AMPA DE L'ESCOLA MUNICIPAL "PARC DEL GUINARDÓ"

LES FULLES DEL PARC 75

LA NOSTRA REVISTA

Núm. 75 juny de 2013

Adéu a sisè

ELS NOSTRES GRANS PETITS

Fa nou anys, van entrar a P3 les nostres petites Tortuguetes.
Van passar a ser Dofins, i després Balenes. Sense adonar-nos, ja estaven a primer i segon, amb les lletres i els números.
A tercer i quart van aprendre a organitzar-se els deures i a preparar-se els exàmens, i en un tancar i obrir d'ulls, cinquè i finalment sisè!!
Han crescut junts, han après moltes coses, però sobretot, s'han fet persones, o personetes…
Ara, els nostres GRANS del Parc del Guinardó, comencen una nova aventura en altres centres, però de ben segur, que el record de tots ells, els unirà per sempre!!

QUE TINGUEU MOLTA SORT, GRANS PETITS !!

índex

ADÈU SISÈ	1
LLEÓ DE LA BIBLIOTECA	2
SOLIDARIS / SABIES QUÈ...	3
FESTA EXTRAESCOLARS	4 I 5
CONSELLS GENCAT	6
RACÓ MULTICULTURAL	7
RECEPTA	7
HUMOR	8

PROMOCIÓ 2004-2013

BREUS

Tots els socis/es podeu participar a les reunions periòdiques que fa la junta de l'AMPA.

Aquestes reunions es fan normalment el primer dilluns de cada mes a les 21 hores al menjador de l'escola.

Així podreu col·laborar de manera activa en les activitats que desenvolupa l'AMPA al llarg del curs i proposar-ne de noves.

Web: http://www.parcguinardo.cat/ampa
e-mail: ampa.parcguinardo@gmail.com

El lleó de la Biblioteca

La Carme, mare de l'Aleix de la classe dels Ossos Polars (p5), ha fet aquest lleó preciós i original per a la biblioteca de la nostra escola " La Casa de les Lletres".

Som afortunats de poder tenir un peluix lleó al nostre costat mentre llegim i mirem contes.

Els nens i les nenes de parvulari l'han pujat molt contents, li han buscat el millor lloc i potser fins i tot li posen un nom.

I com en el conte "*El lleó de la Biblioteca*" de Michelle Knudsen, Editorial Ekaré (2007) es tracta d'un lleó molt especial, puntual i silenciós que mai faltarà a les sessions de lectura que es fan a la nostra biblioteca. Ara ja tenim el nostre propi lleó sortit d'un conte!!

Tots els nens i totes les nenes, i també les mestres et volem agrair la feina feta i el temps que hi has dedicat i t'enviem una forta abraçada.

Moltes gràcies Carme!

L´equip de mestres de l'escola

Som solidaris

Un gra de sorra pels que tenen fam!

El primer banc d'aliments va néixer a Arizona (EEUU al 1966).

Al 1984 s'introdueix el projecte a Europa i arriba a Espanya amb seu a Barcelona al 1987.

El banc d'aliments vol fer arribar la seva inquietud a les escoles amb la intenció de crear consciència de la pobresa que hi ha a prop de casa, de la lluita contra la fam, del dret fonamental de la persona en concret un de molt vital: el dret a l'alimentació.

Moltes vegades no disposen de certs tipus d'aliments com ara: llegums, oli, arròs, llet en pols, sucre etc.

Moltes escoles hi participen, el curs passat i aquest, gràcies a la col·laboració de pares i mares, tenim recollits diners de la venda de llibres a 1€ (festa de Sant Jordi).

Conjuntament amb una representació de la comunitat escolar hem pensat enviar aquests diners a aquest banc d'aliments.

No ens resignem, ni volem llençar la tovallola.

Mai és massa tard, volem sumar esforços perquè volem un mon on tothom hi càpiga i on cadascú compti pels altres.

El problema és greu i podem des de l'escola del Par del Guinardó participar en la resolució d'aquests problemes, encara que sigui modestament, podem ajudar a persones que pateixen aquesta situació d'emergència social del nostre entorn.

Lluitem contra la fam ara i aquí!

