

## Sisällysluettelo

### Kappale 1: Viikonloppureissu

- matkalla
- Milloin?
- positiivinen imperfekti
- Mennään!
- me mennään
- sanatyypit as/äs/is ja in
- Luetaan: Viisi syytä matkustaa junalla

### Kappale 2: Hanna on sairas

- terveys ja sairaus
- ruumiinosat
- asiointi lääkärissä
- täytyy-lause
- objekti
- k-p-t-vaihtelu: sanatyypit e, in, as/äs
- Luetaan: Pidä huolta itsestäsi

### Kappale 3: Mökkireissu

- luonto
- mökki ja sauna
- verbi + maan/massa/masta
- tässä, tuossa, siinä
- transitiivi- ja intransitiiviverbit
- verbityyppi 6
- Luetaan: Jokaisenoikeudet

### Kappale 4: Mitä teet vapaa-ajalla?

- vapaa-aika ja harrastukset
- negatiivinen imperfekti
- minen
- miten tekee? sti-adverbit
- verbi + rektio
- kuinka usein?
- mitä mieltä?
- Luetaan: Suomalaiset arvostavat vapaa-aikaa

### Kappale 5: Varkaus Puistotiellä

- asiointi virastossa
- perfekti
- imperfektin ja perfektin käyttö
- verbi + maan/mään
- pronominit joka, joku, jokin, ei kukaan, ei mikään
- sanatyypit ut/yt ja nut/nyt
- Puhutaan: Kotivakuutus

### **Kappale 6: Onnea hääparille!**

- juhlat ja tavat
- parisuhde ja avioliitto
- pluskvamperfekti
- aikamuotojen käyttö
- possessiivisuffiksit
- sanatyypit Vus/Vys
- k-p-t-vaihtelu: uku-uvu, yky-yvy, rki-rje, lki-lje
- aistiverbit + lta/ltä
- Puhutaan: Hauska juttu

### **Kappale 7: Alexin haastattelu**

- koulutus ja työ
- i-monikko: paikansijat
- joka-pronominin monikossa
- pronominit: nämä, nuo, ne
- verbi + rektio
- Puhutaan: TE-toimistossa

### **Kappale 8: Puhelinta ostamassa**

- ostoksilla
- i-monikko: partitiivi
- i-monikko: genetiivi
- X on millainen
- adjektiivien vertailu
- Luetaan: Verkkokaupassa

### **Minikielioppi**

#### **Puhekieli**

#### **Harjoitusten ratkaisut**

## Hanna on sairas

Kun Hanna aamulla heräsi, hänellä oli todella huono olo. Hän nousi kuitenkin sängystä ja laahusti keittiöön, jossa Pedro jo istui ja luki lehteä. Pedro kokeili Hannan otsaa. Se oli tulikuuma. Hannalla oli varmasti kuumetta. Pedro keitti Hannalle teetä ja alkoi sitten etsiä kuumemittaria. Lopulta hän löysi sen kylpyhuoneen kaapista ja vei sen Hannalle. Sitten Pedro  
5 etsi terveyskeskuksen puhelinnumeron kaupungin verkkosivuilta. Hanna soitti ajanvaraukseen ja sai ajan lääkärille.

### Lääkärissä

- Lääkäri: Huomenta.
- Hanna: Huomenta.
- Lääkäri: Käy istumaan. Miten voin auttaa?
- 10 Hanna: No, mulla on ihan hirveen kipee kurkku ja kamala päänsärky. Ja aamulla oli melkein 39 astetta kuumetta.
- Lääkäri: Milloin oireet alkoi?
- 15 Hanna: Kurkkukipu alkoi pari-kolme päivää sitten, ja kuume nousi viime yönä.
- Lääkäri: Selvä. Kuunnellaan ensin keuhkot. Nostatko vähän paitaa. Hengitä sisään... ja ulos.
- 20 Keuhkot on kunnossa. Katsotaan sitten kurkkuun. Joo-o, kurkku on tosiaan turvonnut. Sattuuko tähän?
- Hanna: Joo, vasen puoli on tosi kipee.
- Lääkäri: Tää on varmasti ihan tavallinen virustauti, joka parantuu itsestään. Voit ottaa särkylääkettä kurkkukipuun. Se alentaa myös kuumetta.
- 25 Hanna: Selvä.
- Lääkäri: Mä kirjoitan sulle kuitenkin myös lähetteen labraan, että nähdään, onko kurkussa bakteeritulehdus. Jos on, sä tarvitset antibioottikuurin.
- Hanna: Meenks mä labraan nyt saman tien?
- Lääkäri: Joo, mee vaan. Mä soitan sulle huomenna, jos tulos on positiivinen.
- 30 Tarviitko sä lääkärintodistuksen sairauslomaa varten?
- Hanna: Joo, tarviin, kiitos.





