Miembros del Grupo: Eva, Carlota, Alfa, Alejandro

Trabajo Escrito

Título: La siesta de mediodía

**Sección A: Descripción**

La siesta es beneficios físicos y psicológicos por el gente de España. Es una tradición por la gente de España. La siesta es máximo 20 minutos.

El “Midday break” en los Emiratos Árabes Unidos empezar en el verano porque hay mucho calor. La tiempo de “Midday break” durar 2 horas y 30 minutos.

**Sección B: Comparación** (de las semejanzas o diferencias)

La siesta en los Emiratos Árabes Unidos y en España tiene similitudes y diferencias. La siesta en los Emiratos Árabes Unidos son solo por los trabajadores de construcción durante los meses del verano porque la temperatura es muy alta y es peligroso para los trabajadores que pasan todo el día bajo el sol. La siesta en España es una tradición muy vieja. La siesta en España se lleva a cabo después de la comida, los españoles duermen para 20 -25 minutos para descansar y refrescarse para que puedan trabajar mejor en la tarde.

**Sección C: Reflexión**

¿Qué aspectos del tema elegido te sorprendieron?

Los aspectos de la siesta que me sorprendieron son que la siesta tiene muchos beneficios físicos. No es solo porque la siesta es una tradición, pero también nos ayuda a reponernos y recobrar fuerzas.

¿Por qué crees que existen estas semejanzas/diferencias culturales?

En Dubai, existe una siesta por los trabajadores pero solo en el verano porque la temperatura es muy alta y es peligroso por los trabajadores, por eso, los trabajadores que trabajan al aire libre necesitan descansar o tenderían problemas de salud. Mientras, en España, la mayorìa de la gente toma siesta en la tarde de la tradición, además de beneficios físicos y psicológicos.

¿Qué aspectos de tu propia cultura en relación con el tema elegido pueden resultar diferentes para

una persona de la cultura objeto de estudio?

Hay un muchos diferentes aspectos en cultura de Emiratos Árabes Unidos en relación con cultura de España para la vida de un secretario. Por ejemplo, un secretario de España toma una siesta a las una hasta mas o menos las tres. Pero en Dubai

**Bibliografía** (complete the necessary info and, when relevant, match references in the text!)

# Salama, Salir. “Midday break for UAE workers begins”. UAE Employment. Gulfnews.com, 15 June 2014. Web. 18 November 2014 <

# Delgado. “La siesta, beneficios físicos y psicológicos”. n d. Vitonica, 18 July 2011. Web. 18 November 2014

* [La siesta, beneficios físicos y psicológicos](http://www.vitonica.com/wellness/la-siesta-beneficios-fisicos-y-psicologicos)
* [Midday Break for UAE Workers Begins](http://gulfnews.com/news/gulf/uae/employment/midday-break-for-uae-workers-begins-1.1347506)
* "UAE imposes mandatory siestas to protect builders from ..." 2014. 18 Nov. 2014 <<http://www.zapaday.com/event/647534/0/UAE+imposes+mandatory+siestas+to+protect+builders+from+scorching+sun.html>>
* "Cocina española y costumbres alimenticias - don Quijote." 2014. 18 Nov. 2014

<<http://www.donquijote.org/cultura/espana/sociedad/gastronomia/costumbres-en-la-mesa>>