



## Lekcja nr 51, część 2

KURS NIEMIECKIEGO DLA OPIEKUNÓW - POZIOM PODSTAWOWY

### Frau Neumann soll eine Diät einhalten – czyli Pani Neumann przechodzi na dietę

#### DIALOG 1

• Frau Dukat, Haben Sie schon die Arztpraxis angerufen?

[Frau Dukat, Haben Sie schon die Arztpraxis angerufen?]

**Pani Dukat, Czy dzwoniła Pani już do gabinetu lekarskiego?**

• Ja, ich habe schon einen Termin für Sie vereinbart. Bevor Sie zum Arzt kommen, müssen Sie noch einige Blutuntersuchungen machen. Sie sollten den Cholesterin- und Blutzuckerspiegel prüfen.

[Ja, ich habe schon einen Termin für Sie vereinbart. Bevor Sie zum Arzt kommen, müssen Sie noch einige Blutuntersuchungen machen. Sie sollten den Cholesterin- und Blutzuckerspiegel prüfen.]

**Tak, umówiłam Panią już na wizytę. Zanim pójdzie Pani do lekarza, musi Pani jeszcze zrobić pewne badania krwi. Powinna Pani sprawdzić poziom cholesterolu i cukru we krwi.**

• In Ordnung. Für wann haben Sie den Termin bei Dr. Richter vereinbart?

[In Ordnung. Für wann haben Sie den Termin bei Dr. Richter vereinbart?]

**W porządku. Na kiedy umówiła Pani wizytę u dr Richter?**

• Für den Freitagvormittag.

[Für den Freitagvormittag.]

**Na piątek przedpołudniem.**

• Prima. Ich habe also noch ein bisschen Zeit, um alles zu erledigen. Morgen kann ich das Blut untersuchen lassen. Das Ergebnis der Blutuntersuchung sollte ich am Donnerstag erhalten.

[Prima. Ich habe also noch ein bisschen Zeit, um alles zu erledigen. Morgen kann ich das Blut untersuchen lassen. Das Ergebnis der Blutuntersuchung sollte ich am Donnerstag erhalten.]

**Świetnie. A więc mam trochę czasu, aby wszystko załatwić. Jutro mogę oddać krew do badań. Wynik badania krwi powinnam otrzymać w czwartek.**

• Das ist eine gute Idee. Möchten Sie kurz an die frische Luft gehen? Das Wetter ist heute ganz angenehm. Es ist warm und sonnig.

[Das ist eine gute Idee. Möchten Sie kurz an die frische Luft gehen? Das Wetter ist heute ganz angenehm. Es ist warm und sonnig.]

**To dobry pomysł. Chciałaby się Pani przewietrzyć? Pogoda jest dzisiaj całkiem przyjemna. Jest ciepło i słonecznie.**



- Ja, gerne. Mein Arzt hat mir eine regelmäßige Bewegung an der frischen Luft empfohlen.  
[Ja, gerne. Majn Arct hat mija ajne regelmesige Bewejgung an der friszen Luft empfohlen.]  
**Tak, chętnie. Mój lekarz zalecił mi regularny ruch na świeżym powietrzu.**

## DIALOG 2

- Guten Tag Frau Dukat, ich möchte mit Ihnen kurz reden. Könnten wir jetzt zusammen Kaffee trinken?  
[Guten Tag Frał Dukat, is myšte myt Inen kurc reden. Kynten wija ject cuzamen Kafe trinken?]  
**Dzień dobry Pani Dukat, chciałabym z Panią chwilę porozmawiać. Mogłybyśmy się teraz napić kawy?**
- Ja, natürlich. Gerade habe ich den Kaffee aufgegossen. Kommen Sie bitte mit!  
[Ja, natyrliš. Gerade habe is dejn Kafe ałfgegosen. Komen Zi byte myt!]  
**Tak, oczywiście. Właśnie zaparzyłam kawę. Proszę za mną!**

