Jakość gwarantuje wydawnictwo Colorful MEDIA

MAGAZYN W JĘZYKU HISZPAŃSKIM

¿Español? Sí, gracias

¿Español? Sí, gracias

ESPAÑA EN BOCADOS: UN VIAJE POR LAS TAPAS

HAY UN PROBLEMA... PERO TIENE SOLUCIÓN



colorfulmedia.pl espanol.edu.pl

dwumiesięcznik nr 76
lipiec-sierpień 2026
cena: 22,90 zł (w tym 8% VAT)

eprasa.pl a969934a1f

+ NAGRANIA MP3 | + ĆWICZENIA | + POLSKIE SŁÓWKA

Jakość gwarantuje wydawnictwo Colorful MEDIA

NOWE WYDANIE SPECJALNE

¿Español? Sí, gracias



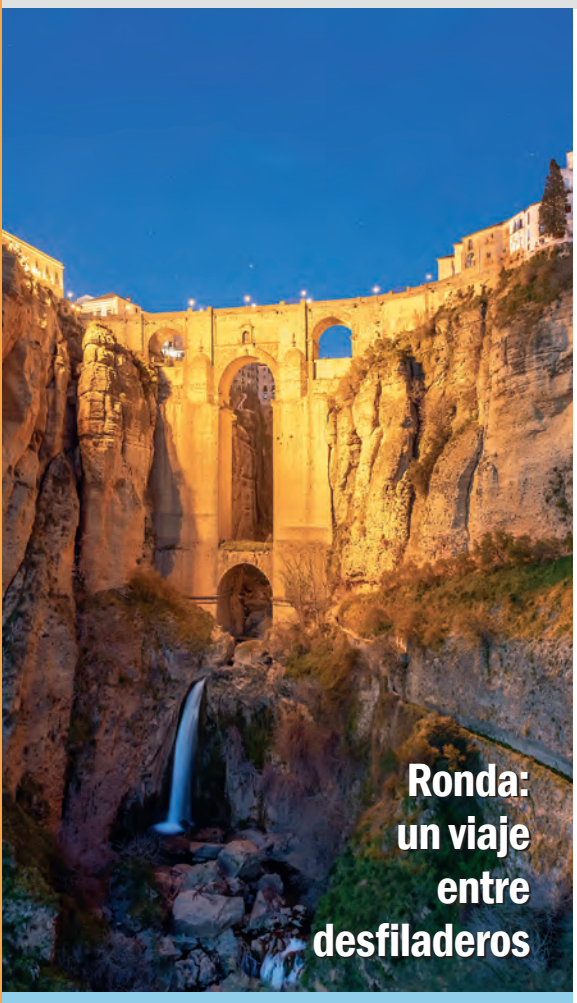
kiosk.colorfulmedia.pl

Językowo najlepsi!

KUP TERAZ

eprasa.pl a969934a1f

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



Ronda: un viaje entre desfiladeros

Píldoras informativas

4 Píldoras informativas

Tema especial

6 España en bocados: un viaje por las tapas MP3

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

Cultura

12 ¿Están las monjas de moda? MP3

16 Antes que Almodóvar: el cine de Buñuel MP3

20 La Oreja de Van Gogh: crónica de un fenómeno musical MP3

Sociedad

23 Buscar trabajo en España hoy: sueldos bajos y contratos precarios MP3

Idioma

26 Hay un problema... pero tiene solución MP3

29 Organizar planes y expresar opiniones

33 27 noches

Viajes

34 Ronda: un viaje entre desfiladeros MP3

40 Crucigrama

41 *Quiz*

www.facebook.com/EspanolSiGracias

Odwiedź nas na 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**

Redakcja:
¿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
Katarzyna Górska
Franciszek Przewoźny
Patrycja Skrzypczyk

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, 663 242 433

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

Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść reklam i ogłoszeń.

eprasa.pl a969934a1f

por Hanna Danielczak-Ziadi



El español de los colombianos

¿Sabías que puedes estudiar español castellano por mucho tiempo y, aun así, encontrarte con los hablantes de Latinoamérica y llevarte más de una sorpresa?

Cualquier persona familiarizada con el español sabe que entre sus diferentes variedades (el que se habla en Argentina, México, Chile, Guatemala, Colombia, etc.) existen muchas diferencias, principalmente en el vocabulario. Aquí te presentamos algunas diferencias clave entre el español de España y el español que se usa en Colombia.

Mientras que un español dice *el espacio* o *el puesto*, en Colombia se usa *el cupo*. En España escuchamos *el alojamiento* o *el alquiler*, pero en Colombia se dice *el arriendo*. También nos puede sorprender la palabra *la cicla*, que no es más que *la bicicleta* o *la bici*. Para terminar esta miniguía del español colombiano, hablemos de la palabra *listo*. En España se entiende más bien como "estar preparado" o "ser inteligente", mientras que en Colombia se usa casi siempre con el significado de "de acuerdo", "vale" o "dale".

¿Listos para ir de viaje a Colombia?

encontrarse con alguien | spotkać się z kimś, wpaść na kogoś
llevarse más de una sorpresa | przeżyć niejedno zaskoczenie
la variedad | *tu:* odmiana
la diferencia clave | kluczowa różnica
mientras que | podczas gdy
el espacio | przestrzeń, miejsce (np. wolne miejsce)
el puesto | stanowisko, miejsce (np. siedzące w autobusie, ale też stanowisko pracy)
el cupo | *Am. Łac.*: wolne miejsce; stanowisko pracy
el alojamiento | zakwaterowanie, nocleg
el alquiler | wynajem, czynsz
el arriendo | *Am. Łac.*: czynsz; wynajem, najem; limit (np. na karcie debetowej)
la cicla | *pot.* kolumbijski: rower
de acuerdo | zgoda, w porządku
vale | dobrze, okej, w porządku
dale | *Am. Łac.*: dawaj, okej, jasne, zróbmy tak
listos | *tu:* gotowi

Me dedico a.../Me encargo de...

¿Cómo decir en español que nos ocupamos de algo? Cuando hablamos de nuestro trabajo o profesión, lo más habitual es decir: "Me dedico a..." (+ sustantivo o verbo). Por ejemplo: *Me dedico a la informática*. También se puede decir: "Trabajo de..." o "Trabajo como...". Por ejemplo: *Trabajo de profesora*.

Cuando hablamos de tareas que implican cuidar a alguien o algo, gestionar algo o encargarse de un asunto específico, usamos la expresión "me encargo de..." (+ sustantivo o verbo), que significa "ocuparse de algo" o "ser responsable de algo" (es muy común y natural). Por ejemplo: *Yo me encargo de este proyecto.*

Este tipo de funciones también puede expresarse utilizando el verbo *llevar*. Por ejemplo: *Llevo las redes sociales de la empresa.*

ocuparse de algo | zajmować się czymś
el trabajo | praca
la profesión | zawód
Me dedico a X. | Zajmuję się X.
Trabajo de X./Trabajo como X. | Pracuję jako X.
la tarea | zadanie
cuidar a alguien o algo | pielęgnować, dbać o kogoś lub coś
gestionar algo | zarządzać czymś
encargarse de un asunto específico | załatwiać konkretną sprawę, zajmować się konkretną sprawą
Me encargo de X. | Zajmuję się X.
ocuparse de algo | zajmować się czymś
ser responsable de algo | być za coś odpowiedzialnym
llevar | *tu:* zajmować się
Llevo las redes sociales de la empresa. | Zajmuję się mediami społecznościowymi firmy.



eprasa.pl a969



¿Un regreso al pasado?

La empresa estadounidense Colossal Biosciences, con sede principal en Dallas (Texas, Estados Unidos), se inspiró en gran medida en el universo de la saga de *Jurassic Park*. En sus laboratorios, "devolvieron a la vida" al llamado lobo gigante (*Aenocyon dirus*), basándose en los genes extraídos del cráneo de un ejemplar de lobo gigante hallado en Idaho, de hace 72 000 años, y en un diente de otro lobo encontrado en Ohio, de hace 13 000 años. Los lobos "clonados" se encuentran en buen estado, crecen sanos y se planea su reproducción.

Estos animales no son genéticamente idénticos a sus ancestros extintos, pero la empresa Colossal Biosciences considera su actividad no solo como una oportunidad para revivir especies extintas —como el mamut lanudo, el lobo de Tasmania, el moa de Nueva Zelanda o el dodo de Mauricio—, sino también para aumentar la población de aquellas que están en peligro de extinción, tales como el rinoceronte blanco del norte, el rinoceronte de Sumatra y de Java, el hurón de pies negros norteamericano o la vaquita marina, una especie de marsopa típica del golfo de California.

¿Un regreso al pasado? | Powrót do przeszłości?
estadounidense | amerykański
en gran medida | w dużej mierze
devolver a la vida | przywracać do życia
el lobo gigante | wilk straszny
extraído de algo | uzyskany z czegoś
el cráneo de X | czaszka X
hallado | znaleziony
de hace X años | sprzed X lat
encontrado | znaleziony
los ancestros extintos | wymarli przodkowie
no solo... sino también... | nie tylko... lecz także...
el mamut lanudo | mamut włochaty
el lobo de Tasmania | wilkowór tasmański
el moa de Nueva Zelanda | nowozelandzki nielot moa
el dodo de Mauricio | dront dodo z Mauritiusa
estar en peligro de extinción | być zagrożonym wyginięciem
el rinoceronte blanco del norte | nosorożec biały północny
el rinoceronte de Sumatra y de Java | nosorożec sumatrzański i jawajski
el hurón de pies negros norteamericano | północnoamerykański tchórz czarnonog
la vaquita marina | morświn kalifornijski
la especie de marsopa típica del golfo de California | gatunek morświna typowy dla Zatoki Kalifornijskiej3

Errata
En el número anterior de nuestra revista se incluyó, por error, una imagen de una variante de la bandera catalana distinta a la oficial. Desde la redacción lamentamos este hecho involuntario y pedimos disculpas por cualquier posible malentendido u ofensa que haya podido causar. En ningún caso ha habido intención de faltar al respeto ni de generar polémica.
Agradecemos vuestra comprensión.



eprasa.pl a969934a1f

B2

España en bocados: un viaje por las tapas

por Estefanía Rodríguez García

Viajar por España también puede hacerse a través de su gastronomía y especialmente de sus tapas, que ocupan un lugar muy importante en la cultura del país. Más que un simple aperitivo, son una invitación a recorrer el país mediante pequeños bocados llenos de sabor, tradición y creatividad. Cada tapa cuenta una historia y cada bar ofrece una experiencia distinta, donde lo importante no es solo comer, sino compartir, descubrir nuevos sabores y disfrutar sin prisas en compañía de los tuyos.

POBIERZ NAGRANIA MP3
KOD DOSTĘPU: k4s7
LUB ODSŁUCHAJ NA STRONIE espanol.edu.pl
POBIERZ CZYTNIK KODÓW: COLORFULMEDIA.PL/CZYTNIK

en bocados | na jeden kęs
a través de X | poprzez X, za pośrednictwem X
ocupar un lugar muy importante | zajmować bardzo ważne miejsce
la invitación a recorrer el país mediante X | zaproszenie do przemierzania kraju za pomocą/poprzez X
lleno de algo | pełen czegoś
el sabor | smak
contar algo | opowiadać coś
no es solo... sino... | to nie tylko... ale (również)...
compartir algo | dzielić się czymś
descubrir algo | odkryć coś
disfrutar sin prisas en compañía de los tuyos | delektować się chwilą w towarzystwie bliskich



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

eprasa.pl a969934a1f



El origen de esta costumbre tiene una mezcla entre historia y leyenda. Una versión sostiene que las tabernas colocaban un trozo de pan, jamón o queso sobre las copas de vino para protegerlas del polvo o los insectos, mientras que otra atribuye a Alfonso X el Sabio la idea de acompañar siempre la bebida con algún alimento para suavizar el efecto del alcohol. Lo cierto es que, más allá de historias y leyendas, se sabe que ya a finales del siglo XIX y comienzos del XX, tapear se había convertido en todo un ritual social y cada región comenzó a aportar su sello personal: aceitunas en Sevilla, pulpo en Galicia, pintxos en el País Vasco, patatas bravas en Madrid, y así sucesivamente.

Hoy en día, recorrer bares y probar diferentes sabores sigue siendo una de las experiencias más agradables y representativas de la vida española. Dependiendo del local, puedes recibir una tapa gratuita con tu bebida, la llamada "tapa del día", o elegir y pagar por la tapa que más te apetezca, donde se encuentran clásicos como la tortilla de patata, las croquetas, los calamares, las gildas o los embutidos. Pero, además, cada región ofrece sus propias especialidades, desde las tortillitas de camarones y el pescaíto frito en Andalucía hasta los bocadillos de calamares en Madrid o los pintxos del País Vasco, convirtiendo cada salida de tapas en una experiencia distinta y única.

En definitiva, tapear es mucho más que una comida rápida: es un ritual que combina sabor, cultura y conversación. Cada tapa, por pequeña que sea, refleja la historia y las tradiciones locales y recorrer los bares de España es una forma de conocer su diversidad gastronómica mientras se disfruta del momento.

el origen | pochodzenie, źródło
la costumbre | zwyczaj
tener una mezcla entre historia y leyenda | stanowić mieszankę historii i legendy
sostener que | twierdzić, że/utrzymywać, że
colocar algo sobre algo | kłaść, umieszczać coś na czymś
el trozo de pan, jamón o queso | kawałek chleba, szynki lub sera
las copas de vino | kieliszki wina
para protegerlas del polvo o los insectos | aby chronić je przed kurzem lub owadami
mientras que | podczas gdy
atribuir algo a alguien | przypisywać coś komuś
la idea de acompañar siempre la bebida con algún alimento para suavizar el efecto del alcohol | pomysł, aby napojowi zawsze towarzyszył jakiś pokarm w celu złagodzenia działania alkoholu
lo cierto es que | pewne jest to, że
a finales del siglo XIX y comienzos del XX | pod koniec XIX i na początku XX wieku
tapear | chodzić na tapas, jeść tapas
convertirse en algo | stać się czymś, przekształcić się w coś
comenzar a aportar su sello personal | zacząć nadawać/wnosić swój osobisty charakter
las aceitunas | oliwki
el pulpo | ośmiornica
los pinxtos | pintxos (rodzaj baskijskich przekąsek, zazwyczaj na wykałaczce)
las patatas bravas | patatas bravas (pieczone ziemniaki z ostrym sosem)
y así sucesivamente | i tak dalej/i tym podobne
hoy en día | obecnie, w dzisiejszych czasach
recorrer bares | chodzić po barach
probar algo | spróbować czegoś
dependiendo de X | zależnie od X, w zależności od X
elegir y pagar por la tapa que más te apetezca | wybierać i płacić za taką przekąskę, na jaką masz największą ochotę
la tortilla de patata | tortilla ziemniaczana (hiszpański omlet z ziemniakami)
las croquetas | smażone panierowane paluszki z różnym nadzieniem (mięso, ser, ryba i wiele innych) połączonym z beszamelem
los calamares | kalmary
las gildas | gildas (klasyczna baskijska przekąska: oliwka, papryczka i anchois na wykałaczce)
los embutidos | wędliny
además | ponadto, co więcej
desde... hasta... | od... do...
los bocadillos de calamares | kanapki z kalmarami (kultowe danie w Madrycie)
en definitiva | ostatecznie, krótko mówiąc
combinar algo y algo | łączyć coś z czymś
cada | każda
por pequeña que sea | jakkolwiek mała by nie była
la forma de conocer su diversidad gastronómica mientras se disfruta del momento | sposób na poznanie jej różnorodności gastronomicznej podczas cieszenia się chwilą

eprasa.pl a969934a1f

Tortilla de patata



La tortilla de patata o tortilla española, es una de las tapas más famosas y queridas de España. Un símbolo indiscutible de la gastronomía española que se elabora con ingredientes tan básicos como huevos y patatas. Se sirve tanto caliente como a temperatura ambiente o fría, en porciones triangulares o cuadrados. Una de las grandes controversias que la rodea es si debe llevar cebolla o no: muchos defienden que la cebolla aporta dulzor y jugosidad, mientras que otros prefieren la versión más pura, solo con huevo y patata. Además, en la actualidad es fácil encontrar bares especializados en tortillas que ofrecen variedades de todo tipo, como con chorizo, jamón y queso o incluso rellenas. También es común encontrar concursos de tortilla en fiestas y celebraciones populares. Aun así, y pese a toda esta evolución, la receta clásica sigue siendo la más valorada para muchos.

