



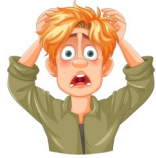
**NOTILOCA #11**

# **VIDA AUTOSUSTENTABLE**

**Por Julio Foppoli**

**Ejercicio #1**

Une las palabras con las imágenes. Match the words and the pictures



(a)



(b)



(c)



(d)



(e)



(f)

granja

pareja

alimentos

tráfico

en forma

aburrimiento

**Ejercicio #2**

Escucha el audio dos veces y luego escoge la información correcta.

Listen to the audio twice and then choose the right information.



1) Los protagonistas se encuentran en...

- a) Barcelona, España. [ ]  
 b) la capital de Galicia. [ ]  
 c) la ciudad de México. [ ]  
 d) una zona rural. [ ]

3) Un día decidieron ...

- a) abandonar la ciudad. [ ]  
 b) comenzar a hacer ejercicio. [ ]  
 c) invertir mejor su dinero. [ ]  
 d) vender todas sus posesiones. [ ]

2) En el pasado, Xosé y Bergoña...

- a) vivían en un pueblito. [ ]  
 b) disfrutaban de la vida. [ ]  
 c) comían mucho afuera. [ ]  
 d) pasaban mucho tiempo en el tráfico. [ ]

4) Inicialmente, sus familiares y amigos...

- a) se indignaron con ellos. [ ]  
 b) decidieron ignorarlos. [ ]  
 c) creían que estaban locos. [ ]  
 d) los apoyaron en todo. [ ]

**Ejercicio #3 (OPCIONAL)**

With a teacher or partner, discuss your ideas about the story so far.

Afterwards, listen to the audio and check if you can get any new information.



## Ejercicio #4

Escucha el audio y contesta: V (VERDADERO), F (FALSO) o NM (NO MENCIONADO).

Listen to the audio and answer T (TRUE), F (FALSE) or NS (NOT STATED)

- |   |     |
|---|-----|
| 1. Xosé y Begoña tienen una granja en una ciudad grande.      | [ ] |
| 2. La vida en la ciudad era muy estresante para Xosé y Begoña | [ ] |
| 3. En la universidad, ambos habían estudiado agricultura.     | [ ] |
| 4. Su familia y amigos en todo momento apoyaron su proyecto.  | [ ] |
| 5. Muchos de sus familiares se mudaron al campo con ellos.    | [ ] |



Comprensión General



*Modifica las oraciones falsas para hacerlas verdaderas.*

*Modify the false statements to make them true!*



## Ejercicio #5

Responde las siguientes preguntas sobre la historia.

Answer the following questions about the story.

- ¿Dónde viven ahora Xosé y Begoña?
- ¿Cómo era su vida antes de mudarse?
- ¿Qué los llevó a cambiar su estilo de vida?
- ¿Fue sencilla la transición a esa nueva vida?
- ¿Qué cambios positivos han notado en su vida?
- ¿Cuál fue la posición de sus familiares y amigos en todo este proceso?



Comprensión Específica

---



---



---



---



---



## Ejercicio #6

Escucha el audio y completa los espacios. ~ Listen to the audio and fill out the gaps.

Xosé y Begoña son (1) \_\_\_\_\_ que vive en una pequeña granja en O Courel, una zona rural de Galicia, España. Ellos decidieron vivir de manera autosustentable. Ahora (2) \_\_\_\_\_ sus propios vegetales y frutas, y crían gallinas, conejos y cabras. Pero antes no era así.

Antes de mudarse al campo, Xosé y Begoña vivían en una ciudad grande. Trabajaban en oficinas y pasaban mucho tiempo en (3) \_\_\_\_\_. Sus vidas eran muy estresantes y no tenían tiempo para descansar. Querían tener una vida más tranquila y saludable, cerca (4) \_\_\_\_\_.



Comprensión Super-específica

Un día, pensaron en tener una granja. ¡Sería genial! Podrían comer comida orgánica y estar en (5) \_\_\_\_\_ con la naturaleza. Pero no fue fácil. Cuando empezaron, encontraron muchos problemas. No sabían nada de agricultura y tuvieron que aprender (6) \_\_\_\_\_. Cometieron errores, como plantar en la temporada incorrecta o no cuidar bien a los animales del clima. Pero con esfuerzo y dedicación, poco a poco aprendieron a manejar su granja.