Equip directiu

- Per Sant Jordi es van vendre 108 llibre i van tenir 93€ de benefici, perquè gairebé la totalitat descompte de la Cooperativa és per les famílies...
- De moment ens han aprovat 3 subvencions que sumen un total de 1800€, (tot i que encara no les hem cobrat i no hi ha data prevista pel cobrament)...
- Hem comprat les cortines de la biblioteca...
- Aquest any s'han apuntat 53 nens/es a les colònies d'estiu...

FESTA DE LES EXTRAESCOLARS

Aquest any vam venir preparats per passar fred amb jaquetes, forros polars, mocadors... i finalment vam necessitar la crema de protecció solar i gorres per no cremar-nos i veure als nostres fills.

De bon matí entre tots els voluntaris vam aixecar dues carpes que van ser molt ben aprofitades, mentre les famílies de 6è anaven preparant uns magnífics esmorzars.

La nostra cuina solar també va començar a funcionar, ja que de sol no ens faltava, i vam poder cuinar uns ous ferrats i unes pizzes petites. Tot un èxit!

Va ser un matí fantàstic on els nostres fills ens van fer demostracions del que han après fent extraescolars. Aquí teniu algunes fotografies.

Reduir el malbaratament d'aliments

Informació útil per evitar el malbaratament dels aliments a les llars
http://www.gencat.cat/salut/acsa/html/ca/dir1349/doc34338.html

Planifiqueu les vostres compres: penseu abans els menús dels àpats de la setmana. Reviseu els ingredients a la nevera i els armaris i, a continuació, escriviu una llista de la compra només per als extres que necessiteu.

Fixeu-vos en les dates: si no heu pensat de consumir en breu un producte amb una data de caducitat propera, busqueu un altre amb una data més llunyana o penseu a comprar-lo el dia que l'aneu a consumir.

Tingueu en compte la vostra butxaca: desaprofitar el menjar significa malbaratar els diners.

Mantingueu la nevera segura: reviseu l'estanquitat de les portes i la temperatura del refrigerador. Els aliments s'han de conservar entre 1 i 5 ºC per a la màxima frescor i longevitat.

Rotació: quan compreu aliments nous col·loqueu tots els productes més antics que tingueu al rebost i la nevera a la part del davant. Col·loqueu els aliments nous a la part posterior per reduir el risc de trobar un aliment amb floridura en els compartiments on guardeu els aliments.

Aprofiteu al màxim les sobres: en lloc de llançar les sobres a les escombraries, les podeu utilitzar per als àpats del dia següent, o congelar-les per a una altra ocasió. La fruita que està més madura es pot utilitzar per fer batuts o pastís de fruita. Amb les verdures que estan començant a marcir es poden fer sopes.

Serviu quantitats petites de menjar amb el ben entès que tothom pot repetir, una vegada hagi deixat el plat net.

Conserveu els aliments d'acord amb les instruccions de l'envàs.

Congeleu: si consumiu només una petita part de la barra de pa, congeleu-lo quan arribeu a casa i només haureu de treure unes quantes rodanxes un parell d'hores abans que les necessiteu. De la mateixa manera, congeleu els aliments que hàgiu cuinat en porcions adequades per tal de tenir el menjar a punt per a les nits en què us trobeu massa cansat per cuinar.

Convertiu els residus en aliment per a les plantes: alguns residus d'aliments són inevitables; per tant, per què no crear un cubell de compostatge per a les peles de fruites i verdures? En pocs mesos, obtindreu un adob ric i valuós per a les vostres plantes. Si teniu restes de menjar cuinat, un compostador de cuina farà el fet.

RACÓ MULTICULTURAL

ITALIA

Cada día me sorprende más la cantidad de similitudes que descubro entre las tradiciones y cultura de los Países Catalanes y las del sur de Italia.

Uno de los últimos descubrimientos ha sido la Mona de Pascua, dulce típico en las regiones murcianas, valencianas, catalanas, que en su versión más tradicional se parece mucho a lo que se prepara en las mismas fechas en el Salento, parte sur de la región de Puglia, Italia.

"Lu puddicastro" (con sus variantes según el pueblo) es un dulce que solían hornear las abuelas para los nietos en Semana Santa y que solo se podía comer una vez llegado el día de Pascua.

Se trata de un bollo acompañado de un huevo cocido en el medio, utilizado como elemento decorativo y también simbólico, por estar asociado con la fertilidad de la estación primaveral y la Pascua.

Los huevos también ayudan a dar la forma deseada a esos dulces, que pero hoy en día suelen ser mayoritariamente sustituidos por los más populares huevos de chocolate.