querido | *tu:* ceniony
elaborar algo | przyrządzać coś
los huevos | jajka
se sirve tanto caliente como a temperatura ambiente o fría | serwuje się ją zarówno na ciepło, jak i w temperaturze pokojowej lub na zimno
en porciones triangulares o cuadrados | w porcjach trójkątnych lub kwadratowych
rodear algo | otaczać coś
si debe llevar cebolla o no | czy powinna zawierać cebulę, czy nie
defender que | bronić tezy, że/utrzymywać, że
aportar dulzor y jugosidad | nadawać, wnosić słodycz i soczystość
más pura | czystsza, bardziej klasyczna
en la actualidad | obecnie, w dzisiejszych czasach
ofrecer variedades de todo tipo | oferować wszelkiego rodzaju odmiany
como con chorizo, jamón y queso o incluso rellenas | jak na przykład z chorizo, szynką i serem, a nawet nadziewane
es común | jest rzeczą powszechną
encontrar algo | znaleźć coś
aun así | mimo to
pese a X | pomimo X
la más valorada | najbardziej ceniona

Patatas bravas

Las patatas bravas son una de las tapas más populares de España y un clásico imprescindible en bares y terrazas. Consisten en trozos de patata frita, crujientes por fuera y tiernos por dentro, que se acompañan con una salsa brava, generalmente picante, cuyo sabor y receta varían según la región y el establecimiento. En algunos lugares se elaboran con una base de tomate, mientras que en otros se preparan con pimentón, ajo y aceite, lo que les da un carácter más intenso. En algunas provincias se sirven mezclando la salsa brava con alioli, creando un contraste de sabores muy interesante. Aunque se asocian tradicionalmente a Madrid, hoy en día pueden encontrarse en todo el país.

imprescindible | niezbędny, nieodzowny
consistir en algo | składać się z czegoś
los trozos de patata frita | kawałki smażonych ziemniaków
crujientes por fuera | chrupiące z zewnątrz
tiernos por dentro | miękkie, delikatne w środku
acompañar algo con una salsa brava | podawać coś z ostrym sosem
picante | pikantny, ostry
variar | różnić się
según la región y el establecimiento | zależnie od regionu i lokalu
elaborar con una base de tomate | przyrządzać na bazie pomidorów
preparar con pimentón, ajo y aceite | przygotowywać z papryką, czosnkiem i oliwą
servir algo mezclando la salsa brava con alioli | serwować coś, mieszając sos brava z sosem czosnkowym
aunque | chociaż
asociar algo con algo | kojarzyć coś z czymś



eprasa.pl a969934a1f



Croquetas

Las croquetas son otra tapa emblemática de la gastronomía española. Se elaboran a partir de una bechamel* espesa mezclada con ingredientes como jamón, pollo, bacalao, setas o incluso verduras, que luego se reboza en huevo y pan rallado y se fríen en aceite hasta quedar doradas y crujientes por fuera y cremosas por dentro. En los últimos años, las croquetas se han puesto de moda y cada vez es más común encontrarlas con sabores muy diversos e innovadores; desde quesos y embutidos hasta mariscos o verduras. ¡Cualquier ingrediente está bueno dentro de una croqueta!

a partir de X | *tu:* na bazie X
espeso | gęsty
mezclado con algo | wymieszany z czymś
los ingredientes como jamón, pollo, bacalao, setas o incluso verduras | składniki takie jak szynka, kurczak, dorsz, grzyby lub nawet warzywa
rebozar en huevo y pan rallado | panierować w jajku i bułce tartej
freír en aceite | smażyć na oleju
hasta quedar doradas y crujientes por fuera y cremosas por dentro | aż staną się złociste i chrupiące z zewnątrz oraz kremowe w środku
ponerse de moda | stać się modnym
cada vez es más común | coraz częściej się spotyka
desde... hasta.... | od... do...
los mariscos | owoce morza
cualquiera | ktokolwiek, jakikolwiek, dowolny

*salsa blanca cremosa hecha con mantequilla, harina y leche.

Pulpo a la gallega

El pulpo a la gallega, también conocido como pulpo a feira, es uno de los platos más representativos de la gastronomía de Galicia. Se elabora con pulpo cocido que se corta en rodajas y se sirve sobre una base de patatas cocidas, todo ello aderezado con aceite de oliva, sal gruesa y pimentón. Tradicionalmente se presenta en platos de madera, lo que ayuda a conservar su temperatura y, aunque es tradicional de Galicia, se puede encontrar en cualquier provincia española.



el pulpo a la gallega | ośmiornica po galicyjsku
cocido | ugotowany
cortar algo en rodajas | kroić coś w plastry
servir sobre una base de patatas cocidas | serwować na podkładzie z gotowanych ziemniaków
todo ello aderezado con aceite de oliva, sal gruesa y pimentón | wszystko to przyprawione oliwą z oliwek, solą gruboziarnistą i papryką
presentar algo en platos de madera | podawać coś na drewnianych talerzach

Calamares a la romana

Crujientes y sabrosos, los calamares a la romana son un imprescindible del tapeo en España. Se preparan con anillas de calamar rebozadas en una masa ligera de harina y huevo, que se fríen hasta conseguir un exterior dorado y crujiente y un interior tierno. Suelen servirse con un poco de limón, que aporta frescor, o salsa alioli. En ciudades como Madrid, es muy típico encontrarlos también en bocadillo. ¡Un imprescindible si vas a la Plaza Mayor de la capital!



los calamares a la romana | kalmary po rzymsku
las anillas de calamar | krążki kalmarów
rebozadas en una masa ligera de harina y huevo | panierowane w lekkim cieście z mąki i jajka
hasta conseguir un exterior dorado y crujiente y un interior tierno | aż do uzyskania złocistej i chrupiącej skórki oraz miękkiego środka
con un poco de limón | z odrobiną cytryny
aportar frescor | nadawać (wnosić) świeżość
encontrar algo en bocadillo | znaleźć coś w kanapce

eprasa.pl a969934a1f

Boquerones en vinagre



Los boquerones en vinagre son una tapa fresca que se prepara con boquerones marinados en vinagre y a los que posteriormente, una vez han adquirido el característico color blanquecino, se les añade aceite de oliva, ajo y perejil. Este proceso de maceración no solo aporta sabor, sino que también cocina el pescado sin necesidad de calor. ¡Es una tapa ligera y muy sabrosa que no os podéis perder!

los boquerones en vinagre | sardele (anchois) w occie
marinados en vinagre | marynowane w occie
posteriormente | później, następnie
una vez han adquirido el característico color blanquecino | gdy już nabiorą charakterystycznego białawego koloru
se les añade aceite de oliva, ajo y perejil | dodaje się do nich oliwę z oliwek, czosnek i natkę pietruszki
el proceso de maceración | proces macerowania (moczenia w celu zmiękczenia/nabrania smaku)
aportar sabor | nadawać smak
cocinar el pescado sin necesidad de calor | przyrządzać (gotować) rybę bez użycia ciepła
ligero | lekki
que no os podéis perder | której nie możecie przegapić, pominąć

Ensaladilla rusa

La ensaladilla rusa, al igual que los boquerones, es una tapa fría que se sirve especialmente en verano, aunque se puede encontrar en los bares todo el año. Se elabora con una base de patata cocida y se mezcla con ingredientes como zanahoria, guisantes, atún, huevo duro, espárragos y aceitunas, todo ello mezclado con mayonesa. Es una tapa sencilla, pero llena de sabor y perfecta para compartir.



la ensaladilla rusa | sałatka jarzynowa, *dosł.* sałatka rosyjska
al igual que | tak samo jak
en verano | latem, w lecie
todo el año | przez cały rok
mezclar con algo | mieszać z czymś
los ingredientes como zanahoria, guisantes, atún, huevo duro, espárragos y aceitunas | składniki takie jak marchewka, groszek, tuńczyk, jajko na twardo, szparagi i oliwki

Gambas al ajillo

Las gambas al ajillo son un clásico irresistible de la cocina española. Se cocinan salteando gambas en aceite de oliva caliente con mucho ajo y, a menudo, una guindilla que les da un toque picante. Lo mejor es disfrutarlas en cazuelas de barro, recién hechas, para saborear todo su aroma y sabor. Imprescindible "mojar" pan.



las gambas al ajillo | krewetki w czosnku
irresistible | zniewalający
salteando gambas en aceite de oliva caliente con mucho ajo | podsmażając krewetki na gorącej oliwie z oliwek z dużą ilością czosnku
a menudo | często
la guindilla | papryczka chili
que les da un toque picante | która nadaje im pikantny akcent, nutę ostrości
en cazuelas de barro | w glinianych naczyniach
recién hechas | świeżo przyrządzone
imprescindible "mojar" pan | obowiązkowe jest „maczanie" chleba

eprasa.pl a969934a1f



Chorizo a la sidra

El chorizo a la sidra es una tapa caliente en la que el chorizo fresco se cocina lentamente en sidra hasta que la grasa del chorizo se funde y el sabor se concentra, creando un plato aromático, sabroso y ligeramente dulce gracias a la sidra. Se suele servir directamente en la cazuela, acompañado de pan para mojar en la salsa, lo que hace que cada bocado sea todavía más irresistible. Muy típico en Asturias.

el chorizo a la sidra | kiełbasa chorizo w cydrze
cocinar lentamente en sidra | gotować powoli w cydrze
hasta que la grasa del chorizo se funde | aż tłuszcz z chorizo się wytopi
sabroso | smaczny
ligeramente dulce | lekko słodki
servir directamente en la cazuela | podawać bezpośrednio w naczyniu (zazwyczaj glinianym)
lo que hace que cada bocado sea todavía más irresistible | co sprawia, że każdy kęs jest jeszcze bardziej zniewalający

Tabla de embutidos ibéricos

Por último, pero no por ello menos importante, tenemos las tablas de embutidos ibéricos, un clásico imprescindible de la gastronomía española. Están hechas con productos del cerdo ibérico, una raza autóctona de la península, y se caracterizan por su sabor intenso y su textura única. Entre los más conocidos están el jamón ibérico, el chorizo y el salchichón. Su calidad depende de cómo se haya criado el animal, especialmente si ha vivido en libertad y se ha alimentado de bellotas. Suele acompañarse también con algún queso de la región.



la tabla de embutidos ibéricos | deska wędlin iberyjskich
por último, pero no por ello menos importante | ostatnia sprawa, lecz nie najmniej ważna
la raza autóctona de la península | rodzima rasa Półwyspu Iberyjskiego
la textura | konsystencja
el jamón ibérico | szynka iberyjska (z czarnej świni iberyjskiej)
el chorizo | chorizo (tradycyjna hiszpańska kiełbasa z papryką pimentón)
el salchichón | salchichón (hiszpańska sucha kiełbasa, podobna do salami, doprawiona pieprzem)
criar | hodować
vivir en libertad | żyć na wolności
alimentarse de bellotas | żywić się żołędziami

Las tapas son mucho más que un aperitivo: son una forma de disfrutar la comida, compartir momentos y explorar la diversidad gastronómica de España. Cada región tiene sus especialidades y cada bar añade su toque a los clásicos. Para los visitantes, tapear es la manera perfecta de sumergirse en la cultura española y descubrir por qué este ritual conquista tanto a locales como a turistas.

sumergirse en algo | zanurzyć się w czymś, zagłębić się w coś
descubrir algo | odkryć coś
conquistar a alguien | *tu:* urzekać kogoś
tanto a X como a Y | tak X, jak i Y

WARTO ZAPAMIĘTAĆ

los embutidos | wędliny

eprasa.pl a969934a1f

¿Están las monjas de moda?

por Katarzyna Górska

Hace unos años, hablar de monjas en España parecía algo reservado a personas mayores, clases de religión o películas antiguas de domingo por la tarde. Sin embargo, en 2026 la estética conventual, las referencias religiosas y la figura de las monjas han vuelto al centro de la cultura pop. Y no solo en ambientes tradicionales. Ahora aparecen en conciertos, podcasts feministas, series, películas y hasta en TikTok. La gran pregunta es: ¿qué es lo que nos fascina en ellas?



estar de moda | być modnym
la monja | zakonnica
hace unos años | kilka lat temu
parecer algo reservado a alguien | wydawać się czymś zarezerwowanym dla kogoś
las personas mayores | starsze osoby, starsi ludzie
las películas antiguas de domingo por la tarde | stare filmy z niedzielnego popołudnia (lub które ogląda się w niedzielę po południu)
sin embargo | jednakże, niemniej jednak
volver a algo | wracać do czegoś
aparecer | pojawiać się

eprasa.pl a969934a1f

Parte de la respuesta tiene que ver con la mezcla entre espiritualidad, ironía y estética. En una época dominada por las redes sociales y la exposición constante, el convento representa casi lo contrario: silencio, misterio, comunidad y reglas propias. Y eso, precisamente, resulta atractivo para mucha gente joven.



Uno de los ejemplos más claros es Rosalía. Su disco *LUX*, publicado a finales de 2025, convirtió la imaginería religiosa en un fenómeno cultural. La cantante catalana apareció en la portada vestida con un hábito que recordaba tanto a una monja clásica como a una figura futurista. La prensa internacional habló de un álbum inspirado en santas y mujeres místicas, grabado junto a una orquesta y cantado en varios idiomas.

Pero lo más comentado no fue solo el disco, sino también la puesta en escena de la gira LUX Tour. En los conciertos de Barcelona, Rosalía instaló un "confesionario" sobre el escenario. Allí invitaba a artistas y celebridades a contar historias personales delante del público. El espacio mezclaba humor, confesión íntima y espectáculo pop. Los vídeos del confesionario se hicieron virales en TikTok e Instagram y ayudaron a reforzar toda la estética religiosa del proyecto.

Rosalía no está sola en esta recuperación cultural del universo conventual. Otro fenómeno inesperado es el éxito del podcast *Las hijas de Felipe*, creado por dos jóvenes investigadoras: Carmen Urbita y Ana Garriga. El programa empezó hablando del barroco español, de los conventos y de las escritoras religiosas, pero terminó conquistando a un público mucho más amplio. Sus episodios mezclan historia, humor y referencias actuales, y consiguen que las monjas del Siglo de Oro parezcan sorprendentemente modernas.

