Planeta 28

GRATUITA

MARZO 09
Número 4



CHEVROLET NUBIRA



COW PARADE

ENTREVISTA A SYLVIA PANTOJA



WWW.PLANETA28.COM


¡¡¡LÉEME Y... PÁSAME!!!
WWW.PLANETA28.COM

Planeta 28

COW PARADE





LA RECETA DE WWW.COCINACONENCANTO.COM

ENTREVISTA A SYLVIA PANTOJA





MOTOR CHEVROLET NUBIRA

LA ENTREVISTA DE TRABAJO



¡RECÍCLAME!

Planeta 28 no se hace responsable ni necesariamente comparte la opinión de sus colaboradores ni del contenido de sus anuncios.

¡¡ NOS INVADEN LAS VACAS !!

COW PARADE MADRID

105 vacas pastan en Madrid... CowParade llega de forma gratuita a los ciudadanos

Las vacas estarán dispuestas en las calles de los distritos de Salamanca, Centro y Retiro hasta el 21 de marzo de 2009. Las vacas estarán situadas en lugares y calles tan emblemáticos como la Plaza de Cibeles, la puerta de Alcalá, la calle Serrano, el paseo Recoletos, la calle Alcalá con Gran Vía, la Plaza Santa Ana, la plaza de Oriente, la calle Preciados con la Puerta del Sol... Algunas vacas se situarán en estaciones del Metro de Madrid: Nuevos Ministerios, Aeropuerto T2, Moncloa, Manuel Becerra y Gregorio Marañón.

¡Cualquiera puede pintar una vaca!

CowParade pretende democratizar el arte, hacerlo llegar de forma accesible a los ciudadanos. Y no sólo como espectadores. También como creadores: la organización animó a todos a tratar de pintar una vaca, para lo que se convocó el concurso "¡Pinta una vaca!" en el que se han seleccionado las mejores propuestas. Por eso cada Cow Parade es única y diferente, y refleja el espíritu de la ciudad que la acoge, ya que las vacas son creadas específicamente para cada ciudad anfitriona.

No sólo artistas, diseñadores o creadores plásticos han podido presentarse a este concurso. Cualquier ciudadano aficionado al arte ha podido enviar sus bocetos a través de la página www.cowparademadrid.com.

Como no podía ser de otra manera, algunas de las vacas de CowParade Madrid tienen inspiración castiza: orgullosas vacas toreras, como La Vicalvareña, con su traje de luces; la 'Mu Lapa Madrileña', una sexy vaca chulapa que causaría verdadero furor entre los toros lidiados en San Isidro; una vaca que presenta en su lomo la Puerta de Alcalá... También se podrá ver a la vaca 'Vinos y Tapas Lola', una reinterpretación de un bar al más puro estilo madrileño.

La cultura y tradición españolas se plasman asimismo sobre el lienzo vacuno: la vaca 'Paz' está inspirada en el Guernica, mientras que la vaca 'De La Mancha' rinde homenaje a nuestro personaje literario más universal: El Quijote.

Una vaca plantea una reflexión sobre el agua como recurso escaso, otra se pregunta por el papel de los medios de comunicación, otra supone una crítica a la tala indiscriminada de los bosques del planeta... Vacas, en fin, las hay para todos los gustos: divertidas y gamberras, solemnes, ingenuas, eruditas...



Y los artistas que han dado vida a estos simpáticos animales de fibra de vidrio son tan diversos como sus creaciones. Hay diseñadores gráficos, estudiantes, ingenieros, profesionales de todo tipo que han querido aportar su imaginación y su habilidad con los pinceles para hacer de CowParade Madrid todo un éxito.

Además, la organización ha invitado directamente a algunos reconocidos artistas de diferentes campos a que plasmen su idea de vaca.

Conocidos creadores españoles de diversas disciplinas artísticas han querido sumarse al proyecto CowParade Madrid y plasmarán su talento y su creatividad sobre un soporte tan poco habitual como vacas de fibra de vidrio de tamaño natural. Hasta el momento han confirmado su participación el artista Alfonso Berridi, el diseñador de moda Antonio Alvarado, el creador Sean Mackaoui , el grafittero SUSO33, el escultor Víctor Ochoa y la diseñadora Agatha Ruiz de la Prada. A través de la invitación directa a algunos artistas, la organización de CowParade pretende llamar la atención sobre distintos estilos creativos.



Cuando finalice la exposición de las vacas en la calle, será la prestigiosa casa de subastas internacional Christie's la que se encargue de organizar la subasta benéfica en la que se venderán los mejores ejemplares que hayan 'pastado' en Madrid. La subasta tendrá lugar el 16 de abril. La recaudación irá destinada a diferentes organizaciones sin ánimo de lucro. En las CowParade que se han celebrado hasta la fecha, y que han llenado de vacas más de 50 ciudades de todo el mundo, se ha obtenido un total de 13 millones de euros para fines benéficos. La puja más alta por una vaca alcanzó los 110.000 dolares. Para muchos personajes conocidos, comprar una de las vacas de CowParade una vez finalizada la exposición se ha convertido en una obligación. Entre los propietarios de estos excéntricos animales se encuentran la Reina de Inglaterra, Elton John, Ringo Starr, la autora de la saga de Harry Potter J.K Rowling y el rey de Jordania.

Acción contra el Hambre, Nuevo Futuro, la Asociación Española Contra el Cáncer, la Fundación del Hospital Universitario Infantil del Niño Jesús y Manos Unidas son las ONG elegidas por CowParade Madrid como beneficiarias de la subasta. El dinero recaudado en la subasta se destinará a proyectos concretos que las ONG harán públicos.

