

padres o noones

REVISTA DE PEDAGOGÍA Y OCIO FAMILIAR DE LA COMUNIDAD VALENCIANA | GRATUITA | BIMESTRAL | n.13 marzo y abril de 2010

psicología familiar
¿Crecen demasiado deprisa?

salud
Diabetes, familia y escuela

viajar con niños
**Bruselas, un paseo
por la capital del cómic**

locos por las máquinas
**Si no puedes con
"tu enemigo", ¡únete a él!**

además, toda la oferta cultural y de ocio para toda la familia



LOS DEBERES EN MSM

Guiado por profesionales de la psicología y la pedagogía



ATENCIÓN INDIVIDUALIZADA PARA CONSEGUIR:

- Afianzar hábitos de estudio.
- Afrontar los exámenes con éxito.
- Comprender mejor los contenidos.
- Aprender técnicas de estudio aplicadas a las tareas escolares.



G.V Marqués del Turia, 78 - 3ª - 5ª - 46005 - Valencia

Tel. 963 747 483 -697 966 359 - Fax: 963 747 479

msm@msm-pc.net www.msm-pc.net



ORIENTACIÓN FAMILIAR

- Taller de manejo de conductas en el ámbito familiar.
- Taller para mejorar la comunicación con los hijos adolescentes.
- Entrega de materiales prácticos.



DIAGNÓSTICO E INTERVENCIÓN DE DIFICULTADES DE APRENDIZAJE

- Refuerzo y recuperación: Primaria y ESO.
- Actividades para mejorar la autoestima y habilidades sociales

ATENCIÓN TEMPRANA

- Pautas de orientación para padres, cómo contar cuentos, caprichos en la comida...



G.V Marqués del Turia, 78 - 3ª - 5ª - 46005 - Valencia

Tel. 963 747 483 -697 966 359 - Fax: 963 747 479

msm@msm-pc.net www.msm-pc.net

Psicología familiar abre este número con dos temas de actualidad. Con **“Se ha acortado la infancia”** abordamos una realidad que muchas veces se nos escapa de las manos, mientras que el **¿Cambiamos de colegio?!** responde a la cada vez mayor movilidad familiar, muchas veces por razones laborales, que nos llevan al no siempre fácil cambio de centro escolar.

4 5 6 7

En **diario de...** conoceremos de primera mano el testimonio de una **hermana de familia numerosa**

8

Inauguramos sección. **Drogas off...** Todo lo que quieres y necesitas saber para prevenir a tus hijos de ellas

9

Con **voz propia** se la dedicamos en este número a Menuts del Món, quienes luchan entre otras cosas por el derecho a una asistencia sanitaria

10

En **locos por las máquinas** te lanzamos un reto: **Si no puedes con tu “enemigo”, únete a él...**Juega con tus hijos a los videojuegos y lo conocerás mejor además de poder ayudarle en determinados conceptos y valores. Además, puedes pasar un rato de lo más divertido, ¿jugamos?

11

Y en **Salud**, te hablamos de una de las enfermedades crónicas infantiles más frecuentes: **la diabetes**, y como abordarla desde la familia y la escuela

12 13

Y en **comer bien, vivir mejor**, hablamos de la importancia de los **líquidos y la hidratación infantil**, así como de crear el hábito de beber entre los más pequeños

14

¿**Qué hacemos hoy?** te sigue ofreciendo todo lo que se hace en la ciudad: **teatro, conciertos, talleres y exposiciones** y un abanico de actividades para disfrutar en familia y no aburrirnos jamás

15 16 17 18

En **viajar con niños** te mostramos dos propuestas interesantes y divertidas. Por un lado, una cerquita, **Albarracín** para que te pierdas por sus calles y disfrutes de su museo de Juguetes; por otro, ¿qué tal un viaje a, **Bruselas** la capital de Cómic?

19 20 21

Valencia es una aventura, y en Padres o nones seguimos descubriéndotelo. En este número, una invitación: **Callejear**. Conoce de primera mano el por qué de los nombres de las calles y explícales a tus hijos sobre personajes ilustres y antiguas profesiones...

22 23

En **Deporte base** te acercaremos a las bonanzas de un deporte como es el **Rugby**, **ideal a cualquier edad**

24 25

En **Sabías que...** una selección de las noticias más interesantes para toda la familia

26 27 28

Parece que fue ayer la dedicamos al niño que llevas dentro para que comparta con las nuevas generaciones aquellos años, esta vez de la mano de **los anuncios de nuestra infancia**. Cuántos recuerdos, ¿verdad?

29

Y en **Creando juntos**, la creación literaria y plástica que bajo el título **Encantamágica** han realizado al alimón Inés y Gabriela, dos niñas de 7 y 8 años. Seguro que a tus hijos les va a gustar...

30

¡CUMPLIMOS 2 AÑOS! Y parece que fue ayer...como la sección en la que te contamos cómo era la vida décadas atrás, en ese imaginario común que compartimos los padres y madres que hoy leen **Padres o Nones**.

Cumplimos 2 años y lo queremos celebrar contigo de la mejor manera que sabemos hacerlo: continuando ofreciéndote la **información de interés** para ti y para tu familia en ese nada fácil pero sí apasionante reto de ayudarles a crecer.

Cumplimos 2 años, y como nosotros también seguimos creciendo a la vez que lo hacen tus pequeños, ampliamos fronteras y estrenamos una sección que seguro vas a leer con mucha atención: **Drogas of...** Porque les quieres, porque te preocupas, porque quieres saber cómo prevenir, porque necesitas saber cómo actuar...

Cumplimos 2 años, y como sabemos que cada vez sois más quienes viajáis en familia y huís del ya antiguo “son demasiado pequeños para viajar” para apostar por el “viajemos ahora antes de que prefieran hacerlo sin nosotros”, hemos estrenado **blog de viajes**. Se llama Niños a bordo y lo puedes encontrar en www.padresonones.es, el portal para las familias que saben de la importancia de estar al día en todos los aspectos y facetas que intervienen en el desarrollo integral de nuestros hijos.

Cumplimos 2 años, y para premiar tu fidelidad, tu constancia, tu atención y tus sugerencias, vamos a invitarte a ti y a tu hijo a pasar un día en el **Bioparc**, uno de los mejores parques zoológicos del mundo que también está de aniversario. Sólo tienes que registrarte en www.padresonones.es, si todavía no lo has hecho, contestar a la pregunta que te formulamos y participarás en nuestro sorteo.

Cumplimos 2 años, y una vez más queremos darte las **GRACIAS**. Sin vosotros no existiríamos. Gracias queridos lectores y lectoras por las sucesivas muestras de confianza que nos habéis brindado, y contribuir a que Padres o nones sea **punto de encuentro** y reflexión para tantas familias.



padres o nones
REVISTA DE PEDAGOGÍA Y OCIO FAMILIAR
n.13 Marzo-Abril 2010
Pl. Músico Albéniz 3
Valencia 46010
963 66 05 42
www.padresonones.es
EDITA
4 de 40 ediciones

DIRECCIÓN
Marina Izquierdo
Luz Derqui
redaccion@padresonones.es

COLABORADORES
Mar Sánchez Marchori (Pedagoga)
Amparo Lucas (Nutricionista)
Ana Serra

PUBLICIDAD
publicidad@padresonones.es

DISEÑO
NGT

MAQUETACIÓN
Verónica Marcos

ADMINISTRACIÓN
Marta Derqui
info@padresonones.es
DISEÑO WEB
ARTVISUAL

Padres o Nones es miembro de la Asociación Española de Prensa Gratuita (AEPG)

psicología familiar

¿Crecen demasiado deprisa?

