

# La Vida es Mella

## BOLETIN INFORMATIVO

ASOCIACION DE MADRES Y PADRES DE ALUMNOS DEL COLEGIO PÚBLICO VÁZQUEZ DE MELLA

AÑO 6 - NÚMERO 11 -

ENERO 2011

# Labor del AMPA

Esta asociación de padres y madres no pretende ser sólo un ente que organiza actividades extraescolares, sino que pretende participar de forma activa en la vida y el funcionamiento del centro. El objetivo último es el desarrollar una cultura de la tolerancia y la no violencia, así como fomentar la integración y la multiculturalidad como aspectos positivos de la realidad social de nuestro entorno. Y todo ello a través de la comunicación y la colaboración con el resto de la comunidad educativa de la que formamos parte y cuya mejora perseguimos todos. Pg 2.

## Presidencia del AMPA

En la Asamblea General de octubre elegimos a los componentes de la nueva presidencia de la Junta directiva.



**Presidenta**  
Dña. Belén Fernández



**Vicepresidente**  
D. Mariano Santos

Este año nos han dejado algunos miembros de la junta del AMPA, por que sus hijos se han hecho mayores y han pasado al Instituto.



**Secretaria**  
Dña. Pilar Baena



**Tesorera**  
Dña. Noelia Olid

CARTA DE BIENVENIDA De la Presidenta del AMPA.	2
OBJETIVOS AMPA	2
CONSEJO ESCOLAR Conoce a los padres elegidos.	3
COMISIONES DEL AMPA	3
DE INTERES 1 Alimentación. ¿Cantidad o calidad?	4
DE INTERES 2 La escuela de mis hijos.	4
ACTIVIDADES EN EL CENTRO 1 Escuela de padres .	5
ACTIVIDADES EN EL CENTRO 2 Actividades Extraescolares.	5
DE ACTUALIDAD Una exposición para impresionables.	6
RINCÓN LITERARIO ¿Que "peli" bella!	7
RICÓN GASTRONÓMICO Guacamole - Natillas con nueces.	7
AGENDA Actividades en familia en la ciudad.	8
FORO Reservamos este espacio para cartas de opinión con las que cualquier padre pueda expresarse.	8



### Escuela de padres

Café-Tertulia con padres, madres y profesionales donde compartir tus inquietudes

Departamento de Educación del Distrito Centro

### La Mirada del Otro

#### Taller de fotografía

explorando entorno y convivencia

Organiza: AMPA para alumnos de 6º

Departamento de Educación del Distrito Centro



### actividades extraescolares mabe

Disfruta y comparte con niños de

# Carta de Bienvenida

# Objetivos AMPA

Desde estas páginas de “La Vida es Mella” quiero desearos, en nombre de todos los miembros del AMPA, un muy Feliz Año Nuevo. Este curso hemos comenzado llenos de ilusión y proyectos de los que os queremos hacer partícipes a todos y entre ellos destacamos los siguientes:

Continuamos haciendo posible la realización del taller “La Mirada del Otro” en el que los alumnos de los últimos cursos, con la colaboración de algunos papás voluntarios, nos muestran el mundo que les rodea - su colegio, sus amigos, su barrio, su ciudad- a través de fotografías tomadas por ellos mismos y que luego expondrán para que todos podamos disfrutar de ellas.

Tras la positiva experiencia del curso pasado, hemos coordinado con el Ayuntamiento la organización de una Escuela de Padres, con un formato especial tipo tertulia-café, en la que participan también padres del colegio San Ildefonso

Este año, gracias a la colaboración desinteresada de una mamá miembro de la Junta Directiva del APA, participamos en la asignatura de plástica de 1º y 2º de primaria, con la organización de talleres y clases prácticas que se complementarán con visitas a diferentes Museos. La idea es que los niños se acerquen al arte de forma amena y divertida.

En todos estos proyectos contamos con la colaboración del equipo directivo del centro y de los profesores, que nos permiten utilizar las instalaciones necesarias y nos prestan toda la ayuda que necesitamos.

Aprovecho la ocasión para animaros a tod@s a participar con nosotros en la tarea de hacer que el colegio sea un espacio abierto a la cultura, la tolerancia, la convivencia y la amistad.

