

TRANSCRIPCIÓN

SZÖVEGÁTIRAT

1. Presentaciones y amigos

El hombre ideal según las españolas

¿Angelicales rubios de ojos azules, con cuerpos atléticos y estaturas de vértigo? ¿Cuál es el prototipo de hombre perfecto de la mujer española?

Ellas los prefieren morenos

Lejos del tópico de rubitos angelicales con cuerpos atléticos y estaturas de vértigo, las españolas los prefieren morenos o castaños antes que rubios. Con ojos azules y con una estatura comprendida entre los 176 y 180 centímetros, y un poco musculosos.

Jovial, ingenioso y amante del hogar

Buscan a un hombre alegre, divertido y extrovertido que consiga hacerlas esbozar sonrisas con su ingenio, antes que a alguien tímido, curioso o serio.

Las españolas solteras siguen buscando una pareja para fundar una familia, ya que el 48% afirma buscar a un compañero que desee tener hijos. La media naranja ideal debe ser igualmente amante del cuidado del hogar y la cocina.

Un gran confidente

Nueve de cada diez solteras ven en su hombre ideal al gran confidente con el que poder hablar de todo tipo de cuestiones. Una persona que les preste la atención requerida y con la que poder compartir problemas e inquietudes.

Con espíritu viajero

El prototipo del hombre ideal debe ser viajero y aventurero. Casi la mitad de las solteras reconoce que la mejor forma de conquistarlas sería sorprendiéndolas con un viaje. Otros modos de ganarse el amor de una mujer serían una cena romántica o un desayuno en la cama.

Que trabaje para vivir

¿Vivir para trabajar o trabajar para vivir? Solo el 5% de las españolas querría tener a su lado a alguien que viviese para trabajar. Prefieren a un hombre que no esté alienado por el trabajo y que sepa valorar otros aspectos de la vida además del éxito profesional.

George Clooney encarna al hombre perfecto. ¿Qué será lo que tanto gusta a las españolas del actor George Clooney? ¿Será su personaje de intrépido doctor en Urgencias? Moreno sí, aunque de ojos marrones... George Clooney vence con creces en este ranking. Muy por encima de otros contrincantes como Brad Pitt en segundo lugar, o Antonio Banderas, que ocupa la tercera posición.

El hombre ideal, disponible: www.telepolis.com, 01.01.2009.

2. Familia

¿Qué debo hacer si mi familia discute?

“¡Estás equivocado!” “¡Estate quieto!” “¡Te he dicho que no lo hagas!”

Cuando los miembros de tu familia discuten, es difícil saber qué hacer. Puede que te sientas triste, avergonzado o incluso enfadado cuando ocurre. Independientemente de tus sentimientos, probablemente lo que más deseas es que dejen de discutir.

Cuando tus padres discuten

Puede ser difícil para ti escuchar a tus padres discutir. Debes recordar que incluso las personas que se quieren también tienen desacuerdos. Y el hecho de que discutan no significa que vayan a seguir enfadados o que se vayan a divorciar.

Es natural que las personas que viven juntas tengan opiniones diferentes y que discutan cuando pierden el control de su temperamento. Simplemente piensa en la última vez que tú y tu hermano o hermana tuvisteis una discusión. Realmente tú no sentiste todas las cosas que le dijiste, ¿no es cierto? Al final, probablemente hicisteis las paces. Lo mismo ocurre con tus padres.

Si realmente te disgusta escuchar a tus padres discutir, quizás deberías hablar con ellos para contarles cómo te sientes. A veces los padres no se dan cuenta de que sus discusiones te afectan. Si les dejas saber cómo te sientes, puede que dejen de discutir e incluso te digan el motivo de sus discusiones.

Cuando discutes con tus hermanos

¿Encuentras que tu hermana pequeña coge tus cosas sin permiso? ¿Tu hermano mayor siempre se está metiendo contigo? Si discutes constantemente con tu hermano o hermana y si competís entre vosotros por ganar la atención de vuestros padres, a esto se le llama rivalidad entre hermanos. Es natural que discutas con tus hermanos.

Sin embargo, si sientes que tus hermanos te molestan demasiado, debes hablar con ellos. La mayor parte del tiempo, tus hermanos te escucharán porque en realidad te quieren mucho y no desean discutir constantemente.

¿Qué debo hacer si mi familia discute?, disponible: www.kidshealth.org, 28.12.2008.

3. Rutina y actividades diarias

Rutina diaria de Carlita

Mi papá se despierta a las siete de la mañana para irse a trabajar. Intenta no hacer ruido para no molestarnos, mi mamá y yo seguimos durmiendo un ratito más. Cuando se va, se despide de mí, y me dice: “Cuida de mamá”. Tengo al papá más guapo y más bueno del mundo.

