

## Palabras

(Pages 180–181)

### ¿Cómo es tu casa?

Vivo en...

- un bloque de pisos
- una casa individual
- una casa adosada
- una residencia de ancianos
- una finca / granja

Alquilamos una casa amueblada.

Está en...

- un barrio de la ciudad
- las afueras
- el campo
- la costa
- la montaña / sierra
- el cuarto piso de un edificio antiguo

Mi apartamento / piso tiene...

- tres dormitorios
- dos cuartos de baño
- una cocina amplia y bien equipada
- un comedor recién renovado
- un estudio
- un aseo
- un sótano
- un salón
- una mesa
- unas sillas

Mi casa ideal sería...

Tendría...

- una piscina climatizada
- mi propio cine en casa
- una sala de fiestas

Cambiaría los muebles.

Pintaría ... de otro color.

### ¿Cómo se debería cuidar el medio ambiente en casa?

Para cuidar el medio ambiente se debería...

- apagar la luz
- ducharse en vez de bañarse
- separar la basura
- reciclar el plástico y el vidrio
- desenchufar los aparatos eléctricos
- ahorrar energía
- cerrar el grifo
- hacer todo lo posible

no se debería...

- malgastar el agua
- usar bolsas de plástico

### What is your house like?

I live in...

- a block of flats
- a detached house
- a semi-detached / terraced house
- an old people's home
- a farmhouse

We rent a furnished house.

It is in / on...

- a district / suburb of the city / town
- the outskirts
- the country
- the coast
- the mountains
- the fourth floor of an old building

My apartment / flat has...

- three bedrooms
- two bathrooms
- a spacious, well-equipped kitchen
- a recently refurbished dining room
- a study
- a toilet
- a basement / cellar
- a living room
- a table
- some chairs

My ideal house would be...

It would have...

- a heated swimming pool
- my own home cinema
- a party room

I would change the furniture.

I would paint ... another colour.

### How should you look after the environment at home?

To care for the environment you / one should...

- turn off the light
- have a shower instead of taking a bath
- separate the rubbish
- recycle plastic and glass
- unplug electric appliances
- save energy
- turn off the tap
- do everything possible

you / one should not...

- waste water
- use plastic bags

## ¿Cuáles son los problemas globales más serios hoy en día?

Me preocupa(n)...

el paro / desempleo  
el hambre / la pobreza  
la deforestación  
la diferencia entre ricos y pobres  
la drogadicción / la salud /  
la obesidad  
la crisis económica  
los problemas del medio ambiente  
los sin hogar / techo  
los animales en peligro de extinción

Es necesario / esencial que...

cuidemos el planeta  
hagamos proyectos de conservación  
compremos / usemos  
productos verdes / de comercio justo  
apoyemos proyectos de ayuda  
creemos oportunidades de trabajo  
ayudemos a evitar el consumo  
de sustancias perjudiciales  
ahorremos agua  
construyamos más casas  
cambemos la ley  
consumamos menos  
hagamos campañas publicitarias  
recaudemos dinero  
para organizaciones de caridad  
en el tercer mundo

No es justo / Es terrible que haya...

tanta desigualdad social /  
contaminación  
tanta gente sin trabajo y  
sin techo  
tanta gente obesa y tantos  
drogadictos

## ¡Actúa localmente!

Hay demasiada...

basura en las calles  
gente sin espacio para vivir  
destrucción de los bosques  
polución de los mares y ríos

El aire está contaminado.

Los combustibles fósiles se acaban.

No corte tantos árboles.

No vaya en coche si es posible ir a pie.

No tire basura al suelo.

No malgaste energía.

No construya tantas casas grandes.

No eche tantos desechos químicos.

Plante más bosques y selvas.

Reduzca las emisiones de los vehículos.

Recicle el papel, el vidrio y el plástico.

## What are the most serious global issues today?

I am worried about...

unemployment  
hunger / poverty  
deforestation  
the difference between rich and poor  
drug addiction / health /  
obesity  
the economic crisis  
environmental problems  
the homeless  
animals in danger of extinction

It's necessary / essential that (we)...

look after the planet  
do conservation projects  
buy / use  
green / fairtrade products  
support aid projects  
create job opportunities  
help to avoid the consumption  
of harmful substances  
save water  
build more houses  
change the law  
consume less  
carry out publicity campaigns  
raise money  
for charities in the third world

It's not fair / terrible that there is...

so much social inequality / pollution  
  
so many people out of work and  
homeless  
so many obese people and so many  
drug addicts

## Act locally!

There is / are too much / many...

rubbish on the streets  
people with nowhere to live  
destruction of woodland / forest  
pollution of seas and rivers

The air is polluted.