Algunas curiosidades

La “Harry Potter Cow”, una vaca sobre una escoba simulando estar en pleno vuelo y vestida como el famoso aprendiz de mago, estuvo expuesta en la céntrica Leicester Square durante CowParade de Londres, antes de quedar instalada en el jardín de la autora de la saga, JK Rowling.

Las vacas de CowParade de Florencia formaron parte de las celebraciones para inaugurar los Juegos Olímpicos de Invierno de 2006.

La pequeña Isle of Man de Reino Unido, en cuya capital sólo viven 26.000 personas, fue una de las pioneras en albergar una CowParade.

En Lisboa, la organización de CowParade patrocinó la vaca que pintaron los presos de una cárcel. Los funcionarios de la prisión tuvieron que desmontar una puerta del presidio para que la vaca pudiera ‘entrar’ en el presidio y ser decorada por los internos, que demostraron bastante sentido del humor al vestir al bovino con un pijama a rayas blancas y negras y encerrarlo entre barrotes. La vaca y su jaula, que se expusieron en las calles de Lisboa, fueron todo un acontecimiento y un motivo de alegría y orgullo para los presos.

CowParade Londres debió posponerse un año por solicitud del Gobierno inglés. Inicialmente estaba prevista para 2001, y estando los preparativos ya en curso, estalló la traumática crisis de las vacas locas, entre otras epidemias que afectaron a los bovinos. La oficina del entonces primer ministro, Tony Blair, pidió a los organizadores que retrasaran el evento, pues no quería enfrentar a los londinenses con más vacas, incluso aunque estas fueran adorables criaturas de fibra de vidrio... Finalmente, CowParade se celebró en 2002, cosechando un éxito tremendo.

La Reina Isabel y su marido, el Duque de Edimburgo, quedaron fascinados por las vacas. Una vaca dorada y con corona situada frente a la guardia del Palacio de Buckingham sirvió para celebrar el cincuenta aniversario de la llegada de la reina Isabel al trono. Su Majestad solicitó que las reproducciones de las vacas en miniatura fuesen introducidas en la tienda de regalos de palacio.



LA RECETA DE WWW.COCINACONENCANTO.COM

Tomates Rellenos de Atún y huevo

Ingredientes:
(ejemplo para 4 personas)

- **1 tomate entero por persona**
- **2 huevos duros**
- **Sal, Pimienta**
- **1 lata de Atún al natural**
- **Unas cucharadas de Mayonesa**
- **Aceitunas verdes o negras**
- **2 o 3 filetes de Anchoas**



Elaboración:

1. Comenzar por vaciar los tomates, y poner su interior en un cuenco, retirándole si se puede las semillas.

2. Poner los tomates boca abajo y dejarlos que eliminen el agua de su interior, y salarlos por dentro

3. En un bols colocar el atún bien picadito, y uno de los huevos duros picados también, agregarles el interior de los tomates también picados, aceitunas cortaditas en rueditas y los filetes de anchoas bien picados también.

4. Ligar todo con mahonesa, sal y pimienta. Si te gusta le puedes poner media cebollita francesa cruda, picada muy finita, o medio diente de ajo picado.

5. Colocar toda esta preparación en el interior del tomate vaciado.

6. Tener en cuenta de rellenarlos bien, y luego decorar con perejil picado, huevo duro picado, y una aceituna en el centro.

7. Se puede servir sobre un plato o bandeja con hojas verdes y encima color el tomate.

ALEJANDRA FELDMAN EDITORA , DOCENTE Y ASESORA GASTRONÓMICA
WWW.COCINACONENCANTO.COM



www.angellopezsanz.es

Fábrica de Embutidos y Jamones

Angel López Sanz, S.L.

C/ LAS ONZAS, 47
41780 CORIPE (SEVILLA)
TFNO: 955858507- 955858543
TELEFAX: 955858628




"Esta vida es para la gente valiente"
Sylvia Pantoja

Te consideras una artista todo terreno: cantante, actriz de teatro y cine, modelo, concursante de la isla de los famosos...

Sí... me considero ante todo ARTISTA, no sólo cantante, me desenvuelvo bien en los campos que he tocado hasta ahora, y eso hay que aprovecharlo.

Ahora podemos escuchar canciones con un toque pop muy bailables, el hecho de tener tu propia discográfica te da la libertad para ser tu misma sin ataduras

Hombre ... totalmente, además me he tomado el tiempo que he necesitado, este disco empezó hace tres años, se paralizó por circunstancias personales. Lo he hecho cómo he querido, las canciones que me gustaban, he compuesto cinco temas... y sin ninguna presión.

Cómo ves el negocio de la música en España.

A ver, yo digo una cosa, la crisis es evidente que está, pero no nos podemos amparar siempre en ese pesimismo porque así lo que haces es atraer lo malo, vamos a luchar... vamos a trabajar...vamos a seguir, porque si siempre pensamos en ¡crisis, crisis, crisis¡ al final acostumbramos al subconsciente y solo tendremos eso..crisis. Yo quiero ser más positiva, dentro de la crisis yo me defiendo sigo para delante con las herramientas que tengo en cada momento. A ver si conseguimos cambiar la mentalidad.

¿Qué hacemos con el top manta y con el emule?¿la industria de la música atraviesa una crisis?

La música española es muy creativa, tenemos muy buenos artistas,



yo creo que es el país donde más artistas hay

Bajo nuestro punto de vista has llenado un hueco en el mercado musical español, voz femenina potente con un estilo diferente con música hecha con alma, estilismo muy cuidado ¿lo ves así?

