

# MUJERES

## EXTRAORDINARIAS



Nelly  
Andrade-Hughes



# **Mujeres**

## **EXTRAORDINARIAS**

*Intermediate Version*

by  
**Nelly Andrade-Hughes**

Edited by  
**Carol Gaab**

Portraits by Gwenna Zanin

Graphic Art by Kheya Siddiqui

Cover Design by Kristy Placido

Copyright © 2021 Fluency Matters  
All rights reserved.

ISBN: 978-1-64498-229-7

Fluency Matters, P.O. Box 13409, Chandler, AZ 85248  
[info@FluencyMatters.com](mailto:info@FluencyMatters.com) • [FluencyMatters.com](http://FluencyMatters.com)

# **A Note to the Reader**

This Comprehension-based™ reader is written strategically and comprehensibly to help learners easily pick up the language while enjoying a compelling and informative read. It is based on a manageable amount of vocabulary and numerous cognates, making it an ideal read for advanced-beginning and intermediate level students.

There are two versions of this book under one cover: Novice and Intermediate. The Novice version is based on just 190 unique words, while the expanded intermediate version contains 331 unique words.

All vocabulary from each version is listed in the corresponding glossary at the end of each story, in the middle of the book. Keep in mind that many verbs are listed in the glossary more than once, as most appear throughout the book in various forms and tenses. (Ex.: I go, he goes, he went, let's go, etc.) Language that would be considered beyond the targeted level is footnoted within the text at the bottom of the page where the expression first occurs.

You are sure to be amazed and inspired by the incredible stories of these extraordinary women! We hope you enjoy the stories and enjoy reading your way to FLUENCY!

## About the Author

Nelly Andrade-Hughes is an outstanding Spanish teacher, presenter, and author. She has been teaching Spanish at all levels since 2006. She has presented on acquisition-driven activities and strategies at the local, state and national level. Nelly is a sought-after proofreader and creator of many educational materials. She is an advisor of the Spanish Club and Sociedad Honoraria Hispánica at her school and seeks every opportunity to engage students with her beautiful native language.

*Mujeres extraordinarias* is Nelly's third Comprehension-based™ Reader. She is also the author of *Selena* and *Minerva*.

**This is the  
Intermediate version of  
*Mujeres  
extraordinarias.***

**To read the Novice  
version, please turn the  
book over and read from  
the back cover.**

# Índice

<b>Beatrice Vio: Atletas paralímpica . . . . .</b>	<b>1</b>
<b>Yusra Mardini: Nadadora olímpica . . . . .</b>	<b>8</b>
<b>Sonita Alizadeh: Rapera . . . . .</b>	<b>16</b>
<b>Irena Sendler: Trabajadora social y filántropa . . . . .</b>	<b>23</b>
<b>Petra Herrera: Revolucionaria . . . . .</b>	<b>32</b>
<b>Clemantine Wamariya: Escritora y activista . . . . .</b>	<b>39</b>
<b>Glosario . . . . .</b>	<b>48</b>
<b>Bibliography . . . . .</b>	<b>74</b>





## Beatrice Vio: Atleta paralímpica



Beatrice «Bebe» Maria Adelaide Marzia Vio nació el 4 de marzo de 1997 en Venecia, Italia. Bebe es la segunda de tres hermanos. Cuando tenía 5 años, Beatrice visitó una clase de esgrima<sup>1</sup>. El profesor la vio, le dio una espada y permitió que participara en la clase. Inmediatamente, a Bebe le gustó mucho la esgrima y, por eso, les dijo a sus padres que quería comenzar a tomar clases. Era una niña muy atlética y, en poco tiempo, todos se dieron cuenta de que tenía un gran talento para la esgrima. Rápidamente, la esgrima se convirtió en la actividad favorita de Bebe.

<sup>1</sup>esgrima - fencing

Un día, cuando Bebe tenía 11 años, comenzó a sentirse muy mal. Tenía un fuerte dolor de cabeza, mucha fiebre y vómito, además no tenía energía ni para la esgrima. Sus padres estaban muy preocupados y decidieron ir con ella al hospital. En el hospital, los doctores dijeron que Bebe tenía una enfermedad terrible: meningitis bacteriana. Los doctores les dijeron a sus padres: «Es muy probable que Bebe muera a causa de la meningitis».

Los días pasaron y, contrario a lo que dijeron los doctores, Bebe comenzó a sentirse mejor. En ese momento, su familia supo que Bebe iba a vivir, pero también supo que su vida nunca iba a ser como antes. La meningitis le había causado una septicemia y los doctores le habían tenido que amputar los dos brazos –por debajo de los codos<sup>2</sup>– y las dos piernas –por debajo de las rodillas–. Además, a consecuencia de la septicemia, Bebe tenía marcas en todo el cuerpo, incluyendo la cara.

Beatrice pasó tres meses y medio en el hospital. Durante ese tiempo, le tuvieron que hacer varios trasplantes de piel<sup>3</sup>. Después de cada operación, Bebe sufría de

<sup>2</sup>*por debajo de los codos - below the elbow*

<sup>3</sup>*trasplantes de piel - skin transplants*

dolores terribles en todo el cuerpo. «Todo va estar bien, Bebe. Muy pronto vas a caminar otra vez», le decía su padre. El padre de Bebe, una persona optimista, sabía que su hija se iba a recuperar. Además, él estaba decidido a encontrar las prótesis perfectas para su hija. Él quería que Bebe fuera una persona independiente otra vez.

Después de varios meses en el hospital y de muchas operaciones, Bebe regresó a la escuela. El primer día de clases, Bebe se dio cuenta de que todas las personas la miraban con curiosidad. Por eso, decidió hablar con los otros estudiantes y también con todos los profesores. Ella quería explicarles lo que era la meningitis y por qué había resultado en la amputación de los brazos y las piernas. Bebe sabía que si educaba a las personas, ellos ya no la mirarían con curiosidad.

Además, ella quería que todos comprendieran que las diferencias hacen que el mundo sea un sitio más interesante. Así, Bebe obtuvo un permiso especial de la administración de su escuela para hacer una asamblea. Durante la asamblea, ella explicó su enfermedad y, además, les pidió a todos que pensarán en lo tedioso que sería este mundo si no existieran las diferencias.

Cuando finalmente Bebe recibió sus prótesis, se dio cuenta de que necesitaba aprender muchas cosas. Necesitaba aprender a levantarse, a caminar, a sentarse, a tomar diferentes objetos con las manos y hasta a comer sola. Bebe es una persona perseverante y, por eso, en solo unos meses ya estaba haciendo muchas de esas cosas. Así, solo un año después de que le amputaran los brazos y las piernas, Bebe decidió practicar la esgrima otra vez.

Bebe y sus padres hablaron con los doctores, pero ellos les dijeron que no era una buena idea que ella practicara esgrima otra vez. Además, muchas personas les dijeron que en la esgrima no había atletas sin brazos. Les dijeron que los brazos eran esenciales para la esgrima. Todos pensaban que sería imposible que ella pudiera competir. La familia de Bebe los ignoró. Ellos decidieron que iban a buscar a una persona que pudiera hacer las prótesis perfectas para que Bebe practicara esgrima otra vez.

Bebe experimentó con muchas prótesis diferentes. Habló con muchos expertos y, finalmente, encontró lo que necesitaba. Decidió no usar un brazo protésico... ¡Decidió que la espada estaría unida directamente a su codo! Pero, ¿cómo iba a competir? ¿Iba a usar sus piernas protésicas?

Un día, mientras Bebe estaba viendo una competencia paralímpica de esgrima, se dio cuenta de que las atletas usaban sillas de ruedas. Nadie usaba prótesis. Aunque Bebe podía caminar perfectamente bien con sus prótesis, decidió que competiría usando una silla de ruedas especial para la esgrima.

