

Our morning routine - Easy Italian Podcast [Бесплатные транскрипции]
A1-A2

Italiano	Русский
<p>Chiara - Ciao a tutti noi siamo Chiara e Gianluca, due italiani che vivono all'estero. Oggi vi parliamo delle nostre mattine. Gianluca, come comincia la tua giornata?</p>	<p>Кьяра - Привет всем, мы - Кьяра и Джанлука, два итальянца, живущих за границей. Сегодня мы поговорим с вами о нашем утре. Джанлука, как начинается ваш день?</p>

Gianluca - La mia mattina comincia così: mi alzo senza sveglia perché vado a dormire presto. Di solito mi alzo alle sette e trenta (7.30). Chiara, come comincia la tua mattina?

Джанлука - Мое утро начинается так: я встаю без будильника, потому что рано ложусь спать. Обычно я встаю в семь тридцать (7.30). Кьяра, как начинается ваше утро?

Chiara - Io invece la mattina mi alzo con la sveglia perché la notte vado a dormire tardi. Quando mi alzo bevo un bicchiere d'acqua. E tu Gianluca, cosa fai quando ti alzi?

Кьяра - Я встаю утром с будильником, потому что ложусь спать поздно вечером. Когда я встаю, я выпиваю стакан воды. А вы, Джанлука, что вы делаете, когда встаете?

Gianluca - Ora è inverno e la prima cosa che faccio è vestirmi: mi metto le calze pesanti, i pantaloni pesanti e un maglione di lana pesante. Poi chiara, come continua la tua mattina dopo il bicchiere d'acqua?

Джанлука - Сейчас зима, и первое, что я делаю, - одеваюсь: надеваю плотные носки, плотные брюки и плотный шерстяной джемпер. Кьяра, как вы продолжаете свое утро после стакана воды?

Chiara - Vado in bagno, mi lavo il viso e mi lavo i denti. Il mio dentista dice che è meglio lavare i denti prima di fare colazione. E voi ragazzi vi lavate i denti prima o dopo colazione? E tu Gianluca, ti vesti e poi cosa fai?

Кьяра - Я иду в ванную, умываю лицо и чищу зубы. Мой стоматолог говорит, что лучше всего чистить зубы перед завтраком. А вы, ребята, чистите зубы до или после завтрака? А ты, Джанлука, одеваешься, а потом что делаешь?

<p>Gianluca - Devo accendere la stufa perché non ho il riscaldamento come le altre persone. Quando mi alzo ho bisogno del caldo; se c'è freddo la mia testa non funziona bene. Quindi Chiara, ti lavi i denti e poi fai colazione, giusto?</p>	<p>Джанлука - Мне приходится включать плиту, потому что у меня нет отопления, как у других людей. Когда я встаю, мне нужно тепло; если холодно, голова не работает как надо. Кьяра, вы чистите зубы, а потом завтракаете, верно?</p>
<p>Chiara - Sì esatto, la mia colazione comincia con il caffè. Preparo il caffè è di solito la mattina mangio poco perché non ho fame. Mangio una mela o uno yogurt e bevo il mio</p>	<p>Кьяра - Да, именно так, мой завтрак начинается с кофе. Я готовлю кофе и обычно ем очень мало утром, потому что не голодна. Я ем яблоко или йогурт и</p>

<p>caffè. Gianluca, com'è la tua colazione?</p>	<p>пью кофе. Джанлука, а как вы завтракаете?</p>
<p>Gianluca - Anche io comincio a preparare il caffè, poi prendo lo yogurt, l'avena, la frutta, il cioccolato e faccio un porridge. Ma come te, prima di mangiare mi lavo i denti. E voi ragazzi cosa mangiate a colazione? Cosa bevete cosa fate quando vi alzate?</p>	<p>Джанлука - Я тоже начинаю с кофе, потом беру йогурт, овсяные хлопья, фрукты, шоколад и готовлю кашу. Но, как и вы, я чищу зубы перед едой. А что вы, ребята, едите на завтрак? Что вы пьете, когда встаете?</p>