

# Diät halten

## Übungen:

### Fragen zum Text:

1. Warum will Kathrin abnehmen?
2. Wie kann man den Tagesbedarf an Kalorien decken?
3. Was gehört zur gesunden Lebensweise?

### Übungen zum Text:

#### Übung 1

##### Wybierz właściwą odpowiedź.

1. Wer eine Diät hält, schreit/leidet/fühlt unter Hungergefühlen.
2. Während der Diät muss man Gewicht täglich/jedes Jahr/diese Woche kontrollieren.
3. Letztens habe ich zu viel gegessen und jetzt muss ich Diät üben/treiben/halten.
4. Wenn ich hungrig bin, stehe ich dann immer unter/neben/mit Stress.
5. Regelmäßige Laufen/Bewegung/Gesundheit ist auch sehr wichtig.

#### Übung 2

##### Zaznacz odpowiedzi zgodne z treścią tekstu – prawda czy fałsz?

1. Kathrin ist auf Diät.
2. Auf Diät soll man viel Alkohol trinken.
3. Sie will zur Arbeit mit dem Auto fahren.
4. Auf Diät ist es wichtig nicht so viele Süßigkeiten zu essen.
5. Kathrin hat letztens 6 Kilo zugenommen.

#### Übung 3

##### Uzupełnij zwroty.

1. eine Entscheidung .....
2. etwas ..... etwas ersetzen
3. mit dem Rad .....
4. aus den ..... aus dem Sinn
5. einen guten ..... auf etwas haben
6. .... Stress stehen
7. .... etwas achten
8. auf etwas ..... (zrezygnować)