

LA REVISTA

NÚMERO 1



CONTINGUTS

▪ PRESENTACIÓ.	PAG. 1
▪ El Cabanyal conta.	PAG. 2
▪ Cor de tinta.	PAG. 3,4,5
▪ Aletreando.	PAG. 6
▪ Zona TRENDY.	PAG. 7
▪ Caza clientes. Queremos escucharte. Cuentanos como quieres brillar.	PAG. 8
▪ Las 3 Eres.	PAG. 9,10
▪ Breument.	PAG. 11
▪ Sense filtres.	PAG. 12
▪ El racó del lector.	PAG. 13,14
▪ La cueva del conserje.	PAG. 15
▪ Sabias que...	PAG. 16
▪ Esdeveniments del IES Cabanyal.	PAG. 17

LA REVISTA

Naix amb la intenció de promoure la participació activa de tots els nostres alumnes, estimulant les seues capacitats de comunicació, creativitat, treball en grup i socialització.

També pretenem que siga un mitjà més per a mantindre-us informats de les diferents accions que es realitzaran en el centre al llarg del curs escolar.

Tot això supervisat per un equip de professors i col·laboradors, que vetlaran perquè el contingut siga apte per a tots.

Estem segurs que esta iniciativa tindrà un bon acolliment per part de tots vosaltres.

ESPEREM QUE US AGRADÉ ☺



EL CABANYAL CONTA...

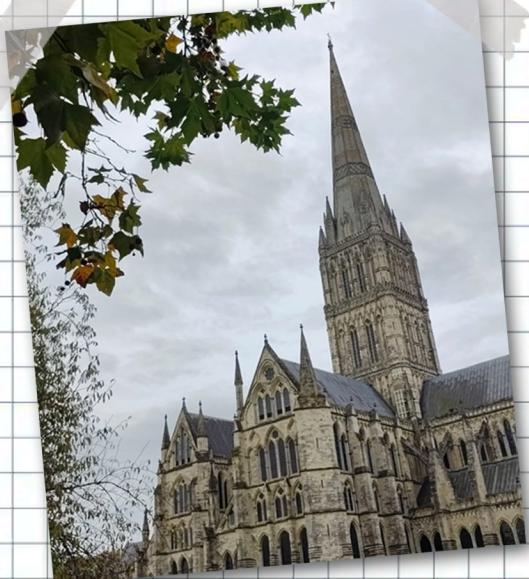
A Week in Salisbury ✈

From October 21st to 27th, the third-year ESO students took a trip to Salisbury, a city in southern England. The main objective was to improve our English and learn about British culture. To do this, we stayed with host families.



After our flight on Tuesday, we arrived in Salisbury in the afternoon and our host families picked us up. Wednesday began with a placement test and a short presentation at the school. In the afternoon, we took a guided tour of Salisbury's most emblematic sites, including its cathedral.

On Thursday and Friday, we attended English classes in the morning, and in the afternoon, we visited Stonehenge, where we were able to see one of the world's most famous prehistoric monuments up close. We also enjoyed a bowling session, which allowed us to have fun as a group.



On Saturday, we traveled to Oxford, where we took a guided tour of some of its historic colleges. On Sunday we visited Winchester, a city full of charm and history. Monday was our last day of classes, and finally, that afternoon we began our journey home. Not only did we improve our English, but we also met new people and discovered amazing places... I highly recommend it; in my opinion, it was a fantastic experience where we enjoyed every moment.

Alba Blasco and Elisa Echard 3^aC

COR DE TINTA



LA FLOR BLAVA

Fa uns dos estius començaren a créixer al meu poble unes estranyes flors. Al principi només es podien trobar a la vora del riu o per la ribera de la muntanya, on semblaven fragments de cel.

En un principi ningú no els va fer més cas que a qualsevol altra flor; una mirada ràpida en el passeig de la vesprada, encara que el blau elèctric dels seus pètals cridava l'atenció. No eren massa grans, lleugeres, sostingudes en l'aire per un fil verd lliure de fulles.

La primera vegada que vaig sentir parlar d'elles va ser quan els xiquets del poble arribaren corrent a la plaça, cridant que havien trobat Balú, el gos que portaven una setmana buscant. L'animal havia seguit el camí de flors que desbordava el cabal del riu. S'escoltà a la plaça dir que gràcies a les flors no s'havia perdut. El meu poble és menut, s'arriba agafant un desviament de la carretera que porta a un camí pedregós i ple de sots. Però, quan veus el cartell que anuncia el poble, s'obre davant teu una paisatge de casetes, baixetes i menudes, que pugen per la costera i desemboquen en la plaça on quasi sempre es troba gent. Hi ha dos bars i un restaurant, una botiga de roba, un petit supermercat, la xarcuteria, dos forns, un de dolç i l'altre de salat, i un herbolari. Se separa de la muntanya pel riu on es va construir un xicotet pont de fusta per creuar i continuar el camí fins l'ermita, itinerari que es recorre la nit de les fogueretes. El meu poble és menut, tothom es coneix o coneix algú proper per poder dir que et coneix, i com, segons la meua mare, la gent viu de xafarderies, els rumors s'estenen ràpidament. Va ser aquesta característica la que va accelerar aquesta història. La següent vegada que les flors van ser el principal tema de conversació va ser a finals de l'estiu de fa dos anys, quan un jove pintor va arribar al poble, un excèntric madrileny sense èxit ni talent, dels que et dirigien la paraula per a anar-se'n a meitat conversa. Tots els matins pujava a la serra on es passava hores i hores, només baixava a dinar un entrepà d'anxoves, pimentó i formatge al bar de l'hostal on es quedava i l'únic que deia era que el paisatge era molt inspirador i que les flors d'allí li havien donat un altre punt de vista, li havien donat sort. Clar que en un primer moment la gent es burlava d'ell. Qui pot prendre seriosament els artistes? Els de l'equip de futbol del poble, que eixien de vegades a córrer per la muntanya, asseguraren que el varen trobar prop de l'ermita, observant i dibuixant amb molta cura les flors blaves, i que quan tornaven seguia al mateix lloc abstret. Abans d'anar-se'n el foraster va exposar els quadres a l'ajuntament, no eren més que dibuixos a llapis amb anotacions o aquarel·les abstractes on predominava el blau vibrant que començava a cobrir la nostra muntanya. Més tard vam rebre la notícia que el madrileny havia rebut un premi a nivell nacional pels quadres que va pintar al nostre poble, irònicament es va comentar que tal vegada, les flors sí que donaven sort.

