

# pro vivencias



Revista del Colegio  
Santa María de la Providencia



**Especial  
Repsol  
Racing  
Tour**

**Agenda  
fotográfica  
2014-2015**



# SUMARIO

EDITORIAL	Página 3
OCIO Y CULTURA	Página 4
ACPA	Página 13
PASTORAL	Página 14
PROGRAMACIÓN 2014-2015	Página 17
ENTÉRATE	Página 33
ENGLISH CORNER	Página 37
TIZAS Y NOTICIAS	Página 40
CINCO MINUTOS CON...	Página 42
DEPORTES	Página 43
MINI CHEF	Página 47



## Colaboradores:

José Manuel Sánchez  
 Juan Antonio Mayoral  
 Adela Barato  
 Valle Quesada

Ana del Olmo  
 África Roca  
 Alicia Alcalá  
 Pilar Fuentes  
 Sara Pardal  
 Isabel Matas  
 Saúl Martín  
 Concepción Ruiz  
 Lorena Pérez  
 Lucía Llamera  
 Adrián Tejero  
 Lucía San José  
 Paula Sánchez  
 Claire Ujma  
 David Pérez  
 Mónica Donato  
 Ángel Ranera  
 Francy Nathalia García  
 Melyna Mite  
 Carlota Álvarez

Irene Álvarez  
 María Díaz  
 Belinda Heredia  
 Rosalía Manglano  
 Carlota Galán  
 Aylín Ranera

Ángela Buitrago  
 Luis Alfageme  
 Alejandro Nieto  
 Aglae García  
 David García  
 Jorge Rodríguez  
 Amanda Jiménez  
 Ariana Aguado  
 Pablo Lozano  
 Arturo Guardiola  
 Sonia Santamaría

Carlos García  
 Paula García  
 Sara Causapié  
 Yaiza Méndez



Revista Provencias  
 Depósito legal: M-31057-2014  
 Directora: Ana Sol Hermida  
 Editor: José Manuel Laborda  
 Redactores Secundaria: Eva María Cuéllar  
 Ana María Mazón  
 Patricia Rodero  
 Pablo Almagro  
 Lucía Martín  
 Lara López  
 Marta Castejón  
 Lucía Hernández  
 Redactor Primaria: Francisco José Milán  
 Diseño portada: Ignacio Mancheño  
 Fotografía: Archivo gráfico S.M. Providencia  
 Diseño y maquetación: Diáfano Arts & Media  
 Ilustraciones: David Zapata  
 Edita: Colegio Santa María de la Providencia  
[www.smprovencia-alcala.es](http://www.smprovencia-alcala.es)



# editorial



Cada uno de nosotros somos una pequeña estrella que comparte su luz, y que forma parte de una galaxia donde otras muchas estrellas iluminan espacios diferentes. Unas son más grandes, otras más pequeñas; algunas llevan ya mucho tiempo dando luz, otras acaban de empezar; como aquel que dice; algunas están más cerca, y se agrupan formando galaxias; otras están muy alejadas, en otras galaxias. Pero todas ellas forman parte de un universo de luz y en expansión.

Este curso, la Fundación ha querido que todos los colegios, que formamos parte de este universo en expansión, tuviéramos el mismo lema: COMPARTIMOS LA LUZ; una forma de proyectar la luz de todos nosotros hacia un objetivo común y de potenciar nuestras propias luces individuales. Porque compartir la luz es sonreír cada mañana cuando llegamos a clase; mirar con cariño a nuestros compañeros, saludarnos con afecto y rezar juntos para empezar bien el día. Y es ser generoso en el trabajo, aportar ideas y esforzarnos por que el trabajo común salga adelante. Pero también es compartir los silencios, las preocupaciones, las vivencias, y no juzgar a nadie, sino escuchar y estar pendientes de las necesidades de los que nos rodean, en la clase, en el patio, en la familia, en el barrio.

Esa luz a compartir es nuestro día a día; por eso nos hemos unido a los nuevos medios de comunicación para que todos podáis vivir con nosotros nuestro quehacer cotidiano en el cole. A través de nuestro Twitter (@smp\_feye) y nuestro canal de *You Tube*, podéis participar de las hazañas de los más pequeños, las excursiones, los proyectos, las actividades de clase e incluso las extraescolares. Queremos compartir nuestras ilusiones, como ocurrió con el concurso REPSOL, donde todos nos unimos para conseguir el objetivo; y nos sentimos orgullosos de un éxito conseguido en equipo, un gran equipo.

Queremos compartir nuestras experiencias docentes, y por eso nos reunimos los profesores a final de curso para aprender los unos de los otros, poniendo en común nuestras "Buenas Prácticas".

Y, sobre toda, queremos que nuestros alumnos descubran su luz, su capacidad para iluminar y generar belleza, cada uno a su manera, porque cada estrella es diferente de las otras, y única. Y queremos también que sean capaces de sintonizar con la luz de los demás, para crear un universo hermoso.

Feliz Navidad  
y próspero 2015

f t @CentroWelton  
contacto@welton.es  
910847979 - 644422379

Todas las asignaturas  
Primaria, ESO y Bachillerato  
Seguimiento personalizado

APOYO

Cursos de Inglés y francés  
Clases en grupo y particulares  
Campamento navideño

IDIOMAS

Ofimática  
Sistemas operativos  
Programación

INFORMÁTICA

Diseño corporativo  
Diseño gráfico  
Diseño web

DISEÑO GRÁFICO

APOYO ESCOLAR  
Te ayudamos con aquellas  
asignaturas que más  
problemas te causan.

Calle Goya 5  
Alcalá de Henares  
www.welton.es

WELTON  
Centro de estudios y nuevas tecnologías



# ¿Te vienes?



## Jadraque

Para ver este castillo debemos irnos a la provincia de Guadalajara. Es una fortificación de la época musulmana, aunque su estructura y aspecto actuales son mucho más cercanos en el tiempo, ya que hace unos 30 años los habitantes del pueblo decidieron restaurarlo. Se encuentra situado en lo alto de un cerro, que el escritor Ortega y Gasset definió como el cerro más perfecto del mundo. Se le llama también Castillo del Cid pues aparece citado en el poema épico el *Cantar del Mío Cid*. Los



propietarios del edificio tuvieron la denominación de Duques de Cid. Los actuales propietarios son los vecinos del pueblo, que lo compraron hace poco más de un siglo por 300 pesetas, ¡180€!

Si vas a verlo te diré que por fuera es bastante bonito, pero por dentro está completamente en ruinas y vacío.

## OCIO Y CULTURA



## Torija

Continuamos en la provincia de Guadalajara, pero esta vez un poco más cerca de Alcalá. Sus orígenes se remontan a la época romana, cuando en el cerro en el que se encuentra había una pequeña torre de vigilancia. Este es uno de los castillos más bonitos de la zona, ya que se encuentra totalmente restaurado. Cuando vayas a verlo podrás observar que el castillo es de dos colores. Eso es debido a que cuando se restauró se utilizaron piedras de diferente color que las originales para que la gente sepa cuál es la zona más moderna. Si vas a visitarlo ten en cuenta que solo está

abierto al público los viernes, sábados y domingos.

## Manzanares el Real

Ahora toca la Comunidad de Madrid. Este castillo representa el más emblemático y mejor conservado de toda la Comunidad. También se le conoce como el palacio-fortaleza de los Mendoza. Está construido sobre una ermita románico-mudéjar. Se encuentra completamente restaurado y si vas a visitarlo te parecerá que has viajado al pasado. Ten cuidado, porque hay dos castillos en esta localidad, el nuevo (del que te estoy hablando) y el viejo. La principal diferencia entre el viejo y el nuevo son las dimensiones y el uso a que fueron destinados puesto que la factura es la misma. El castillo viejo fue fortaleza mientras que el nuevo se destinó a residencia palaciega.



## San Martín de Valdeiglesias

Si nos vamos a la zona más occidental de nuestra comunidad nos encontramos con el castillo de San Martín de Valdeiglesias, también conocido como de Don Álvaro de Luna, ya que fue este noble el que lo mandó construir. Fue un castillo muy importante en la historia de España ya que en él vivía Isabel de Castilla cuando fue proclamada reina. Es un castillo muy bien conservado ya que fue restaurado hace unos 70 años por un noble para usarlo como residencia de verano.





## Batres

Este castillo, también conocido como casa-fuerte de Batres, se encuentra en el sur de la Comunidad de Madrid. Tiene como característica que no está construido en su totalidad en piedra, sino que es de piedra en su base y luego está construido en ladrillo cocido. Esta fortaleza-palacio, que fue construida durante el Renacimiento, se conserva en muy buen estado, casi completa. Forma parte de un conjunto histórico-artístico integrado por el castillo y otros monumentos como la Fuente de Garcilaso, que se llama así porque uno de los más famosos habitantes del castillo fue Garcilaso de la Vega.

## Guadamur

Por último, nos vamos a Toledo a visitar otro impresionante castillo. Este castillo fue utilizado principalmente como refugio y alojamiento de caza, ya que los nobles a los que pertenecía preferían vivir en un palacio de Toledo. A finales del siglo XIX unos habitantes del pueblo lo compraron para alojar a pobres y necesitados, aunque no pudieron mantenerlo y volvieron a venderlo. Ha sufrido varias restauraciones, siendo la última después de la Guerra Civil.

FRANCISCO JOSÉ MILÁN



**GOMARQ** Consulting

www.gomarq.com  
Teléfono: 91 781 92 52

CONSULTORÍA FINANCIERA

PLANIFICACIÓN ESTRATEGICA DE EMPRESAS





**Legado en los huesos,  
de Dolores Redondo**  
Una "policiaca y mítica"...

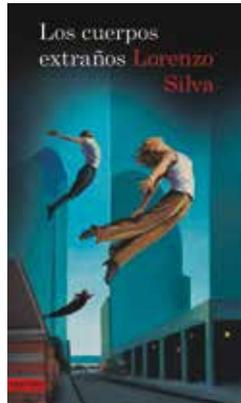


He disfrutado mucho con la vuelta de la inspectora, ahora inspectora Jefe, Amaia Elizasu, a los bosques del Baztán, a Elizondo, a sus orígenes, después de su baja maternal. Ibai, la niña que se convirtió en niño en el último momento, da una nueva dimensión a su vida; pero una nueva investigación por las profanaciones ocurridas en la iglesia de Baztán, la devolverá a su pasado y a sus más terribles fantasmas personales.

Como en la anterior, primera parte de la trilogía, lo policiaco se mezcla con esa especie de realismo mágico solo posible en lugares como el Baztán. Lugares en los que la lluvia, la humedad, la vegetación y la historia también, crean esa atmósfera especial de bruma y neblina donde habitan los trastos, los duendes y, en definitiva, la imaginación ancestral y colectiva.

Trama nueva, aunque enlazada con la anterior; personajes nuevos también, que se unen a esa galería del primer libro. Y un final que cierra una historia, pero deja abiertas otras. Sin duda el tercero de la trilogía merecerá la pena también. Acaba de salir, se titula *Ofrenda a la tormenta*. Buena lectura para estas Navidades.

**Los cuerpos extraños,  
de Lorenzo Silva**  
Una "de mi pareja favorita"...



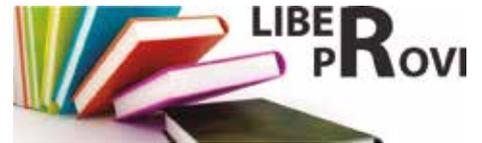
Como siempre, entretenida y estupenda. Nuevo caso para el brigada Bevilacqua y la Sargento Chamorro, mi pareja favorita de detectives de la Guardia Civil. Como siempre, Lorenzo Silva cambia de escenario físico y psicológico. Esta vez se trata del asesinato de la alcaldesa de un pueblo a orillas del Mediterráneo. Nuevo perfil de la víctima, perteneciente a la clase política española, aunque con origen nórdico, y con corrupción de por medio.

