+ NAGRANIA MP3 | + ĆWICZENIA | + POLSKIE SŁÓWKA

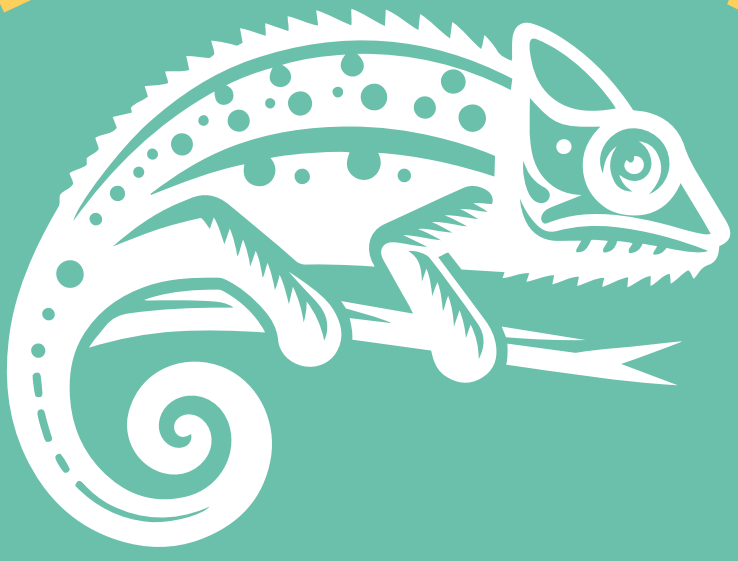
Jakość gwarantuje wydawnictwo Colorful MEDIA

MAGAZYN W JĘZYKU HISZPAŃSKIM

¿Español? Sí, gracias

¿Español? Sí, gracias

¿SER O ESTAR?



HE AHÍ EL DILEMA

SURINAME: LA JOYA ESCONDIDA DE SUDAMÉRICA



colorfulmedia.pl espanol.edu.pl

9 772080 771620 01 >

dwumiesięcznik nr 73
styczeń–luty 2026
cena: 22,90 zł (w tym 8% VAT)

eprasa.pl 40f94d2a4a

+ NAGRANIA MP3 | + ĆWICZENIA | + POLSKIE SŁÓWKA

Jakość gwarantuje wydawnictwo Colorful MEDIA

NOWE WYDANIE SPECJALNE

¿Español? Sí, gracias



kiosk.colorfulmedia.pl

Językowo najlepsi!

KUP TERAZ

Esta publicación cuenta con el apoyo y reconocimiento de la Universidad de Valladolid.

Od stycznia 2026 magazyn ukazuje się częściej – co dwa miesiące!



Suriname: la joya escondida de Sudamérica

www.facebook.com/EspanolSiGracias

facebook

Kody QR

Skanując kod QR w magazynie szybko i bez podawania hasła odsłuchasz plik MP3 na swoim smartfonie! Wystarczy skorzystać z aplikacji "aparat" – obiektyw należy skierować na kod.
Przy starszych wersjach systemów Android czy IOS, należy pobrać odpowiednią darmową aplikację. Znajdziesz ją pod adresem: **www.colorfulmedia.pl/czytnik**

Píldoras informativas

4 Píldoras informativas

Tema especial

6 ¿Ser o estar? He ahí el dilema MP3

LA HOJA DE EJERCICIOS para profesores está disponible en espanol.edu.pl

Cultura

10 Verónica Sánchez: dos décadas de talento y evolución MP3

Sociedad

13 Radiografía de un prepper MP3

17 El síndrome del abuelo esclavo: un problema silenciado

20 Entrevista con el Policia Nacional de Barcelona

Idioma

24 ¡Cómo NO hablar español! Una guía de los lapsus más icónicos de los políticos hispanohablantes. MP3

28 Aprende español con... "Ángela"

29 Reservar y disfrutar un descenso en kayak: diálogos prácticos en español MP3

Gramática

32 Los cambios en la tilde del adverbio 'solo' y de los pronombres demostrativos

Viajes

34 Suriname: la joya escondida de Sudamérica MP3

40 Crucigrama

41 *Quiz*

Redacción:
¿Español? Sí, gracias
Colorful Media
ul. Lednicka 23, 60-413 Poznań
redakcja@colorfulmedia.pl
tel. 61 833 63 28

Wydawca:
Colorful MEDIA
ul. Lednicka 23, 60-413 Poznań
www.colorfulmedia.pl

Redaktor naczelna:
Hanna Danielczak-Ziadi

Zespół:
Manuel Suárez Rueda
María Barnuevo Alameda
Estefanía Rodríguez García
Juan Martín Sánchez Bogado
Noelia de la Torre Fadón
Daniel López Gómez
Franciszek Przewoźny

Korekta:
Estefanía Rodríguez García
Beata Szyda

Skład:
Michał Sobański

Studio DTP:
Sławomir Kinal
Michał Sobański

Projekt okładki:
Michał Sobański/Depositphotos

Nagrania MP3:
Estefanía Rodríguez García

Testy dla nauczycieli:
Hanna Danielczak-Ziadi

Dział reklamy:
tel. 61 833 63 28
reklama@colorfulmedia.pl

Dział prenumeraty:
prenumerata@colorfulmedia.pl
tel. 61 833 63 28, 663 242 4 33

Product manager:
Karolina Mazurkiewicz
kom. 663 242 433
k.mazurkiewicz@colorfulmedia.pl

Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść reklam i ogłoszeń.

eprasa.pl 40f94d2a4a

por Juan Martin Sanchez Bogado



Disfruto del fruto

El verbo “disfrutar” significa, literalmente, “gozar plenamente de algo”. Proviene del latín vulgar disfrūtārī, dis – → prefijo intensivo/completamente + frūtārī → disfrutar, gozar, aprovechar = aprovechar completamente algo.

• Combinado con sustantivo, se usa con “de”:
Disfruto del fruto de mi trabajo.
Disfruto de un buen café por la mañana.
• Combinado con verbo, se usa sin “de”:
Disfruto viajar por la montaña.
Disfruto leer antes de dormir.

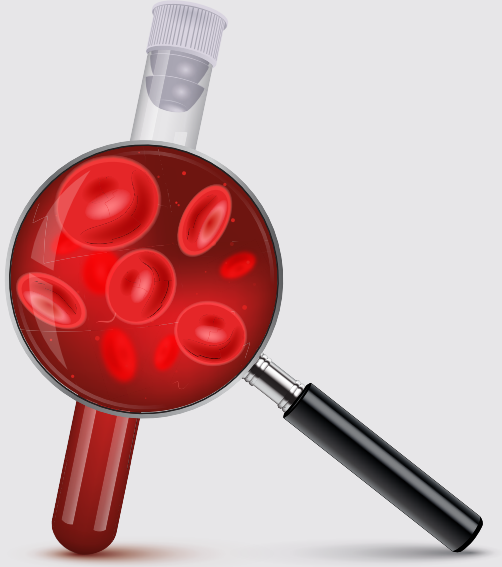
Nos olvidamos de “de”: Como siempre en castellano, las reglas son para romperse. Por eso, en algunas ocasiones, no se usa “de”. Por ejemplo:
• con sustantivos que representan acción:
Disfruto la lectura.
Disfruto el canto de los pájaros.
• en estilo poético/literario o expresiones fijas:
Disfruto la fruta bajo el sol.
disfrutar la vida
disfrutar un buen momento

literalmente | dosłownie
gozar plenamente de algo | w pełni cieszyć się czymś, w pełni rozkoszować się czymś
provenir de X | pochodzić z X
el latín vulgar | łacina ludowa
el prefijo intensivo | przedrostek wzmacniający znaczenie
aprovechar completamente algo | w pełni wykorzystywać coś
combinado con algo | połączony z czymś
el sustantivo | rzeczownik
el verbo | czasownik
Disfruto del fruto de mi trabajo. | Cieszę się owocami mojej pracy.
Disfruto de un buen café por la mañana. | Cieszę się dobrą kawą o poranku.
Disfruto viajar por la montaña. | Lubię podróżować po górach./Cieszę się podróżowaniem po górach.
Disfruto leer antes de dormir. | Lubię czytać przed snem./Cieszy mnie czytanie przed snem.
Nos olvidamos de X. | Zapominamy o X.
las reglas son para romperse | zasady są po to, by je łamać
Disfruto la lectura. | Cieszy mnie czytanie/lektura./Lubię czytać.
Disfruto el canto de los pájaros. | Cieszy mnie śpiew ptaków./Lubię śpiew ptaków.
las expresiones fijas | stałe wyrażenia
Disfruto la fruta bajo el sol. | Cieszy mnie owoc jedzony w słońcu.
disfrutar la vida | cieszyć się życiem
disfrutar un buen momento | cieszyć się dobrą chwilą, miło spędzać czas

Gwada negativo

Un equipo científico identificó un nuevo grupo sanguíneo en una mujer de la isla francesa de Guadalupe denominado “Gwada negativo”. Se considera una mutación en los genes que determinan los antígenos sanguíneos. Esto significa que, en la mujer identificada, uno o varios antígenos del sistema sanguíneo presentan una variación poco frecuente respecto a los grupos conocidos. Esto resalta la importancia de estudiar la diversidad genética en diferentes regiones del mundo. Además, el descubrimiento plantea desafíos para los bancos de sangre, que podrían necesitar actualizar sus protocolos y estrategias de reserva de sangre para pacientes con este grupo sanguíneo poco frecuente.

el grupo sanguíneo | grupa krwi
denominado | nazywany, oznaczany
determinar algo | określać, ustalać coś
los antígenos sanguíneos | antygeny krwi
la variación | *tu:* wariacja, odmiana
respecto a X | w odniesieniu do X, w stosunku do X
resaltar la importancia de hacer algo | podkreślać znaczenie zrobienia czegoś
la diversidad genética | różnorodność genetyczna
además | ponadto
el descubrimiento | odkrycie
plantear desafíos para algo | stawiać czemuś wyzwania, rodzić wyzwania dla czegoś



eprasa.pl 40f94d2a4a

Argentinadas

Los argentinos usan las mismas palabras que los españoles, pero a su manera. Aquí algunos ejemplos de argentinismos.

Coger: Por tener connotación sexual, en Argentina se dice tomar en contextos donde en España se dice coger.
- Tomé el colectivo a la facultad. – Pojechałem autobusem na uczelnię/wydział.
- Tomé un taxi porque llovía. – Wziąłem/złapałem taksówkę, bo padało.
- Toma una aspirina. – Weź aspirynę*.
- Tomamos el camino más corto. – Wybraliśmy najkrótszą drogę.

Sacar: Es usado de manera figurada o extendida.
- Saqué la entrada para el cine. – Kupiłem/zdobyłem bilet do kina.
- Saqué turno con el médico. – Umówiłem wizytę/załatwiłem kolejkę u lekarza.
- Me saqué la duda. – Wyjaśniłem swoją wątpliwość.
- Sacá** la cuenta de cuánto gastamos. – Policz/oblicz, ile wydaliśmy.

Quedar: En Argentina no se dice *quedamos* para concertar una cita (como en España). Se dice simplemente:
- ¿Nos vemos mañana? – Widzimy się jutro?***
- Nos juntamos el sábado. – Spotkamy się w sobotę.

Manejar: Verbo cotidiano para conducir, en lugar de conducir que suena formal.
- Aprendí a manejar el auto el año pasado. – Nauczyłem się prowadzić samochód w zeszłym roku.
- Manejá despacio en la ruta. – Prowadź powoli na trasie/drodze.

Pasar: Puede reemplazar verbos como venir, entrar u ocurrir en ciertos contextos:
- Pasá a mi casa un rato. (= entra/ven) – Wpadnij do mnie na chwilę.
- No me pasó nada grave. (= ocurrió) – Nie przydarzyło mi się nic poważnego.

las mismas | te same
a su manera | na swój sposób
poco común | rzadki
de manera figurada o extendida | w przenośni lub w szerszym znaczeniu
cotidiano | codzienny, codziennie stosowany
reemplazar algo | zastąpić coś



* Hiszpanie również używają tego zwrotu w kontekście wzięcia leku.

** W tym przypadku argentynizmem jest użycie tutaj akcentu. W hiszpańskim nie ma akcentu w trybie rozkazującym. Dotyczy to również niżej występujących form tj. manejá, esperá, pasá.

*** Ten zwrot stosowany jest zarówno w Hiszpanii, jak i w Argentynie.

eprasa.pl 40f94d2a4a

WAGROS

Dobra zabawa gwarantowana!



- 26 PIOSENEK Z TŁUMACZENIAMI
- PROSTE STRUKTURY GRAMATYCZNE
- SŁOWNICTWO



W naszej ofercie:
podręczniki dla dzieci i dorosłych,
repetytoria tematyczne i gramatyczne,
lektury, materiały uzupełniające
oraz rozmówki.

Rabat na hasło:
"ESG"
WWW.WAGROS.PL

B2-C1

NAGRANIA MP3 POBIERZ

KOD DOSTĘPU: y7b3

LUB ODSŁUCHAJ NA STRONIE espanol.edu.pl

POBIERZ CZYTNIK KODÓW: COLORFULMEDIA.PL/CZYTNIK

LA HOJA DE EJERCICIOS para profesores está disponible en espanol.edu.pl

¿Ser o estar? He ahí el dilema

por Noelia de la Torre Fadón

La lengua española es un idioma bastante sencillo de aprender para un hablante extranjero. Sin embargo, hay que reconocer que existen tres aspectos gramaticales que provocan bastantes pesadillas entre los estudiantes de español: la amplia variedad de tiempos pasados, el odiado modo subjuntivo y, por supuesto, la diferencia entre los verbos "ser" y "estar".

Con este artículo intentaremos ayudaros a resolver los problemas que surgen sobre cuándo usar uno u otro y procuraremos aclarar las dudas más habituales. ¿**Estáis** preparados?

Principales diferencias

En principio, y como norma general, el verbo "ser" se usa para hablar de datos que son **permanentes, duraderos o innatos** al ser del que se habla. Por esa razón se usa cuando describimos un objeto (el balón es grande y rojo) o cuando hablamos de la profesión de alguien (soy profesor).

Por otro lado, el verbo "estar" lo utilizaremos para hablar de hechos **temporales o que pueden cambiar** con el tiempo como, por ejemplo, para expresar cómo te sientes ahora mismo (estoy cansado) o qué haces en el momento en que hablas (estoy sentado viendo la tele).

Entonces, ¿por qué se dice "estar muerto" cuando morirse es un hecho, *a priori*, bastante duradero? Bueno, porque... ¡sorpresa, sorpresa! La distinción no es tan simple.

¿Sabías que..?