Mi mamá se despierta entre las nueve y diez. Mientras yo duermo aprovecha para desayunar, recoger la casa, preparar mis ropitas y mi canastilla... cuando me despierto, me viste y me da de comer.

Si no nos ha surgido ningún contratiempo y vamos bien de tiempo, salimos a pasear y pasamos a buscar a la abuelita Aurora al trabajo. Después vamos a pasear las tres por el barrio. También vamos a comprar la comida...

Después subimos a casa de la abuelita, donde vemos a la yaya Aurora, a Yoli y a Raquel. La yaya Aurora me canta muchas canciones, “Los cinco lobitos”, zarzuelas variadas, dice que seré cantante. Mi abuelita y mis tías me cogen, me besan, me cantan, me hacen bailar... He tenido mucha suerte, tengo una familia que me quiere con locura.

Después de comer hacemos la sobremesa en el sofá, y descansamos un poquito.

A las cinco la abuelita se va a trabajar. Raquel normalmente también se va. Nosotras habitualmente esperamos a que llegue mi papá de trabajar para ir a pasear los tres juntos.

Sobre las ocho, nos viene a visitar la abuelita de nuevo, ¡es que no puede vivir sin mí! Mi mamá aprovecha para ducharse y cuidarse un poquito, ya que durante el día yo no le dejo tiempo.

Finalmente, a cenar y a dormir. Lo de dormir suele ser complicado, porque aparte de despertarme para comer, me da por llorar, ya que tengo cólicos y me duele la barriguita, ¡qué fastidio! Mis papás lo pasan muy mal, porque no saben qué hacer para que se me pase. Me hacen masajes en la barriguita, me ponen boca abajo, me pasean por el pasillo... hasta que consiguen dormirme.

Y ya pasó otro día.

Rutina diaria, disponible: www.jazztelia.com, 29.12.2008.

4. Escuela y estudios

El nuevo Bachillerato

El próximo curso 2008-2009 comenzarán a implantarse las nuevas enseñanzas marcadas por la Ley Orgánica de Educación.

Respecto a las materias comunes obligatorias, la principal novedad es la introducción de una nueva asignatura denominada *Ciencias para el Mundo Contemporáneo*. Esta materia ahondará en temas como el origen del universo o el cambio climático, “permitiendo a todos los alumnos conocer los fundamentos de cuestiones científicas relevantes en el mundo de hoy”.

Otro de los cambios en las materias comunes afecta a las actuales asignaturas de *Filosofía I* y *Filosofía II*, que serán sustituidas por *Historia de la Filosofía* y *Filosofía y Ciudadanía*.

El resto de asignaturas comunes se mantiene como en la actualidad: *Educación Física*, *Lengua Castellana* y *Literatura I y II*, *Lengua Extranjera I y II*, *Religión* (solo para los alumnos que deseen cursarla) y *Lengua cooficial* y *Literatura I y II* si la hubiera.

Las modalidades para elegir se reducen a tres: *Ciencias y Tecnología*, *Artes y Humanidades* y *Ciencias Sociales*.

La primera decisión que debe tomar un alumno al matricularse de los estudios de bachillerato es la elección de una modalidad de estudios acorde con sus perspectivas e intereses profesionales futuros. Hasta ahora, el alumno podía optar por cuatro modalidades (*Artes, Ciencias de la Naturaleza, Humanidades y Ciencias Sociales y Tecnología*) pero el próximo curso se reducirán a tres: *Ciencias y Tecnología, Artes y Humanidades y Ciencias Sociales*.

El Nuevo Bachillerato, disponible: www.consumer.es, 01.01.2009.

5. Tiempo libre y aficiones

TABLAO FLAMENCO CARDENAL

La Magia del Flamenco

Disfrute de un gran espectáculo flamenco con artistas de reconocido prestigio internacional, ganadores de Premios Nacionales de Arte Flamenco.

Una selección de palos del más puro arte flamenco: soleá, bulerías, alegrías... que le harán sentir toda la magia del flamenco.

TABLAO FLAMENCO CARDENAL

Abierto todos los días (excepto domingos), desde las diez y media de la noche.

Dirección:

Torrijos, 10 14003 CÓRDOBA (España); (Frente a la Mezquita).

PLAZA DE TOROS

Visita la Plaza de Toros y Museo Taurino De la Real Maestranza de Caballería de Sevilla.

Visita

Se ofrece una visita guiada en español, inglés y francés, en la que el visitante además de conocer la Plaza de Toros, recorrerá algunas de sus principales dependencias: el Museo Taurino, la Capilla de los Toreros, el Guadarnés y el Patio de Caballos.

Museo Taurino

Se puede conocer la historia de la Tauromaquia en la ciudad de Sevilla a través de un recorrido cronológico, en el que el visitante puede admirar sus variados fondos: trajes de torero, capotes, carteles y obras de arte diversas.

