



Com et trobes? Anar fent!



1. Sabem descriure com ens trobem? Revisem el vocabulari.

“La classe malalta” de Rah-mon Roma, https://www.youtube.com/watch?v=bvBJ_zyCdQo

L'Amadeu té mal al _____,

la Rosor, mal al _____.

Ai, que el Pau s'ha fet un _____!

Montserrat; què t'has _____?

Ai, ai, ai, que això no és una classe.

Ai, ai, ai, que això és un hospital!

Ves, l'August ha perdut el _____.

La Lorena s'ha _____ l' _____.

En Ramon ha perdut el _____

i la Judit té mal al _____.

En Josep no s'aguant cap _____

i la Lara s'ha _____ la cara.

Carles, Carles, perquè no parles?

Pobre Sònia, sempre es fa l'òrnia.

En Jonàs té sang al _____

i l'Ivet diu que té fred.

En Bernat s'ha _____.

La Dolors s'ha ben confós.

En Tomàs té mal al _____.

La Cristina és massa prima.

És _____ el Lluç, com un embut,

i la mestra és una fresca.

...que això és un hospital...

Ai, ai, ai, vigila, Marcel, que et cau el _____.

A l'Àngel Daban els _____ li van roncant.

En Pep i la Bet ja no s'aguanten-guanten drets.

Com els tremola la _____ als Quina Xerinola.

Els de la Tresca, malalts d'amor per la mestra fresca.

I al pobre Noè, que mai, que mai li funciona res.

En Lluís, en Lluís, sempre va fent pis.

Ai, la Gemma, la Gemma, aquesta noia està que crema.

Al Toni, un bon dia, el _____ un tramvia.

Al garrotin, al garrotan,

mira, mira l'AMAPEI que bé que ho fan...

(Associació de Músics i Animadors Professionals d'Espectacles Infants)

MÉS VOCABULARI



Perdre les forces vitals, ser molt vell =

No donar-se per al·ludit =

Tornar-se boig =

Tenir gana =

Què te Rafinha al front?



Com et trobes? Anar fent!

2. No em trobo gaire bé. Escolta les frases següents i relaciona les formes que fan servir les persones que parlen amb les parts del cos que els fan mal. (Veus 2 U4, act. 7, pista 3)

	fer mal + article	fer-se mal + a + article	tenir mal de / d'
la panxa			
el turmell			
els ossos			
el cap, el coll			
el pit			
el dit, l'ungla			
l'ull, el nas, la dent			
el peu, el genoll			
el braç, l'espatlla			
el queixal			
el cul, els malucs			

Fer mal + part del cos = sentir un dolor a qualsevol part del cos

Fer-se mal a + part del cos = ocasionar un mal

Tenir mal de + part del cos = sentir un dolor a una part interior del cos

M'he	Em	Tinc mal de
T'has	Et	Tens mal de
S'ha	Li	Té mal de
Ens hem	Ens	Tenim mal de
Us heu	Us	Teniu mal de
Ens han	Els	Tenen mal de

tenir febre tos mocs insomni taquicàrdia fred mal d'ossos diarrea picor dolor	tenir la grip estrès ressaca un tall de digestió una pulmonia	costar (respirar, dormir...) marejar-se (ganes de) vomitar suar tossir esternudar mocar-se tremolar
estar refredat / constipat marejat malalt		PRESENT D'INDICATIU TOSSIR tusso tusses tus tossim tossiu tussen

tenir problemes de ronyons, de cor, d'estómac...

fer bona ≠ mala cara
morir-se ≠ salvar-se / curar-se



Com et trobes? Anar fent!

3. Nosaltres et podem ajudar! A CAL METGE (Veus 2 U4, act. 14, pista 6)

Els consells, en condicional (esquema a la pàgina següent)

Llegiu la conversa entre el doctor Camps i el seu pacient i completeu-la amb les recomanacions que creieu que li pot donar. Després escolteu la conversa i compareu els consells que heu escrit i els que li dóna el metge.

Dr. CAMPS: Bé, exactament, què li passa?

PACIENT: No ho sé. No sé què em passa, però em trobo molt malament. Tusso contínuament i em fa mal el pit.

Dr. CAMPS: Fuma?

PACIENT: Sí, però fa uns sis mesos que fumo més, dos paquets cada dia.

Dr. CAMPS: Déu n'hi do! _____

PACIENT: Molt bé, ho intentaré.

Dr. CAMPS: Es mareja?

PACIENT: Només al matí, quan em llevo.

Dr. CAMPS: Quants àpats fa? Segueix una rutina?

PACIENT: Ara no. Al matí no esmorzo mai. A més hi ha molts dies que no sopo. No tinc gana.

Dr. CAMPS: Beu alcohol cada dia?

PACIENT: Bé, només una copeta de conyac a la tarda, amb el cafè i alguna cervesa després de sopar, per animar-me.

Dr. CAMPS: _____

PACIENT: Molt bé, ho intentaré.

