L'Ampeta

Revista trimestral - Número 12
AMPA Pou de la Muntanya - Dénia

BOSCH Service

Bosch Car Service

Lara

Inyección de Gasolina
Inyección Diesel
Electricidad/Electrónica
Endendido
Frenos, ABS, ESP
Mecánica de mantenimiento
Mecánica de motor
Sistemas de Refrigeración

Avenida de Alicante, 29
Tel. 695 78 14 09
Apartado de Correos 364

03700 DÉNIA (Alicante)
Fax 966 42 13 02
E-mail blara@bosch-bcs.com

DE PE A PA

CLASES PARTICULARES

Primaria
E.S.O
Lectoescritura
Inglés
Educación Especial
Técnicas de estudio

ESTUDIAR ES ABURRIDO...
¡APRENDER ES DIVERTIDO!

Av. Montgó Nº22
Dénia (Alicante)
Teléfono: 96 627 70 83 / 618 035 961
depeapaclases@gmail.com

Verdú
HELADERIAS

SABORES DE SIEMPRE
MOMENTOS INOLVIDABLES

Marqués de Campo 62
Av Montgó 14

mi VILLA número 1

Marqués de Campo, 1
03700 - Dénia
T. (+34) 639 00 03 07 y
(+34) 966 42 39 10

Cafetería-bar

www.facebook.com/mivillanumero1/
mivillanumero1@gmail.com

python
Raspberry Pi
ARDUINO
LEGO mindstorms education EV3
3D

Programación y robótica educativa

DiverBOT

Cursos para todos los niveles
a partir de 6 años

ESPECTÁCULOS

arte mediterraneo

Tel. 660 956 993
espectaculos@elartemediterraneo.com

EL MARINO

TAPAS des de 1949

Dénia
96 578 35 66

Les Rotes
96 578 10 17

PIENSOS FELIX

PIENSOS - ANIMALES - ACCESORIOS

dapac
Socio y distribuidor oficial

AVENIDA MONTGÓ, 24
TEL. 96 578 36 89
03700 DÉNIA

C/ VERGEL, 6 (JUNTO AL PRADO)
TEL. 96 576 70 51
03760 ONDARA

TEL. ALMACÉN 96 578 01 93 FAX 96 463 16 67

piensosfelix@hotmail.com · www.piensosfelix.com

Cap al 2020!

Juny ha arribat i el curs ha acabat! Al Pou de la Muntanya arribem a l'estiu amb la satisfacció de deixar enrere moltes i molt bones experiències i pensant en tot allò de positiu que ens aportarà el nou curs. Per a l'**alumnat de sisé**, el que acaba ha sigut un curs especial. Es tanca una etapa important en la seua vida. A l'escola han fet les primeres amistats, han crescut com a persones i han aprés a mirar el món d'una manera determinada. Se'n van, sí Però no hi ha marxa enrere: formaran part per sempre de la família del Pou de la Muntanya. Des de l'AMPA, els encoratgem a seguir aprenent, a no deixar mai de ser curiosos ni de preguntar-se el perquè de les coses, a ser capaços de continuar sorprenent-se de tot el que els envolta i no tenir-ne mai prou. La vida és un camí llarg sembrat de coses per descobrir. Visqueu-la des del respecte, el diàleg i la solidaritat, fent sempre ús del sentit comú i amb el convenciment que el saber vos obrirà portes i vos enriquirà com a persones. Que els bons vents vos acaronen i vos acompanyen en eixa llarga travessia!

És també **temps de canvis per a l'AMPA**. En el curs 2019-2020 hem de renovar la junta directiva. Els que ara acabem hem volgut apropar l'associació a les famílies i a la resta de la comunitat educativa fent-la més oberta i participativa. Hem procurat estar sempre al vostre costat i ajudar-vos en tot el que estava al nostre abast, atenent les vostres demandes i escoltant i satisfent, en la mesura de les nostres possibilitats, les del centre. Ha estat un plaer posar en marxa els tallers per cicles i el concurs de dibuix de l'agenda, donar continuïtat a L'Ampeta, organitzar xerrades per a les famílies i veure-vos participar en les nostres festes. A tots els que ho heu fet possible, **moltes gràcies.**

Els canvis han de ser positius. I els que s'anuncien, ho seran. Perquè hi ha famílies amb voluntat de donar continuïtat a la feina encetada. I perquè sempre serà bo que se sume gent nova, capaç d'aportar noves idees i de donar un nou aire a l'associació.

És temps de transformacions i, sembla que també, d'obres. Caminem **junts cap al 2020**. És la millor forma de fer-ho.

Estem treballant per millorar el col·legi
Disculpeu les molèsties!

Obres previstes 1a Fase: Edifici de Primària (2019) canvi de finestres, nova instal·lació elèctrica, canvi de paviment i alicatat, construcció d'eixides d'emergència, pluvials del carrer peatonal amb Vessanes, millores al pati i reubicació de biblioteca, sala de mestres i despatxos.

Obres previstes 2a Fase: redacció de projecte i construcció del nou edifici d'Infantil i del nou gimnàs (a determinar dates).

Edificant

Un pati igualitari, un pati per a tots i totes

Comissió de Patis del CEIP Pou de la Muntanya

El curs passat encetàrem un nou projecte a la nostra escola "Un pati igualitari, un pati per a tots i totes". Aquest projecte naix de la reflexió-observació del claustre de mestres al voltant del pati de l'escola, un dels primers espais de socialització on els xiquets i xiquetes desenvolupen les seues capacitats i aprenen a relacionar-se amb els seus iguals.

Amb aquest projecte, es busca la millora física i funcional, però no només com un espai de joc i trobada, també per transformar les relacions de gènere que es perpetuen a la nostra societat.

És per aquest motiu que es va considerar necessari donar-li visibilitat a l'espai exterior de l'escola, com un espai més d'aprenentatge, inclusió i oci.

El projecte es desenvolupa mitjançant reflexions i propostes sorgides de tots els sectors de la comunitat educativa, recollides per la comissió de patis en les diverses activitats realitzades a l'escola: taula rodona, xarrades, activitats a les aules… La comissió de patis, formada per mestres i famílies, ha estat l'encarregada d'organitzar aquestes idees i projectar el pati que volem tots i totes.

Arribats aquest punt, ja és el moment de ficar-nos **mans en l'obra!** El passat dia 13 de març fou el primer encontre entre famílies, alumnat i mestres per col·laborar en la creació d'un pati colorit, lúdic, divertit, acollidor i ple de vida on puguen els nostres xiquets i xiquetes explorar, experimentar, crear... Aptituds fonamentals per a la creació de les personalitats del nostre alumnat.

"Volem donar visibilitat a l'espai exterior de l'escola com un lloc més d'aprenentatge, inclusió i oci"

Des de la comissió de patis, agraïm a totes les persones la col·laboració en les trobades realitzades i vos animem a que continuem. La tasca no està acabada però si iniciada amb força il·lusió.

Escuelas para la salud

Elvira Gras. enfermera Comunitaria
Mª José Orozco. Enfermera CSP Dénia

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), una Escuela Promotora de Salud *"refuerza constantemente su capacidad como un lugar saludable para vivir, aprender y trabajar"*.