La mayoría de las lenguas europeas utilizan un único verbo para representar los significados que en español corresponden con los verbos "ser" y "estar", ya sea el "to be" en inglés o el "być" en polaco. ¿Por qué, entonces, en español hay dos? Esto se debe a una evolución propia del latín vulgar en nuestra tierra. En latín existían tres verbos distintos —esse, sedere y stare— cuyos significados y formas se fusionaron y evolucionaron hasta dar lugar a los actuales verbos "ser" y "estar".

la mayoría de X | większość X
corresponder con algo | odpowiadać czemuś, być zgodnym z czymś
deberse a X | wynikać z X, być spowodowanym X
el latín vulgar | łacina ludowa
fusionarse | łączyć się, stapiać się
dar lugar a algo | dawać czemuś początek, prowadzić do czegoś, skutkować czymś

0 ser | być
estar | być
He ahí el dilema. | Oto jest pytanie.
sencillo | prosty, nieskomplikowany
el hablante extranjero | osoba z zagranicy mówiąca w danym języku/ucząca się danego języka
sin embargo | jednakże, niemniej jednak
hay que reconocer que | trzeba przyznać, że
provocar algo | powodować, wywoływać coś
la pesadilla | koszmar
la variedad de X | różnorodność X
odiado | znienawidzony
el modo subjuntivo | tryb łączący
la diferencia entre X y Y | różnica między X i Y
1 resolver algo | rozwiązywać coś
surgir | pojawiać się, powstawać, wyłaniać się
procurar hacer algo | starać się coś zrobić
principal | główny, zasadniczy
la diferencia | różnica
en principio | w zasadzie
permanente | stały, trwały
duradero | długotrwały
innato | wrodzony
al ser del que se habla | (przynależący) do bytu, o którym się mówi (cecha bytu)
por esa razón | z tego powodu, dlatego
describir algo | opisywać coś
el balón | piłka
la profesión | zawód
por otro lado | z drugiej strony
los hechos temporales o que pueden cambiar con el tiempo | fakty tymczasowe lub takie, które mogą zmienić się z czasem
sentirse | czuć się
estoy cansado | jestem zmęczony
estoy sentado viendo la tele | siedzę, oglądając telewizję
estar muerto | być martwym
a priori | z założenia
la distinción | rozróżnienie, wyróżnienie

eprasa.pl 40f94d2a4a

Miremos este cuadro con los principales usos a modo de resumen para aclararnos:

SER	ESTAR
Identificar personas, animales u objetos: • ¿Quién **es** ese chico? **Es** mi primo. • ¿Qué cuadro **es** ese? **Es** el *Guernica* de Picasso. **el primo |** kuzyn **el cuadro |** obraz	Expresar estados temporales: • La sala **está** llena. • El café **está** frío. **estar lleno |** być pełnym **estar frío |** być zimnym
Definir o describir: • Una tienda **es** un lugar donde se venden objetos. • **Soy** alta y rubia. **la tienda |** sklep **vender algo |** sprzedawać coś **rubio/-a |** blondyn/ka	Indicar la apariencia de alguien o algo: • Este vestido **está** muy viejo. (Quizá el vestido no sea viejo, solo tiene un año, pero parece viejo porque está desgastado) **indicar algo |** wskazywać coś **la apariencia de alguien o algo |** wygląd kogoś lub czegoś
Indicar la nacionalidad, la profesión, la religión, el material o cualquier otro aspecto inherente a una persona u objeto: • Maria Skłodowska-Curie **era** polaca. • ¿**Eres** médico o veterinario? **cualquier |** jakikolwiek **inherente a alguien |** właściwy komuś	Indicar el estado de ánimo o de salud o el estado civil: • Mario **está** enfermo y no puede trabajar hoy. • **Estoy** feliz porque es mi cumpleaños. • **Estaba** casada, pero ahora **estoy** divorciada. **el estado de ánimo o de salud o el estado civil |** nastrój, stan zdrowia lub stan cywilny **estar feliz |** być szczęśliwym **estar casado/-a |** być żonatym/być zamężną **estar divorciado/-a |** być rozwiedzionym/rozwiedzioną
Dar y pedir la hora o decir la fecha: • ¿Qué hora **es**? **Son** las tres en punto. • Hoy **es** jueves, 25 de diciembre. ¡**Es** Navidad! **dar la hora |** podawać godzinę **pedir la hora |** pytać o godzinę **la Navidad |** Boże Narodzenie	Dar fechas usando preposiciones (es un uso más coloquial. Siempre se utiliza la primera persona del plural): • **Estamos** en primavera. **usando preposiciones |** używając przyimków **Estamos en primavera. |** Jest wiosna.
Indicar la localización (tiempo y lugar) de un evento: • La reunión **será** el viernes. • La fiesta **es** en mi casa. **el tiempo |** czas **el lugar |** miejsce **la reunión |** zebranie	Indicar la ubicación de una persona u objeto en un sitio: • Las verduras **están** en el frigorífico. • El museo **está** en la calle Mayor. **la ubicación de una persona u objeto en un sitio |** umiejscowienie/lokalizacja osoby lub przedmiotu w jakimś miejscu **la verdura |** warzywo **el frigorífico |** lodówka
Indicar la posesión o pertenencia de algo: • El jersey blanco **es** mío. **la posesión o pertenencia de algo |** posiadanie lub przynależność czegoś	Indicar el resultado de una acción: • La ventana **está** abierta. (He abierto la ventana) • La planta **está** muerta. (Ha muerto la planta) **estar abierto |** być otwartym **la planta |** roślina

eprasa.pl 40f94d2a4a

Observa la diferencia

Observa estos ejemplos muy parecidos en significado.

Ejemplo 1:

Soy camarero – Estoy de camarero

En el primer caso, la persona tiene la profesión de camarero y siempre trabaja de eso. Sin embargo, la segunda frase indica que la situación es temporal, quizás solo durante el verano o para conseguir algo de dinero mientras que estudia en la universidad.

Ejemplo 2:

María es delgada – María está muy delgada

Con el verbo "ser" estamos simplemente describiendo a María: "María es una chica delgada", igual que si decimos que es rubia o que es inteligente. En el segundo caso, expresamos la apariencia actual de María, más delgada, quizás, que hace unos meses.

Ejemplo 3:

La película es buena – La película está bien

En este caso, ambas frases significan lo mismo, pero ¡ojo!: el verbo "ser" va acompañado de adjetivos, mientras que el verbo "estar" lleva los adverbios "bien" o "mal" detrás.

Usos gramaticales de los verbos

Además de estas diferencias que hemos señalado, "ser" y "estar" se usan en dos principales estructuras gramaticales.

El verbo "ser" se usa para formar la **voz pasiva**, aquella en la que el sujeto no es el que realiza la acción, como en "El Quijote **fue** escrito por Miguel de Cervantes".

En cambio, el verbo "estar" se usa en la perífrasis **"estar + gerundio"**, la cual indica que una acción está en desarrollo en el momento en el que se habla o que es temporal. Por ejemplo: "**Estoy** viviendo con mis padres mientras me pintan la casa".



2 parecidos en significado | podobne pod względem znaczenia
en el primer caso | w pierwszym przypadku
tener la profesión de camarero | wykonywać zawód kelnera
sin embargo | jednakże, niemniej jednak
indicar que | wskazywać, że
quizás | być może
solo durante el verano | tylko latem, tylko podczas lata
conseguir algo de dinero | zdobyć trochę pieniędzy
mientras que | podczas gdy, natomiast
delgado | szczupły, chudy
igual que | tak samo jak, podobnie jak
la apariencia actual de María | obecny wygląd Marii
la película | film
ambas | obie, obydwie
lo mismo | to samo
¡ojo! | uwaga!
ir acompañado de adjetivos | występować w towarzystwie przymiotników
llevar los adverbios "bien" o "mal" detrás | mieć za sobą przysłówki „dobrze" lub „źle" (czyli: następują po nim przysłówki „bien" lub „mal")
además de X | oprócz, poza X
señalar algo | wskazywać, zaznaczać coś
formar algo | tworzyć coś
la voz pasiva | strona bierna
en cambio | natomiast
la perífrasis | peryfraza (konstrukcja czasownikowa, np. estar + gerundio)
el gerundio | gerundium (imiesłów przysłówkowy współczesny, np. hablando)
estar en desarrollo | być w trakcie
pintarle a alguien la casa | malować komuś dom

WARTO ZAPAMIĘTAĆ

a priori | z założenia

Adjetivos que cambian de significado

¿Sabías que algunos adjetivos pueden tener significados distintos si van con el verbo "ser" o con el verbo "estar"? Veamos algunos ejemplos:

– No es lo mismo algo que "es verde" y algo que "está verde". En el primer caso nos referimos al color que tiene, como por ejemplo, en "La menta es de color verde", mientras que en el segundo caso se hace referencia a que algo está poco maduro o es nuevo en alguna disciplina, por ejemplo: "Ese futbolista está muy verde todavía".

– Con el adjetivo "bueno/a" hay que tener cuidado si lo usamos para describir a una persona ya que, si decimos que "Raúl es bueno", queremos decir que es una buena persona, amable y generosa. Sin embargo, si lo describimos diciendo que "está bueno", en realidad estamos expresando que es muy atractivo, con lo que hacemos referencia a su físico y no a su personalidad.

Podéis encontrar muchos más ejemplos en el artículo sobre adjetivos en el número_____ de nuestra revista.

cambiar de significado | zmieniać znaczenie
tener significados distintos | mieć różne znaczenia
la menta | mięta
hacer referencia a algo | odnosić się do czegoś, nawiązywać do czegoś
estar poco maduro | być niedojrzałym (np. o owocu)
todavía | ciągle, jeszcze
hay que | trzeba, należy
tener cuidado | uważać, zachować ostrożność
amable | uprzejmy, miły
generoso | hojny
encontrar algo | znajdować coś
la revista | czasopismo, magazyn

eprasa.pl 40f94d2a4a

Ejercícios de "ser" y "estar"

por Noelia de la Torre Fadón

1. ¡Hola! Esta **soy** yo. Elige la opción más adecuada para completar mi presentación.

¡Hola a todos!

Me llamo Natalia y *soy/estoy* española, pero *soy/estoy* escribiendo esto desde Varsovia porque ahora vivo aquí. Varsovia *es/está* la capital de Polonia. S*oy/Estoy* escritora y escribo cuentos para niños. No *soy/estoy* muy alta, tengo los ojos marrones y *soy/estoy* morena. Hoy *soy/estoy* contenta porque *es/está* mi cumpleaños y esta tarde hay una fiesta. La fiesta *es/está* en mi casa y he invitado a muchos amigos y a mi familia. *Soy/estoy* nerviosa porque quiero que todo salga bien. ¿Y tú? ¿Cómo eres?

la escritora | pisarka
los cuentos para niños | opowiadania, bajki dla dzieci
los ojos marrones | brązowe oczy
moreno/-a | brunet/ka; śniady/a (o cerze)
los cumpleaños | urodziny
invitarle a alguien | zapraszać kogoś
quiero que todo salga bien | chcę, żeby wszystko się udało, chcę, żeby wszystko poszło dobrze

SOLUCIONES

¡Hola a todos!
Me llamo Natalia y 1) SOY española, pero 2) ESTOY escribiendo esto desde Varsovia porque ahora vivo aquí. Varsovia 3) ES la capital de Polonia. 4) SOY escritora y escribo cuentos para niños. No 5) SOY muy alta, tengo los ojos marrones y 6) SOY morena. Hoy 7) ESTOY contenta porque 8) ES mi cumpleaños y esta tarde hay una fiesta. La fiesta 9) ES en mi casa y he invitado a muchos amigos y a mi familia. 10) ESTOY nerviosa porque quiero que todo salga bien. ¿Y tú? ¿Cómo eres?

2. **Soy** la inspectora Agudo. Se ha producido un asesinato hoy y el detective Torpe ha redactado un informe, pero le faltan los verbos. ¿Me ayudas a completar las notas del detective?

Hoy 1)_____ jueves, 9 de octubre. 2)_____ las 10 de la mañana. El agente Gutiérrez y yo 3)_____ en la casa del señor Millonetis. El señor Millonetis 4)_____ un famoso empresario, pero ahora 5)_____ muerto sobre la alfombra de su despacho. 6)_____ en otoño y la ventana 7)_____ abierta, pero en el despacho no hay hojas del árbol de la calle. Mmm… Curioso. El reloj 8)_____ parado; marca las 7 de la mañana. Hay una taza de café sobre la mesa, pero el café 9)_____ caliente todavía. ¡Qué raro! Hay una foto de una mujer en la mesa del despacho. 10) _____ la nueva esposa del señor Millonetis. 11)_____ rubia y muy atractiva. Ahora 12)_____ de vacaciones con unas amigas. Sospechoso. Los testigos dicen que el señor Millonetis siempre 13)_____ trabajando, no 14)_____ muy buena persona y, además, a menudo 15)_____ enfadado.

¿Quién será el asesino?

producirse un asesinato | dojść do zabójstwa
redactar un informe | sporządzać raport, pisać sprawozdanie
faltarle algo | brakować czegoś czemuś
el empresario | przedsiębiorca, biznesmen
la alfombra | dywan
el despacho | gabinet, biuro
en otoño | jesienią
las hojas del árbol de la calle | liście drzewa rosnącego przy ulicy
parado | zatrzymany, nieruchomy
marcar algo | wskazywać coś (np. godzinę)
caliente | ciepły, gorący
¡Qué raro! | Jakie to dziwne!
la esposa | żona
sospechoso | podejrzany
los testigos | świadkowie
además | ponadto, oprócz tego
a menudo | często
enfadado | rozzłoszczony, zły
¿Quién será el asesino? | Kto może być zabójcą?

1) a. es, b) está
2) a) son, b) están
3) a) somos, b) estamos
4) a) es, b) está
5) a) es, b) está
6) a) somos, b) estamos
7) a) es, b) está
8) a) es, b) está
9) a) es, b) está
10) a) es, b) está
11) a) es, b) está
12) a) es, b) está
13) a) es, b) está
14) a) es, b) está
15) a) es, b) está

SOLUCIONES

Hoy 1) ES jueves, 9 de octubre. 2) SON las 10 de la mañana. El agente Gutiérrez y yo 3) ESTAMOS en la casa del señor Millonetis. El señor Millonetis 4) ES un famoso empresario muy rico, pero ahora 5) ESTÁ muerto sobre la alfombra de su despacho. 6) ESTAMOS en otoño y la ventana 7) ESTÁ abierta, pero en el despacho no hay hojas del árbol de la calle. Mmm… Curioso. El reloj 8) ESTÁ parado; marca las 7 de la mañana. Hay una taza de café sobre la mesa, pero el café 9) ESTÁ caliente todavía. ¡Qué raro! Hay una foto de una mujer en la mesa del despacho. 10) ES la nueva esposa del señor Millonetis. 11) ES rubia y muy atractiva. Ahora 12) ESTÁ de vacaciones con unas amigas. Sospechoso. Los testigos dicen que el señor Millonetis siempre 13) ESTÁ trabajando, no 14) ES muy buena persona y, además, a menudo 15) ESTÁ enfadado.

¿Quién será el asesino?

eprasa.pl 40f94d2a4a

Verónica Sánchez: dos décadas de talento y evolución

por Estefanía Rodríguez García

Desde su irrupción en nuestras pantallas como Eva Capdevila en Los Serrano, Verónica Sánchez no ha dejado de consolidarse como una de las actrices más versátiles y sólidas del panorama audiovisual español. Su trayectoria, que abarca el cine, la televisión y el teatro, destaca por adaptarse a todo tipo de personajes sin quedarse encasillada en un solo estilo. Acompáñanos a descubrir la vida y la evolución artística de una de las intérpretes más interesantes del cine y la televisión española contemporánea.

la irrupción | nagłe pojawienie się, wtargnięcie
no dejar de consolidarse como X | nieustannie umacniać swoją pozycję jako X
más versátil | bardziej wszechstronny
la trayectoria | kariera, dorobek zawodowy
abarcar algo | obejmować coś
sin quedarse encasillada en un solo estilo | nie dając się zaszufladkować w jednym stylu
descubrir algo | odkryć coś
contemporáneo | współczesny



NAGRANIA MP3
POBIERZ
KOD DOSTĘPU: y7b3
LUB ODSŁUCHAJ NA STRONIE espanol.edu.pl
POBIERZ CZYTNIK KODÓW: COLORFULMEDIA.PL/CZYTNIK

eprasa.pl 40f94d2a4a

Comienzos

Nacida el 1 de julio de 1977 en Sevilla, Verónica Sánchez se trasladó a Madrid tras finalizar el COU con el objetivo de formarse en Arte Dramático y dar sus primeros pasos en la interpretación. Su gran oportunidad llegó en 2003 con la película *Al sur de Granada*, donde interpretó a la protagonista femenina, La Chispa, y cuya actuación le valió una nominación al Premio Goya a la Mejor Actriz Revelación. Este reconocimiento llamó la atención de los productores de *Los Serrano*, quienes la eligieron para interpretar a Eva Capdevila. La serie, en la que trabajó durante 4 temporadas, se convirtió en un fenómeno televisivo y consolidó su carrera, convirtiéndola en una de las actrices más reconocidas del panorama audiovisual español en esa época.

