**Name \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Unit Vokabeln: Krankheit und Gesundheit**

**Staying Healthy**

die Gesundheit *health*

sich fit halten *to keep yourself fit*

sehr gesund leben *to live a healthy lifestyle*

sich ernӓhren *to nourish yourself*

viel für die Gesundheit tun *to do a lot for your health*

vernünftig essen *to eat healthy foods*

genügend schlafen *to get enough sleep*

Gymnastik / Sport machen *to exercise*

ins Fitnessstudio gehen *to go to the gym*

keinen Alkohol trinken *to not drink alcohol*

die Sonne vermeiden *to avoid the sun*

nicht rauchen *to not smoke*

viel Obst essen *to eat lots of fruit*

jeden Morgen joggen *to jog every morning*

Rad fahren *to cycle*

sich erholen *to rest*

richtig kauen *to chew appropriately*

sich richtig kleiden *to wear appropriate clothing*

nur leichte Speisen essen *only eat light foods*

Alkohol vermeiden *avoid alcohol*

viel Wasser trinken *drink plenty of water*

der Lichtschutzfaktor, -en *SPF*

nur Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor benutzen. *to use sunscreen with a high SPF*

**Saying why you don’t eat something**

hat zu viel Fett *has too much fat*

hat zu viele Kalorien *has too many calories*

macht dick *makes you fat*

es schmeckt mir nicht *doesn’t taste good*

allergisch sein gegen *allergic to*

nicht gut für die Gesundheit *not good for your health*

ungesund *unhealthy*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Eating Habits | Clothing Habits | Mental Health | Fitness | Other |

**Expressing approval**

Es ist prima, dass...

Ich finde es toll, dass...

Ich bin froh, dass...

Ich freue mich, dass...

**Expressing disapproval**

Es ist schade, dass...

Ich finde es nicht gut, dass...

**Talking about how you feel**

sich fühlen *to feel*

ganz wohl *very well*

sehr/ nicht / nicht sehr wohl *not very well*

überhaupt nicht wohl *really not well*

groβartig *great*

super-toll!

**Inquiring about someone’s health and responding**

*How are you / how are you feeling?*

Wie fühlst du dich?

Wie geht es dir?

Wie geht’s?

Wie geht es Ihnen?

Ist dir nicht gut? *Are you not well?*

*What’s wrong?*

Ist was mit dir?

Was fehlt dir?

Was ist los mit dir?

Ich fühle mich wohl! *I feel well.*

Es geht mir gut!

Mir ist schlecht.

Ich bin krank.

Mir ist nicht gut.