Belén Fernández Jiménez.  
Presidenta AMPA.

## Objetivos

Buscar con el resto de la comunidad educativa soluciones para subsanar el grave problema del alto índice de alumnos con necesidades educativas especiales en el centro y sobre todo la enorme movilidad de los alumnos que perjudican la calidad de la enseñanza.

Defender en el Consejo Escolar las medidas necesarias e instar a las autoridades educativas (Inspección Educativa, Consejería de Educación, Concejalía de Distrito del Ayuntamiento de Madrid) a que se cumplan una dotación coherente de recursos humanos (orientador, logopeda a tiempo completo).

Fomentar más aún el diálogo con el resto de la comunidad educativa: Equipo directivo, claustro de profesores (Ciclos, Tutores, Especialistas), personal de administración y servicios, personal de cocina y comedor.

Determinar formas para establecer cuál es el nivel de rendimiento escolar con el fin de aportar mejoras y sacar conclusiones al respecto.

Mejorar la imagen del centro tanto dentro del mismo como fuera.

Defender los intereses de los niños y los padres en el centro, manteniendo un flujo de información y asesoramiento actualizado: becas, campamentos, actividades

culturales del distrito, servicios sociales, resolución de conflictos, higiene.

Contribuir a convertir el colegio en un centro de convivencia vivo y dinámico.

## Medios

Establecer reuniones informales pero periódicas con todos los sectores de la comunidad educativa (claustro de profesores, equipo directivo, empresa de comedor) para debatir cuestiones concretas.

Elaborar cuadrantes en los que se refleje la realidad social, educativa y cultural del alumnado para determinar los problemas específicos del centro.

Colaborar de manera continuada con el centro para la realización de todo tipo de actividades e iniciativas interesantes para los niños: semana cultural, proyecto por la tolerancia, seguimiento de reformas, etc)

Cooperar con los profesores del centro para mejorar en lo posible el desarrollo de su actividad arbitrando una fluida comunicación a través de los delegados de ciclo que se nombrarían de entre los miembros de la junta directiva de esta AMPA.

Renovar la condición de miembro de la FAPA-Giner de los Ríos, foro en que diferentes AMPAS ponen en común sus intereses e ideas.



# Consejo escolar

Tras las elecciones, os presentamos a los padres **actuales** **representantes** en el Consejo Escolar

Como sabéis, el Consejo Escolar es el órgano de participación en la toma las decisiones que articulan el funcionamiento del centro. Consta de Presidente, Jefe de Estudios, Secretario, Representantes de profesores, Representantes de padres y Representante del Ayto. Manteniéndose vigentes en el cargo, los padres: Dña. Belén Fernández Jiménez y D. Mariano Santos Corral, ha sido reelegida Dña. Pilar Baena Cobo con una abrumadora mayoría de votos, y han pasado a ocupar las restantes vacantes: Dña. Esperanza Gómez Gacía y Noelia Olid Heredero.

## Resultado de las votaciones

- 48 Pilar Baena Cobo
- 33 Esperanza Gómez García
- 32 Noelia Olid Heredero
- 30 Teresa Lozano Ávalos
- 14 Mariela Sofía Rodríguez
- 10 Ana Julia Sieiro Fortes

