc zeleného piva...

Týden 9: ZDRAVOTNÍ STAV (TM U12)

Conversation before listening. Work in groups.

1. Myslíte si, že máte **zdravou životosprávu**?
 - a. Zdravá životospráva
 - i. Cvičit
 - ii. Běhat
 - iii. Chodit na procházku
 - iv. **Racionální** × **emocionální** dieta
 - b. Nezdravá životospráva
 - i. Zelené pivo
 - ii. Cigarety
 - iii. Tuky: vždycky špatné? Nemůžu jíst tuky vůbec? Trochu není problém
 - iv. **Mastné** / **tučné** jídlo
 - v. Drogy
 - vi. Málo spát
 - vii. Stres
 - c. Studenti medicíny: ne
 - i. Proč ne?
 - ii. Studujeme. No a?
 - iii. Nemáme čas.
 - d. Jíte zdravé jídlo?
 - i. Čas od času. Nemám čas / peníze.
 - ii. Zdravé jídlo je drahé.
 - e. České jídlo je zdravé?
 - i. Existuje zdravé české jídlo?
 - ii. Guláš není špatný: 4 knedlíky...
 1. Guláš se šesti...
 - iii. Zelf
 - iv. Kde můžete koupit zdravé jídlo?
 1. Zelný trh
 2. Tesco

3. Zdravá výživa:
 - a. Čočka
 - b. Kočka: je **králík** (rabbit) chudých lidí
 - c. pohanka
2. Jaký je hlavní rozdíl mezi způsobem života, který jste měl/a dříve, a teď během studia medicíny?
 - a. Stejný život? Co je jiné?
 - b. Nemám čas.
3. Máte rád/a české jídlo? Co vám chutná a co vám nechutná?
4. V čem je stejná/podobná/jiná vaše národní kuchyně?

Listen to the dialogue and fill in the gaps. ([link](#))

Lékař: Dobrý den, pane Málku. Mám tu **VÝSLEDKY** (1) krevních testů z laboratoře. Všechno je v pořádku, máte jen zvýšený cholesterol.

Pacient: Znamená to, že musím držet dietu?

Lékař: Měl byste **OMEZIT** (2) živočišné tuky. To znamená jíst méně uzenin, červeného masa, tučných mléčných výrobků a snažit se trochu více **POHYBOVAT** (3).

Pacient: Pane doktore, celý den v práci **SEDÍM** (4). Pracuji v kanceláři, je to pro mě těžké. A mám také hrozně rád česká jídla: omáčky, salámy, uzeniny.

Lékař: Pane Málku, musíte se nad svým zdravotním stavem **ZAMYSLET** (5). Máte zvýšený cholesterol, vysoký krevní tlak a nadváhu. Víím, že je to těžké. Ale měl byste **DRŽET** (6) dietu a zkusit **ZHUBNOUT** (7), aby se snížila hladina cholesterolu.

Pacient: No dobře, **ZKUSÍM** (8) to.

Lékař: Dám vám kontakt na nutričního terapeuta. Určitě vám **POMŮŽE** (9), hlavně ze začátku.

Pacient: Dobře, děkuji moc. Budu se **SNAŽIT** (10).

Zkusit: to try (once)

Snažit: to try (longterm)

Omezit: reduce (consumption) → tuky, sůl, pivo, cigarety, drogy...

Maso a **uzeniny:** meat and meat products; šunka, salám, klobása, párek v rohlíku (hot dog), slanina, sádlo

Červené maso: hovězí, jehněčí, zvěřina (game meat), vepřové, kachna (duck)

Bílé maso: kuřecí,

Ryby = není maso: losos

mléčné (< mléko) výrobky: dairy products: jogurt, smetana, sýr, máslo, tvaroh, kefír

Listen to the dialogue once more and answer the questions.

1 Co ukázaly krevní testy pana Málka?

2 Jaké změny ve stravě* mu doporučuje lékař? A) _____, B) _____, C) _____

3 Co dělá pan Málek v práci? _____

4 Jaká jsou jeho oblíbená jídla? _____

5 Jaké hlavní problémy má pan Málek? A) _____, B) _____. C) _____

6 Jak si může pan Málek snížit cholesterol? A) _____, B) _____

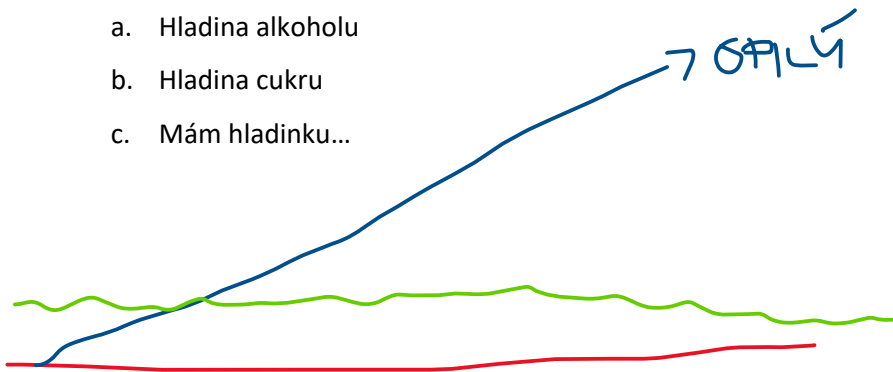
7 Kdo mu pomůže? _____

*diet, food

Fill in the gaps (use given nouns, do not change their form). There are two extra words