## DIALOG 3

- Ist es alles in Ordnung mit Ihrer Mutter? Was hat Ihnen Dr. Richter gesagt?  
[Yst es ales in Ordnung myt Irer Muta? Was hat Inen Doktor Rišta gesagt?]  
**Czy wszystko w porządku z Pani mamą? Co powiedział dr Richter?**
- Meine Mutter fühlt sich ganz gut. Jedoch hat sie einen erhöhten Cholesterinspiegel, deswegen muss sie eine Diät einhalten. Insbesondere sollte sie auf fettreiche Lebensmittel verzichten. Gebratenes Fleisch kommt leider weiter nicht in Frage, obwohl meine Mutter es so liebt. Am besten wäre es, wenn Sie nur leicht verdauliche Speisen für meine Mutter zubereiten.  
[Majne Muta fyłt ziś ganc gut. Jedoch hat zi ajnen erhyten Koleszterinszpiegel, dezweygen mus zi ajne Djet ajnhalten. Insbezondere zolte zi ałf fetrajsie Lejbensmitel fercišten. Gebratenes Flajsz komt lajda wajta ništ in Frage, obwol majne Muta es zo libt. Am besten weyre es, wen Zi nuła lajšt verdałlisie Szpajzen fyr majne Muta cuberajten.]  
**Moja mama czuje się całkiem dobrze. Jednakże ma podwyższony poziom cholesterolu, dlatego musi trzymać dietę. W szczególności powinna zrezygnować z produktów bogatych w tłuszcze. Pieczone mięso nie wchodzi już dalej w rachubę, chociaż moja mama tak go kocha. Najlepiej byłoby, gdyby Pani przygotowywała dla mojej mamy tylko potrawy lekkostrawne.**
- Hat der Arzt Ihnen vielleicht eine Liste mit den Lebensmitteln, die sie meiden sollte, angefertigt?  
[Hat der Arct Inen filajšt ajne Liste myt dejn Lejbensmiteln, di zi majden zolte, angefertigt?]  
**Czy lekarz sporządził Pani listę produktów spożywczych, które powinna ona unikać?**



- Eine Liste habe ich schon für Sie. Meine Mutter sollte sowohl Vollkornprodukte, Hülsenfrüchte, fettarme Milchprodukte, frisches Obst und Gemüse als auch Fische wie z.B. Lachse und Heringe verzehren. Sie kann nur selten mageres Fleisch z.B. Hähnchenbrust essen. Solche Produkte wie Butter, Sahne, Käse, Fleisch und Wurst muss sie meiden. Grüner Tee und Mineralwasser sind bei dieser Diät empfehlenswert.

*[Ajne Liste habe is szon fyr Zi. Majne Muta zolte zowol Folkornprodukte, Hylzenfryšte, fetarme Milšprodukte, frisches Obst und Gemyze als ałch Fische wi cum Bajszpil Lakse und Heringe fercejren. Zi kan nuła zelten mageres Flajsz cum Bajszpil Hensienbrust esen. Zolsie Produkte wi Buta, Zane, Kejze, Flajsz und Wurst mus zi majden. Gryna Te und Mineralwasa zynd baj diza Djet empfejlenswert.]*

**Mam listę dla Pani. Moja mama powinna spożywać zarówno produkty pełnoziarniste, strączkowe, produkty mleczne ubogie w tłuszcz, świeże owoce i warzywa jak również ryby takie jak łososie czy śledzie. Może jeść tylko rzadko chude mięso, takie jak pierś z kurczaka. Takich produktów jak masło, śmietana, ser, mięso oraz kiełbasa powinna unikać. Zielona herbata oraz woda mineralna są wskazane przy tej diecie.**

- Das sieht so ähnlich wie bei der Mittelmeerdiet aus. Ich mache mich detailliert mit der Liste vertraut.