La trama no es la mejor de la serie, pero los diálogos son magníficos; el buen hacer del brigada se mantiene intacto pese al paso de los años; su humanidad, su peculiaridad y su inteligencia son los de siempre. Junto con su inseparable Chamorro, en esta ocasión con su drama personal a cuestas, pero siempre competente.

Es el libro perfecto para las vacaciones, o para cualquier momento del año si nos gusta y disfrutamos con la buena novela policiaca, la de los buenos policías, en este caso picoletos.

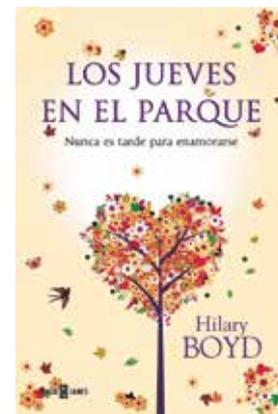
**Los jueves en el parque,  
de Hilary Boyd**  
Una "romántica"...

Jeanie va a cumplir 60 años. Su vida parece definida y sin sobresaltos, pero, en realidad, esta tranquilidad esconde un



enorme tedio. Los jueves se encarga de llevar al parque a su nieta, su mayor alegría, y uno de esos jueves conocerá a Ray, otro abuelo que acompaña a su nieta al mismo parque.

Ray será el detonante para que Jeanie se plantee si está dispuesta a conformarse y continuar con esa vida predecible y aburrida que tiene o, por el contrario, está dispuesta a asumir riesgos y no permitir más que decidan por ella. Difícil decisión, porque cuando se ha tenido una infancia como la suya y un matrimonio como el suyo, cuando una se ha dejado llevar y ha permitido que los demás decidan lo que le conviene e incluso lo que le va a gustar y lo que no, es complicado romper, aunque ello suponga renunciar a un amor maravilloso que aparece cuando ya no se esperaba.



Un padre pastor anglicano, una infancia marcada por la muerte prematura de su hermano y la contención del dolor; un matrimonio apacible y estable, pero insatisfactorio; toda una vida. La comodidad de dejarse llevar... ¿se puede renunciar fácilmente a todo esto a cambio solo de una ilusión, de una emoción, de querer vivir lo que te reste de vida intensamente? Si además media el chantaje emocional y la presión. Muy complicado.



**La mujer loca,  
de Juan José Millás  
Una "locura"...**

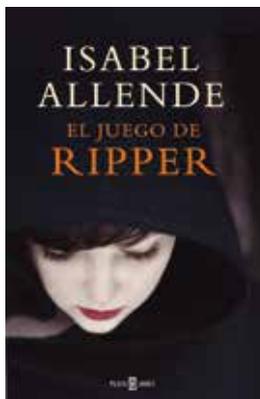
Julia es un personaje delirante que trabaja en una pescadería y estudia gramática. Vive en una habitación alquilada a un matrimonio cuya hija emigró a Australia; además, ayuda en el cuidado de la mujer, Emérita, enferma terminal que vive recluida en su habitación y piensa en la eutanasia como única salida posible.

Emérita recibirá las visitas de Millás, que está preparando un reportaje sobre la eutanasia, o eso es lo que él cree, porque el conocimiento de estas dos mujeres, lo que ellas le van contando, va a ir dando forma a una novela, una historia diferente, que en el fondo tiene poco que ver con la eutanasia y mucho más con la vida misma, con esa que supera, la mayoría de las veces, a la ficción.

Millás, como siempre, seduce con sus diálogos, su fino humor y su escritura única y personal. Muy recomendable.

**El juego de Ripper,  
de Isabel Allende  
Una policiaca...**

Una interesante novela policiaca, con una trama interesante y bien gestionada en torno a Ripper, un juego de rol que une a cinco adolescentes de lo más peculiares, y un "joven" de cierta edad que los ayuda. Este equipo se verá obligado a pasar de la realidad "virtual", que les lleva a solucionar crímenes no resueltos, a la realidad vívida y tremenda de un asesino en serie que les tocará muy de cerca.



Poco a poco se irán acercando a la realidad de este personaje, abriendo incluso el camino a la propia investigación policial llevada a cabo por el inspector jefe Bob Martín, padre de Amanda, la maestra del juego.

La primera parte de la novela es demasiado descriptiva, y puede resultar un poco pesada. Es cierto que estas descripciones son necesarias para comprender la acción que se desarrolla en la segunda parte, pero podrían ser algo más someras.

En general, muy buena lectura, si se tiene paciencia.

**El increíble viaje del faquir que se quedó atrapado en un armario de Ikea,  
de Romain Puertolas  
Una incalificable...**



Una historia curiosa y divertida, pero bajo la que se esconde de manera clara, una terrible realidad: la diferencia de oportunidades entre ambos lados del Mediterráneo, la lucha de mucha gente por llegar a los "países bonitos".

El drama es menos drama, o por lo menos lo parece, si se viste de humor, y si se hace hincapié más en la gente buena que uno se encuentra por el camino



que en la mala. Y este es el caso de este libro.

En fin, un viaje muy interesante, personal y metafórico, por paisajes físicos y humanos de esta Europa que, pese a la crisis, sigue siendo el objetivo de millones de personas que buscan y luchan por la libertad y una vida mejor.

**El mundo de afuera,  
de Jorge Franco Ramos  
Una realismo mágico con toques de policiaca...**

**Premio Alfaguara de Novela 2014**



Excelente crítica merecida para esta novela, que sitúa la tradición del realismo mágico latinoamericano en el siglo XXI. Un cuento de hadas, con Isolda como protagonista; la princesa encerrada en el castillo, que se pierde en el bosque cada tarde para que los almirajes jueguen con su pelo.

Y una novela negra: la historia de un secuestro brutal en un mundo brutal, Medellín (Colombia) en los años 70, donde las diferencias de clase y de oportunidades son abismales, pero donde el amor, en todas sus dimensiones, es igual para todos: un sentimiento perturbador y dominante.

Una novela inolvidable del autor al que García Márquez quería pasar "su antorcha".

ANASOL HERMIDA



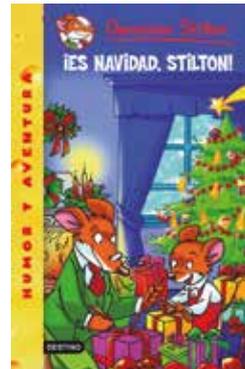


**H**ola a todos, mis queridos "lecturinianos"! Se acercan las fiestas y, cómo no, todo se llena de luces, comidas, películas, etc. de temática navideña. Yo no voy a ser menos y os voy a recomendar libros sobre la Navidad. Atención, que seguro que algunos de los personajes os sueñan.

Empecemos por los más peques. Para vosotros os traigo al osito Barry. En el libro *Feliz Navidad, Barry* os vais a encontrar un montón de sorpresas y actividades para que ayudéis a Barry a preparar su casa para celebrar la Navidad: ataréis lazos, manipularéis lengüetas, tocaréis texturas, os sorprendéis con olores e incluso escucharéis una melodía navideña.

Otros personajes que os sonarán son las tres mellizas en *Una Navidad divertida con las tres mellizas*, un fantástico libro de actividades para aprender poemas para recitar, hacer un pesebre, decorar la mesa y el árbol de Navidad, entre otras muchas más actividades.

Otro que no puede faltar es el más conocido de los ratones: Geronimo Stilton. En el libro *¡Es Navidad, Stilton!*, Geronimo nos cuenta que cuando todo parece preparado para pasar unas felices Navidades le empiezan a pasar muchas calamidades. Pero ahí están sus amigos y le ayudan. Geronimo piensa que ojalá todo el año fuese así y no solo en Navidad.

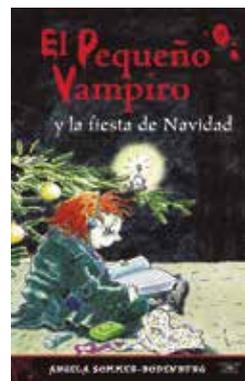


Si os digo que el próximo personaje es una bruja seguro que pensáis en Kika Superbruja. En el libro *Kika Superbruja y el hechizo de Navidad* nuestra particular bruja se da cuenta de que la Navidad está a punto de llegar y en el ambiente hay de todo menos espíritu navideño: la gente solo piensa en comprar, comprar y comprar, y todo el mundo está nervioso, antipático y de mal humor. Al final tiene que hacer un superhechizo para que todo se solucione.



Los mayorcitos seguro que conocéis al protagonista de *El pequeño vampiro y la fiesta de Navidad*. Anton, el vivo, decide invitar a sus amigos vampiros, Rüdiger y Anna, a la fiesta de Nochebuena que celebra en casa. ¿Se darán cuenta sus padres de que sus amigos son unos chupasangres?

Espero que disfrutéis de estas lecturas y que paséis unas felices fiestas.



## LITERATURA PARA JÓVENES Y ADULTOS

### BAJO LA MISMA ESTRELLA

Cuando nos enteramos de que *Bajo La Misma Estrella* estaba en cabeza como una de las mejores novelas del género dramático, nos llamó la atención. No entendíamos por qué una novela sobre cáncer tenía tanto éxito entre jóvenes y adultos. Así que decidimos leerlo para ver si se merecía tanto reconocimiento.



Y después de hacerlo comprendimos su éxito. *Bajo la misma estrella* es un libro que trata sobre el amor de dos jóvenes y sobre cómo superar los obstáculos de la vida, como es en este caso, el cáncer. El ritmo es irregular porque al principio los acontecimientos ocurren lentamente mientras que el final se narra en pocas palabras, pero aunque sean pocas, son las más importantes y necesarias del libro.

Pero *Bajo La Misma Estrella* no solo trata del cáncer, sino que habla sobre el amor, sobre la vida y la muerte y sobre los que están atrapados entre ambas.

A Hazel Grace Lancaster le diagnosticaron cáncer de tiroides cuando era una niña, se le extendió hacia los pulmones, pero gracias a un medicamento, el Phalaxinfor, está estable. Su madre, en un intento de sacarla de su aburrida rutina, la apunta a un grupo de jóvenes con cáncer, llamado Corazón de Dios. Allí conoce a Augustus Waters, un chico que tuvo un osteosarcoma y le extirparon una pierna. En un momento de la historia, Hazel Grace le presta su libro favorita, *Un Dolor Imperial* a Augustus, quien, después de leerlo, quiere saber qué ocurre con los personajes de dicha novela, ya que el libro termina en una frase sin acabar. Utiliza su deseo de persona enferma para viajar a Amsterdam, donde vive el autor de *Un dolor Imperial*, y así poder saber cómo termina la historia. En ese viaje le acompaña Hazel Grace. Debéis leerlo si queréis saber todo lo que ocurre en este viaje.

El autor de esta novela se llama John Green, es un escritor estadounidense que ha escrito otros libros como *Ciudades de Papel* o *Buscando Alaska*, aunque el reconocimiento le ha llegado con el que nos ocupa. Podemos decir que nos hemos enamorado de su forma de escribir desde la primera página de este maravilloso libro y que no dudaremos en leer lo que publique en adelante, es más, incluso leeríamos su lista de la compra.

Recomendamos esta novela ya que es una mezcla de melancolía, dulzura, filosofía y humor que os hará reír, llorar y te dejará con ganas de más. Porque como dijo el propio John Green:

"No es un libro sobre el cáncer, porque los libros sobre el cáncer son una mierda."

