

# ¿QUÉ PASA?



## 2022-12-03

### Programmanus

av Sofía Martínez

¡Hola! ¿Cómo estáis?

Hoy en 'Qué pasa' hablamos sobre:

- El movimiento Real Food
- Y "Mamá"

*Mamá te amo y se que me amás, tan distinta y tan igual...*

Soy Sofía Martínez.

Pero antes viajamos en el tiempo... y hablamos sobre la historia de Argentina.

#### Las Madres de Plaza de Mayo

Durante la llamada "guerra sucia" en Argentina, entre 1976 y 1983, desaparecen miles de niños. ¡Un trauma enorme para las familias!

Las madres y abuelas de estos niños se unen para luchar contra la dictadura militar y encontrar a sus hijos.

*¡Queremos nuestros hijos! ¡Que nos digan dónde están por lo menos!*

Ellas se manifiestan todos los días en la famosa Plaza de Mayo de Buenos Aires.

Los militares intentan controlarlas, pero no pueden. Cada vez más madres se unen a la protesta.

*Vamos las madres, con fuerza vayan al frente...*

Su símbolo es un pañuelo blanco en la cabeza.

María, una de las madres, habla para Canal Encuentro sobre sus sentimientos durante las protestas.

*María: Era como un baño de coraje, el miedo estaba pero cuando llegamos allí estábamos más fuertes que antes.*

Después de 45 años las Madres siguen reuniéndose en la plaza cada jueves.

Su líder, la madre Hebe de Bonafini muere en noviembre y Argentina establece tres días de duelo.

**guerra sucia**  
*smutsiga kriget*  
**desaparecen**  
*de försvinner*  
**se unen**  
*de samlas*  
**luchar contra**  
*kämpa mot*  
**encontrar**  
*hitta*  
**se manifiestan**  
*de demonstrerar*  
**intentan**  
*de försöker*  
**pañuelo**  
*scarf*  
**un baño de coraje**  
*ett bad av mod*  
**siguen**  
**reuniéndose**  
*de fortsätter att*  
*samlas*  
**tres días de duelo**  
*tre dagars landssorg*

## El movimiento Real Food

*¡Muy buenas realfooders!...*

El Real Food es un movimiento para comer alimentos lo más naturales y menos procesados posibles.

El objetivo es aumentar la educación alimentaria y mejorar la salud de las personas. Dan información, consejos, recetas... a través de libros, podcasts y mucho contenido en redes sociales. Pero también reciben críticas.

Florencia es argentina y piensa que el Real Food es muy extremista.

*Florencia: Yo creo que el Real Food es muy exagerado... muy extremista. Critican muchos alimentos y con sus comentarios pueden crear obsesión con la comida.*

*No tenemos que olvidar que comer es un acto social. A veces es difícil porque uno tiene que reunirse con amigos, familia... y no siempre es posible mantener ese ritmo de comida saludable.*

*¿Y tú comes sano?*

*Florencia: Bueno, intento comer de todo. Si me apetece algo procesado o con azúcar me lo como... No es el fin del mundo.*

Para Sonsoles el Real Food sí es positivo, dice que es importante planificar lo que comemos.

*Sonsoles: Creo que es muy positivo porque somos lo que comemos y dedicar tiempo a la planificación es esencial... Más sano, quizás también más económico.*

*¿Y cómo eliges la comida?*

*Sonsoles: Cada vez le dedico más tiempo a elegir la comida. Intento comprar cosas de temporada porque son más saludables y son más baratas.*

## Mamá – Daniel Devita

*Mamá sé que recordás que te conté...*

“Mamá” habla sobre la lucha de las Madres argentinas de la Plaza de Mayo.

La canta el rapero Daniel Devita.

*Y no se apagan las velas, estas palabras vuelan*

*Se acercan y acarician ese pañuelo de tela*

*Que hoy es símbolo en el mundo y también fuego...*

Volvemos en solo una semana, el 10 de diciembre, ¡con el resumen anual de 10 minutos! ¡No te lo pierdas!

**movimiento**

*rörelse*

**alimentos**

*livsmedel*

**aumentar**

*öka*

**mejorar la salud**

*förbättra hälsan*

**consejos**

*råd*

**redes sociales**

*sociala medier*

**obsesión**

*besatthet, fixering*

**no tenemos que**

**olvidar**

*vi får inte glömma*

**mantener**

*behålla*

**saludable**

*hälsosam*

**intento**

*jag försöker*

**no es el fin del**

**mundo**

*det är inte hela*

*världen*

**dedicar tiempo a**

*lägga tid på*

**de temporada**

*i säsong*

**la lucha**

*kampen*

**plaza**

*torg*

**la canta**

*han sjunger den*

**resumen anual**

*årskrönika*

**¡No te lo pierdas!**

*Miss a inte det!*