

ACTIVIDAD 1

1.1. Lee el siguiente texto y elige la respuesta correcta (A, B o C).

1a. El autor del texto básicamente

- A) da algunas ideas para mantener el cerebro en forma.
- B) aconseja sobre el uso correcto de las pantallas durante el tiempo libre.
- C) recomienda ciertos métodos para relajarse sin tener que pensar.

2a. Este texto NO podría encontrarse en

- A) un blog personal dedicado a la juventud.
- B) una página web de espectáculos juveniles.
- C) una revista de ocio para todo público.

Tu paciencia llegó al límite: tareas, exámenes, discusiones con tu pareja... ¡Basta! Tu cerebro te pide un descanso.



Aunque no puedas más, no cualquier descanso beneficia a tus neuronas... Si eres de los que se pasan interminables horas, pasivamente frente a la pantalla del ordenador o del móvil para entretenerse, o ante la televisión (para quienes aún disfrutan de los medios tradicionales), te tenemos malas noticias: el cerebro registra menos actividad mientras te dedicas a esto que durante el sueño. Es decir, un órgano que ya es un superordenador por sí solo se acostumbra a no procesar la información que le llega "servida en bandeja", y eso lo hace perezoso. Además, estar ante la pantalla a todas y largas horas, generalmente

significa menos interacción social real, costumbre con consecuencias negativas a largo plazo.

Afortunadamente hay bastantes actividades que no solo permiten al cerebro descansar, sino mantenerse en excelentes condiciones para no convertirse en un vago:

A. Hacer "turismo neuronal". Conoce más lugares. No hace falta irse de vacaciones cada fin de semana, ya que esto puedes hacerlo en tu ciudad. Piérdete, coge un autobús y que te lleve adonde nunca has ido. Es que la novedad siempre ayuda a las pobres neuronas a permanecer en buen estado.

B. Interesarse por los demás. Realizando labores sociales utilizarás el cerebro en actividades inesperadas porque te permiten conocer personas de orígenes y visiones del mundo muy diferentes.

C. Escuchar música 8D con auriculares. Al "envolverte", activa el cerebro en su conjunto. Escúchala con los ojos cerrados mientras prestas atención a los instrumentos, la voz, el ritmo...

D. Leer en voz alta Leyendo en voz alta abrirás nuevas rutas neuronales. Por ello sugerimos practicarlo una vez a la semana aunque estés solo.

E. Desarrollar la creatividad. Ella es la madre de todas las operaciones cerebrales pues innovamos, procesamos información y producimos nuevas realidades. Cultivarla no es difícil, mucho menos si lo pones en práctica con amigos. Silenciad alguna película y doblad los diálogos según las imágenes o ¡haced una obra colectiva!... Durante la creación artística empleamos partes del cerebro relacionadas con las formas, los colores y las texturas, así como con procesos de razonamiento muy distintos al razonamiento lógico y lineal.

F. Ejercitar la mano no dominante. Una vez a la semana conviene hacer todo con la mano izquierda si eres diestro o con la derecha si eres zurdo, porque un cruce de hemisferios aumenta las capacidades cerebrales.

(Adaptado de: <https://encuentra.com/>)

1.2. Lee de nuevo el texto y elige la respuesta correcta (A, B o C).

3a. Algunos usuarios de diferentes tipos de tecnología

- A) prefieren descansar su mente un rato viendo cualquier cosa.
- B) duermen menos a causa del número de horas ante una pantalla.
- C) no saben que su cerebro trabaja cada vez menos.

4a. El autor imagina el cerebro como

- A) una persona que es aburrida.
- B) una persona o una máquina.
- C) un órgano que es divertido.

5a. En el texto se dice que las personas

- A) deberían intentar cambiar de rutina diaria.
- B) en su mayoría se sienten estresadas.
- C) podrían leer más.

1.3. ¿A cuál de los siguientes temas (6a. – 10a.) corresponde cada una de las partes del texto? (A-F). Sobra una parte.

6a.	7a.	8a.	9a.	10a.
Utilizando la imaginación	Moviéndose por un mundo invisible	Relacionándose con otras culturas	Probando habilidades físicas	Oyéndose a sí mismo

ACTIVIDAD 2

En el siguiente texto faltan unas palabras. Ayuda a completar cada hueco (11a. – 15a.) con la opción adecuada (A - F). Sobra una opción.

