

## A2.41.3 Cuento: Una Vida Más Sana

### A2.41.3 Verhaal: Een Gezond Leven

 <https://spaans.colanguage.nl/kortverhalen/una-vida-mas-sana>

*Lucía quiere tener una vida saludable. Sigue una dieta equilibrada y consume menos azúcar para sentirse mejor y tener más energía.*

Lucía querría tener una vida más **sana**.

Todos los días sigue una **dieta** equilibrada.

Come más frutas y bebe menos **refrescos**.

También come **meriendas** más saludables.

**Se pesa** cada semana para ver los cambios que hace su dieta.

Lucía piensa en **ser vegetariana** porque cree que sería bueno para su salud.

También le parece que comiendo **más** verduras tendría más energía que ahora.

Su merienda **típica** es un zumo de frutas y verduras verdes.

Sabe que **debería** comer menos azúcar para sentirse mejor.

Cambiando algunas cosas Lucía tendrá una dieta **equilibrada**.

---

*Lucía wil een gezond leven hebben. Ze volgt een uitgebalanceerd dieet en eet minder suiker om zich beter te voelen en meer energie te hebben.*

Lucía zou graag een **gezonder** leven willen hebben.

Elke dag volgt zij een **dieet** dat uitgebalanceerd is.

Eet meer fruit en drink minder **frisdrank**.

Zij eet ook **tussendoortjes** die gezonder zijn.

**Ze weegt zich** elke week om de veranderingen te zien die haar dieet heeft veroorzaakt.

Lucía denkt erover om **vegetarisch te worden** omdat ze denkt dat het goed zou zijn voor haar gezondheid.

Het lijkt haar ook dat door **meer** groenten te eten ze meer energie zou hebben dan nu.

Haar **typische** tussendoortje is een sap van fruit en groene groenten.

Ze weet dat ze **zou moeten** minder suiker eten om zich beter te voelen.

Door enkele dingen te veranderen zal Lucía een **gebalanceerd** dieet hebben.

## A2.41.3 Una Vida Más Sana

### A2.41.3 Een Gezondere Levensstijl

   <https://spaans.colanguage.nl/kortverhalen/una-vida-mas-sana>

### Ejercicio 1: Preguntas de debate

**Instrucción:** *Debatir las preguntas después de escuchar el audio o leer el texto.*

1. ¿Qué quiere cambiar Lucía en su vida?
2. ¿Por qué Lucía piensa en ser vegetariana?
3. ¿De qué debería comer menos para sentirse mejor?
4. ¿Tú prefieres una merienda saludable o algo dulce? ¿Por qué?

## A2.41.3 Una Vida Más Sana

### A2.41.3 Een Gezondere Levensstijl

   <https://spaans.colanguage.nl/kortverhalen/una-vida-mas-sana>

## Ejercicio 2: Elige la palabra correcta

**Instrucción:** Elige la palabra correcta, lee la frase en voz alta y traduce.

*más, Se pesa, típica, ser vegetariana, refrescos, debería*

1. También le parece que comiendo ..... verduras tendría más energía que ahora.
2. Lucía piensa en ..... porque cree que sería bueno para su salud.
3. .... cada semana para ver los cambios que hace su dieta.
4. Sabe que ..... comer menos azúcar para sentirse mejor.
5. Come más frutas y bebe menos .....
6. Su merienda ..... es un zumo de frutas y verduras verdes.

**Opciones:**

1. más 2. ser vegetariana 3. Se pesa 4. debería 5. refrescos 6. típica