Tienda

Venta de carteles, libros, postales y souvenirs.

La Plaza de Toros de Sevilla está situada a cinco minutos de la catedral, junto al río, en uno de los más bellos parajes de la ciudad.

Horario

Abierto todos los días (festivos incluidos), del 1 de mayo al 31 de octubre de nueve y media a ocho, y del 1 de noviembre al 30 de abril de nueve y media a siete.

Precio: 5 € Pensionistas y mayores de 65 años: 20% de descuento.

6. Salud y enfermedades, vida sana

Ideas para regalos saludables

Se acercan las festividades navideñas y acostumbramos a hacer regalos. Pero, ¿qué regalar? A continuación te damos algunas ideas para hacer regalos saludables a tus seres queridos:

Vestimenta para ejercicios o accesorios deportivos: Un buen incentivo para las personas que deseen comenzar un programa de entrenamiento o simplemente salir a caminar un rato cada día.

Libros, Sudoku o “rompecabezas”: Así como se ejercita el cuerpo, es necesario ejercitar la mente.

Lecciones de Yoga: Ideal para mantener un equilibrio entre el cuerpo y la mente. Se pueden complementar con CDs de meditación o relajación.

Recetas de cocina mediterránea: La cocina mediterránea además de saludable para el corazón es deliciosa.

Cepillo de dientes electrónico para los niños: Una buena combinación de tecnología con salud bucal para nuestros niños.

Juegos de vídeo activos: A los niños les encanta el juego que es la mejor manera para que se diviertan y a la vez ejerciten su cuerpo. Algunos juegos de vídeo pueden ser: Nintendo y Dance Dance Revolution.

Gafas o anteojos para el sol: En especial para los adolescentes, contribuyen al buen cuidado de la visión. Si tu presupuesto lo permite, es preferible elegir anteojos con protección de rayos UVA.

Pedómetro para tus amigos: Para alguien que quiere empezar un programa de ejercicios, es ideal para controlar cuánto se está moviendo.

Platos para aperitivos: Son ideales para los que quieren bajar de peso ya que les permiten controlar el tamaño de sus porciones.

Lociones o pastillas antioxidantes: Con tantos radicales libres en nuestro mundo actual, los antioxidantes ofrecen un escudo protector excelente para nuestro organismo.

Ideas para regalos saludables, disponible: www.vidasana.com, 05.01.2009.

7. Vivienda

La casa: características de la vivienda a comprar

En la elección de una vivienda entran en juego las preferencias de cada persona, no obstante hay cosas en las que no pensamos y nos pasan factura a lo largo de los años. He aquí una selección de aspectos que pueden ser de utilidad considerar.

1. Superficie de la vivienda.

Es necesario considerar:

- El precio por m² y su comparación con los precios de la zona. Compare el precio por m² con el máximo de ofertas de la zona que le interese.
- Pregunte por la superficie útil real, es decir los metros cuadrados disponibles de uso en vivienda, dejando al margen el trastero, zonas comunes, garaje, galerías, etc.

2. Calidad de la construcción.

Quizás esté pagando un precio alto por unas calidades que no se corresponden con la realidad. Debe prestar atención a muchas cosas:

- A las puertas, ventanas, persianas, materiales, etc.
- A las zonas que van a ser de uso intensivo: baños, cocina, etc.
- España tiene fama de ser un país muy ruidoso. Evalúe la protección anti-ruidos de su vivienda: doble cristal de las ventanas, calidad de las puertas, tamaño de las paredes. Haga una prueba de ruido.

3. Preinstalaciones y equipamientos.

Hoy en día muchas viviendas llevan preinstalaciones e instalaciones de cocinas, baños, aire acondicionado, calefacción, gas, antenas parabólicas, seguridad, alarmas... Quizás esté pagando un precio excesivo si estas instalaciones no se adecuan a sus necesidades.

4. Orientación de la vivienda.

Una vista bonita es importante. Quizás vaya a vivir 20 o 30 años en la vivienda que compra. Pero ¿ha pensado que la orientación de su casa puede ahorrarle mucho dinero en calefacción o aire acondicionado? Una buena orientación puede permitirle disfrutar del sol en invierno y de una relativa sombra en verano. Visite la casa que le interese a varias horas del día y estudie el movimiento del sol en otras estaciones del año.

Vivienda, disponible: www.euroresidentes.com, 05.01.2009.

8. Tiempo meteorológico y vestimenta

El tiempo de hoy

Valencia

Predominio de cielos poco nubosos con alguna nubosidad alta por la tarde. Temperaturas máximas de ligero a moderado ascenso. Vientos del noroeste flojos a moderados, disminuyendo por la tarde.

Temperatura máxima: 16 grados.