Sí, la verdad es que yo hago lo que siento en el momento, soy una persona muy inquieta y no me gusta definirme en un estilo tanto musical como visual, así que he hecho lo que me gustaba.

¿Cómo definirías tu música?

Mi música es pop, pero un pop muy personal. Muchas veces tratan de buscar a quién se parece... pero no se parece a nadie. Incluso he sacado matices de mi voz que desconocía, gracias a José Antonio Gala. Yo antes estaba acostumbrada a cantar en un tono muy agudo, muy arriba que me empequeñecía mucho, ahora estoy cantando más grave, rompiendo más la voz. Y lo veo muy personal

Te has lanzado a explotar tu faceta creativa como compositora, ¿qué tal la experiencia?

Muy bonita, se canta de diferente manera un tema escrito por ti, a cuando te dan un tema...No tiene nada que ver.

¿Cuál es la canción preferida de tu disco?

Del anterior disco me gustaba mucho una canción que se llama "Más amor" muy positiva, una rumbita preciosa. Aunque hay varios temas que me gustan muchísimo... umm, la de mi madre de Alejo Martínez, era un tema más latino.

Dinos 3 grupos o solistas nacionales que te gusten

Alejandro Sanz indiscutiblemente
Me gusta mucho Alejandro Vega, que está en el teatro con Enamorados Anónimos
Malú... Mónica Naranjo
De grupos lo tengo que pensar más... Radio Futura me gustaba mucho... El Último de la Fila

Dinos 3 grupos o solistas extranjeros que te gusten

Sting, Alejandro Fernández y Michael Jackson

¿Qué opinas de los programas de televisión que tratan de moldear y lanzar nuevos artistas?

Uff, ¿qué pienso? Umm es un arma de doble filo, porque para los chicos que empiezan y que tienen toda la ilusión del mundo, está muy bien darles una oportunidad. Pero yo no

comparto que el éxito sea de la noche a la mañana, un artista tiene que sufrir, tiene que adquirir experiencia para poder transmitir al publico, eso es lo que yo entiendo por Artista. Lo otro es un "producto" que lo que hace es dar dinero a los que están alrededor. Es una pena para las criaturas que empiezan porque hacen ídolos con pies de barro

¿Qué consejos les darías a las chicas que quieren ser cantantes?

Que tengan ilusión y que no decaigan, le digan lo que le digan que sigan, esta vida es para la gente valiente

Habéis tocado mucho en directo, qué te parece el público madrileño, cuéntanos alguna anécdota que te haya sucedido en algún concierto

Hace tiempo que no toco en Madrid, pero frecuento garitos porque mi chico pertenece a la noche. Me sigue mucho el público gay que es fantástico, se saben todas mis canciones...y me encanta

¿Cuándo empezará la nueva gira? ¿Alguna sorpresa?

Las presentaciones empiezan en Madrid, el día 26 de febrero en la Sala Polana y después iremos a Sevilla y Barcelona

¿Cómo te sientes cuando ves que tus videos en Internet tienen miles de descargas?

Me da mucha alegría, de vez en cuando entro para ver los comentarios

Respóndenos brevemente al cuestionario Planeta28:

Un lugar en Madrid: La Plaza de Santa Ana
Una sala de conciertos en Madrid: Polana
Una comida: Huevos fritos con papas...o los huevos estrellados de Lucio
Un deporte: correr
Una canción: "Sos" de Maite Martín
Un intérprete: Alejandro Sanz
Un sueño cumplido: Vivir sola en Madrid
Un sueño por cumplir: Uff ..Muchísimos
Un vicio confesable: El chocolate... me encanta.
Tu "pecado favorito": Comer palomitas como una "condenada" en el cine, no soy capaz de ver una película sin comer palomitas.
Una calle para pasear: La Gran Vía
Un rincón para perderse: Aranjuez
Un lugar para enamorarse: Aranjuez
¿Día o noche? Día

PLANETA 28 Asistió a la presentación del nuevo disco de SYLVIA PANTOJA en Madrid

El Jueves 26 de febrero Sylvia presentó su nuevo disco "A FAVOR DEL VIENTO". La sala abarrotada de un público entregado que coreó todas las canciones.
Sylvia expectacular, brillando con luz propia, fue desgranando de manera magistral sus nuevas canciones.

Sylvia ¡te deseamos muchos éxitos!

WWW.SYLVIAPANTOJA.ES







Atención al Cliente 96 609 47 94

¿Tienes problemas
para encontrar
zapatos de tu talla?

www.soniadiaz.es

-5% de descuento. Código promoción PLANETA28

EL COMPAS
suministros de oficina

CONSUMIBLES INFORMÁTICOS - MATERIAL DE OFICINA
PAPELERÍA CORPORATIVA - SELLOS DE CAUCHO
HP- EPSON - KYOCERA - OKI - LEXMARK - KONICA MINOLTA - SAMSUNG - BROTHER

LOS MEJORES PRECIOS EN
CARTUCHOS Y TONER ORIGINALES

ENTREGA EN 24/48 H. EN
TODA LA PENÍNSULA

tus compras de oficina en internet
www.elcompas.com ☎ 92 631 95 50

¿Sabes ya qué es?

www.el13.eu

El TRECE

Psss... no se lo digas a nadie...