L'assumpte va prendre molta volada fins que es va convertir en una creença fonamentada. L'esdeveniment més significatiu va ser quan va tocar el cupó de l'ONCE a En Fermí, l'alegre jubilat que dirigia les danses del poble. Entre les felicitacions l'home va confessar, orgullós, que havia pujat tots els dies durant dos setmanes a l'ermita per a arreplegar les

estranyes flors blaves i que les deixava al costat del seu bitllet per la nit. Afirmava que això li havia donat la sort i que el boig del pintor tenia raó. El més curiós era la curta vida de la flor, tot i que pareixia fràgil era difícil d'arrancar i una vegada separada del terra es desfeia en poc de temps.

D'aquesta manera l'interès per la flor va créixer, es considerava un símbol de fortuna, les parelles es regalaven rams que, encara que es marcien en minuts, passaven a significar l'amor sincer i la prosperitat de la relació. Com a conseqüència, aquell any se celebraren diverses bodes que acabaren cobertes de pètals blaus.

Prompte començaren els experiments casolans. Es va tractar d'aprofitar els suposats valors curatius de la flor bollint-la a fi de preparar infusions per als malalts o ungüents per aplicar-los sobre les ferides. Fins i tot, el rector les interpretava com a divines. Com que totes aquestes bogeries funcionaven, les diminutes flors van rebre popularment el nom d'*ull turc*, fent referència a l'amulet blau de la sort típic d'aquest país i de forma redona, com la planta.

Quan el jardí de la senyora Rosa, que tenia la casa més propera al barranc, començà a cobrir-se de motes blaves que destacaven entre el roig del seus rosers, el tema dels ulls turcs va adquirir majors dimensions. El poble sencer es va apilar al seu pati observant les delicades flors i murmurant que la dona les havia plantades per a tindre més beneficis, sense haver de preocupar-se si es marciren al poc de temps. La gent sempre pensa el pitjor de les persones per a no sentir-se malament pel que farien ells, però la veritat és que la senyora Rosa no havia plantat les flors, sinó que aquestes estaven ampliant el seu territori. Arran d'això, el poble menut i amagat passà a ser "el poble més blau del món". Investigadors curiosos arribaren al poble per estudiar aquella planta que, després de diversos estudis, determinaren que era "al·lòctona", és a dir, forastera, i que havia trobat les condicions necessàries per viure en un clima continental. També es comprovà que la flor no comptava ni amb pistil ni amb estam i, per tant, no es reproduïa per llavors, no es podia saber com havia germinat ni com es multiplicava.

La notícia es va estendre i ràpidament es va distorsionar. Segons van dir, la *planturistus rodaflorus*, com s'havia registrat científicament, havia "elegit" créixer allí i, sense malícia per amb massa il·lusió, van exalçar l'orgull popular.

La Joana Sarra, una de les científiques i a més coneguda de l'alcaldessa, sempre anava pel carrer, tombada per terra analitzant els ulls turcs. Sorprendentment ningú li preguntava què hi feia, no obstant això jo no vaig poder evitar-ho. La seua resposta va ser la clau, crec, per entendre la naturalesa de les *planturistus rodaflorus*.

-Veus aquesta tija? És massa prima, suposava que la flor no acabava aquí, quan la gent les arranca no agafen mai les arrels, però perquè són molt profundes. Segons el que he descobert després de seguir el recorregut de les flors des de la base de la muntanya, puc afirmar que les flors són l'extensió d'una planta conjunta subterrània.-Parlava com la resta, amb alegria, com si no fora conscient del que deia, no era massa espavilada-.

Aquell agost vaig mirar les flors. Ningú no s'havia adonat que els ulls turcs, que en un principi es trobaven aïllats per la natura, un a cada pas, gairebé imperceptibles si l'herba era alta, ara s'havien multiplicat, semblaven més grans i es podien trobar agrupats en ramellets evidents pels carrers i carreteres? Semblava que no.

En canvi el comerç de la flor va augmentar. Ja no sols s'utilitzaven com a remeis casolans, sinó que es recorria a l'ajuda de científics, però científics com Joana Sarra, per fabricar fertilitzants i altres productes químics. El seu objectiu no era només cuidar els ulls turcs, sinó atraure'l s dins del poble, que es va omplir de sort. Tot i que aquesta bonança podia tindre altra explicació, ni tan sols els investigadors van voler trobar-la. El creixement econòmic mic del poble es va explicar alimentant el conte des de l'inici.