Bebe comenzó a practicar mucho porque sabía que ya no podía usar las técnicas de antes. Ella sabía que iba a tener que competir atacando porque le iba a ser imposible retraerse<sup>4</sup>. Como resultado, Bebe pasó muchas horas practicando. En muchas ocasiones se sintió frustrada. Lloró mucho, pero decidió usar su frustración como motivación. Bebe no solo continuó practicando todos los días, también continuó con sus estudios porque quería graduarse de la escuela.

Finalmente, en el 2010, Bebe participó en su primera competencia de esgrima en silla de ruedas. Durante esa competencia, todos se dieron cuenta de que ella era una persona sin miedo, decidida y fuerte. Ella continuó compitiendo y mejorando su técnica. Así, después de un año, Bebe obtuvo el primer (1.<sup>er</sup>) lugar en una competencia internacional y, como resultado, la invitaron a ser parte del equipo italiano de esgrima en silla de ruedas. En

<sup>4</sup>*retraerse - to retreat, withdraw (psychologically)*

poco tiempo, Bebe comenzó a representar a su país en varias competencias internacionales. Obtuvo muchos segundos lugares, pero para ella eso no era suficiente. Bebe quería ser la número uno.

En el 2014, Bebe obtuvo... ¡su primera medalla de oro! Como resultado, el equipo italiano la invitó a participar en los Juegos Paralímpicos de Río de Janeiro. Bebe tenía un problema, como no tenía tiempo de ir a clases, sus notas no eran muy buenas. Sus profesores le dijeron que tenía que decidir: la escuela o la esgrima. Bebe decidió que las dos cosas eran importantes para ella. Quería participar en los Juegos Paralímpicos, pero también quería graduarse de la preparatoria e ir a la universidad.

Bebe continuó estudiando durante el día y practicando todas las tardes. Y fue así como, en el 2016, finalmente tuvo la oportunidad de ir a Río de Janeiro con el equipo italiano de esgrima. En Río, Bebe obtuvo la victoria en todas sus competencias y... ¡llegó a la final! La final iba a ser difícil. Su rival iba a ser la campeona paralímpica Jingjing Zhou, de China.

Bebe se preparó mucho física y mentalmente. El día de la competencia Bebe estaba muy nerviosa, pero también se sentía preparada. La final comenzó. Bebe atacó.

Después, Jingjing también atacó. Muchos pensaban que Jingjing iba a obtener el oro, pero Bebe estaba decidida a obtenerlo. Bebe atacó nuevamente y... de pronto la competencia fue interrumpida. La espada de Jingjing había penetrado la máscara de Bebe. Los médicos la examinaron. Bebe les dijo que estaba bien, que podía continuar. Los médicos la escucharon y le permitieron continuar. Bebe atacó otra vez a Jingjing y, finalmente, ¡obtuvo la medalla de oro!

Después de ganar la medalla de oro, Bebe se concentró en sus estudios y se graduó de la preparatoria. Después de la graduación, Bebe Vio decidió ir a la Universidad de Roma para estudiar Comunicaciones y Relaciones Internacionales. Además, ella y sus padres fundaron Art4Sport, una organización que ayuda a las personas que necesitan prótesis. Hasta este momento, Bebe continúa practicando esgrima porque quiere continuar participando en los Juegos Paralímpicos. Ella quiere obtener otra medalla de oro.

## Yusra Mardini: Nadadora olímpica



Yusra Mardini nació el 5 de marzo de 1998 en Damasco, Siria. Yusra es la segunda de tres hermanas. Cuando era pequeña, Yusra le tenía miedo al agua. Un día su papá le dijo: «Métete al agua. No te va a pasar nada. Todo va a estar bien». El papá de Yusra la convenció y ella aceptó meterse al agua. En poco tiempo, la natación se convirtió en la actividad favorita de Yusra. Para ella nadar era como transportarse a un mundo donde los problemas no existían.



Yusra comenzó a practicar todos los días y, en poco tiempo, comenzó a participar en varias competencias de natación. Su entrenador le dijo que era una atleta excelente y que, si continuaba practicando, en el futuro podría competir en los Juegos Olímpicos. En ese tiempo Yusra era una niña feliz porque pensaba que tenía todo lo que necesitaba: la oportunidad de nadar todos los días, de ir a la escuela y de pasar tiempo con su familia a la que adoraba.

Yusra vivió feliz en Siria hasta el 2011. En el 2011, muchas personas de Siria comenzaron a protestar en contra<sup>1</sup> del presidente Asad. Esas personas protestaban porque decían que su gobierno no era democrático. Al presidente Asad no le gustaban las protestas y, como resultado, sus hombres comenzaron a atacar a los protestantes. En poco tiempo la violencia en Siria se convirtió en un grave problema y, como resultado, muchas personas inocentes comenzaron a morir.

Había mucha violencia en Damasco. Además, las bombas ya habían destruido gran parte de la ciudad. Tristemente, el club de natación donde Yusra practicaba fue bombardeado y destruido. Como resultado, ella ya no

<sup>1</sup>*en contra - against*

tenía dónde nadar. La situación se hacía más violenta. Cada día había más ataques y bombardeos en Damasco. Cada día era más difícil que las personas salieran de sus casas. Cada día estaban muriendo más y más personas inocentes. Por eso, como respuesta a la violencia, muchas personas comenzaron a abandonar la ciudad y también el país.

Yusra se dio cuenta de que la situación era muy grave y decidió hablar con sus padres: «Necesitamos irnos de Siria. Tenemos que irnos a Europa. Si continuamos viviendo en Damasco, es posible que nosotros también seamos víctimas de la violencia». Los padres de Yusra la escucharon, pero le dijeron que no podían irse de Siria porque su hermanita era muy pequeña; solo tenía 6 años.

Cuando Yusra tenía 14 años, su casa fue destruida durante uno de los bombardeos. La familia Mardini tenía mucho miedo y, por eso, la madre de Yusra decidió que sus dos hijas mayores, Sara y Yusra, tenían que salir de Siria inmediatamente. Quería que ellas comenzaran una nueva vida en Berlín. Unos días después, Sara y Yusra salieron de Damasco sin sus padres. Cuando salieron de Damasco solo tenían un poco de ropa, un celular y el dinero que necesitaban para pagarles a los traficantes

que las iban ayudar a escapar a Europa.

Sara y Yusra fueron al aeropuerto de Damasco y tomaron un vuelo a Beirut, la capital de Líbano. En Beirut, tomaron un vuelo a Estambul, Turquía. Cuando las hermanas Mardini salieron del aeropuerto de Estambul, tenían mucho miedo. Tenían miedo de que la policía las arrestara y las deportara a Siria. Aunque tenían miedo, Yusra y Sara fueron directamente a la costa porque sabían que ahí encontrarían a un traficante que las ayudaría a llegar a Grecia. Cuando las hermanas finalmente encontraron a un traficante, le dieron dinero y esperaron al bote que las llevaría a Grecia.

Cuando el bote llegó a la costa, Yusra, Sara y otras dieciocho personas lo abordaron. El bote comenzó a navegar hacia Grecia pero, en poco tiempo, la guardia costera de Turquía los interceptó y los obligó a regresar a la costa. El traficante les dijo que otro bote iba a llegar en unas horas y que, cuando llegara, finalmente navegarían hacia Grecia. Después de unas horas, un pequeño bote llegó a la costa. Era un bote de motor para 6 personas, pero los traficantes les dijeron: «Todos, al bote». ¡Había 20 personas en el bote! ¿Realmente iban a poder llegar a Grecia?

