S 83: Ratschläge geben:

KB I S. 34 **Lektion 18** 3b

Gesundheits-Forum: Ratschläge geben

Lesen Sie die Beiträge im Gesundheitsforum. Arbeiten Sie zu zweit und schreiben Sie zwei Ratschläge zu jedem Beitrag. Hilfe finden Sie im Bildlexikon.

Hallo,
ich kann seit drei Monaten nicht mehr richtig schlafen. Ich war auch schon beim Arzt, aber er hat nichts gefunden. Wer hat einen Tipp?
Philipp

> *Hallo Philipp,*
> *trinken Sie viel Tee oder Wasser! Nehmen Sie auch Vitamin C.*
> *Sara*

Hallo,
mein Mann hat schon seit sechs Wochen Kopfschmerzen!
Wer kann helfen?
Tina

> *Hallo Tina,*
> *ich denke, Ihr Mann soll zum Arzt gehen. Sechs Wochen sind zu lang.*
> *Bernd*

viel Obst essen | Sport machen | keinen Kaffee trinken | nicht so viel arbeiten | viel spazieren gehen | ein Rezept beim Arzt holen | Tabletten/Medikamente nehmen | ...

LIVEWORKSHEETS

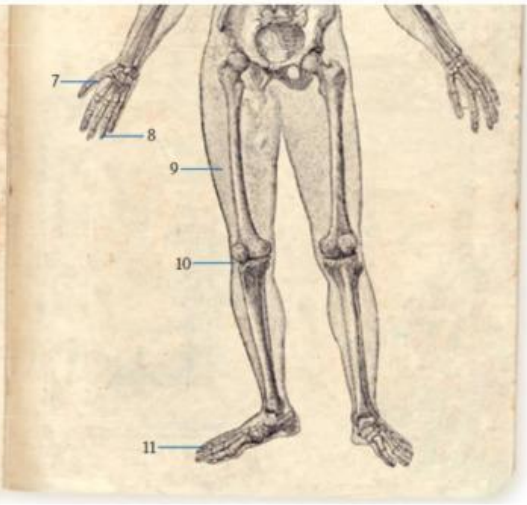
5 Nehmen Sie doch mal Heilkräuter!

a Lesen Sie den Ratgebertext und beantworten Sie die Fragen.

1 Was ist Naturmedizin?
zum Beispiel Heilkräuter

2 Was hilft gegen Halsschmerzen?

3 Sie möchten etwas über Heilkräuter lernen. Was können Sie tun?





Klosterladen Bieberach

Heil- und Küchenkräuter, Kosmetika, Klosterliköre und Spirituosen



Ein guter Rat von Schwester Angelika Böhmer: ***Nehmen Sie doch mal Heilkräuter!***
Kopfschmerzen? Schnupfen und Fieber? Husten? Schmerzen in Armen oder Beinen? Natürlich können Sie mit jedem Problem sofort zum Arzt gehen (und bei manchen Krankheiten sollen Sie das auch wirklich tun!). Aber oft kann Ihnen auch die Naturmedizin mit ihren vielen Heilkräutern helfen. Zum Beispiel mit Salbei. Salbei hilft sehr gut gegen Halsschmerzen.
Oder Baldrian: Das ist gut bei Kopf- oder Bauchschmerzen.
Wollen Sie mehr über Heilkräuter wissen? Dann lesen Sie das Buch „Heilen mit der Natur" von Schwester Angelika Böhmer. Erschienen im Kloster-Verlag Bieberach. 14,95 €

LIVEWORKSHEETS

b Es geht Ihnen nicht gut. Was machen Sie? Erzählen Sie. Hilfe finden Sie auch im Bildlexikon.

Bauchschmerzen | Fieber | Schnupfen | Kopfschmerzen | Husten | ...

- Ich finde Naturmedizin gut. Gegen Bauchschmerzen trinke ich Kamillentee. Das hilft.
- Ich glaube nicht an Naturmedizin. Ich nehme eine Tablette oder gehe zum Arzt.
- Ich trinke Kräutertee gegen Fieber. Was machst du gegen Fieber?
- Ich ...

KOMMUNIKATION

Was machst du gegen ...?
Was hilft gegen ...?
Ich nehme/trinke/gehe/bleibe ...
Das hilft.

6 Umfrage im Kurs: Wie gesund lebst du?

Arbeiten Sie zu dritt auf Seite 75.

Umfrage im Kurs: Wie gesund lebst du?

a Arbeiten Sie zu dritt und schreiben Sie Fragen.

1.	Wie oft machst du Sport?	sehr oft, selten, manchmal
2.	Isst du jeden Tag Obst?	
3.	Wie oft gehst du in die Sauna?	
4.	Um wie viel Uhr gehst du schlafen?	normalerweise
5.	_____?	
6.	_____?	
7.	_____?	
8.	_____?	
...		

b Befragen Sie eine Person aus einer anderen Gruppe und notieren Sie die Antworten.

c Erzählen Sie in Ihrer Gruppe von dem Ergebnis.

... macht fast nie Sport. Aber sie geht oft in die Sauna. Sie ...

LIVEWORKSHEETS

LIVEWORKSHEETS