D'aquesta manera es va impulsar el negoci: per una banda molts productes es venien a altres pobles que havien escoltat parlar de les flors, i per altra es va expandir cap als productes artesanals que s'encarregaven de fer i vendre el grup de jubilats o les comparses del poble. Es convertiren en souvenirs: figuretes, postals i imants, samarretes i bosses, joieria i fins i tot dolços, sempre amb el tema dels ulls turcs. S'havien transformat en tradició, donava igual que hagueren sorgit dos estius abans, formaven part del poble, ara el poble era conegut per ells, no havia de ser això positiu?

Potser, però tot havia arribat massa lluny. Els ulls turcs van sorgir en cada racó, malgrat que continuaven abundant a la serra i a la vall circumdant. Es van endinsar al poble, establint-se en plantes baixes que cobrien com estores blaves, embrollant-se a finestres i balcons als que arribaven ascendint per les parets, s'infiltraren a les botigues, i cobriren els camps i jardins. Creixien amb rapidesa, tornant-se més grans i perdurant al llarg de l'estiu i part de l'hivern.

L'intent d'aturar la plaga va fer fallida, la innocent flor de cinc pètals blaus va envair el poble. Ara les arrels, ben gruixudes, com troncs d'arbres, han eixit a la superfície a través d'esclerxes al sòl asfaltat o a les parets de rajola i ciment, les quals són impossibles de distingir entre la quantitat de verd, blau i marró que conté l'enorme planta que recorre per sobre i per sota tot el poble. Els ulls turcs no han donat tanta sort com pensàvem, i nosaltres, il·lusos, les hem encoratjades, alimentant-les i alimentant-nos del desig de tindre-les. Hem perdut el nostre espai, no recordem les nostres vides d'abans que hi arribaren, no recordem l'última festa de fogueretes sense aquestes flors i no puc mirar a la muntanya sense veure què han fet, què hem fet. Jo sé que no puc comprendre encara l'ànsia adulta pels diners, tal vegada només és per la comoditat i la calma, però sé que ja no tinc poble, el meu poble menut.

Hem arreplegat les nostres coses. La meua àvia no para de parlar encara que ningú l'esculta, ni tan sols ella mateixa, la mare condueix evitant mirar pel retrovisor, marxem a casa del pare durant un temps. L'alcaldessa n'ha anunciat l'evacuació. Queden, però, algunes persones que encara recullen flors amb un reflex als ulls intensament blau, tal vegada encara podrien tindre una mica de sort.

PREMI SAMBORI 2025 (SECCIÓ PAÍS)
AUTORA: MINERVA ORTOLÀ TOMÀS

ALE, E, T, R, E, A, N, D, O

A partir de este poema del poeta uruguayo Mario Benedetti, ESTADOS DE ÁNIMO, parte del alumnado de 2º de ESO elaboró unas estrofas imitando el estilo: cuatro versos en que se compararan elementos de la naturaleza para mostrar dos estados de ánimo diferentes. ¡Adelante, poetas!

ESTADOS DE ÁNIMO

**Unas veces me siento
como pobre colina
y otras como montaña
de cumbres repetidas.**

**Unas veces me siento
como un acantilado
y en otras como un cielo
azul pero lejano.**

**A veces uno es
manantial entre rocas
y otras veces un árbol
con las últimas hojas.**

**Pero hoy me siento apenas
como laguna insomne
con un embarcadero
ya sin embarcaciones
una laguna verde
inmóvil y paciente
conforme con sus algas
sus musgos y sus peces,
sereno en mi confianza
confiando en que una tarde
te acerques y te mires,
te mires al mirarme.**

*Algunas veces me siento
como un triste y sucio charlo
y otra como una gran nube
por el cielo caminando.*

Valeria, Yao, Melissa y Antonio

*Unas veces me siento
como una hormiga enana
y otras como un león
que vive en la sabana.*

Jorge, Nicolás

*Unas veces me siento
volcán en erupción
y otras como la letra
de una bella canción.*

Paula, Naïs, Azucena y María

*Unas veces me siento
como árbol solitario
y otras como un bosque
bien lleno de canarios.*

César

*Unas veces me siento
como un caminito
y otras como un sendero
empedrado y torcido.*

Julia

*Unas veces me siento
un niño extraordinario
pero a veces me siento
un niño muy ordinario".*

Jonathan

Poema al modo becqueriano del s.XXI poesIA

*En el mundo de hoy, la poesía
unos de sus tiempos más oscuros pasa.
De esto, la culpable es la IA:
a la lírica amenaza.*

*Pero mientras que una mente piense,
mas en tanto que alguien imagina,
el género lírico no perece
¡Viva la poesía!*

*¿Cómo puede ser posible que arte
sea producido por algo interte
que en este mundo no vive, no siente
y hace al poeta callarse?*

*¿Cómo suplantar a una poetisa?
¿Cómo sustituir a un pintor?
Disminuye la figura del artista
y aumenta la del impostor.*

Bruno Martínez

COMO MANTENER EL PELO HIDRATADO ANTES DE HACERTE UN PEINADO.



OBJETIVO: MANTENER EL PELO HIDRATADO Y UN PEINADO QUE DURE MÁS.

- Rocia un poco de spray hidratante o agua con unas gotas de aceite antes de peinar.
- Aplica un protector térmico si vas a usar calor.
- Si tu cabello tiende a resecarse, añade un poco de crema de peinar o leave-in antes de moldear.
- Despues de peinar, aplica una gota de aceite o sérum solo en las puntas para dar brillo.
- Evita lacas o fijadores con alcohol (resecan y apagan el brillo).



Laura Sahuquillo,Cristina Villa y Elizabeth Segovia
FP básica de peluquería y estética



CAZA CLIENTES

QUEREMOS ESCUCHARTE: CUENTANOS COMO QUIERES BRILLAR.