výsledky, pohybu, životosprávu, nadváhu, terapeuta, váhu, váze, postavy, hladina, výška

1. Můj bratr měří 170 cm, je střední **POSTAVY**.
 - a. Střední výška
 - b. **Postava** = figura: střední, malá, vysoká; robustní, hruška = pear
2. Je to dobré, pane Nováku, **HLADINA** vašeho cholesterolu se snížila.
 - a. Hladina alkoholu
 - b. Hladina cukru
 - c. Mám hladinku...



3. Už tady máme **VÝSLEDKY** vašich krevních testů.
4. Měl byste trochu změnit vaši **ŽIVOTOSPRÁVU**, začínáte tloustnout.
5. Pane Nováku, váš BMI je 27, 5. Máte **NADVÁHU**, musíte zhubnout.
6. Když ležím nebo sedím, je to dobré, ale při **POHYBU** je to horší.
7. Paní Horká, **ubýváte** nebo **přibíráte** na **VÁZE**
 - a. **Hubnete** / tloustnete?
8. Dám vám kontakt na nutričního **TERAPEUTA**, zavolejte mu.

Cvičení (TM, page 86-88).

1 Fill in the gaps. Choose from the following:
operaci, pomoci, kritickém, pořádku, uzdravte, zlepšuje

1. Po nehodě je pacient v _____ stavu.
2. Pacient bude muset jít na _____.
3. Brzy se _____!
4. Tyhle tablety by vám měly _____.
5. Váš zdravotní stav se _____.
6. Do týdne to bude v _____.

2 Revise comparisons of the adjectives DOBRÝ, ŠPATNÝ and the adverbs DOBŘE, ŠPATNĚ.

<i>adjective</i>	dobrý (good)	lepší (better)	nejlepší (the best)
<i>adjective</i>	špatný (bad)	horší (worse)	nejhorší (the worst)
<i>adverb</i>	dobře (well)	lépe/líp (better)	nejlépe/nejlíp (best)
<i>adverb</i>	špatně (badly)	hůř(e) (worse)	nejhůř(e) (worst)

Note:

mnohem lepší/lépe = much better, mnohem horší/hůř = much worse
 trochu lepší/lépe = a bit better, trochu horší/hůř = a bit worse

Je mi dobře.	<i>I am well.</i>
Je mi líp/lépe.	<i>I am better.</i>
Je mi špatně.	<i>I feel sick.</i>
Je mi hůř/e.	<i>I feel worse.</i>
Je vám dobře?	<i>Are you ok?</i>
Je vám lépe?	<i>Do you feel better?</i>
Je vám špatně?	<i>Are you sick?</i>

Choose the right word:

1. Od rána je mi špatný/špatně.
2. Je vám dnes lepší/lépe?
3. Po operaci se cítím mnohem lepší/lépe.
4. Cítíte se dobry/dobře?
5. Dnes je lepší/lépe den než včera.
6. Po jídle je mi mnohem horší/hůř.
7. Je vám dobry/dobře?
8. Jídlo v nemocnici je dobré/dobře.

Cítím se lepší. = I feel as a better person

Cítím se lépe = I feel better

Jídlo v nemocnici je dobré? Ne, není dobré, je suché...

UHO: univerzální hnědá omáčka

3 Match the Czech sentences with their English translations.

- | | |
|----------------------------|------------------------------------|
| 1. Dnes je mi mnohem hůř. | a. I've got better medication now. |
| 2. Je to o trochu lepší. | b. My breathing is worse at night. |
| 3. V noci se mi dýchá hůř. | c. It's a bit better. |
| 4. Nejlépe je mi doma. | d. I feel better. |
| 5. Je mi lépe. | e. I feel very bad. |
| 6. Je mi moc špatně. | f. Today I feel much worse. |
| 7. Mám teď lepší léky. | g. I feel best at home. |
| 8. Je mi dobře. | h. I feel well. |

4 Work in pairs.

2 Answer the following questions (make complete sentences):

1. Kolik měříte? _____
2. Kolik vážíte? _____
3. Sportujete pravidelně? _____
4. Jíte zdravě? Držíte někdy dietu? _____
5. Chodíte pravidelně na preventivní prohlídky? _____