Cada vez antes los niños dejan de lado los juguetes y pasan a jugar a ser mayores. La infancia termina antes, pero no es solo una percepción de los padres, los expertos aseguran que en la última década se ha adelantado la pubertad y los psicólogos y pedagogos ya hablan de un nuevo “síndrome”.

ARTÍCULOS ELABORADOS CON EL
ASESORAMIENTO DE MAR SÁNCHEZ
MARCHORI, DIRECTORA DE MSM PEDAGOGÍA
CREATIVA.

Todos los niños de todas las épocas han querido hacerse y jugar a ser mayores, ya que de esta forma pueden acceder a actividades que por su edad les están vetadas. Pero nunca como ahora la infancia ha sido tan corta. A partir de los diez años los niños ya quieren entrar en el mundo de los adultos y su comportamiento a los doce años dista mucho del que mantenían sus padres a su misma edad.

Los niños, en algunos aspectos, no sólo se comportan como adolescentes, sino como pequeños adultos. Primero sustituyen los juegos por el ordenador, y después los cuentos por revistas juveniles. Desde que están en primaria hablan de novios y sus conversaciones pueden ser más propias de niños de secundaria de 16 años.

Puede parecer que un día están jugando con muñecas y al día siguiente quieren maquillarse, se fijan en los chicos y comienzan los conflictos por la ropa que quieren llevar.

No es tanto que maduren antes, sino que la sociedad, las costumbres y, sobre todo, los medios de comunicación, les llevan a vestirse y comportarse como niños más mayores al poner a su alcance productos y actitudes poco propias de la etapa conocida como infancia.

De la misma forma, influye también el hecho de que se tengan pocos hermanos y la mayoría de niños pasen más tiempo en compañía de adultos que con niños de su edad, lo que afecta a su forma de comportarse y hablar, aunque no favorece de la misma manera el desarrollo de la responsabilidad y las actitudes adultas.

La publicidad no es ajena a este hecho. Las empresas se han dado cuenta que los niños son los mejores consumidores, ya sea directamente o a través de sus padres, y cada vez ofertan más productos para ellos. Para atraerlos se les pone como modelo a adolescentes, actores y cantantes que rápidamente son imitados, de forma solo queda lanzar al mercado la ropa y complementos relacionados con ellos para que sean adquiridos por miles de niños que quieren emular a sus ídolos.

En este sentido, no es casualidad que en la mayoría de series originalmente “para adultos” se introduzcan adolescentes entre los protagonistas, ya que suponen el mayor reclamo.

Pero no son sólo las series para “mayores”, en ocasiones ni siquiera las series infantiles están protagonizadas por niños, sino por jóvenes, por lo que luego no es extraño que los niños que las ven se quieran comportar y bailar como sus actores preferidos, aunque no sean de su edad.

De esta forma, parece que se consume la infancia, una situación

que es muy difícil de controlar, pero que tiene consecuencias en el desarrollo del menor, ya que así, en lugar de agotar cada una de las etapas evolutivas (infancia, adolescencia, juventud...) los niños del siglo XXI parece que las “saltan” aceleradamente.

Este cambio es especialmente frecuente en las niñas, que empiezan a vestirse como adultas cuando aun tienen edad de jugar con muñecas. Desde siempre, las niñas han imitado a los mayores, se maquillaban con los productos de sus madres, se disfrazaban con zapatos de tacón que les venían grandes y se ponían perfume. Pero ahora no es un juego, ahora lo hacen para gustar, viven como adultos,

incluso la moda potencia este hecho, con ropa que las hace sentirse mayores. No hay más que dar un vistazo a las tiendas de ropa infantil, para comprobar que la mayoría de los diseños son copias de la ropa juvenil pero en tallas pequeñas.



Crecer antes de tiempo no es positivo para los niños, que viven y actúan como adultos cuando aún no se está preparado para ello, en lugar de vivir intensamente cada etapa, ya que es necesaria para su desarrollo.

Este acortamiento de la infancia también se ha dejado notar en el hecho de que los niños entran antes en el mundo de los adultos y sus problemas. Así, se ha detectado que problemas relacionados con trastornos de la alimentación o en el consumo de alcohol y drogas comienzan a aparecer cada vez a edades más tempranas. Asimismo, la edad media de inicio en el tabaco se ha reducido sensiblemente, datos que deben ser un toque de atención para los padres.

Entre las consecuencias puede destacar la inmadurez y sensación de insatisfacción que pueden mantenerse a lo largo del tiempo. Pero al margen de modas, los estudios confirman que en los últimos años se ha adelantado la pubertad en las niñas. Si hace una década se iniciaba como media a los 11 años, en los últimos años aparece a los diez. Un estudio realizado por investigadores de Copenhague incide en que la mejor alimentación de las generaciones actuales e, incluso, los agentes químicos presentes en el ambiente pueden estar en el origen de este proceso, al afectar al nivel de estrógenos. A pesar de todo, los expertos inciden en que no hay que olvidar que las niñas entren antes en la pubertad no significa que sean más maduras.

Consejos para que los niños sigan siendo niños

- Potenciar el carácter lúdico de la infancia con juegos adecuados para su edad.
 - Los niños deben ser tratados como tales. No pueden ser confidentes-contertulios-negociadores de los padres.
 - Intentar evitar actividades propias de otros momentos evolutivos, como pueda ser salir hasta tarde, a pesar de que insistan y argumenten que "otros padres si les dejan"
 - Conocer y supervisar los programas que ven en la televisión y las revistas que leen, ya que muchas de ellas aunque estén catalogadas como infantiles tienen contenidos poco adecuados y que pueden influenciar sus actitudes.
 - Realizar actividades y juegos en familia que favorezcan la comunicación y el sentido de pertenencia
 - Escuchar a los hijos con la sana intención de comunicarse con ellos y hacerles ver que son importantes en la familia, para no favorecer la precocidad en las relaciones de grupo y actitudes de ocio de consumo propias de una edad con más recursos.
 - Disfrutar de la niñez incluye que los padres respeten el tiempo de infancia.
-



psicología familiar

¿Cambiamos de cole?!

Mala adaptación, cambio de residencia, problemas de aprendizaje, mala conducta, fracaso escolar, dudosas compañías... Son algunos de los motivos que pueden llevar a los padres a plantearse un cambio de colegio.

¿Cambiar o no de colegio a un hijo? Esta es una cuestión que preocupa a muchos padres y que en ocasiones el cambio responde a una necesidad, como la que se plantea cuando la familia cambia de domicilio, a una ciudad o país diferente. Sin embargo, en otras es una decisión que obedece a los resultados y comportamientos del propio niño.

No hay que olvidar que un cambio de colegio puede ser una situación muy estresante y angustiosa para un niño que ya ha formado sus relaciones sociales en un determinado centro, por lo que es muy importante cómo y cuándo plantear la cuestión. Por eso hay que hacerles comprender los motivos del cambio y ayudarles en la adaptación al nuevo centro.