"En búsqueda de nuevos clientes"

Para poder empezar con la fase estratégica del plan de Marketing, debemos detectar las necesidades de los futuros clientes, para poder adaptar la oferta y elaborar estrategias con el objetivo de captar nuevos modelos en el taller.



1 ¿Con qué género te identificas?

- Femenino
- Masculino
- Otro / Prefiero no decirlo



6 ¿Cuáles son tus principales prioridades cuando eliges un servicio de imagen personal?

- Precio
- Calidad
- Variedad de productos/servicios
- Atención al cliente
- Ubicación



2 ¿En que rango de edad te encuentras?

- Menos de 18 años
- 18-25 años
- 26-35 años
- 36-45 años
- 46-60 años
- Más de 60 años



7 ¿En qué horario prefieres acudir?

- Mañanas
- Mediodías
- Tardes
- Horarios flexibles



3 ¿Con qué frecuencia visitas una peluquería?

- Semanalmente
- Cada 2-3 semanas
- Una vez al mes
- Cada 2-3 meses
- Solo en ocasiones especiales



8 ¿Cuánto sueles gastar en cada visita al salón?

- Menos de 20 €
- 20 - 40 €
- 40 - 60 €
- Más de 60 €



9 ¿Qué esperas obtener de los servicios que contratas para tu imagen personal?

- Un cambio de look
- Mejora de bienestar físico y emocional
- Ahorro de tiempo (por ejemplo, con un servicio express)
- Otros



4 ¿Qué servicios sueles contratar en la peluquería?

- Corte de cabello
- Coloración o mechas
- Peinado / recogido



5 ¿Qué champú sueles usar?

- Supermercado
- Profesional
- Ecológico



10 ¿Qué te motivaría a recomendar nuestro salón a otras personas?

- Buen precio
- Buena atención
- Resultados satisfactorios
- Promociones o descuentos



Vuestra colaboración nos ayudará a mejorar la oferta y mejorar las estrategias de marketing del taller de peluquería del IES El Cabanyal.

LAS 3 ERES



I tu, també recicles?

Sobre l'enquesta realitzada el 7 de novembre:

Hem pogut comprovar que les persones, en general, estan conscienciades sobre les 3 R

POSADA EN COMÚ:

-En la qüestió en la qual demanàvem a on es tira cada tipus de residu, havia bastant dubtes, sobretot en contenidors com el marró i el gris.

En general, totes les persones solen donar un segon ús a recipients i envasos donant-los una segona vida. No obstant, pel que fa la compra de peces de roba, hem analitzat que les dones majors de 40 anys solen superar les 12 peces anuals dividides en cada mes de l'any. Seguidament en quant al transport diari, existeixen respostes molt diverses com l'ús de bicicletes, transport públic i cotxe propi. En la pregunta sobre l'opinió sobre el canvi climàtic la gent considera que és una realitat i que necessitem generar canvis dins la societat per a poder combatre'l ja que temen que anirà a pitjor.

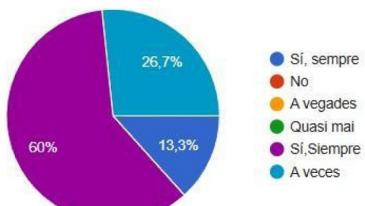
Finalment sobre què considera la gent que podrà canviar en les seves ciutats o pobles les respostes són diverses com millorar la freqüència del transport públic, més zones peatonals i verdes i la neteja continuada dels contenidors públics.

En conclusió podríem esbrinar que la consciència del canvi climàtic existeix tant en persones majors com en joves. No obstant això, existeix una necessitat de fer més campanyes publicitàries per a poder classificar els tipus de residus, que cada vegada són més variats, als diferents contenidors públics.

A continuació adjuntarem uns gràfics que demostren els resultats obtinguts per a cada grup:

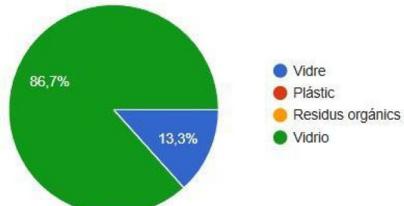
¿Separas residus?

15 respostes



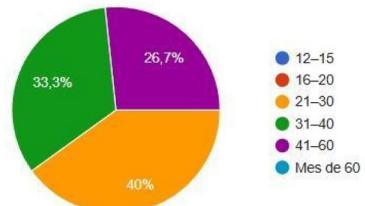
Contenidor verd és...

15 respostes



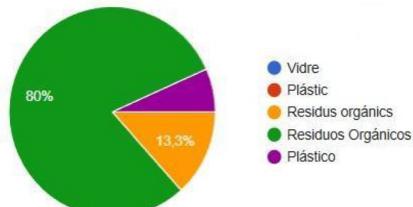
EDAT

15 respostes



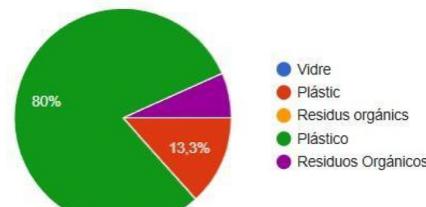
Contenidor marró es per a...

15 respostes



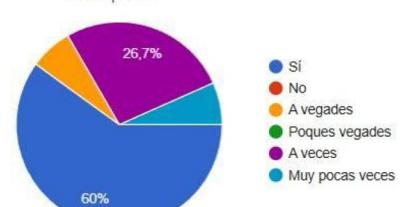
Contenidor groc es per a...