El objetivo de una escuela **para la salud** es educar en modos de vida sanos a toda la comunidad educativa al tiempo que se favorece un marco de trabajo y de estudio dirigido a la promoción de la salud, donde se tienen en cuenta las condiciones del edificio escolar, de los espacios deportivos y de recreo, los comedores escolares, los aspectos de seguridad, etc.

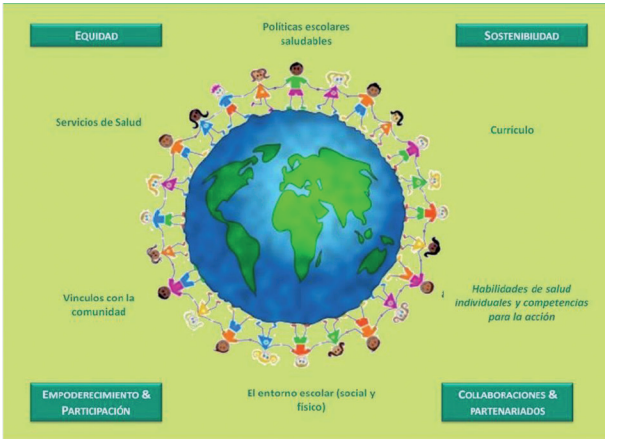
Además, se busca desarrollar el sentido de responsabilidad individual, familiar y social en relación con la salud, posibilitando el pleno desarrollo físico y psíquico, favoreciendo las buenas relaciones entre todos los miembros de la comunidad educativa y de ésta con su entorno.

La Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud dice: *"la salud se crea y se vive en el marco de la vida cotidiana: en los centros de enseñanza, de trabajo y de recreo"*.

Y la ciencia nos confirma que las acciones eficaces en promoción y educación para la salud son aquellas que se realizan e integran en los espacios donde la gente vive, convive, se reúne y/o trabaja. Son los denominados Escenarios Promotores de Salud entre los que destaca, la escuela.

La escuela es uno de los mejores escenarios para la promoción de la salud: de fácil acceso a todos los niños, dónde pasan muchas horas y en una etapa de la vida que hace más fácil la adquisición de comportamientos saludables. Si se implican profesores, profesionales de la salud, padres y alumnos, líderes comunitarios y la organización se hace posible alcanzar estos objetivos.

De forma muy simple, podemos decir que una Escuela Promotora de Salud es aquella que no basa únicamente su actividad en la transmisión de conocimientos, actitudes y habilidades a su alumnado, sino que fomenta la salud y el aprendizaje con todos los medios a su alcance y hace todo lo que puede para facilitar ambientes favorables para la salud, así como programas y servicios de promoción y educación para la salud. Es una escuela que interviene para mejorar la salud del personal del centro, las familias y los miembros de la comunidad, además de los estudiantes, y que trabaja con los líderes de la comunidad para ayudarles a comprender cómo puede la escuela contribuir a la salud y a la educación.



Fuente: UIPES. Promover la salud en la escuela. De la evidencia a la acción

RCP desde mi cole

Laura Terriza Cotillas y Amor Sánchez Llorens
Enfermeras y Máster en Enfermería Escolar

Los primeros auxilios son un tema tan importante que consideramos que desde los primeros años de escolarización, ya cuando los niños cursan Infantil, deben familiarizarse con ellos. ¿Podemos ayudar a alguien que se encuentra en peligro? ¿Podemos salvar la vida de un amigo, familiar o incluso un desconocido? La respuesta es **SÍ**. Y cuanto antes empecemos a conocer los primeros auxilios, mejor sabremos realizarlos llegado el momento, en nuestra vida adulta.

Es por esto que un par de enfermeras con máster en Enfermería Escolar han estado realizando este curso unos talleres tanto en las clases de 4 y 5 años de Infantil como en el primer ciclo de Primaria.

Estas actividades fueron organizadas por el AMPA. ¡Y han sido todo un éxito!

Los niños han aprendido a identificar una urgencia vital, han aprendido a pedir ayuda al 112 y a realizar las maniobras básicas de reanimación cardiopulmonar, entre otras cosas. Está claro que, con su tamaño y fuerza, no podrán realizarlas a la perfección a día de hoy; pero estamos seguras que aportarán un gran valor en caso de emergencia. Y en el futuro, cuando sean mayores, lo tendrán tan interiorizado que las desarrollarán a la perfección.

¿Y los padres? ¿Sabemos ayudar a nuestros hijos en caso de emergencia si lo necesitan? Si la respuesta es no, lee esto y practícalo en casa con un muñeco:

“Los participantes en los talleres han aprendido a identificar una urgencia vital”

Si presencias un desmayo o te encuentras con una persona tirada en el suelo, lo primero que debes hacer es asegurarte de que está inconsciente: llámalo, tócale la cara, apriétale los brazos, agítalo ligeramente. Si no responde, busca ayuda. Llama al 112 y que envíen ayuda.

Seguidamente, asegúrate de que respira. Si es así, ponlo de lado sobre su lado izquierdo. Esto se llama posición lateral de seguridad. Así esperamos que llegue la ambulancia.

Si no respira, busca el pulso. Si lo tiene

“Los niños deben familiarizarse con los primeros auxilios desde los primeros años de escolarización”

pero no respira puede ser que en pocos segundos deje de tener pulso. En el caso de no encontrarlo debes empezar las maniobras de resucitación: RCP.

Con la persona tumbada boca arriba, localiza el centro de su pecho, la zona media de la línea que hay entre los dos pezones, más o menos. Pon tus manos una sobre la otra, y apoyando la palma de la mano que queda debajo, empieza a realizar compresiones torácicas profundas. No vale con un suave masaje: hay que presionar mucho. Y hay que hacerlo rápido. Más o menos al ritmo de la canción de la Macarena. Cuando hayas realizado 30 compresiones, colócate junto a su cabeza, estira la barbilla hacia abajo y, tapando la nariz y estirando de su frente hacia arriba, conseguirás abrir la vía respiratoria. Sopla dos veces dentro de su boca con toda tu fuerza. Después de esto vuelta a empezar: 30 compresiones torácicas, y cuando acabes, 2 ventilaciones. Así, sin parar hasta que llegue la ambulancia.

Si te interesa este tema y quieres aprender a hacer una reanimación cardiopulmonar de calidad, fórmate. Hay multitud de cursos y talleres donde seguro que encontrarás información y podrás hacer prácticas. Y mientras tanto, intentaremos que nuestros hijos se formen en el colegio.

HLA Grupo Hospitalario
San Carlos

Ptda. Madrigueres Sud 8
03700, Denia (Alicante)
902 300 124

C/ Nancy 3-5,
03730, Xàbia (Alicante)
966 470 162

www.policlinico-sancarlos.es

Siempre pensando en dar lo mejor para tu salud.