Quince minutos después de salir de la costa de Turquía, el motor del bote ya no estaba funcionando. Todos estaban nerviosos. De repente, las personas que estaban en el bote se dieron cuenta de que tenían otro problema... ¡El agua se estaba metiendo al bote! El agua se estaba metiendo al bote porque era muy pequeño y también porque llevaba muchas personas y muchas cosas. «Necesitamos tirar las cosas al agua», dijo una persona. Yusra, Sara y las otras personas comenzaron a tirar todas sus posesiones al agua, pero el agua continuaba entrando al bote. ¿Iban a morir?

Yusra y Sara nadaban muy bien, así que decidieron meterse al agua para jalar el bote. Otras dos personas, que también nadaban muy bien, se metieron al agua con Yusra y Sara. El agua estaba muy fría, pero trataron de ignorar el frío. Si ellos no jalaban el bote, la mayoría de las personas iba a morir. Los cuatro comenzaron a jalar el bote. Ellos nadaban y jalaban, nadaban y jalaban. Yusra jalaba el bote usando una cuerda<sup>2</sup> y, como resultado, sufrió varias laceraciones en una de sus manos. Además, la temperatura del agua hacía que ya no pudiera sentir los pies. ¡Estaba exhausta! No sabía si iba a poder nadar hasta la costa de Grecia.

<sup>2</sup>cuerda - rope

De repente, Yusra vio a un niño pequeño que estaba en el bote. El niño la estaba mirando. Era obvio que tenía mucho miedo. Yusra pensó en su hermanita y continuó nadando. Las cuatro personas nadaron por tres horas y media hasta que, finalmente, llegaron a la costa de Grecia. Después de llegar a Grecia, Yusra y Sara comenzaron a caminar hacia Alemania. Las hermanas pasaron por Grecia, Macedonia y Serbia. En varias ocasiones tuvieron que esconderse<sup>3</sup> entre los árboles para que la policía no las viera y las arrestara.

Finalmente, después de mucho caminar, llegaron a Hungría y... ¡fueron arrestadas por la policía! La policía llevó a Yusra y a Sara a un campo de refugiados. Ellas hablaron sobre su situación y decidieron que no iban a vivir en ese campo. El plan era vivir en Alemania y ¡ellas estaban decididas a llegar a Alemania! Por eso, las hermanas hicieron un plan para escapar del campo de refugiados. Así, una noche, gracias a que tenían un excelente plan, Yusra y Sara se escaparon del campo de refugiados y continuaron caminando hacia Alemania. Las hermanas pasaron por 9 países diferentes en un mes, hasta que, finalmente, llegaron a Berlín.

<sup>3</sup>*esconderse - to hide*

En Alemania, Yusra y Sara fueron bien recibidas. Ya no tenían miedo de ser deportadas. Así, las hermanas comenzaron a vivir en un campo alemán con otros refugiados.

En Berlín, Yusra encontró un sitio donde ¡iba a poder nadar otra vez! Pero ella no solo quería nadar, quería competir. Así que decidió audicionar para uno de los equipos de natación de Berlín y, para su sorpresa, ¡fue aceptada! En poco tiempo, muchas personas del club se dieron cuenta de que Yusra tenía un gran talento para la natación y, por eso, decidieron ayudarla. Todos querían que ella representara al club en las competencias de natación.

En el 2016, los organizadores de los Juegos Olímpicos decidieron aceptar a un equipo olímpico formado solo por refugiados. Y, ¡Yusra iba a participar en ese equipo! Fue así como Yusra Mardini tuvo la oportunidad de competir en el nado de 100 metros mariposa. No obtuvo una medalla olímpica, pero la Organización de las Naciones Unidas la invitó a hablar sobre los problemas y sufrimientos de los refugiados.

Con el tiempo, el resto de la familia de Yusra también pudo irse a vivir a Alemania. Hasta el momento, Yusra continúa representando a los refugiados de todo el mundo en diferentes eventos internacionales. Además, se está preparando para participar en las competencias de natación de los Juegos Olímpicos Tokio 2021.

# Glosario

## A

**a** - to

**abandonar** - to abandon

**abordaron** - they boarded

**abordó** - s/he boarded

**abril** - April

**abuela** - grandmother

**abusaban** - they abused

**(que) abusara** - (that) s/he abused

**acceso** - access

**accidentalmente** - accidentally

**acciones** - actions

**(fue) aceptada** - (was) accepted

**aceptar** - to accept

**aceptaron** - they accepted

**aceptó** - s/he accepted

**actividad** - activity

**activista** - activist

**activistas** - activists

**actuar** - to act

**además** - also, furthermore

**administración** - administration

**admiraban** - they admired

**adolescentes** - adolescents, teenagers

**adoptivas** - adoptive

**adoraba** - s/he adored

**adultos** - adults

**aeropuerto** - airport

**afectadas** - affected

**afgana(s)** - Afghan(s)

**Afganistán** - Afghanistan

**afganos** - Afghans

**África** - Africa

**africanos** - Africans

**agentes** - agents

**agua** - water

**ahí** - there

**ahora** - now

**al** - to the

**alcohol** - alcohol

**alemán** - German

**Alemania** - Germany

**algo** - something

**algún** - some, any

**ambulancias** - ambulances

**amiga** - friend

**amputar** - to amputate



**(que) amputaran** - (that)  
they amputated  
**animales** - animals  
**antes** - before  
**año(s)** - year(s)  
**aparece** - s/he appears  
**aprender** - to learn  
**(habían) aprendido** - (they  
had) learned  
**aprendió** - s/he learned  
**árboles** - trees  
**armada** - armed  
**armamento** - armament  
**armas** - weapons  
**arrestada(s)** - arrested  
**(que) arrestara** - (that) s/he  
arrested  
**artillería** - artillery  
**artistas** - artists  
**asamblea** - assembly  
**(fuera) asesinada** - (that she  
were) murdered  
**(fueron) asesinados** - (they  
were) murdered  
**asesinando** - murdering  
**así** - so  
**asociación** - association  
**atacando** - attacking  
**atacar** - to attack

**atacó** - s/he attacked  
**ataques** - attacks  
**atentamente** - attentively  
**atleta(s)** - athlete(s)  
**atlética** - athletic  
**audicionar** - to audition  
**aunque** - even though, al-  
though  
**aventuras** - adventures  
**ayuda** - help  
**ayudaba** - s/he was helping  
**(había) ayudado** - (had),  
helped  
**ayudar** - to help  
**(que) ayudara** - (that) s/he  
helped  
**ayudaría** - s/he/I would help  
**ayudarían** - they would help  
**ayudarla** - to help her  
**ayudo** - I help  
**ayudó** - s/he helped

## B

**bacteriana** - bacterial  
**bajo** - under  
**bala(s)** - bullet(s)  
**bañarte** - to bathe  
**baños** - bathrooms  
**bar** - bars

## *Mujeres extraordinarias*

**batalla(s)** - battle(s)

**bebé** - baby

**beca** - scholarship

**bien** - well

**biológicas** - biological

**bolsa(s)** - bag(s)

**bombardeado** - bombarded

**bombardeos** - bombings

**bombas** - bombs

**bote** - boat

**brazo(s)** - arm(s)

**buena(s)** - good

**bueno** - good

**buscar** - to search, to look  
for

## **C**

**cabello** - hair

**cabeza** - head

**cada** - each

**caja(s)** - box(es)

**calle(s)** - street(s)

**cámara** - camera

**cambió** - s/he changed

**camina** - s/he walks

**caminaban** - they walked

**caminando** - walking

**caminar** - to walk

**caminaron** - they walked

**caminó** - s/he walked

**campamento** - camp

**campaña** - campaign

**campeona** - champion

**campo(s)** - camp

**camuflarse** - to camouflage

**cancelado** - canceled

**canción** - song

**canciones** - songs

**candidata** - candidate

**cantar** - to sing

**capital** - capital

**capitana** - captain

**cara** - face

**carrera** - career

**casa(s)** - house(s)

**casada** - married

**casando** - tired

**casar** - to marry

**casarse** - to get married

**(se) casó** - s/he got married

**católica** - Catholic

**(a) causa de** - due to, be-  
cause of

**(había) causado** - had  
caused

**celular** - cell phone

**certificado** - certificate

**chofer** - chauffeur, driver  
**cinco** - five  
**ciudad** - city  
**ciudades** - cities  
**clase(s)** - class(es)  
**club** - club  
**código de barras** - barcode  
**codo(s)** - elbow(s)  
**combate** - combat  
**comentarios** - comments  
**comentó** - commented  
**comenzar** - to commence, to start  
**(que) comenzara** - (that) s/he commenced, started  
**(que) comenzaran** - (that) they commenced, started  
**comenzaron** - they commenced, started  
**comenzó** - s/he commenced, started  
**comer** - to eat  
**comida** - food  
**comienza** - s/he commences, starts  
**comité** - committee  
**como** - as, like  
**cómo** - how