15 respostes



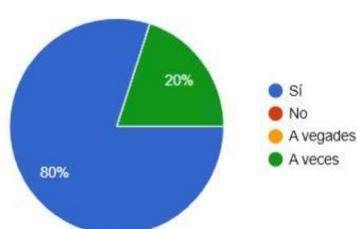
¿Dones un segon us a envases plàstics, vidre, cartó, roba...?

15 respostes



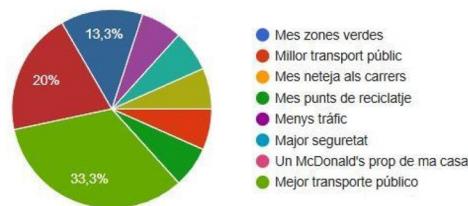
¿Ajudes a mantindre el entorn net?

15 respostes



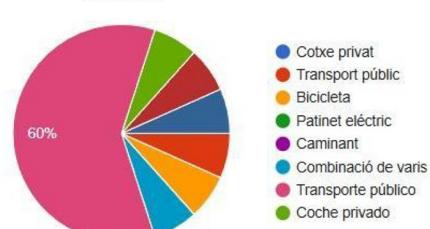
Si pogueres canviar una sola cosa de la teua ciutat o poble, ¿quina seria?

15 respostes



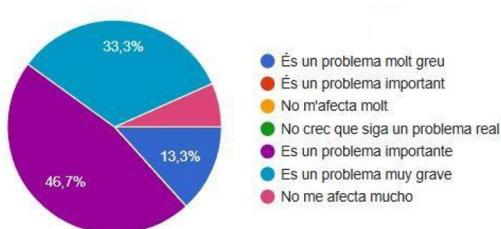
¿Quin transport utilitzes?

15 respostes



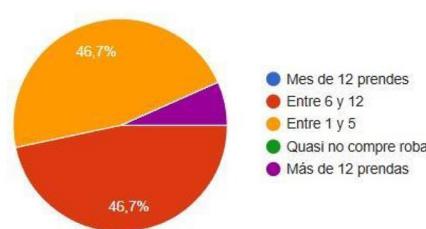
Què penses del canvi climàtic ?

15 respostes



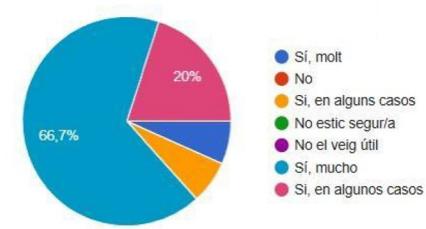
Freqüència de compra de roba a l'any

15 respostes



¿Veus útil reutilitzar?

15 respostes



Seguiu-nos a la nostra pàgina d'Instagram!



BREU MENJ



SAPS QUÈ ÉS EL BENESTAR EMOCIONAL?



Què és per tu tenir salut? L'Organització Mundial de la Salut (OMS) defineix la salut com un estat complet de bon estat físic, mental i social, i no només que una persona no tingui cap malaltia. Per tant, no es pot estar sa sense tenir una bona salut mental. La salut mental és important en totes les etapes de la vida, des que som petits fins que ens fem grans, i igual que passa amb la salut física, pot anar variant al llarg de la vida.

Quan parlem de benestar emocional (també anomenat benestar mental o psicològic) ens referim l'estat que ens permet sentir, pensar i actuar de forma plena en el nostre dia a dia. Per tant, tenir una bona salut emocional és molt més que no patir una malaltia de salut mental. Cada persona el pot experimentar d'una manera diferent i pot anar canviant al llarg de la vida.

El benestar emocional ens permet comprendre, conduir i experimentar les emocions de manera saludable i equilibrada. També ens ajuda a afrontar els alts i baixos diaris i les situacions quotidianes d'estrés, a tenir relacions satisfactòries, a treballar de manera eficient o a prendre decisions.

Al llarg de la nostra vida ens enfrontem a situacions difícils que ens generen estrès o patiment mental com, per exemple, la mort d'un familiar, la separació dels pares, una ruptura amorosa o tenir dificultats amb els estudis.

Tenir bona salut mental no significa estar sempre feliç ni viure únicament experiències positives. Les persones emocionalment sanes també senten estrès, tristesa o ràbia. El primer pas per tenir benestar emocional és **ser capaços de reconèixer i expressar les nostres emocions, seguir positives o negatives, aprendre a manejar-les i també saber on buscar ajuda quan calgui**.

Equip Henka Centres Educatius

No sé cómo empezar.

Ese día estaba con el ay en el cuerpo por los avisos meteorológicos, fuí a trabajar con el temor de que los desplazamientos de ese día se iban a complicar. A la hora del patio ya supimos que en Turís el agua caída había tumbado muros de chalets y media hora más tarde tuvimos constancia de que la población de Torrent decretaba la alerta roja, suspendía clases y actividades deportivas al aire libre, cerraba parques, etc a partir de las 15.00h. Previendo que nuestros alumnos (la mayoría van en transporte público) podían tener complicada la vuelta a casa (había retrasos y cancelación en metro, tren y autobuses) decidimos adelantar la hora de salida y sobre la 13:00h. se marcharon a casa. Después entre compañeros y dirección, decidiendo todo lo relatado, marché a casa.

Al poco de llegar nos avisaron del cole (antes de las 15:00h.) por si queríamos recoger a mis hijos antes de hora, viendo la que se avecinaba (alerta roja) y así lo hicimos. Durante todo este tiempo no llovió, solo un intento de chispear y paró de inmediato. Las actividades extraescolares de mis hijos se fueron suspendiendo (no tenía intención de que acudieran a ninguna). Toda la familia estábamos en casa, en previsión de las fuertes lluvias que se avecinaban.