FRANCISCO JOSÉ MILÁN

LUCÍA MARTÍN Y LARA LÓPEZ

# PREMIOS PROVI



Un año más, la creatividad de nuestros alumnos se ha puesto de manifiesto en los Premios Providencia. Este año con un nuevo formato, el microrrelato. Pero también hemos mantenido la categoría de cómic para los más pequeños. El listado de premiados ha sido el siguiente:

## CÓMIC:

IRENE ÁLVAREZ, 3 AÑOS B  
MARÍA DÍAZ, 4 AÑOS A  
BELINDA HEREDIA, 5 AÑOS B  
ROSALÍA MANGLANO, 1º A EP  
CARLOTA GALÁN, 2º A EP  
AYLÍN RANERA, 3º A EP  
ÁNGELA BUITRAGO, 4º B EP  
LUIS ALFAGEME, 5º B EP  
ALEJANDRO NIETO, 6º A EP  
AGLAE GARCÍA, 1º A ESO  
DAVID GARCÍA, 3º DIVER

## MICRORRELATOS:

JORGE RODRÍGUEZ, 1º A ESO  
AMANDA JIMÉNEZ, 2º B ESO  
ARIANA AGUADO, 3º DIVER ESO  
PABLO LOZANO, 4º B ESO

*Gracias a todos por vuestro entusiasmo, y enhorabuena a los ganadores. También queremos felicitar a todos aquellos que quedaron como finalistas; sus trabajos también eran excelentes, pero había que elegir. Seguid intentándolo, chicos.*

## MICRORRELATOS



### ASUSTADOS

No sabíamos qué hacer. Mi hermano no tenía fuerzas, ni yo tampoco. No sabíamos cuándo llegaría nuestra madre. El delirio se apoderaba poco a poco de nosotros. Nos moríamos.

Mi hermano sufría y yo me ponía cada vez más nerviosa. Los ruidos se oían bastante altos, eran más fuertes y nosotros más débiles. Por mucho que mirábamos no encontramos nada. Huíamos del ruido, pero no desaparecía. ¡Lo llevábamos dentro!

No sabíamos de qué podría ser, estábamos muy asustados. De repente, nos paramos un momento y oímos el pomo de la puerta girar. Era nuestra ma-

dre que venía con la merienda y entonces comprendimos que el ruido era ¡de hambre!

AMANDA JIMÉNEZ 2ºB ESO

espera se alargó tanto que no recordaban el escondite y quedaron atrapados en el tiempo.

PABLO LOZANO 4ºB

### ATRAPADOS EN EL TIEMPO

Set y Alice eran la típica pareja a la que todos miraban por la calle. Todos decían que se amaban como nadie, no podían estar ni dos días separados. Set se mudó enfrente de ella para poder estar más tiempo juntos.

Pero también tenían algunos problemas. Discutían casi a diario. Sabían que era un amor imposible. Tras una gran pelea decidieron darse un tiempo y escondieron los relojes. La



### EL VOLCÁN MISTERIOSO

El volcán Argos era visitado todos los años por muchísimos turistas de todo el mundo. Este volcán estaba inactivo desde 1830.

Cada día los autobuses llegaban al pueblo que desde el pie del volcán ascendían por la cara norte hasta casi poder asomarse al cráter.

Un día, el volcán empezó a despedir grandes tozos de piedra y un torrente de lava. To-





# PREMIOS PROVI MICRORRELATOS

dos los turistas y la gente del pueblo huyeron. Después de tres días de una gran actividad y de gran preocupación por parte de las autoridades, que no sabían qué hacer, llegó otra mala noticia: un gran meteorito se dirigía a la tierra...Pero, al final, la mala noticia se convirtió en una gran noticia: el meteorito fue a caer en el cráter del volcán Argos. ¡Todos estaban salvados!

JORGE RODRÍGUEZ 1º A

## DILE QUE LE QUIERO

- ¿Y tan bonito es aquello, abuela?  
- ¡Oh, sí! Es maravilloso. Todo para los que aquí estamos sigue siendo igual. Sois vosotros los que nunca os acostumbráis.  
- Pero, nada será como antes, abuela. Mamá llora más que nunca, ha sido todo tan rápido..  
- Lo sé... pero ahora más que nunca tenéis que ser fuertes. Vete ya a dormir, niña, mañana



tienes colegio..

- De acuerdo, abuela. Dale besos a papa, debe de estar a punto de llegar. Que descanséis en paz.

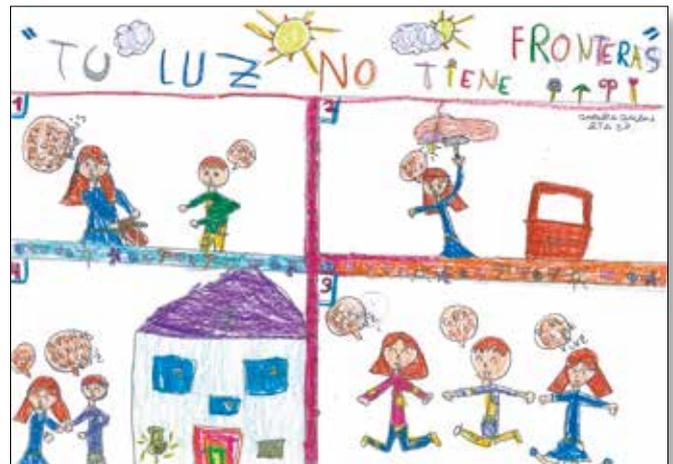
ARIANA AGUADO 3º D

# PREMIOS PROVI

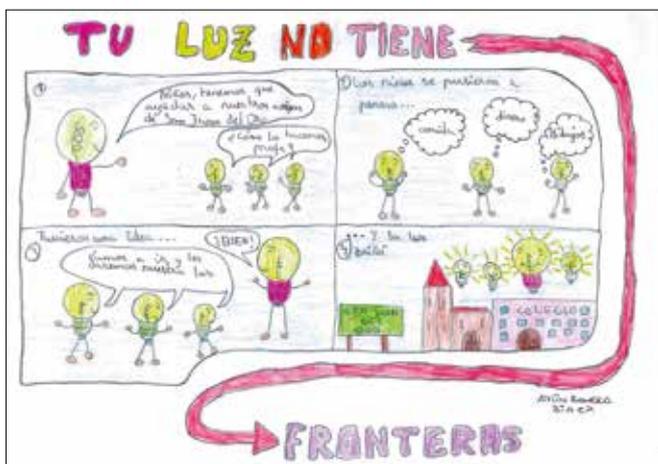
# COMIC



ROSALÍA MANGLANO (EP-1ª)



CARLOTA GALÁN (EP-2ª)



AYLÍN RANERA (EP-3ª)



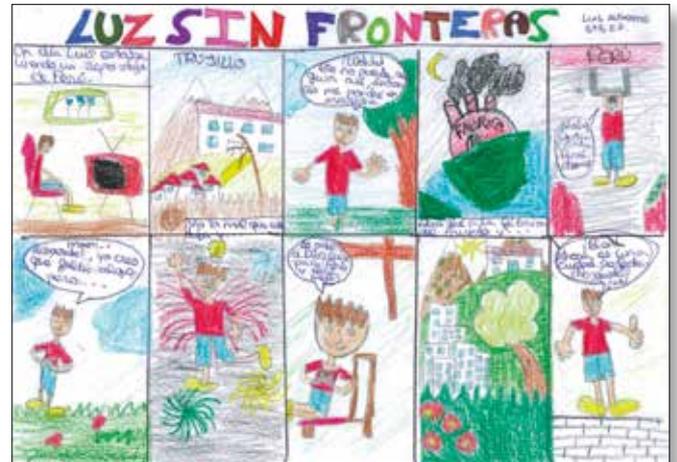
ÁNGELA BUITRAGO (EP-4ª)



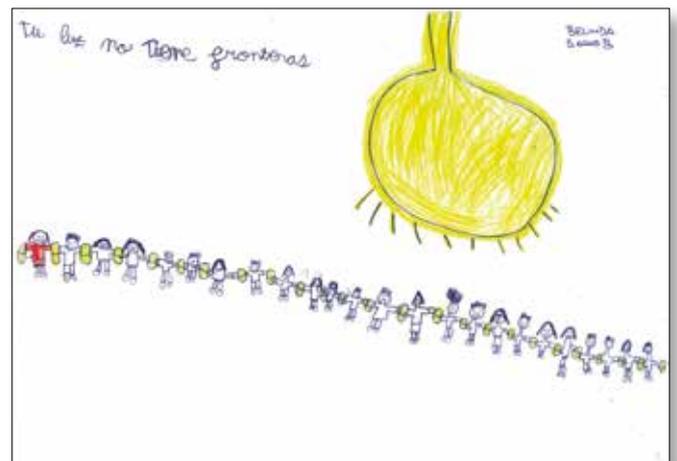
ÁNGELA BUITRAGO (EP-4ªA)



MARÍA DÍAZ (EI - 4 AÑOS A)



LUIS ALFAGEME (EP-5ªB)



BELINDA (EI - 5 AÑOS)



IRENE ÁLVAREZ (EI - 3 AÑOS B)



DAVID GARCÍA (3 DIVER)



AGLAE GARCÍA (ESO - 1ªA)



**ADMÓN. DE LOTERÍA Nº 10**

*Os desea Feliz Navidad.*

C/ Torrelaguna, 1  
28807 Alcalá de Henares (Madrid)  
Tlef. 91 889 01 65 - Fax 91 883 33 30  
E-mail.: Admon10EITuno@gmail.com



COMPONENTES  
ELECTRÓNICOS

**COMPONENTES ESCOBEDOS, S.L.**

Calle Escobedos, 4  
Tel. 91 882 26 84—Fax 91 883 60 56  
Tel. Móvil 620 27 99 17  
Calle Diego de Torres, 6—Tel. 91 882 60 40  
ALCALÁ DE HENARES (Madrid)  
E - mail: [electronica@electronicaalcala.net](mailto:electronica@electronicaalcala.net)  
[www.electronicaalcala.net](http://www.electronicaalcala.net)

Queridos padres:

Me llamo Sonia, soy madre de una niña de infantil y miembro del ACPA. El motivo de escribiros esta carta es contaros mi experiencia en el ACPA. El año pasado fue mi primer año, y para mí el ACPA era totalmente desconocido, solo conocía lo poco que había oído cuando era niña en el colegio. Pero por mi carácter y mi forma de ser quise saber algo más, y el año pasado me presente al igual que este. Quería participar en el desarrollo del colegio donde están mis hijos.

Durante mi primer año en el ACPA el balance ha sido más que satisfactorio. El dinero que aportamos al año está invertido al 100x100 en mejoras para el colegio, que hacen de la educación de nuestros hijos una de las mejores de Alcalá. Estas mejoras de las que os hablo ya bien sean en instalaciones, como en equipamientos se realiza para TODOS desde los pequeños de infantil hasta los mayores, con su viaje de fin de curso.

El ACPA, además organiza salidas culturales y fiestas, como por ejemplo la de Las Familias, con el único fin de que todos los que pertenecemos a la Familia de la Provisión pasemos juntos un día con nuestros hijos y familiares, divirtiéndonos y disfrutando del día de fiesta; y también para ayudar a los futuros chicos de 4º de la ESO en su viaje de Fin de Curso.

Y os preguntareis, ¿este año qué? Pues muchas cosas, tenemos muchos proyectos metidos en la maleta para poder hacer a lo largo de todo este curso. Como es tradición, ayudar a los chicos con su viaje, aportaciones de ayuda para material e infraestructuras para el colegio, programación de cursos y concursos para que nuestros hijos desarrollen actividades como la música, el dibujo o la poesía.