Evolución

A lo largo de su carrera, Verónica ha demostrado su versatilidad trabajando en teatro, cine y televisión. En teatro, sus primeros pasos incluyen obras como *Un espíritu burlón*, *Tierra* o *Don Juan en los ruedos*, entre muchas otras. En cine, destacan títulos como *Al sur de Granada*, *Camarón*, *Los 2 lados de la cama*, *Las 13 rosas* o *Gordos*. Y en televisión, se ha consolidado con papeles en *Los Serrano*, *Gran Reserva*, *Sin identidad*, *Tiempos de guerra* o *Sky Rojo*.

Últimos proyectos

En los últimos años, Verónica ha seguido consolidando su imagen como una de las actrices más destacadas del panorama español, explorando nuevos géneros y personajes. Ha trabajado en varios proyectos recientes:

Ángela, una serie de televisión española y adaptación de la serie británica Angela Black, cuya trama se centra en una mujer que aparenta tener una vida perfecta junto a su esposo y sus hijas, pero que oculta un matrimonio marcado por el maltrato psicológico y físico. Desde su estreno, la serie ha recibido numerosos elogios, y Verónica fue galardonada con el Premio Cygnus a Mejor Actriz. Actualmente está disponible en Netflix en más de 40 países, donde ha logrado posicionarse dentro del top 10.

WARTO ZAPAMIĘTAĆ

aparentar | udawać, stwarzać pozory

La Favorita 1922, también serie de televisión, se estrenó en 2025 y está ambientada en el Madrid de los años 20. La historia sigue a una marquesa sevillana (Verónica Sánchez) atrapada en un matrimonio infeliz, que huye a Madrid con su doncella tras un incidente; juntas reabren un restaurante y se enfrentan a desafíos personales y profesionales. La serie destaca por su ambientación de lujo, vestuario de época y una narrativa que mezcla drama, romance e intriga.

Además, se espera con gran expectación *Las hijas de la criada*, adaptación de la novela de Sonsoles Ónega, que se estrenará a finales de 2025. En ella, Verónica interpreta a una mujer fuerte y poderosa en una trama que combina secretos familiares y un complicado triángulo amoroso.

1 los comienzos | początki
trasladarse a X | przenieść się do X
con el objetivo de X | w celu X, mając na celu X
formarse en Arte Dramático | *tu:* studiować aktorstwo
dar sus primeros pasos en la interpretación | stawiać swoje pierwsze kroki w aktorstwie
interpretar a alguien | grać kogoś, wcielać się w rolę kogoś
la protagonista femenina | główna bohaterka
la chispa | iskra, błysk
la actuación | występ, gra aktorska
valerle algo a alguien | zapewnić coś komuś, przynieść coś komuś
el reconocimiento | uznanie, rozpoznawalność
llamar la atención de alguien | zwrócić, przykuć czyjąś uwagę
elegirle a alguien | wybrać kogoś
la temporada | sezon
convertirse en X | stać się X, przeistoczyć się w X
el más reconocido/la más reconocida | najbardziej znany, ceniony/najbardziej znana, ceniona
a lo largo de X | w trakcie X, w ciągu X

demostrar algo | udowodnić coś, wykazać się czymś
la versatilidad | wszechstronność, uniwersalność
los primeros pasos | pierwsze kroki
incluir algo | zawierać, uwzględniać, włączać coś
la obra | dzieło
entre muchas otras | między wieloma innymi
destacar | wyróżniać się, wybijać się
2 consolidarse con papeles en algo | ugruntować swoją pozycję (karierę) rolami w czymś
en los últimos años | w ostatnich latach
seguir consolidando X | dalej umacniać X, podtrzymywać i wzmacniać pozycję w danej dziedzinie
el género | gatunek (np. filmowy, literacki)
la trama | fabuła, intryga
aparentar | udawać, stwarzać pozory
ocultar algo | ukrywać coś
el maltrato psicológico y físico | znęcanie się psychiczne i fizyczne, przemoc psychiczna i fizyczna
desde X | od X, począwszy od X
el estreno | premiera
recibir algo | otrzymać coś
numeroso | liczny

los elogios | pochwały, komplementy
ser galardonado con X | zostać nagrodzonym/wyróżnionym X
estar disponible | być dostępnym
lograr algo | osiągnąć, zdobyć coś
3 estrenarse en X | mieć premierę w X
estar ambientado en X | być osadzonym w X, dziać się w X
atrapado en algo | uwięziony w czymś, złapany w pułapkę czegoś
el matrimonio infeliz | nieszczęśliwe małżeństwo
huir a X | uciekać do X
la doncella | pokojówka, służąca
el incidente | incydent, zdarzenie
reabrir algo | ponownie coś otworzyć
enfrentarse a desafíos personales y profesionales | stawiać czoła wyzwaniom osobistym i zawodowym
destacar por algo | wyróżniać się czymś
mezclar algo y algo | mieszać coś z czymś, łączyć coś z czymś
además | ponadto, oprócz tego
poderoso | potężny, mocny
combinar algo y algo | łączyć coś z czymś
el triángulo amoroso | trójkąt miłosny

eprasa.pl 40f94d2a4a


Tiempos de guerra


La Favorita 1922


Ángela


Al sur de Granada

Su lado más discreto

Aunque se conocen algunas de sus relaciones, como la que vivió con *Fran Perea* durante su época en *Los Serrano* o más recientemente con Luis Fernández, su compañero de reparto *en La Favorita 1922*, Verónica Sánchez ha mantenido siempre su vida personal de manera muy discreta. Prefiere que su intimidad permanezca alejada del foco mediático, priorizando su carrera profesional y evitando dar detalles sobre su vida familiar o sentimental, demostrando así que es posible desarrollar una carrera exitosa sin sacrificar la privacidad. En varias entrevistas ha reiterado que su objetivo es que se le valore por su carrera profesional y no por los detalles de su vida privada.

Tras más de dos décadas frente al público y las cámaras, Verónica Sánchez ha demostrado que la constancia, la profesionalidad y la capacidad de adaptarse son sus mayores talentos. Desde sus primeros pasos hasta sus papeles más recientes, ha construido una carrera sólida sin perder su esencia ni dejarse encasillar. Lo que queda claro es que aquello que define a Verónica es su curiosidad por explorar nuevos personajes y la naturalidad con la que se mueve entre géneros, dejando siempre su sello personal.

4 aunque | chociaż, mimo że
el compañero de reparto | kolega z obsady
permanecer | pozostawać, trwać
alejado del foco mediático | z dala od centrum uwagi mediów, poza zasięgiem mediów

5 evitando dar detalles sobre X | unikając podawania szczegółów na temat X
desarrollar algo | rozwijać coś
sin sacrificar la privacidad | bez poświęcania prywatności
la entrevista | wywiad
reiterar que | powtarzać, że, ponawiać zapewnienie, że
el objetivo | cel, zamierzenie
tras X | po X

6 la constancia | stałość, wytrwałość, konsekwencja
encasillarle a alguien | zaszufladkować kogoś
lo que queda claro es que | to co jest jasne to to, że
dejar sello personal de alguien | pozostawiać swój znak firmowy

eprasa.pl 40f94d2a4a



Radiografía de un *prepper*

por María Barnuevo Alameda

Hace pocos meses la Unión Europea lanzaba un mensaje claro: *hay que* tener en casa un kit de supervivencia para 72 horas, porque, señoras y señores, en estos días, todo puede pasar.

la radiografía | *dosł.* rentgen, prześwietlenie; *w przenośni:* dokładna analiza, obraz sytuacji
el prepper | preppers, osoba przygotowująca się na sytuacje kryzysowe
hace pocos meses | przed kilkoma miesiącami
lanzar un mensaje claro | wysłać jasny komunikat
el kit de supervivencia | zestaw survivalowy, zestaw przetrwania
antes de X | przed X

POBIERZ NAGRANIA MP3
KOD DOSTĘPU: y7b3
LUB ODSŁUCHAJ NA STRONIE espanol.edu.pl
POBIERZ CZYTNIK KODÓW: COLORFUL MEDIA.PL/CZYTNIK



Antes de empezar a leer, un aviso: no hay que caer en el miedo ni en la angustia. Se ha demostrado que estas emociones mantenidas en el tiempo se cronifican, lo que provoca en el cuerpo un deterioro del sistema inmunológico y, en consecuencia, un aumento de las posibilidades de sufrir una enfermedad.

Dicho esto, recomendamos mantener la calma, pero sin olvidarse de que existen amenazas en el mundo para las que hay que estar preparados. Y los preparacionistas (*preppers, en inglés)* saben mucho sobre ello.

Un poco de historia

En los años 30, la Gran Depresión siguió al *crack* de la Bolsa de Nueva York, esta época tan difícil de la historia hizo que la sociedad se diera cuenta de la fragilidad del sistema. Podemos establecer esa fecha como el origen del concepto *prepper:* personas que empezaron a almacenar provisiones como respuesta a lo que estaban viviendo.

A partir de ese momento, ha habido numerosas situaciones que han puesto en jaque la estabilidad económica, política y social del mundo (la Segunda Guerra Mundial, la Guerra Fría, los atentados del 11S, la pandemia…) y, sin ir más lejos, la dana o el gran apagón en España ocurrido hace unas semanas.

Prepper: un perfil diversificado

Hoy en día, el concepto *prepper* se aleja de esa imagen de un ermitaño paranoico almacenando latas, papel higiénico y todas las temporadas de *Friends* en un búnker subterráneo escondido bajo llave. Ya no se trata de una persona que evita las relaciones sociales, abre la puerta de su casa de mal humor y no se fía ni de su madre.

No.

Hoy en día, los *preppers* son personas "normales" que buscan estar preparadas ante emergencias, que valoran la autosuficiencia – es decir, el no depender de los demás – y que promueven un estilo de vida acorde con las amenazas reales.

1 el aviso | ostrzeżenie
caer en miedo/en la angustia | wystraszyć się
se ha demostrado que | wykazano, że/udowodniono, że
provocar algo | prowokować, wywoływać coś
el deterioro del sistema inmunológico | osłabienie układu odpornościowego
el aumento de las posibilidades de sufrir una enfermedad | wzrost ryzyka zachorowania
dicho esto | to powiedziawszy
mantener la calma | zachować spokój
sin olvidarse de que | nie zapominając o tym, że
la amenaza | zagrożenie
la Gran Depresión | Wielki Kryzys
seguir a algo | następować po czymś, iść za czymś
la Bolsa de Nueva York | Giełda Papierów Wartościowych w Nowym Jorku
darse cuenta de algo | zdać sobie z czegoś sprawę
la fragilidad | kruchość, łamliwość
establecer esa fecha como el origen de X | ustalić tę datę jako początek X
almacenar provisiones | gromadzić zapasy
a partir de ese momento | od tego momentu
numerosas | liczne
poner algo en jaque | zagrozić czemuś
la Segunda Guerra Mundial | II wojna światowa
la Guerra Fría | zimna wojna
los atentados del 11S | ataki z 11. września
sin ir más lejos | żeby nie szukać daleko
la dana o el gran apagón en España | DANA (burza, która nawiedziła Hiszpanię pod koniec zeszłego roku i spowodowała wiele szkód i ofiar) lub wielka awaria prądu w Hiszpanii
hace unas semanas | kilka tygodni temu
hoy en día | dzisiaj, obecnie
alejarse de algo | oddalać się od czegoś, trzymać się z dala od czegoś
el ermitaño paranoico | paranoiczny pustelnik
la lata | puszka (np. z jedzeniem)
la temporada | pora, sezon; *tu:* sezon serialu
el búnker subterráneo | podziemny bunkier
escondido bajo llave | ukryty pod kluczem
no se trata de… | nie chodzi o…
evitar las relaciones sociales | unikać relacji społecznych
no fiarse ni de su madre | nie ufać nawet własnej matce
buscar estar preparado ante emergencias | dążyć do bycia przygotowanym na nagłe wypadki
valorar la autosuficiencia | cenić sobie samowystarczalność
es decir | to znaczy
no depender de los demás | nie zależeć od innych
promover algo | promować coś
acorde con X | zgodnie z X

eprasa.pl 40f94d2a4a



Define amenazas reales

Entre las amenazas más o menos posibles dependiendo del lugar de residencia se encuentran los desastres naturales, las epidemias, los ciberataques, los conflictos bélicos… Estas palabras a muchas personas les suenan lejanas, a libro o película de ciencia ficción; pero, en realidad, y viendo los acontecimientos que han ocurrido en Europa en los últimos tiempos, no son ni tan ficticias, ni tan lejanas, ni tan locas.

Y repetimos, no hay que emparanoiarse, pero sí que está bien ser conscientes de los posibles escenarios a los que uno se podría enfrentar para estar preparado en el caso de que ocurran.

Qué no falta en el kit de un *prepper*

Papel higiénico (… vale, ya paramos con la broma).

Por nivel de importancia, lo primero es el agua embotellada. El cuerpo humano no puede sobrevivir más de 3 a 5 días sin agua, así que la UE recomienda tener por lo menos tres litros por persona para tres días (para beber y para otros usos).

Después del agua, es vital la comida. Si bien es verdad que el ser humano puede estar más días sin comer que sin beber, debemos contar con alimentos que nos sustenten en caso de crisis. Por supuesto, deben ser productos no perecederos y alimentos secos: latas de conserva de todo tipo de alimentos, pasta, arroz... En caso de falta de electricidad es recomendable comprar una cocina portátil y suficiente combustible (gas envasado) para poder cocinarlos.

Una vez solucionado el tema del agua y la comida, vamos con la luz y el calor. Hay que tener suministros que nos iluminen y nos calienten: velas y cerillas, linternas y pilas, lámparas con cargadores solares. Y, para quien tenga chimenea: suficiente leña. Es importante también tener mantas y sacos de dormir.

En caso de sufrir un accidente, la UE sugiere que tengamos un botiquín básico. Y, si se toma alguna medicina, disponer siempre de provisiones por lo que pueda pasar. Debemos incluir también toallitas húmedas, guantes y gel hidroalcohólico en caso de peligro de infecciones y enfermedades.

