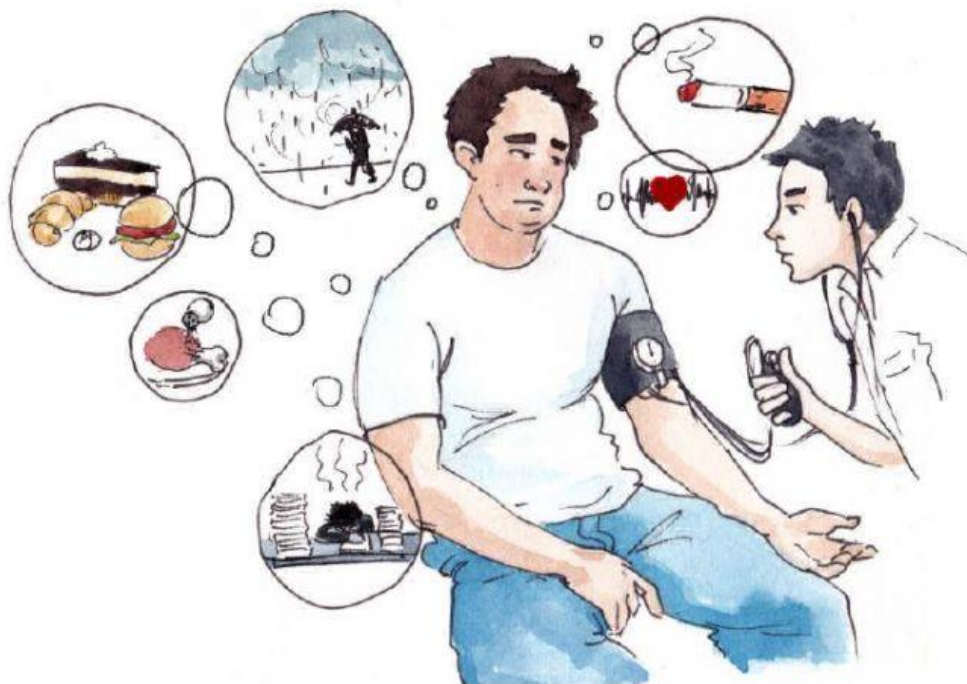




1. Прочетете текста.

Антон е полицаи. Обикновено има много работа. Тази вечер той се връща вкъщи уморен. Не се чувства добре – боли го главата, вие му се свят, гади му се, но личният му лекар работи само до обяд.

Жена му се обаждат на Бърза помощ. След половин час идва лекар. Той казва, че Антон има много високо кръвно – 180 на 100. Пише му рецепта с лекарства за кръвното и му казва:

– Повече плодове и зеленчуци, почивка и разходка през уикенда, 10 минути гимнастика всяка сутрин. Имате нужда от спокойствие и по-малко стрес.

2. Избери само верните отговори.

1. Антон е лекар. ☐
2. Той работи много. ☐
3. Тази вечер се връща вкъщи весел. ☐
4. Боли го главата, вие му се свят, гади му се. ☐
5. Личният му лекар работи след обяд. ☐
6. Жена му се обаждат на личния лекар. ☐
7. Бърза помощ идва след един час. ☐
8. Кръвното на Антон е 120 на 80. ☐
9. Лекарят пише рецепта. ☐
10. Лекарят казва на Антон: "По-малко плодове и зеленчуци и повече стрес." ☐

3. Избери само полезното.

- гимнастика ☐
- стрес ☐
- два литра вода всеки ден ☐
- разходки в парка ☐
- много плодове и зеленчуци ☐
- цигари ☐
- спокойствие ☐
- много захар и сладко ☐
- много хляб ☐
- проблеми в работата ☐
- почивка ☐
- добри приятели ☐
- много сол ☐
- студено време, дъжд и вятър ☐