Fossil fuels are running out.

Don't cut down so many trees.

Don't go by car if it's possible to walk.

Don't throw rubbish onto the ground.

Don't waste energy.

Don't build so many large houses.

Don't release so much chemical waste.

Plant more woods and forests.

Reduce vehicle emissions.

Recycle paper, glass and plastic.

Use energías renovables.  
Diseñe casas más pequeñas.  
Introduzca leyes más estrictas.  
llevar una vida más verde  
salvar el planeta  
reducir la huella de carbono  
ecológico/a  
el techo  
el agua de lluvia  
el domicilio  
los recursos naturales  
los paneles solares  
la arena  
los (eco-)ladrillos  
una fábrica  
mudarse (de casa)

*Use renewable energy.  
Design smaller houses.  
Introduce stricter laws.  
(to) live a greener life  
(to) save the planet  
(to) reduce your carbon footprint  
environmentally-friendly  
roof  
rain water  
home  
natural resources  
solar panels  
sand  
(eco-)bricks  
a factory  
(to) move house*

## Una dieta sana

los alimentos  
lácteos  
carne, pescados y huevos  
frutas y verduras  
cereales  
fideos  
grasas  
dulces  
legumbres  
frutos secos  
los nutrientes  
proteínas  
minerales  
grasa  
sal  
vitaminas  
azúcar  
gluten  
el sabor  
vegetariano / vegano  
saludable / sano / malsano  
(No) Tengo hambre / sed / sueño.  
tiempo para cocinar  
contiene / contienen  
La fibra...  
    protege contra el cáncer  
    combate la obesidad  
    reduce el riesgo de enfermedades  
evitar comer / beber...  
cambiar mi dieta  
llevar una dieta equilibrada  
preparar con ingredientes frescos  
engordar  
saltarse el desayuno  
practicar más deporte

## A healthy diet

*foods  
milk products  
meat, fish and eggs  
fruit and vegetables  
cereals  
noodles  
fats  
sugars / sweet things  
pulses  
nuts and dried fruit  
nutrients  
proteins  
minerals  
fat  
salt  
vitamins  
sugar  
gluten  
taste  
vegetarian / vegan  
healthy / healthy / unhealthy  
I am (not) hungry / thirsty / tired.  
time to cook  
it contains / they contain  
Fibre...  
    protects against cancer  
    combats obesity  
    reduces the risk of diseases  
avoid eating / drinking...  
change my diet  
have a balanced diet  
prepare with fresh ingredients  
to put on weight  
to skip breakfast  
to do more sport*

## ¡Vivir a tope!

Beber alcohol...  
 Fumar cigarrillos / porros...  
 Tomar drogas blandas / duras...  
 Es / No es...  
     ilegal / peligroso  
     un malgasto de dinero  
     una tontería / un problema serio  
     un vicio muy caro  
     muy perjudicial para la salud  
     tan malo

provoca mal aliento  
 daña los pulmones  
 mancha los dientes de amarillo  
 causa el fracaso escolar / depresión  
 produce una fuerte dependencia física  
 tiene muchos riesgos  
 afecta a tu capacidad para tomar decisiones  
 te relaja / te quita el estrés  
 te quita el sueño / control  
 te hace sentir bien / más adulto  
 Es fácil engancharse.  
 ¡Qué asco!  
 Cedí ante la presión de grupo.  
 Caí en el hábito de...  
 Empecé a...  
 Perdí peso.  
 No puedo parar.  
 Ya he empezado a...  
 Todavía no he dejado de...  
 A partir de ahora intentaré...