En cambio hay algunas tradiciones bastantes diferentes, que hacen "sonreír" a los de fuera por su peculiaridad, por ejemplo las costumbres de Nochevieja. En Italia no comemos las 12 uvas a medianoche, sino un platito de lentejas con "cotechino", una especie de butifarra gigante rellena de piel (cotenna) de cerdo, carne (por lo general no de primera) y grasa. No contamos 12 lentejas, como muchas veces me han preguntado, ni 12 cucharaditas, ni nada de eso....simplemente se comen después de haber brindado con "spumante" (cava italiano) como deseo de buena suerte y abundancia para el nuevo año.

¡Y después de Nochevieja vienen los Reyes, pero no en Italia! Allí los regalos más deseados los trae "Babbo Natale" la noche entre el 24 y 25 de diciembre, mientras que el 6 de Enero una vieja bruja llamada "Befana" trae cositas para llenar un calcetín que los nenes cuelgan en la chimenea o en la puerta de casa. En la época de nuestros padres y abuelos se trataba de naranjas, frutos secos, cosas sencillas....Ahora hay calcetines bien grandes y rellenos de chucherías y chocolatinas para la felicidad de los peques... ¡y no tan peques!

alessandra semeraro

I LA RECEPTA QUE FAREM SERÀ... TIRAMISÚ

para preparar la crema: Separamos las claras de las yemas.

Batimos las yemas con el azúcar, hasta que tomen color clarito, añadimos el mascarpone.

Montamos las claras a punto de nieve y las añadimos delicadamente a la crema.

Preparamos en una fuente la base del tiramisú, mojando las galletas en el café y formando la primera capa. Cubrimos con crema.

Repetimos con otra capa de bizcochitos mojados en café y volvemos a cubrir con la otra mitad de crema.

Enfriamos en la nevera, mejor si toda una noche. Antes de servir espolvorear con cacao en polvo.

INGREDIENTS:

2 huevos

3 cucharadas de azúcar

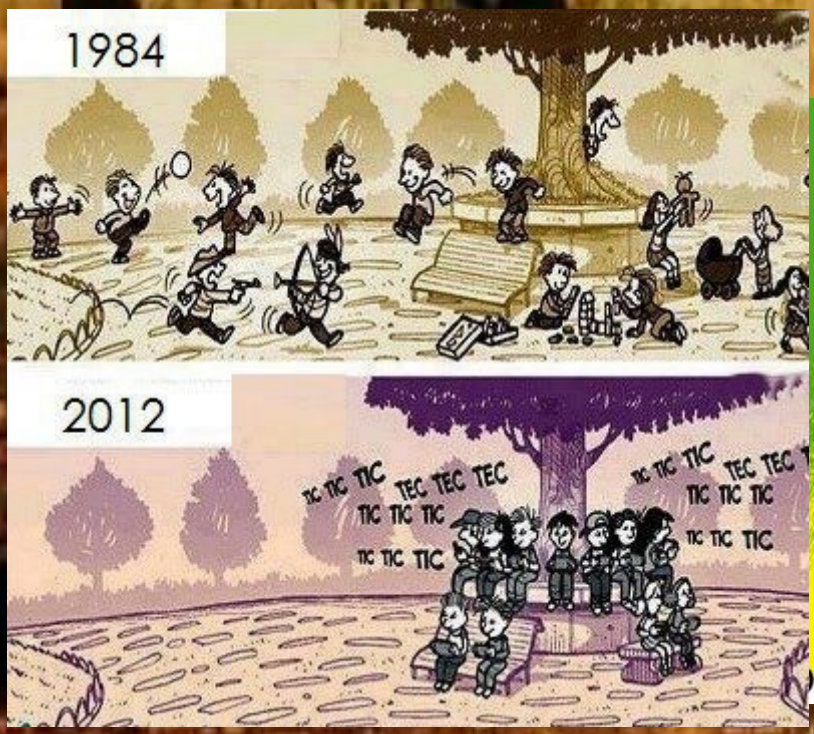
Una tarrina de queso mascarpone (250 gr)

Un paquete de bizcochos de huevo

Café recién hecho

Bon profit !

I PER ACABAR UNA MICA D'HUMOR



L' AMPA DEL PARC DEL GUINARDÓ US DESITJA

BONES VACANCES