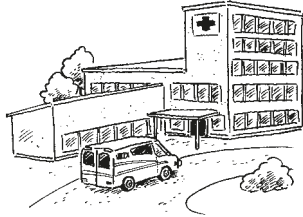
### Puhelu esihenkilölle

- Sinikka: Sinikka Jääränen
- Hanna: Hei Sinikka, tässä on Hanna. Onks sulla hetki aikaa?
- Sinikka: Joo, on.
- Hanna: Tota, mä en voi tänään tulla töihin. Mä oon kuumeessa ja mulla on kamalan kipee kurkku.
- 5 Sinikka: Voi ei. Joo, tietysti jäät kotiin. Sä tiedät varmaan, että sä voit olla omalla ilmoituksella kaks päivää poissa sairauden vuoksi.
- Hanna: Eiku mä kävin jo lääkärissä.
- Sinikka: Ai, no hyvä sitten!
- 10 Hanna: Mä sain kolme päivää sairauslomaa. Mä tuon lääkärintodistuksen sulle sit kun mä oon taas kunnossa.
- Sinikka: Joo, ei mitään kiirettä. Lepää nyt vaan rauhassa. Mä yritän järjestää sulle sijaisen. Onks sulla tänään aamu- vai iltavuoro?
- Hanna: Tänään iltavuoro ja huomenna ja perjantaina aamu.
- 15 Sinikka: Okei, selvä juttu. Nyt pikaista paranemista sulle!
- Hanna: Kiitos paljon. Hei hei.
- Sinikka: Hei hei.

## Sairaus ja terveys

### Sairaanhoido

terveyskeskus = terveysasema  
 sairaala  
 ensiapu  
 neuvola  
 ajanvaraus  
 varata (4) aika  
 vastaanotto  
 puhelinaika  
 päivystys  
 laboratorio = labra •  
 näyte



### Ihmiset

lääkäri  
 sairaanhoitaja  
 terveydenhoitaja  
 kätilö  
 potilas



### Hoito

lääke  
 lääkekuuri  
 resepti  
 ottaa (1) / syödä (2) lääkettä  
 rokotus  
 sairausloma  
 levätä (4), lepo  
 parantua (1) + S-MISTÄ



Parane pian! = Pikaista paranemista!

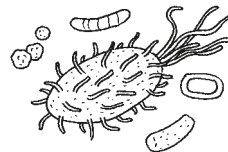
### Sairaus = tauti

S-MIHIN + sattua (1) = S-MIHIN +  
 koskea (1)  
 tulehdus (korvatulehdus,  
 silmätulehdus...)  
 vatsatauti, oksennus, ripuli  
 allergia  
 ihottuma  
 verenpaine  
 sydäninfarkti = sydänkohtaus  
 syöpä (leukemia, rintasyöpä...)



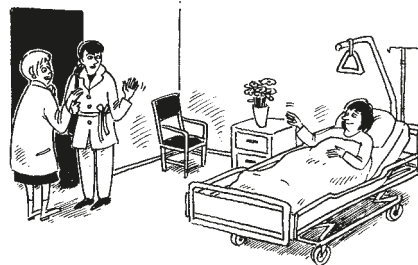
### bakteeri

virus  
 oire



### Mielenterveys

masennus  
 ahdistus  
 (työ)uupumus  
 stressi



# Pidä huolta itsestäsi

Elämä ei aina ole helppoa. Työ tai opinnot voivat stressata, perhe-elämä voi olla kiireistä tai yksinäisyys voi aiheuttaa pahaa oloa. On tärkeää pitää huolta itsestään.