No todos los colegios son adecuados para todos los alumnos, ya que son muchos los factores que influyen en el "éxito escolar". Así, es tan importante que el niño vaya a gusto a clase porque congenie bien con sus compañeros, como la relación que mantenga con los profesores, que pueden cambiar de un año a otro, y la metodología de los contenidos y materias que se imparten.

Si un niño va contento al colegio cuenta con antecedentes favorecedores para evitar el fracaso escolar, ya que el resultado académico suele revelar que está ajustado al entorno. Pero en ocasiones el niño puede estar muy adaptado pero tener dificultades específicas que no le permitan

obtener logros y evolucionar adecuadamente.

En todos los casos, tras decidir que el niño debe cambiar de centro, se inicia el proceso de buscar un nuevo colegio. La labor de los padres no acaba cuando se hace la nueva matrícula, sino que deben ayudar a hacer que el menor lo acepte y, sobre todo, estar atentos a su comportamiento durante los primeros meses para detectar cualquier signo que manifieste que requiere ayuda personal.

Un niño puede adaptarse bien a un determinado colegio, que sin embargo no sea el óptimo para otros niños, ya que aunque todos los colegios imparten las mismas asignaturas, cada centro potencia unos determinados aspectos y la disciplina varía y hay rasgos implícitos del ideario.

Por ello, es aconsejable evaluar las necesidades y circunstancias de cada menor y de la familia a la hora de tomar esta decisión. Así, un niño tímido o con problemas de relación puede encajar mejor en un colegio pequeño; con niños hiperactivos puede estar más indicado un centro con actividades extraescolares y para necesidades especiales les será más fácil los que facilitan la adaptación curricular.

¿POR QUÉ UN COLE NUEVO?

En todos los casos es muy importante que los niños comprendan por qué se les cambia de colegio, que se sientan confiados y se les transmita que es lo mejor para ellos.

Cuando se plantee la situación, los padres deben destacar los aspectos positivos del cambio, como es que vaya a hacer nuevos amigos y vivir nuevas experiencias, sin tener por ello que dejar de lado ni olvidar los antiguos. No hay que olvidar ni minimizar el miedo que pueden sentir los niños ante los cambios, el temor a no ser aceptados, a no hacer amigos, a lo que se suma la tristeza por dejar atrás a sus amigos y compañeros anteriores.

Una vez realizado el cambio, no se debe bajar la guardia y hacer un seguimiento del niño, vigilar su adaptación. Por ello hay que fortalecer la comunicación, darles pie para que expliquen cómo se sienten.

La edad es importante, en general cuanto mayor sea, más costará el proceso, tanto el de dejar amigos con los que ya ha establecido vínculos, como hacer nuevas relaciones, especialmente cuando se llega a una clase donde ya están los grupos hechos y eres el único nuevo.

En la adolescencia las dificultades son mayores y la reticencia de los menores a cambiar su círculo también. A esa edad es tan difícil encajar en un nuevo grupo de amigos, como que una pandilla ya establecida acepte a un nuevo miembro.

La incertidumbre puede generar ansiedad, por eso puede ayudar una persona que sirva de nexo de unión, por ejemplo algún amigo que vaya al mismo colegio.,

La adaptación dependerá de los motivos que hayan provocado el cambio. Será más difícil si el niño no quería cambiar y ha sido decisión de los padres, ya sea por necesidad o por rendimiento académico o amistades.

De la misma forma, si el niño tenía problemas en su anterior colegio será más receptivo al cambio.

Sea como sea, de su actitud dependerá el resultado de la adaptación por lo que se le deben dar claves que le ayuden en esta nueva situación.

Cuanto más abierto y sociable sea menos problemas se generarán, pero si ya parte con una autoestima baja puede ser difícil su integración.

No tener prisas, hay que darle tiempo para que se haga su espacio y "tome confianza".





RECUERDA...

-Los expertos recomiendan involucrar a los niños en el cambio, pero no dejarles a ellos la decisión.

-A la hora de buscar un nuevo colegio tener en cuenta tanto el aspecto académico como que se ajuste a la personalidad del menor.

-Es importante que el menor sepa por qué le cambian de colegio

-Hacerle entender que no perderá a sus viejos amigos, sino que ganará nuevas amistades.

-Si se va a cambiar de colegio mejor antes que tarde, ya que en la adolescencia es más problemático

-Recordar al niño que es un proceso lento que el también tiene que poner de su parte y dar tiempo a sus nuevos amigos para que lo acepten

-Hay que tener paciencia con sus cambios de humor, ya que necesita tiempo para adaptarse.

MOTIVOS PARA CAMBIAR DE CENTRO:

-Cambio de situación familiar. En estos casos la necesidad obliga. Si los padres cambian de residencia o por problemas económicos

-Mala adaptación del niño al entorno del colegio, aunque tenga buenas notas

-Bajo rendimiento.

-Conflictos en el aula o sufre bullying y el centro no tiene recursos para resolver el problema



diario de...

Una hermana de familia numerosa

Por María Torres

Me llamo María y tengo 14 años. Desde hace varios días llevo dándole vueltas a las formas posibles de escribir sobre mis hermanos y he llegado a la conclusión de que es muy difícil describir con palabras el vínculo que existe entre dos hermanos, pero lo voy a intentar.

Muchas veces me he llegado a preguntar ¿y si fuera hija única? Pues la verdad es que sería increíblemente distinto... una habitación para mi SOLA, un

ordenador para mi SOLA, una televisión para mí SOLA. Seguro que viajaríamos más, no tendría que compartir ni mi ropa ni cualquier otra cosa con los demás y mis padres centrarían toda su atención en mí.

Si, todo eso es verdad, pero si no tuviera hermanos tampoco podría disfrutar de compartir con ellos, ni podría ejercitar mi paciencia, ni aprendería a sacrificarme por los demás. Ser hija única tiene grandes comodidades externas,

pero tener hermanos ayuda mucho a crecer interiormente...

...Después de leer este párrafo podríais pensar: “la relación entre hermanos es preciosa, maravillosa, perfecta...” Pues si, la verdad es esa, pero eso no quita que nos peleemos, al menos una vez al día, o que tengamos que estar disculpándonos continuamente. (Padres, un consejo: no intentéis evitar que vuestros hijos se peleen, porque tras cada pelea se aprenda, y después de cada pelea

vienen las lágrimas, un beso, un abrazo y un perdón).

Tener a mis hermanos cerca es una parte de mi vida y cada vez que se van de viaje, tras el primer día, ya los echo muchísimo de menos.

Mis hermanos son un regalo inmenso que me han hecho mis padres, pero sobre todo mis hermanos son alguien que, pase lo que pase, estarán conmigo.



**PASA
UNA NOCHE
EN
EL MUSEO**

y vive la experiencia de ser un superhéroe

GENERALITAT VALENCIANA
CIUDAD DE LAS ARTES Y LAS CIENCIAS VALENCIA

(+34) 902 100 031 - cac.es/pasaunanocheenelmuseo

adicciónoff

LA FAMILIA ¡RESPONDE!