Dr. CAMPS: Camina, fa exercici o practica algun esport?

PACIENT: Uiiii! Sóc bastant sedentari. Treballo davant de l'ordinador, assegut. Vaig a la feina amb cotxe. Abans hi anava amb metro, però és que ara estic molt cansat. Fins i tot els caps de setmana em quedo a casa. No surto.

Dr. CAMPS: _____

PACIENT: Molt bé, ho intentaré.

Dr. CAMPS: Està trist? Té problemes a la feina o té maldecaps? El preocupa alguna cosa?

PACIENT: Home, doncs, sí. Estic bastant trist i deprimat.

Dr. CAMPS: Des de quan està trist i deprimat?

PACIENT: Des que es va morir l'Evarist, l'ocellet de la meva vida, ara fa sis mesos. Abans era una persona molt dinàmica i positiva, i sempre estava content, però ara...

Dr. CAMPS: _____

PACIENT: Molt bé, ho intentaré.

Dr. CAMPS: Ara li faré fer una anàlisi de sang i una radiografia. Vingui d'aquí a una setmana, que ja tindrè els resultats.



Com et trobes? Anar fent!



CONDICIONAL

HAVER		CONVENIR		ANAR BÉ	
hauria	de + infinitiu	em	convindria+ infinitiu	m'	aniria bé + infinitiu
hauries		et		t'	
hauria		li		li	
hauríem		ens		ens	
hauríeu		us		us	
haurien		els		els	

4. ACCIDENTS

Relaciona els problemes amb els consells. Completa els consells amb els pronoms corresponents, si cal (sovint no cal): et + el et + hi et Ø

1	M'he torçat el turmell.	a	_____hauries de tallar.
2	M'he cremat la mà amb oli.	b	Hauries de posar_____gel.
3	Em sembla que m'he trencat la cama.	c	No hauries de prendre_____més el sol.
4	Se m'ha trencat l'ungla.	d	Hauries de prendre_____una aspirina
5	M'he intoxicat.	e	Hauries d'anar_____al dentista.
6	M'he donat un cop fort i tinc mal de cap.	f	_____hauries de tapar, que no s'infecti.
7	He anat a la platja i m'he cremat l'esquena.	g	No hauries de menjar_____res. Fes dieta.
8	M'he fet un tall.	h	Hauries de descansar_____, no caminis.
9	M'he donat un cop i se m'ha inflat el nas.	i	Hauries d'anar_____a urgències de seguida.
10	Se m'ha inflat la galta.	j	Primer_____hauries de posar aigua freda i després una pomada.

5. I a nosaltres, quins problemes ens preocupen? Ansietat, cremades, depressió, febre, fumar, grip, ictus o feridura, restrenyiment, addicció al mòbil...

Aconsella a la teva companya o company la millor solució per als seus problemes de salut. Després veurem [què hi diuen els professionals](#).



6. SALUT LABORAL. CAP RISC A LA CONSTRUCCIÓ!(Passos 2 U3, act. 3)

- a. Acabes de canviar de feina i t'has convertit en paleta (obrer/a de la construcció). Pensa 5 mesures de seguretat que has de prendre. Compleixes amb les recomanacions de salut? El teu company t'ho dirà.
- b. Ets un expert en el sector de la construcció. Aconsella la teva companya o company. (Per això tens la teva imatge d'un paleta ben equipat).



Exemple:

- b. Portes botes o sabates amb punta reforçada i antilliscants?
 - a. Sí, en porto sempre // No, no no hi havia pensat.
 - b. Doncs n'has de portar.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

7. SALUT LABORAL. Prevenció de riscos a l'oficina. Quines recomanacions cal seguir per treballar correctament amb el portàtil a l'oficina?

- a. Trieu una cadira regulable en profunditat i alçada.
- b. ...
- c. ...
- d. ...
- e. ...
- f. ...

[Aquí](#) hi ha una llista exhaustiva.



Com et trobes? Anar fent!



8. Grans paquets, mesures adequades. (Passos 2 U3, act. 2)

Consells per a la manipulació manual de càrregues amb seguretat.

Quin és l'ordre lògic d'aquests consells?

Ajupiu-vos doblegant els genolls i els malucs, mantingueu l'esquena tan dreta i tibada com pugueu i agafeu l'objecte fermament.

Col·loqueu-vos davant la càrrega al més a prop possible.

Mantingueu la càrrega al més a prop possible del cos i feu l'aixecament amb suavitat i de manera controlada.

Mantingueu l'equilibri i separeu els peus uns 50 cm.

No acumuleu objectes per sobre de les espatlles i garantiu una bona visibilitat.

No aixegueu la càrrega pesant per sobre de la cintura en un sol moviment i no aixegueu mai els objectes per damunt del cap.

No gireu el cos quan aixegueu càrregues.

Sempre és millor empènyer una càrrega que estirar-la.

Utilitzeu les cames per tornar-vos a aixecar, contraieu l'abdomen.