Y por eso quiero animaros para que TODOS, seáis parte de este proyecto, que como dice nuestro presidente Arturo sea un proyecto de TODOS, en beneficio de nuestros hijos. También me gustaría animaros a que participéis activamente y que veáis desde dentro TODO lo que se hace, se organiza y se estudia para proporcionar a nuestros hijos lo mejor de lo que seamos capaces, que nos parece poco algunas veces para toda la ilusión que ponemos en los proyectos que lanzamos.



SONIA SANTAMARÍA

## Elaboración de cocina *in situ* y transportada (en caliente y en frío)



Especialistas en alimentación escolar



ENASUI, S.L.

Peña de Francia, 5

Polígono El Malvar – Arganda del Rey (Madrid)

Tlf. 918.729.230 [www.enasui.com](http://www.enasui.com)



## PASTORAL

### caminando:

El lema que "ilumina" la vida del centro este año es bien sencillo y sugerente. Por eso me gustaría invitarte

a que buscaras en casa un huequito donde visualizar este objetivo: **comparte tu luz**, comparte tu sonrisa, tu palabra de ánimo y tu cariño... Ahora quiero alumbrar este espacio con algunas experiencias que hemos ido viviendo "pastorilmente" a lo largo del trimestre. Empezaré dando la palabra a las alumnas de Secundaria que **comparten su luz** con los niños y niñas de CAMINANDO.



Desde aquí les agradecemos su esfuerzo e ilusión.

La convivencia de Caminando de este año ha estado basada en la película de Narnia. Cada monitor representaba un personaje. Los niños debían averiguar quiénes era la bruja Blanca, por las travesuras que ésta hacía.

Así hemos hecho partícipes a los niños dentro de la historia.

Los niños disfrutaron mucho haciendo gymkanas que les ofrecían pistas para ganar.

Debido a la buena organización de los monitores, los niños estuvieron entretenidos jugando y divirtiéndose en todo momento. Para las gymkanas se hicieron grupos en los que se mezclaban varios alumnos de distintos cursos, estos alumnos establecieron amistad entre ellos. Y en el tiempo libre no se dividieron en cursos sino que estuvieron todos juntos.

Los nuevos monitores se han adaptado muy bien, demostrando madurez para tratar a los niños y un gran compañerismo con los otros monitores.

Esperamos que esta pequeña familia que es CAMINANDO, formada por los monitores y



alumnos de este colegio continúa estando durante muchos años y cada vez sea más grande.

Con CAMINANDO encontramos nuestra luz.

*ANA DEL OLMO, ÁFRICA ROCA, ALICIA ALCALÁ, PILAR FUENTES Y SARA PARDAL*

Siguiendo el orden cronológico del mes de noviembre, no podría faltar el recuerdo de la **SEMANA DE LA PROVIDENCIA**, donde intentamos sentir que **NUESTRA LUZ NO TIENE FRONTERAS**.

Este año comenzamos la semana con un gesto especial: darnos las gracias. Por eso concluimos el lunes celebrando en la Parroquia de

Santiago nuestra Eucaristía como Acción de Gracias de la Comunidad Educativa, donde todos los que la formamos estábamos convocados: alumnos, antiguos alumnos, familias, personal del centro, y por supuesto, las hijas de Santa María de la Providencia. Fue entrañable sentirnos llamados para compartir el corazón de nuestra fe: **"ser pan partido para los demás"**.

La semana iba creciendo en intensidad hasta llegar al gran día: viernes 21, FIESTA DE LA PROVIDENCIA. Estrenamos el día, como cada año, con las celebraciones en la Capilla y la Eucaristía de alumnos, los juegos, los teatros de los alumnos de Secundaria para los más pequeños. Tampoco faltó



un tiempo para mover el esqueleto, degustar el rico chocolate con churros que nos preparó un grupo de mamás/papás y disfrutar de la alegría de la rifa y los premios de los concursos organizados. **FUE UN DÍA REDONDO: LLENO DE LUZ.**



Para terminar, no quería despedirme sin **Compartir palabras que dan LUZ...** quizá esto que a continuación os escribo pueda ayudarnos a vivir nuestra Navidad y nuestro 2015 con una **LUZ DE ESPERANZA:**

En octubre, algunas profes participamos en un retiro con Ángel Moreno de Buenafuente (en el Monasterio de Buenafuente del Sistol: rincón espectacular de silencio, oración y vida com-



partida) y en un libro suyo titulado *Voy contigo. Acompañamiento* (p.54-58)" dice:

## ESPERANZA

(...) Si ante el resultado mediocre de tu trabajo, piensas que es más razonable abandonar el empeño y entregarte a lo que crees que es el modo de vivir que tiene la mayoría de tus contemporáneos, espera, no pactes, no pierdas los ánimos.

(...) Si te parece que Dios te oculta su rostro y no interviene en tu vida, que te deja caminar a tientas y no se compadece de ti, porque lo invocas y no responde, aguarda, espera.

Si día a día contemplas la sociedad y observas el com-

portamiento egoísta, violento, especulativo, dominador o insensible de tantos, y te asalta el juicio y la desesperanza, ofrece por tu parte un gesto humano, no juzgues, espera.

Si las dificultades materiales, sociales y familiares se citan a la vez en tu camino y te someten con presión violenta a la experiencia máxima de sentirte impotente y derrotado, sé valiente, espera.

(...) Porque sé que todas estas circunstancias son verdad (...). Sería vano consolarte con fórmulas aprendidas y quizá vacías. Me atrevo a invitarte a que escuches, una vez más, la PALABRA DE DIOS, que obstinadamente dice: Espera, confía, aguarda, ten ánimo, espera en el Señor, sé valiente, espera en Dios, que volverás a alabarlo. Espera, espera siempre en el Señor.

(...) Con sumo respeto, tomo el consejo de los maestros y te ruego: en caso de desolación, no hagas mudanza. (...) Si dejas entrar dentro de ti la certeza de la existencia de Dios, su amor por ti, comprenderás que no es evasión de los problemas la espera confiada.

(...) Aguarda hasta oír el susurro que te habita y te confirma que no estás abandonado, un día me darás la razón de que es de sabios y creyentes esperar, si es preciso en silencio, la salvación.

Jesús, el Salvador, está a la puerta y llama. TU ESPERANZA ESTÁ CUMPLIDA.





Por que la salud de nuestros hijos es prioritaria, la Medicina Natural ofrece una amplia gama de productos específicos altamente eficaces e inocuos.

Es por su eficacia y su falta de efectos secundarios, que nuestra Medicina Natural es cada vez más recomendada por los profesionales de la salud y mas utilizada por las madres españolas.

Existen ejemplos muy conocidos por todos de la utilidad de la Medicina Natural.

- 1.- Jalea Real. Para el rendimiento escolar.
- 2.- DHA. Molécula presente en los ácidos grasos del pescado azul que mejora el comportamiento.
- 3.- Probióticos infantiles. Parra problemas digestivos e inapetencia.

Pues bien, como estos ejemplos tan conocidos, tenemos nuestro jarabe estrella contra los constipados, enfriamientos, gripes y malestar provocado por los cambios de temperatura.

### PROPOLI EPID FLU JUNIOR

Su composición ataca de manera eficaz patógenos, protegiendo y lubricando vías respiratorias y digestivas.

Con esta estudiada fórmula evitamos:

- Mucosidad excesiva
- Gastroenteritis
- Problemas víricos y de contagio.
- Conseguimos un alto efecto protector en los meses de más frío.

Confianza en la naturaleza y en el saber científico conseguimos fórmulas de contrastado efecto y rápida solución a los problemas lógicos del crecimiento.

M<sup>a</sup> Soledad Gómez  
Herbodietista.  
Fito terapéutica.



# HERBOLARIO Sabina III

*EL MEJOR CONSEJO  
EL MAYOR SURTIDO*



*Próximamente*

*[www.herbolariosabina.com](http://www.herbolariosabina.com)*



P<sup>o</sup> ESTACION, 3  
TELF: 91 881 62 32

ALCALA DE HENARES (MADRID)

AVDA. DE LA ALCARRIA, 10  
TELF: 91 882 61 28

ALCALA DE HENARES (MADRID)



# PROGRAMACIÓN GENERAL CURSO 2014 / 2015



SEPTIEMBRE - 2014						
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	23	25	26	27	28
29	30					

**9** Inicio de las clases para Ed. Infantil y Ed. Primaria (8:45 h.)  
**10** Inicio de las clases para E.S.O. (12:00 h.)

OCTUBRE - 2014						
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do
		1	2	3	4	5
	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

**9** Festividad de Cervantes (Alcalá de Henares)  
**12** Festividad Nª Sra. del Pilar  
**31** Día No Lectivo

NOVIEMBRE - 2014						
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

**1** Festividad Todos los Santos  
**21** Fiesta de la Providencia  
**28** Día No Lectivo

DICIEMBRE - 2014						
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	23	25	26	27	28
29	30	31				

**6** Festividad de la Constitución Española  
**8** Festividad de la Inmaculada  
**18** Festival de Navidad  
**22** Inicio de las Vacaciones de Navidad

ENERO - 2015						
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	19
26	27	28	29	30	31	

**7** Día No Lectivo  
**8** Inicio de las clases  
**13** FEyEVisión

FEBRERO - 2015						
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	

**13** Día No Lectivo

MARZO - 2015						
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

**19** Festividad de San José  
**24-28** Viaje 4º ESO  
**27** Día No Lectivo  
**28** Vacaciones Semana Santa

ABRIL - 2015						
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do
			1	2	3	4
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

**6** Día No Lectivo  
**7** Inicio de las clases  
**10** Día de la FEyE  
**21** FEyECanción  
**22-23** Cultura en Acción  
**28** FEyE - Olimpiadas

MAYO - 2015						
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

**1** Festividad del Trabajo  
**2** Festividad de la Comunidad de Madrid.

JUNIO - 2015						
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	23	25	26	27	28
29	30					

**4** Festividad del Corpus Christi.  
**5** Despedida alumnos 4º ESO  
**6** Fiesta de las Familias  
**19** Último día del curso para todas las etapas.

FECHAS EXÁMENES ESO	
<b>1ª EVAL.</b>	1 – 11 diciembre 2014
<b>2ª EVAL.</b>	10 – 18 marzo 2015
<b>3ª EVAL.</b>	28 mayo – 3 junio 2015
<b>FINAL</b>	15 – 18 junio 2015
<b>EXTRAORD.</b>	2 – 3 septiembre 2015

ENTREGA DE BOLETINES DE NOTAS			
	ED. INFANTIL	ED. PRIMARIA	ESO
<b>1ª EVAL.</b>	19 diciembre 2014	19 diciembre 2014	14 diciembre 2014
<b>2ª EVAL.</b>	26 marzo 2015	26 marzo 2015	26 marzo 2015
<b>3ª EVAL.</b>	-	-	11 junio 2015
<b>FINAL</b>	19 junio 2015	23 junio 2015	23 junio 2015
<b>EXTRAORD.</b>	-	-	7 septiembre 2015

# OBJETIVO GENERAL DEL PROYECTO EDUCATIVO

## OBJETIVO GENERAL DEL CENTRO

• Nuestra concepción integral de la educación, se sustenta en el desarrollo en nuestros alumnos de tres competencias fundamentales: la Competencia Pedagógica; la Competencia Relacional y la Competencia Espiritual. Para el presente curso se pretende potenciar esta última por lo que el objetivo y lema que presidirá todas nuestras acciones será "Compartimos la Luz". A continuación desarrollaremos el modo de desarrollar dicho objetivo desde las tres competencias.

