

ompersonal newsletter

EL BOLETIN DE INGLES PREFERIDO POR EL HISPANOHABLANTE

OM News # 395 - Distribuido a 1.037.980 suscriptores - ISSN 1668-4877 Abril 27 2016

1. EDITORIAL

Hola amig@:

Tan de moda están las **selfies** (autofotos) que hoy traemos un **audiotexto sobre diferentes expresiones que llevan la palabra SELF –como prefijo (delante) o sufijo (detrás)– y su plural SELVES.**

La traducción de las palabras que contienen **SELF** o **SELVES** suele ser todo un desafío y hay que jugar con la imaginación. **Por ello, para aprobar tu "puntería", al final del audio proponemos una actividad práctica de traducción. ¡A ponerse las pilas!**

Bienvenidos los nuevos suscriptores que –desde 24 países de Europa y América Latina– continúan acercándose a diario a nuestro portal **en busca de su beca para capacitarse (y certificarse) gratuitamente en inglés.**

Hasta nuestro próximo boletín (miércoles 11 de mayo).

OM PERSONAL ENGLISH
www.ompersonal.com.ar

[Síguenos en Facebook](#)
[Síguenos en Twitter](#)

Recuerda una vez más el lema de nuestro proyecto educativo:
EN OM PERSONAL ENGLISH TU FIDELIDAD TIENE PREMIO.

2. ¿TE FALTA ALGÚN BOLETÍN?

Todos nuestros boletines quincenales OM NEWS — ordenados por año, número y con detalle de contenidos desde su lanzamiento en 2001 — se encuentran alojados en el sitio web **BOLETIN EN INGLES** www.boletinenglish.com Si te falta algún boletín, algún audio para descargar o si simplemente deseas consultarlos [pulsa aquí](#).

3. COMPRENSION AUDITIVA

EXPRESIONES CON "SELF". Interesante audiotexto sobre diferentes expresiones que llevan la palabra SELF como prefijo (delante) o sufijo (detrás) y su plural SELVES.

Descarga el audio y practica inglés mientras viajas. Lee [AQUÍ](#) cómo guardar los audios de nuestros boletines.

Pulsa la palabra "**AUDIO**" de color rojo para escuchar. Para descargar el audio, acerca la flecha del ratón a esa palabra y **con botón derecho** selecciona la opción "**Guardar Archivo (o Destino) Como**" y guarda el archivo en tu móvil o computadora.

"SELF" EXPRESSIONS

AUDIO

Hello! From VOA Learning English, this is "Words and Their Stories".

Have you ever talked to someone who only wants to talk about **themselves**? It's "me, me, me" or "I, I, I" from them all day long! This kind of talk can be a real "turn-off" to the people listening.

themselves: ellos mismos; **all day long:** todo el santo día; **kind of talk:** tipo de charla; **turn-off:** rechazo, asco; **to the people listening:** para quienes escuchan;

But at times, perhaps we are all guilty of being **selfish** or **self-absorbed**. For those days, here are some **self-centered** expressions you can use. Today our program is all about you! Let's start with the word "self."

at times: a veces; **guilty of being:** culpables de ser; **selfish:** egoístas; **self-absorbed:** ensimismados; **self-centered:** egocéntricas;

"Self" can be added to many words to make new words. If you are **self-conscious**, you are aware of yourself in a bad way. You carefully plot your every move. People who are **self-conscious** can seem nervous around others and perhaps not very **self-confident**.

self-conscious: tímido/a, vergonzoso/a; **aware of yourself:** inhibido; **in a bad way:** de forma negativa; **plot your every move:** calculas cada paso que das; **can seem nervous:** pueden verse nerviosos; **self-confident:** seguros de sí mismos;

However, **self-awareness is a good thing.**

however: sin embargo; **self-awareness:** la autoconciencia;

Self-awareness means you recognize both your good points and bad points. A person who is self-aware understands that what they say and do affects the people around them.

self-aware: consciente de sí mismo; **what they say and do:** lo que dicen y hacen; **affects the people around them:** afecta a las personas que los rodean;

The difference between being **self-aware** and **self-conscious** may seem minor. But there is a big difference.

minor: insignificante, de menor importancia;

Self-employed people are people who work for themselves. They are their own bosses. But people who are self-serving only think of their own needs. However, if you are self-employed, being a self-serving business person is a good thing. No one is there to help you. You must look after yourself.

self-employed people: la gente autónoma (que trabaja por cuenta propia); **own bosses:** propios jefes; **self-serving:** interesados (que buscan el beneficio propio); **own needs:** propias necesidades; **look after yourself:** cuidarte tú mismo/a;

Self-preservation is also good thing. You have to depend on yourself to survive. However, self-pity is not a good thing to have. Nobody likes to be around people who always feel sorry for themselves.

self-preservation: la supervivencia o conservación; **depend ON yourself:** depender de ti mismo (presta atención a la preposición *ON* con el verbo *DEPEND* = **depend of** no es correcto); **self-pity:** la autocompasión; **always feel sorry for themselves:** se lamentan todo el tiempo;

You don't have to be filled with **self-pity** to annoy other people around you. If you are unable to make a decision, people could say to you, "**suit yourself.**" This expression is a response when you don't really care what someone does. It means "do as you please." In other words, have it your own way!

to annoy: para incomodar (a); **unable to:** incapaz de; **to make a decision = to take a decision:** tomar una decisión; **suit yourself:** haz lo que te dé la gana; **you don't really care:** cuando realmente no te importa; **what someone does:** lo que haga otra persona; **it means:** significa; **do as you please = have it your own way:** haz como quieras;

Let's listen to an example:

A: I don't think I'm going to the party tonight.