LA MUNTANYA DELS CENT BARRANCS (I)

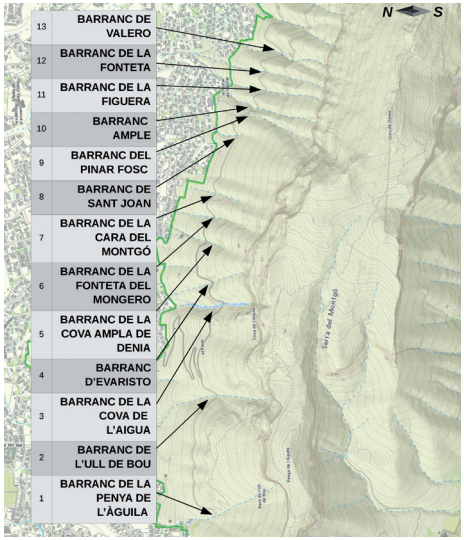
El Camí Colònies

Equip Tècnic de la Unitat de Gestió del Parc Natural del Montgó i de la Marjal de Pego-Oliva

Des del punt de vista geològic el Montgó és un '"horst", és a dir, un bloc de roca trencat per dos falles paral·leles i elevat de les planícies que l'envolten per les forces tectòniques actuants entre Àfrica i Europa.

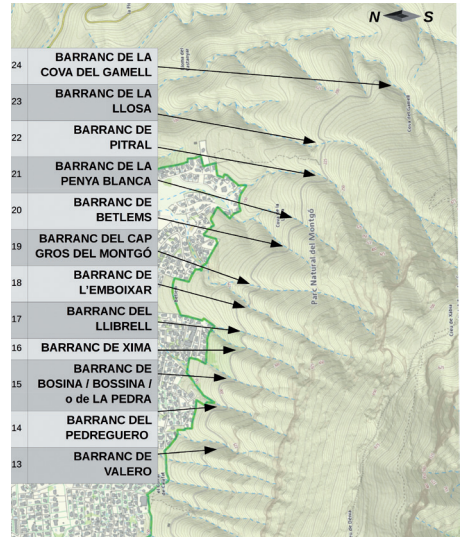
L'acció erosiva constant dels elements al llarg de mil·lennis, especialment de l'aigua, ha anat cisellant multitud de barrancs que envolten i donen personalitat a la muntanya.

Des del Parc Natural del Montgó, hem realitzat un treball de recerca per tal de recuperar els topònims dels barrancs del Montgó, consultant cartografia antiga, llibres de topònims i amb la col·laboració de Juanjo Ortuño, responsable de l'arxiu cartogràfic d'Urbanisme de l'Ajuntament de Dénia, i Ximo Bolufer, del Museu Soler Blasco de Xàbia. Hem pogut arreplegar els noms de quasi 100 barrancs - 94 en total- que volem donar a conèixer des d'estes pàgines. Per raons d'espai, anirem publicant-los per parts.



Comencem aprofitant el nomenat **Camí de les Colònies** de Dénia, un camí de principis del S. XX que connectava la colònia agrícola des de Dénia fins Les Planes, solcat per nombrosos barrancs de la vessant nord del Montgó, que li donen al camí la seua característica forma serpejant.

En les taules i els mapes que reproduïm al costat vénen arreplegats els noms dels barrancs, començant d'oest cap a est amb una numeració i una fletxa per tal de localitzar-los en el mapa en el punt on tallen el Camí Colònies. Dalt, imatge del Montgó extreta de Google Maps on s'observen els barrancs de la cara Nord i el Camí Colònies.



Fem un bon ús de la motxilla

Diana Ivars i Daniel Marín
Fisioterapeutes. Clínica Mediterrani Dénia

La majoria de nosaltres hem hagut de carregar en major o menor mesura amb pesades motxilles de camí al col·legi i tornada a casa durant el nostre període escolar. Algunes vegades estaven tan carregades que a penes podíem tancar-les. Les penjàvem dels dos tirants, o de vegades només d'un, bé fóra per qüestió de moda en eixa època o per comoditat per a nosaltres. Fa 30 anys no existia la varietat de motxilles que existeix hui i els conceptes d' "ergonomia" o d'"higiene postural" eren desconeguts.

Moltes famílies es pregunten quin tipus de motxilla deurien comprar els seus fills, ja que és un dels articles més utilitzats en el dia a dia. I és que sempre s'ha relacionat el pes de les motxilles que deuen portar els xiquets amb el dolor d'esquena. La veritat és que té lògica creure que un pes col·locat en l'esquena d'un xiquet que a penes pesa 40 kg pot causar algun tipus de patologia relacionada amb la columna. Però més enllà de la lògica, el estudis recents ens mostren que no existeix relació directa entre el fet de portar la motxilla i el mal d'esquena. Si bé és cert que pot arribar a ser un factor de risc, sabem que les causes de les diferents patologies de la columna que pateixen els xiquets són d'índole multifactorial, és a dir, hem d'incloure altres factors com els psicosocials o antecedents de dolor d'esquena inespecífic. Existeixen certes recomanacions per a la utilització de motxilles que ajudaran els nostres xiquets a portar-les de la manera més eficient possible. Aquí vos en mostrem algunes de les més importants:

- La motxilla no deu excedir la grandària de l'esquena del xiquet.
- És preferible triar aquelles que disposen de 2 tirants amples i encoixinats, a ser possible amb cinta de subjecció per a cintura o per al pit.
- Els llibres o objectes que siguen més pesats deuen anar més a prop de l'esquena.
- Col·locar-se la motxilla des de la taula i no des del sòl, evitant així manipulacions inadequades.
- La motxilla deu col·locar-se entre la zona dorsal i lumbar, sense tocar ni sobrepassar en cap cas els glutis.
- El pes de la motxilla no deuria excedir el 10% de la seua massa corporal.

"No oblidem acompanyar els consells d'ergonomia amb l'activitat física diària"

Conclusió: encara que l'evidència científica ens diga que no existeix una relació directa entre l´ús de les motxilles i la patologia de columna, sempre serà recomanable seguir aquestos consells per evitar qualsevol sobrecàrrega o lesió a nivell muscular. Sense oblidar el més important: acompanyar els consells d'ergonomia amb activitat física diària. No hem d'oblidar que **el cos humà està fet per a moure's**, i això serveix per a qualsevol edat.

Com hem de respondre quan no es respecten els límits

Joan Pedrós Talens
Tutor de 2n A

Tot en esta vida té unes conseqüències, tant allò bo com el dolent. Quan eduquem, aquestes conseqüències s'apliquen tant per a reconéixer els bons comportaments com per a penalitzar els dolents.

No m'agrada parlar de càstigs perquè és una paraula que porta associada connotacions molt negatives. Penseu què és molt important educar en el reforç positiu i què, gràcies a este, conseguim que s'aprenguen les conductes adients a cada situació. No obstant, sempre hem de deixar clar que si no es compleixen les normes o ens botem qualsevol dels límits establerts, van a haver-hi conseqüències que li afectaran directament.

Aprendre a complir les normes és part del nostre enriquiment personal, ens ajudarà sempre a saber estar, a acceptar i a ser acceptats i respectats.... però com a tot aprenentatge, sempre poden sorgir errades que s'han d'esmenar. Esmenar les errades i redirigir el camí és la funció de pares i mares, i sempre s'ha de fer aplicant el sentit comú. Però, què passa quan són moltes les normes que els infants es boten? Què passa quan repten a la seua família o bé quan el seu comportament acostuma a ser disruptiu? I si a nosaltres com a pares i mares se'ns acaba la paciència? Perquè a vegades és inevitable que se'ns acabe... en estos casos hem

d'asserenar-nos, els límits els marquen la intenció que nosaltres tenim i és molt important tenir en compte que les conseqüències han de ser una arma eficaç a fi què els menuts i menudes aprenguen a complir les normes i respectar els límits.