**competencia(s)** - competition(s)  
**competir** - to compete  
**competiría** - s/he would compete  
**compitiendo** - competing  
**completa** - complete, full  
**completamente** - completely  
**comprar** - to buy  
**comprende** - s/he comprehends, understands  
**comprender** - to comprehend, to understand  
**comprendía** - s/he understood  
**(que) comprendieran** - (that) they understood  
**comprendió** - s/he understood  
**comunicaciones** - communications  
**comunidad** - community  
**con** - with  
**concentración** - concentration  
**(se) concentró** - s/he concentrated, focused  
**condiciones** - conditions  
**confesar** - to confess  
**confiar** - to trust

## *Mujeres extraordinarias*

**confiesa** - s/he confesses

**conflicto** - conflict

**confundida** - confused

**conocen** - they know, they meet

**conocía** - s/he knew

**conocieron** - they met

**consecuencia(s)** - consequence(s)

**constantemente** - constantly

**construcción** - construction

**(fue) contactada** - she was contacted

**contagiarse** - to become infected

**(se) contagió** - s/he got infected

**contagiosas** - contagious, infectious

**contenta** - content, happy

**continúa** - s/he continues

**continuaba** - s/he continued

**(si) continuamos** - if we continue

**continuar** - to continue

**continuaría** - s/he would continue

**continuaron** - they continued

**continuó** - s/he continued

**contra** - against

**contrario** - contrary

**contribuciones** - contributions

**control** - control

**controlar** - to control

**convencer** - to convince

**convencidos** - convinced  
**(que) convenciera** - (that) s/he convinced

**convenció** - s/he convinced

**conversaciones** - conversations

**(se había) convertido** - s/he (had) become

**convertirse** - to become

**(que se) convirtiera** - (that) s/he became

**(se) convirtió** - s/he became

**coronel** - colonel

**corrían** - they ran

**corridos** - type of Mexican song

**corriendo** - running

**corrieron** - they ran

**cortarse** - to cut

**cosas** - things

**costa** - coast

**costera** - coastal

**creación** - creation

**crear** - to create  
**crearon** - they created  
**crédito** - credit  
**creencia** - belief  
**creó** - s/he created  
**cristal** - crystal; glass  
**crucial** - crucial  
**cruels** - cruel  
**Cruz Roja** - Red Cross  
**cruzar** - to cross  
**cuando** - when  
**cuándo** - when  
**cuántas** - how many  
**cuatro** - four  
**cuatrocientas** - four hundred  
**cuchara** - spoon  
**cuerda** - rope  
**cuerpo** - body  
**cultura** - culture  
**curaba** - s/he cured  
**curar** - to cure  
**curiosidad** - curiosity

## D

**Damasco** - Damascus  
**darle** - to give to him/her  
**dárselos** - to give them to him/her

**de** - of, from  
**debajo de** - underneath, below  
**decía** - s/he said  
**decían** - they said  
**decidida(s)** - decided, determined  
**(han) decidido** - (they have) decided, determined  
**decidieron** - they decided  
**decidió** - s/he decided  
**decidir** - to decide  
**decir** - to say  
**decirle** - to say to her/him  
**decisiva** - decisive  
**defenderlos** - to defend them  
**del** - of the  
**democrático** - democratic  
**(había) demostrado** - (had) demonstrated  
**departamento** - department  
**deportadas** - deported  
**(que) deportara** - (that) s/he deported  
**derechos** - rights  
**descontroladamente** - in an uncontrolled way  
**descubrieron** - they discovered

## *Mujeres extraordinarias*

**desde** - from, since  
**desesperada** - desperate  
**desesperados** - desperate  
**después** - after  
**destino** - destiny  
**destrozados** - destroyed, wrecked  
**destruida(o)** - destroyed  
**detenida** - detained  
**detrás de** - behind  
**día(s)** - day(s)  
**dice** - s/he says  
**dicen** - they say  
**dictador** - dictator  
**dieciocho** - eighteen  
**dieron** - they gave  
**diferencias** - differences  
**diferente(s)** - different  
**difícil** - difficult  
**(que) digan** - (that) they said  
**(se) dijeron** - they said (to each other)  
**dijo** - s/he said  
**dinero** - money  
**(se) dio cuenta de** - s/he found out, realized  
**directamente** - directly  
**discriminados** - discriminated

**disparar** - to shoot  
**dispararon** - they shot  
**disparos** - shots  
**disuelto** - dissolved  
**doctor(es)** - doctor(s)  
**documental** - documentary  
**documentalista** - documentary filmmaker  
**documentos** - documents  
**dólares** - dollars  
**dolor(es)** - pain(s), ache(s)  
**dominada** - dominated  
**donde** - where  
**dónde** - where  
**dos** - two  
**durante** - during

## **E**

**económicamente** - economically, financially  
**educaba** - s/he educated  
**educación** - education  
**educada** - educated  
**educar** - to educate  
**el** - the  
**él** - he  
**elecciones** - elections  
**elefantes** - elephants  
**ella** - she

**ellas(os)** - they  
**en** - in, on  
**encontrar** - to find  
**encontrarían** - they would find  
**encontraron** - they found  
**encontró** - s/he found  
**energía** - energy  
**enero** - January  
**(se) enfermaron** - they got sick  
**enfermas(os)** - sick  
**enfermedad(es)** - illness, disease  
**enfermera(s)** - nurse(s)  
**ensayos** - essays  
**entero** - entire  
**enterró** - s/he buried  
**entonces** - then  
**entrada** - entrance  
**entrando** - entering  
**entrar** - to enter  
**(que) entraran** - (that) they enter  
**entraron** - they entered  
**entre** - between  
**entrenador** - coach  
**entró** - s/he entered  
**epidemia(s)** - epidemic(s)

**equipo(s)** - team(s)  
**era** - s/he/I was  
**eran** - they were  
**error** - error, mistake  
**es** - s/he is  
**esa** - that  
**esas** - those  
**escapando** - escaping  
**escapar** - to escape  
**escaparon** - they escaped  
**escape** - escape  
**esconderse** - to hide  
**(se) escondían** - they hid  
**escribiendo** - writing  
**escribió** - s/he wrote  
**escribir** - to write  
**escrito(s)** - written  
**escritora** - writer  
**escuchaba** - s/he listened, heard  
**escuchar** - to listen, to hear  
**escucharon** - they listened, heard  
**escuchó** - s/he listened, heard  
**escuela** - school  
**ese** - that  
**esenciales** - essential  
**esgrima** - fencing