WWW.BAASGALGO.COM
PERMÍTETE EL LUJO DE SALVAR
UNA VIDA
Teléfono : 91 [illegible]
Apartado de correos 97
28430 Alpedrete
Madrid

No camines solo, adopta un galgo

Hay un grupo de gente a las que alguien de duro corazón ha llamado 'galgueros de bien', (espero que no sea por contraponerlos a los que rescatamos galgos maltratados, medio muertos, destrozados, enfermos y desamparados, galgos a los que curamos recuperamos y buscamos una familia donde puedan vivir una vida de perro feliz, espero que no sea por eso el pomposo título).

Del mundo de esos galgueros, de las carreras de galgos, llega una noticia que nos cuenta que una galga, luego de caer a un canal, salió corriendo detrás de una liebre y al poco murió del sobreesfuerzo...

Y me quedo atónita leyendo esta noticia, porque he rescatado a muchos galgos y he convivido con ellos, y nunca he conocido a ninguno al que le guste hacer esfuerzos y menos un sobreesfuerzo. Me recordó a esos perros de presa a los que entrenan para pelear y luego sus dueños ('auténticas bestias') se jactan de que mueren antes que soltar el bocado....

Noticias tristes y estúpidas, que hablan de gente imbécil, para personas sin soporte cívico. Gente bruta, a las que no les importa la vida de un animal mientras su diversión esté garantizada.

Hay mucha de esa gente en nuestro país, y ninguna ley que les impida hacer las peores barbaridades con seres vivos que tienen a su cargo. Cargan una escopeta, una presa muerta o un perro muerto, les da igual, lo importante es el espectáculo de la muerte que es lo que les ceba.

¿Cuántos de vosotros que leéis estas líneas sabíais que en las carreras de galgos a campo abierto se hacen controles de dopaje?. Si señores, porque a estos imbáculos les va el rollito de meter medicación a unos perros para que corran sin parar.

¿Cuánto falta aún para que cuando salga una noticia como esta de la muerte de una gaguita por correr demasiado, a su dueño le metan preso por abusador?

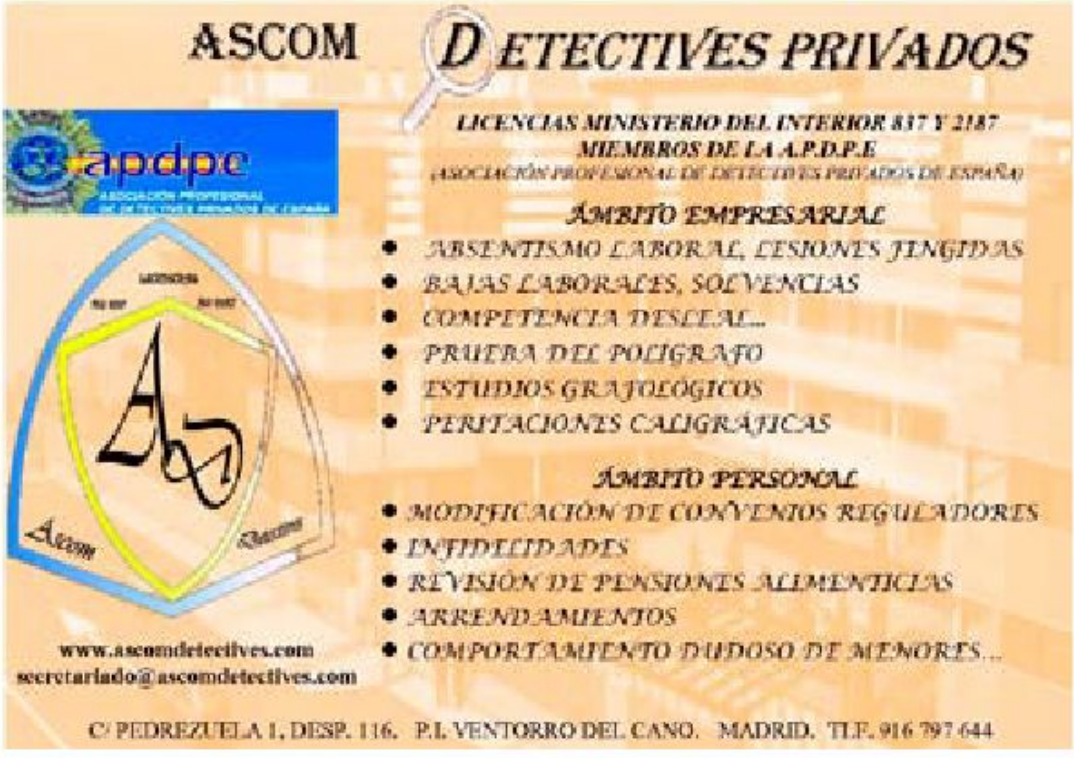
¿Cuántos galgos tendremos que rescatar antes de que la barbarie se acabe?

Esta galga murió porque a su dueño le dio la gana, otros mueren aplastados contra una pared al poco de nacer ('selección natural', dicen), otros de hambre en el campo, gran cantidad de galgos deambulan por las carreteras y terminan aplastados por los coches al final de cada temporada de caza, algunos mueren ahorcados, otros destrozados se echan a morir en cualquier parte, intoxicados, enfermos, degollados, quemados vivos, despellejados, de hambre...

Perdigones, sogas, cepos, canales, coches, galgueros, una gran variedad de mal nacidos, y otra gran variedad de gente a las que no les importa de nada, son los peligros que acechan al galgo español, un perro sociable y familiar, un excelente compañero al que le encanta jugar.
El galgo es un perro especialmente amable con los humanos y con otros perros, aquellas personas que tenemos la suerte de tener un galgo en nuestras vidas, sabemos que un galgo es un perro del que te enamoras siempre, tímido, sencillo y sin pretensiones, elegante y fuerte, sociable y cariñoso, un bello animal que tiene la mala suerte de los buenos, y como ellos sirve con su vida a la diversión de unos pocos.