WARTO ZAPAMIĘTAĆ

el silencio | cisza

En 2026, las autoras del podcast publicaron el libro *Instrucciones de novicias*. El ensayo analiza la vida cotidiana de las monjas barrocas y propone una lectura muy contemporánea del convento: un espacio creado por mujeres para convivir, estudiar, escribir

1 tener que ver con algo | mieć z czymś związek, mieć z czymś coś wspólnego
con la mezcla entre espiritualidad, ironía y estética | z mieszanką duchowości, ironii i estetyki
las redes sociales | media społecznościowe
la exposición constante | ciągła ekspozycja, nieustanne wystawienie (np. na widok publiczny)
el convento | klasztor
el silencio | cisza
el misterio | tajemnica, misterium
la comunidad | wspólnota, społeczność
las reglas propias | własne zasady, własne reguły
resultar atractivo | okazać się atrakcyjnym, wydawać się atrakcyjnym
a finales de X | pod koniec X
convertir algo en algo | zmienić coś w coś, przekształcić coś w coś
la imaginería religiosa | sztuka sakralna
la portada | *tu:* okładka (np. płyty, książki)
vestida con un hábito | ubrana w habit
recordar tanto a X como a Y | przypominać zarówno X, jak i Y

la prensa internacional | prasa międzynarodowa
inspirado en santas y mujeres místicas | zainspirowany świętymi i mistyczkami
grabado junto a una orquesta | nagrany wraz z orkiestrą
cantado en varios idiomas | śpiewany w kilku językach
no solo... sino también... | nie tylko... lecz także/ale również...
la puesta en escena de la gira LUX Tour | oprawa sceniczna trasy koncertowej LUX Tour
instalar algo sobre algo | instalować, umieszczać coś na czymś
el confesionario | konfesjonał
el escenario | scena
invitar a alguien | zapraszać kogoś
mezclar humor, confesión íntima y espectáculo pop | mieszać, łączyć humor, intymne wyznanie i popowe widowisko
2 hacerse viral | stać się wiralem, zyskać ogromną popularność w sieci
reforzar algo | wzmocnić coś

la recuperación cultural del universo conventual | kulturowy powrót do świata klasztornego, kulturowe odrodzenie klasztornego uniwersum
el éxito | sukces
la investigadora | badaczka
la escritora religiosa | pisarka religijna
terminar conquistando a alguien | *tu:* skończyć na zdobyciu czyjegoś uznania, *dosł.* skończyć podbijając kogoś
el episodio | odcinek
las referencias actuales | współczesne odniesienia, aktualne nawiązania
conseguir que | osiągnąć to, że.../sprawić, że...
3 las monjas del Siglo de Oro | zakonnice Złotego Wieku (Złoty Wiek kultury hiszpańskiej, głównie XVI-XVII wiek)
parecer sorprendentemente modernas | wydawać się zaskakująco nowoczesnymi
"Instrucciones de novicias" | „Instrukcje dla nowicjuszek"
el ensayo | esej, rozprawa naukowa
la vida cotidiana | codzienne życie, codzienność
contemporáneo | współczesny

eprasa.pl a969934a1f



4 organizarse lejos del control masculino | organizować się z dala od męskiej kontroli
traducirse a varios idiomas europeos | zostać przetłumaczonym na kilka języków europejskich
resultar ser | okazać się (być)
el libro de no ficción | książka należąca do literatury faktu
más vendido | najlepiej sprzedający się
conectar algo con algo | łączyć coś z czymś, po/wiązać coś z czymś
las preocupaciones actuales | współczesne troski
la amistad femenina | kobieca przyjaźń
el agotamiento laboral | wypalenie zawodowe, wyczerpanie pracą
la necesidad de silencio | potrzeba ciszy
la búsqueda de una vida menos acelerada | poszukiwanie mniej zabieganego życia
descubrir algo | odkryć coś, dowiedzieć się czegoś
administrar dinero | zarządzać pieniędzmi
las propias autoras | same autorki
nuestros años de supervivencia | nasze lata przetrwania
flanqueado por algo | otoczony przez coś (mający coś po obu stronach)
estar convencido de que | być przekonanym, że...
cualquier cosa | jakakolwiek rzecz, cokolwiek
que te esté pasando a ti | co przytrafia się tobie, co ci się właśnie przydarza
ya le pasó a una monja de los siglos XVI y XVII | przydarzyło się już pewnej zakonnicy w XVI i XVII wieku
participar en algo | uczestniczyć w czymś, brać w czymś udział
la tendencia en cuestión | omawiany trend/tendencja, o której mowa
desde una perspectiva menos rígida y más humana | z perspektywy mniej sztywnej i bardziej ludzkiej
que más vuelve | który/która najczęściej powraca
destacar | *tu:* podkreślać coś, kłaść nacisk na coś
la independencia | niezależność
sus conflictos con la autoridad religiosa | *tu:* jej konflikty z władzami kościelnymi
recuperar algo | przywrócić coś, przypomnieć sobie o czymś
los referentes femeninos olvidados | zapomniane kobiece autorytety
tener repercusión | mieć oddźwięk
en ambos casos | w obu przypadkach
el enfoque | podejście, punkt widzenia, perspektywa, ujęcie (tematu)
ya no se trata solo de X | już nie chodzi tylko o X
contar milagros | opowiadać o cudach, opisywać cuda
explorar algo | badać, zgłębiać coś
el deseo | pragnienie
la duda | wątpliwość
no podemos olvidarnos tampoco de X | nie możemy zapomnieć również o X

y organizarse lejos del control masculino. El libro se convirtió rápidamente en un éxito editorial y empezó a traducirse a varios idiomas europeos. Resultó ser, también, el libro de no ficción más vendido durante Sant Jordi 2026 (el festivo celebrado en Cataluña el día 23 de abril con motivo del Día Internacional del Libro).

Parte de su popularidad se explica porque conecta temas históricos con preocupaciones actuales: la amistad femenina, el agotamiento laboral, la necesidad de silencio o la búsqueda de una vida menos acelerada. Muchas lectoras jóvenes descubrieron gracias al libro que algunas monjas del barroco escribían poesía, administraban dinero o debatían filosofía. Como dicen las propias autoras en la introducción: "Son páginas sobre nosotras dos y nuestros años de supervivencia flanqueadas por las monjas, pero es sobre todo un libro para ti: porque estamos convencidas de que cualquier cosa que te esté pasando a ti ya le pasó a una monja de los siglos XVI y XVII".

El cine y las plataformas también participan en la tendencia en cuestión. En los últimos años han aparecido nuevas producciones sobre figuras religiosas femeninas que presentan a las monjas y santas desde una perspectiva menos rígida y más humana.

Uno de los nombres que más vuelve es Sor Juana Inés de la Cruz. La escritora mexicana inspira actualmente series y documentales que destacan su inteligencia, su independencia y sus conflictos con la autoridad religiosa. Su figura conecta especialmente con un público joven interesado en recuperar referentes femeninos olvidados.

También han tenido repercusión películas recientes dedicadas a Benedetta Carlini (la película *Benedetta*, de 2021, dirigida por Paul Verhoeven) y a Santa Teresa de Jesús (la película *Teresa*, de 2023, dirigida por Paula Ortiz). En ambos casos, el enfoque es mucho más visual y emocional que en las antiguas producciones religiosas. Ya no se trata solo de contar milagros, sino de explorar el deseo, la duda, el cuerpo y la experiencia mística. No podemos olvidarnos tampoco de la película *Los domingos*,

eprasa.pl a969934a1f

estrenada en 2025, sobre una chica joven que quiere ponerse los hábitos. La película ha cosechado varios premios, entre ellos cinco Premios Goya (incluido el de la mejor película y dirección).

Las redes sociales son otro elemento fundamental de este fenómeno, ya que cada vez más monjas españolas utilizan Instagram, TikTok y YouTube para hablar de su vida cotidiana. El caso más famoso es probablemente el de Sor Marta González Cambronero, conocida en redes como @sormarta.osb. Vive en el monasterio benedictino de Santa Cruz de Sahagún, en León, y en 2026 acumulaba cientos de miles de seguidores entre Instagram y TikTok. El lema de su cuenta es: ”Soy monja y soy feliz”.

Los vídeos de Sor Marta muestran escenas muy cotidianas del convento: cómo es una celda monástica, cuánto dinero gana una monja, cómo organizan los horarios de oración o incluso qué comen las religiosas. En algunos vídeos responde preguntas sobre tatuajes, sexualidad o salud mental, siempre con un tono cercano y relajado.

Uno de sus contenidos más virales fue un vídeo en el que explicaba cuánto cobra realmente una monja de clausura y cómo funcionan los ingresos de los conventos. Otro vídeo muy compartido mostraba la rutina completa de un día dentro del monasterio, desde las seis de la mañana hasta la noche.

Este tipo de cuentas responden a una necesidad muy contemporánea: la búsqueda de autenticidad. Frente a los típicos influencers hiperconsumistas, muchas religiosas transmiten una sensación de calma y sinceridad que atrae incluso a personas no creyentes. ¿Quiere esto decir que España se ha vuelto más religiosa? Parece que las dos cosas no tienen por qué ir de la mano. Las estadísticas muestran desde hace años una secularización creciente, especialmente entre los jóvenes. Pero sí existe un interés cultural por ciertos símbolos religiosos, reinterpretados desde la estética, el feminismo o la cultura digital.

Así pues, en pleno 2026, las monjas han dejado de ser figuras invisibles y aparecen ahora en conciertos multitudinarios,


Marta González Cambronero

podcasts históricos, películas de autor y vídeos virales. Y es, probablemente, esa mezcla entre tradición y modernidad lo que explica por qué vuelven a fascinarnos tanto – pocas figuras resultan al mismo tiempo tan antiguas, tan contemporáneas y tan desconocidas como las monjas.

5 estrenado en X | mający premierę w X
ponerse los hábitos | przywdziać habit, wstąpić do klasztoru
cosechar varios premios | zebrać, zdobyć kilka nagród
incluido X | w tym X, wliczając w to X
el de la mejor película y dirección | ten za najlepszy film i reżyserię
cada vez más monjas | coraz więcej zakonnic
el monasterio benedictino | klasztor benedyktynów/benedyktyński
acumular cientos de miles de seguidores | zgromadzić setki tysięcy obserwujących/followersów
el lema de su cuenta | *tu:* motto jej konta (profilu)
ser feliz | być szczęśliwym
mostrar algo | pokazywać coś
la celda monástica | cela klasztorna
ganar dinero | zarabiać pieniądze
organizar los horarios de oración | planować harmonogram modlitw
incluso | nawet
la salud mental | zdrowie psychiczne
con un tono cercano y relajado | ciepłym (*dosł.* bliskim) i swobodnym tonem

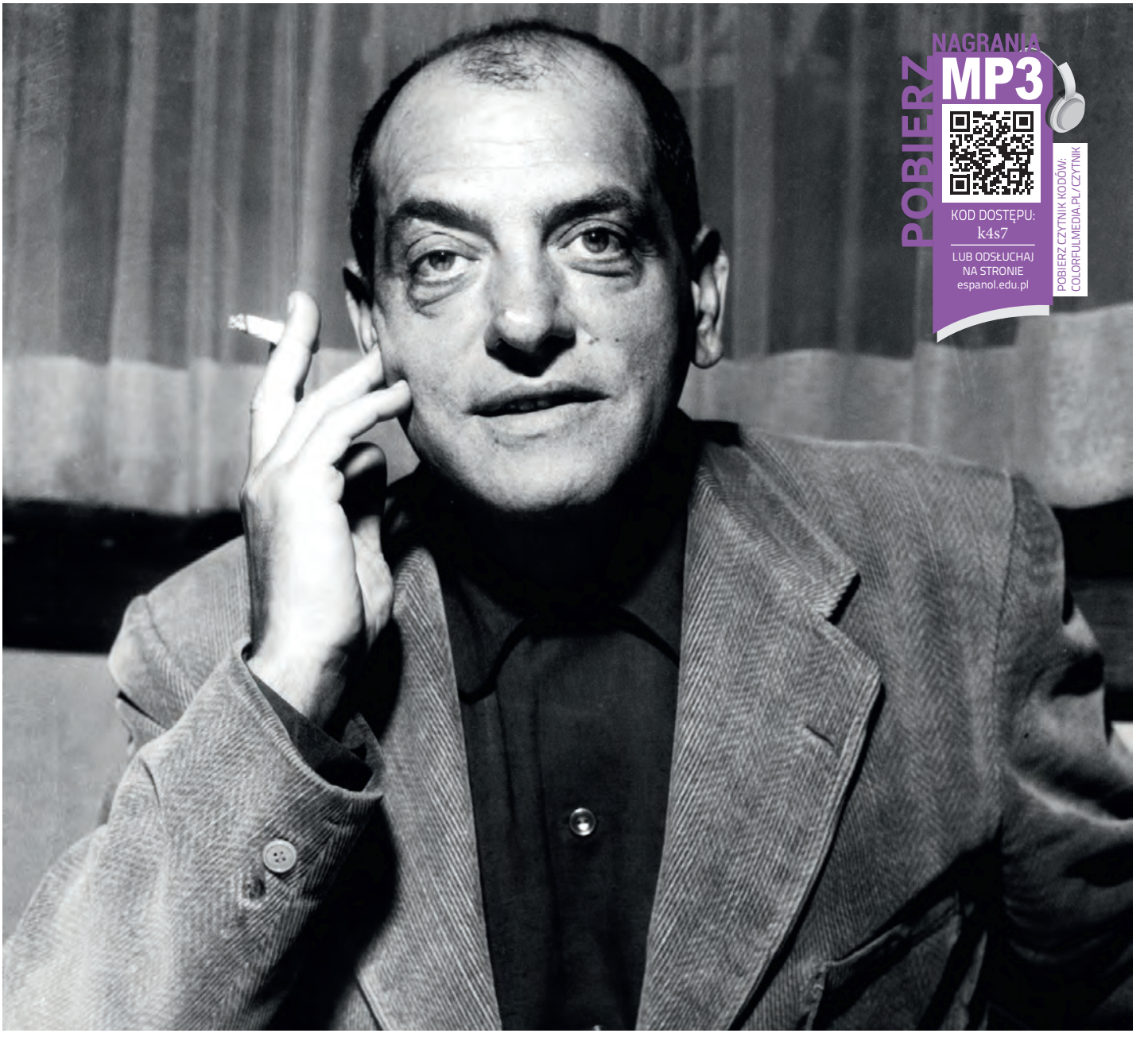
6 el contenido | zawartość, treść, kontent
más viral | najbardziej wiralowy, najbardziej popularny w sieci
cobrar | zarabiać
la monja de clausura | zakonnica klauzurowa (żyjąca w zamkniętym klasztorze, bez kontaktu ze światem zewnętrznym)
los ingresos de los conventos | dochody klasztorów
muy compartido | chętnie (często) udostępniany
el día dentro del monasterio | dzień wewnątrz klasztoru, dzień z życia w klasztorze
la búsqueda de autenticidad | poszukiwanie autentyczności
frente a X | *tu:* w przeciwieństwie do X
transmitir una sensación de calma y sinceridad | przekazywać, nieść poczucie spokoju i szczerości
atraer a alguien | przyciągać kogoś
las personas no creyentes | osoby niewierzące
volverse más religioso | stać się bardziej religijnym
parece que | wydaje się, że…/wygląda na to, że…
no tener por qué ir de la mano | nie musieć iść w parze
la secularización creciente | rosnąca sekularyzacja
ciertos | *tu:* pewne, niektóre
reinterpretado desde la estética, el feminismo o la cultura digital | zinterpretowany na nowo z perspektywy estetyki, feminizmu lub kultury cyfrowej
en pleno X | w samym środku X
dejar de ser | przestać być
la figura invisible | niewidzialna postać
multitudinario | *tu:* masowy

