

Vita sana

Introduzione:

Guardate l'immagine: Che cosa vuol dire vivere una "vita sana"? Avete altre idee?



Immagine 1

Esercizio 1:

Raccontate al vostro partner che cosa fate (o non fate) per vivere una "vita sana" e spiegate perché trovate importanti queste cose.

Vocabolario & frasi

Faccio molta attenzione a...

Faccio molto...

Trovo specialmente importante...

Faccio... (x) volte la settimana/al giorno

...aiuta a... (infinito)

Se non..., ti viene...

Esercizio 2:

Mostrate al vostro partner dei siti internet o dei blog che vi piacciono sul tema della “vita sana” nel vostro paese.

Confrontateli con quelli del paese del vostro partner.

- Ci sono differenze tra i siti/blog che avete mostrato voi e quelli del vostro partner?
- Ci sono differenze per quanto riguarda i consigli nei diversi paesi?
- Secondo voi le differenze dipendono da un fattore di diversità culturale?
- Vi sembra che nei rispettivi siti/blog vengano menzionati cose che nel paese del vostro partner mancano? (ad esempio, certi alimenti, bevande, luoghi)
- Ci sono anche linee di guida ufficiali (del governo) per vivere una “vita sana”? Vengono dati gli stessi consigli in entrambi paesi?

Spiegazioni:

Se trovate differenze culturali cercate di spiegarle con la storia, le tradizioni o l'ambiente:

Vocabolario & frasi

In Francia/Germania/Gran Bretagna/Italia... ci sono molti/e... (ad esempio, fonti termali)
 xy è famoso/a in tutto il mondo per...
 Già nel secolo xy... (persona famosa) ha richiamato l'attenzione sull'importanza di...
 La terapia... è stata sviluppata nell'anno.../... anni fa.
 x/xy ha/hanno inventato...
 In... non c'è.../non c'è posto per...

Esercizio aggiuntivo:

Discutete: Ci sono consigli per la salute che non trovate utili? Ad esempio che cosa ne pensate di argomenti quali “depurazione”, “disintossicazione” o “un mese senza alcol”?

Fonti

Immagine 1 <https://pixabay.com/en/adult-artistic-beauty-concept-diet-84478/>