Ya somos muchos los que estamos consiguiendo que el galgo tenga voz, para que los que 'no se habían enterado', se enteren, que el galgo está sufriendo, que está siendo tratado de la peor manera, que están muriendo a puñados, y que de todos depende que tenga un futuro que ahora no tiene.

No camines solo, adopta un galgo.



PuntoKAT
influencias coloristas
www.puntokat.com
puntokat@puntokat.com
areacreativa@puntokat.com
918 261 261
gestión servicios promocionales
regalo promocional
diseño páginas web
y mucho más...
diseño
papelería empresas
merchandaising



cocinetta
TODO PARA LA COCINA Y EL HOGAR



www.cocinetta.com
10% de descuento para su próximo pedido por registrarse*
· Menaje de cocina y mesa
· Utensilios de cocina
· Textil
· Repostería
· Moldes de silicona
· Pequeños cocineros
· El mundo del café
· El mundo del té
· El mundo del vino
· El mundo del queso
· Pequeño electrodoméstico
· Disfrutar al aire libre
· Artículos de baño
· Ideas para regalos
* No válido para productos en oferta, pequeño electrodoméstico o cafeteras Minimoka.

CHEVROLET NUBIRA
UN VETERANO DE MUY BUEN VER

El Chevrolet Nubira es ya un veterano en nuestro mercado y en ciertos aspectos, esto se nota en algunos detalles de equipamiento y estética.

Empecemos por la estética. Se trata de un diseño de Pininfarina de línea clásica de gran atractivo. Con unas dimensiones contenidas estrecho para su longitud. Este hecho no merma la capacidad interior del vehículo que es muy buena. Este vehículo tiene disponibles dos carrocerías sedán y station wagon (ranchera), este último resulta muy interesante por su versatilidad para familias o personas que carguen habitualmente grandes bultos.



(Largo/Ancho/Alto: 4.515/1.725/1.445) resulta un coche muy equilibrado aunque comparado con los nuevos modelos resulta algo

Entramos dentro del Nubira donde creemos que se encuentra uno de sus puntos fuertes, la habitabilidad. Su gran batalla 2.600 mm proporcio-

nan un espacio interior muy grande, de hecho, el espacio interior para las piernas en las plazas traseras es una de las mayores en su segmento. Caben 5 adultos con sus maletas viajando cómodamente.

En cuanto a los motores disponibles para propulsar al Chevrolet Nubira son dos, el 1.6 16v de 109 CV a 5.800 rpm y el 1.8 16v de 122 CV que consigue a 5.800 vueltas. El primero proporciona un par máximo de 150 Nm que consigue a 4.000 rpm y el segundo de 165 Nm que se genera a 4.000 rpm también. El motor 1.8 está disponible, si se prefiere, con una caja de cambios automática, fabricada por el prestigioso constructor alemán ZF. Estos dos motores se combinan con tres acabados, SE, SX y CDX, en el caso de la versión sedán y con los dos últimos en el caso de la versión Station Wagon.

En cuanto a sistema de frenado funciona correctamente en cualquier situación con buen aguante al calentamiento. Lleva discos en las cuatro ruedas, (los delanteros ventilados) junto con el ABS con sistema de distribución electrónica de frenada de serie en toda la gama. Sólo incorpora el sistema TCS en la terminación CDX.



El Nubira se comporta muy bien en carretera, esa gran batalla que hemos citado anteriormente le confiere un aplome en paso en curva mas que correcto. Es un vehículo sencillo de conducir y que rara vez hará "extraños" que pillen por sorpresa al conductor.

El Chevrolet Nubira está perfectamente equipado, sobre todo en cuanto a equipamiento de seguridad se refiere. Así, toda la gama Nubira dispone de ABS con EBD, doble airbag, airbags laterales, cinturones de tres puntos con pretensores y limitadores de esfuerzo en los delanteros, o los anclajes ISOFIX para las sillitas de los niños. Además, los faros antiniebla delanteros, se incorporan de serie en todas las versiones a excepción de la versión 1.6 SE de la carrocería sedán. Las versiones que equipan el propulsor de 1.8 litros equipan, tanto para la carrocería sedán como Station Wagon, el sistema de Control de Tracción TCS y el sensor de lluvia.

El equipamiento destinado a mejorar el confort de los ocupantes del nuevo Chevrolet Nubira, es realmente completo. De hecho elementos como la dirección asistida, con sistema de variación de la asistencia en función de la velocidad (SSPS) en la versión CDX, los elevalunas eléctricos, el cierre centralizado con mando a distancia o los numerosos huecos, cajones y dispositivos para mantener el orden en el habitáculo forman parte del equi-

pamiento de serie de toda la gama Nubira. Además, las versiones 1.6 SX y 1.8 CDX del Chevrolet Nubira, tanto para la carrocería sedán como Station Wagon, disponen de Climatizador Electrónico de serie para garantizar la temperatura ideal en el habitáculo. Una toma de corriente adicional en la consola central o un portagafas de sol son dos de los dispositivos que incorpora el Nubira. El confort del conductor queda garantizado a través de la gran cantidad de ajustes posibles tanto del asiento como del volante.