A padres y madres que quieren inculcar en sus hijos una buena educación para la salud

Fundación para el Estudio, Prevención y Asistencia a las Drogodependencias (FEPAD)

Educar no es tarea fácil y menos cuando hablamos de cuestiones tan delicadas como el consumo de drogas, o los riesgos que determinadas prácticas pueden tener en la salud de nuestros hijos/as. Para afrontar las funciones educativas con seguridad y éxito debemos partir de nuestra propia formación. Esto nos permitirá poner en marcha toda una serie de habilidades que mejore el proceso de aprendizaje y desarrollo de los hijos.

Educar necesita de aprendizaje, práctica y reflexión

Tan importante es que la familia tenga definido un marco general de educación (estilo educativo), como que sea capaz de adaptarse y RESPONDER a las necesidades de sus hijos/as. En este sentido, debemos estar preparados para afrontar el tema de las drogas con nuestros hijos como parte esencial del proceso educativo o como fuente de información frente a alguna cuestión o pregunta que ellos nos planteen directamente.

La familia debe prepararse para responder

Conscientes de estas necesidades, la Fundación para el Estudio, Prevención y Asistencia a las Drogodependencias (FEPAD), dependiente de la Conselleria de Sanitat, pone a disposición de las familias el programa La Familia ¡Responde!, facilitando a los progenitores herramientas prácticas para que, CON y DESDE LA FAMILIA se pongan en marcha acciones preventivas eficaces (actividades formativas, actividades lúdicas, actividades de sensibilización).

Para más información pueden dirigirse a la Fundación para el Estudio, Prevención y Asistencia a las Drogodependencias, FEPAD en el teléfono 902 107 542 o a la web www.fepad.es.

TE PROPONEMOS ALGUNAS ACTIVIDADES



POR QUÉ ES IMPORTANTE TU ACTITUD ANTE EL PROBLEMA DE LAS DROGAS

La familia es el principal agente de socialización. Padres y madres tienen la potestad de inculcar en sus hijos valores, actitudes y comportamientos que van a determinar la forma de actuar de sus hijos ante la vida, y en consecuencia, la manera de enfrentarse a las drogas.

Sabemos que los padres son modelos de comportamiento para los hijos. Por ello, es muy importante la actitud que tengas delante de él y tu postura ante el consumo de drogas, tanto de drogas legales como ilegales.

La autoridad, comunicación y afectividad son elementos que deben ir juntos para asegurar una buena educación para la salud.

FOMENTA HABILIDADES SOCIALES EN TU HIJO/A

Disciplina: NORMAS Y LÍMITES

Hay que saber poner normas y límites en el ámbito familiar. Los niños deben aprender a manejar la desilusión como parte de la vida. Los padres tienen que saber decir simplemente NO a determinadas peticiones.

Comunicación familiar: ESCUCHA ACTIVA
Cuando nuestro hijo nos pregunta algo tenemos que iniciar un proceso de escucha activa manteniendo una actitud abierta, de interés y empática respecto al tema que comunica.

Afectividad

Es muy importante que los hijos comprendan quién tiene la autoridad en casa pero siempre desde el cariño y la afectividad.

NO afrontar los problemas...

HOY ES EL CUMPLE DEL PADRE DE FAMILIA, Y... HA BEBIDO DEMASIADO

MAMI... ¿QUÉ LE PASA A PAPA?

NADA HIJA ES UNA ANTIGUA COSTUMBRE FAMILIAR?

LA PEQUEÑA HA VISTO A SU MADRE FUMANDO Y DECIDE PROBARLO...

HIJA... ¡¡¡ ¿QUÉ ESTÁS HACIENDO? ¡¡¡

NO ME GRITES !!! TÚ SIEMPRE ESTÁS FUMANDO...



...RECORDAD QUE LOS PADRES, SOIS MODELOS DE COMPORTAMIENTO PARA VUESTROS HIJOS

- Hasta los 6 años del niño/a debemos abstenernos de preguntar sobre el tema de las drogas, porque mayoritariamente no les interesa. A esta edad podemos empezar a establecer pautas de control sobre las chucherías o los regalos.
- Siempre hay que responder frente a cualquier pregunta directa de los hijos/as. Aproximadamente hasta los 12 años una explicación básica sobre el consumo de drogas y los daños que ocasiona en la persona será suficiente.
- En caso de no disponer de información, reconózcale a su hijo/a su falta información e invítele a buscarla juntos.
- El que los padres sean consumidores de drogas legales (alcohol y/o tabaco) no exime de dar explicaciones. Hay que hacerle ver que perjudica la salud y que representa un problema para nosotros. Por otro lado, lo mejor es no fumar, de no ser así, no fumar delante de los niños y tener un espacio acotado.
- En el caso de hijos/as adolescentes te aconsejamos formarte sobre este tema porque los jóvenes suelen disponer de más información. Tu conocimiento sobre el tema es muy importante para que te valoren como una fuente de información válida.

locos por las máquinas

Si no puedes con tu “enemigo”, únete a él

Si no quieres edificar un muro entre tus hijos y tú que no pueda derribar ni el más avisado jugador de videojuegos, tendrás que acercarte a ese mundo suyo de juego virtual. Además de mejorar la comunicación intrafamiliar, puedes aprovechar su vertiente educativa e incluso pasar un rato divertido. ¿Jugamos?

Videojuegos, Internet, móviles, televisión...Es el mundo que les ha tocado vivir y en el que están creciendo las nuevas generaciones. Y nosotros, como padres, cada vez tenemos más mandos y menos control. Es por ello que si todavía no es el caso, conviene ponerse las pilas y hacer caso al refranero que aboga por unirse al “enemigo”, o lo que es lo mismo, acercarnos a aquello sobre lo que tantas veces protestamos e incluso demonizamos. Además de fijar límites y tratar de tener las pantallas en un lugar común a la familia para evitar la “tecnología canguro”, estar al lado de nuestros hijos mientras ven las usan o juegan nos invita a ayudarles en el aprendizaje de contenidos, a favorecer la reflexión y mirada crítica sobre los mensajes y las emociones, y a conocerlos mejor.

Juegos para toda la familia

Siendo inevitable como es alejarlos de las maquinitas, conviene propiciar el acercamiento entre dos mundos como son el paterno y el filial y para ello los videojuegos de última generación se nos presentan que ni pintados. Nos guste o no a los padres, el videojuego es un tipo de entretenimiento que está presente y lo mejor es tratar de conocerlo para así garantizar por nuestra parte que cumple la doble versión de diversión y aprendizaje. Aunque a veces nos pueda parecer un mundo ajeno, aprender sobre ellos es altamente recomendable, pues de ese modo nos acercaremos a ese mundo infantil y luego adolescente que sin duda mejorará la comunicación intrafamiliar. Si jugamos con ellos, si disfrutamos haciéndolo, lo comentamos y nos animamos para llegar al objetivo estamos favoreciendo el proceso educativo.

Además de aprender a utilizar sus juegos favoritos, algo que seguro les va a encantar a nuestros pequeños, tenemos la oportunidad de compartir experiencia con los juegos que invitan a toda la familia y que cada vez proliferan más conscientes como

son los fabricantes del auge de su demanda. Es más, los expertos aseguran que es más recomendable utilizar diversos juegos que solo unos pocos, dado que de ese modo nos ofrecen un universo más rico y variado y además se pueden evitar mejor conductas adictivas.