7 las películas de autor | filmy autorskie (kino autorskie)
la mezcla entre tradición y modernidad | mieszanka tradycji i nowoczesności
resultar al mismo tiempo tan antiguas, tan contemporáneas y tan desconocidas como X | okazywać się jednocześnie tak dawnymi, tak współczesnymi i tak nieznanymi jak X

eprasa.pl a969934a1f

Antes que Almodóvar: el cine de Buñuel

por Patrycja Skrzypczyk



eprasa.pl a969934a1f

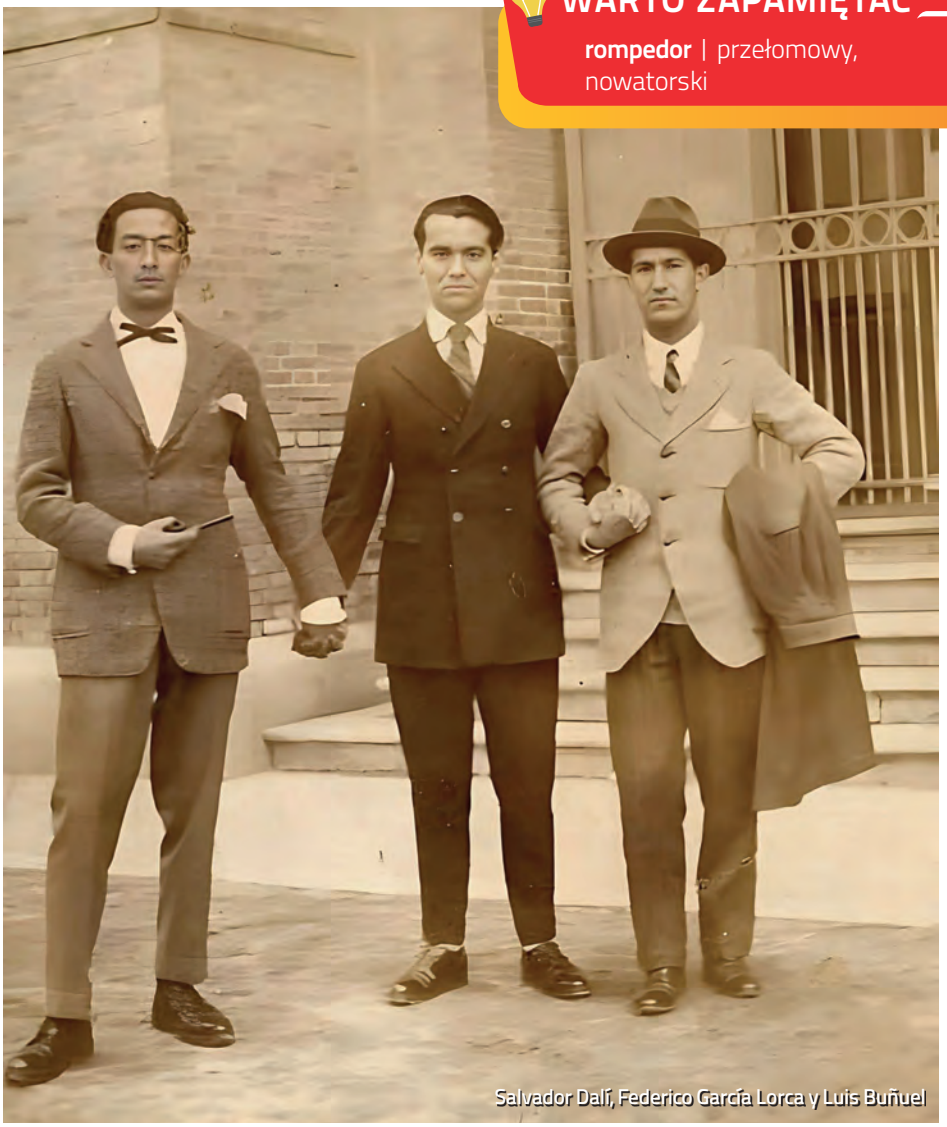
El sinónimo del cine español es, para la mayoría, Pedro Almodóvar. Sin embargo, hubo figuras anteriores al manchego que influyeron en la cinematografía, no solo española sino también mundial. La más destacada de todas es Luis Buñuel.

Nació en el año 1900, en el seno de una familia burguesa y conservadora. Los padres eligieron para su hijo una escuela de jesuitas, lo que marcó a Buñuel de por vida. El carácter del joven rebelde no encajaba con la vida rígida y disciplinada dentro de los muros de la escuela. «Soy ateo, gracias a Dios», es una de sus frases célebres. Aunque en sus películas criticaba ferozmente a la Iglesia, gracias a su educación, la conocía muy bien.

Al acabar el bachillerato, se mudó a Madrid, empezó los estudios e ingresó en la famosa Residencia de Estudiantes, donde fraguó la amistad con, ni más ni menos, Salvador Dalí y Federico García Lorca. Fue en Madrid donde, poco a poco, nació su interés por el mundo del cine y el teatro. El punto de inflexión, sin embargo, ocurrió en la capital francesa. En el año 1925, Buñuel se trasladó a París y se dejó seducir por el movimiento que marcaría toda su obra: el surrealismo. Para el futuro director, el surrealismo se convirtió en una actitud hacia la vida, una moral según la cual vivir. Esas

WARTO ZAPAMIĘTAĆ

rompedor | przełomowy, nowatorski



Salvador Dalí, Federico García Lorca y Luis Buñuel

0 para la mayoría | dla większości
sin embargo | niemniej jednak, jednakże
hubo | było (forma przeszła czasownika haber)
las figuras anteriores a X | postacie poprzedzające X
el manchego | mieszkaniec Kastylii – La Manchy
influir en algo | wpływać na coś
no solo X sino Y | nie tylko X, lecz także Y
la más destacada | najwybitniejsza, najbardziej wyróżniająca się
1 en el seno de X | na łonie X, w X
elegir algo | wybrać coś
marcar a alguien de por vida | naznaczyć kogoś na całe życie
no encajar con algo | nie pasować do czegoś, nie współgrać z czymś
la vida rígida y disciplinada | sztywne i zdyscyplinowane życie

Soy ateo, gracias a Dios. | Jestem ateistą, dzięki Bogu.
aunque | chociaż
criticar ferozmente a algo | zaciekle coś krytykować
al acabar el bachillerato | po maturze
mudarse a X | przeprowadzić się do X
ingresar en la famosa Residencia de Estudiantes | zamieszkać w słynnej Rezydencji Studentów (legendarne centrum kulturalne w Madrycie)
fraguar la amistad con alguien | nawiązać przyjaźń z kimś

ni más ni menos | nie mniej, nie więcej
el punto de inflexión | punkt zwrotny, przełom
ocurrir | wydarzyć się, mieć miejsce
dejarse seducir por algo | dać się czymś uwieść, ulec fascynacji czymś
convertirse en algo | stać się czymś, zmienić się w coś
la actitud hacia la vida | postawa wobec życia
la moral según la cual vivir | moralność, według której należy żyć

eprasa.pl a969934a1f



Belle de jour

alusiones seguirían apareciendo en sus películas a lo largo de los años, en algunas más y en otras menos, pero siempre estarían allí.

Su primera película y, probablemente, la obra que para muchos simboliza el surrealismofue *Un perro andaluz*. Codirigida con Salvador Dalí en 1929, fue una fusión de sueños, cargada de interpretaciones y llena de escenas muy provocadoras y avanzadas para aquellos tiempos. Sin lugar a dudas, la escena más famosa es aquella en la que una mano corta con una navaja el ojo de una mujer. Justo en el momento del clímax, la escena cambia y aparece una nube tapando la luna, lo que representa el movimiento final de la navaja.

A partir de *Un perro andaluz*, Luis Buñuel se convirtió en una de las figuras más destacadas del cine español. En 1930 estrenó *La edad de oro*, la cinta símbolo del surrealismo, llena de asociaciones y metáforas que rompen los límites de lo establecido. Un filme tan rompedor que resultó censurado y prohibido en España hasta los años ochenta.

Entre sus obras más destacadas figuran también *Las Hurdes, tierra sin pan* (1933), *Los olvidados* (1950), *Nazarín* (1959), *Viridiana* (1961), *El ángel exterminador* (1962), *Belle de jour* (1967) y *El discreto encanto de la burguesía* (1972).

La vida de Buñuel, tal vez no tan surrealista como sus películas, también es un tema digno de análisis. Se inscribió en el Partido Comunista de España y, cuando estalló la guerra civil española, se puso al servicio del gobierno republicano. Lo destinaron a

2 seguir apareciendo en algo | pojawiać się w czymś w sposób ciągły
a lo largo de los años | na przestrzeni lat
en algunas más y en otras menos | w niektórych więcej, a w innych mniej
codirigido con alguien | współreżyserowany z kimś
la fusión de sueños | fuzja, połączenie snów
cargado de interpretaciones | nasycony interpretacjami
lleno de escenas muy provocadoras y avanzadas | pełen bardzo prowokacyjnych i wyprzedzających swoje czasy scen
sin lugar a dudas | bez cienia wątpliwości, bez wątpienia

2

cortar algo con una navaja | rozciąć coś brzytwą
3 el clímax | punkt kulminacyjny, apogeum
la nube tapando la luna | chmura przesłaniająca księżyc
a partir de X | począwszy od X, od momentu X
romper los límites de lo establecido | przełamywać granice tego, co ustalone (konwenansów)
tan rompedor | tak przełomowy, tak nowatorski
que resultó censurado y prohibido en España hasta los años ochenta | który został ocenzurowany i zakazany w Hiszpanii aż do lat osiemdziesiątych

3

4 la obra | dzieło
más destacado | najwybitniejszy, najbardziej znaczący
digno de análisis | godny przeanalizowania
inscribirse en el Partido Comunista de España | zapisać się do Komunistycznej Partii Hiszpanii
estallar | wybuchnąć (np. o wojnie)
la guerra civil española | hiszpańska wojna domowa
ponerse al servicio del gobierno republicano | stanąć w służbie rządu republikańskiego
destinarle a alguien a X | przydzielić kogoś do X

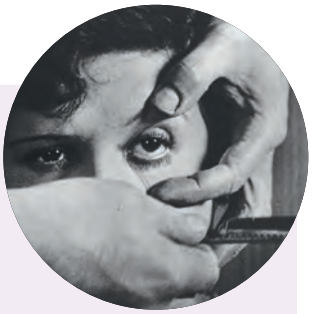
4

eprasa.pl a969934a1f

París, para trabajar en la embajada española, y de allí se trasladó a los Estados Unidos. Ya en América, todos sus proyectos se vieron paralizados y el director se quedó sin trabajo. En aquel momento contactó con Salvador Dalí, quien triunfaba en los Estados Unidos. Sin embargo, el pintor, simpatizador del franquismo y contrario a la ideología comunista, abandonó a Buñuel. Por las dificultades políticas y con el sueño americano difícil de cumplir, en los años cuarenta el director se instaló en México, su hogar hasta la muerte. Allí vivió, trabajó y dirigió muchas películas más. Algunas de sus obras le trajeron los premios más importantes de la industria: en 1972 recibió el Óscar a la Mejor Película de habla no inglesa por *El discreto encanto de la burguesía*, y en 1961 logró la única Palma de Oro de Cannes otorgada al cine español, por *Viridiana*.

Sus vivencias las recogió en su autobiografía *Mi último suspiro* (1982), una lectura imprescindible para entender la mente de uno de los cineastas más originales del siglo XX.

5 para trabajar en la embajada española | aby pracować w hiszpańskiej ambasadzie
verse paralizados | zostać sparaliżowanym, stanąć w miejscu, zostać wstrzymanym
quedarse sin trabajo | zostać bez pracy
contrario a X | *tu:* przeciwny X
abandonar a alguien | porzucić, opuścić kogoś
difícil de cumplir | trudny do spełnienia, zrealizowania
instalarse en X | osiedlić się w X
su hogar hasta la muerte | jego dom aż do śmierci
traerle a alguien los premios más importantes de la industria | przynieść komuś najważniejsze nagrody w branży
el Óscar a la Mejor Película de habla no inglesa | Oscar dla najlepszego filmu nieanglojęzycznego
lograr la única Palma de Oro de Cannes otorgada al cine español | zdobyć jedyną Złotą Palmę w Cannes przyznaną hiszpańskiemu kinu
las vivencias | doświadczenia życiowe
recoger algo | zebrać coś
imprescindible | niezbędny, nieodzowny



Algunas obras de Luis Buñuel

• ***Un perro andaluz* (1929)** Cortometraje codirigido con Salvador Dalí. Obra fundacional del cine surrealista, construida a partir de imágenes de sueños y pesadillas.

• ***La edad de oro* (1930)** Largometraje surrealista de provocación anticlerical y antiburguesa. Causó un gran escándalo en París y fue censurada en España hasta los años ochenta.

• ***Las Hurdes, tierra sin pan* (1933)** Documental sobre una región extremeña sumida en la miseria extrema. Cruda y perturbadora, fue prohibida por la Segunda República española por considerarla perjudicial para la imagen del país.

• ***Los olvidados* (1950)** Drama social rodado en México sobre niños que viven en la pobreza y la marginalidad urbana. Le valió el premio al mejor director en el Festival de Cannes.

• ***Nazarín* (1959)** Adaptación de la novela de Benito Pérez Galdós. Retrato de un sacerdote idealista que intenta vivir según los preceptos del Evangelio y fracasa.

• ***Viridiana* (1961)** Historia de una joven novicia que hereda una finca y acoge a mendigos con espíritu caritativo, pero con resultados desastrosos. Prohibida por Franco y condenada por el Vaticano. Palma de Oro en Cannes.

• ***El ángel exterminador* (1962)** Un grupo de burgueses acude a una cena y misteriosamente es incapaz de abandonar el salón. Alegoría surrealista sobre la decadencia y el absurdo de las clases altas.

• ***Belle de jour* (1967)** Protagonizada por Catherine Deneuve, narra la doble vida de una mujer burguesa. La película explora el deseo, la fantasía y la represión. León de Oro en Venecia.

• ***El discreto encanto de la burguesía* (1972)** Un grupo de burgueses intenta cenar juntos, pero siempre algo lo impide. Es una sátira magistral de las convenciones sociales. Óscar a la Mejor Película de habla no inglesa.

la pesadilla | koszmar
causar algo | powodować coś
sumido en algo | pogrążony w czymś
la miseria | bieda, nieszczęście
perturbador | poruszający, niepokojący
perjudicial | szkodliwy
rodado en X | nakręcony w X
la pobreza | bieda, ubóstwo
valerle a alguien un premio | przynieść komuś nagrodę
el retrato | portret
el sacerdote | kapłan
intentar | próbować
fracasar | ponieść klęskę
la joven novicia | młoda nowicjuszka
heredar una finca | odziedziczyć posiadłość, gospodarstwo
acoger a alguien con espíritu caritativo | przyjąć kogoś w duchu miłosierdzia
los mendigos | żebracy
con resultados desastrosos | z katastrofalnymi skutkami
condenado por X | potępiony przez X
acudir a una cena | przybyć na kolację
ser incapaz de abandonar el salón | nie być w stanie opuścić salonu
cenar juntos | jeść wspólnie kolację
impedir algo | uniemożliwiać coś

eprasa.pl a969934a1f

B1-B2

La Oreja de Van Gogh: crónica de un fenómeno musical

por María Barnuevo Alameda

Pocas bandas españolas pueden presumir de haber dejado huella en la historia reciente del pop-rock nacional. Desde el País Vasco, este grupo ha conectado durante décadas con varias generaciones de oyentes gracias a sus melodías y letras maravillosas.



la banda | zespół muzyczny
pueden presumir de haber dejado huella en la historia reciente del pop-rock nacional | mogą się poszczycić pozostawieniem śladu w najnowszej historii krajowego pop-rocka
desde el País Vasco | z Kraju Basków
varias generaciones de oyentes | kilka pokoleń słuchaczy
las letras maravillosas | wspaniałe teksty

eprasa.pl a969934a11

El origen de su nombre

Según relata el periódico *El Mundo*, "el origen de esta denominación surgió en una conversación en un café. Salió el nombre del famoso pintor impresionista Vincent Van Gogh, surgió la oreja y todos ellos pensaron que la combinación de ambos daría un nombre que no pasaría desapercibido y que sería muy recordado".

Y no se equivocaron. Desde 1998, año en que lanzaron su primer disco *Dile al sol*, el grupo ha desarrollado una trayectoria marcada por el éxito. Prueba de ello son los numerosos galardones obtenidos en certámenes destacados del ámbito musical como los MTV Europe Music Awards o el Grammy Latino, obtenido en 2006 por mejor álbum pop dúo/grupo gracias a su disco *Guapa*.

Los componentes de la banda original

La formación original estuvo integrada por Amaia Montero como vocalista, Pablo Benegas a la guitarra, Xabi San Martín al teclado, Álvaro Fuentes al bajo y Haritz Garde a la batería. Juntos dieron forma a una de las formaciones más reconocibles del pop español.

Sin embargo, se cumplió el dicho: "Nada dura para siempre"; y en el año 2007, Amaia se despidió del icónico grupo. Lo anunció a sus fans a través de un comunicado sencillo pero emotivo, en el que atribuía su decisión a la necesidad de comenzar una nueva etapa en su vida tras 11 años al frente de la banda. Con su elección, dejaba tras de sí grandes éxitos y millones de seguidores afectados por su marcha.

Una nueva etapa

El grupo, lejos de plantearse una disolución, comenzó a buscar una nueva voz que asumiera el relevo de Amaia y permitiera la continuidad del proyecto. No tuvieron que esperar mucho, ya que, en menos de un año, la encontraron en Leire Martínez, cantante, también vasca, conocida por su paso por el programa musical *Factor X*.