En conclusión se trata de un coche ya con unos añitos a sus espaldas pero cómodo seguro y confortable y que, además, dispone de unos precios tremendamente ajustados lo que le hace un producto muy atractivo.





ENTREVISTA DE TRABAJO

Tener una entrevista de trabajo significa que a la empresa le ha interesado nuestro Curriculum, por lo que tenemos muchas posibilidades de conseguir el puesto deseado...pero antes hay que tener en cuenta una serie de claves:

¿Que hay que hacer antes de la entrevista? :

1. Buscar toda la información posible de la empresa, como políticas, ramas a las que se dedica, valores, volumen de negocio, estilo…Internet es la herramienta más socorrida.

2. Tener una par de copias del currículum para llevar a la entrevista por si nos las piden, y un cuaderno o agenda para apuntar posibles datos.

3. Nuestro vestuario: "¿Qué me pongo?", hay que pensarlo bien, ya que no es lo mismo hacer una entrevista para una firma de moda joven que para un despacho de abogados. Sin embargo, siempre es conveniente ir vestido (y en el caso de las chicas maquillada) de manera correcta y discreta.

4. De antemano también podemos llevar preparadas posibles preguntas que nos puedan hacer durante la entrevista como:

- Descríbete (Hay que tener en cuenta que lo que interesa es el plano profesional, nunca el personal: "Soy sociable, flexible, buen trabajador en equipo, con iniciativa…)

- "¿Qué puedes aportar al puesto?" (explicar las cualidades y/o formación interesantes para el puesto de trabajo y las ganas que tenemos de trabajar en ello)

- "¿Por qué quieres trabajar con nosotros?" (Por que nos interesa esa empresa en concreto: por ejemplo por tratarse de una importante firma, o por sus políticas)

- "¿Cuáles son tus defectos?" (Siempre hay que plantearlo desde el punto de vista laboral. Hay

que hacer "revisión de conciencia" y ser prudente, buscar algún defecto que se pueda subsanar, como por ejemplo "mi fuerte no es la negociación, o el manejo de un programa informático", ya que esto se puede subsanar con dedicación y/o formación)

5. Llevar apuntada la dirección de la entrevista, el número de teléfono y el nombre de la persona que nos entrevistará.

6. Ir relajado es fundamental, los nervios nos pueden traicionar y este no es el momento, por lo que tener los anteriores puntos bajo control y calcular el tiempo que nos puede llevar llegar hasta el lugar de la entrevista para no llegar tarde es muy importante. Además cosas tan simples como unos sencillos ejercicios de respiración profunda, o beber agua de manera muy lenta pueden ayudar a relajarnos.

En la entrevista:

1. Hay que ser puntual, mejor calcular el tiempo de desplazamiento previendo posibles incidencias, es mejor llegar diez minutos antes que retrasarnos. Por supuesto a cualquiera le puede surgir algún imprevisto que nos haga retrasarnos, en ese caso es imprescindible llamar por teléfono al entrevistador para avisarle de que llegaremos más tarde.

2. Tener en cuenta que una imagen vale más que mil palabras y la primera impresión que demos es muy importante:
Siempre hay que ir vestido acorde con el tipo de empresa a la que se va a hacer la entrevista (ante la duda más o menos formal y discreto), e igual de importante es la actitud que llevemos: como nos expresemos, movamos, o nos sentemos. Hay que encontrar un punto medio en nuestra actitud para ser desenvuelto y demostrar tranquilidad y confianza en uno mismo (ni arrogante, ni inseguro).

Saludar siempre con una sonrisa y una apretón de manos (jamás con dos besos), sentarnos rectos y relajados, etc.

3. A la hora de responder, mejor ser claro y breve. Es conveniente no hablar en exceso y contestar a todas las preguntas con sinceridad. Da una imagen muy mala el caer en contradicciones porque mentimos y por supuesto, el trabajo no será para nosotros.

Hay que usar un lenguaje correcto, y ante todo evitar el "colegueo" ya que el entrevistador no es nuestro amigo. Es preferible evitar el lenguaje demasiado técnico, excepto que nos entreviste el que va a ser nuestro responsable directo y entienda a la perfección ese lenguaje.

Muchas veces queremos conseguir un nuevo trabajo porque en el actual no nos encontramos cómodos, no hay buen ambiente, etc, pero en la entrevista nunca hay que criticar ni a antiguos jefes ni a antiguos compañeros, ya que puede dar la sensación de que somos intransigentes, problemáticos o que no nos adaptamos bien.

4. Es muy conveniente demostrar interés por aprender cosas nuevas y flexibilidad o disposición para adaptarse e iniciativa.