Juegos como las **competiciones deportivas** de todas las disciplinas, la pericia **mental**, los juegos de **destreza**, de ejercitación de la **memoria**, **creativos**, de cantar y bailar tipo “singstar” con **karaoke** y **coreografía** y hasta el recetario de **cocina** nos invitan no sólo a conocer este mundo virtual, sino a compartirlo con nuestros hijos. Un momento para disfrutar juntos que puedes compartir a solas con tu hijo, o con toda la familia, abuelos, tíos y primos incluidos, organizando incluso **competiciones familiares** que además de fortalecer los vínculos, ayudar al establecimiento de normas y turnos, nos brindarán un rato en el que podemos divertirnos y mucho.

Compartir mejora la comunicación

Cuanto más nos conocemos, mejor nos comunicamos. Y comunicar es compartir. Aprenden de nosotros y nosotros aprendemos de ellos, lo que además repercute positivamente en su **autoestima** al sentir que ellos también tienen algo que enseñarnos; al ser esta vez ellos quienes nos expliquen los pormenores de un mundo que desconocemos. Conocer estos juegos nos ayuda también a **limar las fricciones** que suele generar su uso/abuso en la relación paterno-filial, quedando siempre claro quién es el adulto y sin caer en una actitud competitiva como si se tuviera la edad de nuestros hijos, así como estimular recepción activa, inteligente y despierta de estos consumos, frente a otra pasiva y atenta sobre todo a recibir sensaciones.

Y por último no te olvides de **dar ejemplo saludable**. Somos el principal referente en las conductas de nuestros hijos y la coherencia entre lo que decimos y hacemos, clave.

ALGUNAS VENTAJAS DEL JUEGO COMPARTIDO

- Es más divertido compartir. Previene conductas tendentes a aislamiento.
- Es una forma de educar en la reflexión, en el autocontrol, aclarar dudas.
- .-Se fomenta el conocimiento mutuo y la comunicación intrafamiliar.
- Si ellos son quienes nos enseñan a utilizar sus juegos y el funcionamiento de la videoconsola aumentará además su autoestima.
- Se puede evitar el abuso o adicción más propia del juego individualizado.
- Mejora de las habilidades sociales.
- Compartir tu tiempo, el oro del siglo XXI, para jugar con ellos les hace sentirse queridos, valorados e importantes.
- Romper con los estereotipos y visiones erróneas que muchas veces transmiten los juegos y que favorecen la violencia, crueldad, etc. No olvides que son más vulnerables y susceptibles porque su sentido crítico todavía no está desarrollado.
- Acompañar y dialogar animan una actitud crítica.
- Si se compran los juegos juntos es mucho más fácil consultar la información que nos da para ver si se trata de un producto idóneo para su edad juntos es mucho más fácil consultar la información que nos da para ver si se trata de un producto idóneo para su edad



con voz propia

Menuts del món: Derecho a una asistencia sanitaria

Hay viajes que cambian una vida, y otros que pueden llegar a cambiar miles de ellas. Esto es lo que ocurrió cuando dos de los socios fundadores de MENUTS DEL MÓN visitaron hace cinco años un pequeño poblado de Bolivia. De esta forma nació una ONG dispuesta a hacer realidad la Convención Internacional de los Derechos del Niño.



MENUTS DEL MÓN fue creciendo y tomando forma desde Alboraya (Valencia) pero siempre con la cabeza puesta en Sudamérica “nosotros sólo colaboramos con ellos en los proyectos que nos necesitan, son ellos los que luchan por su desarrollo”, según explica Ester Roig, socia fundadora de Menuts del Mon

“Ningún niño sin escuela, sin vacunas, sin derecho a elegir qué quiere ser de mayor”. Bajo esta filosofía de trabajo, MENUTS DEL MÓN está siempre abierta a nuevas propuestas para luchar por el desarrollo de Bolivia.

Desde el primer proyecto en el que se rehabilitó una escuela, la ONG ha creado programas de becas escolares, colaborado en la rehabilitación de una Panadería, en un centro de discapacitados, se ha enviado material escolar... Todo ello con un único fin: colaborar en el desarrollo de la infancia. La última propuesta en la que MENUTS DEL MÓN está trabajando llegó hace apenas dos años: “Proyecto Yoselín”.

Yoselín es una niña Boliviana de 8 años que sufre quemaduras en el 70% de su cuerpo, desde que a los seis años fue víctima de un incendio que arrasó su casa y la dejó huérfana. Estas quemaduras le impiden a su cuerpo crecer y le reducen la movilidad. Desde Bolivia se hizo un llamamiento para que algún país la acogiera y Yoselín pudiera ser operada. MENUTS DEL MÓN inició entonces una odisea burocráticas y administrativa entre Bolivia y España para conseguir que la Consellería de Sanidad aprobara el Traslado Internacional del Paciente a favor de la pequeña. Tras largos trámites burocráticos Yoselín consiguió llegar a España en Septiembre. Desde su llegada a España fue acogida por una familia voluntaria que la acompaña cada vez que tiene que ser ingresada o sometida a alguna operación.

¿Y DESPUÉS QUÉ?

En cuanto se recupere de sus lesiones Yoselín volverá a Bolivia para continuar con su vida. Pero el proceso es lento y costoso. Por ello la ONG ha habilitado una cuenta con fondos que irán destinados a su formación “A los 10 años los niños han de abandonar el orfanato y ante ellos quedan dos opciones: la calle o, con suerte, otro orfanato. Queremos conseguir que Yoselín no tenga que pisar la calle, por eso hemos habilitado una cuenta cuyo dinero va de forma íntegra para ella” explica Ester Roig.

Gracias a cientos de aportaciones voluntarias y anónimas MENUTS DEL MÓN ha conseguido gestionar la curación de Yoselín abriéndole así muchas puertas. La ONG está siempre abierta a escuchar nuevos proyectos

y necesidades de Bolivia “nosotros no nos inventamos los proyectos, son los bolivianos los que nos explican sus necesidades”.

NIÑOS CON DERECHO A LA SALUD

Pero no es sólo Menuts del Mon, muchas otras ONG's y fundaciones se han dado cuenta de la importancia de trasladar algunos niños para ser intervenidos aquí. Entidades como Tierra de Hombres o la Fun-

dación Dasyc trabajan desde hace años trayendo niños sin recursos que necesitan ser intervenidos aquí. Cualquier pequeña aportación puede conseguir que el acceso a la sanidad no sólo sea un derecho si no también una realidad.

Si quieres más información puedes consultar en la web de la fundación www.menutsdelmon.org www.fundaciondasyc.org

COLABORA



Obra Social
"la Caixa"





salud

Diabetes, familia y escuela

La diabetes tipo 1 es una de las enfermedades crónicas infantiles más frecuentes. Conocerla, como padres y educadores, contribuirá a su diagnóstico temprano y a facilitar la integración en la escuela

Conocemos como diabetes a la enfermedad caracterizada por niveles de azúcar (glucosa) en sangre elevados, a consecuencia de problemas en la secreción de la insulina (la hormona que fabrica el páncreas y que permite que las células utilicen la glucosa en sangre como fuente de energía)

Un fallo de la producción de insulina generará un aumento de los niveles de glucosa en la sangre (hiperglucemia) que, de no controlarse adecuadamente, su presencia continua puede provocar alteraciones en la función de distintos órganos, especialmente los ojos, los riñones, los nervios, el corazón y los vasos sanguíneos.