A. líquidos	B. molestos	C. cerrados
D. frecuentes	E. rojos	F. muchos

OJOS SECOS

En determinadas situaciones los ojos pueden quedarse sin lágrimas, como ocurre al estar en un avión, en una habitación con aire acondicionado, o mientras se monta en bicicleta o después de mirar la pantalla de la computadora. La verdad es que existe un síndrome crónico de ojos secos y es uno de los más **11a.** hoy en día, tomando en cuenta que afecta entre un 10% y un 25% de la población mundial. Aparece cuando las lágrimas no pueden lubricar los ojos de forma adecuada, porque son insuficientes o de baja calidad.



Los síntomas de esta afección son muy **12a.**: los ojos arden, pican o se ponen **13a.**. Esto último, en particular, al ser antiestético, incomoda doblemente a muchas personas.

Los tratamientos para la falta de lágrimas no son **14a.**. Suelen incluir gotas y geles **15a.**, que normalmente se administran de por vida para evitar la inflamación y daño de la superficie del ojo.

(Adaptado de: <https://www.salud.com>)

ACTIVIDAD 3

Relaciona los fragmentos de las historias de la columna A (16a. - 20a.) con los correspondientes tipos de la columna B (A – F). Sobra una opción.

	COLUMNA A		COLUMNA B
16a.	«Aquella carta y la letra se lo decían todo. Ahora sabía quién era el asesino».	A	DE FANTASÍA
17a.	«'Sé que queréis el oro y las joyas' — gritó, mirándolos fijamente con el único ojo que le quedaba. Sobre su hombro derecho, el loro batía alegremente las alas».	B	DE AMOR
18a.	«Nunca habían visto algo así. Eran azules y medían apenas unos centímetros, pero eran como... ¿seres humanos?»	C	DE ANIMALES
19a.	«Sus labios se juntaron en un beso con sabor a sandía y verano, mientras brillaban los últimos rayos de sol sobre la arena».	D	DE DETECTIVES
20a.	«El corazón del piloto latía fuerte con el descubrimiento del secreto nuclear. De repente perdió el control del helicóptero y este comenzó a caer...»	E	DE PIRATAS
		F	DE ACCIÓN

ACTIVIDAD 4

En el texto faltan algunas palabras. Ayuda a completar cada hueco (21a. – 25a.) con la opción adecuada (A, B o C).

21a.	A. Porque	B. Para eso	C. Por eso
22a.	A. durante	B. de acuerdo	C. según
23a.	A. llegaron	B. llevaban	C. llenarán
24a.	A. se	B. le	C. les
25a.	A. zoológico	B. turismo	C. productor

El lobo ibérico



A lo largo de los siglos, el hombre ha perseguido a sangre y fuego al lobo ibérico (*Canis lupus signatus*). (21a.) ----, esta bella especie estuvo a punto de desaparecer hace unas décadas en España.

Hoy, habita solamente en una tercera parte de sus antiguos territorios. Se calcula que existen unas 300 manadas de lobos en nuestro país. Son grupos de entre cinco y diez individuos (22a.) ---- la época del año (con o sin crías). Por fortuna, y aunque su presencia es desigual en las diferentes zonas (concentrándose en la zona

noroeste del país), este animal salvaje ha empezado a colonizar nuevos territorios.

En septiembre de 2021 (23a.) ---- muy buenas noticias: gracias a la inclusión del lobo ibérico en el Listado de Especies Silvestres en Régimen de Protección Especial, (24a.) ---- prohíbe cazarlo como deporte. Ahora falta resolver la difícil relación entre esta especie y la crianza de animales de producción.

Finalmente, en contra de lo que creen quienes lo cazan, el lobo nos da mucho: mantiene los ecosistemas sanos y en equilibrio, limpia la naturaleza, es un verdadero punto de atracción para el (25a.) ---- rural -y tiene un valor socio-cultural incalculable.

(Adaptado de: <https://www.wwf.es/>)

ACTIVIDAD 5

5.1. Lee el siguiente texto y elige la respuesta correcta (A, B o C).

26a. Un título adecuado para el texto podría ser

- A) ¿Qué era y qué es el voluntariado?
- B) CES: más de veinte años de espera.
- C) Un Cuerpo que sigue en pie.

27a. El texto se dirige principalmente

- A) al personal joven de algunas organizaciones.
- B) a los adolescentes que creen en la solidaridad y desean ayudar a otros.
- C) a los interesados en actividades de voluntariado.