### COMPARTIMOS LA LUZ DESDE LA COMPETENCIA ESPIRITUAL

#### CÓMO

- Cuidando y potenciando la oración de la mañana con los alumnos.
- Ofreciendo una experiencia de oración, en un monasterio, para profesores.
- Realizando talleres formativos sobre oración y celebración para llevar a cabo con alumnos de todas las etapas.

- Elaborando un documento sobre la acción pastoral en nuestros centros.
- Formación trimestral en Pastoral para los claustros.
- Buscaremos la implicación de toda la comunidad educativa.

### COMPARTIMOS LA LUZ DESDE LA COMPETENCIA PEDAGÓGICA

Conscientes de la importancia que los procesos tienen en nuestro aprendizaje, proponemos que este curso esté dedicado a afianzar todas las nuevas metodologías iniciadas y podamos ver LUZ con nuestro trabajo bien hecho, ayudando a crecer a nuestros alumnos.

#### CÓMO

- Enriqueciendo nuestros centros como ESPACIOS DE APRENDIZAJE.
- Asentando los proyectos iniciados en los coles: ET, IIMM, PPCC, AC y ApS.
- Familiarizándonos con las nuevas herramientas de evaluación.

CYBERDRIVE

91.655.72.42  
www.cyberdrive.es  
Avda. Constitución, 89-91  
28850 - Torrejón de Ardoz

---

### OFERTA CPU INTEL i3

Proc. Intel CORE **i3-4150** 3.50GHz  
Placa Base Asrock H81M-HDS  
Mem. DDR3 PC1333 **4GB** Kingston  
Disco Duro **1TB** SATA3 SEAGATE  
Grabadora DVD Dual Doble Capa  
Tarjeta Gráfica Intel HD Integrada  
Tarjeta de Red Gigabit Integrada  
Tarjeta de Sonido 5.1 HD-Realtek  
4 Puertos **USB 3.0** Alta Velocidad  
Caja ATX + Fuente de 500W  
Lector de Tarjetas All in One  
SALIDA HDMI

359 € IVA INCL.

REGALO TECLADO + RATÓN !

### ¡¡¡CONFÍANOS TU FORMACIÓN!!!

#### CURSOS DE INFORMÁTICA

- OFFICE SPECIALIST 2010
- OFFICE EXPERT 2010
- ADOBE PHOTOSHOP CS
- CISCO CCNA
- MICROSOFT MCITP
- DISEÑO GRÁFICO
- OFIMÁTICA
- DISEÑO WEB
- EXÁMENES DE CERTIFICACIÓN

---

### PORTATIL HP 250 G2

Proc. Intel Celeron **N2910** 2.0 GHz  
Mem. RAM **4GB** DDR3 PC1600  
Disco Duro **500GB** SATA 3  
Pantalla 15.6" TFT LED 16:9 HD  
Grabadora DVD Dual Doble Capa  
Tarjeta Gráfica INTEL HD  
Batería 5 Celdas  
**WIFI, BLUETOOTH y HDMI**  
Windows 8 64Bits

339 € IVA INCL.

REGALO MALETIN DE TRANSPORTE !!!

### ¡¡¡CONFÍANOS TU FUTURO!!!

#### SERVICIO TÉCNICO Y ASISTENCIA TÉCNICA A DOMICILIO PARA PARTICULARES Y EMPRESAS

CONSULTA NUESTAS TARIFAS

www.facebook.com/cyberdrivesl

- Aventurarnos en las Rutinas y Destrezas de Pensamiento.
- Generando espacios de reflexión sobre los procesos de cambio en nuestra escuela.
- Compartiendo buenas prácticas docentes.
- Diseñando visitas pedagógicas entre nuestros centros.

### COMPARTIMOS LA LUZ DESDE LA COMPETENCIA RELACIONAL

Buscaremos una comunicación fluida y continua entre los centros. Trabajar el LEMA con denominadores comunes nos ayudará y fortalecerá nuestros lazos. Desde este curso celebraremos todos, un mismo día de la Fundación, donde los valores de “Educación y Evangelio” transmitirán los frutos que nuestro proyecto puede aportar siendo LUZ para los demás.

#### CÓMO

- Potenciando los Encuentros Sectoriales.
- Continuando con los FEyE-Encuentros, buscando darles mayor contenido y espacio que les haga sentirse pertenecientes a esta gran familia FEyE.
- Encuentro-Exhibición de Gimnasia Rítmica.
- Encuentro de Pádel para profesores de la FEyE.

### ACTIVIDADES ESPECÍFICAS PARA CADA ETAPA

#### EDUCACIÓN INFANTIL

##### ACTIVIDADES GENERALES DE LA ETAPA:

- **PRESENTACIÓN DEL LEMA:** Se hará una asamblea general juntándose todos los alumnos de Infantil para presentar el lema. Se realizará un mural de una vela que se decorará con todos los alumnos. Aprovecharemos para hacer la oración de la mañana y cantar una canción motivadora. Después de la actividad cada tutor en su clase hará una reflexión de la actividad con sus alumnos para saber qué han comprendido sobre la luz.
- **LA LUZ EN EL MUSEO:** Dentro del proyecto de arte programado para toda la etapa de infantil se trabajarán diferentes cuadros de distintos autores, destacando la importancia de la luz para cada autor.
- **LA LLAMA OLÍMPICA:** Se elaborará una llama olímpica por clase para la semana

de las Olimpiadas que nos sirva como símbolo para motivar los valores del deporte. Y el día de los juegos cada clase llevará su llama olímpica y las juntarán todas en el patio antes de comenzar los juegos.

##### • EL CALOR DE LA LUZ

: Un día a la semana se encenderá la vela y se reflexionará sobre el valor propuesto por el tutor.

- **CANCIONES Y POESÍAS:** Cantar canciones y poesías relacionadas con la luz.

#### EDUCACIÓN PRIMARIA

##### ACTIVIDADES GENERALES DE LA ETAPA:

- Escribir las cualidades en las que brillan los compañeros
- La Antorcha olímpica.
- La Caja de luz.

#### EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA

##### ACTIVIDADES GENERALES DE LA ETAPA:

- **CREACIÓN DE UNA CORONA DE ADVIENTO:** Elaboración de la corona con 4 velas correspondientes a cada uno de los domingos de adviento en la asignatura de tutoría. Se repartirá los encargados de buscar la música. Cada grupo, el último día lectivo previo de la semana en la oración de la mañana, hará uso de dicha corona de adviento según oración elaborada por el equipo de pastoral. Se buscará la participación de los alumnos mediante la inclusión de temas musicales elegidos por ellos para esos momentos introspectivos.
- **SECUNDARIA COMPARTE SU LUZ:** Creación de un calendario de buenas acciones para que los alumnos puedan expresar a través de fotografías, frases, recortes de periódicos etc. un acto de luz significativo, bien realizado u observado. Su elaboración correrá a cargo de los distintos cursos de la etapa. Cada mes trabajará un nivel y cada semana se encargará un grupo. Para explicar esta dinámica se destinará una hora de tutoría y puntualmente se llevará a los alumnos al mural cuando corresponda.



# ALBUM FOTOGRÁFICO CURSO 2013 / 2014



# ALBUM FOTOGRÁFICO CURSO 2013 / 2014



# ALBUM FOTOGRÁFICO

CURSO

2014/2015



# EDUCACIÓN INFANTIL



1ºA



1ºB



2ºA

2ºB



3ºA



3ºB



# EDUCACIÓN PRIMARIA



1ºA



1ºB



2ºA

2ºB



3ºA



3ºB



# EDUCACIÓN PRIMARIA



4ºA



4ºB



5ºA

# EDUCACIÓN PRIMARIA

5ºB



6ºA



6ºB





1ºA



1ºB



1ºC

1ªA



2ªB



2ªC





3ºA



3ºB



3ºC

4ºA

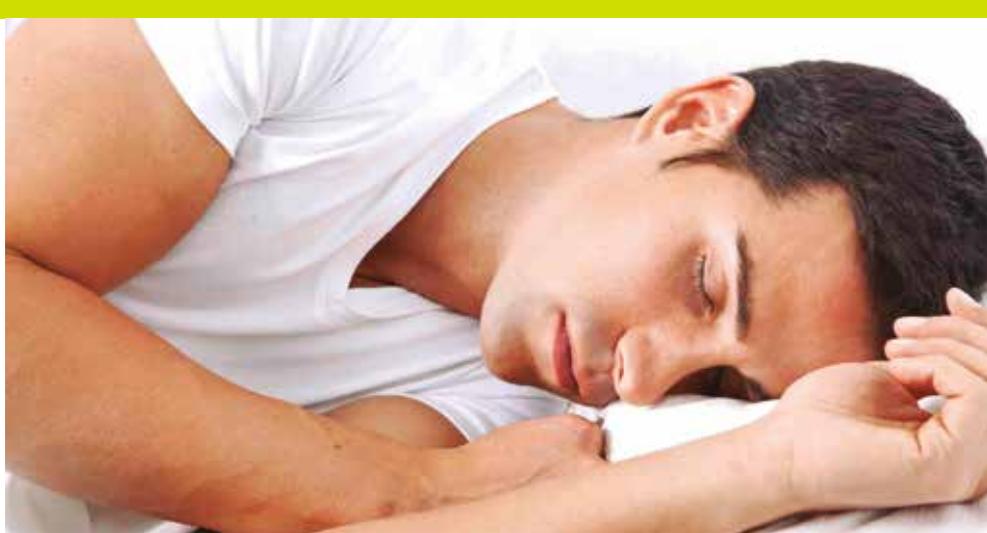


4ºB





# ENTÉRATE



## HOY NO ME PUEDO LEVANTAR

*"Hoy no me puedo levantar..."*

¿Cuántas veces hemos oído esta frase, o, incluso, cuántas veces la hemos pensado o dicho nosotros mismos? Necesitamos dormir, nuestro cuerpo y nuestra mente necesitan descansar, resetearse, hacer una copia de seguridad, vaciar la carpeta de archivos temporales y volver a empezar. Así es, algo que tenemos asumido como normal, una rutina más de las que tiene nuestra vida, ajetreada vida, a veces, no es tan normal. Cada uno de nosotros tenemos una forma distinta de valorar la duración y la calidad de nuestro sueño y descanso, pero lo que todos tenemos claro es que necesitamos dormir una serie de horas, ya que si no nuestras funciones se pueden alterar.

Los seres humanos, esas máquinas casi perfectas que nos ha tocado ser, necesitan un mantenimiento para continuar funcionando bien y, en gran medida, es obligación nuestra ocuparnos de ese mantenimiento. Para ello, en primer lugar debemos aprender las cosas de las que nos debemos encargar, cuáles son los aspectos más importantes del cuidado de nuestro organismo, y, en definitiva, qué debemos hacer para que nuestra "salud sea más sana". Y de ahí surgió el término de **Hábitos de vida saludable** que engloba aquellos factores que pueden influir de una forma más importante en el cuidado de nuestra salud. Pues bien, el sueño es uno de los pilares de la Vida Saludable.

*"...Duerme bien para vivir mejor..."*

Mientras estamos dormidos pasamos por una serie de fases o Etapas del Sueño, las conocidas fases no REM y REM; por cierto en estas últimas es donde podemos disfrutar o sufrir con nuestros sueños o pesadillas

respectivamente. Y gracias a ese ciclo que vivimos cada noche, conseguimos que nuestro cerebro descansa y esté mejor preparado para asumir y registrar nueva información al día siguiente; y nuestro cuerpo, físicamente, se recupera para los nuevos esfuerzos que vamos a realizar.