## Liiku säännöllisesti

- <sup>5</sup> Liikunta on tärkeä osa hyvinvointia. Aikuinen tarvitsee vähintään 2,5 tuntia reipasta liikuntaa viikossa. Arkeen voi helposti lisätä hyötyliikuntaa: Pyöräile tai kävele töihin tai kouluun. Älä käytä
- <sup>10</sup> hissiä, vaan valitse portaat. Jos istut paljon, muista myös taukojumppa.



## Syö monipuolisesti

- On tärkeää syödä monipuolisesti, koska ravinto vaikuttaa fyysiseen ja psyykkiseen jaksamiseen. Esimerkiksi
- <sup>15</sup> kasvikset, hedelmät ja marjat kuuluvat terveelliseen ruokavalioon. Myös täysjyväviljat, kana ja tofu sekä pähkinät ja rasvainen kala ovat hyväksi. Lisäksi on hyvä juoda runsaasti vettä päivän aikana.

## Nuku riittävästi

- Aikuinen tarvitsee 7-9 tuntia unta yössä, lapset ja nuoret vielä enemmän. Lopeta työt ja puhelimen ja tietokoneen käyttö vähintään tunti ennen
- <sup>20</sup> nukkumaanmenoa, jotta aivot ehtivät rauhoittua.

## Rentoudu

Jokaisella ihmisellä on oma tapansa rentoutua. Monet esimerkiksi tapaavat ystäviä, liikkuvat luonnossa, kuuntelevat musiikkia tai lukevat. Pääasia on, että löydät sinulle sopivan tavan rentoutua.

## K-p-t-vaihtelu: sanatyypit e, in ja as/äs

	e	in	as/äs	
N	lääke	soitin	puhdas	k-p-t heikko: - nominatiivi - partitiivi
P	lääkettä	soitinta	puhdasta	
V	lääkkee-	soittime-	puhtaa-	
G	lääkkeen	soittimen	puhtaan	k-p-t vahva: vartalo
S-MIHIN	lääkkeeseen	soittimeen	puhtaaseen	
S-MISSÄ	lääkkeessä	soittimessa	puhtaassa	
S-MISTÄ	lääkkeestä	soittimesta	puhtaasta	
L-MIHIN	lääkkeelle	soittimelle	puhtaalle	
L-MISSÄ	lääkkeellä	soittimella	puhtaalla	
L-MISTÄ	lääkkeeltä	soittimelta	puhtaalta	
MON	lääkkeet	soittimet	puhtaat	

k-p-t	
kk	← k
pp	← p
tt	← t
k	← -
p	← v
t	← d
nk	← ng
mp	← mm
nt	← nn
lt	← ll
rt	← rr

**e-sanoja:** kastike, koe, laite, liike, liikenne, lääke, parveke, sade, taide, tiede, tuote, tunne, vaate, väite...

**in-sanoja:** kahvinkeitin, kaiutin, kaukosäädin, leivänpaahdin, palovaroitin...


**as/äs-sanoja:** ahdas, asiakas, asukas, hidas, kangas, porras, rakas, rikas, saapas, tehdas, varas, varvas...

## Täytyy-lause


G + **täytyy**  
**ei tarvitse** + **infinitiivi**

Hannan **täytyy** levätä.

Minun **täytyy** opiskella.

 Mun **täytyy** opiskella.

Meidän **ei tarvitse** opiskella ruotsia.

 Meiän **ei tarvi / tarte** opiskella ruotsia.



täytyy = pitää = on pakko

Sinun **täytyy** siivota.

Sinun **pitää** siivota.

Sinun **on pakko** siivota.



kannattaa = on hyvä

Sinun **kannattaa** herätä aikaisin.

Sinun **on hyvä** herätä aikaisin.