Comenzaba así un periodo marcado por comparaciones inevitables. Como dice otro dicho español también muy conocido: "Las comparaciones son odiosas"; y este caso no iba a ser una excepción. Los fans acogieron a la nueva cantante con recelo.

De hecho, durante muchos años hubo personas que seguían asociando La Oreja de Van Gogh con Amaia Montero, lo que dejaba en una situación muy incómoda a Leire. La cantante llegó a confesar en una entrevista para la cadena de televisión Antena 3 que todavía (16 años después de su entrada en la banda) le siguen preguntando por Amaia, a lo que responde que "parece que se les olvida que hay una cantante en el grupo", revelando el disgusto que siente por lo que considera una falta de respeto a su trabajo.

Comparaciones aparte, durante los años que Leire estuvo como vocalista fue también muy querida y la banda aumentó su

1 el origen | pochodzenie, początki
según X | według X
la denominación | nazwa
surgir | wyłonić się
el café | *tu:* kawiarnia
salió el nombre de X | pojawiła się/padła nazwa X
el pintor | malarz
surgió la oreja | pojawił się temat ucha
ambos | obydwa
no pasar desapercibido | nie przejść niezauważonym
ser muy recordado | *tu:* zapadać w pamięć
equivocarse | pomylić się
lanzar un disco | wydać płytę, wypuścić na rynek album
desarrollar algo | rozwijać coś
la trayectoria marcada por el éxito | kariera/droga zawodowa naznaczona sukcesem
el galardón | nagroda
obtenido | otrzymany
en certámenes destacados | w prestiżowych konkursach
el ámbito musical | środowisko muzyczne
X al teclado | X na klawiszach
X al bajo | X na basie
X a la batería | X na perkusji
más reconocibles | najbardziej rozpoznawalne
sin embargo | jednakże
cumplirse | spełnić się, dopełnić się
el dicho | powiedzenie
Nada dura para siempre. | Nic nie trwa wiecznie.

1

2

WARTO ZAPAMIĘTAĆ

surgir | wyłonić się

despedirse de algo | pożegnać się z czymś
anunciar algo a alguien | ogłosić, oznajmić coś komuś
a través de X | za pośrednictwem X
atribuir su decisión a algo | przypisywać swoją decyzję czemuś, tłumaczyć swoją decyzję czymś
dejar tras de sí | zostawić za sobą
el seguidor | fan
afectados por su marcha | dotknięci jej odejściem
lejos de plantearse una disolución | dalecy od rozważania rozwiązania (zespołu)
buscar algo | szukać czegoś
asumir algo | *tu:* wziąć coś na siebie (np. zadanie, posadę)
el relevo | zastępstwo
permitir algo | pozwolić na coś, umożliwić coś
tener que | musieć
en menos de un año | w niecały rok
encontrar algo | znaleźć coś
marcado por comparaciones inevitables | naznaczony nieuniknionymi porównaniami
Las comparaciones son odiosas. | Porównania są rzeczą odrażającą.
no iba a ser una excepción | nie miał być wyjątkiem
2 acoger a alguien con recelo | przyjąć kogoś z rezerwą/nieufnością
de hecho | w rzeczywistości
seguir asociando a alguien con algo | nadal kojarzyć kogoś z czymś
dejar en una situación muy incómoda a alguien | stawiać kogoś w bardzo niezręcznej sytuacji
llegar a confesar que... | wyznać wręcz, że...
parece que se les olvida que hay una cantante en el grupo | zdaje się, że zapominają o tym, że w zespole jest wokalistka
revelar algo | ujawniać coś
el disgusto | *tu:* rozgoryczenie
la falta de respeto a su trabajo | brak szacunku dla jej pracy
comparaciones aparte | pomijając porównania
aumentar algo | powiększać coś

eprasa.pl a969934a1f



legado musical con éxitos como *A las cinco en el Astoria* o *Cometas por el cielo*. No nos podemos olvidar que también de esta etapa del grupo musical es la canción *Jueves*, un homenaje a los fallecidos en el atentado que tuvo lugar en Madrid el 11 de marzo de 2004.

La carrera en solitario de Amaia

Su trayectoria en solitario estuvo marcada por etapas de éxito y por momentos más difíciles. Al poco de dejar la banda, salió su primer álbum, que lleva su nombre: *Amaia Montero*, que fue un éxito rotundo. Realizó una gira internacional en la que llegó a colgar el letrero *Sold Out* en muchas ocasiones.

Más tarde, entre 2011 y 2017, tres discos más vieron la luz. Cuatro discos en total a los que iba a seguir un quinto disco que nunca llegó. En 2022 tuvo lugar un delicado episodio en la vida de la artista. La cantante publicó una foto en sus redes sociales en la que se la veía visiblemente desmejorada y con un mensaje que preocupó a sus seguidores. Parece ser que tocó fondo, tras lo cual se apartó de la vida pública por un tiempo.

Su compañera de profesión, Karol G, fue clave en su regreso a los escenarios. Aprovechó su visita a Madrid en 2024 para darle un espacio en uno de sus conciertos. Allí, entre una gran complicidad, juntas cantaron *Rosas*. A Amaia se la veía visiblemente nerviosa, pero, para alegría de todos, lucía totalmente recuperada, animada y con ilusión.

Un giro de guion

En 2025, tras meses de rumores, La Oreja de Van Gogh anunció finalmente el regreso de la vocalista. Sus fans, que habían estado esperándola como agua de mayo, no se lo podían creer. Es importante saber que su retorno estuvo marcado por la polémica, ya que Leire confirmó a los pocos días que no había sido informada directamente sobre su salida del grupo, lo que dio lugar a una situación muy embarazosa.

"Los trapos sucios se lavan en casa"

Con este último dicho español terminamos la crónica de este grupo tan emblemático, una historia tejida con canciones, giros inesperados, heridas abiertas y silencios.

Tal vez nunca lleguemos a saber qué ocurrió realmente dentro del grupo. Lo que sí sabemos es que La Oreja de Van Gogh se prepara para una nueva etapa con la gira *Tantas cosas que contar*, prevista para mayo de 2026, mientras Leire Martínez continúa centrada en su carrera en solitario. ¡Mucho éxito para todos!

3 | 4

3 el legado musical | dorobek muzyczny
el homenaje a los fallecidos en el atentado | hołd dla ofiar zamachu
tener lugar en X | nastąpić, mieć miejsce w X
la carrera en solitario | kariera solowa
estar marcado por algo | być naznaczonym przez coś
al poco de dejar la banda | wkrótce po opuszczeniu zespołu
el éxito rotundo | spektakularny sukces, ogromny sukces
realizar una gira internacional | odbyć międzynarodową trasę koncertową
llegar a colgar el letrero Sold Out en muchas ocasiones | wielokrotnie wyprzedać wszystkie bilety *dosł.* wielokrotnie zawiesić tabliczkę „Sold Out" (wyprzedane)
ver la luz | ujrzeć światło dzienne
desmejorado | źle wyglądający
preocupar a alguien | martwić, niepokoić kogoś
parece ser que | wydaje się, że...
tocar fondo | sięgnąć dna
tras lo cual | po czym
apartarse de la vida pública por un tiempo | wycofać się z życia publicznego na jakiś czas
el regreso a X | powrót do X
aprovechar algo | wykorzystać coś, skorzystać z czegoś
4 lucir totalmente recuperado, animado y con ilusión | wyglądać na całkowicie zdrowego, ożywionego i pełnego entuzjazmu
el giro de guion | zwrot akcji, *dosł.* zwrot w scenariuszu
tras meses de rumores | po miesiącach plotek, po wielomiesięcznych spekulacjach
estar esperándola como agua de mayo | wyczekiwać jej z utęsknieniem, czekać na nią jak na zbawienie, *dosł.* jak na majowy deszcz
confirmar algo | potwierdzić coś
dar lugar a algo | doprowadzić do czegoś, wywołać coś
embarazoso | wprawiający w zakłopotanie
Los trapos sucios se lavan en casa. | Brudy pierze się we własnym domu.
tejido con algo | utkany z czegoś
los giros inesperados | nieoczekiwane zwroty akcji
las heridas abiertas | otwarte rany
tal vez | być może
previsto para X | przewidziany na X, planowany na X
mientras | podczas gdy

eprasa.pl a969934a1f

Buscar trabajo en España hoy: sueldos bajos y contratos precarios

por Estefanía Rodríguez García

El mercado laboral en España está complicado. Aunque hay empleo, muchos contratos son temporales o precarios y los sueldos, en general, son bajos. Con la subida del coste de la vida y teniendo en cuenta que muchas personas cobran el Salario Mínimo Interprofesional (SMI), muchas tienen dificultades para llegar a fin de mes. Buscar trabajo requiere estrategia, herramientas digitales y, a menudo, formación adicional para aumentar las oportunidades.

buscar trabajo | szukać pracy
los sueldos bajos | niskie pensje
los contratos precarios | niepewne umowy (np. tzw. „śmieciówki")
el mercado laboral | rynek pracy
aunque | chociaż
el empleo | zatrudnienie, praca
temporal | tymczasowy
con la subida del coste de la vida | wraz ze wzrostem kosztów życia
teniendo en cuenta que... | biorąc pod uwagę, że...
cobrar el Salario Mínimo Interprofesional (SMI) | otrzymywać płacę minimalną
tener dificultades para llegar a fin de mes | mieć trudności z dotrwaniem do końca miesiąca
requerir algo | wymagać czegoś
las herramientas digitales | narzędzia cyfrowe
a menudo | często
la formación adicional | dodatkowe szkolenie, dodatkowa edukacja
para aumentar las oportunidades | aby zwiększyć (poprawić) szanse, możliwości



eprasa.pl a969934a1f

Salarios medios vs. SMI

El SMI (Salario Mínimo Interprofesional) en 2026 se ha fijado en 1.221 € brutos al mes en 14 pagas, es decir, 17.094 € al año, lo que supone una subida del 3,1 % respecto a 2025. Aunque esta subida beneficia a millones de trabajadores, muchos siguen cobrando lo mínimo y apenas pueden cubrir los gastos básicos. Vivienda, transporte, luz, comida y otros gastos suben cada año y para muchísimas familias es difícil llegar a fin de mes.

Según datos del INE, el salario medio en España ronda los 1.800 € brutos al mes, aunque existen diferencias significativas entre comunidades. Madrid, Cataluña y el País Vasco encabezan la lista con los sueldos más altos, mientras que otras regiones se quedan muy por detrás, reflejando la desigualdad salarial dentro del país. Además, sectores como la tecnología y las finanzas ofrecen salarios más altos, frente a la agricultura y los servicios tradicionales, que se mantienen bajos. Esta combinación de desigualdad regional y sectorial, junto con la subida del coste de la vida, hace que muchos trabajadores tengan dificultades para llegar a fin de mes, especialmente en ciudades grandes.

En Europa, las desigualdades también son significativas entre unos países y otros. En la parte alta, países como Luxemburgo, Irlanda, Alemania, Países Bajos, Bélgica y Francia tienen sueldos mínimos más elevados, rondando los 2.000 € al mes. España se sitúa en el grupo intermedio, junto a Eslovenia, Lituania, Polonia, Chipre, Portugal y Grecia, con salarios aproximadamente entre 1.000 y 1.500 € mensuales. En la parte baja, varios países del este y sur de Europa, como Malta, Chequia, Eslovaquia, Estonia, Hungría, Rumanía, Letonia y Bulgaria, registran los mínimos más bajos, cercanos a los 600-900 € al mes. Estas diferencias muestran que el poder de compra y la calidad de vida de quienes dependen del salario mínimo pueden variar mucho según el país.

Condiciones laborales

En España, las condiciones laborales están reguladas por el Estatuto de los Trabajadores, aunque su aplicación varía según el sector y el tipo de contrato. La jornada máxima legal es de 40 horas semanales de promedio anual, con al menos 12 horas de descanso entre el final de una jornada y el inicio de la siguiente. Además, los trabajadores tienen derecho a un descanso semanal mínimo de 36 horas consecutivas, vacaciones retribuidas y permisos por causas personales, como matrimonio, enfermedad grave de un familiar o nacimiento de hijos.

Desde 2019, existe la obligación legal de que las empresas lleven un registro de la jornada laboral, destinado a controlar las horas

1
los salarios medios | średnie wynagrodzenia, płace
fijarse en 1.221 € brutos al mes en 14 pagas | ustalić się na poziomie 1221 € brutto miesięcznie w 14 wypłatach (wypłacane 14 razy w roku)
es decir | to znaczy
lo que supone | co oznacza, co wiąże się z, co pociąga za sobą
la subida del 3,1 % respecto a 2025 | wzrost o 3,1% w stosunku do 2025 roku
beneficiar a alguien | przynieść korzyść komuś, być korzystnym dla kogoś
seguir cobrando lo mínimo | nadal zarabiać płacę minimalną
apenas poder cubrir los gastos básicos | ledwo móc pokryć podstawowe wydatki
la vivienda | mieszkanie
la luz | prąd, rachunki za energię elektryczną, *dosł.* światło
la comida | jedzenie, żywność
los gastos | wydatki, koszty
subir cada año | rosnąć każdego roku
es difícil | jest trudno
llegar a fin de mes | wiązać koniec z końcem (*dosł.* dotrwać do końca miesiąca)
según datos del INE | według danych INE (Narodowy Instytut Statystyczny w Hiszpanii)
rondar los 1.800 € brutos al mes | oscylować wokół 1800 € brutto miesięcznie
las diferencias significativas | znaczące różnice
encabezar la lista con los sueldos más altos | otwierać listę (być na czele listy) z najwyższymi zarobkami
mientras que | podczas gdy
quedarse muy por detrás | zostawać daleko w tyle
reflejando X | odzwierciedlając X
la desigualdad salarial dentro del país | nierówność płacowa wewnątrz kraju
frente a X | *tu:* w porównaniu z X
mantenerse bajos | utrzymywać się na niskim poziomie
junto con X | wraz z X
hacer que | sprawiać, że/powodować, że
en la parte alta | w górnej części (np. rankingu, zestawienia)
tener sueldos mínimos más elevados | mieć wyższe płace minimalne
situarse en el grupo intermedio | plasować się w pośredniej grupie/pośrodku
aproximadamente | w przybliżeniu, około
en la parte baja | w dolnej części
varios | różne
registrar los mínimos más bajos | odnotowywać najniższe (płace) minimalne
mostrar que | pokazywać, że/wskazywać na to, że
el poder de compra | siła nabywcza
la calidad de vida | jakość życia
depender del salario mínimo | zależeć od płacy minimalnej
variar mucho según el país | różnić się znacznie w zależności od kraju
las condiciones laborales | warunki pracy
el Estatuto de los Trabajadores | Statut Pracowników (odpowiednik polskiego Kodeksu Pracy)
la jornada máxima legal | maksymalny ustawowy czas pracy
2
40 horas semanales de promedio anual | 40 godzin tygodniowo w średnim stosunku rocznym
con al menos 12 horas de descanso entre el final de una jornada y el inicio de la siguiente | z co najmniej 12-godzinnym odpoczynkiem między zakończeniem jednego dnia pracy a rozpoczęciem kolejnego
tener derecho a algo | mieć do czegoś prawo
el descanso semanal mínimo de 36 horas consecutivas | minimalny tygodniowy odpoczynek wynoszący 36 nieprzerwanych godzin
las vacaciones retribuidas | płatny urlop
los permisos por causas personales | urlopy/dni wolne z przyczyn osobistych
el matrimonio | małżeństwo, *tu:* urlop okolicznościowy z tytułu ślubu
la enfermedad grave de un familiar | ciężka choroba członka rodziny
el nacimiento de hijos | narodziny dzieci
llevar un registro de la jornada laboral | prowadzić ewidencję czasu pracy
destinado a controlar las horas trabajadas | przeznaczony do kontrolowania przepracowanych godzin

eprasa.pl a969934a1f

trabajadas y evitar abusos. Aún no se aplica de forma completa en todos los sectores y muchas veces las horas extra no se registran correctamente. Por ley, estas horas deben ser voluntarias y compensadas, ya sea con dinero o con tiempo libre, aunque en la práctica esto no siempre ocurre así, ya que, a pesar de estas normas, muchos trabajadores sufren situaciones complicadas, sobre todo en sectores como hostelería, transporte o agricultura, donde las jornadas largas y las horas extra no siempre se remuneran correctamente. Esto refleja que, aunque España cuenta oficialmente con leyes que protegen a los trabajadores, la calidad de vida laboral depende en gran medida de cada sector, la región y de que se respeten los derechos por parte de empleadores y autoridades.