¿Qué ocurre cuando no dormimos bien? Pues que tenemos insomnio. El insomnio es un síndrome caracterizado por una cantidad o calidad de sueño insatisfactoria. Consiste en la repetida y persistente dificultad para conciliar o mantener el sueño durante la noche las horas suficientes para que sea reparador. Además, cuando tenemos dificultad para dormir, tenemos una preocupación casi continua por ello, lo cual nos provoca cierto nerviosismo que, a su vez, nos dificulta más conciliar el sueño. Por otro lado debemos tener en cuenta que tampoco descansamos cuando no dormimos el tiempo suficiente de una manera voluntaria (la televisión, los pcs, tablets y demás dispositivos electrónicos y de entretenimiento a veces ocupan parte de nuestro tiempo de sueño y descanso), lo que también influye en nuestras actividades diarias.

Por todo ello, es importante que mejoremos nuestra **Higiene del Sueño**, es decir:

- Mantener un horario de sueño organizado, regularizar la hora de acostarse y de levantarse.
- Evitar dormir por el día, si acaso una siesta de media hora. Las siestas prolongadas (2-3h) dificultan el sueño nocturno.
- Dormir lo necesario para sentirse saludable, no pasar un tiempo excesivo en la cama.
- No ir a la cama sin sueño.
- Ambiente tranquilo y confortable (ruidos, luz).
- La cena ligera, pero evitar acostarse con hambre. Los alimentos ricos en hidratos de carbono y grasas antes de acostarse difi-





- cultan la conciliación y la calidad del sueño.
- No beber mucho antes de acostarse. Para evitar tener que levantarse durante la noche.
  - Evitar estimulantes (tabaco, alcohol...), sobre todo la cafeína, ya que dificultan el sueño. El alcohol inicialmente puede favorecer el sueño, pero después, lo fragmenta.
  - Realizar ejercicio regular diario, pero no previo a acostarse.
  - Ritual previo al sueño: leer u otro ritual inductor del sueño.
  - Darse una ducha o baño relajante antes de irse a dormir.
  - No pensar en las preocupaciones del día cuando vaya a dormir.
  - No permanecer en la cama más de 20 minutos si no se ha conciliado el sueño, es preferible levantarse y dedicarse a una actividad relajada.
  - El dormitorio y la cama no deben ser utilizados para actividades desligadas del propio sueño.
  - No comparar sus horas de sueño con las de otras personas.
  - No tomar ningún medicamento sin consultar con el médico.

En definitiva, debemos ser conscientes de que es muy importante tener una buena Salud del Sueño, nos ayuda a realizar correctamente nuestras tareas diarias y a obtener

mejores resultados en nuestros estudios o trabajos; además está demostrado que la mayoría de la población necesita entre 8-9 horas de sueño al día y que si vamos acumulando "sueño atrasado", el fin de semana sólo podemos recuperar el 25% del mismo, teniendo en cuenta que normalmente los fines de semana nos acostamos más tarde. Además, dormir nos ayuda a controlar el metabolismo: disminuye la tendencia a tener alteraciones metabólicas y facilita la eliminación de las grasas de nuestro cuerpo. Y, aunque también pesan los años, las ojeras no se deben sólo a la edad, son el reflejo de haber dormido mal y no haber descansado lo suficiente, ya que nuestro organismo no es capaz de regular el intercambio de proteínas de nuestra piel.

Todo lo mencionado anteriormente es aún más importante en la infancia y la juventud, ya que es en esta época de nuestra vida cuando más actividad física y mental tenemos (es la época en la que realizamos el aprendizaje) y, si no descansamos bien, no seremos capaces de adquirir nuevos conocimientos. El niño que no descansa las horas suficientes suele tener un carácter más irascible y tener más dificultad para concentrarse en el colegio.

**"...Buenas noches y felices sueños..."**

SAÚL MARTÍN

# Menu Patrimonio

## Viernes y Sábados por la noche

# 2X1

Restaurante Patrimonio

Avenida de la Alcarria, 8

Alcalá de Henares

TLF: 91 882 63 96

[www.restaurantepatrimonio.es](http://www.restaurantepatrimonio.es)

**Bebidas no incluidas**

**Válido durante todo el año excepto Diciembre**

# LOS PELIGROS DE LA RED

## IMAGEN ONLINE: DIFUSION DE IMÁGENES WASAPP O REDES SOCIAES.PROPIAS O AJENAS

La imagen, tanto en fotografía como en formato vídeo, se ha convertido en el recurso por excelencia asociado al uso de las TIC. Generar o tomar imágenes y subirlas a la red o enviarlas usando el móvil, forma parte del día a día de muchos adultos y adolescentes y, lo que es más preocupante, cada vez más, de niños y niñas. En lugares abiertos o públicos o en sitios supuestamente protegidos, en dispositivos móviles propios, ajenos o de desconocidos... ahí están las imágenes.

Todos tenemos menores en nuestras vidas. Hijos, sobrinos, primos... Y casi todos, incluso ellos en ocasiones, tienen un Smartphone y acceso a redes sociales. Muchas veces colgamos fotos en redes sociales de menores, sin pensar en los riesgos en que podemos poner a los mismos, tanto por la fotografía en sí que hemos subido a la red, como por el ejemplo que les estamos dando.

A la hora de establecer pautas en el uso de Internet a nuestros hijos, quizá **deberíamos plantearnos primero cual es el uso que damos nosotros a Internet**, fundamentalmente en su vertiente redes sociales y en lo relativo a la publicación de imágenes e información personal.

Como punto de partida, quizá deberíamos dedicar unos minutos a reflexionar sobre si nuestros amigos virtuales coinciden con nuestros amigos en la vida real, con los que tenemos contacto físico, directo y emocional de forma frecuente. Seguramente no, pero lo cierto es que, frecuentemente y sin pensar en las consecuencias, facilitamos información e imágenes a través de redes sociales y que colguemos diariamente fotos del desarrollo de nuestros hijos hasta saturar el muro de nuestros amigos virtuales con las gracias de un menor que, para la mayor parte de nuestros contactos, puede ser un desconocido.

Seguramente a nadie se le ocurriría repar-

tir fotografías de nuestros menores cercanos por la calle, pero sí publicamos esas imágenes en nuestras redes sociales, y a ellas tienen acceso tanto nuestros amigos virtuales, como los virtuales de nuestros amigos. Así en cuestión de minutos, el efecto es piramidal y semejante a repartir las fotos en cualquier esquina a desconocidos. Llegados a este punto, cabe preguntarnos, si no lo hacemos en el mundo real, ¿por qué está tan normalizado hacerlo en el digital?, ¿por qué existe esta sobreexposición de los menores en las redes sociales?

En ocasiones, Internet no es más que un reflejo de nuestras inseguridades, nos genera la necesidad de exhibir nuestra imagen, o al menos, la que queremos que los demás perciban sobre nosotros: somos excelentes padres cuanto más fotos familiares publiquemos, tenemos una familia perfecta así que hacemos públicas las imágenes idílicas de nuestras vacaciones, excursiones, festivales infantiles y momentos privados. Así hasta que nuestro ego se ha hinchando a ritmo de los "me gusta" cosechados con la publicación.

Sin embargo, quizá deberíamos pensar y transmitir, con nuestra palabra y actitud a nuestros hijos, que Internet es una ventana abierta al mundo, donde cualquiera se puede asomar, un gran tablón de anuncios donde publicamos o publican nuestra vida.

Deberíamos educar en la importancia de la privacidad, del derecho a una imagen digital que no comprometa su dignidad en el futuro, tenemos que pensar hasta donde puede llegar esa información, a corto, medio y largo plazo, hasta donde queremos arriesgarnos y sobre todo que, muchas veces, las fotografías que se comparten contienen la imagen de personas que no tienen conocimiento de ello y que, posiblemente no aprueben su difusión.





Por ello, es preciso educar en la privacidad virtual, el manejo de la imagen y los datos personales, el uso cuidadoso de la cámara web y sobre las consecuencias del sexting.

No obstante, si decidimos publicar fotos de menores en la red o permitir que ellos publiquen las suyas propias, debe primar el sentido común, tomando una serie de normas básicas para, al menos, hacerlo con cierta seguridad:

- 1.- Nunca des pistas sobre los lugares que frecuentas (escuela, parque, actividades extraescolares...) ni publiques fotos en las que aparezcan uniformes del colegio, agendas escolares ni equipaciones deportiva que permita la localización de menores.
- 2.- Nunca publiques fotos junto a tu vehículo y menos aún en las que aparezca la matrícula del mismo o el portal de tu vivienda.
- 3.- No des datos sobre tus horarios y actividades.
- 4.- No des información sobre que los menores están solos con comentarios del tipo “cuanto te echo de menos cuanto estoy en el trabajo” publicado junto a una foto de tu hijo.

- 5.- Nunca publiques datos como nombre y apellido en el archivo que se publique.
- 6.- Cuando publiques una fotografía de grupo, y más cuando en la misma aparezcan menores, asegúrate de contar con la aprobación de los padres de los menores que aparecen en la misma (excursiones, festivales infantiles, exhibiciones deportivas, campamentos...)
- 7.- Nunca publiques imágenes comprometidas. Antes de publicar una imagen piensa si lo harías en el tablón de anuncios de tu colegio o centro de trabajo. Si la respuesta es que no, quizá no sea una imagen apropiada.
- 8.- Piensa bien los estados de whatsapp. No los utilices para enviar mensajes indirectos a otros.
- 9.- Cuando se publica una foto en una red social, se convierte en pública, aunque el perfil este restringido, tus amigos pueden compartirla.
- 10.- Comparte siempre estas normas con tus amigos y pide que no publiquen imágenes ni información sin tu consentimiento, aunque el muro sea de otro la imagen es tuya y tienes derecho a decidir sobre su destino.

## AYUDA EN SITUACIONES DE ABUSOS EN INTERNET

- Policía Nacional
- Páginas Web (Fundación Alia2, Iniciativa pantallas amigas, Asociación Protégeteles, Asociación Confianza Online, Defensor del Menor de la Comunidad de Madrid, Agencia Española de Protección de Datos, Instituto Nacional de Tecnologías de la Comunicación...).

ISABEL MATAS



# Having fun in Art and English



This term students have participated in numerous activities and crafts in Art class.

In 1st grade students have worked with tangrams, created wonderful autumn scenes using their hands, produced people using different shapes and made wonderful Halloween crafts using paper plates and balloons.

Students in 2nd grade also made some fantastic skeletons and have done lots of fabulous drawing.

3rd graders have been working with colours and shapes and have made a beautiful autumn tree. For Halloween they made scary spiders.

4th graders have been painting with water colours and have learnt how to create 3D pictures... they made some cute ghosts for Halloween.

5th graders have been



working with collage and have created some true works of art, they have also been sewing... sounds like fun!

6th graders have been working on a brilliant project related to the British Isles and have been doing some teaching themselves... they have had the opportunity to teach the younger students how to make a great serviette holder... all have been fantastic teachers... congratulations to you all!

CLAIRE UJMA



# Trip to the Farm Camp

## Teacher says.....

This is the second year our students from ESO have enjoyed a week at FARM CAMP in Mohernando, Guadalajara.

It was a group of 17 students from First and Second of Secondary Education. They had the opportunity of doing not only indoor, but also outdoor activities; and the most important thing, they were all in English.

Among the activities the students came across there were horse riding, outdoor games, hama workshop, beekeeping....

Something new from last year is the fact that they shared this experience with students from two other schools: Blanca de Castilla and Luz Casanova de Usera, which was very positive because, apart from meeting new people, they could make new friends.

They are sad now because everything has finished, but also happy because they are looking forward to next year's Farm Camp!!!