## *Mujeres extraordinarias*

**eso** - that

**esos** - those

**espacio** - space

**espada** - sword

**especial** - special

**especialmente** - specially

**esperaron** - they waited

**espía** - spy

**esposa** - wife

**esposos** - husband and wife

**esta** - this

**está** - s/he is

**estaba** - s/he was

**estaban** - they were

**Estados Unidos** - United States

**estadounidense** - U.S. citizen

**Estambul** - Istanbul

**están** - they are

**estar** - to be

**estaría** - s/he would be

**estas(os)** - these

**este** - this

**estoy** - I am

**estratega** - strategist

**estudiando** - studying

**estudiante(s)** - student(s)

**estudiar** - to study

**(que) estudiara** - (that) s/he studied

**estudió** - s/he studied

**estudios** - studies

**estudios universitarios** - college classes, college studies

**estuvo** - s/he was

**eucalipto** - eucalyptus

**Europa** - Europe

**eventos** - events

**exactamente** - exactly

**examinaron** - they examined

**excelente** - excellent

**exhausta(s)** - exhausted

**existe** - it exists

**existen** - they exist

**existencia** - existence

**existían** - they existed

**(que) existieran** - (that) they existed

**experiencia** - experience

**experimentó** - experimented

**experto(s)** - expert(s)

**explica** - s/he explains

**explicarles** - to explain to them

**explicó** - s/he explained

**explosivos** - explosives



**extraordinaria** - extraordinary

**extrema** - extreme

## F

**falsos** - false, fake

**familia** - family

**familias** - families

**famosa(o)** - famous

**fan** - fan

**favorita** - favorite

**favoritos** - favorite

**febrero** - February

**felices** - happy

**feliz** - happy

**fiebre** - fever

**final(es)** - final

**finalmente** - finally

**financieros** - financial

**financió** - financed

**física** - physical

**físicamente** - physically

**flotando** - floating

**forma** - form, way

**formado** - formed

**formal** - formal

**formar** - to form

**fotográfica** - photographic

**frente** - forehead

**fría(o)** - cold

**frustración** - frustration

**frustrada** - frustrated

**frutas** - fruits

**fue** - s/he was, went

**fuego** - fire

**(que) fuera** - (that) s/he were

**(que) fueran** - (that) they were

**fueron** - they were, went

**fuerte** - strong

**fui** - I went

**funcionaba** - it functioned, it worked

**funcionando** - functioning, working

**fundaron** - they founded

**furiosa** - furious

**futuro** - future

## G

**ganadoras** - winners

**ganando** - winning

**ganar** - to win

**ganó** - s/he won

**general** - general

**genocidio(s)** - genocide(s)

**gobierno** - government

## *Mujeres extraordinarias*

**gracias** - thank you  
**graduación** - graduation  
**graduarse** - to graduate  
**graduó** - s/he graduated  
**gran** - great  
**grave(s)** - grave, serious  
**Grecia** - Greece  
**gritos** - screams  
**grupo(s)** - group(s)  
**guardaron** - they kept, put away  
**guardia** - guard  
**guardó** - s/he kept, put away  
**gueto** - ghetto  
**guiar** - to guide  
**guitarra** - guitar  
**(le) gustaba** - it was pleasant (to him/her)  
**(le) gustaban** - they were pleasant (to him/her)  
**(le) gustó** - it was pleasant (to him/her)

## **H**

**había(n)** - there was, there were  
**habilidades** - abilities  
**habla** - s/he talks  
**hablaba** - s/he was talking

**hablaban** - they were talking  
**hablando** - talking  
**hablar** - to talk  
**(que) hablara** - (that) s/he talked  
**(que) hablaran** - (that) they talked  
**hablaron** - they talked  
**(que) hables** - that they talk  
**habló** - s/he talked  
**hacen** - they do, make  
**hacer** - to do, to make  
**hacerlo** - to do it, to make it  
**hacia** - towards  
**hacía** - it made  
**(se) hacía** - it became  
**haciendo** - doing, making  
**(que) hagan** - (that) they did, made  
**hasta** - until  
**hermana(s)** - sister(s)  
**hermanita** - little sister  
**hermano** - brother  
**hermanos** - brothers, siblings  
**heroínas** - heroines  
**hicieron** - they made, they did  
**hija(s)** - daughter(s)

**hijab** - hijab  
**hijo** - son  
**hijos** - sons, children  
**historia** - history, story  
**historiadores** - historians  
**historias** - stories  
**hizo** - s/he made  
**hombre** - man  
**hombres** - men  
**horas** - hours  
**horror** - horror  
**hospital(s)** - hospital(s)  
**hubo** - there was, there were  
**huérfanos** - orphans  
**humanos** - humans  
**hundir** - to sink  
**Hungría** - Hungary

## I

**iba (a)** - s/he was going (to)  
**iban (a)** - they were going (to)  
**idea** - idea  
**ideales** - ideals  
**identidad** - identity  
**identidades** - identities  
**identifico** - I identify  
**identificó** - s/he identified

**ignorar** - to ignore  
**imaginarse** - to imagine  
**imitar** - to imitate  
**imitó** - s/he imitated  
**impactante** - powerful  
**impactos de bala** - bullet impacts  
**importaba** - it was important  
**importante(s)** - important  
**importar** - to matter, to be important  
**importó** - it mattered, it was important  
**imposible** - impossible  
**impresionante** - impressive  
**incluyendo** - including  
**independiente** - independent  
**indocumentadas** - undocumented  
**infectadas** - infected  
**influencia** - influence  
**información** - information  
**informados** - informed  
**inmediatamente** - immediately  
**inocentes** - innocent  
**insalubre(s)** - unsanitary, unhealthy  
**inspección** - inspection