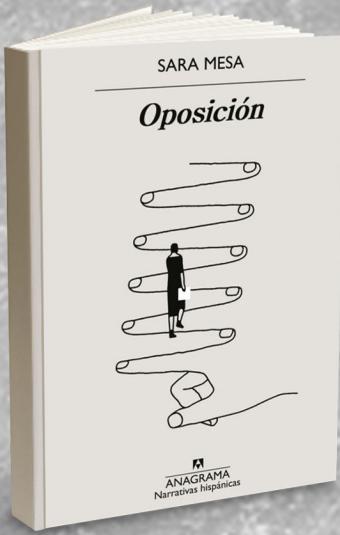
Nos llamó la atención esa tarde, que el cielo estaba de un gris oscuro que nunca habíamos visto...mal presagio.

A partir de las 18:30 aproximadamente; no recuerdo bien las horas, la mente borra y esconde en algún lugar muchos recuerdos de ese día, empezó lo peor. Me llegó un vídeo de mis amigos del cole cuando el barranco del Poio empezó a salirse en Paiporta. A partir de este momento estábamos en alerta máxima en mi familia. Pusimos la tv y empezamos a ver el desastre de Chiva, Requena, etc...y diez minutos más tarde, a mi hija mayor le enviaron el vídeo de la pasarela de Picaña cayendo arrastrada por la fuerza del agua. A partir de aquí empezamos a avisar a los vecinos de lo que estaba ocurriendo, a continuación, a intentar salvar los coches, de ésto desistimos enseguida, viendo el caos de tráfico que se empezaba a formar en las calles. Después a intentar que el agua no entrara en casa; en previsión de que iba a llegar de un momento a otro, tapando puertas con sacos de arena e hicimos subir al piso de arriba a los niños y al abuelo, mientras mi mujer, mi hija mayor y yo intentábamos subir a muebles y objetos unos encima de otros y al piso de arriba para salvarlos, todo atropelladamente y sin mucho tiempo para pensar, ni salvar mucho. Intenté recordar a quién más avisar de lo que sucedía y caí en la cuenta de que mi hermano que trabaja en mantenimiento de Metrovalencia, quizás no sabía nada, le llamé y comprobé (como le sucedió a tanta otra gente) que no sabía nada, que nadie había avisado a los operarios de talleres.

Y en poco tiempo el agua estaba llegando a mi calle primero y en pocos minutos después se filtraba bajo la puerta de mi casa, a partir de entonces, todo ocurrió más deprisa y vimos como el agua se llevaba los pocos coches que quedaban en la calle, como el agua empezaba a forzar la puerta de casa y sin llegar a abrirla entraba con fuerza por la abertura, cada vez mayor que había entre puerta y marco. En ese momento el pánico en mi familia era muy grande. Se fue la luz, nos quedamos sin cobertura móvil (varios días estuvimos sin agua, luz, ni casi cobertura). Intenté junto a mi mujer mantener la calma y dar seguridad a los niños, pero nuestra gran preocupación controlar el nivel del agua, queríamos que el agua dejara de subir escalones hacia el piso de arriba. No paró de subir escalón a escalón hasta casi el primer rellano, y cuando faltaba poco para llegar ahí, oímos un estruendo, nos asomamos al balcón de la parte trasera de la casa y vimos como salía agua del comedor, nos había tirado el ventanal, paredes...entonces de golpe el nivel bajó varios escalones y poco a poco bajó el nivel, hasta que sobre las 12:00 de la noche el agua desapareció, pudimos bajar y comprobar a la luz de la linterna del móvil, como había arrasado el agua con casi todo y nos había dejado casi un palmo de lodo...los días que vinieron después fueron de incertidumbre, desaliento...buscar conservas en los armarios, entre el lodo de la casa y por el pueblo. Sacamos a nuestros hijos de la zona, a través de unos amigos que habían salvado un coche y los llevaron con amigos y familia, y empezamos a intentar limpiar sin nada más que cachos de pladur, hasta que al tercer día empezaron a aparecer compañeros y amigos con palas, capazos y brazos para ayudar...nunca podré agradecerles todo lo que han hecho por nosotros...lo demás ha sido luchar por conseguir que políticos, consorcio de seguros y demás, nos respeten y no se burlen de nosotros e intentar recuperarnos y seguir adelante, ayudándonos entre vecinos y amigos afectados (estamos más unidos a ellos que antes) y seguir mirando hacia delante, deseando que ojalá no haya otra vez; pero si la hay, que haya previsión y no tener que lamentar la pérdida de familiares, vecinos o en mi caso un amigo, nunca más.

SARA MESA–OPOSICIÓN (Anagrama, 2025)

El edificio me abducía. Vaya, pensé, todavía tengo que ejercer más resistencia.



Sara Mesa no ha tenido reparos en admitir que la protagonista de su última novela tiene mucho de ella misma. Silencio administrativo (nuevos cuadernos anagrama, 2019) ya supuso un acercamiento al absurdo, jerarquizado y complejo mundo del entramado burocrático, un sistema que funciona por inercia, consecuencias invariables de instrucciones que forman parte de un programa, que se utilizan repetidamente sin posibilidad alguna de transformación, mejora o fuga, y que finaliza con resultados de dudosa satisfacción para el ciudadano pero con un más que probado éxito para la administración, pues logra mantenerse vivo reproduciendo y retroalimentando su estructura sin dar respuesta a las demandas del solicitante, a pesar de haber sido creado – supuestamente – para tal fin.