Si actuem front una actitud dolenta dels nostres fills com a acte d'impotència, nerviosisme o impulsivament, aplicarem conseqüències desmesurades i, en tranquilitzar-nos, veurem el seu excés i de segur que o bé les llevem o bé les suavitzem. Quan açò passa, tot el que estem fent serà ineficaç perquè les personetes saben que, al final, van a lliurar-se de les conseqüències i per tant, seguiran mantenint les seues actituds disruptives.

No hem de deixar-nos dur per l'emoció

A fi de no excedir-nos i aconseguir amb les conseqüències una veritable educació, aquestes han de ser aplicades al mateix temps que s'estableix la norma o es marquen els límits.

Quan nosaltres treballem i establim una norma als nostres fills, els hem d'explicar bé els motius pels quals ho fem, així com les conseqüències que poden venir en cas de no complir l'esperat. Com que estarem fent-ho en gelat, sense deixar-nos dur per l'emoció, aconseguirem que quede clar que volem dels nostres menuts i també que les conseqüències siguen racionals i

proporcionades i, per suposat, seran conseqüències relacionades amb la norma a qui van associades. Per exemple, si no complim l'horari de jugar amb la tablet o amb el mòbil, perquè no volem parar de fer-ho o perquè ho demanem quan sabem que no és moment, nosaltres, educadors, els direm que no i que ja saben que ara van a tenir un dia sense poder fer-ne ús. Aquesta estratègia resulta més útil que aplicant un càstig que no estiga relacionat com per exemple no deixar-los veure el ratet de televisió que també necessiten.

És primordial mantenir-se ferm quan apliquem una conseqüència i, sobre tot, no enfadar-se. Moltes vegades tindrem la sensació de què els nostres fills es boten les normes sols per a provocar-nos, i no és així, normalment ho fan quan volen aconseguir quelcom beneficiós per a ells, o almenys ells així ho veuen.

Per tant, recordeu sempre que els vostres menuts i menudes van provant noves experiències i, de segur, que a vegades trencaran els límits o es botaran les normes. No és una provocació, és part de l'aprenentatge i és la nostra obligació inculcar-los que, per a gaudir de la llibertat, abans hem d'aprendre a ser responsables, i la responsabilitat passa per complir normes i acceptar les conseqüències dels nostres actes i accions.

El Tocador
de Isa Ribes
Callejón Morand Telf. 677 80 84 90

MeDi terrani
FISIOTERAPIA Y NEUROREHABILITACIÓN
602 24 29 90 | C/Xàtiva, 15. Bajo - Dénia
www.clinicamediterranidenia.com

Per què cal aprendre una nova llengua

Dibuix: Alba Viguera

Marta Calatayud Bolinhes
Mestra d'Anglés

Actualment vivim en una societat digitalitzada, on les noves tecnologies ens han fet possible la comunicació amb persones de tot arreu. Gràcies a les tecnologies de la informació i la comunicació podem interactuar amb gent de països llunyans i cultures totalment oposades a la nostra. Però no tots ens comuniquem igual, en el món en què vivim hi ha més de 6.000 llengües diferents, per aquesta raó ha crescut la necessitat d'aprendre nous idiomes. Evidentment, ni el poliglot més format podria dominar-les totes. Aleshores, ¿què podem fer per a superar aquesta barrera lingüística? La resposta és senzilla: aprendre anglés.

I per què l'anglés? A més dels 400 milions de parlants nadius, s'estima que el parlen de 1.000 a 1.600 milions de persones, per tant, és la segona llengua més parlada per persones amb diferents llengües maternes. En altres paraules, si un xinés, un alemany, un portugués, etc. aprén una nova llengua, possiblement, aquesta serà l'anglés.

Com a resposta a aquesta necessitat, els governs europeus han posat en marxa diverses mesures perquè xiquets i xiquetes comencen a aprendre la llengua anglesa des de ben menuts per moltes raons. En primer lloc, tindre un nivell mitjà d'anglés és imprescindible si volem accedir a

estudis universitaris. A més, els estudiants que l'aprenen tindran més possibilitats de trobar treball en el futur, especialment al context de la Unió Europea on les persones poden moure's lliurement a qualsevol dels estats membres.

En segon lloc, l'anglés és un passaport per a descobrir el món. Si es viatja a un país estranger, el fet de parlar i entendre'l proporciona més seguretat i independència. A més a més, les nostres possibilitats d'entreteniment es veuran multiplicades, ja que la gran majoria del contingut al qual accedim cada dia està produït en anglés: pel·lícules, series, música, notícies, internet, videojocs...

Cal no oblidar que aprendre un nou idioma ens ajuda a obrir la ment i a promoure altres maneres de pensar. A través del coneixement d'un idioma nou tenim accés a altres cultures diferents de la nostra. El fet d'estar en contacte amb altres formes de viure i pensar, desenvolupa valors tan fonamentals com la tolerància i el respecte. Comprendre i apreciar les diferències juga un rol indispensable per a desfer-nos de prejudicis i d'actituds egocentristes.

Com hem dit anteriorment, hui en dia l'anglés s'utilitza en multitud de contextos i el parlen milions de persones a tot el planeta. Cal dir que cap idioma te més o menys valor que un altre, però és innegable que aquest t'obri les portes de la comunicació i relacions internacionals, de l'accés a la informació, dels estudis superiors, de les possibilitats laborals i de l'oci a tots els nivells. Com va dir el lingüista austríac Ludwig Wittgenstein, *The limits of my language are the limits of my world*.

Un Erasmus a casa

L'Ampeta recull la visió d'alguns alumnes del Pou de la Muntanya que participen en el projecte Erasmus+ **"The sun and the blue".** Són xiquets i xiquetes de cinquè i sisè de Primària que han rebut a sa casa altres estudiants procedents de Polònia, Grècia, Letònia i Itàlia a principis de maig i/o han participat en la primera de les mobilitats de l'alumnat (Polònia) que es va fer al febrer. La resta viatjaran en els propers mesos. Les redaccions s'han fet a classe.

Vam ser molt feliços!

(Aitana)

Començaré des del principi, el dia que em van dir que formaria part d'aquest projecte junt amb Paula, Nora, Elena i Júlia. Pense que parle en nom de totes quan dic que vam ser molt, molt felices. He de dir també que ara, gràcies a aquesta experiència, som inseparables. Vam estar alguns mesos de dalt avall i d'avall a dalt, i per fi va arribar la segona setmana de febrer. Recorde els nostres nervis algunes setmanes abans i durant el viatge. Durant aquella setmana no vàrem parar: que si excursió, que si vista,... un no parar! Vaig fer molts amics inoblidables que sempre tindré al meu cor. Tota la setmana va passar molt ràpid i molt intensament, i en un obrir i tancar d'ulls, ja s'havia acabat. A l'acomiadament no va haver ningú que no vessara ni una llagrimeta. Pense que tots estàvem trists perquè s'acabara aquesta setmana tan especial (mestres també).

Sols em queda donar les gràcies a totes les persones que han fet aquesta experiència possible, crec que m'ha enriquit com a persona i com a estudiant. Recordaré aquesta setmana sempre i em sent molt afortunada per haver-la viscuda.

Una excusa para mejorar

(Alba M.)