### Harjoitus 4. Imperfekti. Valitse verbi ja kirjoita se imperfektissä.

varata mennä mitata herätä ~~alkaa~~ keittää auttaa etsiä

Eilen illalla Hannalla oli huono olo. Päänsärky 1. alkoi

noin kello 20. Hanna 2. \_\_\_\_\_ aikaisin nukkumaan.

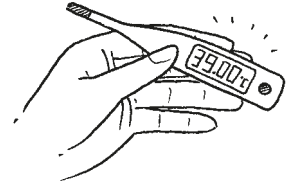
Kun hän aamulla 3. \_\_\_\_\_ hänellä oli myös nuha ja

kurkku kipeä. Hanna 4. \_\_\_\_\_ kuumeen: melkein

39 astetta. Pedro 5. \_\_\_\_\_ Hannaa: hän 6. \_\_\_\_\_ Hannalle teetä ja

7. \_\_\_\_\_ terveyskeskuksen puhelinnumeron netistä. Hanna 8. \_\_\_\_\_

ajan lääkärille kello 10.



katsoa tutkia käydä kuunnella

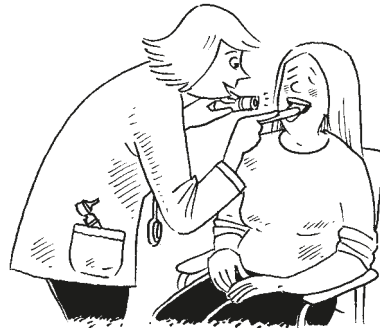
Lääkäri 9. \_\_\_\_\_ Hannan.

Hän 10. \_\_\_\_\_ Hannan kurkkuun.

Se oli punainen ja turvonnut. Lääkäri myös

11. \_\_\_\_\_ keuhkot. Hanna

12. \_\_\_\_\_ myös laboratoriossa.



tarvita saada soittaa luvata kirjoittaa antaa

Hanna 13. \_\_\_\_\_ kolme päivää sairauslomaa. Hän 14. \_\_\_\_\_ myös

lääkärintodistuksen sairauslomaa varten. Lääkäri 15. \_\_\_\_\_ todistuksen ja

16. \_\_\_\_\_ sen Hannalle.

Hanna 17. \_\_\_\_\_ myös esihenkilölle töihin. Esihenkilö 18. \_\_\_\_\_

etsiä sijaisen Hannalle.

### Harjoitus 30. Luetaan! Valitse, mitä lauseet tarkoittavat.

1. Mikko syö ja nukkuu hyvin ja urheilee.  c
  2. Sari juoksee kaksi kertaa viikossa ja käy sunnuntaisin uimassa.
  3. Omar menee nukkumaan kello 23 ja herää aamulla kello 7.
  4. Taijan ruokavalioon kuuluvat kasvikset, marjat, täysjyväviljat ja kala.
  5. Jonas katsoo elokuvia, kävelee metsässä ja tapaa ystäviä.
- a. Hän nukkuu riittävästi.
  - b. Hän rentoutuu.
  - c. Hän elää terveellisesti.
  - d. Hän liikkuu säännöllisesti.
  - e. Hän syö monipuolisesti.

### Harjoitus 31. Luetaan! Markku ja Jaana keskusteleivat lounasravintolassa. Kuuntele ja vastaa.



1. Syökö Markku lihaa?
  - a. Syö.
  - b. Ei syö.
2. Mitä tapahtui tammikuussa?
  - a. Markku alkoi pyöräillä joka päivä.
  - b. Markku alkoi elää terveellisesti.
  - c. Markku alkoi nukkua vähemmän.
3. Miten Markku voi nyt?
  - a. Hän voi hyvin ja on energinen.
  - b. Hän voi huonosti ja on väsynyt.
4. Miten Jaana voi nyt?
  - a. Hän energinen.
  - b. Hän on väsynyt.
5. Kuinka monta tuntia yössä Jaana nukkuu?
  - a. 4 tuntia
  - b. 8 tuntia
  - c. 9 tuntia