B: But you just said you were going and that you would give me a ride!

A: Okay, I'll go.

B: Look, suit yourself. Don't go because of me. But make up your mind!

you would give me a ride: me llevarías (en tu carro, en tu coche); **but make up your mind:** pero decídate de una vez;

Some expressions using the word "self" can sound strange. Take, for example, the saying **to be beside yourself.** To many people, this might sound like you are having an out-of-body experience. But **to be beside yourself** means to be affected by a strong, usually negative emotion, like anger or sadness.

to be beside yourself: estar fuera de sí; **out-of-body experience:** experiencia extracorporal; **like anger or sadness:** como ira o tristeza;

Here are a few examples:

When her mother died, she was beside herself with grief.

He was so upset that he was beside himself.

beside herself with grief: fuera de sí de pena (femenino); **so upset:** tan alterado; **beside himself:** fuera de sí (masculino);

Another unusual-sounding expression is **to be full of yourself.** This means that you think so highly of yourself that you are full; there is no room for anyone else.

unusual-sounding expression: expresión que suena poco común; **to be full of yourself:** ser engraido/a, vanidoso/a, presuntuoso/a; **so highly of yourself:** tan bien de ti mismo/a; **full:** lleno/a, completo/a; **there is no room:** no queda lugar

If you are full of yourself, you might think that you are the greatest thing since sliced bread – a common expression in American English. If you are full of yourself, you may need to get over yourself. "To get over yourself" may sound like a difficult physical exercise. But it only means that you need to think of others – not just yourself.

the greatest thing since sliced bread: lo más grande que existe desde que se inventó el pan en rebanadas (slang australiano); **to get over yourself:** dejar de ser egoísta o de sentirse el ombligo (centro) del mundo; **think OF others:** pensar en los demás (atención a la preposición *OF* con el verbo *THINK* = **think in** no es correcto);

If you are way too caught up in your own life or think you are better than everyone else, others might say to you, **“Get over yourself.”**
way too caught up in your own life: demasiado concentrado en tu propia vida; **get over yourself:** baja a la tierra (deja de ser egoísta);

Now, **getting out of your own way** is different. This means that the thing or barrier keeping you from getting what you want is you! If you are the reason you are not achieving your goals, a friend could say to you, **“You have to get out of your own way!”**
getting out of your own way: dejar de salirse con la suya (dejar de encapricharse); **barrier:** barrera, obstáculo; **achieving your goals:** logrando tus metas u objetivos;

People who experience hard times can become a shadow of their former self. This means they have less influence or strength than they once did.
who experience hard times: que pasan momentos difíciles; **become a shadow of their former self:** convertirse en una sombra de lo que eran; **less influence or strength:** menos influencia o fortaleza; **than they once did:** de la que alguna vez tuvieron;

For example, imagine a man who has a loving wife, a high-paying job and helps out in his community. Then his wife leaves him. She blames herself for the separation. But this doesn't help. The man turns to alcohol to escape his marriage problems. Then he loses his job, his home, his friends. When you see how low he has fallen, you could say he is a shadow of his former self.
loving wife: esposa cariñosa; **a high-paying job:** empleo muy bien remunerado; **helps out:** coopera; **leaves him:** lo abandona; **blames herself for:** se culpa (a sí misma) por; **doesn't help:** no sirve de nada; **turns to alcohol:** acude al alcohol (se vuelve alcohólico); **to escape:** para huir de; **how low he has fallen:** lo bajo que ha caído;

But enough about him. Let's get back to you. Practice using some of these “self” expressions to express yourself. I'm Anna Matteo.
let's get back to you: regresemos a ti (a tu persona); **to express yourself:** para expresarte.

Y ahora demuestra tu habilidad en este ejercicio traduciendo estas 7 palabras que usan SELF y están relacionadas con tu capacitación en nuestro portal. **Revisa luego las respuestas al pie del boletín.**

1. SELF-IMPROVEMENT

2. SELF-DETERMINATION

3. SELF-TEACHING

4. SELF-TESTING

5. SELF-EDUCATION

6. SELF-EVALUATION

7. SELF-LEARNER

4. TODA LA CARRERA DE INGLES 100% GRATIS

Si ya has estudiado inglés, antes de iniciar un curso **realiza aquí el test de nivel.**
Si nunca has estudiado inglés, **comienza aquí el curso principiante.**
Recuerda que nuestra plataforma de capacitación está en **www.ompersonal.com.ar**

IMPORTANTE: Nuestros cursos, exámenes y certificados son 100% gratis. Nada tienes que pagar desde el comienzo hasta el final de tu capacitación.
Hemos distribuido en **4 ETAPAS** de aprendizaje nuestros cursos de inglés y en esas cuatro etapas completarás **toda la carrera del idioma inglés.** Observa...