Los alumnos vinieron con la emoción de pasarlo bien. Cuando llegaron hubo mucha tensión. Los primeros días hubo vergüenza pero... ¡Después no! Yo me sentí muy bien. La experiencia ha sido bonita, cariñosa, amistosa, positiva y cultural.

Yo doy gracias a todos los profesores y coordinadores del proyecto Erasmus.

El proyecto Erasmus es una excusa para mejorar tu inglés conocer nuevos países y nuevas familias.

Espero de corazón que tengáis la misma suerte que yo.

Siempre lo recordaré

(Alexandra)

Mi experiencia ha sido genial. Me encantó la semana, sobre todo me encantó el día de Valencia, siempre lo recordaré. Lo que los profesores han hecho ha sido una alegría. Por todo su esfuerzo nunca lo podré olvidar. Lo de viajar es una oportunidad increíble para todos y todas los que viajamos. Gracias a todos y todas los que nos han apoyado.

He fet amics

(Sering)

Hola soc Sering, soc una xiqueta que ha acollit a una alumna italiana al llarg de la setmana Erasmus+. Amb ella la setmana ha sigut súper divertida; però no sols amb ella, perquè he fet més amics italians, grecs , polonesos i alguns letons.

El que no m'ha agradat és que mai tornaré a vorer a tot el grup junt. A l'hora d'acomiadar-se, me'n vaig anar a casa preocupada però feliç amb mi mateixa, perquè he après un poc més d'anglès .

Per cert, les persones que no saben de què es tracta l'Erasmus+, és un intercanvi que es fa per a aprendre idiomes i noves cultures.

Gràcies a Blanca.

No volíem que se n'anaren

(Alba Viguera)

Quan va vindre la meua amiga, estava molt nerviosa esperant als altres companys que acolliren a un xiquet o xiqueta de Letònia, estava parlant amb Elena.

Uns cinc minuts després va arribar l'autobús. Vam anar a casa a deixar la maleta i vam sopar. A la nit, vam anar al port per a que ho veguera, i ens vam trobar a Josep i a Nina amb els seus erasmus, Onour i Mevlan. Al dia següent vam anar al cole on estaven la resta de companys. Vam fer una flipped clasroom, vam anar una bona estona al pati i ens vam conèixer tots. A la vesprada vam anar tots junts a la platja.

Els demés dies vam fer excursions pati, i més flipped classroom. I per les vesprades vam anar amb els xiquets de Letònia al Montgó, a la piscina d'Elena, per tot Dénia i al Domino's Pizza a sopar.

L'últim dia vam fer una festa d'acomiadament i una entrega de diplomes per als Erasmus. Després vam plorar tots de llàstima perquè no volíem que se n'anaren però no passava res, perquè podíem tornar a veure'ls a tots algun dia.

Many friends

(Amine)

My favourite day of the week was on Wednesday because we have gone on a trip. I have made many friends from Greece and Italy. What I liked the most was when we had groups with different colleagues from different countries and I liked it very much.

Escucha mi historia

(Nina)

¡Hola! ¡Soy Nina! Si te gustaría ir de Erasmus pero no sabes si apuntarte o no, escucha mi historia sobre el Erasmus:

Bueno, todo empezó una mañana en el colegio. Estaba sentada escuchando los últimos minutos de la clase de inglés y nuestra maestra, Blanca, explicó que había un proyecto llamado Erasmus que consistía en realizar un viaje a un país, donde te quedarías una semana en la casa de una/o alumna/o un poco más mayor que tú, y tenías que hablar inglés y todo. ¡Encima era gratis! Mi reacción fue coger una hoja de inscripción y llevármela a casa cuando acabó el día. Le supliqué a mi padre, y cuando vino mi madre a casa se lo expliqué. Me dijo que sí, aunque ella no sabía inglés. Un mes más tarde me aceptaron la solicitud. Muy pronto, ya estaba en contacto con él y con sus padres. Al mes y medio ya estaba aquí.

Vull anar ja a Sicília!

(Neus)

La setmana Erasmus va ser increïble. Mai havia viscut una experiència així.

Quan vaig parlar per primera vegada amb ella, sabia que m'ho anava a passar genial. Ella era: amable, carinyosa, bonica... etc .

Ella sabia parlar un poc d'espanyol, però no molt. Quan se'n va anar a Marsala (Sicília) em vaig ficar trista, encara que jo no vaig plorar però Tiziana si que ho va fer. Va ser molt dur per a mi i per a ella també, sobretot quan va pujar a l'autobús per tornar al seu país.

Aquesta va ser la meua experiència Erasmus. Molt divertida. Vull anar ja a Sicília!!!

Una història d'amor

(Johan)

El primer dia que va vindre Rainers, vaig saber que m'ho anava a passar molt bé amb ell. Li vaig ensenyar Les Rotes i Dénia, de tot. Un dels dies vam anar d'excursió a València amb l'escola. Ens ho vam passar molt bé! També vam fer un projecte, era súper bonic! Es deia: Flipped Classroom. Era molt original.

També vaig tindre una història d'amor amb una xiqueta de l'Erasmus i tot... jejejeje. Done les gràcies a la meva mestra Blanca, ja que sense ella no hauríem pogut fer açò. Al director Sergi, per haver-nos deixat fer el projecte, i a tots els mestres i alumnes per haver col·laborat.

Acoger a alguien fue genial

(Paula)

El día que me dijeron que viajaría a Polonia con mis amigas: Aitana, Nora, Elena y Julia, me sentí muy emocionada. Al principio, estábamos todas muy nerviosas y tímidas, pero rápidamente nos integramos e hicimos muchos amigos.

Estoy segura de que todas se sienten muy afortunadas de poder haber ido a Polonia de Erasmus. Ha sido una experiencia maravillosa y divertida como cuando hacíamos excursiones, cada vez nos hacíamos más amigos. La semana allí, en Polonia, fue increíble: las familias simpáticas, los amigos divertidos no, lo siguiente y todo en general fue espectacular.

La despedida fue muy triste, muchos lloraron, otros no, porque ya sabíamos que nos volveríamos a ver. Cuando ellos vinieron a Dénia vimos a muchos conocidos y otros que no, pero nos hicimos amigas de todos. Las excursiones fueron la bomba y acoger a alguien fue genial (aunque eran un poco mayores) y nos divertimos mucho.

Aquí, la despedida fue más triste que nunca, todos llorando, porque sabíamos que nunca los volveríamos a ver. En resumen: todo fue genial y espero que el Erasmus continue en el Pou.

Nuestra familia extranjera

(Elena)

Hola, mi experiencia con los alumnos/as de +erasmus ha sido súper bonita porque he pasado momentos muy divertidos con las excursiones y además en casa hemos jugado a muchos juegos como terpa-gale: coge la botella. Hemos hecho muchas excursions: el Ayuntamiento, montañas, piscina, playa... etc. Me gustaría que se quedaran a vivir.

Cuando se fueron era como nuestra familia extranjera yéndose a otro país lejano al nuestro, todos nos estábamos regalando collares, pulseras, fotos... etc. Nadie quería que se fueran.

Ellos querían quedarse a vivir por el clima que hacía en Dénia tan calentito y fresquito; y esta ha sido toda mi experiencia con los alumnos/as de erasmus.

Gracias a Blanca por su ayuda.