En las guías de supervivencia de los países nórdicos (sí, algunos países de la UE están más preparados y distribuyen guías oficiales entre sus ciudadanos), se recomienda

2 encontrarse | znajdować się, znaleźć się (w jakiejś sytuacji)
los desastres naturales | klęski żywiołowe
los conflictos bélicos | konflikty zbrojne
sonar lejano | brzmieć odlegle, wydawać się dalekim
viendo X | widząc X
el acontecimiento | wydarzenie
en los últimos tiempos | w ostatnich czasach
ni tan ficticias, ni tan lejanas, ni tan locas | ani tak fikcyjne, ani tak odległe, ani tak szalone
no hay que... | nie trzeba..., nie należy...
emparanoiarse | *pot.* wpadać w paranoję
ser consciente de algo | być świadomym czegoś
enfrentar algo | stawiać czemuś czoła
en el caso de que ocurran | w przypadku, gdyby się wydarzyły
faltar | brakować
vale, ya paramos con la broma | dobra, już skończmy z żartami
el agua embotellada | woda butelkowana
sobrevivir | przetrwać
sin agua | bez wody
por lo menos | przynajmniej

WARTO ZAPAMIĘTAĆ
almacenar provisiones | gromadzić zapasy

la comida | jedzenie
debemos contar con X | powinniśmy dysponować X
sostenerle a alguien en caso de crisis | wesprzeć kogoś w przypadku kryzysu
3 perecedero | łatwo psujący się, z krótkim terminem ważności
los alimentos secos | sucha żywność
la pasta | makaron
el arroz | ryż
la cocina portátil | kuchenka przenośna
suficiente | wystarczający
el combustible | paliwo
una vez solucionado el tema de X | gdy już rozwiązaliśmy temat X
vamos con la luz y el calor | przejdźmy do światła i ciepła
hay que | trzeba, należy
los suministros | zapasy, zaopatrzenie
iluminarle a alguien | oświetlić kogoś
calentarle a alguien | ogrzać kogoś
las velas | świece
las cerillas | zapałki
las linternas | latarki
las pilas | baterie
las lámparas con cargadores solares | lampy z ładowarkami słonecznymi
para quien tenga chimenea | dla tego, kto ma kominek
la leña | drewno opałowe
las mantas | koce
los sacos de dormir | śpiwory
el botiquín básico | podstawowa apteczka
si se toma alguna medicina | jeśli przyjmuje się jakieś leki
incluir algo | zawierać coś
las toallitas húmedas | mokre chusteczki
los guantes | rękawiczki
el gel hidroalcohólico | żel antybakteryjny/do dezynfekcji rąk
en caso de peligro de infecciones y enfermedades | w razie niebezpieczeństwa infekcji i chorób
las guías de supervivencia | poradniki przetrwania
distribuir algo | rozprowadzać coś, dystrybuować coś

eprasa.pl 40f94d2a4a

tener, a su vez, pastillas de yoduro de potasio, útiles en caso de exposición a la radiación (ya que ayudan a proteger a la glándula tiroides de su absorción).

Por último y no por ello menos importante, hay que comprobar que tenemos a mano lo siguiente: documento de identidad, radio a pilas, pilas (obviamente), batería externa y dinero en efectivo. Esto último es realmente importante, ya que, en caso de pérdida del suministro eléctrico, las tarjetas de crédito se convierten en meros trozos de plástico totalmente inservibles. Además, para los más preparados, es de gran utilidad tener en el kit una navaja suiza, unos alicates, una manta ignífuga, cinta americana y un extintor de mano.

En definitiva, ser *prepper* hoy en día no significa vivir con miedo y aislado del mundo, sino tomar conciencia de lo que ocurre a nuestro alrededor y aceptar la posibilidad de que nuestra realidad puede cambiar de un momento a otro (mira el ejemplo de los españoles con el apagón, que duró un día, pero podría haber durado más). Por eso, tener un kit de emergencia cerca no es una señal de paranoia, sino de responsabilidad y sentido común. Además, nos da la tranquilidad de que, aunque no podamos controlar lo que pasa en el exterior, sí podemos decidir cómo enfrentarlo, y eso ayuda a calmar nuestra mente.

4 las pastillas de yoduro de potasio | tabletki z jodkiem potasu
en caso de exposición a la radiación | w razie narażenia na promieniowanie
proteger a algo | chronić coś
la glándula tiroides | gruczoł tarczowy, tarczyca
por último | na koniec
por último, y no por ello menos importante | na koniec, ale nie mniej przez to ważne
comprobar algo | sprawdzić coś
tener algo a mano | mieć coś pod ręką
el documento de identidad | dowód tożsamości
la radio a pilas | radio na baterie
obviamente | oczywiście
la batería externa | powerbank, bateria zewnętrzna
el dinero en efectivo | gotówka
la tarjeta de crédito | karta kredytowa
convertirse en algo | zamienić się w coś
mero | zwykły
el trozo de plástico | kawałek plastiku
inservible | bezużyteczny
la navaja suiza | scyzoryk szwajcarski
los alicates | kombinerki, szczypce
la manta ignífuga | koc gaśniczy
la cinta americana | taśma naprawcza, "duct tape"
el extintor de mano | gaśnica ręczna
aislado del mundo | odizolowany od świata
tomar conciencia de algo | uświadomić sobie coś
el alrededor | otoczenie
6 el sentido común | zdrowy rozsądek
aunque | chociaż
el exterior | świat zewnętrzny

Pictionary


la manta – koc


la navaja suiza – scyzoryk szwajcarski


las cerillas – zapałki


el agua embotellada – woda butelkowana


las pilas – baterie


el saco de dormir – śpiwór


la linterna – latarka


la vela – świeca

4 5 6

eprasa.pl 40f94d2a4a

El síndrome del abuelo esclavo: un problema silenciado

por María Barnuevo Alameda

Abuelas y abuelos obligados –por las circunstancias de la vida moderna– a cuidar de sus nietos, dejando de lado la posibilidad de disfrutar de su jubilación soñada.

el síndrome del abuelo esclavo | syndrom dziadka-niewolnika (określenie na dziadków przepracowanych opieką nad wnukami)
silenciado | wyciszony, uciszony
por las circunstancias de la vida moderna | z powodu okoliczności/wymogów życia współczesnego
cuidar de alguien | opiekować się kimś, dbać o kogoś
el nieto | wnuk
dejar algo de lado | odłożyć coś na bok, zaniedbać coś



WARTO ZAPAMIĘTAĆ
la yaya | babcia

eprasa.pl 40f94d2a4a

La historia de la yaya Ana

La yaya Ana (yaya, manera cariñosa de llamar a una abuela en España) se levanta a las 7 de la mañana. Se ducha, se arregla y, tras un generoso desayuno, sale de casa a su destino habitual: el piso de su hija.

Allí la espera con los brazos abiertos Antoñito, su nieto y, con él, ocho horas de pañales, biberones, negociaciones por un trozo de brócoli, paseos por el parque, carreras, llantos y risas por igual.

Son las doce de la mañana de ese mismo día y la yaya Ana, jubilada, podría estar ahora mismo en un viaje del Imserso*, en el centro cultural de su barrio recibiendo una clase de restauración, disfrutando de una visita guiada por su ciudad (descubriendo rincones todavía desconocidos para ella) o bien en la universidad para mayores participando en una clase de su interés. ¿Y qué tal leyendo un libro que le sonríe desde su estantería desde hace tiempo?

Puede ser, aunque no solo, porque también podría estar echando una partida de *bridge* con las amigas que le quedan, en una clase de *aquagym* en la piscina municipal… o ¡qué narices!, simplemente, podría estar mirando a las musarañas en el sofá de su casa, que también es muy buen plan (y sin caer en la pereza, muy aconsejable).

Sin embargo, la yaya Ana no está haciendo nada de lo descrito anteriormente porque, de lunes a viernes, tiene que cuidar de su nieto Antoñito, con su energía incansable (la del niño, no la de ella) ya que sucede



1 la manera cariñosa de llamar a una abuela en España | czuły/pieszczotliwy sposób zwracania się do babci w Hiszpanii
ducharse | brać prysznic
arreglarse | przygotować się do wyjścia
tras X | po X
generoso | *tu:* obfity
los pañales | pieluchy
los biberones | butelki do karmienia
las negociaciones por un trozo de brócoli | negocjacje o kawałek brokułu
los paseos por el parque | spacery po parku
las carreras | biegi, wyścigi
los llantos | płacz, lamenty
las risas | śmiechy
por igual | w równym stopniu
la jubilada | emerytka
el barrio | dzielnica, osiedle
recibir una clase de restauración | uczestniczyć w zajęciach z renowacji/konserwacji
la visita guiada por su ciudad | wycieczka z przewodnikiem po swoim mieście
descubrir algo | odkrywać coś
el rincón | kąt, zakątek
todavía | ciągle, jeszcze
desconocido | nieznany
la universidad para mayores | uniwersytet dla seniorów
que le sonríe desde su estantería desde hace tiempo | która uśmiecha się do niej z półki od dłuższego czasu
aunque no solo | chociaż nie tylko
estar echando una partida de bridge | grać w brydża
¡qué narices! | co tam!, a niech to!
estar mirando a las musarañas | gapić się w sufit, patrzeć w dal, nic nie robić (*dosł.* patrzeć na ryjówki)
sin caer en la pereza | nie ulegając lenistwu
aconsejable | wskazany, zalecany
sin embargo | jednakże, niemniej jednak
tener que | musieć
con su energía incansable | z jej/jego niezmordowaną energią
suceder que | zdarzyć się, że, dziać się, że

eprasa.pl 40f94d2a4a

que, aunque sus ojos color de almendra le derriten el corazón cada vez que la miran, la yaya Ana está cansada. Cansada no, mejor dicho, agotada.

Y es que Antoñito tiene un año, y ya se sabe que esa es la edad en la que los niños empiezan a volar solos –exploradores innatos, personitas entusiastas y curiosas–. Y ella tiene más de 65, ese momento de la vida en el que el cuerpo pide bajar un poco las revoluciones.

Quién está detrás de esta historia

El caso de la yaya Ana se repite en España más de lo que se quiere admitir, puesto que refleja la vida de casi la mitad de los abuelos (para ser exactos, un 46,7 %, según los datos del CIS publicados en enero del 2025).

¿Qué ha ocurrido para llegar a este punto donde el cuidado de los nietos se ha convertido en una forma de esclavitud? Los expertos apuntan a la situación socioeconómica: sueldos bajos y jornadas interminables que dan como resultado una conciliación de la vida laboral y familiar prácticamente imposible.

Y es que los números no fallan. Si unimos los salarios modestos con los gastos que tiene que afrontar una familia promedio, que son llenar el carrito de la compra, el pago del alquiler o la hipoteca de la casa, el coche, facturas varias y las suscripciones a mil plataformas tipo Netflix (porque con algo hay que desenchufar el cerebro para no pensar), da como resultado la imposibilidad de contratar ayuda externa o a una guardería que cuide a los churumbeles hasta que sean escolarizados.

Es ahí donde entra el papel de los abuelos quienes, muchas veces, realizan este apoyo de forma no voluntaria porque se ven en la obligación de hacerlo. ¿Las razones? No quieren causar problemas a sus hijos, decepcionarles de alguna manera o ser juzgados por una sociedad tantas veces cruel consigo misma.

En definitiva

Cuidar de un nieto puede ser un verdadero placer (como dice el refrán: *Sarna con gusto no pica)*, pero también puede tornarse en una pesadilla silenciosa que afecta a la salud física y emocional de los más mayores.

Por lo tanto, es esencial que los abuelos se sinceren con los hijos para intentar buscar alternativas y, lo más importante, presionar a las autoridades para visibilizar un problema del que parece que es mejor no hablar, no vayamos a poner en evidencia la fragilidad del sistema. Shhh…

* Nota sobre el Imserso (Instituto de Mayores y Servicios Sociales): Lo más conocido de este organismo son sus viajes organizados. Su objetivo, entre otros, es impulsar la movilidad de las personas mayores a través del turismo social. Fomenta el entretenimiento, la interacción dentro de la sociedad y la movilidad para una vejez mucho más sana física y mentalmente.

el objetivo | cel
entre otros | między innymi
impulsar algo | *tu:* promować coś
la movilidad de las personas mayores | mobilność osób starszych
a través de X | poprzez X, za pośrednictwem X
fomentar algo | wspierać coś
el entretenimiento | rozrywka
la vejez | starość

2 aunque | chociaż, mimo że
los ojos color de almendra | oczy koloru migdałowego
derretirle el corazón a alguien | roztapiać komuś serce
estar cansado | być zmęczonym
estar agotado | być wyczerpanym, wykończonym
volar solos | usamodzielniać się, *dosł.* latać samemu
el explorador innato | wrodzony odkrywca
pedir | prosić
más de lo que se quiere admitir | częściej, niż chce się to przyznawać
puesto que | zważywszy, że
reflejar algo | odzwierciedlać coś

3 según X | według X, zgodnie z X
convertirse en algo | przekształcić się w coś, stać się czymś
la forma de esclavitud | forma niewolnictwa
los sueldos bajos | niskie pensje, niskie wynagrodzenia
las jornadas interminables | niekończące się dni robocze, niekończące się godziny pracy
la conciliación de la vida laboral y familiar | godzenie życia zawodowego z rodzinnym
fallar | zawodzić, *tu:* nie kłamać
unir algo con algo | łączyć coś z czymś
los gastos | wydatki, koszty
afrontar algo | stawiać czoła czemuś, mierzyć się z czymś
promedio | średni, przeciętny
llenar el carrito de la compra | zapełniać wózek na zakupy
el pago del alquiler o la hipoteca de la casa | płacenie czynszu lub raty kredytu hipotecznego za dom/mieszkanie

4 hay que | trzeba, należy
desenchufar el cerebro con algo | wyłączyć mózg czymś, zrelaksować się dzięki czemuś
contratar ayuda externa | zatrudnić pomoc zewnętrzną
la guardería | żłobek, przedszkole
cuidar a alguien | opiekować się kimś
los churumbeles | *pot.* dzieciaki, maluchy
hasta que sean escolarizados | dopóki nie pójdą do szkoły
el papel | *tu:* rola
realizar este apoyo de forma no voluntaria | udzielać tego wsparcia w sposób niedobrowolny
decepcionarle a alguien | rozczarować kogoś
ser juzgado por alguien | być osądzanym przez kogoś
Sarna con gusto no pica | Dla chcącego nic trudnego, *dosł.* Dobrowolny świerzb nie swędzi
la pesadilla silenciosa | cichy koszmar
afectar a la salud física y emocional | wpływać/oddziaływać na zdrowie fizyczne i emocjonalne
por lo tanto | dlatego, w związku z tym
sincerarse con alguien | otworzyć się przed kimś, być szczerym z kimś
intentar | próbować
buscar algo | szukać czegoś
no vayamos a poner en evidencia la fragilidad del sistema | żebyśmy tylko nie ujawnili kruchości systemu, żebyśmy nie obnażyli słabości systemu

eprasa.pl 40f94d2a4a

B2

Entrevista con el Policía Nacional de Barcelona

por Hanna Danielczak-Ziadi



La Policía Nacional es una de las principales fuerzas de seguridad en España, encargada de proteger los derechos y libertades de los ciudadanos, prevenir el delito y mantener el orden público. Su trabajo requiere disciplina, empatía y un alto sentido del deber. Detrás de cada intervención hay hombres y mujeres que dedican su vida al servicio público, enfrentándose a situaciones difíciles y, al mismo tiempo, ofreciendo apoyo y ayuda a quienes más lo necesitan. Su labor no solo implica hacer cumplir la ley, sino también estar cerca de la comunidad y garantizar la convivencia.

la Policía Nacional | Policja Państwowa
principal | główny/najważniejszy
las fuerzas de seguridad | siły bezpieczeństwa
encargado de X | odpowiedzialny za X
proteger los derechos y libertades de los ciudadanos | chronić prawa i wolności obywateli
prevenir el delito y mantener el orden público | zapobiegać przestępczości i utrzymywać porządek publiczny
requerir algo | wymagać czegoś/potrzebować czegoś
dedicar su vida a algo | poświęcić swoje życie czemuś
enfrentarse a algo | zmierzyć się z czymś/stawić czoła czemuś
ofrecer algo | oferować coś/proponować coś
el apoyo | wsparcie
la ayuda | pomoc
no solo... sino también... | nie tylko... ale także...

eprasa.pl 40f94d2a4a



WARTO ZAPAMIĘTAĆ
por un lado | z jednej strony
por otro lado | z drugiej strony

En esta ocasión, tenemos la oportunidad de conocer más de cerca esta profesión a través de una entrevista con Víctor, agente de la Policía Nacional destinado en Barcelona, quien nos comparte su experiencia y nos habla sobre los retos, la formación y las realidades diarias de un trabajo tan exigente como necesario para la sociedad.