*[Das zit zo enliš wi baj der Mitelmeadjet als. Is mache miš detalirt myt der Liste fertraut.]*

**Wygląda to całkiem podobnie jak przy diecie śródziemnomorskiej. Zapoznam się szczegółowo z listą.**

- Das stimmt. In einem Monat sollte meine Mutter Untersuchung wiederholen. Diese Diät hilft ihr bestimmt, den Cholesterinspiegel zu senken, so meint Dr. Richter.

*[Das sztytmt. In ajnem Monat zolte majne Muta Untazuchung widaholen. Dize Djet hilft ija besztymt, dejn Koleszterinszpigel cu zenken, zo majnt Doktor Rišta.]*

**To się zgadza. Za miesiąc moja mama powinna powtórzyć badanie. Ta dieta pomoże jej z pewnością obniżyć poziom cholesterolu, tak twierdzi dr Richter.**

- Gibt es noch andere ärztliche Empfehlungen?

*[Gybt es noch andere erclisie Empfejlungen?]*

**Są jeszcze jakieś inne zalecenia lekarskie?**

- Sie sollte sich regelmäßig an der frischen Luft bewegen und sich entspannen.

*[Zi zolte ziš regelmesiš an der friszen Luft beweigen und ziš entszpanen.]*

**Powinna regularnie korzystać z aktywności na świeżym powietrzu oraz relaksować się.**



## Czy wiesz, że?

### Przysłowia po niemiecku

W tej lekcji przygotowaliśmy dla Ciebie **5 przysłów** w języku niemieckim. Zerknij poniżej i zobacz, czy może już o nich słyszałeś.

**Der Zweck heiligt die Mittel.** – Cel uświęca środki.

**Man muss das Eisen schmieden, solange es heiß ist.** – Należy kuć żelazo, póki gorące.

**Reden ist Silber, Schweigen ist Gold.** – Mowa jest srebrem, a milczenie złotem.

**Alle Wege führen nach Rom.** – Wszystkie drogi prowadzą do Rzymu.

**Dem Glücklichen schlägt keine Stunde.** – Szczęśliwi czasu nie liczą.

## Dla dociekliwych językowo

### Zdania czasowe ze spójnikiem seitdem

W dzisiejszej lekcji poznasz nowy spójnik **seitdem**, który po polsku oznacza **odkąd**. Przeważnie zdania z tym spójnikiem odnoszą się do czynności dziejących się równocześnie, w czym mamy również możliwość użycia spójnika **seitdem** odnosząc się do zdarzenia z przeszłości, od którego aż do dzisiaj trwa dana czynność. Poniżej znajdziesz kilka przykładów z tym spójnikiem:

**Seitdem ich nach Spanien ausgereist bin, wohne ich in Madrid.**

Odkąd wyjechałam do Hiszpanii, mieszkam w Madrycie.

**Seitdem Herr Wagner Schlaftabletten regelmäßig einnimmt, schläft er die ganze Nacht durch.**

Odkąd Pan Wagner zażywa regularnie tabletki nasenne, przesypia całą noc.

**Seitdem Frau Meier auf schlechte Ernährungsweise verzichtet hat, fühlt sie sich besser.**

Odkąd Pani Meier zrezygnowała z złych nawyków żywieniowych, czuje się lepiej.

**Seitdem ich leicht verdauliche Speisen verzehre, nehme ich ab.**

Odkąd spożywam lekkostrawne potrawy, chudnę.

**Seitdem mein Sohn in Hamburg studiert, besucht er uns selten.**

Odkąd mój syn studiuje w Hamburgu, rzadko nas odwiedza.

**Seitdem Frau Neumann den Herzinfarkt erlitten hat, ist sie im Krankenhaus.**

Odkąd Pani Neumann dostała zawału serca, jest w szpitalu.

WSZYSTKIE LEKCJE Z OPIEKUNKĄ TERESĄ ZNAJDZIESZ NA:

[www.aterima-med.pl/niemiecki-dla-pocztakujacych](http://www.aterima-med.pl/niemiecki-dla-pocztakujacych)