He aprendido mucho inglés

(Nora)

Ha sido súper emocionante y bonita. Me ha enriquecido como persona, he aprendido mucho inglés y he hecho muchas amistades súper bonitas he inolvidables.

Nunca lo voy a olvidar, las familias eran muy majas y cariñosas y nos sentíamos como en casa. El día de despedida fue muy triste pero siempre los voy a llevar en mi corazón y espero poder verlos otra vez.

La experiencia ha sido única y espero repetirla alguna vez, y me siento muy afortunada de vivirla.

Gracias por todo!

Descobreixes moltes coses

(Josep)

Sóc Josep i des del dia 5 fins a l'11 vaig practicar l'anglés, i direu: - Què diu este? Doncs dic que va vindre un erasmus a ma casa. Va vindre el dia 5 a les 21 h.. Res més vindre em va donar la mà i jo (tan apardalat com sempre) em vaig girar. Bé, després me'n vaig anar a sopar amb alguns amics meus. Vam sopar i Onour (el meu xiquet Erasmus) va parlar amb els altres grecs (ell era grec) i amb els italians. Vam arribar a casa a les 23 h. Li vaig ensenyar ma casa. Al dia següent ell va anar a dutxar-se. Va estar 30 minuts dutxant-se i altres 15 arreglant-se! Més tard vaig saber que era costum allí. Eixe dia al cole no va estar mal. Ah, per cert, a tot el món que vagen a dir-li "vols anar a un Erasmus" li recomane que accepte, descobreixes moltes coses, com que allí, a la part nord de Grècia (o això trobe) es lleven les sabates per entrar a casa o que tenen que anar arreglats. Està molt bé. Doncs per la vesprada del dilluns vam anar a la piràmide.

El dimarts els Erasmusn (els de fora) van anar per Dénia. A la vesprada, vam anar a Les Rotes. El dimecres vam anar a València, vam anar al Gulliver. Onour ja parlava molt amb mi i no ens feia falta traductor. Em va contar coses del seu poble. Per la vesprada, a les 7, vam anar a passejar i sopar i després als Magazinos. El dijous vam anar al Montgó i a sopar. El divendres vam anar a dinar a la platja. I per la vesprada, va haver una festa d'acomiadament. El dissabte se n'anaren. Vaig fer nous amics: Onour, Mevlan, Ntoan, Gulio, Chiara, Tziana, Alessandro, Martina… Ha sigut inoblidable, gràcies per fer-ho possible!

¡Sí, quiero aprender música!

Javier Pinto Bañuls

Musicólogo, Compositor, Director de la Unió Musical de Tàrbena y de la Banda Juvenil de la Agrupació Artística Musical de Dénia. Profesor de Lenguaje Musical en la Escola de Música Manuel Lattur de Dénia y de la Escola de Música de Tàrbena

Que bonita es la música. Todos disfrutamos de ella en el coche, en la televisión, en la ducha, mientras hacemos deporte, en una fiesta y un largo etcétera. Tristemente, este arte se está viendo apartado de la educación de nuestros hijos.

En la Edad Media incluían la Música como una de las materias para la formación intelectual del ser humano, el Quadrivium. Estudiar música en la actualidad, de la forma más completa posible, se ve minimizada a solo dos vías: el conservatorio o escuela privada de música. Muchos padres y madres apuntan a sus hijos a "música" para ocupar sus tardes en actividades extra-escolares con la mejor de las intenciones, que sus hijos tengan cubiertas sus horas libres en actividades que les enriquezcan y entretengan. Muchas veces desvalorizamos la enseñanza musical, ya que aprender el antiguo arte de la música (anterior a las pinturas rupestres) necesita de tiempo y esfuerzo, y no le dedicamos el tiempo necesario. Entre las excusas más frecuentes de mis alumnos, gana por mayoría: "No tengo tiempo de estudiar porque todos los días tengo alguna actividad" (niño de siete años).

Asociamos la música al entretenimiento. No voy a discutir que el fin sea ese en casi su totalidad pero para llegar a entretener, primero hay que saber dominar.

"Dar la oportunidad a un niño de estudiar música es regalarle un futuro donde sabrá compartir y expresar sus sentimientos"

De ahí la importancia del estudio en casa. La música nos ayuda a pensar y resolver problemas más rápidamente, la música nos da facilidades a la hora de comunicarnos, la música nos permite crear.

La sociedad y el mundo han cambiado radicalmente. Una de mis prioridades como profesor ha sido emplear nuevas herramientas tecnológicas en el aula (soy profesor de lenguaje musical en la escuela Manuel Lattur de Dénia). Ahora los alumnos tienen acceso a una plataforma interactiva con explicaciones en vídeo, ejercicios y juegos donde no solo practican y repasan lo aprendido en clase, además se divierten. Al fin y al cabo son niños, tienen que jugar y, ¿qué mejor forma de hacerlo que aprendiendo? El "Lenguaje Musical", esa asignatura tediosa y temida (seguro que algún papá o mamá la recordará si ha estudiado música en el pasado), ha cambiado mucho. Puedo decir con orgullo que algunos de mis alumnos tienen la materia de "Lenguaje

Musical" como su asignatura favorita. Las razones son simples: Se utilizan herramientas digitales y atractivas para que el alumno entienda y practique mientras está jugando. Pero más allá de enseñar a cantar, medir o aprender toda la teoría musical, como profesor intento transmitir lo que siento por la música.

Nunca he escuchado decir a alguien: no me gusta la música. Nos puede gustar más o menos un estilo musical, pero no conozco a nadie que la odie. Estamos rodeados de ella a diario, entonces, ¿Porqué no la tratamos con la importancia que se merece?

Dar la oportunidad a un niño de estudiar música es regalarle un futuro donde sabrá compartir y expresar sus sentimientos (el instrumento o el canto serán su instrumento de comunicación), sabrá hablar pero también aprenderá a escuchar (tocar en grupo agudiza el oído y el respeto), desarrollará la imaginación y la mantendrá intacta tenga los años que tenga (cada partitura nos transporta a un lugar nuevo, nuestra misión es transportar al oyente con nosotros), desarrollará el espíritu de superación y valorará el esfuerzo por conseguir las cosas (horas de estudio para superar esa partitura difícil, ensayos durante meses para realizar un concierto), conocerá gente nueva (bandas, orquestas, Big Bands, etc., gente diferente haciendo lo mismo que tú). Son los ingredientes positivos que deseamos en la educación de nuestros hijos y tristemente no todos tienen la oportunidad de aprenderlos de la misma forma porque no elegimos la música como actividad extraescolar.

La música no entiende de edades. Si ya has apuntado a su hijo o hija a música, práctica junto a él o ella, que te explique lo que ha aprendido, no solo se sentirán más unidos, además motivará al estudio y la práctica. Escuchad música de diferentes estilos y hablad sobre ella además de asistir a conciertos en directo juntos, es muy educativo. Y si aún no has apuntado a música a tus hijos, ¿qué esperas?.

El trabajo de los profesores de música, aparte de enseñar, es hacer de este arte algo más entretenido y atractivo. Si ya has dado el paso, o lo estás pensando, de incluir la enseñanza musical a tus hijos, no te limites sólo a "llevarlos" a música. Acompáñalos en ese viaje de crecimiento intelectual y superación personal, no todos acabarán siendo un Mozart o Beethoven, pero sí estarán mejor capacitados para afrontar el futuro.