ESG: ¿Qué es lo más difícil de ser policía y qué es lo más gratificante de esta profesión?

Victor: Lo más difícil son las situaciones desagradables, por ejemplo, cuando alguien quiere quitarse la vida o hacerse daño. Son situaciones que afectan profundamente el estado emocional y dejan traumas. Lo más gratificante, sin embargo, es la posibilidad de prestar ayuda, por ejemplo, a personas mayores, solitarias o privadas de apoyo.

1 **a través de X |** poprzez X/za pośrednictwem X
destinado en X | oddelegowany do X/przydzielony do X
compartir su experiencia | dzielić się swoim doświadczeniem
hablar sobre los retos | mówić o wyzwaniach
la formación | szkolenie/edukacja/kształcenie
las realidades diarias | codzienne realia/codzienna rzeczywistość
exigente | wymagający

lo más gratificante | to, co jest najbardziej satysfakcjonujące
desagradable | nieprzyjemny
quitarse la vida | odebrać sobie życie
hacerse daño | zrobić sobie krzywdę
2 **afectar profundamente el estado emocional |** silnie wpływać na stan emocjonalny
dejar traumas | pozostawiać traumy
sin embargo | jednakże, niemniej jednak
3 **prestar ayuda a personas mayores, solitarias o privadas de apoyo |** udzielać pomocy osobom starszym, samotnym lub pozbawionym wsparcia

eprasa.pl 40f94d2a4a

ESG: ¿Los policías trabajan a turnos o siempre en un horario fijo?

Victor: Trabajamos en diferentes sistemas de turnos por horas: de mañana, de tarde y de noche. Los agentes de policía están disponibles 24 horas al día, lo que exige diferentes modos de trabajo.

ESG: ¿Qué tipo de escuela, academia o carrera hay que completar para ser policía?

Victor: Para ingresar en la Policía Nacional, es necesario superar un proceso de oposición* que requiere una formación académica previa (por ejemplo, el título de Bachillerato o equivalente, dependiendo de la escala a la que quieras acceder). Tras superar la oposición, se accede a la Escuela Nacional de Policía de Ávila, donde se completa la formación profesional.

ESG: ¿Cuánto tiempo se tarda en formarse para ser policía?

Victor: El proceso de formación incluye varias etapas. Tras superar el examen, se realiza un curso de formación en la Escuela de Policía (que puede durar aproximadamente 9 meses), seguido de un periodo de prácticas en una comisaría (alrededor de 12 meses). En total, el proceso desde el inicio de la formación hasta ser policía de pleno derecho es de, como mínimo, dos años.

ESG: En su opinión, ¿cuál fue la materia de estudio más difícil de dominar?

Victor: Depende de las aptitudes de cada persona, pero a menudo los exámenes de legislación son percibidos como los más desafiantes para los aspirantes debido a la gran cantidad de información que hay que memorizar.

ESG: ¿Pueden los ciudadanos de otros países trabajar en la policía española?

Victor: Sí, existe esa posibilidad, siempre y cuando cumplan con los requisitos legales de nacionalidad y superen el mismo proceso de selección que cualquier otro aspirante.

ESG: En su opinión, ¿es una buena idea que los ciudadanos de otros países trabajen en los servicios de seguridad de un país determinado? En Polonia, por ejemplo, se están considerando soluciones de este tipo debido a la falta de candidatos para trabajar en la policía, pero aún no se han implementado.

Victor: Es un tema complejo. Por un lado, la diversidad y el conocimiento de otros idiomas y culturas son un gran activo, especialmente en zonas turísticas. Por otro lado, la función policial requiere un profundo conocimiento de la legislación y el contexto cultural del país. En cualquier caso, si se implementan estas medidas, se debe garantizar una formación y un proceso de integración adecuados.

ESG: ¿Están los agentes de policía legalmente obligados a recurrir a la ayuda de psicólogos y/o psicoterapeutas, por ejemplo, debido a las cargas y desafíos profesionales?

Victor: No están obligados a ello, pero sí pueden recurrir a esta ayuda en cualquier momento, manteniendo la privacidad. Nadie

4 trabajar a turnos | pracować na zmiany/dyżury
en un horario fijo | w stałych godzinach
a veces | czasami
incluso | nawet
estar disponible 24 horas al día | być dostępnym 24 godziny na dobę
completar la escuela, la academia o la carrera | ukończyć szkołę, akademię lub studia/kierunek
ingresar en la Policía Nacional | wstąpić do Policji Państwowej (Policji Krajowej)
superar un proceso de oposición | przejść proces konkursowy (oposición – hiszpański egzamin na urzędnika państwowego)
requerir una formación académica previa | wymagać wcześniejszego wykształcenia akademickiego
el título de Bachillerato | świadectwo ukończenia szkoły średniej
dependiendo de X | w zależności od X
tras X | po X
acceder a X | dostać się do X

4

completar la formación profesional | ukończyć szkolenie zawodowe
tardar | zajmować (o czasie), trwać
en formarse para ser policía | w przeszkoleniu, by zostać policjantem
incluir algo | obejmować, zawierać coś
superar el examen | zdać egzamin
5 durar | trwać
aproximadamente | około
seguido de X | po którym następuje X
alrededor de X meses | około X miesięcy
ser policía de pleno derecho | być pełnoprawnym policjantem
materia de estudio | przedmiot szkolny
más difícil de dominar | najtrudniejszy do opanowania
depender de algo | zależeć od czegoś
las aptitudes | zdolności, predyspozycje
los exámenes de legislación | egzaminy z ustawodawstwa/prawa
ser percibido como X | być postrzeganym jako X
los más desafiantes | najbardziej wymagające
la cantidad | ilość
hay que | trzeba, należy
memorizar algo | zapamiętywać coś

5

los ciudadanos de otros países | obywatele innych krajów
cumplir con algo | spełniać coś, wywiązywać się z czegoś
los requisitos legales de nacionalidad | wymogi prawne dotyczące obywatelstwa
cualquier | *tu:* każdy
6 se están considerando | są rozważane
debido a X | z powodu X, ze względu na X
la falta de X | brak, niedobór X
aún | wciąż, jeszcze
implementar algo | wdrażać, wprowadzać coś w życie
por un lado | z jednej strony
la diversidad | różnorodność
por otro lado | z drugiej strony
en cualquier caso | w każdym razie, w każdym wypadku
recurrir a la ayuda de psicólogos o psicoterapeutas | zwracać się o pomoc do psychologów i/lub psychoterapeutów
las cargas y desafíos profesionales | obciążenia i wyzwania zawodowe
mantener la privacidad | zachować prywatność
nadie | nikt

6

eprasa.pl 40f94d2a4a

tiene por qué saber que un agente de policía está utilizando la ayuda de un psicólogo o psicoterapeuta.

ESG: ¿Es el trabajo policial en las grandes ciudades de España, como Barcelona, más difícil que en las ciudades más pequeñas, por ejemplo, porque las grandes urbes atraen a más turistas? ¿Los turistas son una causa común de intervenciones o llamadas a la policía?

Victor: Sí, por supuesto, el trabajo en zonas más pobladas es más exigente. Debido al mayor número de personas, pueden producirse más delitos, conflictos, etc. Además, sí, los turistas son a menudo el objetivo de ciertas acciones delictivas, lo que incrementa la carga de trabajo en ciertas áreas.

ESG: ¿A qué número se debe llamar para contactar con la policía durante una estancia en España?

Victor: El número de emergencias internacional es el 112. En España, también se puede llamar al 091 (que conecta directamente con la Policía Nacional) o al 062 (para contactar con la Guardia Civil).

ESG: ¿Hay algo que le gustaría transmitir a las personas que viajan a España? ¿Qué se debe hacer y qué se debe evitar? ¿Existen normativas generales que sean exclusivas de España?

Victor: Una cosa importante es estar atento cuando se está entre multitudes, en lugares muy concurridos. Estos son lugares muy atractivos para los carteristas, que son muy experimentados en el robo a los turistas.

Les animo a visitar España, sin dejarse llevar por este tipo de inconvenientes, ya que se pueden encontrar en todas partes.

** proceso de oposición: es un sistema de selección para acceder a empleos públicos en España. Consiste en superar una serie de pruebas teóricas, físicas, psicotécnicas y médicas, además de una entrevista personal. En el caso de la Policía Nacional, este proceso evalúa los conocimientos, aptitudes y capacidades del aspirante antes de acceder a la formación en la Escuela Nacional de Policía. Suele requerir varios años de preparación, dependiendo del tiempo que el candidato dedique al estudio y del número de convocatorias que se realicen.*

7 **las grandes urbes |** wielkie metropolie, duże miasta
atraer a alguien | przyciągać kogoś
la causa común de intervenciones o llamadas a la policía | powszechna przyczyna interwencji lub wezwań policji
por supuesto | oczywiście
más poblado | gęściej zaludniony
más exigente | bardziej wymagający
producirse | dochodzić do skutku, mieć miejsce, dziać się
los delitos | przestępstwa, wykroczenia
además | ponadto

el objetivo de ciertas acciones delictivas | cel pewnych działań przestępczych
incrementar algo | zwiększać coś
la carga de trabajo | obciążenie pracą
durante una estancia en España | podczas pobytu w Hiszpanii
el número de emergencias internacional | międzynarodowy numer alarmowy
8 **conectar directamente con la Policía Nacional |** łączyć bezpośrednio z Policją Państwową
la Guardia Civil | Gwardia Cywilna – hiszpańska paramilitarna formacja policyjna

¿Qué se debe hacer y qué se debe evitar? | Co należy robić i czego należy unikać?
ser exclusivo de España | być wyłącznym/charakterystycznym dla Hiszpanii
estar atento | być czujnym, uważać
estar entre multitudes | znajdować się w tłumie
concurrido | zatłoczony, często uczęszczany
el carterista | kieszonkowiec
robar a alguien | okradać kogoś
animarle a alguien a hacer algo | zachęcać kogoś do zrobienia czegoś
los inconvenientes | niedogodności
encontrar algo | spotkać coś

eprasa.pl 40f94d2a4a

¡Cómo NO hablar español! Una guía de los lapsus más icónicos de los políticos hispanohablantes.



por Franciszek Przewoźny

Los políticos, sin duda, tienen la habilidad para cambiar la realidad. Sus decisiones y, sobre todo, sus palabras tienen una gran importancia para el país que gobiernan y, a veces, también para el mundo. En este artículo les presentaremos algunas frases de los políticos hispanohablantes que se han vuelto virales no solo por su carácter absurdo, sino también porque a menudo resultaron incomprensibles. Hoy en día, estos lapsus circulan en las redes provocando la risa de millones de personas.

la guía | przewodnik
los lapsus | lapsusy, błędy, przejęzyczenia
sin duda | bez wątpienia
tener la habilidad para | mieć umiejętność/zdolność do
cambiar algo | zmieniać coś
sobre todo | przede wszystkim
gobernar algo | rządzić czymś
a veces | czasami
también | również
volverse virales | stawać się wiralem
no solo... sino también... | nie tylko..., ale również...
a menudo | często
resultar incomprensible | okazać się niezrozumiałym
hoy en día | dzisiaj, obecnie
circular en las redes | krążyć w sieci, w mediach społecznościowych
provocar la risa de alguien | wywoływać u kogoś śmiech

WARTO ZAPAMIĘTAĆ
el gazapo | gafa, wpadka

eprasa.pl 40f94d2a4a

Empecemos con el presidente de Venezuela, Nicolás Maduro, quien tomó el poder en 2013 tras la muerte de su famoso predecesor, Hugo Chávez. Su presidencia se ha caracterizado por una consolidación brutal del poder y unas decisiones erróneas que llevaron al país a una hiperinflación y una crisis humanitaria. En su primer año en el poder, Maduro dio un discurso en el que afirmó que la situación económica del país podía mejorar si se aumentaba el cultivo de alimentos.

"Cebolla, tomates, etcétera, perejil, espinaca, no sé, tantas cosas. Bueno, si cultivas pollo, por ejemplo…"

Otro ejemplo del estilo confuso del presidente venezolano se dio a conocer en una declaración a la prensa en mayo del mismo año. Maduro estaba hablando sobre la cooperación bilateral entre Venezuela y Portugal, cuando protagonizó un memorable lapsus geográfico:

"Portugal y Venezuela estamos en el mismo continente, es solo, nos separa el Mar Caribe y el Atlántico, pero al final somos lo mismo, estamos hermanados."

Como han visto hasta ahora, el año 2013 fue particularmente prolífico para Maduro en cuanto a equivocaciones. El pollo, claro, no se cultiva; se cría y Portugal no comparte continente con Venezuela. Sin embargo, en septiembre el mundo oyó algo aún más chocante. Hablando sobre un nuevo proyecto escolar, Maduro confundió el género del sustantivo libro.

"El lunes vamos a entregar, vamos a empezar la entrega de 35 millones de libros y libras."



Nicolás Maduro

1 **empezar con alguien |** zaczynać od kogoś
tomar el poder | przejąć władzę
tras X | po X
la muerte | śmierć
el predecesor | poprzednik
erróneo | błędny
llevar al país a una hiperinflación | doprowadzić kraj do hiperinflacji
afirmar que | twierdzić, że
mejorar | poprawiać (się)
aumentar algo | zwiększać coś
el cultivo de alimentos | uprawa żywności
el perejil | pietruszka
cultivar algo | uprawiać coś

el pollo | kurczak
el estilo confuso | niejasny, zagmatwany styl
darse a conocer | dać się poznać
la declaración a la prensa | oświadczenie dla prasy
bilateral | dwustronny
protagonizar algo | być głównym bohaterem czegoś, wystąpić w roli głównej
estar en el mismo continente | znajdować się na tym samym kontynencie
estar hermanados | być ze sobą zbratanym, być partnerami
particularmente | szczególnie
prolífico | *tu:* obfitujący (np. w błędy)

en cuanto a X | jeśli chodzi o X, co się tyczy X
las equivocaciones | pomyłki, błędy
criar algo | hodować coś
no compartir continente con algo | nie dzielić kontynentu z czymś
sin embargo | jednakże, niemniej jednak
oír algo | słyszeć coś
2 **el nuevo proyecto escolar |** nowy projekt szkolny
confundir algo | pomylić coś
el género del sustantivo libro | rodzaj rzeczownika libro
3 **entregar algo |** dostarczać coś
la entrega | dostawa (czegoś gdzieś)

eprasa.pl 40f94d2a4a


Mariano Rajoy

Ahora trasladémonos a España. El país que muchos conocen por el flamenco, las tapas o sus veranos sofocantes, también tiene un historial de citas imposibles de entender, la mayoría de ellas por parte de su ex primer ministro, Mariano Rajoy. En sus seis años en el poder (2011-2018), el presidente del Gobierno español enfrentó varios retos diferentes. Comenzó con la batalla contra la gran crisis económica de 2008, que causó un nivel de desempleo dramático que llegó hasta el 25% en 2012. Para salvar la situación, Rajoy introdujo unas reformas en el sistema financiero. Otro momento notable de su mandato se dio a conocer en 2017 con la crisis constitucional que provocó enormes protestas en toda Cataluña, debido a que el Gobierno de España denunció su referéndum de independencia. Hoy en día los españoles tienen opiniones divididas sobre su pasado presidente. Sin embargo, lo que los une son sus frases confusas que, hasta hoy, gozan de enorme popularidad. Veamos ahora algunas de ellas:

Enero 2016

“Señoras y Señores: muchas tardes y buenas gracias por su asistencia en esta convocatoria.”