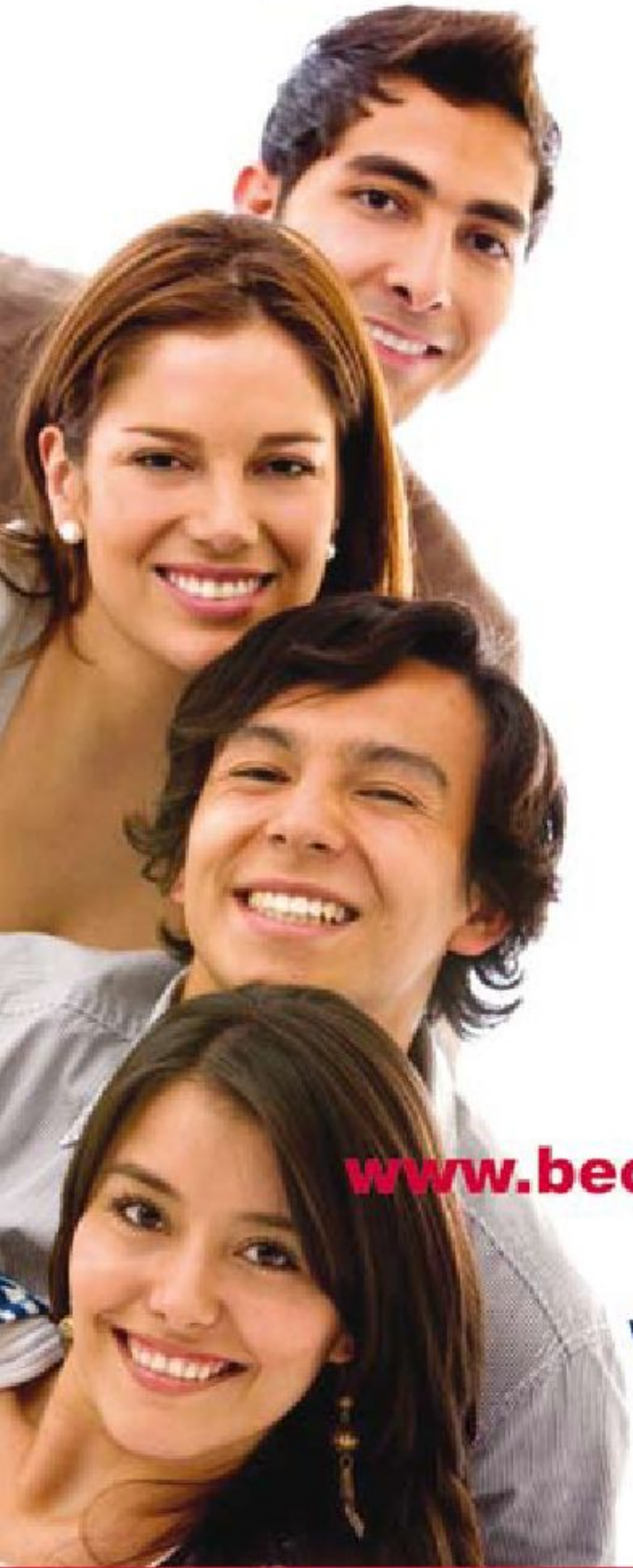
5. En la entrevista también es nuestra oportunidad de saber más acerca de la empresa y del trabajo (tipo de contrato, horario, salario, posible desarrollo profesional), por lo que no hay que tener miedo a preguntar, eso sí, es preferible que sea una vez que el entrevistador haya finalizado o que nos pregunte si tenemos alguna duda.
Es muy conveniente informarnos sobre cual será el siguiente paso en el proceso de selección, si va a haber más entrevistas, si nos avisan en caso de haber sido rechazados, etc.

Después de la entrevista:

Si pasado un tiempo desde la entrevista, no se han puesto en contacto con nosotros y habían quedado en hacerlo, no hay que desesperar, muchas veces los procesos de selección se alargan, pero pasado un tiempo prudencial, es aconsejable llamar a la persona que nos entrevistó para obtener información.
En caso de haber sido rechazados, hay que repasar mentalmente la entrevista y ver los puntos fuertes y débiles para que nos sirva de aprendizaje y en la siguiente entrevista de trabajo que tengamos, lo hagamos perfecto.
Un acierto es guardar los datos del entrevistador porque quizás en un futuro podemos estar interesados en nuevas ofertas y es conveniente contactar directamente.

AUTORA: VIRGINIA CALVO

CIDI
DESDE 1976



BECAS INGLÉS MEC 2009

Para universitarios y maestros

Ya puedes solicitarla y reservar tu plaza:

Inglaterra
Irlanda
Malta
USA
Canadá
Australia
Nueva Zelanda

todo incluido: vuelo, traslado, alojamiento, etc... por el importe de la beca, en:

www.becasingles-mec.com

¿Cómo hacerlo?
Visita la web o llámanos.

902 886 127
914 364 380

Estamos en FACEBOOK, Messenger y Skype: busca o añade becasmec@cidi.com
y conoce a la gente que viajará contigo.



CaixaForum Madrid celebra su primer aniversario instalando en la calle siete esculturas de Auguste Rodin

Las siete esculturas monumentales que componen la exposición Arte en la calle. Auguste Rodin en Madrid, comisariada por Hélène Marraud, del Museo Rodin de París, podrán contemplarse en la plaza pública que da acceso a CaixaForum Madrid del 20 de febrero al 22 de marzo de 2009.

No únicamente revolucionó el arte de la escultura, que había quedado relegado a tediosa disciplina y reducido a mero monumento conmemorativo, sino que también demostró su modernidad apostando por exponer sus esculturas al aire libre. Precisamente, más de un siglo después, algunas de las obras más afamadas de Auguste Rodin (París, 1840 – Meudon, 1917) se erigen sobre la vía pública de Madrid en una iniciativa de la Obra Social "la Caixa" —con la colaboración del Ayuntamiento— para celebrar el primer aniversario de CaixaForum Madrid, que ha recibido en este tiempo más de un millón y medio de visitantes.

La muestra Arte en la calle. Auguste Rodin en Madrid reúne siete esculturas monumentales del Museo Rodin de París: El pensador y seis estudios de los seis prohombres que componen el grupo Los burgueses de Calais. La exposición forma parte del programa Arte en la calle, iniciativa pionera de la Obra Social "la Caixa" cuyo objetivo es sacar el arte de las salas de exposiciones, devolverlo al espacio público y provocar un diálogo con la arquitectura. Nunca mejor dicho en el caso de Rodin, quien concibió sus esculturas para ser expuestas al aire libre.