Total de votos 64, nulos 0, en blanco 0



Dña. Belén  
Fdez. Jiménez



D. Mariano  
Santos Corral



Dña. Pilar  
Baena Cobo



Dña. Esperanza  
Gómez García



Dña. Noelia  
Olid Heredero

## Comisiones del AMPA

**COMEDOR:** Mariano Santos, Teresa Lozano y Esther Maestre.

**FIESTAS:** Teresa Lozano, Teresa Segovia y José Guardia.

**ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES:** Noelia Olid, Esther Maestre y Belén Fdez.

### RELACIONES CON EL CENTRO:

**INFANTIL:** M<sup>a</sup> Victoria Morán, Noelia Olid y Beatriz Pérez

**PRIMER CICLO PRIMARIA:** Silvia Gómez-Fontecha y Pilar Baena

**SEGUNDO CICLO PRIMARIA:** Esther Hermida y Esperanza Gómez

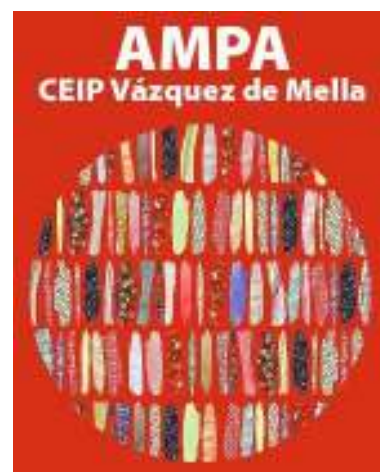
**TERCER CICLO PRIMARIA:** Ana Goya, Silvia Gómez-Fontecha.

### PUBLICACIONES:

**PÁGINA WEB:** Mariela Rodríguez y Beatriz Pérez

**LA REVISTILLA:** Beatriz Pérez y Alicia Villagra

**LA VIDA ES MELLA:** Mariela Rodríguez, Beatriz Pérez y Belén Fernández



# Alimentación

## ¿Cantidad o calidad?

Los padres siempre nos alarmamos cuando vemos que nuestros hijos no comen la comida que les servimos o dejan en el plato más de la mitad. Entonces abandonamos nuestro sitio en la mesa y nos sentamos junto a ellos para darle de comer nosotros mismos. O a chillarles, si son más mayores, para que terminen de comer lo que tienen en el plato. Y así surgen diferentes experiencias desagradables y caóticas en la familia.

Si tenemos presentes que pretendemos educar para la vida, debemos tener en cuenta también el educarles para que se alimenten de la forma más equilibrada posible, para que puedan desarrollarse mejor en todas sus actividades. De ahí que resulte adecuado y necesario tratar de **potenciar** los estilos de **vida saludables** desde estas edades. Durante la fase de educación alimentaria los niños irán adquiriendo los **hábitos** de la alimentación que serán la base de aquellos que mantendrán a lo largo de su vida y constituirán un reflejo de su ambiente familiar y sociocultural.

Es importante saber que los niños no deben comer las mismas cantidades que los adultos. Debemos evitar la **obsesión** por las cantidades, son ellos mismos los que saben cuanto necesitan comer. El forzarles a comer solo los llevará a una situación de rechazo a la comida. Es erróneo utilizar la comida como **premio**, dando lugar a un individuo cuyo hábito alimentario será comer por placer y no para nutrirse. Hoy en día el riesgo de padecer **enfermedades nutricionales** en los países occidentales es debido por los malos hábitos alimenticios, tales como la obesidad, hipertensión, caries, etc.

Uno de los retos más importantes para los padres, es que los niños alcancen el **equilibrio** en su alimentación, al mismo tiempo que satisfacen su natural y conveniente goce en el acto de comer. Por lo tanto los padres deben **predicar** con su ejemplo e ir introduciendo **cambios** en la dieta **progresivamente** con **buenos hábitos** alimenticios.

No olvidemos el **aspecto afectivo**. Debemos crear un **ambiente de cordialidad**, sin prisas ni gritos, y por supuesto nunca utilizar la comida como **castigo**. Por último, el acto de comer supone una de las primeras relaciones sociales de los niños, y será un inicio de la enseñanza en el comportamiento con los demás, inculcándoles desde pequeños una disciplina en **horarios** y una corrección en los modos y en los **hábitos higiénicos** que mantendrán de por vida.

Importante:

Es distinto el caso en los niños que casi nunca tienen hambre y que, además, pierden peso, se enferman con frecuencia, se muestran apáticos y se distraen con facilidad, **síntomas** que pueden indicar que no están bien alimentados.

Fuente: Ed. Eldelvives, Revista Información para la Familia.

## ALGUNOS LIBROS

“**Gordito no significa saludable**”. Ed. Grijalbo.

Prevenir la obesidad para crecer sanos y felices.

“**Niños ¡A comer!**”. Ed. Espasa práctico. Autor: Julián Lirio, médico adjunto Unidad de Pediatría Social. Hospital Niño Jesús de Madrid.

Consejos, trucos, recetas contra la falta de apetito.