Ach schade! *That’s a shame!*

Gute Besserung! *Feel better!*

Hoffentlich geht es dir bald besser! *Hopefully you will feel better soon!*

**Expressing regret**

Es tut mir Leid. *I’m sorry*

bedauern *to be sorry*

Ich bedaure,…. *I am sorry.....*

Was für ein Pech! *That stinks!*

Ich habe leider nur.... *Unfortunately, I only have....*

**Downplaying**

Das macht nichts! *It’s no big deal.*

Schon gut! *Ok*

Nicht so schlimm! *Not so bad!*

**Sickness**

Ich kann kaum schlucken. *I can hardly swallow.*

Ich habe Husten und Schnupfen. *I have a cough and a stuffy nose.*

das Fieber *fever*

die Erkӓltung *cold*

erkӓlten *to catch a cold*

Ich bin erkӓltet. *I have a cold.*

die Halsschmerzen *sore thrat*

die Kopfschmerzen *headache*

die Zahnschmerzen *toothache*

die Ohrenschmerzen *earache*

die Bauchschmerzen *stomachache*

**What to do when you are sick**

zu Hause bleiben *to stay at home*

in die Drogerie gehen *to go to the drug store*

in die Apotheke gehen *to go to the pharmacy*

der Arzt, -̈e *doctor*

der Sonnenstich, -e *sunstroke*

die Haut *skin*

die Temperatur

Fieber messen *to take one’s temperature*

Meine Stirn ist heiβ. *My head is hot.*

schützen *to protect*

**Asking for and giving advice**

Was soll ich bloβ tun? *What should I do?*

Geh doch mal (zum Arzt)! *Go to the doctor’s!*

Du sollst den Arzt anrufen! *You should call the doctor!*

**Expressing hope**

hoffen *to hope*

Ich hoffe, (dass).... *I hope that....*

hoffentlich.... *hopefully*

**Asking about and expressing pain**

Tut’s weh? *Does it hurt?*

Au!, Aua! *ow!*

Es tut weh! *It hurts!*

Was tut dir weh? *What hurts?*

Tut dir.....weh? *Does .... hurt?*

.....tut mir weh. *....hurts.*

**Parts of the Body**

der Hals, -̈e *neck*

der Kopf, -̈e *head*

der Bauch, -̈e *stomach*

die Schulter, -n *shoulder*

der Rücken, - *back*

die Hüfte, -n *hip*

das Bein, -e *leg*

der Oberschenkel, -e *thigh*

die Wade, -n *calf*

der Arm, -e

der Fuβ, -̈e *foot*

der Zeh, -e *toe*

die Ferse, -n *heel*

der Knӧchel, - *ankle*

das Knie, - *knee*

der Zahn, -̈e *tooth*

das Auge, -n *eye*

der Mund, -̈er *mouth*

die Nase, -n *nose*

das Ohr, -en *ear*

das Kinn,-e *chin*

die Brust, -̈e *chest*

der Bauchnabel *belly button*

der Bizeps

der Ellenbogen (die Ellbogen) *elbow*

das Handgelenk, -e *wrist*

der Finger, -s

**Reflexive Verbs**

sich etwas brechen *to break something*

er/sie/es bricht sich

sich verstauchen *to sprain something*

sich verletzen *to hurt yourself*

**Verbs that can be both reflexive and non-reflexive**

(sich) waschen *to wash*

(sich) kӓmmen *to comb*

(sich) putzen *to clean*

**Other useful words**

die Sonnenmilch *suntan lotion*

die Sonnencreme *suntan lotion*

das Shampoo, -s

die Zahnpasta *tooth paste*

die Seife, -n *soap*

die Handcreme benutzen *to use hand cream*

süβ *sweet*

sauer *sour*

fett *greasy*

parfümiert *perfumed*

**How often?**

oft *often*

gewӧhnlich *usually*

manchmal *sometimes*

ab und zu *now and then*

nie *never*

**Ein wenig Grammatik**

You also use the dative-case forms to express the idea of something being „too expensive, too large, too small for you.“

**Beispiele:**

Die Crème ist mir zu teuer.

Die Seife ist ihr zu parfümiert.

**The inclusive command**

**When making suggestions, the inclusive command can be used. It consists of the wir form of the verb with the verb itself in first position followed by wir.**

Gehen wir!

Gehen wir ins Kino.

Essen wir ein Eis!

**If a verb has a separable prefix, the prefix is at the end of the command.**

Rufen wir Steffi an!

Probieren wir die Klamotten an!

**Reflexive pronouns, accusative case**

mich

dich

sich

uns

euch

sich

**Modal verb: dürfen**

|  |  |
| --- | --- |
| ich |  |
| du |  |
| er/sie/es |  |
| wir |  |
| ihr |  |
| sie, Sie |  |

**Grammatik: Reflexive verbs used with dative case forms**

1. You already know some reflexive verbs that require a reflexive pronoun in the accusative case, such as sich freuen and sich fühlen.
   1. Ich freue **mich**, dass du **dich** wohl fühlst.
2. When there is another object, a direct object, in the accusative case, the reflexive pronoun must be in the dative case.
   1. Ich habe **mir** das Knie verletzt.
3. Look at the chart. Are the dative reflexive pronouns the same as the personal pronouns? What difference do you observe?

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Pronoun | Verb | Dative Case Reflexive Pronoun |
| ich | habe | **mir** |
| du | hast | **dir**  das Bein gebrochen. |
| Sie | haben | **sich** |
| er/sie/es | hat | **sich** |
| wir | haben | **uns** |
| ihr | habt | **euch** |
| sie | haben | **sich** |

1. Also note the use of the definite article with the direct object:
   1. Ich habe mir **das** Bein gebrochen.
   2. Er hat sich **den** Fuβ verstaucht.

What do you notice about the positions of the pronoun and the direct object?