CONSEJERO PARA CRISIS

Para superar las transiciones difíciles

Para adaptarse con facilidad a los cambios

¿Deseas reorganizar tu vida y no sabes cómo?

Mentoring personal

Miguel Ángel Amarelle

660 910 358

edextrae@yahoo.es

Yo no cito a otros más que para expresar mejor mi pensamiento.
Michel Eyquem de Montaigne (1533-1592) Escritor y filósofo francés.

Hay que hacer algo, pero no pensar en hacer algo.
Francis Picabia (1879-1953) Pintor francés.

Siempre me he inclinado a pensar bien de todo el mundo; evita muchos problemas.
Rudyard Kipling (1865-1936) Novelista británico

Servicios Informáticos Integrales

Su socio tecnológico

M A I N S A

C O N S U L T O R E S

Mantenimiento de sistemas
Consultoría informática
Desarrollo de software a medida
Desarrollo web
Integración de sistemas
Auditoría
Outsourcing

91.392.36.30
91.392.36.31
www.mainsaconsultores.es
info@mainsaconsultores.com

ACER EXTENSA 5230-Celeron M575
1GB RAM - 160GB Disco Duro
DVD - Inalámbrica - Vista H.B.

365,99€ iva inc





ACER ASPIRE ONE 150AB
MINI PORTATIL N270 1.6GHZ
1GB 120GB 8.9" LINUX

289,99€ iva inc

hasta fin de stock

Por 22,00€ te lo llevamos a domicilio y por 65,99€ nuestros técnicos te configurarán tu red, impresora, etc (max 1 hora).

FRASES CÉLEBRES

Tacto es la habilidad de tratar que el otro vea la luz, sin hacerle sentir el rayo. KISSINGER

El verdadero sabio sólo es riguroso consigo mismo; con los demás es amable. PLUTARCO

El tonto no ve el mismo árbol que el sabio.WILLIAM BLAKE(POETA INGLÉS)

Defiende tus principios aunque tengas que hacerlo solo.
JACKSON BROWN

Quien tiene muchos vicios tienes muchos amos.PLUTARCO

No puedo cambiar la dirección del viento, pero sí ajustar mis velas para llegar siempre a mi destino.
JAMES DEAM

Piensa, cree, sueña y atrévete.
WALT DISNEY

Nunca olvides que basta una persona o una idea para cambiar tu vida para siempre(ya sea para bien o para mal). JACKSON BROWN

Sólo en el diccionario el éxito está antes que el trabajo.
PROFESOR LUIS HUGUET

Todos somos aficionados, la vida es tan corta que no da para más.
CHARLES CHAPLIN

Bien se puede recibir una puñalada sin adulación, pero rara vez se recibe una adulación sin puñalada. ANÓNIMO

No juzgues a los demás por sus parientes.

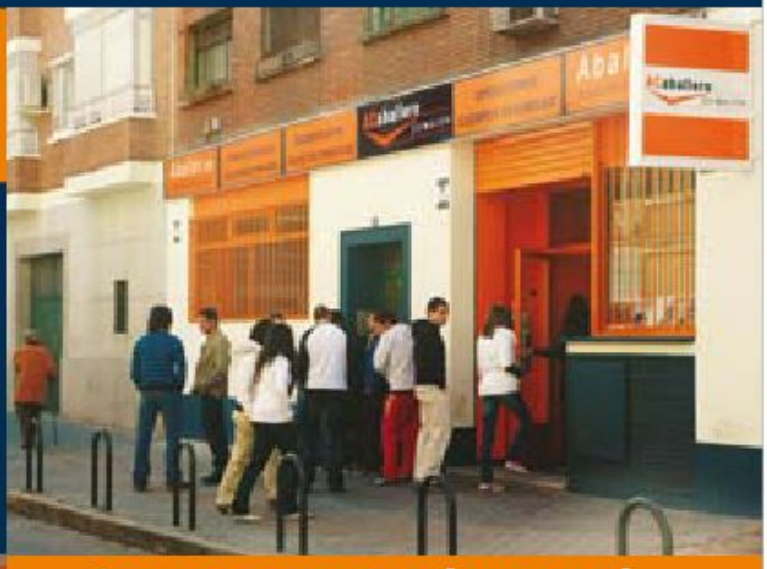


www.caricaturistas.info

ESPECIALISTAS
en preparar
CUERPOS de SEGURIDAD

Preparación completa de todas las pruebas de oposiciones:

- Policía Nacional (escalas básica y ejecutiva)
- Guardia Civil (escala de cabos y guardias)
- Policías Locales (Municipal Madrid y BESCAM)
- Agente de Movilidad Madrid





Centro autorizado por el Ministerio del Interior para impartir cursos oficiales de Seguridad Privada:

- Vigilante de Seguridad
- Escolta Privado
- Vigilante de Explosivos
- Instructor de Tiro
- Jefe de Seguridad
- Cursos de reciclaje

Otras ofertas formativas

- Promoción interna para Oficial y Subinspector del CNP.
- Curso Portero de Discoteca
- Curso de Acceso a la Universidad para mayores de 25 años (especial para personal de seguridad)

www.abalar.es

ABALAR.es
Academia de Seguridad

ACaballero formación
Formando los mejores profesionales dese 1933

Calle Torrijos, 16 bj.
28029-Madrid.
Teléfono 91 713 11 25
www.abalar.es info@abalar.es