Con Oposición, resulta imposible no evocar El Castillo, de Kafka. Esa construcción diseñada para el desarrollo del trabajo funcional donde entra a trabajar la narradora es tan inhóspita, perturbadora, desagradable y difícil de esquivar como las atmósferas que inventara el escritor de Praga. Lo mismo se puede decir del intento de escapar de ellas una vez cruzado el umbral. Porque parece que la misma dinámica que las hace funcionar es la que absorbe a sus empleados ahora convertidos en el sustento vital de la implacable maquinaria.

La experiencia profesional resulta decepcionante. Por más que se esfuerza día tras día en desempeñar sus funciones, no lo logra. Los compañeros se muestran inaccesibles, intratables, inabordables, o si se le acercan le provocan unas veces risas, otras commiseración o turbación. Dirigirse a un superior para resolver una duda es sinónimo tanto de ofender como de importunar. Toda puerta cerrada aparenta ser un muro infranqueable.

En ese edificio, no tiene forma de experimentar un sentimiento de pertenencia ni de utilidad. Al revés, la única forma en que se percibe a sí misma es angustiada, vigilada, desamparada, infravalorada, cuestionada y, sobre todo, como si fuera la habitante de un planeta donde todo carece de sentido incluso en su aparente coherencia.

Las jornadas son tan aburridas que no le queda otra que sobrevivir permitiéndose pequeños actos de sabotaje, también soltando liberadoras impertinencias. Se lo toma uno a risa o se vuelve tarumba. Lo que no alcanza a calcular, como si hubiera olvidado la lección foucaultiana de Vigilar y castigar, es que estas autoconcesiones conllevan consecuencias. Tras un juicio tan delirante como guasón, llega la sanción. No obstante, el sistema es condescendiente, de forma que es autorizada en un futuro próximo a ser recibida nuevamente siempre que rinda obediencia y se someta sin discusión.

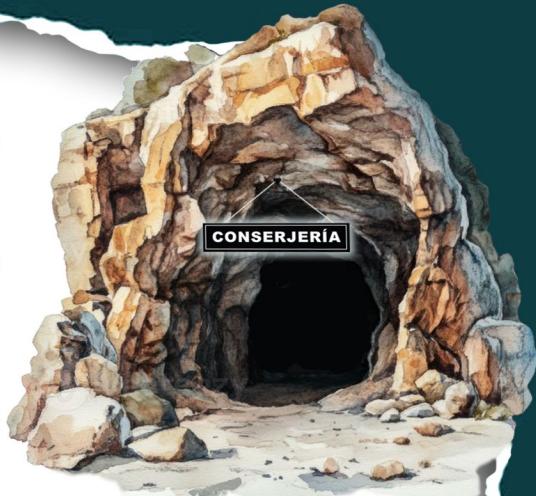


Por un lado, se deja llevar por todos los que parecen formar parte de una confabulación –incluida su madre- para que acepte ser parte integrante. Por otro, un impulso interior le empuja a la huida.

La última novela de esta sevillana no es un libelo infamatorio, es una obra de evasión y creatividad en la que el lenguaje y los juegos de palabras constituyen un refugio. Sada –que hasta de su propio rotacismo se ríe- no juzga a sus personajes, solo los observa, los describe, le sirven de entretenimiento y diversión. Ellos son seres de otro mundo, siempre han vivido en el castillo. Moran con absoluta normalidad, sin cuestionarse nada. No se molestan ni padecen, no oponen resistencia, no comparten sus inquietudes, no la comprenden. Su naturaleza es, sencillamente, otra. Son partes esenciales del engranaje para que siga en funcionamiento, un motivo de honra. Aquellos que se plantean su transformación son unos insolentes.

Susana Guillot (Departamento de Orientación)

LA CUEVA DEL CONSERJE



Pues hoy os dejo una imagen en 3D, de algo que hice hace muuuuchoo, muuuuchoo tiempo, cuando empezaba a utilizar este tipo de programas, todo son objetos en 3D, los cuales se modelan, se crean y se aplican los materiales, se ponen las luces y la cámara en la escena y después de mucho trabajo (me costó casi un mes), se le pide al ordenador que nos cree la imagen (Renderizar ;)

Por aquel entonces no existían las impresoras 3D, hoy podría imprimirla. ¿No os parece increíble?.

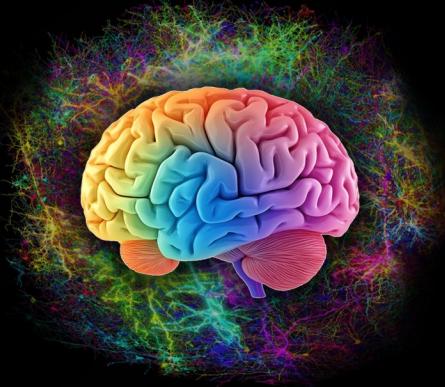


Programas utilizados: * 3D Studio Max * Adobe Photoshop.

PAG 15

Dibuja, escribe, pinta, lee, canta... haz lo que más te guste o te apetza,
¡¡¡Pero nunca dejes de hacer cosas!!!

SABÍAS QUE? . . .