“¿Lo harían otra vez?” - “Sí, sin duda”, dicen Xosé y Begoña. Han ganado mucho. Ahora tienen una vida tranquila y saludable, lejos del estrés de la ciudad. Comen (7) \_\_\_\_\_ frescos y naturales todos los días y se sienten más cerca de la naturaleza. También están en mejor forma física porque ahora se mueven mucho durante el día.

Al principio, la familia y los amigos de Xosé y Begoña estaban (8) \_\_\_\_\_. Pensaban que estaban locos por dejar sus buenos trabajos y su vida cómoda en la ciudad. Creían que después de una semana en el campo, regresarían a la ciudad porque se aburrirían. Pero ahora ven lo felices y (9) \_\_\_\_\_ que son. Los apoyan y a veces los visitan para disfrutar del campo, aunque solo sea por unos días.

En el futuro, Xosé y Begoña quieren hacer su granja más grande. También (10) \_\_\_\_\_ vender algunos de sus productos en el mercado local. Están emocionados por lo que les espera y se sienten seguros y contentos con su nueva vida. Creen que si todo sigue así, tal vez su familia y amigos también quieran mudarse al campo y vivir de manera autosustentable.



## VOCABULARIO CLAVE

- *pareja* (n): couple
  - *granja* (n): farm
  - *de manera* (adv): -ly
  - *autosustentable* (adv): self-sustainable
  - *cultivar* (v) to grow
  - *propio* (adv): own
  - *criar* (v): to raise
  - *gallina* (n): chicken
  - *conejo* (n): rabbit
  - *cabra* (n): goat
  - *así* (adv) like this, like that
- 
- *mudarse a* (v): to move out to
  - *campo* (n): countryside
  - *pasar* (v): to spend
  - *estresante* (adj): stressful
  - *descansar* (v): to rest
  - *tranquila*: (adj): peaceful
  - *saludable* (adj): healthy
  - *desde cero* (phrase): from scratch
  - *¿Lo harían otra vez?* (phrase): would they do it again?
  - *sin duda* (adv): without a doubt
  - *lejos de* (adv): far from
  - *alimento* (n): food
  - *fresco* (adj): fresh
  - *en forma* (adj): in shape
  - *moveverse* (to move)
- 
- *al principio* (adv): at first
  - *preocupado* (adj) worried
  - *dejar* (v): to quit
  - *aburrirse* (v): to get bored
  - *apoyar* (v): to support
  - *aunque solo sea* (phrase): even if it's for just
  - ...
  - *mercado* (n): market
  - *emocionado* (adj): excited
  - *lo que les espera* (phrase): what awaits them
  - *seguro* (adj): confident
  - *tal vez* (adv): maybe, perhaps

## UNA VIDA AUTOSUSTENTABLE

## TEXTO ORIGINAL

Xosé y Begoña son una **pareja** que vive en una pequeña **granja** en O Courel, una zona rural de Galicia, España. Ellos decidieron vivir **de manera autosustentable**. Ahora **cultivan** sus **propios** vegetales y frutas, y **crían gallinas, conejos y cabras**. Pero antes no era **así**.

Antes de **mudarse al campo**, Xosé y Begoña vivían en una ciudad grande. Trabajaban en oficinas y **pasaban** mucho tiempo en el tráfico. Sus vidas eran muy **estresantes** y no tenían tiempo para **descansar**. Querían tener una vida más **tranquila** y **saludable**, cerca de la naturaleza.

Un día, pensaron en tener una granja. ¡Sería genial! Podrían comer comida orgánica y estar en armonía con la naturaleza. Pero no fue fácil. Cuando empezaron, encontraron muchos problemas. No sabían nada de agricultura y tuvieron que aprender **desde cero**. Cometieron errores, como plantar en la temporada incorrecta o no cuidar bien a los animales del clima. Pero con esfuerzo y dedicación, poco a poco aprendieron a manejar su granja.

“¿**Lo harían otra vez?**” - “Sí, **sin duda**”, dicen Xosé y Begoña. Han ganado mucho. Ahora tienen una vida tranquila y saludable, **lejos del** estrés de la ciudad. Comen **alimentos frescos** y naturales todos los días y se sienten más cerca de la naturaleza. También están **en mejor forma** física porque ahora **se mueven** mucho durante el día.