La diabetes tipo 1 es una de las enfermedades crónicas infantiles más frecuentes y ocurre porque el páncreas no fabrica suficiente cantidad de insulina. Se desconocen las causas exactas de su origen y sí se sabe que existen una serie de factores combinados entre sí como son el genético, la autoinmunidad y el que esta considerado como puente entre ambos, el daño ambiental.

DETECCIÓN PRECOZ

La mayoría de personas que desarrollan diabetes no lo hacen de un día para otro, se trata de un proceso que puede durar años e incluso iniciarse desde el nacimiento. Prácticamente el 95% de los niños y adolescentes que tienen diabetes en España tienen diabetes tipo 1. En España se calcula que hay 29.000 menores de 15 años con diabetes mellitus. Cada año hay unos 1.100 casos nuevos en niños y adolescentes.

La cetoacidosis es una complicación de la diabetes que se presenta cuando el cuerpo no puede usar el azúcar como fuente de energía porque no tiene la suficiente insulina, y en su lugar utiliza la grasa corporal, cuyos ácidos, las cetonas, se acumulan siendo tóxicas en niveles altos. Puede llevar al diagnóstico inicial de diabetes tipo 1, ya que a menudo es el primer síntoma que hace que una persona acuda al médico.

Pero no hay que olvidar que puede ser mortal si no recibe tratamiento, y por ello es fundamental prevenirla con el reconocimiento precoz de los síntomas de la diabetes, que a menudo se producen durante un tiempo más o menos prolongado en el cual la relación entre los síntomas de la diabetes (beber y orinar mucho) y la hiperglucemia está infra-diagnosticada.

CONTROL DE LA GLUCEMIA

Los objetivos glucémicos varían según la edad, y los expertos inciden en la importancia que tiene que los menores de 6 años no tengan hipoglucemias, por lo que la glucemia ideal para este grupo tiende a ser algo más alta.

Sin embargo, en los mayores de 6 años hay que perseguir que los valores glucémicos sean lo más parecidos a los de los niños sin diabetes.

La capacidad para determinar la glucemia capilar ha sido uno de los cambios más importantes que se han producido en el tratamiento de la diabetes en los últimos 20 años. Conocer el nivel de glucosa inmediatamente disminuyendo el riesgo de

hipoglucemias importantes, conocer los niveles de glucosa en diferentes momentos del día dándonos “sensación de control” o entender los efectos de las diversas comidas, el ejercicio o diferentes dosis de insulina son algunas de las ventajas de controlarse la glucemia.

La nutrición y alimentación forman parte esencial del tratamiento de la diabetes. Lo más importante es mantener unos hábitos regulares de alimentación y realizar una dieta equilibrada con los nutrientes imprescindibles para la vida y que permita mantener un mejor control glucémico.

LA DIABETES Y LA ESCUELA

La Fundación para la Diabetes ha creado “el rincón de Carol” para intentar proveer de mayor información a profesores, padres, tutores, alumnado y personal de los centros escolares para que sepan reconocer, reaccionar y actuar ante cualquier tipo de situación de emergencia que se le presente, así como para conseguir la plena integración escolar e igualdad de oportunidades para los niños y niñas con diabetes.

No en vano, la falta de información hace que a veces se den casos de discriminación en el entorno del diabético, que en el caso de los niños es principalmente la escuela.

Para lograr que su progreso evolutivo se vea afectado lo menos posible por su enfermedad, es clave una buena integración en los contextos en los que se desenvuelve: individual (aprender a vivir con la enfermedad),

familiar (tras la crisis inicial asumir los cambios, educar al niño como a otro cualquiera y colaborar al máximo en su educación diabetológica), social (eliminando los obstáculos para la total integración y promoviendo la independencia, igualdad y autosuficiencia de quienes la padecen) y escolar (potenciando situaciones de convivencia no discriminatorias, fomentando hábitos de autonomía y posibilitando la adquisición de contenidos que ayudarán a su desarrollo)

NIÑOS Y ADOLESCENTES

Dependiendo de la edad, el debut en la enfermedad será diferente. Negación de la enfermedad, rebeldía o ira, negociación, depresión y aceptación suelen ser las fases que se suceden y que tenemos que intentar que sean lo más breves posible. La actitud de los padres es clave y si se muestran angustiados y sobreprotectores acarrearán rechazo y rebeldía por parte del niño.

En el caso de los adolescentes, es muy importante que los padres asuman el inicio de cierta independencia y autocontrol propio de la edad

No conviene que la diabetes sea una razón o excusa para dificultar la independencia paulatina de los hijos y mantener así un mayor control que signifique tranquilidad para los padres.

Habrà que buscar alternativas que satisfagan a ambas partes en la medida de lo posible. No hay que olvidar lo importante que es en esta etapa clave el desarrollo del joven.



Carol
tiene
diabetes



MANIFESTACIÓN DE LA DIABETES

- Poliuria** u orinar muchas veces.
- Polidipsia** o tener siempre mucha sed, a veces se bebe incluso varias veces durante la noche
- Polifagia** o necesidad de comer mucho ya que al no poder usar la glucosa, las células reclaman energía
- Pérdida de peso**, porque aunque se coma más, la glucosa no llega a las células
- Fatiga**
- Irritabilidad**
- Visión borrosa**

Para más información,
www.fundaciondiabetes.org



comer bien, vivir mejor

Líquidos, agua, hidratación infantil

¿Sabías que hay que beber antes de tener sed? En un adulto el reflejo de la sed se reconoce y se sacia con mayor o menor prontitud. En un niño, siendo como son muy vulnerables a la deshidratación, hay que ayudarles a desarrollar los mecanismos de detección de la sed.

AMPARO LUCAS ALBA, DIETISTA CLÍNICA.

Los niños no reconocen el reflejo de la sed como lo hacen los adultos. Por ello hay que cuidar que ingieran suficientes líquidos incluso aunque no lleguen a sentir sed, del mismo modo que les enseñamos a cepillarse los dientes aunque no sientan gérmenes en su boca.

Especialmente vulnerables a la deshidratación, hemos de considerar que sus niveles de agua corporal promedio son del 65% y más en casos de niños menores de 3 años. Un bajo nivel de agua corporal dificulta el proceso de

termorregulación, que es el mecanismo por el cual mantenemos la temperatura corporal, entre otras funciones.

Más sed, más cansancio

Con una pérdida del solamente el 1% de agua corporal sentimos sed. Para llegar a sentirla las células han comenzado a acusar este déficit de agua y afecta ligeramente a ciertas reacciones metabólicas. Cuando este porcentaje aumenta al 2% se percibe una falta de rendimiento y resistencia.

La falta de líquido a un niño le afecta con forma de apatía, menos capacidad de concentración y en sus actividades lúdicas y deportivas. Pérdidas del 5-10% producen calambres musculares y desequilibran funciones de órganos, como el corazón cuyo funcionamiento depende de un equilibrio electrolítico y de otras sales, como el sodio y el potasio.

Los niños deben tomar entre 6-8 vasos de agua al día. Para una medida más exacta, calcular el peso y proporcionarles 50-60 ml por kilo. Los lactantes 150ml por kg de peso.