1) ETAPA INICIACION

Para quienes nunca estudiaron inglés (o ya olvidaron lo poco que estudiaron).
PRINCIPIANTE <http://tinyurl.com/6xtj5v>

2) ETAPA APRENDIZAJE

Para quienes estudiaron uno o dos años de inglés.

BASICO A INTERMEDIO BAJO <http://tinyurl.com/7f13qms>

INTERMEDIO A INTERMEDIO ALTO <http://tinyurl.com/7f2xsyh>

AVANZADO <http://tinyurl.com/3xxbwuy>

3) ETAPA ACADEMICA

FCE - FIRST CERTIFICATE EXAM <http://tinyurl.com/7nurgs3>

CAE - CERTIFICATE IN ADVANCED ENGLISH <http://tinyurl.com/kysyo2k>

CPE - CERTIFICATE OF PROFICIENCY IN ENGLISH <http://tinyurl.com/kzrx5fj>

TOEFL TEST <http://tinyurl.com/6nluaw>

4) ETAPA ESPECIALIZACION

AVANZADO DE NEGOCIOS <http://tinyurl.com/69h28g>

CONVERSACION <http://tinyurl.com/cgqx43j>

REDACCION <http://tinyurl.com/6rshxc>

PRONUNCIACION <http://tinyurl.com/7tfl4zw>

BASICO A INTERMEDIO PARA SORDOS <http://tinyurl.com/25gz99z>

5. PRACTICA DE COMPRESION DE TEXTOS

HEMOS RENOVADO NUESTRA WEB "CUENTOS EN INGLES" DONDE ENCONTRARÁS UNA AMPLIA VARIEDAD DE CUENTOS CORTOS Y ARTÍCULOS CON GLOSARIO Y AUDIO MP3. GRACIAS POR VISITARNOS EN www.CUENTOSenINGLES.com.ar

CUENTOS
parachicos.com

Pulsa aquí para visitar la NUEVA SECCION DE "RADIOCUENTOS", además de obras de teatro, canciones flash, tests ilustrados y bilingües para tus niños... y mucho más.

6. OM SHOPPING

AHORA PUEDES ADQUIRIR NUESTROS CURSOS EN ARCHIVOS DESCARGABLES. **CONSULTA AQUÍ** nuestro catálogo completo de productos promocionales.

¿CÓMO COMPRO DESDE MI PAÍS?

Antes de comprar consúltanos a info@ompersonal.com.ar y titula tu mensaje **COMPRA DE PRODUCTOS**. Los precios **incluyen todos los gastos de envío** dentro de Argentina y hacia el Exterior.

Reiteramos que para disfrutar de las bondades de nuestro portal gratuito no tienes obligación alguna de comprar nuestros productos.

7. ADMINISTRA TU SUSCRIPCION A ESTE BOLETIN

ALTAS: Si ya estás recibiendo este boletín **no es necesario volver a darte de alta**. Recibir este boletín significa que **ya estás automáticamente matriculad@ a este boletín y a todos nuestros cursos**.

CAMBIO DE E-MAIL DE SUSCRIPCION: Si deseas cambiar tu dirección de suscripción, envía **desde tu email de suscripción** un mensaje a info@ompersonal.com.ar con la palabra **CAMBIO EMAIL** en el "Asunto" de tu correo. En el interior del mensaje **especifica sin errores** el nuevo e-mail de ALTA.

BAJAS: Si deseas cancelar definitivamente tu suscripción envía **desde tu email de suscripción** un mensaje en blanco a ompersonal-baja@eListas.net (el email con el cual te has matriculado **aparece al final-final de cada boletín**). Aguada un segundo mensaje de confirmación **y respóndelo** para confirmar tu baja definitiva.

MUCHAS GRACIAS POR LEERNOS.

ANSWERS TO ACTIVITY.

1. self-improvement = superación personal.
2. self-determination = autodeterminación.
3. self-teaching = autoformación.
4. self-testing = autoevaluación.
5. self-education = autoaprendizaje.
6. self-evaluation = autoevaluación..
7. self-learner = autodidacta.

próximo boletín: mayo 11, 2016

Agradecemos que reenvíes este boletín a quienes puedan estar interesados en aprender y practicar gratuitamente inglés en nuestro megaportal.

OM NEWS es una publicación quincenal de distribución gratuita perteneciente al portal OM Personal Multimedia English www.ompersonal.com.ar Responsable: Orlando Moure, Jorge Luis Borges 2485, Piso 12, Código Postal: C1425FFI, Ciudad Autónoma de Buenos Aires, República Argentina.