## ¡El deporte nos une!

¿Para qué sirven...?  
     los eventos deportivos internacionales  
     los grandes acontecimientos deportivos  
     los Juegos Paralímpicos / Olímpicos  
     la Copa Mundial del Fútbol t

Sirven para...  
     promover...  
         la participación en el deporte  
         el espíritu de solidaridad  
     regenerar los centros urbanos  
     elevar el orgullo nacional  
     transmitir los valores de respeto y disciplina  
     unir a la gente  
     dar un impulso económico  
     inspirar a la gente

Una / Otra desventaja es...  
     el riesgo de ataques terroristas

## Live life to the full

*To drink / Drinking alcohol...  
 To smoke / Smoking cigarettes / joints...  
 To take / Taking soft / hard drugs...  
 It is / isn't...  
     illegal / dangerous  
     a waste of money  
     stupid / a serious problem  
     an expensive habit  
     very damaging to your health  
     as bad*

*causes bad breath  
 damages the lungs  
 stains your teeth yellow  
 causes failure at school / depression  
 produces a strong, physical dependence  
 has many risks  
 affects your capacity to make decisions  
 relaxes you / relieves stress  
 robs you of sleep / self-control  
 makes you feel good / more adult  
 It is easy to get hooked.  
 How disgusting!  
 I gave in to peer pressure.  
 I fell into the habit of...  
 I started to...  
 I lost weight.  
 I can't stop.  
 I've already started to...  
 I still haven't given up...  
 From now on I will try to...*

## Sport unites us!

*What are...for?  
     international sporting events  
     big sporting events  
     the Paralympics / Olympics  
     the Football World Cup*

*They serve to...  
     promote / foster / encourage...  
         participation in sport  
         team spirit  
     regenerate city centres  
     increase national pride  
     convey / instil the values of respect and discipline  
     unite people  
     give a boost to the economy  
     inspire people*

*A / Another disadvantage is...  
     the risk of terrorist attacks*

el tráfico  
 el dopaje  
 la deuda  
 el coste de organización de la seguridad

*the traffic*  
*doping*  
*the debt*  
*the cost of organising the security*

la ciudad anfitriona  
 el voluntariado  
 Solicité un trabajo voluntario porque...  
 (Nunca) Había sido...  
 Antes ya había trabajado como...

*the host city*  
*volunteering*  
*I applied for a volunteering job because...*  
*I had (never) been...*  
*Previously I had already worked as...*

## ¡Apúntate!

¿Qué estabas haciendo?  
 Estaba / Estábamos / Estaban...  
 ensayando  
 nevando  
 entrando en casa  
 durmiendo  
 conduciendo por la ciudad  
 leyendo  
 volando por el aire

## Sign up!

*What were you doing?*  
*I/He/She/It was / We were / They were...*  
*rehearsing*  
*snowing*  
*coming into the house*  
*sleeping*  
*driving through the city*  
*reading*  
*flying through the air*

Se estaba convirtiendo en un río.  
 Se estaba moviendo.  
 a mi alrededor  
 Se estaban cayendo.  
 ¿Cómo te enteraste del/de la/ de las...?

*It was turning into a river.*  
*It was moving.*  
*around me*  
*They were falling.*  
*How did you find out about the...?*

temblor  
 incendio forestal  
 huracán  
 tornado  
 terremoto  
 tormenta de nieve  
 acción humanitaria  
 inundaciones

*tremor*  
*forest fire*  
*hurricane*  
*tornado*  
*earthquake*  
*snow storm*  
*humanitarian campaign*  
*floods*

Estaba...  
 mirando/viendo las noticias / la tele  
 buscando informaciones en línea  
 charlando con un amigo / una amiga  
 leyendo un post en Facebook

*I / He/She was...*  
*watching the news / the TV*  
*looking for information online*  
*chatting with a friend*  
*reading a Facebook post*

cuando...  
 encontré un reportaje / un artículo  
 recibí un SMS  
 (lo) vi en las noticias  
 mi novio me llamó / me contó la historia

*when...*  
*I found a report / an article*  
*I received a text message*  
*I saw (it) on the news*  
*my boyfriend called me / told me the story*

una organización de servicio voluntario  
 una campaña para las víctimas  
 una caja de supervivencia  
 Decidí apuntarme.  
 recaudar fondos / solicitar donativos  
 organizamos algunos eventos  
 un concierto / un espectáculo de baile  
 una carrera de bici apadrinada

*a voluntary organisation*  
*a campaign for the victims*  
*a survival box*  
*I decided to sign up.*  
*to raise funds / ask for donations*  
*we organised some events*  
*a concert / a dance show*  
*a sponsored bike race*

# 8 Hacia un mundo mejor



una venta de pasteles  
ser solidario  
Te hace sentir más conectado con  
los demás.

*a cake sale  
showing solidarity / supporting...  
Makes you feel more connected to  
others.*