Aquí Rajoy quería dar la bienvenida a una rueda de prensa y decir “Buenas tardes y muchas gracias” pero cambió el orden de las palabras. Un mes después, cometió un error similar, en una entrevista televisiva:

“Somos sentimientos y tenemos seres humanos.”

Marzo de 2018 nos dio otro ejemplo de la indudable habilidad de Rajoy para complicar los pensamientos más simples. Lo que debía ser un simple ‘’Haré todo lo que esté en mi mano’’ se convirtió en un laberinto ilógico.

“Yo puedo asegurarles a ustedes que haré todo lo que pueda y un poco más de lo que pueda, si es que eso es posible, y haré todo lo posible e incluso lo imposible, si también lo imposible es posible.”

4 trasladarse a X | przenieść się, przeprowadzić się do X
sofocante | *tu:* duszący, parny
la cita | *tu:* cytat
imposible de entender | niemożliwy do zrozumienia
la mayoría de X | większość X
por parte de X | ze strony X
el primer ministro | premier
enfrentar algo | mierzyć się z czymś, stawiać czoła czemuś
varios | kilka, różni
el reto | wyzwanie
diferente | różny, odmienny
comenzar con algo | zaczynać od czegoś
causar algo | powodować coś
el nivel de desempleo dramático | dramatyczny poziom bezrobocia
llegar hasta el X% | osiągać aż X%
salvar algo | ratować coś
introducir algo | wprowadzać coś
notable | znaczący, zauważalny
provocar algo | wywoływać coś
debido a X | z powodu X, ze względu na X
denunciar algo | *tu:* uznać coś za nielegalne
el referéndum de independencia | referendum niepodległościowe
dividido | podzielony
gozar de enorme popularidad | cieszyć się ogromną popularnością
la convocatoria | *tu:* zebranie
dar la bienvenida | po/witać kogoś
la rueda de prensa | konferencja prasowa
5 cambiar el orden de las palabras | zmieniać kolejność słów
cometer un error similar | popełnić podobny błąd
la entrevista | wywiad
indudable | niezaprzeczalny, niewątpliwy
6 el pensamiento | myśl
Haré todo lo que esté en mi mano. | Zrobię wszystko, co w mojej mocy.
convertirse en algo | przekształcić się w coś, stać się czymś
asegurarle a alguien | zapewniać kogoś
incluso | nawet

eprasa.pl 40f94d2a4a


Mauricio Macri

Para terminar nuestro recorrido, visitemos ahora Argentina y conozcamos a Mauricio Macri. Nuestro último protagonista de hoy fue presidente de Argentina entre 2015 y 2019. Macri representó un giro hacia política de derechas y una apertura y normalización liberal del mercado. También terminó con los subsidios a la energía, con lo que demostró una clarísima diferencia con sus predecesores. Aparte de un cambio gigantesco para Argentina en comparación con los años anteriores, su mandato protagonizó varios gazapos que hicieron reír a millones de argentinos. Uno de los más famosos tuvo lugar en una exposición pública de febrero de 2018, cuando Macri inventó una palabra totalmente nueva.

"Argentina tiene, por donde lo midas, atractividades, oportunidades…"

Esta cita concluye nuestra excursión de hoy. Hemos visitado tres países increíbles y conocido a sus líderes pasados y presentes. Los ejemplos que hemos visto nos demuestran que el español causa problemas no solo a quienes lo estudian, sino también a sus hablantes nativos, lo que debería darnos ánimo. Hablar un idioma de manera perfecta es realmente imposible. Por lo tanto, cometer errores no debería hacernos sentir mal; es algo normal. Lo crucial es tener paciencia y dar un pequeño paso adelante cada día.

7 el recorrido | trasa, przebieg (np. kariery), *tu:* przegląd
conocer a alguien | po/znać kogoś
representar un giro hacia política de derechas | reprezentować zwrot w kierunku polityki prawicowej
la apertura y normalización liberal del mercado | liberalne otwarcie i normalizacja rynku
terminar con los subsidios a la energía | skończyć z dotacjami do energii, zlikwidować subsydia energetyczne
demostrar una clarísima diferencia con sus predecesores | pokazać bardzo wyraźną różnicę w stosunku do swoich poprzedników
aparte de X | oprócz X, poza X
en comparación con X | w porównaniu z X
el gazapo | gafa, wpadka
tener lugar | mieć miejsce, odbywać się
hacer reír a alguien | rozśmieszać kogoś
inventar algo | wynajdywać, wymyślać coś
por donde lo midas | pod każdym względem (*dosł.:* z którejkolwiek strony byś tego nie mierzył)
atractividades | atrakcje (słowo, które nie istnieje, użyte przez Mauricio Macriego zamiast słowa atracciones)
la excursión de hoy | dzisiejsza wycieczka
increíble | niesamowity, niewiarygodny
demostrarle a alguien que | udowadniać komuś, że
darle ánimo a alguien | dodawać komuś otuchy, wspierać kogoś
por lo tanto | dlatego, w związku z tym
cometer errores | popełniać błędy
hacerle a alguien sentirse mal | sprawiać, że ktoś czuje się źle
lo crucial | kluczowa rzecz, to, co najważniejsze
tener paciencia | mieć cierpliwość
dar un pequeño paso adelante | zrobić mały krok naprzód

eprasa.pl 40f94d2a4a

Aprende español con... "Ángela"

por Hanna Danielczak-Ziadi

"Ángela" es una miniserie española cautivadora que se estrenó en la plataforma Netflix en septiembre de 2025. "Ángela" es una adaptación del título británico-australiano "Angela Black" de 2021. La serie cuenta la historia de una mujer aparentemente feliz en su matrimonio y con dos hijos, pero que en realidad está atrapada en una relación abusiva, donde aprende a negarse a sí misma en nombre del bienestar de sus hijos.

La serie aborda de manera conmovedora el fenómeno social conocido como *gaslighting* y muestra las consecuencias a las que puede conducir. Recomendamos la serie a los espectadores interesados en temas psicosociales, y definitivamente la desaconsejamos, por ejemplo, como una "comedia ligera" para una noche de relax.



Coged las mochilas y vamos, que ya están todos.	Weźcie plecaki i chodźmy, wszyscy już są.
¡Vamos chicas, que llegamos tarde!	Dalej dziewczynki/dziewczyny, bo się spóźnimy!
Dadme un besito.	Dajcie mi buziaka.
Me voy a cambiar.	Idę się przebrać.
La veo bien hoy.	(Ona) dobrze dziś wygląda.
Ojalá funcione.	Oby to zadziałało/podziałało.
He leído que los perros les ayudan (a los mayores) a estar más presentes, a mejorar la autoestima.	Czytałem/am, że psy pomagają im (osobom starszym) być bardziej tu i teraz oraz poprawić zdanie o sobie.
Y nos va a venir súper bien para estirar las piernas a las dos.	Obydwu nam przyda się (z kontekstu: spacer z psem), żeby rozprostować kości.
Mamá, ¿podemos irnos a jugar?	Mamo, czy możemy iść się pobawić?
¡Qué morro!	Co za bezczelność! (*tu:* żartobliwie)
¡Vale, venga!	Dobrze, niech będzie!
Ya termino yo. Vete a la cama.	Ja już to skończę. Idź do łóżka.
Como quieras.	Jak chcesz.
Voy a llamar a mi abogado.	Zadzwonię do mojego adwokata.
Llama a quien quieras.	Dzwoń do kogo chcesz.
¡Dese prisa!	Niech się Pan/Pani pośpieszy!
Usted tiene que esperar conmigo.	Pan/Pani musi poczekać ze mną.
¡Venga, hombre!	*Tu:* Co ty człowieku!/Daj spokój!
Es el procedimiento habitual.	To zwyczajowa procedura.
No lo haga más difícil.	Proszę tego nie utrudniać.
Sigues sin creerme, ¿no?	Nadal mi nie wierzysz, co?
¡Qué maravilla!	Co za cudo!
Sabía que te iba a gustar.	Wiedziałem/am, że ci się spodoba.
Gaslighting (Luz de gas). Abuso psicológico mediante el cual se hace dudar a la víctima de sus sentidos y sus razonamientos.	*Gaslighting.* Przemoc psychiczna za pomocą której sprawia się, że ofiara zaczyna wątpić w swoje odczucia i rozumowanie.

eprasa.pl 40f94d2a4a

Reservar y disfrutar un descenso en kayak: diálogos prácticos en español

por Estefanía Rodríguez García

Aprender a comunicarse en español en situaciones reales es fundamental. Estos diálogos muestran cómo reservar un descenso en kayak por teléfono y cómo interactuar en la recepción del lugar de alquiler. Incluyen expresiones útiles, preguntas frecuentes y respuestas típicas que te ayudarán a ganar confianza en este contexto.



POBIERZ NAGRANIA MP3

KOD DOSTĘPU: y7b3

LUB ODSŁUCHAJ NA STRONIE espanol.edu.pl

POBIERZ CZYTNIK KODÓW: COLORFULMEDIA.PL/CZYTNIK

disfrutar un descenso en kayak | cieszyć się spływem kajakowym
mostrar algo | pokazywać coś
reservar un descenso en kayak por teléfono | za/rezerwować spływ kajakowy przez telefon
interactuar en la recepción del lugar de alquiler | porozumiewać się w recepcji wypożyczalni
incluir algo | zawierać, włączać, obejmować coś
ganar confianza | zyskać pewność siebie

eprasa.pl 40f94d2a4a

Llamada telefónica para reservar la actividad

Empleado: Buenas tardes, empresa Aventuras Rio Grande, ¿en qué puedo ayudarle?

Cliente: Hola, buenas tardes. Quisiera informarme sobre la actividad de descenso en kayak. Sería para dos adultos y dos niños.

Empleado: Perfecto. ¿Qué edad tienen los niños?

Cliente: Tienen 8 y 11 años.

Empleado: Muy bien, entre 5 y 10 años pueden participar siempre que sepan nadar y vayan acompañados de un adulto en un kayak doble.

Cliente: Entonces, ¿podemos alquilar dos kayaks dobles?

Empleado: Claro, es una buena opción para ir en familia.

Cliente: ¿Cuál es la duración de la actividad?

Empleado: Tenemos varias opciones. El recorrido estándar dura unas dos horas, con varias paradas para descansar y bañarse. Si lo desean, también tenemos una ruta más larga que la anterior – de aproximadamente cuatro horas.

Cliente: Creo que con dos horas será suficiente, sobre todo para los niños.

Empleado: Perfecto. ¿Qué día les interesa?

Cliente: Este sábado por la mañana, si es posible.

Empleado: El sábado tenemos salidas a las 10:00 y a las 12:00. Les recomiendo empezar cuanto antes porque al mediodía se esperan lluvias.

Cliente: Mejor a las 10:00.

Empleado: Muy bien, entonces reservo para cuatro personas, dos kayaks dobles, el sábado a las 10:00.

Cliente: ¿Qué tenemos que llevar?

Empleado: Con el alquiler les proporcionamos chaleco salvavidas, escarpines y remos. Solo necesitan bañador, toalla y protector solar. También es recomendable llevar agua y algo de comida.

Cliente: Perfecto. ¿El pago se hace ahora o el mismo día?

Empleado: Puede dejar una señal ahora por transferencia o pagar todo en la recepción antes de la salida.

Cliente: De acuerdo, pagaremos allí directamente.

Empleado: Muy bien, ¿me da su nombre para la reserva?

Cliente: Sí, Antonio Martínez Gago.

Empleado: Perfecto, señor Martínez. Realizo la reserva ahora mismo. Les esperamos el sábado.

Cliente: Muchas gracias.

Empleado: Gracias a ustedes. ¡Un saludo!

1
la empresa | firma, przedsiębiorstwo
¿en qué puedo ayudarle? | w czym mogę panu/pani pomóc?
quisiera | chciałbym/chciałabym
el adulto | osoba dorosła
poder | móc
participar | uczestniczyć
siempre que sepan nadar y vayan acompañados de un adulto en un kayak doble | o ile potrafią pływać i będą im towarzyszyć osoby dorosłe w kajaku dwuosobowym
la duración de la actividad | czas trwania aktywności
el recorrido estándar | standardowa trasa, standardowy spływ
varios/as | różni/różne
la parada | przystanek, postój
descansar | odpoczywać
una ruta más larga que la anterior | dłuższa trasa niż ta wspomniana wcześniej
aproximadamente | mniej więcej, w przybliżeniu
ser suficiente | być wystarczającym
la salida | *tu:* rozpoczęcie spływu
empezar cuanto antes | zacząć jak najwcześniej
al mediodía | w południe
se esperan lluvias | spodziewany jest deszcz (soler – mieć zwyczaj)
Mejor a las X. | Lepiej o godzinie X.

2
¿Qué tenemos que llevar? | Co musimy zabrać/mieć ze sobą?
proporcionarle algo a alguien | zapewniać, dostarczać komuś coś
el chaleco salvavidas | kamizelka ratunkowa
los escarpines | buty do wody, obuwie ochronne (np. neoprenowe)
los remos | wiosła
el bañador | strój kąpielowy
la toalla | ręcznik
el protector solar | krem przeciwsłoneczny
llevar algo | przynosić coś, zabierać coś ze sobą
hacer el pago | dokonać płatności
dejar una señal ahora por transferencia | wpłacić zaliczkę teraz przelewem
pagar todo en la recepción antes de la salida | zapłacić za całość w recepcji przed rozpoczęciem/wyruszeniem
¿me da su nombre para la reserva? | Czy poda mi pan/pani swoje nazwisko do rezerwacji?



eprasa.pl 40f94d2a4a

En la recepción del lugar de alquiler de kayak

Recepcionista: Buenos días, ¿tienen reserva?

Cliente: Sí, a nombre de Martina, para cinco personas.

Recepcionista: Perfecto, ya la encuentro. Son dos kayaks dobles y uno individual para el recorrido de dos horas, ¿verdad?

Cliente: Exactamente.

Recepcionista: Muy bien. Necesito que firmen aquí, por favor. Es un documento de responsabilidad y normas de seguridad.

Cliente: Claro, no hay problema.

Recepcionista: Les voy a explicar rápidamente las normas básicas: siempre deben llevar puesto el chaleco salvavidas, no se puede adelantar al monitor y deben respetar las paradas establecidas. Actualmente no hay mucho caudal, pero la corriente puede ser peligrosa en algunos tramos, por lo que recomendamos mucha precaución.

Cliente: Entendido.

Recepcionista: Los niños deben ir acompañados en todo momento y, si necesitan ayuda, el monitor estará con ustedes durante todo el recorrido.

Cliente: Perfecto, muchas gracias.

Recepcionista: Aquí tienen sus chalecos y los remos. El punto de salida está a cinco minutos andando por el sendero indicado a la salida. Allí les estará esperando el monitor.

Cliente: ¿Podemos llevar una botella de agua durante la actividad?