Cómo buscar trabajo en España hoy

Buscar empleo en España puede ser todo un reto, pero hoy en día existen muchas herramientas y recursos que facilitan el proceso. Una de las formas más habituales es recurrir a portales de empleo online, como InfoJobs, Indeed o Trabajos.com, donde se pueden filtrar las ofertas por sector, ciudad o tipo de contrato. Para quienes buscan trabajos más cualificados, LinkedIn es una opción muy válida, ya que no solo permite acceder a ofertas, sino también crear un perfil profesional y conectar directamente con empresas y reclutadores. Además, muchas de estas plataformas cuentan con aplicaciones móviles, que permiten inscribirse en las ofertas y recibir alertas de empleo de forma inmediata, algo especialmente útil para quienes buscan oportunidades temporales o de corta duración, como las que ofrecen Jobandtalent, Infoempleo o JobToday.

Pero no todo en la vida está en internet. Los servicios públicos, como el SEPE (Servicio Público de Empleo Estatal), siguen siendo un recurso interesante porque ofrecen ofertas de empleo, cursos de formación gratuitos y orientación laboral. Además, las ETTs (Empresas de Trabajo Temporal), como Adecco, Randstad o Manpower, gestionan contrataciones en sectores muy diversos, desde trabajos temporales hasta puestos fijos. No hay que olvidar tampoco las oficinas de empleo de cada comunidad autónoma, ferias de trabajo o jornadas de *networking*, donde se puede conectar directamente con empresas. En definitiva, combinar varias de estas vías aumenta considerablemente las posibilidades de encontrar un empleo adecuado.

Consejos para aumentar tus posibilidades de conseguir trabajo

- Adapta tu currículum y carta de presentación a cada oferta.
- Configura alertas de empleo en las plataformas y revisa los avisos a diario.
- Mantén tu perfil profesional actualizado y participa en grupos del sector.
- Invierte en formación: aprende idiomas, herramientas digitales o competencias específicas de tu sector.
- Asiste a ferias de empleo y eventos de *networking* para ampliar tu red de contactos.
- Prepárate para las entrevistas informándote sobre la empresa y practicando respuestas a preguntas frecuentes.

Está claro que el mercado laboral en España sigue siendo complicado; sueldos bajos, contratos temporales y desigualdad entre sectores y regiones hacen que muchas personas tengan dificultades para llegar a fin de mes. Deseamos que, con el tiempo, la situación mejore y que las nuevas generaciones puedan encontrar empleos más estables, con mejores sueldos y condiciones justas.

conseguir trabajo | zdobyć pracę
revisar los avisos a diario | sprawdzać codziennie ogłoszenia
mantener el perfil profesional actualizado | aktualizować na bieżąco profil zawodowy
invertir en formación | inwestować w edukację
ampliar la red de contactos | poszerzać sieć kontaktów
mejorar | poprawiać, polepszać (się)

3 evitar abusos | unikać nadużyć
aplicarse de forma completa | być w pełni stosowanym
por ley | ustawowo, zgodnie z prawem
ser voluntario y compensado | być dobrowolnym i wynagradzanym, rekompensowanym
ocurrir | wydarzyć się, mieć miejsce, dziać się
a pesar de X | pomimo X
sobre todo | przede wszystkim
la hostelería | hotelarstwo i gastronomia (branża HoReCa)
remunerar correctamente | prawidłowo wynagradzać
contar oficialmente con leyes que protegen a los trabajadores | posiadać oficjalnie prawa chroniące pracowników
depender de algo | zależeć od czegoś
en gran medida | w dużej mierze
por parte de empleadores y autoridades | ze strony pracodawców i władz
buscar trabajo | szukać pracy
ser todo un reto | być nie lada wyzwaniem, stanowić spore wyzwanie
las herramientas | narzędzia
los recursos | zasoby, środki
facilitar algo | ułatwiać coś
4 recurrir a algo | uciekać się do czegoś, sięgać po coś
válido | ważny, trafiony
permitir acceder a algo | umożliwiać dostęp do czegoś
el reclutador | rekruter
inscribirse en algo | zapisać się na coś, zarejestrować się w czymś
las oportunidades temporales o de corta duración | oferty (*dosł.* szanse) pracy tymczasowej lub krótkoterminowej
el Servicio Público de Empleo Estatal | Państwowy Urząd Zatrudnienia (odpowiednik polskiego Urzędu Pracy)
las Empresas de Trabajo Temporal | agencje pracy tymczasowej
gestionar contrataciones en sectores muy diversos | zarządzać zatrudnieniem w bardzo zróżnicowanych sektorach
5 desde trabajos temporales hasta puestos fijos | od prac tymczasowych po stałe posady
las ferias de trabajo | targi pracy
las jornadas de *networking* | dni/spotkania networkingowe (budowania sieci kontaktów zawodowych)
combinar algo | łączyć coś ze sobą
aumentar algo | zwiększać coś
considerablemente | znacznie, znacząco
encontrar un empleo adecuado | znaleźć odpowiednie zatrudnienie

eprasa.pl a969934a1f

A2–B1

Hay un problema... pero tiene solución

por María Barnuevo Alameda

Y la solución es más fácil de lo que crees. Si te cuesta usar el verbo ***hay***, sigue leyendo: te lo explicamos.

En español existe una palabra muy pequeña, pero un poco especial: **hay.** Si la miras, parece inofensiva, ¿verdad? Solo tres letras… ¡y una de ellas no se pronuncia!

Para muchos estudiantes polacos, sin embargo, puede ser una gran pesadilla gramatical, porque en polaco una sola palabra, ***jest,*** hace el trabajo de varias palabras españolas: ***ser, estar*** y ***hay.***

Fíjate que en polaco podemos decir:
• W klasie **jest** nauczycielka.
• Na stole **jest** kawa.

0 hay | *tu:* jest
tener solución | być do rozwiązania
si te cuesta usar X | jeśli ciężko ci używać X
hay | jest, są
sigue leyendo | czytaj dalej
1 existir | istnieć
parecer inofensivo | wydawać się niegroźnym, nie powodującym problemów

solo | tylko, jedynie
la letra | litera
pronunciar algo | wymawiać coś
sin embargo | jednakże
poder ser | móc stanowić
la gran pesadilla gramatical | ogromny koszmar gramatyczny
hacer el trabajo de algo | wykonywać pracę za coś
varias | różne
ser | być (zazwyczaj stosowany w odniesieniu do stanów stałych)
estar | być (zazwyczaj stosowany w odniesieniu do stanów zmiennych)
fíjate que | zwróć uwagę, że



eprasa.pl a969934a1f



Ese ***jest*** puede traducirse al español de diferentes maneras, según el contexto:
- *En la clase **hay** una profesora* o *La profesora **está** en clase.*
- *En la mesa **hay** café* o *El café **está** en la mesa.*

¿Ves la diferencia? En español usamos ***hay*** para decir: "Mira, en este lugar existe (o no existe) esto". No importa exactamente qué es ni quién es. Solo lo ponemos en escena.

Por ejemplo:
- **Hay** oro.
- **Hay** tristeza.
- **Hay** una casa.
- **Hay** tres casas.
- **Hay** algunos perros.
- **Hay** muchas cajas.
- **Hay** cajas.

Con ***hay,*** *la cosa* aparece por primera vez. Es nueva en la conversación. Por eso normalmente usamos:
- hay + un/una/unos/unas
- hay + número
- hay + mucho/poco/algún/alguna/algunos/algunas

2 traducirse al español | być tłumaczonym na hiszpański
de diferentes maneras | w różny sposób
según el contexto | w zależności od kontekstu
¿Ves la diferencia? | Czy widzisz/dostrzegasz różnicę?
"Mira, en este lugar existe (o no existe) esto". | „Zobacz, w tym miejscu to istnieje (lub nie istnieje)."
No importa exactamente qué es ni quién es. | Nieważne kto czy co dokładnie to jest.
Solo lo ponemos en escena. | Jedynie eksponujemy to (to coś, tego kogoś) na scenie. Jedynie to (to coś, tego kogoś) przedstawiamy.
el oro | złoto
la tristeza | smutek
la caja | pudełko, skrzynia
aparecer | pojawiać się
por primera vez | pierwszy raz
mucho | dużo
poco | mało
algún/alguna/algunos/algunas | jakiś/jakaś/jacyś/jakieś (to słowo może być też tłumaczone jako: algunos/algunas - niektórzy, niektóre)

2

WARTO ZAPAMIĘTAĆ

hay | jest, są

Nota sobre la ortografía

***Ay, hay* y *ahí* suenan muy parecidos, pero no significan lo mismo.**

- ***Ay*** expresa dolor, sorpresa, miedo o emoción:
*¡**Ay,** me duele la cabeza! ¡**Ay,** qué susto!*

- ***Hay*** viene del verbo **haber** y significa que algo existe:
***Hay** una española en mi pueblo. No **hay** café.*

- ***Ahí*** indica un lugar. Significa "en ese lugar", cerca de la persona que escucha:
*El libro está **ahí.** Pon la mochila **ahí,** por favor.*

- Seguro que con esta frase no se te olvida:
***¡Ay! Ahí hay** una araña gigante.*

sonar muy parecido | brzmieć bardzo podobnie
no significar lo mismo | nie oznaczać tego samego
expresar dolor, sorpresa, miedo o emoción | wyrażać ból, zaskoczenie, strach lub emocję
¡Ay, me duele la cabeza! | Aj, boli mnie głowa!
¡Ay, qué susto! | Aj, ale się wystraszyłem/am!
venir del verbo haber | pochodzić od czasownika haber
significar que algo existe | oznaczać, że coś już istnieje
indicar un lugar | wskazywać miejsce
"en ese lugar" | „w tym miejscu"
cerca de la persona que escucha | blisko osoby, która jest słuchaczem (wypowiedzi)
la mochila | plecak

eprasa.pl a969934a1f



Sin embargo, cuando ya sabemos de qué hablamos, usamos ***estar.***

Mira estos ejemplos:

- **En la mesa hay un móvil.** Lo presento. No sabemos de quién es. Es un móvil cualquiera. Quizá es tuyo, quizá es de tu compañero… ¡o quizá de una espía internacional!

- **El móvil está en la mesa.** Ahora ya sabemos qué móvil es. Hablamos de ese móvil en concreto: el móvil de Ana, tu móvil… ¡o el móvil de esa espía internacional!

- La clave está en hacerte estas preguntas antes de hablar: ¿Voy a hablar de algo por primera vez? ¿Presento algo nuevo? ¿Quiero decir si algo existe o no existe? Si la respuesta es sí, usa ***hay.***

- Vamos a ver un último ejemplo. Imagina que entras en una habitación y gritas: **¡Hay una araña gigante en la pared!**

La información es importante: ¡atención, existe una araña gigante! Nadie pregunta todavía por su nombre, su nacionalidad o sus planes a corto plazo. Después, cuando ya has dicho que existe, puedes decir: **La araña está encima del espejo.**

Ahora la araña es famosa. Ya tiene identidad. Ya es la araña, con mayúsculas. Forma parte de tu conversación y, posiblemente, también de tus problemas, porque a ver qué vas a hacer con ella: ¿salvarla?, ¿matarla?, ¿ponerle nombre? (Nuestro consejo – salvarla).

Así que, en resumen, recuerda:
- ¿Presentas algo nuevo? Usa **hay.**
- ¿Dices dónde está algo que ya conoces? Usa **estar.**

La ausencia de un producto

El verbo *hay* también aparece en estructuras como "no hay nada de + sustantivo". Sin embargo, esta combinación no funciona igual que otras expresiones de cantidad con hay.

La expresión "no hay nada de + sustantivo" se usa para reforzar una idea de ausencia total.

No funciona como una forma de cantidad con hay, sino como una estructura negativa enfática:
- No hay pan.
- No hay nada de pan. (absolutamente nada)

En resumen, "nada de" no indica cantidad, sino falta total dentro de una frase negativa.

la ausencia de un producto | brak produktu
aparecer | pojawiać się
no hay nada de X | nie ma w ogóle X
el sustantivo | rzeczownik
igual que | tak samo jak
las expresiones de cantidad | wyrażenia związane z ilością
reforzar algo | wzmacniać coś
la estructura negativa enfática | emfatyczna konstrukcja przecząca
No hay pan. | Nie ma chleba.
No hay nada de pan. | Nie ma żadnego chleba./W ogóle nie ma chleba.
indicar algo | wskazywać coś
la cantidad | ilość
la falta total | całkowity brak

3 En la mesa hay un móvil. | Na stole jest smartfon.
Lo presento. | Przedstawiam go.
No sabemos de quién es. | Nie wiemy czyj jest.
Es un móvil cualquiera. | To jest jakiś smartfon.
4 Quizá es tuyo, quizá es de tu compañero… | Może jest twój, może twojego kolegi…
¡o quizá de una espía internacional! | a może międzynarodowego szpiega!
la clave | *tu:* klucz, sedno
hacerte estas preguntas | zadać sobie te pytania
antes de hablar | *tu:* przed odezwaniem się
¿Voy a hablar de algo por primera vez? | czy będę o tym mówić pierwszy raz?
¿Presento algo nuevo? | czy prezentuję/przedstawiam coś nowego?
¿Quiero decir si algo existe o no existe? | chcę powiedzieć, że coś istnieje lub nie istnieje?
el último ejemplo | ostatni przykład

¡Hay una araña gigante en la pared! | Na ścianie jest gigantyczny pająk!
existir | istnieć, być
Nadie pregunta todavía por su nombre, su nacionalidad o sus planes a corto plazo. | Nikt jeszcze nie pyta o jego imię, narodowość czy jego plany na najbliższy czas.
después | później, potem
estar encima de X | być na/nad czymś
el espejo | lustro
ser famoso | być sławnym
tener identidad | mieć tożsamość
con mayúsculas | dużymi literami
formar parte de algo | być częścią czegoś
5 ¿salvarla? | uratować go?
¿matarla? | zabić go?
¿ponerle nombre? | nadać mu imię?
el consejo | rada
recuerda | pamiętaj
¿Presentas algo nuevo? | Przedstawiasz/prezentujesz coś nowego?
¿Dices dónde está algo que ya conoces? | Mówisz gdzie jest coś, co już znasz?

eprasa.pl a969934a1f

Organizar planes y expresar opiniones

por Estefanía Rodríguez García

A veces necesitamos un par de frases o expresiones que nos ayuden a hablar de nuestros planes o a expresar lo que sentimos. Te invitamos a conocer algunas de las frases más utilizadas que te vendrán de maravilla para esto.

venir a alguien de maravilla | bardzo się komuś przydać



WARTO ZAPAMIĘTAĆ

tener muchos gastos | mieć dużo wydatków



Planes para el sábado por la noche

Laura: ¡Por fin es viernes! Estoy cansadísima esta semana.

Claudia: Yo también. Necesito desconectar y pasármelo bien.

Laura: ¿Te apetece salir mañana por la noche?

Claudia: ¡Claro! Podemos ir a cenar a un italiano y después a tomar algo.

Laura: Buena idea. Hay un restaurante italiano nuevo cerca de la plaza. Me han hablado muy bien de él y no debe de ser caro.

Claudia: Perfecto. ¿A qué hora te va bien?

Laura: ¿A las nueve? Así tenemos tiempo para arreglarnos y no llegar muy tarde. Creo que la cocina cierra pronto.

