

Viva GCSE Modulo 4	Mi estilo de vida	Normalmente ...	Normally ...	Mi vida antes y ahora	My life before and now
...es de España / México etc	... is from Spain/ Mexico	Primero/Luego ...	First/Then ...	Cuando era más pequeño/a / joven ...	When I was little / younger ...
... son de Perú / Chile etc	...are from Peru / Chile	Finalmente ...	Finally ...		
argentino / a / peruano / a	Argentinian / Peruvian	¿Qué haces después de las clases?	What do you do after classes?	Antes / Cuando tenía...años	Before/When I was...years old
¿Qué te gustaría comer y beber?	What would you like to eat and drink?			me levantaba temprano	I used to get up early
Me gustaría comer / beber	I would like to eat / drink	Después de las clases ...	After classes ...	me iba a la cama/tarde	I used to go to bed late
un plato rico / muy sano	a tasty / very healthy dish	¿De qué nacionalidad eres? Soy español(a).	What nationality are you? I'm Spanish.	Pero ahora ...	But now ...
ideal(es) cuando hace calor / frío	ideal when it's hot / cold	¿De dónde eres? Soy de España.	Where are you from? I'm from Spain.	me voy a la cama a las diez	I go to bed at ten o'clock
fácil(es) de preparar	easy to prepare	¿A qué hora tomas ...?	What time do you have..?	¿Qué te gustaba comer y beber?	What did you used to like to eat and drink?
típico / a(s) en...	typical in ..	el desayuno / la comida	breakfast / lunch	Comía / Bebía ...	I used to eat/drink ...
soy vegetariano/a / vegano / a	I'm vegetarian / vegan	la *merienda / la cena	an afternoon snack/ dinner	comida rápida	fast food
¿Llevas una vida sana?	Do you lead a healthy life?	Normalmente/Generalmente	Normally/Generally ...	pan / hamburguesas	bread / hamburgers
¿Qué haces por la mañana normalmente?	What do you do in the morning normally?	lo/la tomo ... a la(s) ...	I have it ... at ...	demasiadas patatas fritas	too many chips
¿Qué haces los fines de semana?	What do you do at the weekend?	entre la(s) ... y la(s) ...	between ... and ...	demasiado café	too much coffee
Los fines de semana...	At the weekend...	A veces como a la(s)...,pero los fines de semana como a la(s)	Sometimes I eat at ..., but at the weekend I eat at ...	bebidas con azúcar	sugary/soft drinks
me despierto ...	I wake up...	¿Cómo es tu dieta?	What's your diet like?	Tenía una dieta sana/ equilibrada	I used to have a healthy/ balanced diet
me levanto ...	I get up ...	Tengo una dieta bastante ...	I have quite a ... diet	No me gustaba(n)...	I didn't used to like
me pinto	I put on my makeup	equilibrada / sana	balanced / healthy	Me gustaba comer...	I used to like eating...
me preparo	I get ready	tradicional / típica	traditional / typical	Siempre/Nunca tenía hambre	I always/never used to be hungry
me visto	I get dressed	No tengo una dieta sana	I don't have a healthy diet	Siempre/Nunca tengo hambre	I am always/never hungry
me voy a la cama ...	I go to bed ...	porque a veces como ...	because sometimes I eat..	Como / Bebo / Tengo	I eat / I drink / I have
tomo el desayuno	I have breakfast	Para el desayuno tomo ...	For breakfast I have ...	¿Qué hacías en tu tiempo libre cuando eras pequeño/a?	What did you use to do in your free time when you were little?
como ...	I eat ...	algo ligero / alguna fruta	something light / some fruit		
ceno	I have dinner, tea	un café con leche	a coffee with milk	Era muy activo/a	I used to be very active
termino las clases ...	I finish classes ...	una manzana/naranja	an apple/orange	Hacía (mucho) ejercicio	I used to do (lots of)exercise
vuelvo a casa	I return/go home ...	uvas	grapes	No hacía (mucho) deporte	I didn't used to do(much)sport
voy al estadio ...	I go to the stadium ...	Para la comida / cena tomo	For lunch / dinner I have..	Jugaba a los videojuegos	I used to play video games
hago ejercicio/deporte/ entreno	I do exercise/sport/ I train	ensalada / pescado / carne	salad / fish / meat	No jugaba a ...	I didn't used to play ...