CONCHI RUIZ

## Students say....

Ha sido una experiencia increíble e inolvidable. He aprendido mucho con los profesores que he tenido, además han tenido mucha paciencia por "aguantarnos", ayudarnos y darnos su cariño. He conocido gente maravillosa, me lo he pasado genial y me alegro mucho de haber tenido esta oportunidad.

LORENA PÉREZ (2º B)

Ha sido una experiencia muy bonita. Unos días de convivencia fantástica con chicos y chicas de otros colegios de la Fundación. Además de aprender inglés, hemos disfrutado de animales de la granja, hemos realizado actividades muy divertidas, talleres, manualidades,....

LUCÍA LLAMERA (2ºB)

Mi estancia en el Farm Camp ha sido una experiencia genial. Al llegar allí nos recibieron con los brazos abiertos. Rápidamente nos instalamos, nos explicaron las normas y cómo iban a organizarse los días. Los monitores eran todos muy simpáticos, jugaban mucho con nosotros,, bromeaban....Recomiendo a todos los alumnos que puedan ir, que vayan y vivan una experiencia única, ya que se aprende mucho. Aprovechad e ir y no perdáis oportunidad.

ADRIÁN TEJERO (2º B)



# Lo que vivimos en Irlanda



**S**omos dos alumnas de 2ºA que os queremos contar nuestras experiencias tan bonitas en Irlanda. Cuando llegamos al aeropuerto, estábamos tan nerviosas que no nos queríamos separar de nuestras familias. Cuando aterrizamos, fuimos a recoger las maletas y nos metimos en el autobús que nos llevó a Castledermot, donde nos esperaban las familias irlandesas. Cuando llegamos a sus casas, nos enseñaron nuestras habitaciones y nos ayudaron a deshacer las maletas.



y también al Museo Arqueológico. La última excursión la realizamos a Kilkenny, para visitar unas cuevas bajo tierra donde hacía muchísimo frío.

El último día, cuando volvíamos en el bus hacia el aeropuerto, sentíamos mucha pena. Habíamos hecho muchos amigos allí.

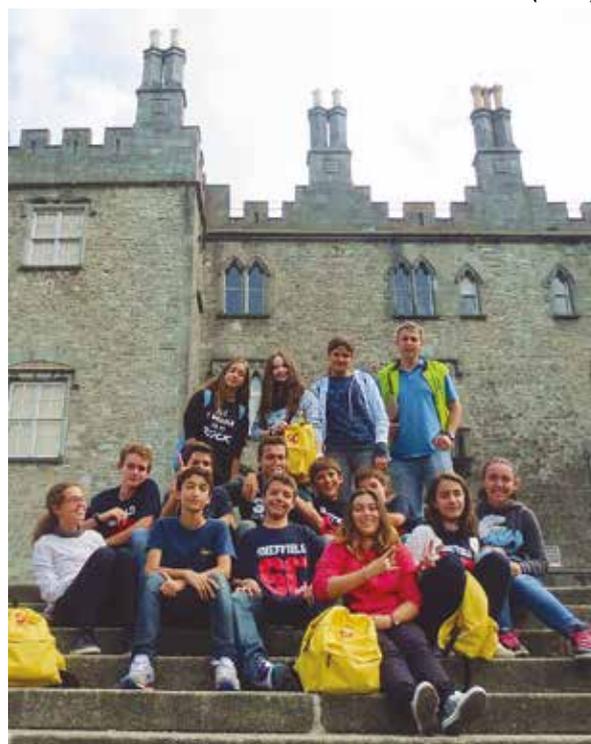
Estamos deseando que llegue el FeyeCanción para poder volvernos a encontrar con nuestros amigos de los otros coles.

*LUCÍA SAN JOSÉ Y  
PAULA SÁNCHEZ (2ºA)*



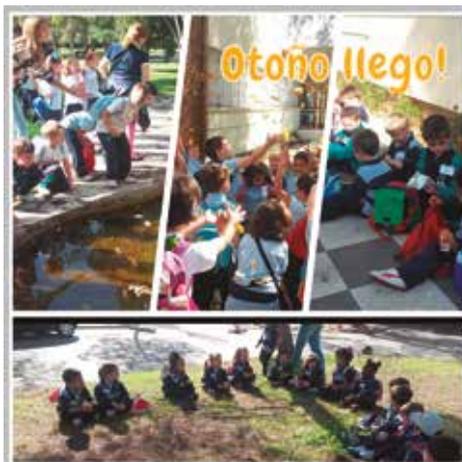
Al día siguiente fuimos al instituto, donde nos dividieron y nos pusieron en distintas clases. Nos daba la impresión de que todos los niños nos “miraban mal”. El cole empezaba a las 9 y acababa a las 15:45, excepto el viernes que acababa 2 horas antes. Cada día disfrutábamos de 9 clases de 40 minutos cada una. Nos gustaron muchas asignaturas, como “Home economics”, “Geography”, “Business”, “Wood Work”, etc,....

Todos los sábados íbamos de excursión. El primer sábado fuimos a Dublín y vimos muchos monumentos famosos. También fuimos al AVIVA Stadium, el campo de fútbol más importante de Irlanda. Otro día acudimos a la playa





## TIZAS Y NOTICIAS



## EDUCACIÓN INFANTIL

### EL OTOÑO

**L**os alumnos de Educación Infantil este primer trimestre celebramos el otoño. Los más chiquititos hicimos una excursión para observar los cambios surgidos por la llegada de esta estación, además jugamos y bailamos con las hojas.

Los de cuatro y cinco años fuimos a "Los Maristas" para pasar una mañana divertida observando el otoño, desayunando con sus compis y jugando.



Todos juntos hicimos la fiesta de "La Castaña" y en esta contamos con la participación de los papás y mamás que hicieron de castañeros haciéndonos disfrutar de este producto típico de otoño.

¡Nos ha encantado el OTOÑO!

## EDUCACIÓN PRIMARIA

### SEGOVIA

El pasado 20 de octubre los alumnos de 5º y 6º de Educación Primaria disfrutamos de un fantástico día en la ciudad de Segovia. Primero dimos un paseo por las riberas de los ríos Clamores y Eresma, que son los ríos que rodean esta ciudad. Allí pudimos ver las huertas de Segovia, muchos árboles y gran variedad de setas. Paramos a comer en un parque lleno de castaños, donde acabamos haciendo una "guerra" de castañas. Para terminar dimos un paseo por el centro de la ciudad.

Colegio Santa María de la Providencia



## Pastelería Tartas Antonina

Azuqueca de Henares

C / Libertad nº 2

( bajando a la iglesia)

Tlf. 949. 26. 31. 24

Elaboración y decoración  
artesanal de tartas  
exclusivas, según diseño del  
cliente.

• Cumpleaños y Bodas

• Eventos especiales





# Cervantes Chico

**E**l premio Cervantes Chico lo organiza el Ayuntamiento de Alcalá de Henares en colaboración con la Asociación de Libreros y Papeleros de la ciudad. Sus objetivos son: reconocer públicamente la obra y los méritos literarios de un autor en lengua castellana; incrementar los hábitos de lectura en la población infantil y juvenil; y estimular en la población escolar valores humanos y actitudes positivas.

Aunque este año la galardonada fue la escritora Maite Carranza, ese 17 de octubre fue más especial para otras personas: los escolares premiados. María Alcalde, una de ellos, nos contó que ella y los otros alumnos de la *Provi* estaban muy nerviosos. A media mañana se dirigieron al Teatro Salón Cervantes acompañados de sus familias, profesores y el director académico de E.P., Wendy. Allí se dejaron guiar por el presentador en el orden que debían seguir los colegios, la manera de subir, colocarse, recibir el diploma y posar para las fotos. El nerviosismo no cesó al oír como la nombraban referente para otros niños por su solidaridad y compañerismo y parece que lo sigue sintiendo cuando habla de la experiencia de ese día. Ella y los otros alumnos se sienten orgullosos por su premio y seguro que continuarán trabajando para que su comportamiento lleno de actitudes positivas mejore su entorno. ¡Enhorabuena! Nosotros también nos sentimos orgullosos de vosotros.

PATRICIA RODERO



Colegio Santa María de la Providencia



C / Escuelas Pías 6 esq. C/ Huertas.  
Tfno.: 687.64.25.11. mail: r.alba@telefonica.net



- Una comida
- Un color
- Una profesión
- Un lugar para perderte
- Un libro
- Un sueño
- Un miedo
- Un animal
- Una virtud
- Un día de la semana
- Un mes del año
- Un nombre
- Una película
- Algo que no soporta
- Qué es lo primero que piensa al despertar
- Lo último en lo que piensa antes de dormir
- Un estado de ánimo
- Una flor
- Una canción

Paella  
Rojo  
Profesora  
Una Playa  
El arte de no amargarme en la vida  
Viajar  
No tengo miedos  
Paloma  
Paciencia  
El sábado  
Agosto  
Margarita  
El tiempo entre costuras  
A los mentirosos  
  
Ser feliz  
  
En pasar una buena noche  
Alegria  
La rosa roja  
El himno de la alegría

**5 MINUTOS CON...**

**Nati**

MÓNICA DONATO y DAVID PÉREZ  
5ª PRIMARIA



**GO** English  
School of Languages

Aprende inglés en un ambiente dinámico y de mano de profesores nativos.

Elige el curso que más se adapte a tus necesidades y prepárate para los prestigiosos exámenes de Cambridge.



C/ Ánimas, 5 · 28802 Alcalá de Henares, Madrid · Tel.: 91 880 85 16 · [www.goenglish.es](http://www.goenglish.es)

 Go English School of Languages

**TODOS  
LOS  
NIVELES**

**SERVICIO  
DE  
TRADUCCIÓN**

**DE LUNES  
A  
SÁBADOS**

# EL SABER ANTES DE LA CIENCIA



Cuando la educación física aún era de exclusiva pertenencia popular y los estrechos límites de la Ciencia todavía no habían reducido una actividad social tan antigua como el mismo concepto de cultura, ni siquiera era necesaria su identificación de conceptos y términos. Poco importaba si el resultado era acertado o erróneo, el ingenio popular pronto ajustaba la causa con la ley, consiguiendo así la seguridad de creer que se está en posesión del porqué de las cosas y de dominar una situación que, de otra manera, se mostraría demasiado imprevisible.

Después, la ciencia se interesó por la actividad física y se puso en marcha un proceso que, a la vez que declaraba erróneos estos conocimientos, iniciaba la apropiación de sus razonamientos para, una vez ordenados en un nuevo lenguaje, limitar su uso y reglamentar la actividad con requisitos cada vez más difíciles.

Evitaré de forma premeditada, cualquier tipo de análisis lingüístico, semántico o gramatical, dado que mi aporte sería nulo porque intentar recorrer un camino lleno de expertos tan sutiles como Fernando Lázaro Carreter, por citar el más reciente, no sería nada más que un intento frustrado al que mi escaso sentido común se resiste.

Sea cual sea la valoración cultural que se le dé, a menudo pretende hacer exhibición de su dudoso rigor científico, de una creatividad intelectual hueca o de una culta modernidad mediante el maravilloso recurso de sustituir palabras, que en español poseen todo el sentido necesario, por otros términos foráneos, casi siempre mal aprendidos y de los que, frecuentemente, se desconoce su verdadero significado. Podrían ser un ejemplo de ello los siguientes casos:

- Pressing. Vocablo neoinglés para designar el planchado con vapor (de to press, planchar seguido de la partícula -ing). A mediados del siglo pasado, en el ámbito español, para designar una forma de controlar o neutralizar el juego del adversario, sustituye a vocablos mucho más sutiles y matizables como son, por ejemplo, presión o acoso.
- Sponsor. Voz latina que significa garante o padrino de un aprendiz. Se utiliza en Estados Unidos desde 1930 para designar a la “empresa co-

mercial o persona que paga un programa no comercial de radio o televisión con la condición de que se le mencione”. Años más tarde, desde Francia, se difunde por toda Europa hasta que aparece en España, hacia 1980, con una clara referencia al patrocinio económico de los atletas o equipos deportivos

a cambio de que estos hagan, en sus actividades, algún tipo de mención de una determinada marca. Se evita así el uso de palabras castellanas como patrocinador, mecenas, padrino, protector... En definitiva, este uso es una buena fórmula para demostrar, al mismo tiempo, el desconocimiento de la lengua inglesa, del latín y de la española. ¡Todo un “récord”!

