

# Tipps

1 Lesen Sie die Sätze und überfliegen Sie dann den Text (max. 1 Minute). Worum geht es in dem Text?

- a) Tipps für neue, interessante Medikamente
- b) Tipps für die Gesundheit im Herbst und Winter
- c) Tipps für die Ernährung von Sportlern



 **TIPPS**  
**aus Ihrer Apotheke**

## **Stärken Sie im Herbst Ihr Immunsystem!**

Falsche Kleidung bei Regen, Schnee und Kälte und am nächsten Tag tun Hals und Kopf weh – Sie haben eine Erkältung. In dieser Jahreszeit nehmen Erkältungen zu. Hier unsere Tipps für Sie: Sport und Bewegung trainieren das Immunsystem. Gehen Sie viel spazieren oder joggen Sie – auch im Winter! Duschen Sie abwechselnd heiß und kalt oder gehen Sie in die Sauna. Besonders wichtig: kein Stress! Machen Sie Gymnastik, Yoga oder Tai Chi und tanken Sie Energie. Vergessen Sie nicht, viel zu trinken, am besten Tee, Mineralwasser und frischen Orangensaft. Essen Sie in Ruhe, am besten viel Obst und Gemüse. Brot, Nudeln und Kartoffeln machen gute Laune. Essen Sie zweimal pro Woche Fisch, aber wenig Fleisch. So bleiben Sie auch im Herbst und Winter gesund und fit!

2 Lesen Sie den Text nochmal und ordnen Sie die Tipps in Kategorien ein.

**Ernährung**

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

**Sport**

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

**Lifestyle**

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

3 Sehen Sie sich die Tipps nochmal an. Unterstreichen Sie das Subjekt und das Verb. Was fällt auf?

Die Satzstruktur erinnert an die \_\_\_\_\_.

Mit diesen Sätzen kann man \_\_\_\_\_ ausdrücken.

4 Üben Sie ein bisschen. Die Übung finden Sie unter [Tipps und Empfehlungen](#).

5 In der Vorlesung merken Sie, ihr Professor hat einen schrecklichen Schnupfen (sniffles). Sie möchten ihm zwei Tipps geben.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_