

B1.27 Vocabulario básico (11)

B1.27 Vocabulaire de base (11)

↳ <https://espagnol.colangue.fr/plan-de-cours/b1/27>

Espagnol

Darse cuenta

Se dio cuenta de la necesidad de descansar para estar mentalmente bien.

El amor propio

El amor propio es vital porque mejora nuestra salud mental.

El autocuidado

Es importante practicar el autocuidado para evitar el estrés.

El psicólogo

La psicóloga trabaja para cuidar la salud mental.

Encontrarse

Os encontráis con ganas de visitar la clínica.

Estresado

Ella está más estresada porque no se encontró con el psicólogo.

La depresión

La depresión se combate con autocuidado mental diario.

La enfermedad

Darse cuenta de la enfermedad es esencial para cuidarse.

La necesidad

La necesidad de mentalmente desconectar es importante para el autocuidado.

Mental

La salud mental es fundamental para vivir una vida plena y serena.

Respirar

Français

Se rendre compte

Il s'est rendu compte de la nécessité de se reposer pour être bien mentalement.

L'amour-propre

L'amour-propre est vital car il améliore notre santé mentale.

L'autosoin

Il est important de pratiquer l'autosoin pour éviter le stress.

Le psychologue

La psychologue travaille pour prendre soin de la santé mentale.

Se trouver

Vous avez envie de visiter la clinique.

Stressé

Elle est plus stressée parce qu'elle n'a pas rencontré le psychologue.

La dépression

La dépression se combat avec un soin personnel mental quotidien.

La maladie

Prendre conscience de la maladie est essentiel pour prendre soin de soi.

Le besoin

Le besoin de se déconnecter mentalement est important pour l'autosoin.

Mental

La santé mentale est fondamentale pour vivre une vie pleine et sereine.

Respirer