“**Y hoy, ¿Qué les doy?**” Ed. Grijalbo práctico.

Recetas saludables y CD con menús semanales y lista de la compra.

# La escuela de mis hijos



Me entristezco mientras leo en los periódicos que los presupuestos regionales para 2011 vuelven a castigar a la escuela pública. El Gobierno regional prevé gastar en educación un 4,8% menos que el año pasado, pero el dinero para la escuela concertada se incrementa en un 0,7%. Entre los objetivos de la Consejería de Educación recogidos en los presupuestos, figura el de aumentar las clases en los colegios concertados.

A la escuela pública Vázquez de Mella acuden mis hijos cada mañana. Para el pequeño, este es su primer año de cole y está en la misma clase con todos los demás niños de su edad porque este año, las dos clases de primero de infantil se han convertido en una, por arte de magia de la Comunidad de Madrid, que sin embargo, con su varita presupuestaria ¡abracadabra! aumenta las clases en los colegios concertados.

Una escuela pública fuerte y sana es fundamental para la estabilidad y el buen funcionamiento de un país. Los demás países de la OCDE (EEUU, Alemania, Francia, Finlandia, Suecia, etc) tienen sistemas educativos vertebrados por la escuela pública, la privada no suele estar subvencionada y tiene el carácter de complementaria de la pública. Estos países tienen buenos resultados en el famoso informe PISA.

La escuela pública es elemento integrador de distintas clases sociales, culturales, étnicas, religiosas y no religiosas. ¿Alguien duda de la riqueza que supone que en nuestro colegio Vázquez de Mella haya alrededor de 30 nacionalidades? Nuestros hijos no se están formando para integrarse en la

variopinta sociedad, nuestros hijos se están formando ya dentro de ella, lejos de esos guetos alejados de la vida plural y cotidiana que son algunos colegios privados.

Podrá decirse, con razón, que la escuela pública no solo debe ser elemento integrador y democratizador de la sociedad, sino que ha de proporcionar a nuestros hijos una formación de calidad que les prepare para su futuro profesional, que les transmita unos conocimientos adecuados, competitivos y contribuya a formar su personalidad para que sean exitosos ciudadanos.

La falta de inversión en educación pública pone en riesgo esas funciones de la escuela, pero a pesar de los mequinos presupuestos, la escuela pública se resiste a la marginalidad a la que quieren condenarla.

Se resiste gracias al trabajo de todos los que la integran. Yo lo veo cada día, en el trabajo que hacen las maestras de mis hijos, las madres del AMPA (es justo decirlo, son abrumadora mayoría frente a los padres), en el trabajo de todos.

La defensa de la escuela pública es la defensa del futuro de nuestros niños. Mis padres dejaron mi educación en manos de la escuela pública, como ahora hago yo con la de mis hijos y doy las gracias a todos los que están comprometidos en la tarea y ahora reman a contracorriente.

M<sup>a</sup> Victoria Morán Breña madre de Infantil.



## 10 SESIONES

- 1° Normas y límites.
- 2° Estilos de autoridad familiar.
- 3° Como equilibrar trabajo y familia.
- 4° Como mejorar la conducta de los hijos-Los castigos.
- 5° Relaciones padres, madres-colegios profesores.
- 6° Los valores, su importancia y como transmitirlos.
- 7° Relaciones fraternales y celos infantiles.
- 8° Autoestima en los niños y su importancia en la educación.
- 9° Las separaciones y el duelo.
- 10° Tv Internet-Familia-Tiempo de ocio.



Un año más se ha presentado la oportunidad, en nuestro centro, de participar y disfrutar del proyecto Escuela de Padres, junto con el Colegio San Ildefonso, ofrecido por el Departamento de Educación del Distrito Centro en el Ayuntamiento.

La tarea de ser padres y madres conllevan roles y obligaciones a veces difíciles de enfrentar. Por eso las aportaciones que nos brindan los profesionales a cargo del curso, pueden ser una ayuda valiosa para nuestro hogar. Guiándonos a usar las armas que ya tenemos en nuestras manos con seguridad y responsabilidad.