Les biblioteques a Dénia

Equip de la Biblioteca Pública

La Biblioteca Pública de Dénia i les Agències de Lectura són serveis municipals oberts a tota la població. La nostra voluntat és ser un punt de trobada i d'accés a la informació potenciant l'hàbit lector, la cultura i la formació. Mitjançant les nostres activitats i serveis pretenem promoure tant el desenvolupament personal i professional dels ciutadans, com la seua cohesió social.

La biblioteca depén de l'Ajuntament de Dénia i forma part de la Xarxa de Lectura Pública Valenciana.

A la ciutat de Dénia teniu la Biblioteca Pública Municipal i l'Agència de Lectura de Baix la Mar, però també en forma part de la Xarxa de Biblioteques de Dénia, l'Agència de Lectura de Jesús Pobre.

Sabíeu que fa poc hem estrenat nova ubicació de la Biblioteca Pública? Ara estem en un edifici ben gran i ben cèntric, en ple casc antic de Dénia, en el c/ de Sant Josep, 6.

I sabeu tot el que vos podem oferir des de les Biblioteques de Dénia? Continueu llegint...

SERVEIS

El **servei d'informació i referència** posa a la teua disposició el material de la biblioteca i el nostre assessorament.

Atenem consultes sobre el funcionament de la biblioteca i els serveis que ofereix, l'ús del catàleg, etc. També podem ajudar a trobar informació general sobre qualsevol tema i recomanar els recursos

que millor s'adeqüen a les teues necessitats.

El **servei de préstec**, permet endurte material a casa durant un període de temps però és imprescindible que tingues el carnet de la Xarxa de Lectura Pública Valenciana (només necessitem una fotografia a color i que ens mostres el DNI, si en tens).

Aquest és el material que pots tenir en préstec:

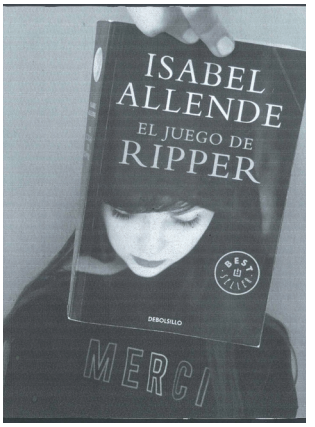
- Llibres: un màxim de 3 exemplars per un període de 15 dies, renovable una vegada.
- Revistes: un màxim de 3 exemplars per un període de 15 dies, renovable una vegada.
- Material sonor: un màxim de 2 CD's per un període de 7 dies, no renovable.
- Material audiovisual: un màxim 2 DVD's per un període de 7 dies, no renovable.

És molt important retornar els documents puntualment ja que si els portes amb retard, el carnet es bloqueja i no podràs endur-te res a casa durant el temps de sanció. El sistema sanciona amb un dia per cada document i dia de retard.

Mentre tens els documents en préstec, eres el responsable i per això has d'anar amb especial atenció; ja que en cas de destrucció (parcial o total), de pèrdua, de mal ús o de no devolució de l'obra deixada en préstec, l'hauràs de restituir per un altre exemplar de la mateixa obra i les mateixes característiques.

Préstec interbibliotecari. El préstec interbibliotecari és un servei mitjançant el qual la biblioteca sol·licita a altres biblioteques de la Xarxa de Lectura Pública Valenciana (XLPV) i de fora de la comarca aquells documents que no es troben entre els seus fons per tal de proporcionar-los a aquell lector que els necessite.

El servei és gratuït, però és imprescindible disposar del



“T’ho pots endur a casa”

“Nosaltres t’ajudem”

“Estem connectats!”

“Wifi per a tots”

“Som responsables del material que tenim en préstec”

carnet de la biblioteca per poder sol·licitar-lo. Cal tenir en compte que no tot el material és susceptible de ser demanat en préstec inter-bibliotecari; com, per exemple, les novetats, els llibres de gran format, les edicions exhaurides, material per a oposicions, els documents audiovisuals i sonors, o els llibres que més ús tenen.

Els usuaris només poden demanar 2 documents alhora i un màxim de 10 a l’any.

Internet i ofimàtica. Tant a la Bi-blioteca com a l’Agència de Lectura, tens al teu abast ordinadors amb accés a Internet per buscar informació i consultar el catàleg.

Aquests ordinadors també estan equipats amb el paquet d’ofimàtica (processador de textos, full de càl-cul, gestor de bases de dades, etc) pensats per a redactar documents.

Per fer-ne ús cal disposar del carnet i presentar-lo al personal de la biblioteca abans d’iniciar la sessió.

Aquest servei és gratuït

La biblioteca disposa de **servei Wifi** gratuït. El servei està obert per a tots: només has de portar el teu dispositiu mòbil i pots connectar-te a Internet. A les sales de consulta trobaràs diferents punts reservats on hi ha endolls per si necessites carregar la bateria del portàtil.

Ara sols falta que vingueu a conèixer-nos, si és que encara no heu vingut!

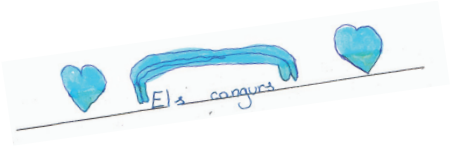
Anima't a escriure!

(Contes breus, anècdotes simpàtiques, poemes... per compartir amb els demés)

Els cangurs

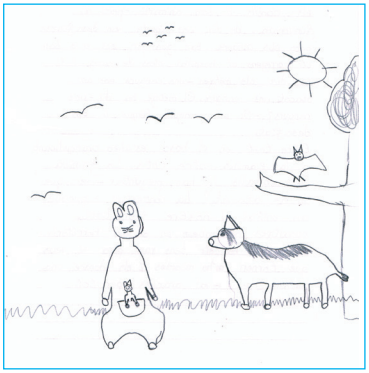
Hi havia una vegada un bosc ple d'animals. Entre ells els cangurs, els més forts del bosc. Un dia, els cangurs estaven tristos perquè el iaio cangur havia mort i els conills els van animar; però la cosa no funcionava.

Un dia, uns xiquets els van desafiar i els cangurs van guanyar. Els xics van fugir corrent a l'hospital plens de sang i van dir al metge: *"uns cangurs ens han atacat, uns cangurs"*. El metge va dir: *"uns cangurs?"*. *"Si, uns cangurs, perquè els hem desafiat"*, van respondre ells.



Entre tant, en el bosc estaven tranquil·litzant a la família entre tots.

La família dels cavalls va preguntar perquè havien atacat els xics. Van contestar: *"perquè han entrat en el nostre territori, nosaltres no entrem en el seu territori"*. El cavall va dir: *"tens raó però si veus que tornen, m'ho recordes i els donaré una patada. Val?"*. *"Val, gràcies per tot, famílies"*, van contestar.



Sering Mencía Amezcua (5é A)

Fem barcella!

Durant aquest mes de maig, les classes de 3r vam participar d'una activitat molt bonica. Vam fer barcella amb el cole de Morella, un poble xicotet situat a l'interior de Castelló.