Cádiz

Nuboso, predominando la nubosidad media y alta. Brumas y posibles bancos de niebla matinales. Temperaturas sin cambios. Vientos del oeste o noroeste, flojos en el interior y de flojos a moderados en el litoral, con poniente moderado en el estrecho.

Temperatura máxima: 13 grados.

Cantabria

Muy nuboso o cubierto. Precipitaciones débiles. Cota de nieve de 1000 a 1100 metros, bajando al final del día a 800 metros. Temperaturas sin cambios o en ligero descenso. Heladas débiles en áreas de la cordillera. Viento del oeste o noroeste moderado, con intervalos fuertes en el litoral.

Temperatura máxima: 12 grados.

Salamanca

Nuboso o muy nuboso. Posibilidad de precipitaciones débiles dispersas. Cota de nieve de 1000 – 1200 metros. Brumas y nieblas. Temperaturas sin cambios o en ligero descenso con heladas moderadas. Vientos flojos del oeste girando al norte al final del día.

Temperatura máxima: 8 grados.

Tenerife

En el norte de la isla, nuboso a muy nuboso, con lluvias débiles; en el resto de la isla, intervalos nubosos con posibilidad de alguna lluvia débil, excepto en altas cumbres centrales de la isla por encima de unos 1800 metros donde estará poco nuboso o despejado. Temperaturas sin cambios, con mínimas en ligero descenso en zonas altas. Viento del nordeste moderado.

Temperatura máxima: 19 grados.

El tiempo, disponible: www.aemet.es, 29.12.2008.

9. Costumbres culinarias húngaras y españolas

Ensalada de arroz

Esta ensalada aporta unas 360 kilocalorías por ración. Por su ingrediente principal, el arroz, es un plato rico en hidratos de carbono complejos y bajo en grasas. Las recomendaciones de una dieta equilibrada establecen que entre un 55 y un 60% de las calorías que se consumen con la dieta deben proceder de hidratos de carbono. Las gambas son también bajas en grasas y proporcionan proteínas de alto valor biológico. Además, contienen cantidades significativas de minerales como el hierro y el calcio, y vitaminas como la niacina y, especialmente, la B12.

Ingredientes necesarios para 4 personas:

- 300 gr de arroz
- 1 calabacín pequeño
- 1 pimiento rojo
- 1 cebolla
- 100 gr de setas
- 200 gr de gambas
- 1 cucharada de aceite de oliva
- 1 rama de albahaca
- sal

Preparación:

Pon a hervir un recipiente lleno de agua con una cucharada de sal. Cuando alcance el punto de ebullición añade el arroz y déjalo cocer durante unos 20 minutos a fuego lento. Mientras tanto, pela las gambas y trocea el pimiento, el calabacín y las setas en pequeños dados. Lava las hojas de albahaca y pícalas muy finas. En una sartén, pocha la cebolla, debidamente troceada, con una cucharada de aceite de oliva. Cuando esté blanda, incorpórale el calabacín, las setas y el pimiento rojo.

Rehógallo todo durante unos diez minutos a fuego bajo. Después, añade las gambas y sal a tu gusto, y saltéalo todo durante tres minutos más. Lava el arroz en agua fría, escúrralo y viértelo en una fuente honda. Mézclalo bien con el salteado. Si te gustan los sabores dulces, puedes añadir media manzana troceada junto con las gambas.

20 Minutos, 23.07.2007., p. 14.

10. Compras

Cosas que no pueden faltar en la cesta de Navidad

En España toda empresa que se precie suele hacer por estas fechas un regalo muy especial a sus empleados: la cesta de Navidad. Pero regalarla nosotros mismos a nuestros familiares o amigos puede ser un buen detalle, más aún si la hacemos nosotros mismos. Te damos algunos consejos de lo que debe llevar una buena cesta de Navidad.

La primera cosa a tener en cuenta es que en la cesta de Navidad no pueden ir alimentos que se puedan estropear o que se rompan fácilmente. Descartamos obviamente pescados, carnes o productos congelados que puedan desprender mal olor o derretirse mojando los demás regalos.

En nuestra cesta de Navidad empezaremos por los productos típicos navideños, que además suelen ser los más baratos. Turrone, polvorones, frutas confitadas, mazapán o bombones no pueden faltar. Seguido por supuesto de la botella de cava, sidra, vino o champán. Algunas cestas incluyen también botes y latas de conservas. Los mejillones, aceitunas, espárragos o pepinillos son ideales para aprovecharlos en la cena de Navidad.

Para conseguir sorprender del todo y quedar como un rey, tendremos que estirarnos un poco. Añadir la tradicional pata de jamón serrano, marca la diferencia entre una cesta de Navidad y una cesta de Navidad de lujo. Además otros productos típicos son el chorizo, salchichón, lomo embuchado o el queso manchego. No olvides que, además del contenido, el continente es importante para dar una buena primera impresión. Emplear unos minutos en decorarla no cuesta nada y será muy apreciado por el que la reciba.