En un nuevo formato amistoso y relajado en donde el educador nos realiza una presentación teórica del tema, dando lugar a los padres para preguntar y debatir sus dudas, y así poder llevarlo luego a la práctica con los hijos. Disfrutando también de un café-té con pastas.

**Viernes 16.15 - 17.45 h.**

Mariela Rodríguez y Julia Sieiro madres de 1er y 2º ciclo de Primaria.

### Deportes

#### JUDO

Deporte para todos que permite el desarrollo muscular armonioso así como de la capacidad de concentración mientras se trabaja en grupo facilitando así el desarrollo social. Juego y diversión en la práctica de un deporte olímpico!!



#### GIMNASIA RÍTMICA

Mejora el desarrollo psicomotor y estimula la coordinación a través de la manipulación de cintas, aros, pelotas, cuerdas. Trabaja la flexibilidad y la fuerza muscular.



Diviértete combinando la danza y la gimnasia con el uso de la cinta, el aro o la pelota.

### Artes escénicas

#### DANZA ESPAÑOLA



Desarrolla la creatividad, el sentido estético y la interpretación realizando una actividad creativa e intelectual.

Ballet, danza española y flamenco. Castañuelas. Enseñanza del mantón ¡Descubre una pasión!



#### BAILE INFANTIL

Inicia a los niños en la música con relación a sus movimientos, aprendiendo el sentido del ritmo y la coordinación en sus movimientos.

Una forma estupenda de iniciarse en la práctica de la danza o la gimnasia

### TEATRO Y EXPRESIÓN CORPORAL

Conocimiento del propio cuerpo a través de la estimulación de lo espontáneo. Ayuda a expresar el mundo interno por transmisión física.

Dependiendo de cada edad, buscaremos un personaje, lo crearemos, conoceremos su entorno, sus circunstancias. Ven a improvisar y a conocer a los clásicos.

#### LECTURA Y CUENTACUENTOS

Aprender a leer de forma comprensiva, a modular la voz correctamente, a utilizar los signos de puntuación en cada momento. Aprender a expresar con el cuerpo y con la voz. A declamar poesía. ¿Me cuentas un cuento?



### Artes plásticas

#### PINTURA Y RECICLADO

Desarrolla la capacidad creativa aprendiendo técnicas de pintura sobre cualquier textura. Sin olvidar que cualquier material que tengamos en casa puede ser susceptible de cumplir otra función en cualquier momento ... Crea tu propia obra de arte



#### Idiomas INGLÉS

Desarrolla el interés por el aprendizaje de una lengua extranjera y consigue comunicarte en ella primero de forma oral (nivel 1) y luego también de forma escrita (nivel 2)



Follow me!!



# extra escolares

# Una exposición para IMPRESIONABLES

**E**scribo para animaros a que os acerquéis a la exposición: **“Jardines impresionistas”**. (16 nov- 13 feb), en la plaza de San Martín, que conecta con la plaza Celenque donde está Cortilandia. Metro Sol, Opera y Callao. En la Fundación Caja Madrid, tenemos la parte gratuita de las exposiciones temporales que organiza el tándem Museo Thyssen – F. Caja Madrid. Tal vez podamos aprovechar unas compras por el centro para evadirnos por media hora y alimentar el espíritu ... También decir que es una sala de gran accesibilidad a la que yo casi siempre he ido con carrito de bebé.

Os animo en esta ocasión por que el Impresionismo (mediados XIX – comienzos XX) es un movimiento artístico que transmite mucha energía y que parece fácil de entender y disfrutar para el público contemporáneo. Así en esta exposición se ilustra como los pintores impresionistas ya no pintan bodegones de flores sino que salen al exterior a captar el mundo físico, su caleidoscopio de colores y formas, y sobre todo la luz que hace que este mundo físico esté en perpetuo cambio.

*“Además en este momento histórico de importación de especies vegetales exóticas está de moda el movimiento hortícola. Y el jardín aparece como punto de encuentro entre lo urbano y lo rural, pudiendo ser una isla de naturaleza en medio del asfalto o un fragmento de orden civil en mitad del campo.”(Del catálogo).*

También os animaría a hacer una primera vuelta rápida general y a jugar a ver nuestros cuadros favoritos desde distintas distancias, desde lejos mezclando los colores en nuestra retina – para esto solo hay que disfrutar y dejar a la naturaleza biológica del ojo hacer su trabajo,-y desde cerca observando la pincelada y a veces los juegos del puntillismo.