Ells van estar a Dénia els dies 2 i 3 de maig. Van conéixer el Castell, el Port, la Llotja, i per la vesprada van anar a la platja i van fer una gimkana…

Al Castell van conéixer al Marqués de Campo, i ens va contar un poquet de la història de Dénia.

A la setmana següent, nosaltres vam anar a visitar Morella. Va ser un viatge llarg, quatre hores d'autobús, mare meua! En arribar, ens vam trobar amb els nostres amics i ens van ensenyar Morella, el Castell, molt paregut al que tenim a Dénia, inclús tenen un museu amb dinosaures…

Cadascun de nosaltres va estar emparellat amb un xiquet de Morella, i tots vam practicar a parlar en valencià. Jo no sé molt… però amb viatges com este i coneixent amics nous vaig aprendre un munt…

Segur que a tots nosaltres ens agradaria tornar a vore els nostres amics de Morella. A vore si podem anar aquest estiu amb les nostres famílies, o tornar l'any que ve, per a **tornar a fer barcella**!!!

Adrián Jurado Orozco (3r B)

Danza moderna

Mónica Castrillo Paz

En este número de L'Ampeta volvemos a contactar con los profesores de actividades extraescolares que se desarrollan en el colegio. En este caso, hemos ido a ver a Nefer, la profesora de danza moderna. La danza es una actividad artística y además es una actividad física muy completa y saludable.

Bailar requiere la memorización de los pasos, y la coordinación con la música es un estímulo muy beneficioso para nuestro cerebro.

También mejora el estado emocional y benefician la expresividad. Así como, insiste la profesora, el saber trabajar en equipo, fomentando el desarrollo del mismo.

Lo cierto es que hay cierto tipo de danzas que son apropiadas para los niños porque son bailes pensados para ellos, de modo que la música utilizada en clase está pensada para la práctica de los niños del colegio.

Entregados al ejercicio

Nuestra visita a la clase de Danza Moderna: la entrada en la sala fue de lo más divertida, pues todos los alumnos estaban en mitad de la clase y estaban entregados al ejercicio.

Los estudiantes que en ese momento disfrutaban de la actividad eran ocho: Meredith, Carla, Iris, Elsa, Noa C., Noa N., Matvii y Marina. Si bien al principio del curso fueron hasta dieciocho, por diversos motivos han acabado siendo menos.

La profesora tiene una escuela para que podamos disfrutar de la danza: Nefer escuela.

Jo vinc de... Hungría

Familia Rozsavolgyi

Desde 1989, Hungría es una república parlamentaria y se la considera un país desarrollado. Es un destino turístico importante, pues atrae a más de 10 millones de visitantes todos los años. El país cuenta con el mayor sistema de cuevas de aguas termales del mundo, el mayor lago de centro-Europa, el lago Balaton, y las mayores praderas naturales del viejo continente en Hortobagy.

El Gran Premio de Hungría de Fórmula 1: Es una carrera de automovilismo que tiene lugar en Hungría desde 1936.

El traje típico de Hungría: Para los varones se compone de sombrero, camisa blanca, chaqueta y unas botas. El detalle del traje es que consta de una falda que lleva flecos con diseños húngaros de color tierra, una camisa blanca con adornos sobre la parte superior con mangas muy amplias decoradas en los extremos y en los hombros. Como abrigo llevan una chaqueta pequeña llena de ornamentos.

Para las mujeres, es un vestido compuesto de dos piezas, una falda floreada sin vuelo, decorada con pequeñas flores minimalistas. El vestido llega hasta los pies. La otra pieza del traje es un corsé duro, armado con mangas que pasan de los hombros generalmente de color tierra, pero los diseños minimalistas de la falda se repitan en el corsé. Y en la cabeza, lleva un manto blanco con diseños de flores peculiares.

Comida típica de Hungría: Emblemático plato que se conoce en todo el mundo. La palabra "gulya", en húngaro, significa "ganado vacuno" y los "gulyas" son los pastores que cuidaban del ganado en la gran llanura Húngara (Nagy Alfold). Los pastores solían preparar estos platos en el campo, en un caldero de hierro (llamado "brogracs") puesto encima del fuego.

Tradición de Pascua: En nuestro país, las celebraciones y tradiciones están vinculadas a tradiciones cristianas, rituales paganos y costumbres modernas. Una de estas tradiciones es regar o rociar a las niñas y mujeres el lunes de Pascua. Se basa en un antiguo ritual pagano de fertilidad y originalmente las "víctimas" eran jóvenes doncellas, pero hoy en día los hombres hacen esto a las mujeres de todas las edades, parientes y amigos también. Primero, los chicos recitan un lindo poema para las chicas y luego las rocían con perfume para que no se marchiten. En algunas aldeas o ciudades más pequeñas en el campo húngaro todavía siguen las viejas tradiciones: los muchachos no utilizan una poca cantidad de perfume para rociar a las chicas, sino un cubo enorme de agua fría, de esta manera nuestras mujeres no se marchitarán con seguridad.

En el pasado era una forma de cortejo y las mujeres jóvenes estaban felices de ser rociadas por muchos pretendientes potenciales. A cambio, las chicas les dan a los hombres huevos de Pascua de chocolate, especialmente decorados, pasteles caseros y/o una copita de palinka (fuerte aguardiente húngaro hecho de cualquier tipo de fruta); comercio justo, ¿verdad?

Gulays

Ingredientes:

800-1000 gr. de carne de vaca (normalmente pierna o mezcla de carnes blandas y jugosas); 2 cebollas grandes; 3-4 cucharadas de manteca o aceite; 1 tomate; 1 pimiento; sal, pimienta y pimentón (dulce o picante, dependiendo del gusto); 4-6 dientes de ajo; agua; comino en polvo y vino tinto (opcional).

Preparación:

Calentamos en una olla la manteca o el aceite y echamos la cebolla picada. Limpiamos y cortamos la carne en trozos medianos y la añadimos. A fuego medio, "asamos" con cuidado de que no se queme. Añadimos 2-3 cucharaditas de pimentón y un poco de agua o vino. Salpimentamos y añadimos una cucharadita de comino en polvo. Cocinamos a fuego medio, moviéndolo de vez en cuando. Cortamos el tomate y el pimiento en trozos pequeños, picamos el ajo y lo añadimos cuando la carne esté medio hecha. Desde este momento hay que tener más cuidado de que no se pegue, moviéndolo más a menudo y añadiéndole líquido poco a poco. En unos 40 minutos estará listo, cuando la carne esté blanda y las verduras completamente deshechas, dejando una textura homogénea y cremosa.

SER DIVERSOS
ENS FA ÚNICS
OBJECTIUS DE DESENVOLUPAMENT SOSTENIBLE
COMPROMÍS
AMB ELS
ODS
FUNDACIÓ
BALEARIA

Com
a casa
mendozacolectividades.com

AMPA POU DE LA MUNTANYA
DÉNIA
610 27 96 57
ampapoudelamuntanya@gmail.com
Pàgina AMPA Pou de la Muntanya
@ampa_pou_denia

aramar
editores
Tel. 96 644 66 44
www.aramareditores.com
Diseño. Impresión. Comunicación.
Agenda 2016
2016
re-vista
Edició de La Marina Alta
Logotipos | Tarjetas | Folletos | Dípticos | Trípticos | Flyers | Carteles | Catálogos | Invitaciones | Libros de fiestas...