

"TALLER DE 5 PALABRAS":

Primavera, parque, niños, árboles, padres

UN DÍA EN EL PARQUE

Una mañana de primavera, Alicia y Pablo, niños de 8 años de edad jugaban en el parque. La alegría y la ilusión por su amistad les hacían sentirse muy bien. Saltaban y corrían perdiendo la noción del tiempo. Atravesaron un puente que cruzaba un río, se reflejaban sus caras en sus aguas; los rascacielos de fondo parecía tocar el cielo y la rosaleda brillaba como nunca a la luz del sol.

De repente se hizo la noche. La oscuridad les atemorizaba. Los árboles parecían gigantes. El ruido de las ramas al moverse por el viento les lleno de miedo: se había perdido. Empezó a llover... Cuando ya no les quedaba esperanza oyeron sus nombres: ¡Alicia! ¡Pablo!. Sus padres les habían encontrado... Alborozados corrieron a abrazarlos y un gran agradecimiento y cariño les lleno de felicidad sintiéndose muy muy especiales...

ÁNGEL ANTONIO

RECETA DEL MES:

BIZCOCHO DE LIMÓN

Se precalienta el horno a 180º.

En un bol, agregamos 3 huevos, 1 yogur de limón, 1 medida de yogur de aceite de girasol, 2 medidas de azúcar, 3 medidas de harina de trigo, ralladura de 1 limón y un sobre de levadura química.

Se baten bien los ingredientes y se vierte la mezcla en un molde previamente engrasado. ¡En 35 min estará listo para comer!

PELÍCULA DE CAMPEONEX.

Un grupo de chicos con discapacidad, sin miedo, exploran nuevas experiencias deportivas como el atletismo.

Transmite valores como el compañerismo, el trabajo en equipo, la sociabilización y la empatía.

Os recomendamos que la veáis porque es muy positiva para las relaciones humanas.

"Si te propones cualquier reto con ilusión, puedes conseguir cosas que nunca pensabas que podrías lograr".

"MENTE SALUDABLE":

- ❖ La ilusión es un estado emocional positivo caracterizado por la combinación entre el deseo por conseguir un objetivo y la creencia de que puede llegar a conseguirse.
- ❖ Ilusionarte es construir un plan o proyecto. Tener un propósito.

¿QUÉ NOS PRODUCE ILUSIÓN?

- ❖ Teatro: "Arriba el Telón".
- ❖ Radio: "Conecta con Nosotros".
- ❖ Cantar: El Coro.

CONSEJO:

- ❖ Es importante encontrar objetivos que nos ilusionen, pero que sean alcanzables, y no una fuente de continuas frustraciones.