El Cuerpo Europeo de Solidaridad (CES) existe como programa financiado por la Unión Europea desde 2018 y contó con un

presupuesto operativo de 375,6 millones de euros en el período 2018-2020. Los proyectos de voluntariado ofrecen a los jóvenes de entre 18 y 30 años (hasta los 35 años en el caso de las actividades humanitarias) la posibilidad de contribuir al trabajo de organizaciones especializadas para el beneficio de comunidades locales, en diversos campos, desde la ayuda a las personas en situación de necesidad hasta el apoyo a actuaciones medioambientales y de salud.

Los proyectos del CES constituyen actividades sin ánimo de ganancias, que hayan iniciado, desarrollado y ejecutado los propios jóvenes, de forma individual o en equipo, durante un período que no supere los doce meses y que traten desafíos clave dentro de las comunidades. El voluntariado puede tener lugar en un país distinto al de residencia del participante (proyectos transfronterizos) o en el país de residencia (proyectos nacionales).

Se hace especial hincapié en cuatro aspectos:

- promover la inclusión y la diversidad;
- hacer que los proyectos sean más ecológicos y fomentar un comportamiento sostenible desde el punto de vista medioambiental entre los participantes y las organizaciones;
- apoyar la transición digital mediante proyectos que fomenten las competencias digitales, impulsen la alfabetización digital y mejoren la comprensión de los riesgos y oportunidades de la tecnología digital;

- potenciar la participación de los jóvenes en los procesos democráticos y el compromiso cívico.

Además de estos cuatro ámbitos, el programa tendrá flexibilidad a la hora de añadir prioridades anuales, para poder dedicarse a problemas urgentes, como la salud este año.

Por otra parte, obtener un sello de calidad es una condición obligatoria para la participación de las organizaciones en actividades de voluntariado. Este certifica que una organización está dispuesta a llevar a cabo actividades solidarias de alta calidad y es capaz de ello siguiendo los principios, objetivos y normas de calidad del CES.

Considerando el éxito del CES, este prosigue sus actividades en el período 2021-2027 y las amplía al ámbito de la ayuda humanitaria de la UE. La Comisión ha puesto en marcha la convocatoria de propuestas en el marco del nuevo Cuerpo Europeo de Solidaridad 2021-2027. La prioridad de este año será la salud y movilizará a los voluntarios para que trabajen en proyectos dedicados a los retos sanitarios, especialmente el impacto de la pandemia y la recuperación de los países.

Con un presupuesto de más de 1.000 millones de euros para el período 2021-2027, el programa espera la participación de unos 275.000 jóvenes para que contribuyan a hacer frente a retos sociales y humanitarios participando como voluntarios o creando sus propios proyectos solidarios. Para el primer año de acción, se dispone de más de 138 millones de euros. A partir del siguiente, también se permitirá participar en actividades de voluntariado de ayuda humanitaria en todo el mundo, de manera que los jóvenes contribuyan a aliviar los problemas en terceros países seguros y a apoyar las actividades de ayuda de la UE en esas regiones.

(Adaptado de: <https://ec.europa.eu>)

5.2. Lee de nuevo el texto y elige la respuesta correcta (A, B o C).

28a. Las actividades del Cuerpo Europeo de Solidaridad

- A) se organizan de acuerdo con los estudios de los participantes.
- B) no se pagan y se realizan necesariamente en grupo.
- C) deben tener una duración limitada.

29a. Entre los puntos que enfoca el organismo está el

- A) controlar el número de proyectos medioambientales.
- B) informar sobre los peligros y ventajas de las nuevas tecnologías.
- C) participar más en debates políticos.

30a. El autor afirma que


- A) el sello de calidad lo adquieren opcionalmente las organizaciones participantes.
- B) los programas del CES pueden cambiar su agenda de trabajo, si es necesario.
- C) conviene que la sanidad sea el único asunto de la agenda del período actual.

5.3. Decide si las siguientes afirmaciones son verdaderas (A), falsas (B) o no se mencionan (C):

AFIRMACIONES		VERDADERO A	FALSO B	NO SE MENCIONA C
31a.	Para realizar labores humanitarias, los voluntarios deben tener más de 30 años.			
32a.	Los proyectos transfronterizos atraen a más jóvenes que los nacionales.			
33a.	Una parte del presupuesto está destinada a la construcción de hospitales.			
34a.	Durante el nuevo período, los participantes tienen la posibilidad de presentar proyectos diseñados por ellos mismos.			
35a.	De momento, los jóvenes pueden hacer trabajo voluntario dentro de la UE.			

ACTIVIDAD 6

Por error se ha alterado el orden de los fragmentos del texto que sigue. Utiliza las letras (A – E) para restablecerlo. El primer fragmento (0) es el comienzo.