Recepcionista: Sí, por supuesto. Es recomendable llevar agua, algo de comer y protector solar. Pueden transportarlo en el barril impermeable que les entregará el monitor.

Cliente: Muy bien. ¿Y si alguno se cansa o no puede continuar?

Recepcionista: No se preocupe, en ese caso el monitor nos avisará y les recogeremos en el punto de descanso más cercano.

Cliente: Perfecto, así vamos más tranquilos.

Recepcionista: Les deseo un buen descenso. Al terminar, el transporte les traerá de nuevo hasta aquí.

Cliente: Muchas gracias.

Recepcionista: ¡Que disfruten mucho la experiencia!

WARTO ZAPAMIĘTAĆ

el chaleco salvavidas | kamizelka ratunkowa

3 ¿tienen reserva? | Czy mają państwo rezerwację?
Ya la encuentro. | Już ją znajduję.
El recorrido de dos horas. | Dwugodzinna trasa/spływ.
firmar algo | podpisać coś

4 llevar puesto el chaleco salvavidas | mieć założoną kamizelkę ratunkową
adelantar al monitor | wyprzedzać instruktora
respetar las paradas establecidas | przestrzegać ustalonych postojów
el caudal | natężenie przepływu (wody w rzece)
los tramos | odcinki trasy
recomendar mucha precaución | zalecać dużą ostrożność
el punto de salida | punkt startowy, miejsce rozpoczęcia trasy
andando por el sendero indicado a la salida | idąc ścieżką wskazaną przy wyjściu
por supuesto | oczywiście, naturalnie
el barril impermeable | wodoszczelny worek/pojemnik, *dosł.* beczka wodoszczelna
cansarse | zmęczyć się
avisarle a alguien | zawiadomić, powiadomić kogoś
recoger a alguien | odebrać kogoś

5 al terminar | po skończeniu, na końcu
¡Que disfruten mucho la experiencia! | Niech się państwo dobrze bawią!

eprasa.pl 40f94d2a4a

Los cambios en la tilde del adverbio ‘solo’ y de los pronombres demostrativos

WARTO ZAPAMIĘTAĆ
la tilde | akcent graficzny



por Estefanía Rodríguez García

Los cambios relativos a la tilde en el adverbio *solo* y en los pronombres demostrativos se realizaron en la *Ortografía de la lengua española* de la RAE y ASALE en 2010.

el cambio | zmiana
la tilde | akcent graficzny
el adverbio | przysłówek
solo | *tu:* tylko, jedynie
los pronombres demostrativos | zaimki wskazujące
relativo a X | odnoszący się do X, związany z X
realizarse | *tu:* nastąpić

eprasa.pl 40f94d2a4a



En español, la tilde sirve tanto para indicar la sílaba tónica de una palabra (la sílaba que se pronuncia con mayor intensidad) como para diferenciar palabras que se escriben igual, pero tienen distinto significado. Estas últimas se llaman tildes diacríticas.

Un ejemplo típico es la palabra *solo*. Antes, se escribía *sólo* con tilde cuando significaba "solamente", para diferenciarlo del adjetivo *solo* (sin compañía). Por ejemplo:

- Adjetivo: "Estoy *solo* en la oficina." (Jestem sam w biurze).
- Adverbio: "*Sólo* quiero descansar." (Chcę tylko odpocząć).

Desde 2010, la RAE recomienda no usar la tilde, ya que el significado se entiende por el contexto.

Otro caso similar son los pronombres demostrativos: *este, ese, aquel* y sus femeninos y plurales. Antes, llevaban tilde cuando eran pronombres (no adjetivos) para diferenciarlos:

- Adjetivo: "*Este* libro es muy largo y aburrido." (Ta książka jest bardzo długa i nudna).
- Pronombre: "*Éste* es mi libro favorito." (To jest moja ulubiona książka).

Actualmente, la tilde es opcional y solo se recomienda usarla si el contexto no deja claro el significado.

En resumen, la tilde en *solo* y en los pronombres demostrativos ya no es obligatoria, ya que los lectores pueden entender el significado correctamente fijándose en el contexto.

1 servir tanto para indicar X como para diferenciar Y | służyć zarówno do wskazania X, jak i do odróżnienia Y
la sílaba tónica de una palabra | akcentowana sylaba słowa
pronunciarse con mayor intensidad | wymawiać z większą intensywnością
escribirse igual | być zapisywanym w ten sam sposób
tener distinto significado | mieć inne znaczenie
estas últimas | te ostatnie
las tildes diacríticas | akcenty diakrytyczne (różnicujące)
antes | przedtem, wcześniej
solamente | tylko, jedynie
para diferenciarlo de algo | aby odróżnić to od czegoś

el adjetivo | przymiotnik
sin compañía | bez towarzystwa, samodzielnie
2 desde X | (począwszy) od X
recomendar algo | zalecać coś
se entiende por el contexto | rozumie się z kontekstu
otro caso similar | inny podobny przypadek
este, ese, aquel | ten, tamten, ów (zaimki wskazujące)
llevar tilde | mieć akcent graficzny
3 no dejar algo claro | nie wyjaśniać czegoś, nie pozostawiać czegoś jasnym
obligatorio | obowiązkowy
fijándose en el contexto | zwracając uwagę na kontekst

eprasa.pl 40f94d2a4a

C1-C2

Suriname: la joya escondida de Sudamérica

por Juan Martín Sánchez Bogado



En medio de gigantes como Brasil y Guayana Francesa, a orillas de la selva amazónica y el Atlántico, se encuentra un país cuyo diminuto tamaño no le quita su carácter exuberante y sorprendente: **Suriname**. Tan pequeño, que es quizá solo un punto en muchos mapamundis, pero con una rica mezcla de culturas, una naturaleza intacta y una historia colonial de madera y mestizaje que lo convierten en una joya en bruto del turismo sudamericano.

la joya escondida | ukryty klejnot
a orillas de X | nad brzegami X
encontrarse | znajdować się
diminuto | maleńki, drobny
el tamaño | rozmiar, wielkość
no le quita su carácter exuberante y sorprendente | nie odbiera mu tego, co bujne i zaskakujące
quizá | być może
los mapamundis | mapy świata
la mezcla | mieszanka, połączenie
intacto | nienaruszony, nietknięty
la historia colonial de madera y mestizaje | kolonialna historia budownictwa z drewna oraz przenikania się kultur
convertir algo en algo | przekształcać coś w coś
en bruto | nieoszlifowany

eprasa.pl 40f94d2a4a

WARTO ZAPAMIĘTAĆ

en bruto | nieoszlifowany



POBIERZ NAGRANIA MP3

KOD DOSTĘPU: y7b3

LUB ODSŁUCHAJ NA STRONIE espanol.edu.pl

POBIERZ CZYTNIK KODÓW: COLORFULMEDIA.PL/CZYTNIK

eprasa.pl 40f94d2a4a

Más selva que país

Este es un país como ningún otro, ya que más del 90 % de su territorio está cubierto por selva tropical. En vez de ciudades extendidas, está cubierto de un océano verde donde parecen flotar a la deriva escasas aldeas, ríos y caminos. La **Reserva Natural Central de Suriname**, declarada Patrimonio de la Humanidad, ocupa casi una sexta parte del país. Es el hábitat de jaguares, monos, nutrias gigantes y aves de todos los colores.

Al adentrarse en esta selva, se alcanza a descubrir una calma antigua*: el murmullo de las aguas, el susurro de los árboles, el zumbido de insectos y la certeza de estar en un lugar que por siglos ha permanecido intacto. Para los pueblos locales, como los **Saramaka** o los **Trio**, el bosque no es solo un entorno natural, sino un mundo sagrado que respira, enseña y protege.

* *Algunos exploradores comparan el silencio del interior de Suriname con el fondo del mar. Al no haber carreteras, ni motores, ni electricidad constante, solo se escucha el rumor de la selva.*

Paramaribo: una ciudad de madera y mezcolanzas

La capital, **Paramaribo**, parece una versión tropical de Ámsterdam. Las casas coloniales, de madera pintada de blanco y



1 como ningún otro | jak żaden inny
estar cubierto por algo | być pokrytym czymś
en vez de X | zamiast X
extendido | rozległy
parecer | wydawać się
flotar a la deriva | dryfować, unosić się na wodzie bez celu
escasas | nieliczne, rzadkie
la aldea | wioska
el Patrimonio de la Humanidad | obiekt Światowego Dziedzictwa
ocupar | zajmować
casi | prawie
el hábitat | siedlisko, środowisko naturalne
el mono | małpa
el ave | ptak
al adentrarse en X | po zagłębieniu się w X, wchodząc w głąb X
alcanzar a hacer algo | osiągnąć zrobienie czegoś
descubrir algo | odkrywać coś
la calma antigua | prastary spokój
el murmullo de las aguas | szmer wód, szemranie wody
el susurro de los árboles | szmer/szept drzew
el zumbido de insectos | brzęczenie owadów
la certeza de estar en un lugar que por siglos ha permanecido intacto | pewność, że jest się w miejscu, które przez wieki pozostało nietknięte
el bosque | las
el entorno natural | środowisko naturalne
el mundo sagrado | święty świat
respirar | oddychać
enseñar | uczyć
proteger | chronić
comparar algo con algo | porównywać coś z czymś
el rumor de la selva | szmer dżungli
las mezcolanzas | mieszanina, zlepek
parecer | wydawać się
de madera pintada de blanco | z drewna pomalowanego na biało

eprasa.pl 40f94d2a4a



techos rojos, construidas por los neerlandeses, pero utilizando ingenio local: techos altos que permiten la circulación del viento húmedo y galerías amplias que proveen de sombra tan necesaria ante el sol tropical.

El centro histórico, Patrimonio Mundial de la UNESCO, puede recorrerse a pie. En pocas calles se mezclan iglesias cristianas, mezquitas y templos hindúes que conviven uno al lado del otro. En el mercado central, los vendedores hablan una mezcla de neerlandés, inglés, sranan tongo, javanés y hasta algo de español: un reflejo de la historia multicultural* del país.

** En Paramaribo se encuentran una sinagoga y una mezquita separadas solo por una calle, y que comparten estacionamiento durante los días de oración. Es uno de los tantos ejemplos de la multiculturalidad surinamesa.*

Sabores del mundo en un solo plato

Comer en Suriname es como pegarse un viaje por cuatro continentes sin moverse de la mesa. La cocina surinamesa combina raíces indias, africanas, indonesias y europeas. En los restaurantes se sirven **roti** (pan plano con curry), **pom** (un pastel salado de yuca con pollo), **nasi*** (arroz frito al estilo javanés) y zumos de frutas únicas de la región.

La cultura culinaria nos cuenta la historia de sus inmigrantes: esclavos africanos,

2 los techos rojos | czerwone dachy
los neerlandeses | Holendrzy
el ingenio local | lokalna pomysłowość, pomysłowość mieszkańców
permitir algo | pozwalać na coś
la circulación del viento húmedo | cyrkulacja wilgotnego wiatru
proveer de sombra | zapewniać cień, dawać cień
recorrerse a pie | być zwiedzanym na piechotę, można go przejść piechotą
mezclarse | mieszać się
la iglesia cristiana | kościół chrześcijański
la mezquita | meczet
el templo hindúe | świątynia hinduska
convivir uno al lado del otro | współistnieć obok siebie
el mercado central | targ/rynek centralny
el vendedor | sprzedawca
inglés | angielski
sranan tongo | sranan tongo (język kreolski używany w Surinamie)
javanés | jawajski
el reflejo de algo | odbicie, odzwierciedlenie czegoś
separadas solo por una calle | oddzielone tylko jedną ulicą

compartir algo | dzielić coś
el estacionamiento | parking
durante los días de oración | podczas dni modlitwy
el sabor | smak
pegarse un viaje por X | *pot.* odbyć podróż do X, zrobić sobie wycieczkę po X
sin moverse de la mesa | bez ruszania się od stołu
combinar algo y algo | łączyć coś i coś
las raíces indias | indyjskie korzenie
el pan plano | płaski chleb, podpłomyk
el pastel salado de yuca con pollo | słony placek/ciasto z manioku z kurczakiem
el arroz frito | smażony ryż
el esclavo | niewolnik

eprasa.pl 40f94d2a4a

trabajadores hindúes e indonesios y colonos europeos, quienes trajeron ingredientes y costumbres que terminaron por integrarse harmoniosamente. Lo mismo sucedió con la música: el **kaseko**, ritmo nacional, que es una mezcla de tambores africanos, metales caribeños y melodías europeas.

* *Los surinameses bromean diciendo que "si el país se quedara sin arroz, sería declarada una emergencia nacional"; el arroz está presente en casi todos los platos, incluso en los postres.*

Aldeas rodeadas de ríos

Al estar rodeado de selva, la conexión al interior de este país es casi completamente fluvial. Los ríos **Suriname**, **Maroni** y **Coppename** son las autopistas naturales que llevan a las aldeas maroon: comunidades descendientes de esclavos que ya hace más de tres siglos escaparon al interior. Estos pueblos siguen tradiciones africanas con influencias amazónicas y europeas.

Los visitantes pueden hospedarse en alojamientos gestionados por comunidades autóctonas. Aquí pueden aprender sobre la historia de la resistencia surinamesa y participar en rituales y talleres de artesanía*. Las noches en la selva son una experiencia mística: los sonidos salvajes, la humedad, el cielo límpido y estrellado y la lejanía de toda civilización industrial.

* *En algunos pueblos maroon, las mujeres elaboran tejidos y tallas tradicionales cuyos diseños son basados en sueños; se dice que cada dibujo proviene de un ancestro.*



3 traer algo | przynosić coś
los ingredientes | składniki
las costumbres | zwyczaje
terminar por integrarse armoniosamente | ostatecznie zintegrować się w harmonijny sposób
suceder con algo | dziać się z czymś
bromear | żartować
quedarse sin algo | zostać bez czegoś
la emergencia nacional | stan wyjątkowy
incluso | nawet
el postre | deser
rodeado de X | otoczony przez X
fluvial | rzeczny, związany z rzeką
maroon | maroński (odnoszący się do ludów w Ameryce Południowej, potomków zbiegłych niewolników)
la comunidad | społeczność
descendiente de alguien | potomek kogoś
escapar al interior | uciekać w głąb lądu
seguir algo | podążać za czymś, przestrzegać czegoś
hospedarse en algo | zakwaterować się w czymś, zatrzymać się w czymś
el alojamiento | miejsce zakwaterowania
gestionado por alguien | zarządzany przez kogoś
la resistencia | opór
participar en algo | uczestniczyć w czymś
el taller de artesanía | warsztat rzemieślniczy
los sonidos salvajes | odgłosy dzikiej przyrody
la humedad | wilgotność
la lejanía de toda civilización industrial | oddalenie od wszelkiej cywilizacji przemysłowej
elaborar algo | wytwarzać coś
los tejidos | tkaniny, wyroby tkane
las tallas | rzeźby, ryciny
el dibujo | rysunek
el ancestro | przodek

eprasa.pl 40f94d2a4a



Un mosaico humano peculiar

Suriname es el país más diverso de Sudamérica: más del 80 % de su población tiene ascendencia mixta. Hindúes, javaneses, afrodescendientes, chinos, indígenas y europeos conviven con una naturalidad inigualable en el resto del mundo. El idioma oficial es el neerlandés, pero en la calle domina el **sranan tongo**, una lengua criolla de raíces africanas, inglesas y portuguesas en la que se comunican las diversas comunidades.