## *Mujeres extraordinarias*

**inspirada(s)** - inspired

**inspirando** - inspiring

**(que) insultara** - (that) s/he insulted

**inteligente** - intelligent

**intención** - intention

**interceptó** - intercepted

**interesante** - interesting

**internacional(es)** - international

**interrogada** - interrogated

**interrumpida** - interrupted

**invadió** - invaded

**invitarlas** - to invite them

**invitaron** - they invited

**invitó** - s/he invited

**ir** - to go

**iraní** - Iranian

**irnos** - to go

**irse** - to go

**Italia** - Italy

**italiano** - Italian

## **J**

**jalaba** - s/he pulled

**jalaban** - they pulled

**jalar** - to pull

**jarras** - jars

**judía(s)** - Jewish

**judíos** - Jewish

**juegos** - games

**Juegos Olímpicos** - Olympic Games

**Juegos Paralímpicos** - Paralympic Games

**jugaban** - they played

**jugar** - to play

**justificación** - justification

## **L**

**la(s)** - the

**labor** - labor, work

**laceraciones** - lacerations, cuts

**lanzó** - s/he threw

**le** - to him, to her

**leer** - to read

**les** - to them

**levantarse** - to get up

**leyenda** - legend

**Líbano** - Lebanon

**libro(s)** - book(s)

**líder(es)** - leader(s)

**limita** - it limits, it borders

**limpiando** - cleaning

**lista** - list

**(se) llamaba** - s/he was named, called

**llamada(o)** - named, called

**llamadas** - calls

**llamarse** - to call

**llamó** - s/he called

**(había) llegado** - s/he (had) arrived

**llegamos** - we arrived

**llegar** - to arrive

**(que) llegara** - (that) arrived

**llegaron** - they arrived

**llegó** - s/he arrived

**llevaba** - s/he was taking,  
s/he was wearing

**(habían) llevado** - they had taken

**(fueron) llevados** - they were taken

**llevaría** - s/he would take

**llevarlas** - to take them

**llevaron** - they took

**llevó** - s/he took

**lloraba** - s/he was crying

**(que) llorara** - (that) s/he cried

**lloró** - s/he cried

**lo** - it, him

**lodo** - mud

**los** - the

**lucha** - fight

**luchando** - fighting

**lugar(es)** - place(s)

## M

**madre(s)** - mother(s)

**mal** - bad

**malo** - bad

**mamá** - mom

**manera(s)** - way(s)

**manos** - hands

**mañana** - tomorrow

**marcas** - marks

**mariposa** - butterfly

**marzo** - March

**más** - more

**masacre** - massacre

**máscara** - mask

**materiales** - materials

**matrimonio(s)** - matrimony

**mayo** - May

**mayor(es)** - older

**mayoría** - majority

**me** - to me

**medalla** - medal

**media(o)** - half

**médica** - medical

**medicamentos** - medica-  
tions

## *Mujeres extraordinarias*

**medicinas** - medicines

**médicos** - medics

**mejor** - better

**mejorando** - improving

**mejores** - best

**meningitis** - meningitis

**menos** - less

**mentalmente** - mentally

**mes(es)** - month(s)

**meter** - to put in, to get in

**meterlos** - to put them in

**meterse** - to get in

**métete** - get in

**metía** - s/he was getting in

**metiendo** - getting in

**metieron** - they got in

**metros** - meters

**mexicana(s)** - Mexican(s)

**mexicano(s)** - Mexican(s)

**México** - Mexico

**mi(s)** - my

**mí** - to me

**mía** - mine

**miedo** - fear

**miembros** - members

**mientras** - while

**migración** - migration

**miles** - thousands

**militar(es)** - military

**millón** - million

**minutos** - minutes

**miraban** - they were looking

**mirando** - looking

**mirar** - to look

**mirarían** - they would look

**misterioso** - mysterious

**momento** - moment

**moretones** - bruises

**moría** - s/he was dying

**morían** - they were dying

**morir** - to die

**motivación** - motivation

**motor** - motor, engine

**mucha(o)** - a lot

**muchacha(s)** - girl(s)

**muchacho** - boy

**muchas(os)** - many

**(que) muera** - (that) s/he  
died

**muertas** - dead

**muerte** - death

**muerto** - dead

**mujer** - woman

**mujeres** - women

**mundo** - world

**muriendo** - dying

**(que) muriera** - (that) s/he died

**murieron** - they died

**murió** - s/he died

**música** - music

**musical** - musical

**muy** - very

## N

**nacimiento** - birth

**nació** - s/he was born

**nacional** - national

**nacionalidad** - nationality

**Naciones Unidas** - United Nations

**nada** - nothing

**nadaban** - they swam

**nadadora** - swimmer

**nadando** - swimming

**nadar** - to swim

**nadaron** - they swam

**nadie** - nobody

**nado** - swimming

**narcótico** - narcotic

**narraba** - s/he narrated

**natación** - swimming

**navegar** - to navigate

**navegarían** - they would navigate

**nazi(s)** - Nazi(s)

**necesitaba** - s/he needed

**necesitaban** - they needed

**necesitamos** - we need

**necesitan** - they need

**necesitas** - you need

**necesito** - I need

**negaron** - they denied

**negó** - s/he denied

**nerviosa(s)** - nervous

**nerviosos** - nervous

**ni** - nor

**ningún** - none, any

**niña(s)** - girl(s)

**niño** - boy

**niños** - boys, kids

**no** - no, not

**noche** - night

**nombrada** - named

**nombraría** - s/he would name

**nombraron** - they named

**nombre** - name

**nosotros** - we

**notar** - to notice

**notas** - notes, grades

**novia(s)** - girlfriend(s),  
bride(s)

**nueva(s)** - new

## *Mujeres extraordinarias*

**nuevamente** - again

**nuevo** - new

**número** - number

**nunca** - never

## **O**

**obedeció** - s/he obeyed

**objetivo** - objective

**objetos** - objects

**obligaban** - they obliged,  
forced

**obligó** - s/he forced, obliged

**observar** - to observe

**obtener** - to obtain, to get

**obtenerlo** - to obtain it

**obtuvieron** - they obtained

**obtuvo** - s/he obtained

**obviamente** - obviously

**obvio** - obvious

**ocasiones** - occasions

**octubre** - October

**ocurriendo** - occurring, hap-  
pening

**oficial** - official

**oficinas** - offices

**ofrecieron** - they offered

**ofreció** - s/he offered

**ojo** - eye

**olímpica(o)** - Olympic

**opción** - option

**opciones** - options

**operación** - operation, sur-  
gery

**operaciones** - operations,  
surgeries

**oportunidad** - opportunity

**optimista** - optimistic

**órdenes** - orders

**orfanatos** - orphanages

**organización** - organization

**organizadores** - organizers

**orígenes** - origins

**oro** - gold

**otra(s)** - other(s)

**otro(s)** - other(s)

## **P**

**pacientes** - patient

**padre** - father

**padres** - parents

**pagaban** - they payed

**pagar** - to pay

**pagarle** - to pay him/her

**pagarles** - to pay them

**pagaron** - they paid

**pagó** - s/he paid

**país** - country

**países** - countries



**pantalones** - pants

**papá** - dad

**papás** - parents

**papel(es)** - paper(s)

**para** - to, for

**paralímpica** - Paralympic

**parte(s)** - part(s)

**participaban** - they participated

**participación** - participation

**participando** - participating

**participantes** - participants

**participar** - to participate

**(que) participara** - (that) s/he participated

**participaron** - they participated

**participó** - s/he participated

**pasaba** - s/he passed, s/he spent

**pasaban** - they passed, they spent

**pasado** - past

**pasando** - passing, spending

**pasar** - to pass, to spend

**(que) pasara** - (that) s/he passed, spent

**pasaron** - they passed, they spent

**pasaste** - you passed, spent

**(que) pase** - (that) s/he passes, spends

**paso** - I pass, I spend

**pasó** - s/he passed, spent

**(había) penetrado** - (it had) penetrated

**pensaba** - s/he thought

**pensaban** - they thought

**pensar** - to think

**(que) pensaran** - (that) they thought

**pensó** - s/he thought

**pequeña(o)** - small, little

**perfectamente** - perfectly

**perfectas** - perfect

**permiso** - permission

**permite** - s/he permits

**permiten** - they permit

**permitía** - s/he permitted

**permitieron** - they permitted

**permitió** - s/he permitted

**permitir** - to permit

**pero** - but

**persecución** - persecution

**perseverante** - persevering

**persona(s)** - person(s)

**pidió** - s/he asked for

**piel** - skin

**piernas** - legs

## *Mujeres extraordinarias*

**pies** - feet  
**plan** - plan  
**planear** - to plan  
**planeta** - planet  
**plástico** - plastic  
**plata** - silver  
**pobre** - poor  
**pobreza** - poverty  
**poca(o)** - little  
**pocos** - few  
**poder** - to be able to  
**podía** - s/he could  
**podían** - they could  
**podría** - s/he could  
**poemas** - poem  
**polaco** - Polish  
**policía** - police  
**política** - politics  
**Polonia** - Poland  
**poner** - to put  
**ponerse** - to put on  
**ponía** - s/he put  
**por fin** - finally, at last  
**porque** - because  
**posesiones** - possessions  
**posibilidad** - possibility  
**posible** - possible  
**practicaba** - s/he practiced

**practicando** - practicing  
**practicar** - to practice  
**(que) practicara** - (that) s/he practices  
**practicó** - s/he practiced  
**precarias** - precarious, hazardous  
**preguntaban** - they asked  
**preguntaron** - they asked  
**preguntas** - questions  
**preguntó** - s/he asked  
**Premio Nobel de la Paz** - Nobel Peace Prize  
**preocupados** - worried  
**preparaba** - s/he prepared  
**preparada** - prepared  
**preparando** - preparing  
**preparar** - to prepare  
**preparatoria** - high school  
**preparó** - s/he prepared  
**presente** - present  
**presentó** - s/he presented  
**presidente** - president  
**primer(a)** - first  
**principio** - beginning  
**prisión** - prison  
**prisioneros** - prisoners  
**probable** - probable  
**problema(s)** - problem(s)

