|  |  |
| --- | --- |
| Dialog | 3 |
| Gesünder leben. Gemeinsam etwas planen. | |
| Situation | |
| Sie möchten gesünder leben. Überlegen Sie gemeinsam was jeder von Ihnen für seine Gesundheit tun kann. | |
| Aufgabe | |
| Planen Sie, was Sie tun möchten. Hier sind einige Notizen: | Gesunde Ernährung?  Mehr Sport?  Mehr Zeit in der Natur verbringen?  Kontrolltermine beim Arzt?  Weniger Stress? |
| Dialoginhalte | |

- **Hallo, Dima! Wie geht es Ihnen?**

**- Hallo Alex, mir geht es gut, danke, und Ihnen?**

- **Alles gut/Alles unter Kontrolle.** Aber das Alter macht sich bemerkbar. Ich möchte gesünder leben. **Was halten Sie davon?**

- **Vermutlich keine schlechte Idee.**

- **Dann lass uns darüber reden**.

- Sicher! Ich möchte einen neuen Sport anfangen. Einer der mich aktiv hält und Spaß macht. Machen Sie schon Sport?

- Wie ein gutes Sprichwort sagt - wer rastet, der rostet. Fast jeden Tag gehe ich mit meinen Kindern Wandern. Wir waren überall in der Nachbarschaft. Wir haben auch viel Tischtennis und Basketball. Möchten Sie mit uns spielen?

- Tischtennis und Basketball sind sehr interessante Aktivitäten, aber ich bin miserabel in beidem. Ich möchte diesen Winter Skifahren. Und Halten Sie sich an eine gesunde Ernährung?

**- Ich weiß nicht.** Ich esse einfach, was mir schmeckt. **Und Sie?**

- Ich weiß, dass ich mehr Obst und Gemüse und weniger Fleisch essen sollte. Es ist auch ratsam, Bio-Produkte zu kaufen. **Was denken Sie?**

- **Das ist richtig!** **Wo kann man diese Produkte am besten kaufen?**

- **Man kann alles in der Kaufland hier in Limburg kaufen**. **Was können wir noch tun?**

**- Wir müssen noch darüber nachdenken. Man kann im Internet suchen. Kann ich Sie kontaktieren, wenn ich neue Ideen habe?**

**- Ja, natürlich! Rufen Sie mich an, wenn Sie Ideen haben.**

**- Ich danke Ihnen! Tschüss!**

**- Gern geschehen, Tschüss!**