

**Sei modi per prepararsi in fretta al mattino (senza stress) - Revisione articoli.**

1. Completa il testo con gli articoli determinativi o indeterminativi (solo se necessari). Quando c'è una preposizione, devi decidere se lasciarla "semplice", e quindi non aggiungere nulla, se aggiungere un articolo indeterminativo, o se "articolarla" con l'articolo determinativo. Segui gli esempi.

Fra sveglia, doccia, colazione, trucco e parrucco (e magari anche i figli da preparare e accompagnare a scuola), la routine mattutina rischia di trasformarsi (in) una quotidiana lotta contro il tempo, col risultato di farti arrivare (in) 1. ____ ufficio non solo in ritardo, ma pure già bella stressata. E tanti saluti alla concentrazione e alla produttività. Per ovviare (a) 2. ____ questo (malsano) stato di cose, la parola d'ordine è ottimizzazione. Ovvero, risparmiare 3. ____ minuti preziosi, dove possibile. Ecco allora 4. ____ sei trucchi suggeriti dal sito *Women's Health* che fanno proprio (a) 5. al caso tuo.

Scegli 6. ____ vestiti la sera prima

Preparare l'outfit del giorno dopo prima di andare a letto non è certo 7. ____ trucco rivoluzionario, ma sulla sua validità non ci sono 8. ____ dubbi. E se qualche volta ti è capitato di arrivare in ritardo (a) 9. ____ riunione importante perché non riuscivi a trovare 10. ____ scarpe adatte da abbinare al resto (di) 11. ____ tuo look, allora sai esattamente quanta differenza possa fare decidere (per) 12. ____ tempo cosa indossare.

Usa 13. ____ sveglia vera

D'accordo, 14. ____ sveglia sul telefonino è pratica e comoda, ma potrebbe farti più male che bene. 15. (In) ____ primo luogo, perché ti potrebbe venire voglia di dare 16. ____ sbirciatina allo smartphone prima di andare a letto (e sai bene quanto questo faccia male (a) 17. ____ qualità del tuo riposo); non bastasse, prendere (in) 18. ____ mano il telefonino come 19. ____ prima azione del mattino (se non altro per spegnere l'allarme di sveglia) può risucchiarti nel vortice social media/controllo mail, finendo così con lo stressarti ancor prima che tu abbia messo i piedi fuori dalle coperte. Per non correre 20. ____ sopracitati rischi, tieni 21. ____ smartphone lontano dal comodino e sostituiscilo con una bella sveglia (a) 22. ____ moda, magari d'ispirazione retrò.



Lascia 23. ____ farmaci pronti sul comodino

Se al mattino devi prendere di (di) 24. ____ farmaci, mettili (in) 25. ____ posto dove puoi vederli subito dopo aver aperto gli occhi e ricordati di metterci accanto 26. ____ bicchiere di acqua: in questo modo ottieni 27. ____ duplice risultato di idratarti e di non dimenticare le tue pillole giornaliere.

Tieni 28. ____ lenti a contatto a portata (di) 29. ____ mano

Anziché correre avanti e indietro dal bagno come una forsennata mentre ti prepari, lascia le lenti a contatto e la loro soluzione 30. ____ (in) posto facilmente accessibile, come ad esempio vicino 31. ____ (a) specchio della camera da letto, così da poterle mettere subito. E 32. ____ fatto che tu riesca a vederle mentre ti vesti o ti trucchi è 33. ____ ulteriore vantaggio...

Organizza i trucchi

La pochette dei trucchi sarà anche carina a vedersi, ma 34. ____ praticità questa sconosciuta, a maggior ragione se al mattino hai 35. ____ minuti contati e non puoi quindi perdere tempo prezioso a frugare freneticamente nella borsetta alla ricerca di quello che ti serve. In questo caso ti conviene invece optare (per) 36. ____ contenitore in plastica trasparente e impilabile, così da vedere facilmente tutti 37. ____ prodotti, che dovrai dividere (per) 38. ____ tipologia e piazzare (in) 39. ____ punti precisi.

Scegli un posto per le chiavi

Poche cose sono più frustranti (e ti fanno perdere più tempo) che dover setacciare 40. ____ casa (a) 41. ____ disperata ricerca delle chiavi prima di uscire (a) 42. ____ mattino. Ragion per cui è meglio se le tieni (in) 43. ____ piatto o (in) 44. ____ contenitore sul tavolo (di) 45. ____ ingresso o le appendi (a) 47. ____ gancio vicino alla porta.

Di Simona Marchetti, da www.corriere.it



Soluzioni

Esercizio 1

1.- ; 2.- ; 3.- ; 4.i ; 5.al ; 6.i ; 7.un ; 8.- ; 9.una ; 10.le ; 11.del ; 12.- ; 13.una ; 14.la ; 15.in ;
16.una ; 17.alla ; 18.- ; 19.- ; 20.i ; 21.lo ; 22.alla ; 23.i ; 24.dei ; 25.un ; 26.un ; 27.il ; 28.le ;
29.- ; 30.un ; 31.allo ; 32.il ; 33.un ; 34.la ; 35.i ; 36.un ; 37.i ; 38.- ; 39.- ; 40.-/la ; 41.alla ;
42.al ; 43.un ; 44.un ; 46.dell' ; 47.un