**Al principio**, la familia y los amigos de Xosé y Begoña estaban **preocupados**. Pensaban que estaban locos por **dejar** sus buenos trabajos y su vida **cómoda** en la ciudad. Creían que después de una semana en el campo, regresarían a la ciudad porque **se aburrirían**. Pero ahora ven lo felices y saludables que son. Los **apoyan** y a veces los visitan para disfrutar del campo, **aunque solo sea** por unos días.

En el futuro, Xosé y Begoña quieren hacer su granja más grande. También piensan en vender algunos de sus productos en el **mercado** local. Están **emocionados** por **lo que les espera** y se sienten **seguros** y contentos con su nueva vida. Creen que si todo sigue así, **tal vez** su familia y amigos también quieran mudarse al campo y vivir de manera autosustentable.

## TRADUCCIÓN LADO A LADO / SIDE BY SIDE TRANSLATION

### LA VIDA AUTOSUSTENTABLE

Xosé y Begoña son una pareja que vive en una pequeña granja en O Courel, una zona rural de Galicia, España. Ellos decidieron vivir de manera autosustentable. Ahora cultivan sus propios vegetales y frutas, y crían gallinas, conejos y cabras. Pero antes no era así.

Antes de mudarse al campo, Xosé y Begoña vivían en una ciudad grande. Trabajaban en oficinas y pasaban mucho tiempo en el tráfico. Sus vidas eran muy estresantes y no tenían tiempo para descansar. Querían tener una vida más tranquila y saludable, cerca de la naturaleza.

Un día, pensaron en tener una granja. ¡Sería genial! Podrían comer comida orgánica y estar en armonía con la naturaleza. Pero no fue fácil. Cuando empezaron, encontraron muchos problemas. No sabían nada de agricultura y tuvieron que aprender desde cero. Cometieron errores, como plantar en la temporada incorrecta o no cuidar bien a los animales del clima. Pero con esfuerzo y dedicación, poco a poco aprendieron a manejar su granja.

“¿Lo harían otra vez?” - “Sí, sin duda”, dicen Xosé y Begoña. Han ganado mucho. Ahora tienen una vida tranquila y saludable, lejos del estrés de la ciudad. Comen alimentos frescos y naturales todos los días y se sienten más cerca de la naturaleza. También están en mejor forma física porque ahora se mueven mucho durante el día.

Al principio, la familia y los amigos de Xosé y Begoña estaban preocupados. Pensaban que estaban locos por dejar sus buenos trabajos y su vida cómoda en la ciudad. Creían que después de una semana en el campo, regresarían a la ciudad porque se aburrirían. Pero ahora ven lo felices y saludables que son. Los apoyan y a veces los visitan para disfrutar del campo, aunque solo sea por unos días.

En el futuro, Xosé y Begoña quieren hacer su granja más grande. También piensan en vender algunos de sus productos en el mercado local. Están emocionados por lo que les espera y se sienten seguros y contentos con su nueva vida. Creen que si todo sigue así, tal vez su familia y amigos también quieran mudarse al campo y vivir de manera autosustentable.

### SELF-SUSTAINABLE LIFE

Xosé and Begoña are a couple who live on a small farm in O Courel, a rural area in Galicia, Spain. They decided to live self-sustainably. Now they grow their own vegetables and fruits and raise chickens, rabbits, and goats. But it wasn't always like this.

Before moving to the countryside, Xosé and Begoña lived in a big city. They worked in offices and spent a lot of time in traffic. Their lives were very stressful, and they had no time to relax. They wanted a quieter, healthier life, closer to nature.

One day, they thought about having a farm. It would be great! They could eat organic food and be in harmony with nature. But it wasn't easy. When they started, they encountered many problems. They didn't know anything about farming and had to learn from scratch. They made mistakes, like planting in the wrong season or not protecting the animals from the weather. But with effort and dedication, they gradually learned how to manage their farm.

"Would they do it again?" - "Yes, without a doubt," say Xosé and Begoña. They've gained so much. Now they have a peaceful and healthy life, far from the stress of the city. They eat fresh, natural food every day and feel closer to nature. They're also in better physical shape because they move around a lot during the day.