No hay que olvidar que las pérdidas de agua en el cuerpo se dan de forma insensible a través de la piel, de la respiración y de forma sensible por medio de la orina y las heces. Mantener el balance líquido supone equilibrar las pérdidas con la ingesta de líquidos. Para realizar esto, a través de la ingesta de líquidos ¿nos sirve cualquier líquido? Veamos.

¿Hidratan igual todos los líquidos?

La hidratación consiste en reponer el agua que hemos gastado. El cuerpo en su medio interno no utiliza gaseosa, cola y otros. Utiliza agua. Cuando una bebida lleva cafeína, conservantes, exceso de azúcar hemos de considerar que el cuerpo utilizará parte del agua que le aportan estas bebidas en metabolizar componentes que debe eliminar. Además la cafeína tiene efectos diuréticos y extrae agua del cuerpo. Hidratan y empobrecen el organismo a la vez.

Las bebidas con gas “sacian” en falso, porque el gas llena e impide tomar la cantidad de líquido que sería recibida por el estómago si la bebida no contuviese gas.

Las bebidas más hidratantes, a parte del agua son los zumos naturales, porque no aportan calorías vacías y sí vitaminas y

sales minerales. Además nutren y revitalizan el sistema digestivo, entre otras virtudes. Los caldos también hidratan, aportando agua a la dieta. Se considera que son caldos caseros que no contienen potenciadores del sabor, simplemente sal; lo mismo ocurre con las tisanas fáciles de tomar por los niños, como la manzanilla, el poleo, la hierbabuena, rooibos. Podemos mezclar las tisanas con zumos y tomarlas en frío o calientes.

Cuando salgamos con los niños a comer, es ideal motivarlos a consumir bebidas que sean adecuadas para cumplir estos requisitos. Un buen sitio para llevarlos a merendar es una zumería. Cuanto antes empecemos menos deberemos corregirlos después. Esas bebidas también nos convienen a nosotros. Si los niños ya están viciados, tengamos paciencia para que poco a poco hagan mejores elecciones para su salud.

Algunas Ideas

-LimoNADA, un clásico
***Trocea un 2 limones con piel y todo, bien lavados. Un litro de agua. Mézclalo todo en un jarro y pásale el turmix, o bien en una batidora de vaso. Cuéllalo y añade tres cucharadas soperas de azúcar moreno. Refrigerar y listo.

-Tisana de manzanilla con zumo de pera

Se puede tomar fría o tibia. La pera es digestiva, la manzanilla emoliente y calmante.

***Haz una infusión de manzanilla y deja reposar 10 min. Licua unas peras o utiliza un zumo de pera sin azúcar añadido. Mézclalo a partes iguales y dale un toque de miel y vainilla.

-Infusión de rooibos con crema de almendras

Es ideal cuando tienen molestias estomacales, indicada incluso en colitis ulcerosa y otras patologías digestivas.

***Infusionar una bolsita de rooibos. Añadir 2 cucharaditas de crema de almendras.

¿qué hacemos hoy?

MÚSICA TALLERES CINEMATRO/DANZA EXCURSIONES/RUTAS CUENTACUENTOS/LECTURA DEPORTE PAYASOS/MAGIA



1 de marzo

Mascletà Fallas. Plaza del Ayuntamiento. A las 14 horas. Todos los días de marzo hasta el día 19.

Exposición Ninot. Fallas. Hasta el 14 (Ninot Infantil) y 15 de marzo.

5 de marzo

L'Hora del Conte. Cuentacuentos. Biblioteca Pública de Valencia. A las 18h.

6 de marzo

Sábados en el Museo. Visita guiada. Museo Historia Natural. A las 12h.

Karaoke+Animalada de hucha. Taller.

Mercado de Campanar. De 12h a 14h.

Socarrat. Alfarería. Taller. Centro Cultural La Beneficencia. A las 17.30h.

El lobo feroz. Teatro. El Teatret. A las 17.30 h y a las 19 horas. A partir de 3 años.

Juan sin miedo. Marionetas. Teatro la Estrella. A las 18.00h.

La biodiversidad. Taller. MUVIM. A las 18.30h. De 6 a 12 años.

Gran Mascletà Aérea Napolitana. Fallas. Playa de las Arenas. A las 20 horas.

Cabalgata del Ninot. Fallas. Centro ciudad. A partir de las 22.30 horas.

7 de marzo

Inglés en el Botánico. Cuentacuentos. Jardín Botánico. A las 11.30h. De 4 a 9 años.

La biodiversidad. Taller. MUVIM. A las 11.30h. De 6 a 12 años.

Taller de construcción de Falles. Domingo Nanometro. Estación de Ayora. A las 12 horas. Las actuaciones cuentan con un intérprete de lenguaje de signos.

El lobo feroz. Teatro. El Teatret. A las 12h y a las 18 horas. A partir de 3 años.

Sígueme. Taller. Teatro el Musical (TEM) A las 11 horas. De 5 a 10 años.

Socarrat. Alfarería. Taller. Centro Cultural La Beneficencia. A las 10.30 y 12h.

La letra con cuento entra. Cuentacuentos. Centro Cultural La Beneficencia. A las 11 y a las 12.30h.

Descubriendo a los insectos Taller. Museo de Historia Natural. De 4 a 12 años. A las 12h.

Amada Candela. Danza. Escalante. A las 18h.

Juan sin miedo Marionetas. Teatro la Estrella. A las 18.00h.

La flauta mágica. Títeres. Casa Cultural La Marina en el Puig. A las 18 horas.

12 de marzo

L'Hora del Conte. Cuentacuentos. Biblioteca Pública de Valencia. A las 18h.

13 de marzo

II Torneo Internacional de Touch Rugby-Valencia en Fallas. Deporte. Estado de béisbol, Jardín del Turia Tramo VI. De 10h a 20horas.

Sábados en el Museo. Visita guiada. Museo Historia Natural. A las 12h.

Llavero para papá. Petardo, globotà y magia. Taller. Mercado de Campanar. De 12h a 14h.



El arte prehistórico. Taller. Centro Cultural La Beneficencia. A las 17.30h.

El lobo feroz. Teatro. El Teatret. A las 17.30 h y a las 19 horas. A partir de 3 años.

Juan sin miedo Marionetas. Teatro la Estrella. A las 18.00h.

Cuéntame tu cuento. Taller. MUVIM. A las 18.30h.

Cabalgata folklórica. Fallas. Centro ciudad. A las 22.30 horas.

14 de marzo

El arte prehistórico. Taller. Centro Cultural La Beneficencia. A las 10.30 y 12h.

Descubriendo a los insectos Taller. Museo de Historia Natural. Hasta 12 años. A las 12h.

¡Cuánto cuento mandarina! Teatro. Centro Cultural La Beneficencia. A las 11 y a las 12.30h.

El lobo feroz. Teatro. El Teatret. A las 12h y a las 18 horas. A partir de 3 años.

Juan sin miedo Marionetas. Teatro la Estrella. A las 18.00h.

15 de marzo

Plantà fallas infantiles. Fallas. A las 8 horas.

Exposición Antológica Fiesta de las Fallas. Gremio Artesano de Artistas

Falleros. A partir de las 12 horas.

16-17 de marzo

Ofrenda flores. Fallas Culmina en la Plaza de la Virgen.