Navidad, disponible: www.navidad.excite.es, 01.01.2009.

11. Fiestas

La Cabalgata de los Reyes Magos llega a Cuenca

La Cabalgata de los Reyes Magos 2009 que organiza la Concejalía de Festejos del Ayuntamiento de Cuenca llegará a nuestra capital el lunes día 5 de enero cargada de regalos, caramelos y muchas sorpresas.

Como novedad este año la Cabalgata saldrá a las seis y media desde la zona del Recinto Ferial e iniciará su recorrido desde la rotonda del parque Municipal de Bomberos.

La Cabalgata 2009 constará de 9 carrozas y estará dividida en dos partes. En la primera de ellas predominarán los motivos infantiles con personajes de cómics, dibujos animados, etc. La segunda parte de la Cabalgata tendrá una temática navideña y en ella se incluirán las carrozas del Portal de Belén y los Reyes Magos.

La Cabalgata partirá del Recinto Ferial y discurrirá por la rotonda del parque de Bomberos, la Avenida de Castilla-La Mancha, Cervantes y Fray Luis de León para finalizar en la Plaza de España donde los Reyes Magos harán la recepción oficial a todos los niños y niñas de Cuenca que se acerquen hasta los tronos reales.

A lo largo de todo el recorrido de la Cabalgata se repartirán unos 4.000 kilos de caramelos para todos los niños, incluso para los celíacos que podrán comer sin ningún tipo de peligro los dulces del envoltorio “SIN” que son los que no utilizan gluten en su elaboración. Los caramelos se lanzarán desde las distintas carrozas durante todo el recorrido y también se repartirán en la recepción real.

Durante la Cabalgata también habrá reparto de miles de juguetes y regalos para los niños y niñas que sigan el desfile a lo largo de todas las calles que componen el recorrido.

La Cera, disponible: www.lacerca.com, 08.01.2009.

12. Viajes

Hoy la noticia está en Marsans

Reserva ahora tus vacaciones y págalas en 10 meses sin intereses

Viajes Marsans te ayuda para que puedas disfrutar de tus vacaciones financiándotelas en 10 meses sin ningún coste adicional y sin necesidad de disponer de tarjeta de crédito. Con autorización automática, sin trámites complejos y engorrosos.

Vacaciones en la playa

Canarias, Baleares y Costas Peninsulares son la propuesta más atractiva del verano para unas vacaciones junto al mar. Un año más, Viajes Marsans ha diseñado la colección más amplia de ofertas en Mallorca, Menorca, Ibiza, Gran Canaria, Tenerife, Fuerteventura, La Palma y Lanzarote y en las mejores playas del Mediterráneo, el Atlántico y el Cantábrico.

Europa y el Mediterráneo

Este año, Europa está de moda. Es el momento de visitar ciudades como Londres, París, Roma, Praga, Berlín, Viena... o de pasar las vacaciones más divertidas en Disneyland París. Además, Viajes Marsans propone destinos diferentes pero cercanos como Túnez, Egipto, Marruecos, Escandinavia o Croacia.

Caribe y países exóticos

Salsa, merengue, palmeras... Viajes Marsans apuesta por las exóticas playas de República Dominicana, Jamaica, Caribe Mexicano o la evocadora isla de Cuba. Y para los viajeros más soñadores, destinos aún más remotos y apasionantes, como Argentina, Chile, Tailandia, Kenya, Bali o Maldivas.

Costa Rica

Es un país para los amantes de la naturaleza. Destacamos El Parque Nacional Tortuguero, nueve volcanes activos como el Volcán Poas y el Volcán Arenal. Cuenta además con numerosas playas, y dentro de las más populares se encuentra Playa Jacó y las playas del Parque Nacional Manuel Antonio en Quepos, Pacífico Central.

20 Minutos, 20.07.2007.

13. Transporte

España es el país europeo que usa con mayor frecuencia el transporte público

Con una media de 118 viajes por habitante y año, España se convierte en el país europeo que más uso hace del transporte público. Así lo asegura el Observatorio de la Movilidad Metropolitana, que ayer presentó en Valencia un informe elaborado en colaboración con el Ministerio de Medio Ambiente en el que también se destaca que aunque el porcentaje de viajes a pie en España es de los más elevados de los países de nuestro entorno, los desplazamientos en bicicleta son casi nulos, menores al 5%, a diferencia de Alemania, donde se sitúan en torno al 16%.