- * Entre 1912 y 1948, los Juegos Olímpicos otorgaban medallas en disciplinas como música, pintura, escultura y arquitectura.
- * En Suiza es ilegal tener una sola cobaya, ya que son animales sociales que necesitan compañía.
- * Venus es el único planeta que gira en el sentido de las agujas del reloj completando una rotación en 243 días terrestres.
- * El himno nacional español, "Marcha Real", es uno de los pocos himnos en el mundo que no tiene letra.
- * El libro más largo del mundo es *A la recherche du temps perdu* de Marcel Proust, con 9.609.000 caracteres.
- * Los humanos son los únicos animales que se ruborizan debido a la vergüenza.
- * El primer móvil del mundo, el Motorola DynaTAC 8000X, pesaba 800 gramos.
- * Una persona parpadea aproximadamente 25 mil veces por semana.
- * Una gota de petróleo puede contaminar hasta 25 litros de agua.
- * Los Países Bajos y Azerbayán tienen la particularidad de contar con capitales situadas bajo el nivel del mar.
- * Los caballitos de mar son la única especie marina donde el macho da a luz y cuida a las crías.
- * Es imposible tragarse y respirar al mismo tiempo.
- * En Canadá hay más lagos que en el resto del mundo.
- * Los CDs se diseñaron para almacenar 72 minutos de música, igual que la duración de la Novena Sinfonía de Beethoven.
- * Los osos panda dedican hasta 12 horas diarias a alimentarse.
- * El país más pequeño del mundo es Ciudad del Vaticano.



**TALENT
PIME**

**3 DE DICIEMBRE
IES EL CABANYAL**

**Connectant
centres
i empreses**

FP TRANSFORMADORA



Formació Professional
Comunitat Valenciana



**GENERALITAT
VALENCIANA**
Conselleria d'Educació, Cultura,
Universitats i Ocupació



MINISTERIO
DE EDUCACIÓN, FORMACIÓN PROFESIONAL
Y DEPORTES



**Cofinanciado por
la Unión Europea**

PROGRAMA

9:15 - 9:30 Cocktail de Bienvenida y Recepción.

9:30 - 10:00 Presentación Jornada y Exposición de la nueva Formación Profesional . Presentado por.: PILAR GARCÍA Y BEGOÑA SÁNCHEZ

10:00 - 10:20 Perfiles profesionales en el sector comercial.

Necesidades formativas y actualizaciones según las exigencias del mercado laboral. Ponente: MARISA FRESQUET

10:20 - 10:40 Importancia del análisis en la ejecución de un trabajo técnico. Carencias que se detectan respecto al perfil profesional y su puesta en escena en el mundo laboral . Ponente: ALBA HINOJOSA

10:40 - 11.00 Técnico especializado en cuidados de manos y pies. Características del profesional Y habilidades profesionales para la empleabilidad. Habilidades sociales (Soft skills). Ponente: LETICIA PÉREZ.

11:00 - 11: 20 La constante innovación y su adaptación a los cambios metodológicos. Ponente : ROSA FERNÁNDEZ

11:20 - 11:50 PAUSA BRUNCH

11:50- 12:10 Vinculación del sistema educativo y la empresa. Colaboraciones que pueden potenciarlos resultados en la preparación profesional de futuros trabajadores. Ponente: PILAR

12:10 - 14:30 Trabajo en equipo y Mesa redonda .Dinamiza PILAR FERNÁNDEZ (Coach).Participan: Reme Juan, Kika Gallego (AVAPE), Ana Brotons, Virginia Fuertes, Rosa Fernández, Alba Hinojosa, Leticia Pérez, Marisa Fresquet, Gremio de peluqueros, Pablo Martínez, Iván Martínez, Elena Sanz.

- Perfiles Profesionales/Tareas a desarrollar con el alumnado/ Cambios curriculares/Optatividad en cada especialidad.
- Futuro en proyectos de colaboración.

15:30 - 15:50 Perfil profesional del comercial de peluquería. Valor diferenciar entre sectores y perfiles profesionales de la especialidad. Habilidades duras y blandas que debemos potenciar. Ponente: JUAN GALÉS (Salerm)

15:50- 16:10 El perfil del técnico en micropigmentación. La miraba y técnicas complementarias, requisitos de especialistas y optatividad. Cursos de especialización.
Ponente : INMA GARCERÁ.

16:10 - 16:50 Maquillaje y peinados para medios audiovisuales. Cine, teatro y televisión. Caracterización de personajes y el perfil profesional de los profesionales del sector.

Ponente: KUKI JIMÉNEZ

16:30- 16:50 Eventos: comunicación digital y necesidades específicas. Perfiles profesionales que se requieren. Formación específica el sector. Especificaciones de la especialidad.

Ponente: ELENA MARÍ

16:50- 17:20 PAUSA MERIENDA

17:20 - 17:40 Valor diferencial: Taller de detección de fortalezas y debilidades en la profesional de la estética.

Ponente: RAFA ARMERO

17:40 - 19:00 Mesa redonda y taller colaborativo.

Participan: Inma Garcerá, Elena Marí, Loli (Realce), Pilar (EOS MEN-El Corte Inglés), Kuki Jiménez.

- **Perfiles Profesionales** que se dan en las empresas de los diferentes sectores.
- **Tareas a desarrollar** que actualmente de cubren o no con el alumnado.
- Niveles Formativos. Cambios Curriculares.
- **Optatividad en cada especialidad**
- **Futuro en proyectos de colaboración**







VEN A LAS JORNADAS ORGANIZADAS

CONTACTO

ES EL CABANYAL
CM. DEL CABANYAL N° 19
46022 (VALÈNCIA)
961206055
46013050@edu.gva.es
 Instagram leselcabanyal

*Escanea con tu dispositivo
el código QR
y llévala siempre contigo...*



* Archivo en formato PDF, necesitas un lector de este tipo de archivos para su correcta visualización.