Claudia: Vale. Y después podemos ir a la discoteca nueva del barrio. Suele haber mucho ambiente y buena música.

Laura: Genial. He oído que la música allí está muy bien aunque dicen que hay mucha gente los sábados.

Laura: No pasa nada. Seguro que nos divertimos y nos encontramos con alguien conocido.

Claudia: Entonces, quedamos mañana a las nueve en la puerta del restaurante. ¡No te retrases!

Laura: Vale. Allí nos vemos. ¡Chao!

Claudia: Hasta mañana.

¡Por fin es viernes! | W końcu piątek!
estoy cansadísima | jestem potwornie zmęczona
necesito desconectar y pasármelo bien | muszę odpocząć od wszystkiego (*dosł.* odłączyć się) i dobrze się bawić
¿Te apetece salir mañana por la noche? | Masz ochotę wyjść jutro wieczorem/w nocy?
ir a cenar a un italiano | iść na kolację do włoskiej restauracji (*dosł.* do Włocha)
no debe de ser caro | to nie powinno być drogie
¿A qué hora te va bien? | O której godzinie ci pasuje?
así tenemos tiempo para arreglarnos | dzięki temu będziemy mieć czas, żeby się wyszykować, przygotować
ir a la discoteca nueva del barrio | iść do nowej dyskoteki w dzielnicy
suele haber mucho ambiente | zazwyczaj jest tam świetna atmosfera/dużo się dzieje
aunque | chociaż
No pasa nada. | Nic nie szkodzi./Nie ma sprawy.
divertirse | bawić się dobrze
encontrarse con alguien conocido | spotkać kogoś znajomego
¡No te retrases! | Nie spóźnij się!
Allí nos vemos. | Do zobaczenia na miejscu.

eprasa.pl a969934a1f



Un día de compras

Madre: Hola, cariño. ¿Qué tal el día? ¿Te apetece que vayamos de compras? Necesitamos ropa de verano y esta tarde estamos libres las dos.

Hija: Sí, mamá. Me apetece mucho y he visto unos vestidos preciosos en el centro comercial que me gustaría probarme.

Madre: Yo también necesito algún vestido. Todos los que tengo están ya muy desgastados.

Hija: También podemos ir a la zapatería y comprarnos unas alpargatas.

Madre: Claro. Pero tampoco podemos comprar muchas cosas, porque este mes tengo muchos gastos.

Hija: Vale. Yo creo que con dos vestidos y unos zapatos sería suficiente. ¿Podemos llamar a mi amiga Lucía para que venga con nosotras?

Madre: Vale. Llámala y pasamos a recogerla por su casa, que nos pilla de camino.

Hija: Muchas gracias, mamá. Le digo que pasamos a buscarla en media hora.

Madre: Perfecto. Voy a prepararme y salimos en quince minutos.

Hija: ¡Genial! Va a ser un día perfecto.

¿Te apetece que vayamos de compras? | Masz ochotę, żebyśmy poszli na zakupy?
necesitar ropa de verano | potrzebować letnich ubrań
los vestidos preciosos | śliczne sukienki
que me gustaría probarme | które chciałabym przymierzyć
muy desgastado | bardzo znoszony, mocno zużyty
ir a la zapatería | iść do sklepu obuwniczego
comprarse unas alpargatas | kupić sobie espadryle
tener muchos gastos | mieć dużo wydatków
ser suficiente | wystarczyć, być wystarczającym
Llámala y pasamos a recogerla por su casa, que nos pilla de camino. | Zadzwoń do niej i zgarniemy ją z domu, bo mamy po drodze.
Le digo que pasamos a buscarla en media hora. | Powiem jej, że wpadniemy po nią za pół godziny.

eprasa.pl a969934a1f



Una tarde de cine

Sergio: Hola, chicos. ¿Os apetece ir al cine este sábado? Me apetece hacer algo diferente.

Elena: Sí, claro. ¿Qué película quieres ver?

David: Yo prefiero una comedia o algo de acción. ¡Que no sea de terror!

Sergio: Hay una película nueva de Almodóvar que tiene muy buenas críticas.

Elena: ¡Perfecto! He visto el tráiler y parece interesante.

David: Vale, las películas de Almodóvar no son de mi estilo, pero bueno. ¿A qué hora quedamos?

Sergio: La sesión empieza a las ocho. Quedamos media hora antes para que nos dé tiempo a comprar las entradas y unas palomitas.

Elena: Ok. Pues allí nos vemos. ¡Chao!

David: Hasta luego.

Sergio: ¡Chao!

(Después de la película)

Sergio: Bueno, ¿qué os ha parecido la película? A mí sí que me ha gustado.

Elena: A mí me ha encantado. La historia era muy emocionante, la verdad.

David: Pues yo no estoy muy de acuerdo. Me ha parecido demasiado larga, no sé…

Sergio: Sí, duraba bastante, pero los actores trabajaban muy bien.

Elena: Opino lo mismo y el final me ha sorprendido.

David: Eso sí es verdad. El final estuvo muy bien porque normalmente las películas españolas son muy predecibles y esta me ha sorprendido en ese aspecto.

Sergio: ¡Y la banda sonora es una pasada!

Elena: Pues sí, la verdad.

David: Bueno, para mí la película no fue increíble, pero tampoco estuvo mal. Hemos pasado un buen rato, que es lo importante. ¿Qué os apetece hacer ahora?

Sergio: Yo me tengo que ir porque he quedado con mi hermano. Lo siento.

Elena: Si quieres, podemos ir nosotros a tomarnos una caña a la terraza del ático.

David: Me parece bien. Mañana nos vemos, Sergio.

Sergio: Disfrutad. Hasta mañana.

Elena: ¡Chao!

una tarde de cine | popołudnie w kinie
¿Os apetece ir al cine este sábado? | Macie ochotę iść do kina w tę sobotę?
Me apetece hacer algo diferente. | Mam ochotę zrobić coś innego (coś nowego, coś dla odmiany)
¿Qué película quieres ver? | Jaki film chcesz obejrzeć?
¡Que no sea de terror! | Tylko żeby nie był to horror! / Byle nie horror!
¿A qué hora quedamos? | O której godzinie się spotykamy? / Na którą godzinę się umawiamy?
Quedamos media hora antes para que nos dé tiempo a comprar las entradas y unas palomitas. | Spotkajmy się pół godziny wcześniej, żebyśmy zdążyli kupić bilety i popcorn. / Umówmy się pół godziny wcześniej, żebyśmy zdążyli kupić bilety i popcorn.
Pues allí nos vemos. | No to do zobaczenia na miejscu.
Bueno, ¿qué os ha parecido la película? | No i jak wam się podobał film? / Co sądzicie o filmie?
A mí sí que me ha gustado. | Mi się naprawdę podobał.
A mí me ha encantado. | Ja byłam / em zachwycona(y). / Bardzo mi się podobał.
Pues yo no estoy muy de acuerdo. | Cóż, ja się nie do końca zgadzam.
durar bastante | trwać dość długo
el final me ha sorprendido | końcówka mnie zaskoczyła
ser muy predecible | być bardzo przewidywalnym
¡Y la banda sonora es una pasada! | A ścieżka dźwiękowa jest po prostu niesamowita! / …wymiata!
Bueno, para mí la película no fue increíble, pero tampoco estuvo mal. | Cóż, jak dla mnie film nie był jakiś rewelacyjny, ale nienajgorszy / …ale też nie było tragedii.
Hemos pasado un buen rato, que es lo importante. | Miło spędziliśmy czas i to jest najważniejsze.
¿Qué os apetece hacer ahora? | Co macie ochotę z / robić teraz?
Yo me tengo que ir porque he quedado con mi hermano. | Ja muszę już uciekać, bo umówiłam / em się z bratem.
Lo siento. | Przykro mi.
Si quieres, podemos ir nosotros a tomarnos una caña a la terraza del ático. | Jeśli chcesz, możemy iść we dwoje na piwo na taras na dachu.
Me parece bien. | Brzmi dobrze. / Pasuje mi.
Mañana nos vemos. | Widzimy się jutro.
Disfrutad. | Bawcie się dobrze!

eprasa.pl a969934a1f

27 noches



por Hanna Danielczak-Ziadi

Película argentina de 2025 dirigida por Natalia Garagiola que muestra cómo unas hijas intentan incapacitar legalmente a su madre de 83 años para tomar el control de su patrimonio. Una producción que expone la falta de aceptación hacia una persona mayor que tiene derecho a vivir bajo sus propias reglas y en armonía con su propia personalidad. Protagonizada por Marilú Marini, Daniel Hendler, Carla Peterson y Julieta Zylberberg. La película recibió una nominación en el Festival Internacional de Cine de San Sebastián.

¿Qué es esto? ¿Dónde estamos?	Co to jest? Gdzie jesteśmy?
Acá va a poder descansar.	Tutaj będzie pani mogła wypocząć.
No pienso pasar ni una sola noche acá.	Nie zamierzam spędzić tu ani jednej nocy.
Es la nueva auxiliar.	To nowa asystentka.
Es el perito.	To jest biegły.
Actúa de oficio en la causa Hoffman.	Działa z urzędu w sprawie Hoffman.
Le tomo juramento.	Zaprzysięgnę go.
Aceptación de cargos. ¿Y después?	Przyjęcie obowiązków (funkcji). A potem?
Le facilito el expediente en tanto y en cuanto el perito lo requiera.	Udostępnię akta sprawy tak długo i w takim zakresie, w jakim biegły będzie tego wymagał.
En estos últimos años, mi madre empezó a perder la noción del valor de las cosas.	Ostatnimi laty matka traci poczucie wartości rzeczy.
Y bueno, ¿qué quiere que le diga?	No dobrze, i co mam jej/jemu powiedzieć?
Con mi hermana buscamos miles de opciones antes de recurrir a la internación.	Rozpatrywałyśmy z siostrą wiele możliwości zanim zdecydowałyśmy się na umieszczenie (jej) w zakładzie.
Cuando dice “recurrir a la internación”, ¿a qué se refiere?	Gdy pani mówi o zdecydowaniu się na umieszczenie w zakładzie, do czego pani się odnosi?
Es decir, esa es una decisión que corresponde a un profesional.	Taką decyzję powinien podjąć profesjonalista.
Exacto. A eso me refiero.	Dokładnie. Do tego się odnoszę.
Mi madre es una mujer muy inteligente, y nos costó reconocer que ella estaba extraviada.	Moja matka jest bardzo inteligentna, ciężko nam było przyznać, że jest zaburzona.
Es muy doloroso aceptar ese deterioro.	To bardzo bolesne zaakceptować to pogorszenie.
¿Tiene micrófonos encima?	Ma pan jakiś mikrofon?
Dígame la verdad, no me obligue a pedirle que se desnude.	Proszę powiedzieć prawdę, albo każę się panu rozebrać.
No. Si quisiera grabar la conversación, se lo pediría.	Nie. Gdybym chciał nagrywać rozmowę, poprosiłbym panią.
Me pusieron micrófonos en la casa.	Założyli mi w domu podsłuch.
Y todo lo que digamos acá puede ser usado en mi contra o en la suya.	I wszystko co powiemy, mogą potem wykorzystać przeciwko mnie lub przeciwko panu.

eprasa.pl a969934a1f

Ronda: un viaje entre desfiladeros

NAGRANIA MP3
POBIERZ
KOD DOSTĘPU: k4s7
LUB ODSŁUCHAJ NA STRONIE espanol.edu.pl
POBIERZ CZYTNIK KODÓW: COLORFULMEDIA.PL/CZYTNIK

por Estefanía Rodríguez García

el desfiladero | wąwóz, ciasne przejście między skałami



Ronda es una de las ciudades más sorprendentes de Andalucía. Situada en la provincia de Málaga, se sitúa sobre una meseta dividida en dos por el impresionante desfiladero del Tajo de Ronda. Esta localización tan peculiar ha convertido a la ciudad en uno de los destinos más visitados del sur de España. En Ronda dejaron su huella romanos, musulmanes y cristianos. Su origen se remonta al periodo romano, cuando era conocida como Arunda, y más tarde alcanzó gran relevancia en época andalusí. Y, a pesar de su fama como ciudad turística dentro del territorio nacional, es una ciudad relativamente tranquila que mantiene una identidad muy marcada y sorprende a quienes la visitan por primera vez.



WARTO ZAPAMIĘTAĆ

albergar algo | mieścić coś

más sorprendente | najbardziej zaskakujący, najbardziej niesamowity
la meseta | płaskowyż
dividido en dos | podzielony na pół, podzielony na dwie części
tan peculiar | tak osobliwy, tak charakterystyczny, tak wyjątkowy
convertir a algo en algo | zmienić coś w coś, przekształcić coś w coś innego
dejar su huella | zostawić swój ślad, odcisnąć swoje piętno
los romanos | Rzymianie
los musulmanes | muzułmanie
los cristianos | chrześcijanie
remontarse a X | sięgać czasów X
alcanzar gran relevancia | zyskać ogromne znaczenie
a pesar de X | pomimo X
tranquilo | spokojny
mantener una identidad muy marcada | zachować bardzo wyraźną tożsamość

Un paisaje que sorprende

El Puente Nuevo es, sin duda, el gran símbolo de Ronda, pero su historia es también sorprendente. Su construcción comenzó a mediados del siglo XVIII y no se terminó hasta 1793, tras más de tres décadas de trabajo debido a la enorme dificultad que suponía levantar una estructura sobre el río Tajo. De hecho, el primer intento de puente en este mismo lugar se derrumbó provocando una tragedia que acabó con la vida de más de 50 personas. Para su construcción se utilizó piedra extraída directamente del propio desfiladero, lo que hacía el proceso aún más complejo, pero permitía que la obra se integrara perfectamente en el paisaje. Además, el interior del puente alberga una cámara central que ha tenido distintos usos a lo largo del tiempo, desde espacio de almacenamiento hasta prisión. Con el paso de los años, el Puente Nuevo



1 sin duda | bez wątpienia, niewątpliwie
comenzar a mediados de X | zacząć się w połowie X
debido a X | z powodu X
la enorme dificultad | ogromna trudność
levantar una estructura sobre el río X | wznieść konstrukcję nad rzeką X
de hecho | w rzeczywistości, właściwie
el primer intento de puente en este mismo lugar | pierwsza próba zbudowania mostu w tym samym miejscu
derrumbarse | zawalić się, runąć
provocando X | powodując X/wywołując X
acabar con la vida de alguien | odebrać komuś życie, doprowadzić do czyjejś śmierci
extraído directamente de algo | wydobyty bezpośrednio z czegoś
permitir que | pozwolić na/umożliwić, aby (po tym zwrocie w zdaniu złożonym zazwyczaj stosujemy tryb subjuntivo)
la obra | dzieło, *tu:* budowla
además | ponadto, co więcej
el interior del puente | wnętrze mostu
albergar algo | mieścić coś
la cámara central | centralna komora
a lo largo del tiempo | na przestrzeni czasu, z biegiem czasu
desde espacio de almacenamiento hasta prisión | od przestrzeni magazynowej aż po więzienie
con el paso de los años | wraz z upływem lat

eprasa.pl a969934a1f



no solo ha cumplido su función de unión entre las dos partes de la ciudad, sino que se ha convertido en la imagen más reconocible de Ronda y en uno de los monumentos más emblemáticos de Andalucía. Muy cerca se encuentra el Mirador de Aldehuela, desde el que se puede observar el lugar con una perspectiva inmejorable.

Huellas de otras épocas

El casco histórico de Ronda conserva claramente su pasado andalusí. Sus calles estrechas, sus plazas pequeñas y sus muros blancos invitan a pasear y deambular sin rumbo fijo. En esta zona destacan los Baños Árabes, uno de los conjuntos mejor conservados de España, que permiten entender cómo era la vida cotidiana durante la época musulmana.