Los españoles, a pesar de encontrarse entre los habitantes con la renta per cápita más alta de la Unión Europea, hacen uso del transporte público en un 30% de los casos, dejando a un lado el vehículo privado, que suelen utilizar en mayor medida para ir al trabajo. Este porcentaje es bastante superior a la media europea (21%) y mayor que en países como Alemania (15%), Italia (18%), Francia (16%) y Reino Unido (17%).

En general, el coche, la moto o el ciclomotor se usan en primer lugar, seguidos de la marcha a pie, especialmente en ciudades pequeñas y medianas. Sin embargo, los residentes en las grandes ciudades, como Barcelona o Madrid, prefieren dejar a un lado las caminatas urbanas y se decantan por el transporte público. En cuanto a los desplazamientos por motivos distintos al trabajo, como el ocio, las compras o las visitas, la marcha a pie cobra protagonismo en todas las ciudades.

Gaditanos y granadinos, los españoles que más montan en motos y ciclomotores, disponible: www.lavozdigital.es, 20.01.2008.

14. Deporte

La Historia de un Club

El Real Madrid es posiblemente el club de fútbol con más renombre mundial. El 11 de diciembre del 2000, en su gala anual, la FIFA concedió el título de "Equipo del Siglo XX" al Real Madrid. Los lectores de la revista FIFA Magazine votaron a este club fundado en 1902 de forma masiva, dejando muy atrás a otros históricos como el Manchester United y el Bayern de Munich.

El Madrid no es el club de fútbol más antiguo del mundo, ni siquiera de España (ese honor le corresponde al Recreativo de Huelva) y tampoco tiene el estadio con mayor capacidad, o el número más grande de socios. Pero, por cualquier parte del mundo, la simple mención de esas dos palabras, Real Madrid, es suficiente: no existe persona que sepa algo de fútbol que no conozca ese nombre. Algunos recuerdan a Di Stéfano y a Puskas, que jugaron en el Madrid todopoderoso de los años 50, o a Butragueño, Michel, Hugo Sánchez y el resto de la quinta en los 80 o incluso a algunas de las estrellas de hoy en día como Raúl, Ronaldo, Figo, Zidane o Roberto Carlos. Todos ellos han defendido el escudo del club que ha causado mayor impresión en el mundo del fútbol.

Pero no son solo los jugadores, tanto pasados como presentes, los que hacen al Real Madrid la gran institución que es. Los triunfos en España y Europa, hacen de la sala de trofeos del club la más prestigiosa del mundo. El Real Madrid ha ganado más Copas de Europa, la competición europea de clubes por excelencia, que ningún otro equipo. Y en la liga, no tiene igual. Gran parte de todos estos triunfos se deben a la visión de un solo hombre.

En 1943, Don Santiago Bernabéu se convirtió en el décimo presidente del Real Madrid, cargo que no dejó hasta 1975. En ese periodo, el club conquistó 6 Copas de Europa, 1 Copa Intercontinental, 16 títulos de Liga y 6 Copas de España. Bernabéu quería que el Real Madrid se convirtiera en el mejor equipo del mundo, y para eso trajo a los mejores jugadores y entrenadores de la época. Un gran club se merece un gran estadio y el que lleva el nombre de Santiago Bernabéu celebró el 50 aniversario de su inauguración el 14 de diciembre de 1997.

Biografías del Madrid, disponible: www.realmadrid-7.blospot.com, 14.02.2009

15. Naturaleza y medio ambiente

Catástrofe en Galicia

Lo que el Prestige se llevó...

Un viejo petrolero con bandera de Bahamas que transportaba 77.000 toneladas de fuel de Letonia a Gibraltar fue a morir frente a las costas gallegas un día de tormenta de 2002.

Lo que empezó como una incidencia más del temporal que azotó España en noviembre de 2002 terminó convertido en la mayor catástrofe económica y ecológica sufrida en España: aún quedan restos en los acantilados más inaccesibles y bajo los fondos marinos donde no se pudo limpiar.

El Prestige, pese a su nombre, dejó sin faena a miles de marineros y mariscadores de la primera región pesquera de la Unión Europea. El temporal – olas de seis metros y vientos de hasta 50 nudos – hirió de muerte al barco, de 26 años de antigüedad, y de armador y capitán griegos, escorándolo a estribor el 13 de noviembre.

Salvamento Marítimo rescató a sus 27 tripulantes, mientras el barco escupía una mancha de crudo de cinco millas de longitud. Fueron solo las primeras toneladas. Un año después, las cifras oficiales certificaban que el Prestige derramó sobre las costas de Galicia y el Cantábrico, desde las

islas Cíes hasta Bretaña y el litoral meridional del Reino Unido, un total de 63.000 toneladas de petróleo.

El temporal de Fisterra abrió un boquete mortal en el viejo casco del Prestige, un barco que no pasaba ninguna revisión desde 1999, pero fue una serie de decisiones equivocadas la que lo mandó al fondo de la plataforma gallega, a unos 4.000 metros de profundidad frente a las islas Cíes.