At first, Xosé and Begoña's family and friends were worried. They thought they were crazy for leaving their good jobs and comfortable life in the city. They believed that after a week in the countryside, they would return to the city out of boredom. But now they see how happy and healthy they are. They support them and sometimes visit to enjoy the countryside, even if only for a few days.

In the future, Xosé and Begoña want to expand their farm. They're also thinking about selling some of their products at the local market. They are excited about what lies ahead and feel confident and happy with their new life. They believe that if things continue like this, maybe their family and friends will also want to move to the countryside and live self-sustainably.

## Ejercicio #7: Resumir la historia



*Summarize the story by completing the sentences given below.*

1) Hay una pareja \_\_\_\_\_

2) Antes de mudarse, \_\_\_\_\_

3) Les encantaba la idea de \_\_\_\_\_

4. Sin embargo, \_\_\_\_\_

5) A pesar de todo \_\_\_\_\_

6) Al principio, sus familiares y \_\_\_\_\_

7) Hoy en día, \_\_\_\_\_

## Ejercicio #8: Contar la historia

*Retell the story using the structures and information from the previous exercise.*

### VOCABULARIO CLAVE

- *Hay una pareja... there's a couple*
- *Antes de mudarse... before moving out*
- *Les encantaba... they loved*
- *Sin embargo... however*
- *A pesar de todo.... despite everything*
- *Al principio... at first*
- *Hoy en día... nowadays*



## RESPUESTAS

### Answer Key

---

#### **EJERCICIO #1**

- A) aburrimiento
- B) en forma
- C) alimentos
- D) granja
- E) tráfico
- F) pareja

#### **EJERCICIO #2**

- 1) C 2) D 3) A 4) C

#### **EJERCICIO #3 (OPEN EXERCISE)**

#### **EJERCICIO #4**

- 1) F 2) V 3) F 4) F 5) F/NM

#### **EJERCICIO #5**

- 1) Xosé y Begoña viven ahora en una pequeña granja en O Courel, una zona rural de Galicia, España.
- 2) Antes de mudarse, llevaban una vida muy estresante en una ciudad grande, trabajando en oficinas y pasando mucho tiempo en el tráfico.
- 3) Decidieron cambiar su estilo de vida porque querían una vida más tranquila y saludable, cerca de la naturaleza, con comida orgánica.
- 4) La transición no fue sencilla; enfrentaron muchos problemas al principio porque no sabían nada de agricultura y tuvieron que aprender desde cero.
5. Ahora disfrutan de una vida tranquila y saludable, con alimentos frescos y naturales, se sienten más cerca de la naturaleza y están en mejor forma física debido a la actividad diaria.
6. Al principio, sus familiares y amigos estaban preocupados y pensaban que estaban locos por dejar su vida cómoda en la ciudad, pero ahora los apoyan y a veces los visitan en el campo.

#### **EJERCICIO #6**

1. una pareja
2. cultivan
3. el tráfico
4. de la naturaleza
5. armonía
6. desde cero
7. alimentos
8. preocupados
9. saludables
10. piensan en

#### **EJERCICIO #7 (POSSIBLE ANSWERS)**

- 1) Hay una pareja llamada Xosé y Begoña que vive en una pequeña granja en O Courel, una zona rural de Galicia, España.
- 2) Antes de mudarse, vivían en una ciudad grande, trabajaban en oficinas, y llevaban una vida muy estresante con poco tiempo para descansar.
- 3) Les encantaba la idea de tener una vida más tranquila y saludable, cultivando su propia comida y estando en armonía con la naturaleza.
- 4) Sin embargo, al principio encontraron muchos problemas porque no sabían nada de agricultura y tuvieron que aprender desde cero, cometiendo errores en el camino.
- 5) A pesar de todo, con esfuerzo y dedicación, lograron aprender a manejar su granja y ahora disfrutan de una vida tranquila y saludable, lejos del estrés de la ciudad.
- 6) Al principio, sus familiares y amigos estaban preocupados y pensaban que estaban locos por dejar su vida cómoda en la ciudad, creyendo que regresarían pronto.
- 7) Hoy en día, Xosé y Begoña se sienten seguros y contentos con su nueva vida, y sus familiares y amigos los apoyan, a veces visitándolos para disfrutar del campo.