En una sociedad tal, coexisten festivales religiosos que incluso se celebran juntos: el Diwali hindú, el Id al-Fitr musulmán, la Navidad cristiana y el Día de los Maroons. Todo puede ser motivo de fiesta y la música suele ser el idioma en común.

Un país pequeño con alma inmensa

Suriname no ofrece los lujos de los destinos balnearios a los que nos tienen malacostumbrados los países caribeños. Sus playas en la costa atlántica son amplias y con arenas blancas, pero con agua turbia debido a la desembocadura de los ríos. No hay multitudes ni grandes cadenas hoteleras, solo naturaleza casi en su estado primordial. Es posible observar, por ejemplo, tortugas marinas anidando, monos curiosos merodeando cerca de la playa y aves migratorias viajando desde Norteamérica y el Caribe.

Suriname es una cápsula del tiempo donde se mantienen intacta la historia, la cultura e incluso la naturaleza. En un mundo cada vez más industrializado, este pequeño país demuestra que la diversidad y el respeto por la naturaleza todavía pueden ser el mayor lujo. Visitarlo no es solo un viaje, sino una lección en convivencia y armonía.

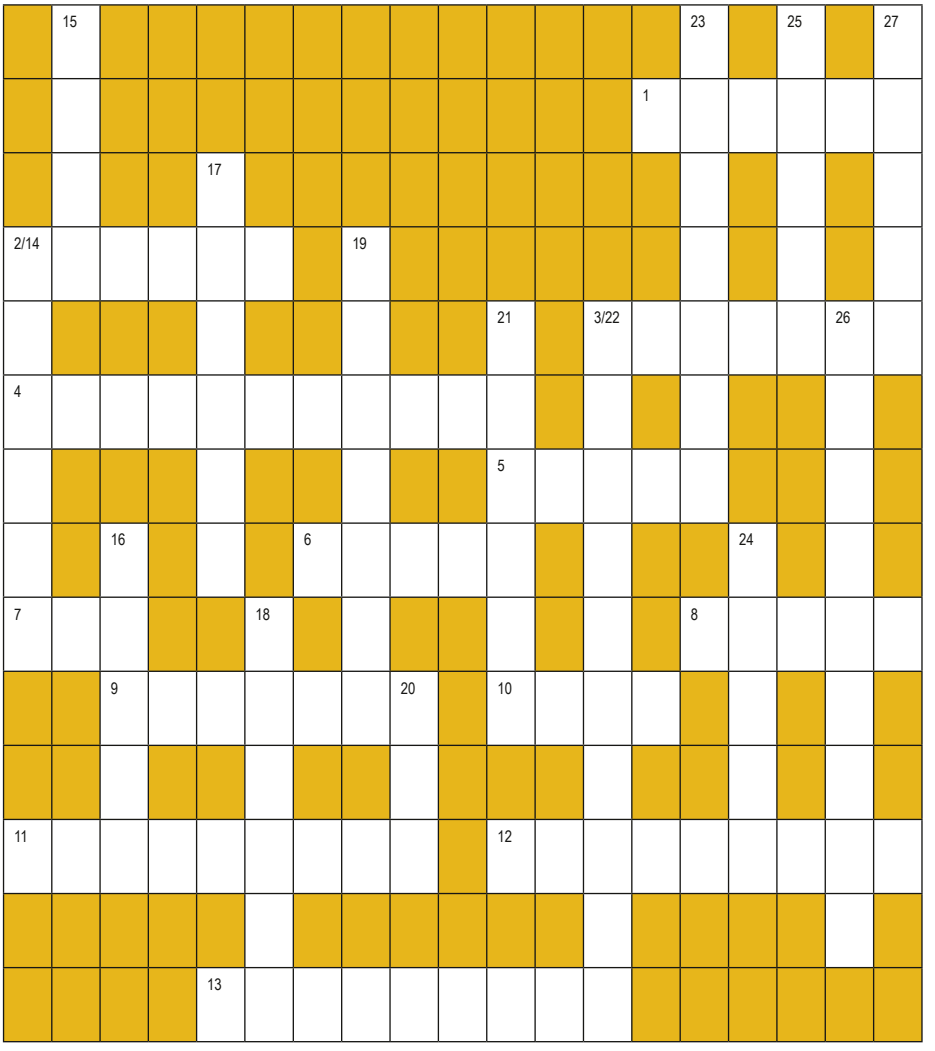
4 peculiar | szczególny, osobliwy
tener ascendencia mixta | mieć mieszane pochodzenie
el afrodescendiente | potomek Afrykańczyków
el chino | Chińczyk
el/la indígena | rdzenny mieszkaniec
criollo | kreolski
coexistir | współistnieć
la Navidad cristiana | chrześcijańskie Boże Narodzenie
el Día de los Maroons | Dzień Maronów (święto upamiętniające Maronów, potomków zbiegłych niewolników)
soler | mieć zwyczaj
el idioma en común | wspólny język
inmenso | ogromny
el destino balneario | *tu:* miejscowość wypoczynkowa, kurort
tenerle a alguien malacostumbrado | rozpieścić kogoś czymś
amplio | szeroki, przestronny
la arena | piasek
turbio | mętny
debido a X | z powodu X
la desembocadura de los ríos | ujście rzek
la cadena hotelera | sieć hotelowa
en su estado primordial | w swoim pierwotnym stanie
la tortuga marina | żółw morski
anidando | gnieżdżący się, składający jaja
merodeando | krążący, szwendający się
demostrar que | udowadniać, że, pokazywać, że
la diversidad | różnorodność
el mayor lujo | największy luksus

eprasa.pl 40f94d2a4a

por Manuel Suárez Rueda

CRUCIGRAMA

¿Te atreves con nuestro crucigrama? En esta ocasión, la mayor parte de las palabras que lo componen se refieren a las excursiones en kayak. ¡Mójate!



HORIZONTALES

5. Acumulación temporal de agua en el suelo.
2. Cantidad de agua que lleva un río.
3. Mamífero hembra que lleva un feto en su seno.
4. Vivencia, hecho de haber sentido, conocido o presenciado alguien algo.
5. Acción y efecto de regar.
6. Adverbio que indica proximidad.
7. Pájaro, animal cubierto de plumas con dos patas y dos alas generalmente aptas para el vuelo.
8. Canoa de pesca tradicionalmente usada por los esquimales.
9. Instructor, persona que enseña o dirige alguna actividad.
10. H2O.
11. El padre de mi abuelo.
12. Tercera persona de plural del pretérito imperfecto de subjuntivo del verbo "querer".
13. Conjunto ordenado de cosas de la misma clase.

VERTICALES

1. Documento que recoge el cálculo aritmético que señala el precio de un servicio.
2. Itinerario, camino o vía que dirige a un lugar determinado.
3. Instrumento en forma de pala larga y estrecha que sirve para mover una embarcación (pl.).
4. Recipiente generalmente cilíndrico, de madera o de metal, que sirve transportar diferentes líquidos.
18. Cada uno de los periodos de tiempo en que se divide una hora.
19. Camino estrecho generalmente destinado al paso de peatones.
20. Corriente de agua que desemboca en otro igual, en un lago o en el mar.
21. Acción de parar o de detenerse.
22. Cuidado, cautela.
23. Prenda de vestir sin mangas que cubre el tronco hasta la cintura.
24. Ninguna persona.
25. Agradable, ameno (fem.).
26. Reposar, aliviar la fatiga.
27. Franja de terreno a la orilla del mar, litoral.

el suelo | podłoga, ziemia, grunt
el mamífero | ssak
la hembra | samica
llevar un feto en su seno | nosić płód w swoim łonie
regar | podlewać
indicar algo | wskazywać coś
la proximidad | bliskość, sąsiedztwo
cubierto de plumas | pokryty piórami
apto para el vuelo | zdolny, zdatny do lotu
los esquimales | Eskimosi
el pretérito imperfecto de subjuntivo del verbo "querer" | tryb łączący przeszły niedokonany czasownika „chcieć"
recoger el cálculo aritmético | zestawiać obliczenia, rachunki
el itinerario | trasa, plan podróży
en forma de pala larga y estrecha | w kształcie długiej i wąskiej łopaty
mover una embarcación | wprawiać łódź w ruch
el recipiente | pojemnik, naczynie
dividirse | dzielić się, rozdzielać się
destinado al paso de peatones | przeznaczony dla przejścia dla pieszych
la corriente de agua | strumień wody, prąd wody
desembocar en algo | uchodzić do czegoś (np. rzeka do morza)
parar | zatrzymywać, zatrzymać się
detenerse | zatrzymać się
la cautela | ostrożność, przezorność
la prenda de vestir | część garderoby, ubranie
sin mangas | bez rękawów
cubrir el tronco hasta la cintura | zakrywać tułów do pasa
aliviar la fatiga | łagodzić zmęczenie, ulżyć zmęczeniu
el litoral | wybrzeże, linia brzegowa

HORIZONTALES: 1. charco 2. caudal 3. preñada 4. experiencia 5. riego 6. cerca 7. ave 8. kayak 9. monitor 10. agua 11. bisabuelo 12. quisieran 13. colección VERTICALES: 14. cuenta 15. ruta 16. remos 17. barril 18. minuto 19. sendero 20. río 21. parada 22. precaución 23. chaleco 24. nadie 25. grata 26. descansar 27. Costa

eprasa.pl 40f94d2a4a

¿Qué has aprendido al leer *¿Español? Sí, gracias?*

1. ”Me voy a cambiar” significa:
a. Obiecuję sobie, że się zmienię.
b. Idę się przebrać.
c. Nie mogę w to uwierzyć.

2. Mauricio Macri fue presidente de:
a. Argentina.
b. Bolivia.
c. Perú.

3. Nicolás Maduro es el presidente de:
a. Suriname.
b. Venezuela.
c. México.

4. Mariano Rajoy cumplió el papel de:
a. primer ministro
b. presidente
c. director del banco nacional
…en España.

5. ”Las pilas” es la palabra española que equivale a la palabra polaca:
a. filary
b. okulary
c. baterie

6.”El gazapo” significa:
a. un tipo de sopa en Argentina
b. un error, un desliz (una metedura de pata)
c. un pardillo, un tonto

7. ¿Cómo se dice „latarka” en español?
a. la linterna
b. el interno
c. la lantara

8. ”Estar rico” significa:
a. być smacznym, pysznym
b. być bogatym
c. być gotowym, przygotowanym



Las respuestas:
1.b, 2.a, 3.b, 4.a, 5.c, 6.b, 7.a, 8. a

eprasa.pl 40f94d2a4a

Prenumerata

¿Español? Sí, gracias

Oszczędzasz i otrzymujesz każdy numer prosto do domu!

Korzyści:

- niższa cena za egzemplarz,
- wysyłka gratis,
- gwarancja, że każdy numer czasopisma trafi w Twoje ręce.

Jak zamówić?

Wybierz najwygodniejszy dla Ciebie sposób:

- **przez Internet**
  wejdź na stronę: kiosk.colorfulmedia.pl
- **telefonicznie**
  61 833 63 28 lub 663 242 433
- **e-mailem**
  wyślij nam wiadomość:
  prenumerata@colorfulmedia.pl
- **przelew na konto**
  dokonaj wpłaty - szczegóły poniżej

Dane do przelewu

nr konta:

18 1140 2004 0000 3702 4405 7031

adres:
Colorful Media
ul. Lednicka 23, 60-413 Poznań

nr BIC dla przelewów zagranicznych:
BREXPLPWMBK

tytuł przelewu:
Opisz prawidłowo przelew, podaj następujące informacje:
1. nazwa magazynu w skrócie (ESG - ¿Español? Sí, gracias)
2. numer, od którego ma zaczynać się prenumerata
3. imię i nazwisko oraz adres do wysyłki

przykładowy tytuł przelewu:
ESG50, Jan Kowalski, ul. Przykładowa 1, 80-123 Gdańsk

Prosimy o kontakt po dokonaniu wpłaty, w celu upewnienia się, że otrzymaliśmy wszystkie potrzebne dane.

Kontakt

prenumerata@colorfulmedia.pl
tel. 61 833 63 28 663 24 24 33
www.colorfulmedia.pl

Cennik prenumeraty

dla 1 osoby
6 wydań, co 2 miesiące
131,90 zł

dla grup - dla 2 osób i więcej
6 wydań, co 2 miesiące
121,90 zł/osobę

Łączną kwotę obliczysz, mnożąc 121,90 zł przez liczbę osób.

zagraniczna dla 1 osoby
6 wydań, co 2 miesiące
list zwykły **221,90 zł**
list polecony **287,90 zł**

Wszystkie ceny zawierają podatek 8% VAT.
Jeśli potrzebna Ci faktura, prosimy o kontakt.
Prenumerata realizowana jest za pośrednictwem Poczty Polskiej.
Zamawiając prenumeratę, wyrażasz zgodę na warunki zawarte w regulaminie dostępnym pod adresem www.colorful.pl/regulamin.html

Informacja o przetwarzaniu danych osobowych

Podane dane osobowe będą przetwarzane przez administratora - firmę Colorful Media s.c. z siedzibą w Poznaniu, ul. Lednicka 23, NIP 781-173-49-69 w celu realizacji prenumeraty. Każdemu prenumeratorowi przysługuje prawo wglądu do swoich danych osobowych, ich zmiany, poprawiania oraz usunięcia. Podanie danych jest dobrowolne, ale niezbędne do realizacji prenumeraty. Pytania dotyczące administrowania danymi osobowymi prosimy kierować na adres e-mail: biuro@colorfulmedia.pl

Przydatne adresy

sklep | regulamin | newsletter

Magazyn kupisz także w salonach EMPIK oraz w wybranych salonikach prasowych KOLPORTER, INMEDIO i RELAY.

eprasa.pl 40f94d2a4a

Numery archiwalne



nr 72 **19,90 zł**



nr 71 **19,90 zł**



nr 70 **19,90 zł**



nr 69 **17,90 zł**



nr 68 **17,90 zł**



nr 67 **17,90 zł**



nr 66 **17,90 zł**



nr 65 **17,90 zł**



nr 64 **16,90 zł**



nr 63 **16,90 zł**



nr 62 **16,90 zł**



nr 61 **15,90 zł**



nr 60 **15,90 zł**



nr 59 **14,90 zł**



nr 58 **13,90 zł**

Wydania specjalne



29,90 zł



24,90 zł



19,90 zł



19,90 zł

Przy zamówieniach poniżej 100,00 zł koszt wysyłki wynosi 14,00 zł.
Przy zamówieniach od 100,00 zł koszt wysyłki pokrywa wydawca.

kiosk.colorfulmedia.pl

eprasa.pl 40f94d2a4a

+ NAGRANIA MP3 | + ĆWICZENIA | + POLSKIE SŁÓWKA

Jakość gwarantuje wydawnictwo Colorful MEDIA

Językowo najlepsi!

ANGIELSKI



ANGIELSKI BIZNESOWY



NIEMIECKI



FRANCUSKI



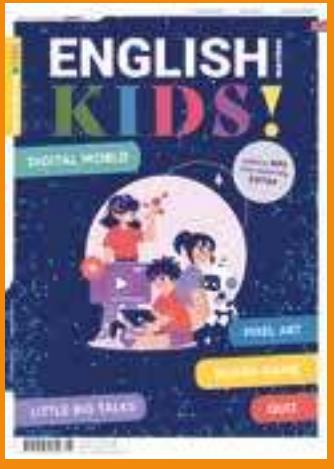
WŁOSKI



HISZPAŃSKI



ANGIELSKI DLA DZIECI



KUP TERAZ

kiosk.colorfulmedia.pl

eprasa.pl 40f94d2a4a