**profesor(es)** - professor(s)  
**programa** - program  
**prometo** - I promise  
**pronto** - quick  
**prostéticas** - prosthetic  
**protético** - prosthetic  
**protectora** - protective  
**prótesis** - prosthesis  
**protestaban** - they protested  
**protestantes** - protesters  
**protestar** - to protest  
**protestas** - protests  
**puaj** - ew, gross, yuck  
**publicar** - to publish  
**públicas** - public  
**publicó** - s/he published  
**público** - public  
**pudiera** - s/he could  
**pudieran** - they could  
**pudieron** - they could, they were able to  
**pudo** - s/he could, s/he was able to  
**(que) puedas** - (that) you could  
**pueden** - they can  
**puedo** - I can  
**(había) puesto** - (s/he had) put, (had) placed

**pusieron** - they put

**puso** - s/he put

## Q

**que** - that

**qué** - what

**quería** - s/he wanted

**querían** - they wanted

**quién** - who

**quiere** - s/he wants

**quince** - fifteen

## R

**racismo** - racism

**rapeó** - raped

**rapera** - rapper

**rápidamente** - quickly, rapidly

**reacción** - reaction

**real** - real

**realidad** - reality

**realmente** - really

**rebelde** - rebel

**recibía** - s/he received

**recibidas** - received

**recibió** - s/he received

**recipiente(s) de cristal** - glass container(s)

## *Mujeres extraordinarias*

**reconectarse** - to reconnect

**reconocer** - to recognize

**recuperar** - to recover

**reducido** - reduced

**referirse** - to refer

**refugiados** - refugees

**refugio(s)** - refuge(s), shelter(s)

**región** - region

**registro** - registry

**(había) regresado** - (s/he had) returned

**regresar** - to return

**(que) regresaran** - (that) they returned

**regresó** - s/he returned

**(se) reían** - they were laughing

**relaciones** - relations

**religión** - religion

**(de) repente** - suddenly

**repetía** - s/he repeated

**representando** - representing

**representar** - to represent

**(que) representara** - (that) s/he represented

**rescataba** - s/he rescued

**(había) rescatado** - (s/he had) rescued

**rescatar** - to rescue

**rescató** - s/he rescued

**respetaban** - they rescued

**respetado** - respected

**respeto** - respect

**respetuosas** - respectful

**respirar** - to breathe, to breathe

**responder** - to answer, to respond

**respondieron** - they answered, they responded

**respondió** - s/he responded

**respuesta** - response

**resto** - rest

**resultado** - result

**retraerse** - to retract

**reunirse** - to join, to gather

**revolución** - revolution

**revolucionaria(s)** - revolutionary

**revolucionario(s)** - revolutionary

**rezar** - to pray

**rifle** - rifle

**rival** - rival

**rodillas** - knees

**Roma** - Rome

**ropa** - clothes

**Ruanda** - Rwanda

**rutas** - routes

## S

**sabe** - s/he knows

**sabía** - s/he knew

**sabían** - they knew

**sacando** - taking out, extracting

**sacar** - to take out, to extract

**(que) sacara** - (that) s/he took out, extracted

**sacarla** - to take her out, to extract her

**sacarlos** - to take them out, to extract them

**sacaste** - you took out, you extracted

**sacó** - s/he took out, extracted

**salida** - exit

**(que) salieran** - (that) they left

**salieron** - they left

**salir** - to leave

**salvamento** - rescue

**salvar** - to save

**sé** - I know

**(que) seamos** - (that) we were

**(que) seas** - (that) you were

**secreta(o)** - secret

**secuestrar** - to abduct, to kidnap

**segregación** - segregation

**segunda** - second

**segundos** - seconds

**semanas** - weeks

**sentarse** - to sit down

**sentenciaron** - they sentenced

**sentía** - s/he felt

**sentir** - to feel

**sentirse** - to feel

**separada(o)** - separated

**septicemia** - septicemia, a blood stream infection; also known as blood poisoning

**ser** - to be

**sería** - s/he would be

**serios** - serious

**servía** - s/he served

**si** - if

**siempre** - always

**siendo** - being

**significaba** - it meant

**significado** - meaning

## *Mujeres extraordinarias*

**silencio** - silence

**silla(s) de ruedas** - wheel-chair(s)

**sin** - without

**sintió** - s/he felt

**Siria** - Syria

**sitio** - site, place

**situación** - situation

**sobre** - about

**sociales** - social

**sola(s)** - alone

**soldado** - soldier

**solidarias** - supportive

**solo** - alone

**somos** - we are

**sorprendida** - surprised

**sorpresa** - surprise

**soy** - I am

**su(s)** - his, her

**(se) subieron** - they got on

**subir** - to upload

**subirlo** - to upload it

**Sudáfrica** - South Africa

**suficiente** - sufficient, enough

**sufren** - they suffer

**sufría** - s/he suffered

**sufriendo** - suffering

**sufrimiento(s)** - suffering(s)

**sufrió** - s/he suffered

**superiores** - superior

**(que) supiera** - (that) s/he knows

**supo** - s/he knew, found out

**suspendida** - suspended

**suspensión** - suspension

## **T**

**talento** - talent

**talibán** - Taliban

**talibanes** - members of the Taliban

**también** - also, too

**tan** - so

**tantos** - so many

**tardes** - evenings

**técnica(s)** - technique(s)

**tedioso** - tedious

**teléfono** - telephone

**televisión** - television

**temas** - themes

**temperatura** - temperature

**tenemos** - we have

**tener** - to have

**tenía** - s/he had

**tenían** - they have

**tenías** - you had

**(habían) tenido** - (they) had  
had

**terminar** - to finish

**(que) terminara** - (that) s/he  
finished

**terminó** - s/he finished

**término** - term

**terrible(s)** - terrible

**tiempo** - time

**tienda** - store

**tiene** - s/he has

**tienen** - they had

**tifus** - typhus

**tirar** - to pull

**titulado** - titled

**título** - title

**tocar** - to touch

**toda** - all

**todas** - all, everyone

**todavía** - still

**todo** - all

**todos** - everyone

**toma** - s/he takes

**tomar** - to take

**tomaron** - they took

**tomó** - s/he took

**torturaban** - they tortured

**trabajaba** - s/he worked

**trabajaban** - they worked

**trabajadoras(es)** - workers

**trabajar** - to work

**(que) trabajen** - (that) they  
worked

**traficante(s)** - trafficker(s)

**transportaba** - s/he trans-  
ported

**transportaban** - they trans-  
ported

**transportar** - to transport

**transportarse** - to transport  
oneself

**trasplantes** - transplants

**tratando** - trying

**trataron** - they tried

**tren** - train

**trenzas** - braids

**tres** - three

**tristemente** - sadly

**tristes** - sad

**tropa(s)** - troop(s)

**tu** - your

**tú** - you

**tuberculosis** - tuberculosis

**Turquía** - Turkey

**tutsi(s)** - Tutsi(s)

**(que) tuvieran** - (that) they  
had