Resulta interesante observar que a pesar de haber algunos cuadros de atmósfera general gris creada con tonos pasteles, la riqueza del color surge cuando hay áreas de sombra donde los colores están más saturados, y son más brillantes, por no estar quemados por una luz fuerte.

Y como consecuencia de lo anterior, también es en estas áreas de sombra donde toman realce los planos espaciales y el volumen. Esto se puede ilustrar observando uno de los cuadros más interesantes de la exposición: **“Estanque de nenúfares”**. **Monet**. Este rincón sombrío con su abundancia de negros resulta genial en sus vibraciones de color. El volumen también se construye apoyándolo en la direccionalidad de la pincelada, cargada de materia. Trazos redondeados, lineales caídos, lineales turgentes, lineales horizontales... Según la materia refleja la luz se va definiendo forma y volumen.

Otro ejercicio puede ser descubrir lo diferentes que son la luz de verano de la luz de otoño. - **“Siesta en el jardín”** de **Pierre Bounard** frente a **“Otoño”** de **Henry Le Sidaner**.- O de los distintos momentos del día, como por ejemplo la luz matinal en **“Flores de la mañana”** de **Ernest Quost**. Conscientes de esto los impresionistas estudiaban los cambios de luz sobre un mismo tema, investigando con actitud científica la percepción. Se cuenta con el testimonio de otros dos Monets que son variaciones sobre un mismo tema.

La exposición analiza un momento de inflexión en la Hª de la Pintura, qué herencia se recoge, en cuanto a nueva forma de entenderse a sí misma, y en qué direcciones se apunta a partir de esta. Se articula en cuatro secciones: **Corrientes del Postimpresionismo, Las primeras vanguardias, Jardines españoles, y La difusión del jardín impresionista.**

Con **Las primeras vanguardias** ya no importa tanto la emoción de la percepción como la importancia del intérprete, del punto de vista del sujeto que percibe y que añade una carga subjetiva de máximo valor en el mensaje. **Dicha carga llega a ser en sí misma la justificación y el motor del mensaje.** Aprendido del impresionismo que cualquier color puede encontrarse en cualquier superficie, que los colores llegan a la retina como parte de un conjunto dentro del cual vibran y disputan, ahora se exploran nuevas vías, técnicas, códigos para simbolizar, representar. Comunicar con un lenguaje aún por inventar. Así contamos con un breve resumen con representación de los exponentes más relevantes de las primeras vanguardias: **Malévich, Munch, Max Ernst, Braque** junto a otros ejemplos.

**Primeras Vanguardias. Emil Nolde** con **“Tarde de verano”**. Con azules y rojos descolocados, de agua en el camino y rayos de atardecer. Y **“Flores rojas”**. Con colores más subjetivos e interesantes. Precisamente la imagen de portada del catálogo de la exposición. Foto 2.



Foto 2.

**Corrientes del Postimpresionismo. Van Gogh. “Sotobosque”**. Oscuro y sorprendente. El primer plano mareado, está lleno de movimiento. **Toulouse Lautrec. “El Sr. Désiré Dihan fagotista de la Ópera**. Mecla de color pero con un puntillismo de trazos lineales, aparentemente desordenados y caóticos. Estilo libre y fresco, aunque un poco pesimista y sombrío. **Monet. “Estanque de Nenúfares”**.

**Klimt. “La casa del guardabosques”**. Con áreas muy definidas y recortadas, como islas apoyadas en el dibujo donde ensamblar sus collages de motivos oníricos. Foto 1.

**Jardines españoles. Anglada Camarasa. “Le Paon blanc”**. Que recuerda a Klimt, de contornos lánguidos y blandos, un poco subrealistas. **Sorolla. “Patio de la casa de Sorolla”**. Retrato de la luz y del color de la sombra. Foto 3.