Los remolcadores metieron al petrolero en la zona de la llamada corriente de Navidad, que condujo el crudo que soltaban sus tanques directamente contra la costa de Galicia. Las primeras manchas de fuel habían llegado a Trece, Camelle y Roncudo, en la Costa da Morte, el 17 de noviembre. A la Ría de Arousa, más al sur, el 4 de diciembre.

Catástrofe en Galicia, disponible: www.elmundo.es, 22.01.2009.

16. Servicios

Historia de Correos

Correos, desde hace más de 300 años, ha venido recorriendo día a día todo el territorio español con vocación de servicio público. Durante la Edad Media el correo era asunto fundamentalmente de la Corona. Se trata de una larga etapa de mensajeros, mandaderos reales, troters...

En la Edad Moderna, bajo el reinado de los Austrias, la administración del servicio se arrienda a particulares y Correos empieza a tener una estructura más homogénea con cierta semejanza a la actual. Desde el siglo XVIII, con la llegada de los Borbones al trono, Correos pasa a ser un servicio del Estado de la mano de Felipe V que lo extiende a todos los ciudadanos como un servicio público.

Posteriormente, en 1850, aparece en España el primer sello con la imagen de la Reina Isabel II, con dos importantes consecuencias. Por un lado, disminuye el coste de los envíos, al pagar el servicio el expedidor en lugar del destinatario; y por otro, el número de envíos aumenta considerablemente. Ese año se contabilizan 18 millones y medio de envíos. Es en 1889 cuando se crea el Cuerpo de Correos en España.

Hasta nuestros días, Correos ha seguido evolucionando para adaptarse a las nuevas necesidades de la sociedad, cambios que en los últimos años han adquirido un ritmo de vértigo. En 1992, deja de ser una Dirección General para transformarse en Organismo Autónomo de carácter comercial y cinco años después, en Entidad Pública Empresarial. En junio de 2001 estrena una nueva forma de gestión bajo un nuevo régimen jurídico: el de Sociedad Anónima Estatal.

Hoy en día, Correos se enorgullece de su tradición histórica, al tiempo que avanza hacia un concepto de empresa innovadora y moderna, acorde con la realidad del siglo XXI.

Correos, disponible: www.correos.es, 29.01.2009.

17. Tecnología moderna

De fiesta con el ordenador, ...

... los juegos, la robótica y las nuevas tecnologías: la Campus Party de Valencia, el mayor acontecimiento en red del mundo, empezó la pasada medianoche.

La Campus Party es un acontecimiento ineludible para los amantes de las nuevas tecnologías. Con más de 7.000 inscritos – solo 500 de ellos son chicas –, sus participantes no son únicamente “locos de la informática”. Los ordenadores son una parte imprescindible de esta cita veraniega, que se caracteriza también por incluir numerosos talleres en los que los asistentes descubren los últimos avances en áreas como la astronomía, el software libre, la simulación, los juegos o la robótica.

La Campus Party, que se celebra en la Feria de Valencia, comenzó ayer con una orquesta sinfónica que interpretó algunas de las bandas sonoras más legendarias de la historia de los videojuegos, como Final Fantasy, Mario, Sonic o Zelda, entre otros.

Además de los talleres de aprendizaje, los que acuden a la Campus Party saben que van a disponer del 15% del ancho de banda de toda España para conectarse a Internet o descargar archivos.

Las descargas para uso personal son totalmente legales, y son muchos los que aprovechan esta ocasión para conseguir en unos segundos lo que en casa tardarían días.

Con una velocidad de cinco gigas, los usuarios calculan que podrán descargarse una película en unos segundos y, aunque está prohibido comerciar con esas descargas (el año pasado se expulsó a tres asistentes), no es delito compartirlas sin ánimo de lucro.

La Campus Party no es la única cita de estas características. En España encontramos La Enredada, del 27 al 30 de septiembre, en Burgos; la Campus Mac, del 7 al 12 de agosto en Barcelona, o la Arroutada, del 1 al 4 de noviembre, en A Coruña. Son solo algunos ejemplos.

20 Minutos, 24.07.2007.

18. El mundo del trabajo

Consejos para superar una entrevista de trabajo

Antes de la entrevista

- Conoce todo lo que puedas de la empresa.
- Lleva el currículum.
- No acudas con gafas oscuras.
- Comprueba tu apariencia (evita ropa llamativa; ve bien vestido, limpio y afeitado).
- Llega pronto (5 minutos antes).

