1. **Прочитайте текст и переведите на чешский подчеркнутые слова**

**Что такое болезни цивилизации?**

Болезни цивилизации – это болезни, которые часто встречаются в современных обществах западного типа.

Болезни цивилизации - это результат неправильного использования возможностей, которые дала человеку цивилизацией.

**Что относится к болезням цивилизации?**

В каждой эпохе были свои болезни. В XX веке это были неврозы и СПИД, а в XXI веке – это, так называемые, «болезни цивилизации». К ним относятся:

1. Инфаркты, инсульты

2. Сахарный диабет

3. Остеохондроз

4. Онкологические заболевания

5. Ожирение

6. Депрессия

7. Бессонница

8. Аллергии

9. Наркомании

**Депрессия – это тоже болезнь цивилизации**

Депрессия превратилась в глобальную эпидемию. Она стала главной причиной, по которой ежегодно совершают самоубийства более миллиона людей по всему миру.

Она лишает людей сна, энергии, внимательности, памяти – всех основных возможностей испытывать радости жизни. Она может убить в людях желание любить, работать, играть и даже жить. Депрессия – это не естественная болезнь. Она вызвана высокой нагрузкой, развитием промышленности и современным образом жизни.

 **Что делать?**

Важно повышать свой уровень знаний, менять свой образ жизни. Также надо создать для себя благоприятную среду (место жизни, работы, отдыха).

**2.Болезни цивилизации –это….**

1. это болезни, которые часто встречаются в Европе и Америке.
2. это болезни, которые часто встречаются в традиционных обществах.
3. Это болезни, которые нельзя вылечить.
4. это болезни, которые часто бывают в современных обществах западного типа.

**3.Что не относится к «болезням цивилизации»? Подчеркните**

Сахарный диабет, ангина, депрессия, бессонница, аллергия,

инсульт, чума, ожирение, наркомания, остеохондроз, диарея

**4.Выберете «Да» или «Нет»**

1.Депрессия – это глобальная эпидемия. Да/Нет

2.Из-за депрессии тысячи людей кончают жизнь самоубийством. Да/Нет

3. Депрессия – это не болезнь, а просто плохое настроение. Да/Нет

4. В депрессии люди могут с радостью работать, играть, любить. Да/Нет

**5. Как вы поняли: что нужно делать, чтобы не болеть «болезнями цивилизации»? Опишите в 2-3 предложениях.**