- Play-off. Voz utilizada por aquellos periodistas y técnicos deportivos, al parecer muy viajados, que no saben cómo decir en castellano segunda fase o fase final.

Pero, al margen de las numerosas manifestaciones de ignorancia de las que tan abundante es el deporte y sus habitantes, mi objetivo es mencionar como la actividad física se solapa en el contexto general de la cultura utilizando diversos recursos lingüísticos. Me apetece terminar el artículo citando algunos ejemplos claros de este saber anterior a la ciencia:



## DEPORTES

PAPELERIA • LIBRERIA  
**Goya**

•Reserva tus libros de texto

•y disfruta de tus vacaciones con la seguridad de recogerlos a tu vuelta.

•además te regalamos el 10% del valor de tu lote en material escolar, en todos los libros de primaria, ESO..

Con cada lote de infantil recibe un regalito.

•PRENSA DIARIA



Goya, 8. Tel: 91 881 32 17. mail: [lipagoya@hotmail.com](mailto:lipagoya@hotmail.com)  
Tu librería de confianza



Colegio Santa María de la Providencia



- Sacar de sus casillas: suerte que en los juegos de tablero como el ajedrez o damas se refiere a los cuadros (escaques) en que aquel se divide.
- Pasar el testigo: generalización de la acción propia de las carreras de relevos en la que un atleta entrega un cilindro (testigo) a su compañero de equipo para que lo porte durante su actuación como señal de continuidad.
- Arte de birlirbrique: proviene del verbo birlar que, en el juego de bolos (birlos), significa tirar por segunda vez la bola desde el punto donde paró la primera.
- Coger al vuelo: hace referencia a la suerte de disparar a las aves cuando están en pleno vuelo.
- Perder los estribos: peligro a que se somete el caballero a quien se le salen involuntariamente los pies de estos utensilios.
- De perilla: alude a la parte de la silla de monta así denominada y que tan a menudo sirve de socorro a los jinetes poco diestros que se agarran a ella para evitar ser descabalgados.
- Regatear: posiblemente su origen no sea futbolístico sino propio del negocio mercantil del ama de casa o del tratante de ganado. Quizá por eso sólo se emplea en un deporte tan popular como es el fútbol. En el resto se dice "driblar".
- Tiovivo: el 17 de julio de 1834 fallecieron en Madrid más de ciento cincuenta personas por causa de la peste. Entre ellas, Esteban Fernández, dueño de un aparato giratorio de los que suelen llamarse carrusel de caballitos. Cuando algunos allegados le trasladaban en andas, Esteban se incorporó bruscamente y empezó a gritar: ¡Estoy vivo! ¡Estoy vivo! Desde entonces, al artilugio con que se ganaba la vida, empezaron a llamarle los caballitos del Tío vivo o tiovivo. El diccionario lo define como un "aparato giratorio con asientos de varias formas dispuestos en círculo, que sirve de recreo en las ferias y fiestas populares".
- Dar el pego: es una trampa o fullería del juego de naipes, propia de jugadores muy hábiles, que consiste en pegar disimuladamente dos cartas para que una arrastre a la otra.
- Tirarse a la piscina: expresión reciente por parte de ciertos políticos de los que consta su escasa afición por la natación. El objeto principal sería averiguar si tiene agua.

Sin más que contar, de momento, esperando haber despertado vuestro interés por esta sesgada visión cultural de la educación física, recibid un cordial saludo.

ÁNGEL RANERA



## MENTES MÁS DESPIERTAS

Las neuronas de los niños necesitan entrenamiento, sobre todo en una era en la que cualquier información se puede obtener con un solo clic.

Para que en el futuro puedan enfrentarse con éxito a cualquier reto que se les plantee el programa de desarrollo mental ALOHA Mental Arithmetic ha llegado a los colegios de Alcalá de Henares, donde ya se imparte a 250 niños de edades comprendidas entre los 5 y los 13 años.

ALOHA se ofrece como actividad extraescolar, y combina el cálculo con ábaco, los juegos didácticos y la aritmética mental para entrenar capacidades intelectuales como la atención y concentración, la creatividad, la memoria fotográfica... El programa se completa entre cuatro y cinco años, pero sus beneficios duran toda la vida.

Una de las herramientas que utiliza, el ábaco, está disfrutando de una segunda juventud entre los niños, ya que convierte algo tan abstracto como las matemáticas en un juego de fichas que se puede tocar, y que representa de manera gráfica todo tipo de operaciones aritméticas.



Contacto: [madrideste@alohaspain.com](mailto:madrideste@alohaspain.com)





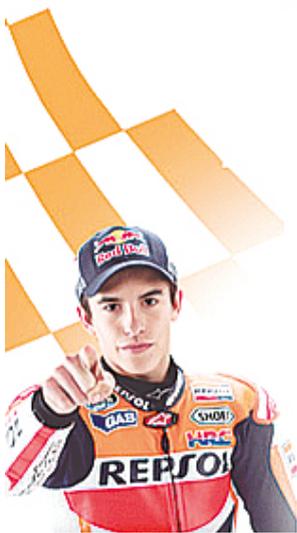
¡HASTA EL INFINITO  
Y MÁS ALLÁ!:

# REPSOL RACING TOUR

¡ENHORABUENA CAMPEONES!  
**COLEGIO SANTA MARÍA DE LA PROVIDENCIA**  
— ALCALÁ DE HENARES —

Marc y Dani visitarán vuestro colegio y Alcalá de Henares será la ciudad de salida del Repsol Racing Tour.

*El trabajo ganador ha sido elegido por la manera en la que los niños han representado los valores del Equipo Repsol.*



**E**l entusiasmo se apoderó del colegio el 13 de noviembre gracias a la nobleza de los alumnos de 4º de Ed. Primaria que compartieron su suerte con todos nosotros. Habían presentado un video a un concurso del Equipo Repsol en el que mostraban los valores Repsol que también compartimos en nuestro cole. Tras la movilización de familiares, profesores, otros colegios, amigos, conocidos e incluso desconocidos habían obtenido 314.295 votos, y con eso y el voto favorable del jurado, el premio que hacía de Alcalá la ciudad de salida del Repsol Racing Tour, la exposición itinerante que repasa sus 45 años de historia.





Los flamantes ganadores acompañaron en la plaza de Cervantes a Dani Pedrosa y Marc Márquez en la inauguración de la campaña, y más tarde se desplazaron hasta el cole donde les esperaban centenares de caras sonrientes. Los motoristas se enfrentaron a las preguntas de algunos alumnos y después se hicieron fotos con toda la Provi. Lo vivido ese día resulta casi imposible de narrar, así que lo mejor es que disfrutemos del recuerdo que queda en nuestros corazones y de las imágenes que valen más que mil palabras.



Time Asesores

Asesoría y Consultoría de Empresas, servicio integral para Pymes, Autónomos, Particulares y Emprendedores

#### Servicios para Sociedades y Autónomos

Fiscal- Contabilidad- Laboral

Además ofrecemos más servicios con los mejores profesionales como:

- Servicio Jurídico Mercantil
- Servicio LOPD y Blanqueo de Capitales.
- Servicios a Emprendedores, en menos de 7 días constituimos tu empresa.
- Servicios de Outsourcing para mejora y apoyo a departamentos de administración y a la empresa globalmente.

#### Servicios para Particulares.

Asesoramiento y Realización de la Declaración de la Renta (IRPF).

Servicio Laboral de Servicio Domestico. Donaciones y Herencias.

Dispondrá del mejor Asesor para todas las consultas que necesite sin desplazarse con nuestro servicio online si así lo desea.

#### Servicios Online.

Descuento de un 10% en todas nuestros servicios indicándonos la revista que vio el anuncio.

Teléfono: 91.133.37.59  
Horario de Lunes a Jueves: 08:30 a 17:30  
(Horario Ininterrumpido). Viernes: 08:30 a 15:00  
E-mail: info@timeasesores.com  
Web: www.timeasesores.com  
Oficina: Calle Blas Cabrera, 23  
Espacio de Iniciativas Empresariales  
(Pedir Cita previa antes de acudir a nuestras oficinas)



# MINICHEF

## BIZCOCHO DE TURRÓN AL AROMA DE AZAHAR (SIN GLUTEN)

### Ingredientes:

- 200 grs de turrón blando (sin gluten)
- 130 grs de azúcar
- 1 yogurt natural
- 1 sobre de levadura
- 3 huevos
- 100 grs de aceite de girasol
- 200 grs de harina de maíz
- Una pizca de sal
- Aroma de azahar

### Elaboración:

Mezclar los huevos con el azúcar y agregar el aceite, el yogurt y el turrón troceado, mezclar todo con la batidora, por último incorporar la harina con la levadura y la sal. Introducir en el molde engrasado con mantequilla, meter al horno a 180 grados en la parte baja durante 30 minutos aproximadamente, retirar cuando pinches con un palillo y salga limpio.

CARLOTA ÁLVAREZ, CARLOS y  
PAULA GARCÍA TORREGROSA



## POSTRE DE COLORES

### Ingredientes:

- Dos sobres de gelatina de colores (cualquier color)
- Fideos o virutas de colores
- Leche condensada
- Un sobre de natilla casera
- Agua a 50° (un cuarto del recipiente que se vaya a utilizar)
- Una rama de canela
- Un litro de leche

### Elaboración:

Hervir en una cacerola un cuarto de agua a 50 °C, añadir uno de los sobres y remover, hacer lo mismo con el otro sobre de otro color. A continuación colocarlos en los recipientes y dejar reposar. Introducir en el frigorífico 4-5 horas. Preparar las natillas según el sobre y para finalizar colocar las natillas sobre la gelatina, y por encima añadir la leche condensada y los fideos de colores al gusto.

FRANCY NATHALIA GARCÍA BARRETO y  
MEYNA MITE



## TARTA DE SANTIAGO APTA PARA CELIACOS (SIN GLUTEN)

### Ingredientes:

- 4 huevos
- 250 gr de almendra molida
- 200 gr de azúcar glass
- Mantequilla para untar el molde

### Elaboración:

En un bol se mezclan todos los ingredientes, menos una parte del azúcar que se reserva para decorar; utilizando unas varillas hasta que se obtiene una mezcla homogénea, sin grumos. La mezcla la ponemos en un molde de horno, previamente engrasado con mantequilla. Precalentamos el horno a 180 grados. Horneamos durante 15-20 minutos. Dejamos enfriar y decoramos con el azúcar glass utilizando una plantilla de la Cruz de Santiago (la encontráis en internet). Desmoldamos y ya está lista para tomar.

LUCÍA MARTÍN LAOSA



# caralotas

Plató especializado en fotografía infantil

c/ Argentina, 19 · Ático 1 · Pol. Ind. Antakira · 28806 Alcalá de Henares, Madrid  
Tel.: 911 341 642 · Mail: [hola@caralotas.com](mailto:hola@caralotas.com) · Facebook: Caralotas

**BOOK PERSONAL · BAUTIZOS · COMUNIONES · EVENTOS**



Haz "like" en nuestro Facebook y disfruta de un 20 % de descuento.