Durante la entrevista

- Crea una buena impresión. Las primeras impresiones son de gran importancia.
- Saluda al entrevistador con una fórmula convencional, por ejemplo: *Buenas tardes, Sr. Ruiz.*
- Siéntate derecho.
- Saluda con un apretón de manos y sonríe, mirándole a los ojos.
- No te sientes hasta que te lo digan.
- No tutees si no te lo indican.
- Estate atento y simpático.
- Evita ponerte nervioso y los gestos que lo indiquen como morderte las uñas, golpear con el boli en la mesa, agitarte en el asiento...
- No fumes.
- No hables demasiado, ni demasiado poco.
- No cruces los brazos, puede parecer que estás a la defensiva.

Piensa antes de contestar

- Responde clara y brevemente.
- Di siempre la verdad.
- No esperes demasiado tiempo para responder.
- No utilices expresiones tajantes como “siempre”, “nunca”, ni utilices latiguillos como “o sea”, “bueno”...
- Muestra entusiasmo por el trabajo.
- No hables mal de las empresas en las que has trabajado.

Piensa positivamente

- No digas que necesitas terriblemente el trabajo.
- No digas, “acabo de terminar mis estudios y no tengo experiencia profesional”, sino: “estoy disponible para trabajar y dispuesto a poner en práctica todos los conocimientos que he adquirido en mis estudios”.

Haz preguntas

- Sobre las posibilidades de promoción, la empresa o el puesto de trabajo.

Expresa tu agradecimiento

Después de la entrevista, analiza los resultados, anota puntos fuertes y débiles... puede servirte para una segunda entrevista o para próximas entrevistas en otras empresas.

Orientación laboral, disponible: www.gipe.ua.es, 12.03.2009.

19. Hungría

Datos turísticos de Hungría

Hungría ofrece un amplio abanico de actividades para disfrutar del tiempo libre, con ofertas muy variadas.

El Lago Balatón es uno de los bastiones turísticos de Hungría. Este entorno tiene excelentes playas de aguas no muy profundas y cálidas que hacen las delicias de los bañistas de todas las edades. Es un lugar ideal para practicar el windsurfing y el yachting, ya que no están permitidas las lanchas por el interior del lago pero sí los barcos de remo, de vela y las piraguas.

Tanto en la zona del Balatón como en el resto de Hungría se pueden practicar otros deportes como la equitación (ya que los caballos húngaros tienen muy buena fama), tenis, golf o tiro al disco entre otras actividades, todas ellas en instalaciones bien preparadas y a precios económicos. La caza y la pesca van más allá de la práctica del deporte ya que los parajes en los que se practican son muy hermosos.

Para relajarse después del deporte o de un ajetreado día nada mejor que sumergirse en los deliciosos baños termales que se encuentran ubicados en todo el territorio húngaro. Estos baños cuentan con instalaciones y personal de alta calidad. Bañarse o nadar en las enormes piscinas de estos lugares, repletos de encanto, es todo un placer, además de constituir un excelente tratamiento contra enfermedades ginecológicas, reumáticas, de los órganos locomotores o digestivas.

Hungría es música y el folclore de este país es muy rico. Le animamos a que disfrute de las animadas danzas populares o con las románticas baladas interpretadas por mágicos violines mientras se cena o se toma una bebida. Hungría ofrece también un amplio abanico de ofertas culturales: teatros, conciertos, cine y circo. Son muy famosos los casinos en los que se puede jugar en entornos muy elegantes, así como los espectáculos de las salas de fiestas y de las discotecas.

Datos turísticos de Hungría, disponible: www.viajes-a.net, 18.01.2009.

20. España, América Latina

España – Una primera impresión

Conocida por su historia, arte, corridas de toros, flamenco, playas y tantas horas de sol al año, es España, sin embargo, no solo esto, sino mucho más. Esta tierra es y ha sido desde hace milenios uno de los centros culturales de Europa. Tantas de sus ciudades, e incluso los más perdidos enclaves, albergan monumentos de extraordinario valor, ya sea por su antigüedad o por su riqueza artística, sin mencionar los extraordinarios parajes naturales con que esta añeja península cuenta.

Se ha utilizado hasta la saturación el tópico de “España es diferente”; pero la pregunta es: ¿Diferente de qué? De todo; de Europa, del mundo, y sobre todo... de sí misma. Pues España es un país lleno de contrastes, al que han llegado a llamar “La Pequeña Europa” por la diversidad de sus paisajes, que frecuentemente recuerdan a puntos muy remotos del continente europeo. A su vez, cada región, cada ciudad dentro de una misma región, y a veces cada pueblo, presentará una realidad tan contradictoria como fascinante.

Creemos que lo mejor para conocerla será visitarla, profundizar en ella, y hacerse una opinión propia de lo que España significa en realidad. Y si podemos servirle de ayuda, haga uso de nuestras páginas; quizás le resuelvan algunas incógnitas sobre el porqué “Spain is different”.

Todo sobre España, disponible: www.red2000.com, 26.01.2009.