

¿QUÉ PASA?



2023-12-02

Programmanus

av Sofía Martínez

¡Muy buenas! Empieza un nuevo ‘¿Qué pasa?’.

Hoy sobre:

- La gestión del tiempo

María: Siempre se dice: “no dejes para mañana lo que puedas hacer hoy”.

Soy Sofía Martínez.

Pero antes, ¡hablamos de música!

Las mujeres triunfan en los Grammys Latinos

Los Grammys Latinos son los premios más importantes del mundo de la música latina... ¡y en esta edición triunfan las mujeres!

Karol G: ¡No puedo creer que este año el álbum de música urbana lo tiene una mujer!

Varias artistas femeninas ganan en las principales categorías.

Estás buenísimo...

Nathy Peluso gana un premio por el vídeo musical de “Estás buenísimo”.

Esto es una parte su discurso.

Nathy: Viva la música, vivan las historias que suceden a través de la música y, sobre todo, ¡vivan las mujeres, carajo!

El Grammy Latino es para... ¡Natalia Lafourcade!

Natalia Lafourcade hace historia como la mujer con más Grammys Latinos. Este año gana los premios a mejor canción y mejor álbum como cantautora, además de a mejor grabación, por su producción “De todas las flores”.

De todas las flores...

Ella le dedica el premio a todas las mujeres compositoras.

Natalia Lafourcade: Lo dedico a todas las mujeres, amigas... se lo dedico a ustedes.

triunfan
de gör succé

ganan
de vinner
principales
categorías
viktigaste
kategorierna
discurso
tal

cantautora
singer-songwriter
mejor grabación
bästa inspelning
dedica el premio
hon tillägnar priset
compositoras
låtskrivare

La gestión del tiempo

La frase “no me da la vida” se escucha cada vez más. Significa que alguien tiene tantas cosas que hacer que no llega a todo.

Los jóvenes cada vez hacen más cosas y tienen más estrés. Entonces la gestión del tiempo es muy importante.

En una cafetería de Fuengirola, María, de 21 años, explica cuándo piensa que no le da la vida.

María: Cuando empiezo a pensar en que tengo que entregar un trabajo en este día, luego surge otro plan y luego me llaman para problemas del trabajo. Entonces pienso “no me da la vida”, y pues me siento mal.

María dice que si no cumple lo planificado se siente mal.

¿Sientes estrés?

María: Pues la verdad que diría, mayormente, ansiedad.

¿Tienes técnicas para luchar contra esa ansiedad?

María: Lo fundamental es la organización. Es decir, siempre se dice: “no dejes para mañana lo que puedas hacer hoy”.

Pues, por ejemplo, si tengo un examen dentro de tres semanas, pues intento a lo mejor, empezar a hacer los apuntes, para no dejarlo todo para el último día.

Raquel, de 22 años, piensa que tenemos un estilo de vida acelerado y consumista.

Raquel: Creo que sí, que tenemos una vida acelerada. Lo noto cuando paseo por la calle y veo que la gente va mirando el móvil sin prestar atención a otras cosas.

¿Por qué crees que pasa eso?

Raquel: Porque la gente se ha acostumbrado a un estilo de vida basado en el consumo, y va muy rápido.

gestión del tiempo

tidsplanering

“no me da la vida”

“livet/tiden räcker inte till”

no llegar a todo

inte hinna med allt

entregar un trabajo

lämna in ett arbete

cumple

uppfyller

ansiedad

ångest

lo fundamental

es

det viktiga är

no dejarlo para el

último día

inte lämna det till

sista dagen

vida acelerada

betsigt liv

lo noto

jag märker det

sin prestar

atención

inte vara

uppmärksam

se ha

acostumbrado

hon har vant sig

estilo de vida

livsstil

basado en el

consumo

konsumtions-

baserad

“Nada que decir” - Nil Moliner & Marlena (versión *speed up*)

La vida es cada vez más acelerada, y la música también.

Las canciones *speed up* están de moda. Son versiones aceleradas al 150%, es decir, la música y la letra van más rápidas.

Escuchamos la versión *speed up* de “Nada que decir”, de Nil Moliner y Marlena.

Si ya no hay más que hablar

y nos hacemos viejos

Y no te veo en el espejo....

Te pido por favor que no me llames más

que solo tu perdón me va a hacer olvidar

que nos hacemos viejos...

El próximo programa es el 9 de diciembre y es el resumen anual.

Una edición especial de 10 minutos. ¡Chao!

la letra
låttexten
más rápidas
snabbare

resumen anual
årskrönika