temprano / más tarde	early / later	huevos / *tortillas	eggs / tortillas	(Nunca) Iba al parque	I (never) used to go to the park
a las (siete) (y media)	at (half past) (seven)	Hay que comer una dieta ...	You/One must eat a diet..	No iba a la piscina	I didn't used to go to the pool
a la misma hora todos los días	at the same time every day	rica en (verduras/fruta)	rich in (vegetables/fruit)	No veía vídeos	I didn't use to watch videos
cada día / cada (sábado)	every day / every (Saturday)	Se necesita beber agua	You/One need(s) to drink water...	Tenía mucha energía	I used to have lots of energy

¿Qué te pasa?	<i>What's the matter (with you)?</i>	¿Qué harás para mejorar tu salud mental y física en el futuro?	<i>What will you do to improve your mental and physical health in the future?</i>
¿Cómo te sientes?	<i>How do you feel?</i>		
Estoy enfermo/a / (muy) mal	<i>I'm ill / (very) unwell</i>		
Me duele ... la cabeza / la mano / el pie	<i>My ... hurts head / hand / foot</i>	Para tener buena salud física comenzaré/ empezaré a hacer ...	<i>To have good physical health, I will start to do ...</i>
Me duelen ... los dientes / los ojos	<i>My teeth / eyes hurt</i>	haré ...	<i>I will do ...</i>
¿Desde cuándo estás así?	<i>Since when have you been like this?</i>	ejercicio/deporte	<i>exercise/sport</i>
Desde ayer / la semana pasada	<i>Since yesterday / last week</i>	nunca fumaré	<i>I will never smoke</i>
tuve un accidente	<i>I had an accident</i>	nunca tomaré drogas	<i>I will never take drugs</i>
me rompí el pie / la mano	<i>I broke my foot / my hand</i>	Dejaré de ...	<i>I will stop ...</i>
me corté la mano	<i>I cut my hand</i>	beber bebidas con azúcar	<i>drinking sugary drinks</i>
me caí ...	<i>I fell...</i>	usar la tecnología / el móvil	<i>using technology / my mobile</i>
de la bici	<i>off my bike</i>	Para mejorar mi salud mental, ...	<i>To improve my mental health, ...</i>
en el parque / la calle	<i>in the park / the street</i>	pasaré ...	<i>I will spend ...</i>
Debes ... / tienes que...	<i>You must / you have to</i>	más tiempo en la naturaleza	<i>more time in nature</i>
ir al hospital rápidamente	<i>go to the hospital quickly</i>	menos tiempo en las redes sociales	<i>less time on social media</i>
descansar	<i>rest</i>	pediré ayuda	<i>I will ask for help</i>
quedarte en la cama y dormir	<i>stay in bed and sleep</i>		
comprar medicinas	<i>buy medicine</i>		
el corazón / la piel	<i>heart / skin</i>		
¿Cómo cambiarás tus costumbres para llevar una vida más sana?	<i>How will you change your habits to lead a healthier life?</i>		
Si dejo de comer comida rápida, no tendré hambre todo el tiempo	<i>If I stop eating fast food, I won't be hungry all the time</i>		
Si paso menos tiempo en las redes sociales, dormiré mejor	<i>If I spend less time on social media, I will sleep better</i>		
Si cada noche duermo ocho horas, me levantaré con más energía	<i>If I sleep eight hours every night, I will get up with more energy</i>		
Si practico más deporte y doy paseos, tendré más energía	<i>If I do more sport and go for walks, I will have more energy</i>		
Si practico la *meditación, mi salud mental mejorará y seré más feliz	<i>If I do meditation, my mental health will improve and I will be happier</i>		