También es digno de conocer el Palacio de Mondragón, antigua residencia de gobernantes musulmanes y cristianos. Hoy alberga el museo municipal, donde

2 no solo... sino que... | nie tylko..., lecz także...
cumplir su función | spełniać swoją funkcję, zadanie
más reconocible | najbardziej rozpoznawalny
más emblemático | najbardziej kultowy, najbardziej charakterystyczny
encontrarse | znajdować się
con una perspectiva inmejorable | z doskonałym widokiem
las huellas | ślady
el casco histórico | stare miasto, historyczne centrum miasta
estrecho | wąski
invitar a | zapraszać do
pasear | spacerować
deambular | przechadzać się, włóczyć się
sin rumbo fijo | przed siebie, bez ustalonego kierunku
destacar | wyróżniać się
los Baños Árabes | arabskie łaźnie
los conjuntos mejor conservados | najlepiej zachowane zespoły (architektoniczne)
la vida cotidiana | życie codzienne
también es digno de conocer X | również wart poznania jest X
los gobernantes musulmanes y cristianos | muzułmańscy i chrześcijańscy władcy
el museo municipal | muzeum miejskie

eprasa.pl a969934a1f



se puede recorrer la historia de Ronda desde sus orígenes hasta la actualidad. Sus patios con arcos mudéjares y jardines interiores reflejan la mezcla de culturas que ha caracterizado siempre a la ciudad.

Otro lugar muy visitado es la Casa del Rey Moro, un conjunto histórico rodeado de jardines que, aunque su nombre sugiere una residencia real, nunca fue habitada por reyes. Su elemento más famoso es la escalera excavada en la roca que desciende hasta el río, utilizada en el pasado para el acceso al agua durante ataques y asedios.

Sabores de Ronda

La gastronomía de Ronda es una parte muy importante de la ciudad y refleja la riqueza natural de la Serranía. Los productos de la zona y las recetas tradicionales han creado una cocina muy variada y con mucha personalidad. Entre los ingredientes más típicos destacan las setas silvestres, los espárragos trigueros, las tagarninas* y las castañas del Valle del Genal. También son muy conocidas las carnes de caza y los embutidos artesanales. Algunos de los platos más populares son el rabo de toro, las migas con chorizo, las habas con tomate, la caldereta de cordero y la calabaza a la rondeña. Muchos de estos platos se acompañan con vinos de la Serranía de Ronda.

Los dulces también tienen un lugar importante en la gastronomía rondeña. Postres como las Yemas del Tajo, los roscos de vino, las tortas de aceite o las rosquillas muestran la influencia árabe que todavía se mantiene en la cocina local, especialmente por el uso de ingredientes como la miel y las almendras.

3 recorrer la historia de X | prześledzić historię X
desde sus orígenes hasta la actualidad | od jej/jego początków aż do czasów współczesnych
los arcos mudéjares | łuki w stylu mudéjar (charakterystyczny styl w sztuce hiszpańskiej łączący elementy mauretańskie i chrześcijańskie)
los jardines interiores | wewnętrzne ogrody
reflejar algo | odzwierciedlać coś
4 otro lugar muy visitado | inne bardzo chętnie odwiedzane miejsce
rodeado de jardines | otoczony ogrodami
aunque | chociaż
sugerir algo | sugerować coś
la residencia real | rezydencja królewska
nunca fue habitada por reyes | nigdy nie była zamieszkana przez królów
la escalera | schody
excavado en la roca | wykuty w skale
descender hasta el río | schodzić aż do rzeki
5 para el acceso al agua | w celu zapewnienia dostępu do wody
el asedio | oblężenie
el sabor | smak
la riqueza | bogactwo
la receta | przepis
el ingrediente | składnik
las setas silvestres | leśne grzyby
los espárragos trigueros | dzikie szparagi
las tagarninas | osociec hiszpański (bardzo popularna w Andaluzji dzika roślina jadalna, przypominająca nieco boćwinę lub szpinak, często podawana z jajecznicą)
las castañas del Valle del Genal | kasztany z Doliny Genal
las carnes de caza | dziczyzna
los embutidos artesanales | rzemieślnicze, tradycyjne wędliny
el rabo de toro | ogon byka (słynne andaluzyjskie danie: duszony ogon wołowy/byczy w sosie własnym)
las migas con chorizo | migas z kiełbasą chorizo (tradycyjne andaluzyjskie danie z podsmażanych czerstwych okruchów chleba lub mąki z dodatkami)
las habas con tomate | bób w sosie pomidorowym
la caldereta de cordero | gulasz jagnięcy (duszone danie jednogarnkowe z jagnięciny)
la calabaza a la rondeña | dynia po rondeńsku (lokalne danie z dyni, często z dodatkiem przypraw, czosnku i migdałów)
los dulces | słodycze
los postres | desery
las Yemas del Tajo | Yemas del Tajo (*dosł.*: żółtka z Tagu – najsłynniejsze lokalne słodycze z Rondy, robione wyłącznie z żółtek jaj i cukru)
los roscos de vino | anyżowo-winne kruche ciasteczka w kształcie oponki (tradycyjne wypieki bożonarodzeniowe)
las tortas de aceite | chrupkie placki oliwne (słodkie, cieniutkie andaluzyjskie krakersy z dodatkiem oliwy z oliwek i anyżu)
las rosquillas | pączki z dziurką, oponki
mostrar algo | pokazywać coś
la influencia árabe | arabskie wpływy
la miel | miód
las almendras | migdały

eprasa.pl a969934a1f

Curiosidades

Ronda es una ciudad rodeada de historias y leyendas que han pasado de generación en generación y que todavía forman parte de su identidad.

Una de las curiosidades más famosas tiene que ver con los bandoleros que se escondían en la Serranía de Ronda durante el siglo XIX. Aprovechaban las montañas, los caminos difíciles y los bosques para refugiarse y evitar a las autoridades. Algunos de ellos llegaron a convertirse en personajes muy conocidos y sus historias inspiraron libros y leyendas populares. La figura del bandolero quedó tan unida a Ronda que hoy sigue siendo uno de los elementos más característicos de la historia de la ciudad.

Otra curiosidad llamativa es que muchos viajeros y escritores del Romanticismo quedaron fascinados por la ciudad. Autores como Ernest Hemingway y Orson Welles la visitaron y se inspiraron en ella en sus obras. De hecho, las cenizas de Orson Welles fueron enterradas en una finca cercana a Ronda porque consideraba este lugar uno de sus favoritos en España.

Además, Ronda tiene una tradición muy relacionada con el mundo del toro. Su plaza de toros está considerada una de las más importantes y antiguas del país, y allí nació la llamada escuela rondeña del toreo, que cambió la forma de entender las corridas durante el siglo XVIII. Incluso hoy, la ciudad sigue celebrando la tradicional Corrida Goyesca, un evento en el que los toreros y participantes visten trajes inspirados en los cuadros de Goya.

Ronda no es solo una ciudad para visitar, sino un lugar que se entiende mejor cuando se pasea por sus calles. Entre su historia, sus paisajes y su gastronomía, lo que se queda es la sensación de haber estado en un sitio muy especial. ¡No dejes de visitarla!



*Tagarninas: planta silvestre muy común en Andalucía, parecida al cardo, que suele utilizarse en guisos y revueltos tradicionales.

pasar de generación en generación | przechodzić z pokolenia na pokolenie
formar parte de algo | stanowić część czegoś, wchodzić w skład czegoś
la identidad | tożsamość
tener que ver con algo | mieć z czymś związek, mieć coś wspólnego z czymś
los bandoleros | rozbójnicy
esconderse | chować się, ukrywać się
aprovechar algo | wykorzystywać coś, korzystać z czegoś
el bosque | las
para refugiarse y evitar a las autoridades | aby schronić się i unikać władz (wymiaru sprawiedliwości)
llegar a convertirse en alguien | stać się (w końcu) kimś, wyrosnąć na kogoś
quedar tan unido a X que | zostać tak silnie powiązanym z X, że...
la curiosidad llamativa | intrygujący fakt
el viajero | podróżnik
el escritor | pisarz
quedar fascinado por algo | zachwycić się czymś
las cenizas | *tu:* prochy (w kontekście pochówku)
ser enterrado | zostać pochowanym
la finca | posesja, posiadłość
la plaza de toros | arena walki byków (arena, gdzie odbywa się korrida)
incluso | nawet
seguir celebrando X | nadal świętować, wciąż organizować X
el participante | uczestnik
vestir trajes inspirados en los cuadros de Goya | nosić stroje inspirowane obrazami Goi (chodzi o styl goyesco z przełomu XVIII i XIX wieku)
quedar | po/zostawać
la sensación de haber estado en un sitio muy especial | uczucie (wrażenie) odwiedzenia bardzo wyjątkowego miejsca
¡No dejes de visitarla! | Koniecznie ją odwiedź!

eprasa.pl a969934a1f

por Manuel Suárez Rueda

CRUCIGRAMA

Vamos a tapear un poco con este crucigrama dedicado precisamente a eso: nuestras tradicionales tapas. ¡Que aproveche!

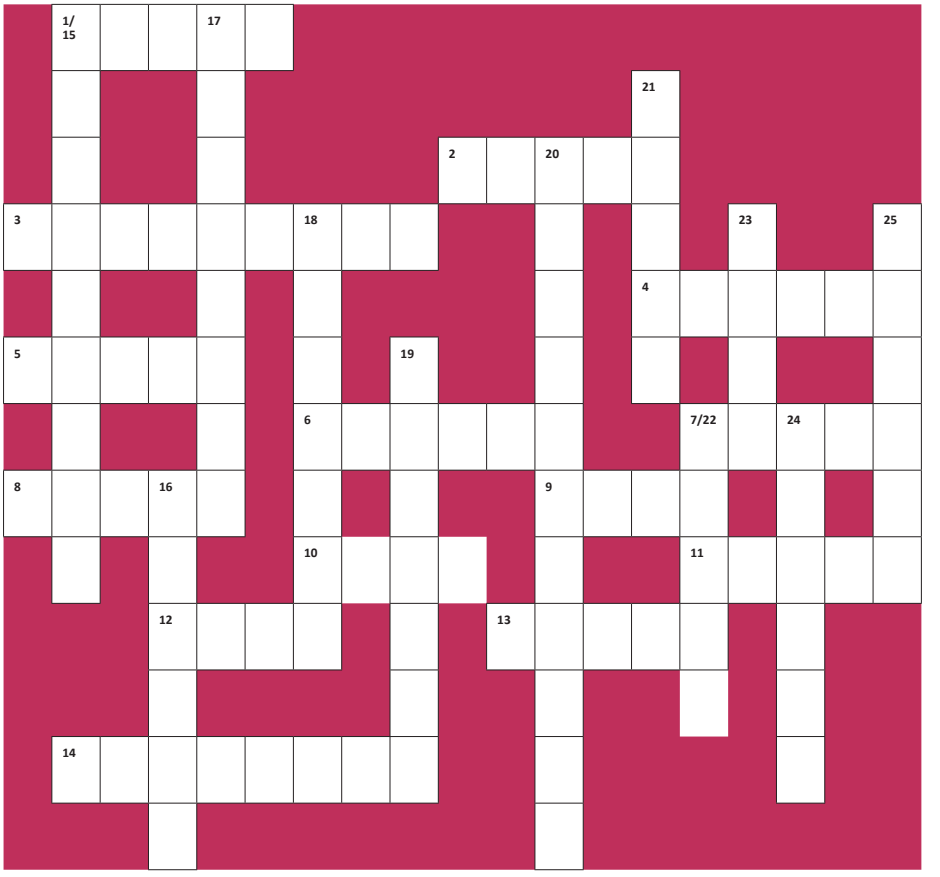
¡Que aproveche! | smacznego!

HORIZONTALES

1. Probar algo delicadamente para examinar su sabor.
2. Periodo de cien años.
3. Comida y bebida ligera que se toma antes de la comida principal.
4. Señal que avisa de la proximidad de un peligro.
5. Necesidad de hacer algo con urgencia.
6. Escoger, optar entre dos o más posibilidades.
7. Que sabe mucho, que tiene mucho conocimiento.
8. Tapa consistente en un palillo que lleva ensartadas una aceituna, una anchoa y una guindilla.
9. Creación, cosa hecha o producida.
10. Expresión malsonante o vulgar. Palabrota.
11. Ascua, leña o carbón incandescente.
12. Bebida alcohólica producida por la fermentación de la uva.
13. Conjunto de partículas sólidas microscópicas que flotan en el aire y se posan en los objetos.
14. Sobar. Toquetear de forma desagradable con las manos.

VERTICALES

15. Hacer que otra persona tome parte de algo nuestro.
16. Relativo a Dios.
17. Arropada, protegida con un abrigo.
18. Tipo de animales entre los que se encuentran las hormigas, las abejas, las moscas o los escarabajos.
19. Juntar dos o más cosas de manera que en el resultado final no se puedan distinguir los elementos.
20. Arte de preparar buenas comidas.
21. Establecimiento, inmueble destinado normalmente a un servicio público.
22. Gusto de los alimentos.
23. Pequeño aperitivo que acompaña a la bebida.
24. Patatas fritas cortadas en forma de taco y servidas con una salsa picante.
25. Que goza de fama o celebridad (fem.).



avisar de la proximidad de un peligro | ostrzegać przed bliskością niebezpieczeństwa
la necesidad de hacer algo con urgencia | potrzeba zrobienia czegoś pilnie
en un palillo | na wykałaczce
llevar ensartadas X | mieć nadziane X
la aceituna | oliwka
la anchoa | anchois, sardela
la guindilla | papryczka chili
la palabrota | przekleństwo, wulgaryzm
la ascua | rozżarzony węgielek, żar
la leña | drewno (opałowe, do kominka)
el carbón incandescente | rozżarzony węgiel
la uva | winogrono
el conjunto de partículas sólidas microscópicas | zbiór mikroskopijnych cząstek stałych
posarse en los objetos | osiadać na przedmiotach
sobar | miętosić, macać
hacer que otra persona tome parte de algo nuestro | sprawić, aby inna osoba wzięła udział w czymś naszym (np. przedsięwzięciu), podzielić się czymś z kimś
arropado | otulony, okryty
la hormiga | mrówka
la abeja | pszczoła
la mosca | mucha
el escarabajo | chrząszcz, żuk
juntar de manera que en el resultado final no se puedan distinguir los elementos | połączyć w taki sposób, aby w końcowym efekcie nie dało się rozróżnić poszczególnych elementów
el establecimiento | lokal, placówka
el gusto de los alimentos | smak jedzenia (produktów spożywczych)
la salsa picante | ostry sos
gozar de fama o celebridad | cieszyć się sławą lub rozgłosem

HORIZONTALES: 1. catar 2. siglo 3. aperitivo 4. alarma 5. prisa 6. elegir 7. sabio 8. gilda 9. obra 10. taco 11. brasa 12. vino 13. polvo 14. manosear **VERTICALES:** 15. compartir 16. divino 17. abrigada 18. insecto 19. mezclar 20. gastronomía 21. local 22. sabor 23. tapa 24. bravas 25. famosa

eprasa.pl a969934a1f

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

1. La Oreja de Van Gogh es:
a. un grupo musical popular
b. un libro superventas sobre Van Gogh
c. un complejo de edificios modernistas construido en Barcelona

2. “En bocados” significa:
a. na jeden kęs
b. garściami
c. na kanapce

3. “La aceituna” es:
a. kapar
b. oliwka
c. brukselka

4. *Un perro andaluz* es una película de:
a. Pedro Almodóvar
b. Carlos Saura
c. Luis Buñuel

5. “Hay” significa:
a. mam, macie
b. jest, są
c. ała (wyrażenie bólu)

6. “Las gambas al ajillo” son:
a. ośmiornice w łagodnym sosie
b. kapary w occie
c. krewetki w czosnku



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

eprasa.pl a969934a1f

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 a969934a1f

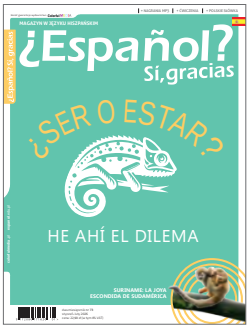
Numery archiwalne



nr 75 **21,90 zł**



nr 74 **21,90 zł**



nr 73 **21,90 zł**



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**

Wydania specjalne



34,90 zł



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 a96

+ 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 a969934a1f