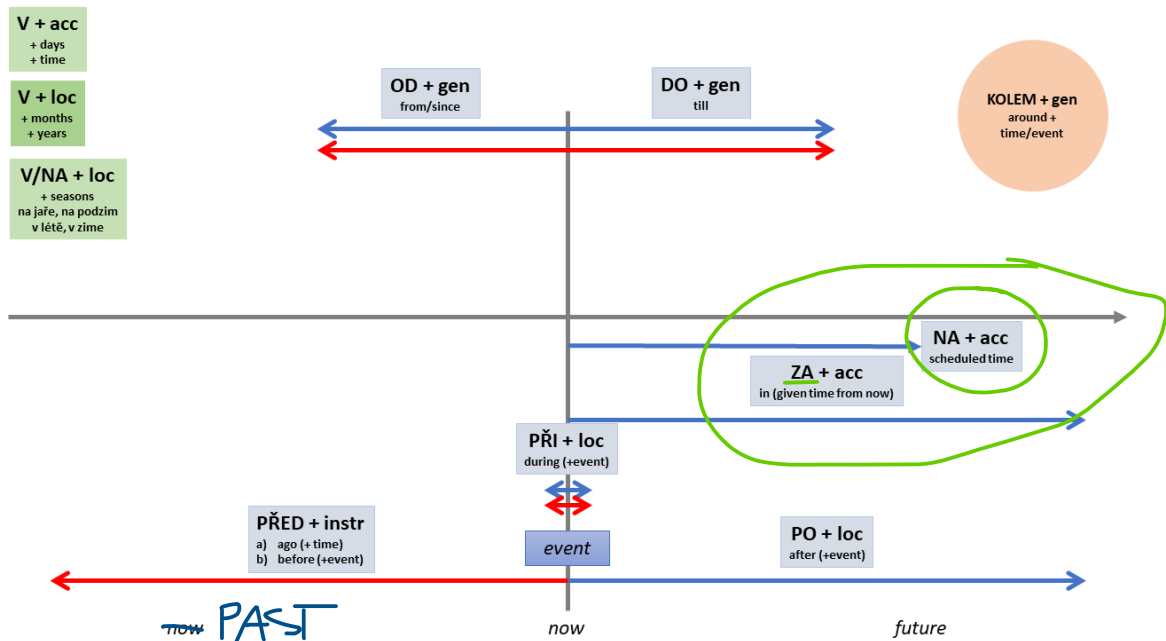
Preventivní prohlídka: gynekologická, onkologická

Praktický lékař: krevní tlak, krevní testy (cukr, cholesterol), měří teplotu; poslouchá srdce a plíce

4 Act out a conversation between a doctor and a patient. The doctor should use at least one of these phrases:

musíte; nesmíte; měl byste; neměl byste; nemůžete

TIME EXPRESSIONS WITH PREPOSITIONS



- Jedu do Itálie NA měsíc. *To spend a month there*
- Jedu do Itálie ZA měsíc. *In a month*
- **Jedu do Itálie XXX měsíc.-**
-
- Předtím, přitom, potom
- za pět let (acc): in 5 years
- před pěti lety (instr): 5 years ago
- v pěti letech (loc): at the age of 5
 - v devadesátých letech: in 90s
 - v nultých (2000–09)
 - v desátých (2010–19)

Fill in the preposition (or no preposition)

1. **PŘED** týdnem jsem přijel z Londýna, jsem v Brně už **XXX** týden.
2. **NA** jak dlouho chceš jet na hory? – Asi **NA** celý víkend.
 - a. **ZA** jak dlouho chceš jet na hory? – za týden, v pátek
 - b. **XXX** jak dlouho chceš jet na hory?
3. Půjdeme na kávu? – Ano, můžeme, máš čas **PŘED** češtinou?
 - a. Za + events = ne!
 - b. Po češtině

4. Teď nemám čas, můžete přijít **ZA** 20 minut?
 - a. **Po** 20 minutách...
5. Ten lék musíte brát **nalačno**, to znamená **PŘED** jídlem.
6. **OD** rána je mi špatně, pane doktore.
7. Bylo mi špatně **XXX** celé dopoledne.
8. **PO / PŘI** jídle si vždycky dávám kávu.
9. **V** létě budu mít **XXX** 4 týdny volno.
10. **PŘI / (PO)** operaci bude mít lékař dva asistenty.
11. Musím mít všechny kredity **DO** konce zkuškového období (exam period).
12. **V** lednu jsem byl v Alpách.
13. **V / KOLEM** poledne se mi chce vždycky spát.
14. **PO** obědě si dám dvacet (dát si dvacet = take a nap).
15. **ZA** 10 let budu mít velkou rodinu.
16. Onemocněl jsem **PŘED** 6 lety.
 - a. **V** 6 letech.
17. **PO** operaci jsem byl ještě dva dny v nemocnici.