Foto 3

**La difusión del jardín impresionista. Lovis Corinth. “La señora Else Kaumann”**. Pincelada ágil. Colores sucios mezclados en el lienzo. **Mary Cassatt. “Verano”**. Impresionante juego de luces acuáticas muy subjetivas y atrevidas. **Charles Courtney Curran. “Flores de loto”** Mancha difuminada y manida. Pero precioso. Imagen de música clásica. Foto 4.



Foto 4

Foto 1.



Beatriz Babiano madre de Infantil/ Primaria



# Rincón literario

35mm



**H**ace unos días mis hijos me preguntaron. ¿Y ahora que hacemos, Papá? Sin dudarle pensé que era un buen momento para recordar alguna antigua película e inmediatamente pensé en esa fábula infantil que todos, alguna vez, hemos visto.

**¡Qué bello es vivir!** (1946),  
Director: Frank Capra (1897-1995)

**¡Qué “peli” bella!** Se nos muestra en imágenes la vida de un muchacho en una pequeña ciudad cubierta por la nieve. El ángel despistado y torpón que consigue disuadir al joven del suicidio consigue ir enterneciéndonos in crescendo hasta llevarnos al punto álgido. La secuencia de la carrera final del protagonista (James Stewart) hacia su casa y el posterior encuentro con su esposa e hijos. Donde en un juego pueril podríamos responder a “¿Verdad, beso o atrevimiento...?”, y enfrentarnos a la pregunta “¿Quién ha llorado?”, sacándonos los colores.

...Y luego el momento sublime en que el ángel consigue sus alas. Es como digo,

**L**a ternura de Capra está en esta ¡Qué “peli” bella!

Julio Navas padre de Infantil y 1er ciclo Primaria.

## Ingredientes

- 1 lata grande de leche condensada
- ¼ libra de nueces molidas
- 1 cucharadita de nuez moscada
- 5 cucharadas de fécula de maíz
- 2 tazas de leche
- vainilla al gusto

## Preparación

Se mezcla en una olla la leche condensada con una taza de leche hasta dejarla hervir.

Luego se incorpora la fécula de maíz disuelta en la leche restante con la vainilla, la nuez moscada y las nueces.

Se deja hervir por unos minutos más, removiendo constantemente con la ayuda de una cuchara de madera.

Se vierte en un molde y se deja enfriar. Se desmolda y se decora a su gusto.



Mariela Rodríguez

## Natillas con nueces

## Rincón gastronómico

## Ingredientes

- 2 aguacates maduros
- 6 guindillas cayenas picadas
- 2 cucharas de cilantro picado
- 1/2 cebolla picada
- 1 tomate mediano picado
- 1 taza de lechuga rallada
- 1 cuchara de aceite de oliva
- zumo de 1 limón
- sal a gusto

## Preparación

Machacar los aguacates y mezclar con los demás ingredientes.

Nota: Para que no oscurezca, colocar los huesos del aguacate dentro, hasta el momento de servir.



Marta Yazbek madre de Infantil.

## Guacamole

# Agenda Actividades GRATUITAS

Museo Nacional de Ciencia y Tecnología [www.mec.es/mnct/916037400](http://www.mec.es/mnct/916037400)  
P<sup>a</sup> de las Delicias, 61 Bus 8/19/45/47/59/85/86 Metro y RENFE Delicias.

## Fundación de Apoyo al Museo Nacional de Ciencia y Tecnología.

Sábados de 12:00- 13:30h > ciclo *Charlando con nuestros sabios*. Actividad en la que se intercalan charlas y talleres con personalidades del mundo científico en el que aprenden curiosidades relacionadas con el mundo animal, tecnológico,... además de realizar diferentes experimentos.

Este programa comenzó su andadura en otoño del año 2000 y durante nueve años ha contando con la colaboración de algunos de los científicos más prestigiosos de este país, quienes comparten sus conocimientos con los verdaderos protagonistas: los niños.

Este ciclo engloba conferencias y talleres científico-tecnológicos orientados a jóvenes de entre 8 a 11 y de entre 12 a 14 años, intentando así cubrir sus intereses, **que se desarrollan los sábados por la mañana en el [MN Ciencia y Tecnología](#)**.

