|  |
| --- |
| ¿Cómo es tu rutina?What is your routine like?  |
| Siempre I alwaysNunca I neverNormalmente Normally, A veces Sometimes,Todos los días Every day,Algunos fines de semana Some weekends,Durante la semana On weekdays,Todas las tardes Every afternoon,Algunas noches Some evenings, Primero First,Luego After, Finalmente Finally,  | me despierto (I) wake up me levanto (I) get upme preparo (I) get ready me visto (I) get dressedvoy al colegio (I) go to school como (I) eat tomo el desayuno (I) have breakfasttomo la merienda (I) have an afternoon snacktomo la cena (I) have dinnersuelo comer (I) usually eat vuelvo a casa (I) get back home me relajo (I) relax hago deporte (I) do sport hago ejercicio (I) do exercise escucho música (I) listen to music hago los deberes (I) do homework me acuesto (I) go to bed | tarde. late.temprano. early.a las [nueve]. at [nine]. a la misma hora.at the same time. |

|  |
| --- |
| ¿Qué costumbres sanas tienes? ¿Tienes costumbres malsanas?What healthy habits do you have? Do you have unhealthy habits?  |
| Antes deBeforeDespués deAfter | levantarme, getting up, tomar el desayuno, having breakfast, terminar las clases, finishing my lessons,volver a casa, going back home, | bebo I drinktomo I have | mucha agua. lots of water. |
| tomo I havecomo I eat | algunos pasteles. some cakes.algunas verduras. some vegetables.muchas verduras. a lot of vegetables.fruta. fruit.pasta. pasta. |
| Si tengo hambre, If I am hungry,Si tengo sed, If I am thirsty,  |
| Por la mañana In the morning, Por la tarde In the afternoon, Por la noche In the evening, / At night, En verano In summer, En invierno In winter, | evito comer I avoid eating  | (demasiado) chocolate. (too much) chocolate.muchos pasteles. a lot of cakes. |
| evito beber I avoid drinking  | (demasiadas) bebidas con azúcar. (too many) sugary drinks.  |