 GUACAMOLE		X	A	B	C	D	E
0.	Bienvenidos a un programa más de “Sabores”. ¡Existen tantas recetas de guacamole! Hoy les enseñaré una muy sencilla. El ingrediente principal es el aguacate, ese delicioso fruto verde. ¡Cuidado! La pulpa debe estar blanda para consumirlo. Pues, necesitaremos un aguacate grande, cebolleta o cebolla, limón, aceite y sal. Empezamos por lavar bien el aguacate.	X					
36a.	Para una versión mediterránea, por ejemplo, podrían agregarle aceitunas picadas. Y cuidado con el limón, porque el guacamole no debe ser líquido, sino una pasta, tal como ha resultado. Lo bueno es que sirve para untar el pan, para sándwiches o para picar con papitas o nachos.						
37a.	Lo secamos, lo partimos por la mitad, le quitamos la piel, con cuidado para que no salga con la pulpa, y retiramos también el hueso. A continuación lo ponemos en un bol.						
38a.	No sé si lo probaban, pero sí sé que tiene que quedar así, como una pasta o un puré. ¿Ven? Está perfecto. Añadimos una cucharadita de aceite, jugo de limón a gusto, un poquitín de cebolla o cebolleta picada y sal. Ustedes pueden quitar ingredientes o agregar otros, como tomate picado fino (sin la piel), comino o cilantro, etc.						
39a.	Por eso aquí tengo uno de porcelana. Bien, cortamos el aguacate en trozos pequeños (entre 2 y 3 centímetros) y con un tenedor lo molemos bien. “Lo mueles con cariño, niña”, decían mis tías, “para que coman también los ángeles”.						
40a.	En general, eviten los de plástico pues se impregnan con todos los olores. Incluso los vasos de plástico duro absorben sabores y olores y después es muy desagradable utilizarlos. Prefieran que sea uno de cerámica, vidrio u otro material.						

ACTIVIDAD 7

En el siguiente texto se han perdido unos fragmentos. Completa cada hueco (41a. – 45a.) con la opción correcta (A - F). Sobra UNA opción.

A.	Sin embargo, actualmente, 8 millones de jóvenes entre 15 y 29 años que reúnen estas características positivas están excluidos de la economía nacional	B.	En México, el 20% del personal en las empresas dedicadas a dicho sector tiene menos de 24 años, según el informe de la OIT <i>Hacia una recuperación sostenible del empleo</i>
C.	No obstante, con anterioridad a esta, el 77% de la población juvenil mundial (328 millones de personas) tenía un trabajo de modo informal, frente al 60% de las personas adultas	D.	Otro problema que les trajo la covid-19 fue la interrupción de sus programas educativos
E.	Evidentemente, los porcentajes en la educación universitaria y en el mercado laboral de nuestro país, que absorbe a miles de jóvenes cada año, subieron en un 12%	F.	En cuanto a la formación superior, 3,9 millones de matriculados representaban el 91,6% de la matrícula nacional. La gran mayoría cursaba una licenciatura.

ENTRE LA PANDEMIA Y LA INFORMALIDAD

Según la OIT, la tasa de ocupación de jóvenes de 15 a 24 años disminuyó mundialmente en un 8,7% el año pasado. En Latinoamérica y el Caribe, el 16% de los jóvenes perdieron su trabajo o trabajaron menos horas, de acuerdo a la encuesta de la ONU *Juventudes en el Contexto de la Pandemia*. **(41a.)** ----. En otras palabras, 7 de cada 10 jóvenes ocupados lo hacían en condiciones de informalidad, sin contrato, lo cual los dejaba en malas condiciones en caso de perder el empleo.



Una de las áreas que suelen ocupar la fuerza de trabajo joven es el turismo. **(42a.)** ----. Del total que labora en hoteles, restaurantes u otro comercio relacionado, casi el 60% no dispone de un contrato formal, ni de seguridad social, laboral, y tampoco de acceso a los servicios de salud.

(43a.) ----. De acuerdo con la encuesta de la ONU, en junio del año pasado, 3 de cada 10 jóvenes en el mundo no siguieron sus estudios una vez que cerraron las aulas y comenzaron las clases en línea. En México, en 2019 había más de 5,2 millones de estudiantes de nivel medio, de acuerdo con la Secretaría de Educación Pública.

(44a.) ----.