## Programa de 8 a 10 años

### Talleres:

\* 5 de febrero: Taller "Óptica con agujeros" **Francisco Barradas, profesor de ciencias. Daremos los primeros pasos para conocer fenómenos ópticos con lentes y agujeros.**

\* 12 de febrero: Taller "Disfrázate de Egipto" **Covadonga Sevilla. Ven a conocer más cosas sobre una de las primeras civilizaciones de la historia, el Egipto Antiguo. Cómo se vestían, cómo se maquillaban y aprende también a escribir tu nombre con jeroglíficos.**

\* 12 de marzo: Taller "¡Mutación!" **Esteban Fernández Moreira. Doctor en bioquímica e investigador en microbiología. INIBIC. Los mutantes están entre nosotros, incluso dentro de nuestro organismo. Aprende qué son y a qué se dedican con experiencias y juegos muy interesantes.**

\* 2 de abril: Taller "Observación solar" **ASAAF. En el Sol surgen en cada momento explosiones nucleares que se pueden observar desde la Tierra como fulguraciones en su superficie.**

\* 7 ó 28 de mayo: Taller "Aprende a medir" **Alfredo Bonilla. Hay diferentes mediciones y para ello se utilizan distintos aparatos. Fabricate tu propio nivel y tu propia brújula y aprende a utilizarlos.**

*Inscripción por email enviando nombre completo del participante, su edad, su email y un número de teléfono de contacto.*

[charlandovtalleres@famuncvt.es](mailto:charlandovtalleres@famuncvt.es)

Juan Gandía Rodríguez Tel: 91 603 74 19

## F O R O

Reservamos este espacio para cartas de opinión con las que cualquier padre pueda expresar sus ideas. En próximos números.

De momento aprovechamos para presentaros la V edición de la actividad **La Mirada del Otro** que el AMPA organiza para los alumnos de 6º curso, en horario extraescolar. **Consiste en una investigación sobre la convivencia a través de la fotografía.** Tiene como objetivo el análisis y reflexión sobre quienes somos, cómo nos vemos y vemos a los demás. Y la producción artística con una mirada personal sobre la vida y la convivencia en nuestro entorno en el siglo XXI.

contacta con nosotros:

[ampavazquezdemella@gmail.com](mailto:ampavazquezdemella@gmail.com)

[www.ampavazquezdemella.org](http://www.ampavazquezdemella.org)

Parque Juan Carlos I. Información: 630 630 710.

Glorieta SAR Don Juan de Borbón y Battemberg, 1

**Hacer reserva previa para participar en esta actividad.**

## TALLERES FAMILIARES:

- **Jabones de colores:** 6 de febrero y 13 de marzo. Diseña y crea tus propios jabones.
  - **Crea tu álbum de fotos:** 13 de febrero y 20 de marzo. Recicla papel y elabora tu propio álbum de fotos casero.
  - **El pequeño hortelano:** 20 de febrero y 27 de marzo. Descubre los secretos del huerto y sus habitantes en familia.
  - **Papiroflexia para todos:** 27 de febrero. Reutiliza el papel a través de las múltiples posibilidades que ofrece la papiroflexia.
  - **Juegos del mundo:** 30 de enero y 6 de marzo. Conoce otras culturas a través de sus juegos de mesa.
- Horario: Domingo de 11:30 a 13:00 horas**  
**Dirigido a:** Familias con niños/as de entre 6 y 12 años

## TALLERES INFANTILES:

- **Jabones Dale la vuelta a la ciudad:** 12 de febrero y 19 de marzo. Juega a crear una ciudad verde y feliz.
  - **Experimentos locos:** 19 de febrero y 26 de marzo. Objetos que se mueven solos, volcanes en erupción, tintas invisibles... ¿te atreves?
  - **Descubre las aves:** 26 de febrero. Aprende a diferenciar aves y descubre su modo de vida y hábitat.
  - **El dominó de la naturaleza:** 29 de enero y 5 de marzo. Diferencia y asocia distintos ecosistemas a través de un divertido juego de dominó.
  - **Gymkhana en el Parque:** 5 de febrero y 12 de marzo. Descubre los rincones más característicos del parque a través de una divertida gymkhana interior.
- Horario: Sábado de 11:30 a 13:00 horas.**  
**Dirigido a:** Niños/as de entre 6 a 12 años

