

DOCUMENTOS ABCe

miércoles, 26 de mayo de 1999

¡ A los toros !



Adquirir una entrada para San Isidro es difícil, pero no imposible. Basta con armarse de paciencia. Si no tiene abono, lo mejor es acercarse los días de corrida a las taquillas de la plaza, desde las 10 a las 7. Allí se pueden adquirir las entradas del día y, sólo hasta las 2, los boletos para las cinco corridas siguientes. En la misma explanada hay casetas legales que venden las entradas con un 20% de recargo. Los precios de las entradas varían desde las 428.700 pts. de un

abono en barrera de sombra, a las 13.275 pts de una andanada de sol.

Plaza Monumental de Toros de Las Ventas

Dirección: C/Alcalá, 237 28028 MADRID
Distrito-Barrio: Salamanca-Guindalera

Teléfono: 91 356 22 00 (centralita)

Fax: 91 361 17 58 (petición de localidades)

Horario de taquilla: Viernes y sábados de 10 a 14 y de 17 a 20 horas. Jueves con el mismo horario sólo para abonados. Domingos de 10 de la mañana hasta la hora del comienzo de la corrida.

Transporte: El metro a Ventas suele ser el mejor medio de acercarse a la plaza. Los atascos son el pan nuestro de cada día en Madrid, más en el entorno de la Monumental cuando comienza la Feria:

*Metro: Ventas

*Autobús: 12, 21, 38, 53, 106, 110 y 146

Aforo: 23.000 espectadores

Tiempo: Si mayo mayea, como suele ocurrir, nunca sobra mirar al cielo antes de salir para la plaza, y aunque el cielo diga sí, tampoco sobra muchas tardes el impermeable y el paraguas. Hasta que la Comunidad quiera poner remedio. Ya se sabe que San Isidro es patrón de los agricultores.

Respeto: Acude usted lector a un espectáculo en el que un hombre con un trapo rojo se juega la vida ante un animal de astifinos pitones y más de quinientos kilos. Conviene por ello saber que hay momentos para la protesta, para el aplauso, incluso para la bronca; pero en su momento.



Ramón Portilla, aventurero de la 'Expedición Cacique'

"Cada ascensión es un reto diferente"

Si te gusta la aventura, Cacique te da la oportunidad de ser uno de los 24 participantes de la expedición 'Cacique Orinoco', donde, además de explorar territorios vírgenes de Los Andes, escalarás los dos picos más altos de Venezuela.

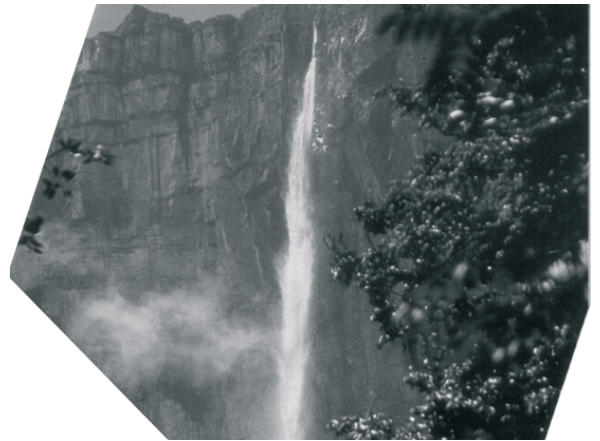
Ramón Portilla lleva 23 años practicando el alpinismo y la escalada. Ha coronado las siete cumbres más altas del planeta y ahora acaba de incorporarse al 'Equipo Cacique' de aventureros. Desde su dilatada experiencia en los picos venezolanos, nos explica que "cada ascensión es un reto diferente" y nos adelanta en qué consistirá esta expedición.

Pregunta: ¿Qué atractivos tiene Venezuela para un aventurero?

Respuesta: Es un paraíso, ya que casi todos los deportes de aventura encuentran en Venezuela un lugar fascinante donde poder practicarlos.

Pregunta: ¿Qué cualidades hay que tener para esta expedición?

Respuesta: Lo más importante es saber convivir con otras personas. Además, es fundamental tener intereses deportivos y culturales. No



son necesarios una forma física notable ni altos conocimientos técnicos de escalada.

Pregunta: ¿Cuál es el principal interés de los Andes venezolanos?

Respuesta: Cruzar la selva hasta llegar a los glaciares en un recorrido de gran belleza, con paisajes maravillosos, además de gran variedad de fauna y flora.

Pregunta: ¿Es muy diferente el mundo de la aventura en España respecto a otros países del resto de Europa?

Respuesta: En otros países europeos es más fácil conseguir colaboraciones para emprender una expedición.

de: Quo

¿Quieres convertirte en uno de los expedicionarios?

Remitiendo este cupón a la dirección que te indicamos entrarás en el sorteo de dos plazas para las pruebas de selección que se realizarán en marzo y septiembre en distintos parques naturales de España.

Nombre y apellidos _____
C/ _____ C.P. _____
Provincia _____ Tfno. _____

Envía este cupón a Quo. Concurso Cacique Aventura. Avda. Cardenal Herrera Oria, 3. 28034 Madrid.

PRIMER CONCURSO DE RELATO CORTO *Clara*



La afición a la escritura va en aumento, especialmente entre las mujeres, por eso hemos organizado el primer Concurso de Relatos. Tres suculentos premios, la publicación en la revista y un sorteo de 100 plumas entre todos los participantes, serán las recompensas a vuestra inspiración literaria.

Bases del concurso

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8

Los relatos presentados al concurso serán originales e inéditos, de tema libre y con una extensión máxima de 3 folios.

Los originales se enviarán por triplicado, mecanografiados y convenientemente grapados por su margen izquierdo.