**tuvieron** - they had

## *Mujeres extraordinarias*

**tuvo** - s/he had

## **U**

**un** - a

**una(s)** - a

**única** - unique, only

**unida(o)** - united

**(se) unió** - s/he joined

**unirse** - to join

**universidad** - university

**uno** - one

**unos** - some

**usaba** - s/he used

**usaban** - they used

**usando** - using

**usar** - to use

**usarían** - they would use

## **V**

**va** - s/he goes

**valiente(s)** - valiant, brave

**valores** - value

**vamos** - we go

**van** - they go

**varias(os)** - various, several

**Varsovia** - Warsaw

**vas** - you go

**vehículo(s)** - vehicle(s)

**veían** - they saw

**vender** - to sell

**venderla** - to sell her

**vendido** - sold

**Venecia** - Venice

**(en) venta** - (for) sale

**ver** - to see

**verdad** - truth

**vestida** - dressed

**vez** - time

**(otra) vez** - (another) time,  
again

**vías** - tracks, roads

**víctimas** - victims

**victoria** - victory

**victorias** - victories

**vida** - life

**video** - video

**viendo** - seeing

**(que) viera** - (that) s/he saw

**vieron** - they saw

**violencia** - violence

**violenta** - violent

**viral** - viral

**visa** - visa

**visítanos** - visit us

**visitar** - to visit

**visitarlas** - to visit them



**visitó** - s/he visited

**vistas** - views

**(habían) visto** - (they had)  
seen

**vivía** - s/he lived

**vivían** - they lived

**vivías** - you lived

**(habían) vivido** - (they had)  
lived

**viviendo** - living

**vivió** - s/he lived

**vivir** - to live

**voluntarios** - volunteers

**vómito** - vomit

**votar** - to vote

**voy** - I go

**vuelo** - flight

## Y

**ya** - already

**yo** - I

## Z

**zona** - zon

# Bibliography

## **BEATRIZ:**

<https://www.bebevio.com/#secondome>

<https://www.mercedes-benz.com/en/lifestyle/me-magazine/uncontested-laureus/>

<https://www.paralympic.org/beatrice-vio>

<https://www.segmento.com.au/post/the-incredible-story-of-bebe-vio-the-girl-with-no-arms-and-legs-who-rose-to-sports-stardom>

<https://www.thelocal.it/20171108/my-motto-is-life-is-too-good-the-italian-paralympic-fencer-fighting-for-vaccine-awareness>

<https://www.milenio.com/deportes/mas-aficion/bebe-vio-esgrimista-campeona-olimpica-extremidades>

<https://disabilinews.com/beatrice-vio-fioretto/>

<https://www.rebelgirls.com> (books and podcast)

## **YUSRA:**

<https://www.yusra-mardini.com>

<https://www.rebelgirls.com> (books and podcast)

<https://www.olympic.org/olympism-in-action/speakers/yusra-mardini>

<https://hipertextual.com/2016/08/yusra-mardini>

<https://www.marieclaire.com.mx/noticias/yusra-mardini-nadadora-historia-inspiradora-refugiada/>

<https://iamamigrant.org/stories/germany/yusra-mardini>

<https://us.hola.com/es/actualidad/2016080987673/yusra-mardini-nadadora/>

**SONITA:**

<https://rfkhumanrights.org/work/teaching-human-rights/lessons/sonita-alizadeh>  
<https://www.rollingstone.com/culture/culture-features/how-afghan-rapper-sonita-alizadehs-song-brides-for-sale-changed-her-fate-198272/>  
<https://www.rebelgirls.com> (books and podcast)  
<https://asiasociety.org/asia-game-changers/sonita-alizadeh>  
<https://www.speaktruthtopowerinschool.com/defenders-map/sonita-alizadeh>  
[http://www.mtv.com/news/2346572/sonita-alizadeh-afghan-teen-rapper/?xrs=\\_s.fb\\_up\\_c.is](http://www.mtv.com/news/2346572/sonita-alizadeh-afghan-teen-rapper/?xrs=_s.fb_up_c.is)  
<https://www.cnn.com/2015/10/11/world/afghanistan-rapper-sonita-alizadeh/index.html>  
<https://www.t13.cl/noticia/tendencias/mujeres-bacanas-sonita-alizadeh-rapera-afgana-matrimonio-forzado>  
<https://www.girlsnotbrides.es/sonita-the-afghan-teen-rapping-to-end-child-marriage/>

**IRENA:**

Mayer, Jack. "Life in a Jar: The Irena Sendler Project."  
Long Trail Press, Middlebury, VT. 2010.  
<https://www.jewishvirtuallibrary.org/irena-sendler>  
<http://biografia.co/irena-sendler/>  
<https://www.rebelgirls.com> (books and podcast)  
<http://www.fundacionindex.com/gomeres/?p=1316>  
<https://www.mujeresenlahistoria.com/2014/09/el-angel-de-varsovia-irena-sendler-1910.html>

## *Mujeres extraordinarias*

<https://www.lavanguardia.com/historiayvida/historia-contemporanea/20171224/47313018571/6-claves-sobre-irena-sendler-y-el-plan-para-sacar-a-ninos-del-gueto-de-varsovia.html>

[https://www.elplural.com/politica/la-historia-de-una-mujer-que-salvo-la-vida-de-2-500-ninos\\_128151102](https://www.elplural.com/politica/la-historia-de-una-mujer-que-salvo-la-vida-de-2-500-ninos_128151102)

<https://irenasendler.org/timeline-irena-sendlers-life-life-jar-project/>

[https://moirodzice.org.pl/en\\_elzbieta\\_ficowska.php](https://moirodzice.org.pl/en_elzbieta_ficowska.php)

[http://www.polish-jewish-heritage.org/eng/life\\_in\\_a\\_jar.htm](http://www.polish-jewish-heritage.org/eng/life_in_a_jar.htm)

[https://dzieciholocaustu.org.pl/szab58.php?s=en\\_myionas\\_11.php](https://dzieciholocaustu.org.pl/szab58.php?s=en_myionas_11.php)

<https://irenasendler.org/the-irena-sendler-family-cast-renata-zajdman-and-elzbieta-ficowska-child-survivors/>

<https://www.jewishvirtuallibrary.org/the-379-egota>

<https://www.biography.com/activist/irena-sendler>

<https://www.jewishvirtuallibrary.org/irena-sendler>

## **PETRA:**

<https://www.rejectedprincesses.com/princesses/petra-herrera>

<https://remezcla.com/features/culture/petra-herrera-mexican-revolution-heroine/>

<https://www.teenvogue.com/story/mexican-revolutionary-petra-herrera-posed-as-a-man-to-fight>

<https://www.history.com/news/women-mexican-revolution-soldaderas>

[http://umich.edu/~ac213/student\\_projects06/joelan/prominent.html](http://umich.edu/~ac213/student_projects06/joelan/prominent.html)

<https://stmuhistorymedia.org/the-unrecognized-soldier-of->

the-mexican-revolution-petra-herrera-and-the-adelitas/  
24-de-marzo-de-1914-batalla-de-torreon-coahuila  
<https://masdemx.com/2018/12/mexico-historia-revolucion-mexicana-adelitas-soldaderas-petra-herrera/>  
<https://remezcla.com/features/culture/petra-herrera-mexican-revolution-heroine/>  
<https://mas-mexico.com.mx/petra-herrera-la-soldadera-con-fuerza-y-valentia-de-la-revolucion/>  
<https://www.milenio.com/opinion/editoriales/columna-invitada-jalisco-jalisco/la-batalla-de-torreon-de-1914-cosas-importantes-que-debe-saber>  
<http://www.torreon.gob.mx/archivo/pdf/libros/87%20La%20Batalla%20de%20Torreón.pdf>

### **CLEMANTINE:**

[https://www.washingtonpost.com/entertainment/books/a-moment-on-oprah-made-her-a-human-rights-symbol-she-wants-to-be-more-than-that/2018/04/18/f394dd0c-3d98-11e8-a7d1-e4efec6389f0\\_story.html](https://www.washingtonpost.com/entertainment/books/a-moment-on-oprah-made-her-a-human-rights-symbol-she-wants-to-be-more-than-that/2018/04/18/f394dd0c-3d98-11e8-a7d1-e4efec6389f0_story.html)  
<https://www.womenforwomen.org/about/our-team/clemantine-wamariya>  
<https://www.clemantine.org>  
[https://www.ted.com/speakers/clemantine\\_wamariya](https://www.ted.com/speakers/clemantine_wamariya)  
<https://www.vogue.com/article/the-girl-who-smiled-beads-clemantine-wamiriya-interview>  
<https://www.rebelgirls.com> (books and podcast)  
<https://www.nytimes.com/2018/05/07/books/review/clemantine-wamariya-girl-who-smiled-beads.html>