

B1.28 Vocabulario básico (14)

B1.28 Basiswoordenschat (14)

» <https://spaans.colanguage.nl/leerplan/b1/28>

Spaans

Abrazarse

Cuando me encuentro estresado, me abrazo para sentirme mejor.

Adelgazar

Adelgazáis siguiendo la disciplina del autocuidado.

El alcohol

Alguien asegura que el alcohol afecta al corazón.

El equilibrio

El equilibrio es crucial para la salud mental.

El exceso

El exceso de comida rápida no es nutritivo para alguien.

Engordar

Nosotros engordamos si no controlamos la dieta en la clínica.

Estar acostado

Alguien debe estar acostado porque me ha dicho que está enfermo.

Estar levantado

Es importante para alguien estar levantado temprano por la mañana.

Fatal

Para ella, esa comida era fatalísima para su salud.

Fumar

Vosotros fumáis mientras discutís la jornada de trabajo.

La higiene

La higiene es algo que ayuda a prevenir enfermedades.

La pantalla

Mucho

Muévete mucho para prevenir algo fatal en el corazón.

Tomar el sol

Algo importante es tomar el sol para recibir vitaminas.

Nederlands

Omklemmen

Als ik gestrest ben, omhels ik mezelf om me beter te voelen.

Afvallen

Jullie vallen af door de discipline van zelfzorg.

De alcohol

Iemand beweert dat alcohol het hart aantast.

De balans

Balans is cruciaal voor de mentale gezondheid.

De overmaat

Te veel fastfood is niet voedzaam voor iemand.

Aankomen

Wij komen aan als wij het dieet niet onder controle houden in de kliniek.

Liggen

Iemand moet liggen doen alsof, want hij heeft me verteld dat hij ziek is.

Rechttop staan

Het is belangrijk voor iemand om 's ochtends vroeg op te staan.

Fataal

Voor haar was dat voedsel uiterst schadelijk voor haar gezondheid.

Roken

Jullie roken terwijl jullie de werkdag bespreken.

De hygiëne

Hygiëne is iets dat helpt ziekten te voorkomen.

Het scherm

Veel

Beweeg veel om iets fataals in het hart te voorkomen.

Zonnen

Iets belangrijks is zonnebaden om vitaminen te krijgen.