La fecha máxima de admisión de originales será el día 18 de mayo del 2000. **Se enviarán a Clara, especificando "Primer Concurso de Relato Corto". c/Muntaner, 40. 08011 Barcelona.**

Obligatoriamente, los cuentos se presentarán a concurso bajo lema o pseudónimo, acompañados de un sobre cerrado adjunto donde se debe colocar el cupón con los datos completos del autor. En el exterior se especificará únicamente el título del relato y el pseudónimo.

Cada concursante podrá enviar cuantos originales desee, siempre que se acompañe el cupón original (no se admiten fotocopias): el que aparece en esta revista (nº 91-abril) o en la siguiente (nº 92-mayo).

Se otorgará un **primer premio de 250.000 ptas.** y una pluma estilográfica de plata con plumín de oro, "Sirocco", de Inoxcrom. Además los dos finalistas obtendrán también esta valiosa pluma estilográfica. Entre todos los participantes, se sortearán 100 plumas "York Metal", de Inoxcrom.

El jurado, formado por destacadas personalidades del ámbito literario, emitirá su veredicto a finales de junio. Los nombres de los ganadores, así como los tres relatos galardonados, aparecerán en el nº 95 (agosto, a la venta el 19 de julio) de Clara.

No se devolverán las copias presentadas. Clara se reserva el derecho de publicar los textos presentados a concurso, previa comunicación a los autores.



El mejor relato tiene un premio de 250.000 ptas. y una pluma de plata INOXCROM

Y, además, los dos finalistas recibirán una pluma estilográfica de plata "Sirocco" con plumín de oro, de Inoxcrom.

Entre todos los participantes se sortearán 100 plumas estilográficas "York Metal", de Inoxcrom.



Enviar a Clara, "Primer Concurso de Relato Corto" c/ Muntaner, 40, 08011 Barcelona.

Cupón de participación

Título del relato

Pseudónimo

Nombre

Calle

Población Código postal

Provincia Teléfonos de contacto

Fecha de nacimiento DNI.....

Tekst 12



■ salud

Menos humos

Dejar de fumar es uno de los buenos propósitos para empezar un nuevo curso. Le damos todas las claves para conseguirlo.

¿Qué hacer y qué evitar?

- Elegir el momento apropiado.
- Motivarse bien antes de empezar.
- Preparar una fecha para comenzar a dejarlo.
- Dejarlo de raíz, no se debe fumar de forma reducida.
- No dejar de fumar si hay un cambio de trabajo por medio o una época de tensión con la pareja.
- Hacer desaparecer todo aquello que le recuerde al tabaco, como mecheros, ceniceros, etcétera.
- Comentarlos con amigos y familiares para que lo tengan presente.
- Alejarse de ciertas situaciones que inviten a fumar, como reuniones sociales, discotecas, restaurantes, etcétera, hasta que se esté bien seguro de uno mismo.
- Si entran ganas de fumar, beber agua o zumos para estimular la garganta; en ningún caso café o alcohol, pues éstos aumentan el deseo de fumar.
- Si no se consigue por uno mismo, lo mejor es acudir a un centro especializado.



Control médico

En Androclinic pretenden, con el método Tabacout, convertir al fumador en un “no fumador” de forma permanente. Primero evalúan el grado de adicción del paciente, la motivación y el deterioro causado en su organismo, y, durante tres semanas, aplican un tratamiento a base de sustitutivos de la nicotina y ansiolíticos leves que controlan el síndrome de abstinencia, al tiempo que cortan de raíz la dependencia psicológica. En la clínica Capistrano se valoran las causas del consumo de tabaco para lograr la abstinencia, calmando la ansiedad y los síntomas físicos con preparados farmacéuticos que ayudan a este objetivo, aunque las técnicas con mejores resultados son las psicológicas o conductuales.

En el centro de medicina biológica Esbeltic Model, el tratamiento para dejar de fumar en una sola sesión tiene varias etapas: control de la función pulmonar, aplicación de la terapia de biorresonancia para eliminar la nicotina en el menor tiempo posible, acupuntura para la ansiedad, terapia homeopática de desensibilización contra el sabor y el olor del tabaco, y, por último, toda una serie de mensajes positivos que refuerzan la voluntad del paciente y rompen la asociación de hábitos.

Eindexamen Spaans havo 2002-I

havovwo.nl

Lees bij de volgende vragen steeds eerst de opgave voordat je de bijbehorende tekst raadpleegt.

■ Tekst 9 A los toros

Het is bekend dat stierengevechten in Spanje altijd precies op tijd beginnen.

- 1p 41 Staat in deze tekst vermeld hoe laat de stierengevechten beginnen?
Zo ja, hoe laat beginnen ze?
Zo nee, schrijf op nee.

■ Tekst 10 Cacique aventura

- 1p 42 Wordt er in deze tekst, behalve een avontuurlijke aard, een bijzondere persoonlijke eigenschap genoemd die nodig is voor de expeditie *Cacique Orinoco*?
Zo ja, welke?
Zo nee, schrijf op nee.

■ Tekst 11 Primer concurso de relato corto

Andrea Montero heeft een paar verhalen geschreven en zij wil graag meedoen met de verhalenwedstrijd van het tijdschrift Clara.

- 1p 43 Mag zij volgens deze tekst meer dan één verhaal inzenden?
Ja, onder voorwaarde dat...(*vul de zin aan*)

■ Tekst 12 Menos humos

Juan García Aranda is zwaar verslaafd aan roken. Hij is op zoek naar producten die hem van zijn verslaving af kunnen helpen.

- 1p 44 Staat er een merk in deze tekst dat je hem zou kunnen aanraden?
Zo ja, schrijf het merk op.
Zo nee, schrijf op nee.