

Healthy and Unhealthy Living

Unit 6

Prefiero

(I prefer)

Odio

(I hate)

Me gusta(n) (mucho)

(I really like)

Me encanta(n)

(I love)

No me gusta(n) (nada)...

(I don't like at all)

el agua *(water)*

el arroz *(rice)*

la carne *(meat)*

la fruta *(fruit)*

la leche *(milk)*

el marisco *(seafood)*

el pescado *(fish)*

el queso *(cheese)*

El chicle

(chewing gum)

las verduras *(vegetables)*

las hamburguesas *(hamburgers)*

los huevos *(eggs)*

los caramelos *(sweets)*

Los bocadillos

(sandwiches)

Las patatas fritas

(crisps/chips)

Las chocolatinas

(chocolate bars)

Porque es...

(because it is)

Porque tiene

Because it has

Porque son...

(because they are)

Porque tienen

Because they have

rico/a

(delicious)

Delicioso/a

(delicioso)

asco/a

(disgusting)

sano/a

(healthy)

malsano/a

(unhealthy)

Mucha grasa

Lots of fat

Mucho azúcar

Lots of sugar

Mucho sal

Lots of salt

Ricos/as

(delicious)

Deliciosos/as

(delicioso)

Ascós/as

(disgusting)

Sanos/as

(healthy)

Malsanos/as

(unhealthy)

Mucha grasa

Lots of fat

Mucho azúcar

Lots of sugar

Mucho sal

Lots of salt

Comes bien? <i>Do you eat well?</i>			Pescado <i>Fish</i>		
Tengo una dieta sana <i>I have a healthy diet because</i>			Patatas fritas <i>Crisps/chips</i>		
			Comida rápida <i>Fast-food</i>		
		Mucho/a/os/as <i>A lot of</i>	Caramelos <i>Sweets</i>		
	Porque como <i>Because I eat</i>		Fruta <i>Fruit</i>	Y bebo <i>And I drink</i>	
			Ensalada <i>Salad</i>		Mucho/a/os/as <i>A lot of</i>
		Poco/a/os/as <i>Not much</i>	Verduras <i>Vegetables</i>		
Tengo una dieta malsana <i>I have an unhealthy diet</i>			Comida basura <i>Junk food</i>		Poco/a/os/as <i>Not much</i>
			Comida grasienta <i>Greasy food</i>		Agua mineral <i>Mineral water</i>
					Leche <i>Milk</i>
					Bebidas azucaradas <i>Sugary drinks</i>
					Refrescos <i>Soft drinks</i>
					Cerveza <i>Beer</i>
					Vino <i>Wine</i>
					Café <i>Coffee</i>
					Té <i>tea</i>

Quando tengo <i>When I am</i>	Hambre <i>Hungry</i> Sed <i>Thirsty</i> Frío <i>Cold</i> Calor <i>Hot</i> Sueño <i>Sleepy</i> Prisa <i>In a hurry</i> Dolor de cabeza <i>A head-ache</i>	Tomo <i>I have</i>	Mucho/a/os/as <i>A lot of</i> Poco/a/os/as <i>Not much</i>	Pescado <i>Fish</i> Patatas fritas <i>Crisps/chips</i> Comida rápida <i>Fast-food</i> Caramelos <i>Sweets</i> Fruta <i>Fruit</i> Ensalada <i>Salad</i> Verduras <i>Vegetables</i> Comida basura <i>Junk food</i> Comida grasienta <i>Greasy food</i>	Y <i>and</i>	Mucho/a/os/as <i>A lot of</i> Poco/a/os/as <i>Not much</i>	Agua mineral <i>Mineral water</i> Leche <i>Milk</i> Bebidas azucaradas <i>Sugary drinks</i> Refrescos <i>Soft drinks</i> Cerveza <i>Beer</i> Vino <i>Wine</i> Café <i>Coffee</i> Té <i>tea</i>

Cuando
When

Como
I eat

Bebo
I drink

Tomo
I have

Estudio
I study

Fumo
I smoke

**Juego al
deporte**
I play sport

Demasiado
Too much

Me duele

Me duelen

La cabeza
My head hurts

El estómago
My stomach hurts

La garganta
My throat hurts

La espalda
My back hurts

Las piernas
My legs hurt

Los ojos
My eyes hurt

	Llevas una vida sana?			Do you lead a healthy life?			
Como <i>I eat</i>	la carne <i>(meat)</i>	Bebo <i>I drink</i>		Hago gimnasia <i>I do gymnastics</i>	Y <i>and</i>	No <i>Not</i>	Tomo drogas <i>I take drugs</i>
	la fruta <i>(fruit)</i>		Agua <i>Water</i>	Hago artes marciales <i>I do martial arts</i>			
	el pescado <i>(fish)</i>		Leche <i>Milk</i>	Hago equitación <i>I do horse-riding</i>			
	el queso <i>(cheese)</i>		cola <i>(coke)</i>	Hago atletismo <i>I do athletics</i>			
	las verduras <i>(vegetables)</i>		limonada <i>(lemonade)</i>	Hago natación <i>I do swimming</i>			
	los caramelos <i>(sweets)</i>		agua con gas <i>(sparkling water)</i>	Hago patinaje <i>I do skating</i>			
	Las patatas fritas <i>(crisps/chips)</i>		zumode	Hago ciclismo <i>I do cycling</i>			
	Las chocolatinas <i>(chocolate bars)</i>		manzana <i>(apple juice)</i>				
	Comida basura <i>Junk food</i>		cerveza <i>beer</i>	Juego al fútbol <i>I play football</i>			
	Comida grasienta <i>Greasy food</i>		Vino tinto <i>Red wine</i>	Juego al tenis <i>I play tennis</i>			
	Comida rápida <i>Fast-food</i>		Vino blanco <i>White wine</i>	Juego al voleibol <i>I play volleyball</i>			
	Azúcar <i>Sugar</i>			Juego al baloncesto <i>I play basketball</i>			
	Grasa <i>Fat</i>						
	Sal <i>salt</i>						

Para llevar una vida sana.....	To lead a healthy life ...				
--------------------------------	----------------------------	--	--	--	--

	Comer bien <i>Eat well</i> Beber bien <i>Drink well</i> Dormir ocho horas <i>Sleep eight hours</i> Jugar al deporte <i>Play sport</i> Hacer ejercicio <i>Do exercise</i>	<p>..... Y and</p>	Tengo que <i>I have to</i> Voy a <i>I am going to</i> Trato de <i>I try to</i> Intento <i>I try to</i> Me importa <i>Is important to me</i>	Dejar de <i>stop</i> Evitar <i>avoid</i>	Comer malsano <i>Eating unhealthily</i> Fumar <i>Smoking</i> Tomar Drogas <i>Taking drugs</i> Emborracharme <i>Getting drunk</i> Acostarme tarde <i>Going to bed late</i>
Es muy importante <i>It is very important to</i>	Evitar estrés <i>Avoid stress</i> Mantenerse en forma <i>Keep fit</i> Acostarse temprano <i>Go to bed early</i> Levantarse temprano <i>Get up early</i>				
Es necesario <i>It is necessary to</i>					