Para la Alianza Jóvenes con Trabajo Digno, “esta generación tiene mayor escolaridad, mejor salud y mayor contacto con la tecnología”. Su potencial productivo es enorme, **(45a.)** ----. De ahí el llamado al gobierno para que adapte el programa “Jóvenes Construyendo el Futuro” con vistas a aumentar la inserción laboral de quienes enfrenten mayores desventajas sociales.

(Adaptado de: <https://www.eleconomista.com.mx/>)

ACTIVIDAD 8

Relaciona las palabras en negrita de la columna A (46a. – 50a.) con su significado en la columna B (A - G). Sobran DOS opciones.

	COLUMNA A		COLUMNA B
46a.	<p>■ Si piensas ir a cenar con Rafa, come antes de salir porque tiene un cocodrilo en el bolsillo.</p> <p>□ ¡Qué exagerados sois!</p>	A.	PARECER DESORDENADO.
47a.	<p>■ ¡Estás como un fideo, chaval!</p> <p>□ Es que he dejado de tomar fritos.</p>	B.	PARECER UNA OPORTUNIDAD
48a.	<p>■ Oye, ¿te suena un tal Andrés Meléndez?</p>	C.	PARECER HIPÓCRITA.
49a.	<p>■ Recoged de inmediato estos papeles y la ropa. ¡Todo está patas arriba!</p>	D.	PARECER TACAÑO.
50a.	<p>■ ¡Comprarte estos zapatos caros con el sueldo que recibes! ¿Dónde tienes la cabeza?</p> <p>□ Eran un chollo. ¿Cómo no comprarlos?</p>	E.	PARECER DELGADO.
		F.	PARECER CONOCIDO.
		G.	PARECER GUAPO.

ACTIVIDAD 9

Rellena cada hueco (1b. – 5b.) con la palabra que falta para completar el texto. El número de cuadros te ayudará.

ELIGIENDO UNA CÁMARA

¿Estás por comprarte tu primera cámara y no sabes **1b.** □□□□ de ellas elegir?

El factor económico es importantísimo, más en Argentina, donde todo lo relacionado con la fotografía es muy caro, aunque curiosamente no se suele hablar mucho de dinero **2b.** □□□□□ se conversa de fotografía.

Antes de comprar un modelo, hay que tener claro **3b.** □□□□□ puedes gastar. Y lo otro: solo usando una cámara vas a aprender qué necesitas en realidad. Por eso, el primer consejo es que si no te alcanza para la cámara de tus sueños, te compres una más barata y empieces ya a hacer fotos **4b.** □□□□□ esta es la única manera de adquirir experiencia.

Además, si para ti una cámara es simplemente un gasto y tu presupuesto es limitado, busca la más barata. Al contrario, si es una inversión para trabajar, puedes comprar en cuotas una más cara. Pero tienes que saber que como las cámaras baratas (*entry level*) también son usadas por profesionales, lo importante es **5b.** □□□□ qué cosa la quieres, no la “categoría” que le asignan los fabricantes.

(Adaptado de: <https://relatorio.com/>)

ACTIVIDAD 10

Piensa en una sola palabra con la que podrías completar cada par de oraciones (6b.-10b.). La primera letra y el número total de ellas te servirán de ayuda.

- 6b.** – ¡Qué cabeza tan d - - - tiene esta persona! Le explicas, pero no entiende.
– Oye, la miniserie que me recomendaste d - - - no sé cuántas horas. No termina nunca.
- 7b.** – Entonces Eva le ofreció la m - - - - - a Adán y cuando este comió...
– El edificio donde vivimos ocupa una m - - - - - completa, formada por cuatro calles sin tráfico .
- 8b.** – ¿Me pasas el d - - -? Me toca jugar a mí. ¡Venga, Metrópolis! ¡A ganar!
– ¡Ha habido unas inundaciones que no veas! Y todo esto d - - - que en esta zona de montaña la erosión del suelo es mucha.
- 9b.** – Es una vergüenza que una buena m - - - - de aparatos eléctricos fabrique productos de mala calidad.
– El descubrimiento de la penicilina m - - - - un momento clave en la historia de la medicina.
- 10b.** - El arte japonés del origami consiste en hacer figuras de p - - - - simbólicas para regalo.
- La alimentación juega un p - - - - importante en el rendimiento físico y mental.

ΣΑΣ ΥΠΕΝΘΥΜΙΖΟΥΜΕ ΟΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΜΕΤΑΦΕΡΕΤΕ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ ΣΤΟ ΕΝΤΥΠΟ 1 ΤΕΛΟΣ ΜΗΝΥΜΑΤΟΣ