19 de marzo

L'Hora del Conte. Cuentacuentos. Biblioteca Valencia. A las 18h.

Cabalgata del Fuego. Fallas. Salida calle Ruzafa Valencia.

Cremà. Fallas. Las infantiles a partir de las 22horas, el resto a las 23h, 24h, 00.30 h, y 01.00 horas.

20 de marzo

Sábados en el Museo. Visita guiada. Museo Historia Natural. A las 12h.

Especial fallas. Mini-ninots. Taller. Mercado de Campanar. De 12h a 14h.

El arte prehistórico. Taller. Centro Cultural La Beneficencia. A las 17.30 h.

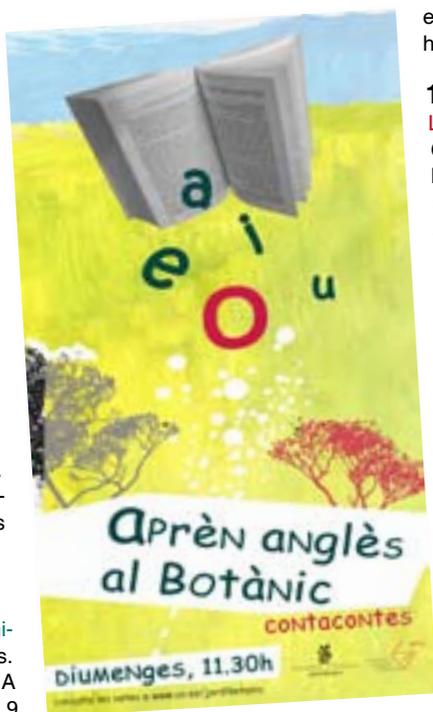
El lobo feroz. Teatro. El Teatret. A las 17.30 h y a las 19 horas. A partir de 3 años.

Juan sin miedo Marionetas. Teatro la Estrella. A las 18.00h.

21 de marzo

Descubriendo a los insectos Taller. Museo Historia Natural. De 4 a 12 años. A las 12h.

El arte prehistórico. Taller. Centro Cultural La Beneficencia. A las 10.30 y 12h.



...Y donde?

BIblioteca Pública de Valencia. Calle Hospital, 13. TEL. 963519996. WWW.GVA.ES/BPV/ ENTRADA GRATUITA.

CIUDAD DE LAS ARTES Y LAS CIENCIAS. AVD. AUTOPISTA DEL SALER. 902 100 031 WWW.CAC.ES

CENTRO CULTURAL LA BENEFICENCIA. C/ CORONA, 36. TEL. 96.388.35.65. TEATRO Y TALLERES INFANTILES. WWW.DIVALES. ENTRADA GRATUITA.

CENTRO CULTURAL BANCAJA. PLAZA DE TETUÁN, 23. TEL. 963813993 HTTP://OBRASOCIAL.BANCAJA.ES/ ENTRADA GRATUITA.

EL TEATRET. CALLE DOCTOR ZAMENHOF, 45. WWW.TEATRECAIXETA.COM

ESCALANTE CENTRE TEATRAL. CALLE LANDERER, 5 TEL. 963912442 WWW.ESCALANTECENTRETEATRAL.COM

L'HORTA TEATRE CALLE SAN MARTÍ DE PORRES, 17. TEL. 963759643 WWW.LHORTATEATRE.COM

MARINA REAL JUAN CARLOS I. PUERTO. WWW.MARINAREALJUANCARLOSI.COM ENTRADA GRATUITA.

MERCADO DE CAMPANAR. TIRSO DE MOLINA, 16. TEL. 963173640 WWW.MERCADODECAMPANAR.COM ENTRADA GRATUITA.

METROVALENCIA. ESTACIONES METRO. 900461046 WWW.METROVALENCIA.ES ENTRADA GRATUITA

MUSEO VALENCIANO DE HISTORIA NATURAL. PASEO DE LA PECHINA, N.15. TEL. TEL. 96-3910606. WWW.NATURAMUSEO.ORG

MUVIM. CALLE QUEVEDO, 10. 96-3883730 WWW.MUVIM.ES. ENTRADA GRATUITA.

PALAU DE LA MÚSICA. PASEO DE LA ALAMEDA, 30. TEL. 963375020 WWW.PALAUDEVALENCIA.COM

TEATRO DE MARIONETAS LA ESTRELLA. SALA PETXINA. CALLE DOCTOR SANCHIS BERGÓN, 29. TEL. 963717384. WWW.TEATROLAESTRELLA.COM

TEATRO EL MUSICAL (TEM) PLAZA DEL ROSARIO, 3. EL CABAÑAL-CAÑAMELAR. TEL. 963242552 WWW.TEATRE-ELMUSICAL.COM

SALA PARPALLÓ. CALLE ALBORAYA, 5. TEL. 963614415 WWW.SALAPARPALLO.ES ENTRADA GRATUITA.

Aurorín y doctor Tornado. Circo. Centro Cultural la Beneficencia. A las 11 y a las 12.30h.

De Gaudí a Picasso. Taller. IVAM. A las 10h, a las 12h y a las 13 horas. A partir de 5 años.

Baobad. Teatro. Escalante. A las 18h.

Juan sin miedo Marionetas. Teatro la Estrella. A las 18.00h.

El lobo feroz. Teatro. El Teatret. A las 12h y a las 18 horas. A partir de 3 años.

26 de marzo

L'Hora del Conte. Cuentacuentos. Biblioteca Pública de Valencia. A las 18h.

27 de marzo

Teatro-taller de cocina: trufas de chocolate. Taller. Mercado de Campanar. De 12h a 14h.

La Música en la Prehistoria. Taller. Centro Cultural La Beneficencia. A las 17.30h.

Sábados en el Museo. Visita guiada. Museo Historia Natural. A las 12h.

Juan sin miedo Marionetas. Teatro la Estrella. A las 18.00h.

El lobo feroz. Teatro. El Teatret. A las 17.30 h y a las 19 horas. A partir de 3 años.

28 de marzo

De Gaudí a Picasso. Taller. IVAM. A las 10h, a las 12h y a las 13 horas. A partir de 5 años.

Teatro títeres. Taller. Teatro el Musical (TEM) A las 11 horas. De 5 a 10 años.

VI Carrera Popular a Ruzafa. Deporte. Recorrido urbano.

El arte prehistórico. Taller. Centro Cultural La Beneficencia. A las 10.30 y 12 h.

Magic comedy. Magia. Centro Cultural La Beneficencia. A las 11 y a las 12.30h.

Museo de Historia de Valencia. Domingo Nanometro. Estación Nou d'Octubre. A las 12 horas. Las actuaciones cuentan con un intérprete de lenguaje de signos. www.metrovalencia.es

El lobo feroz. Teatro. El Teatret. A las 12h y a las 18 horas. A partir de 3 años.

Descubriendo a los insectos Taller. Museo Historia Natural. De 4 a 12 años. A las 12h.

El Romeo y la Julieta. Teatro. Escalante. A las 18h.

Juan sin miedo. Marionetas. Teatro la Estrella. A las 18.00h.



3 de abril

Sábados en el Museo. Visita guiada. Museo Historia Natural. A las 12h.

Haz una cometa. Taller. Centro Cultural La Beneficencia. A las 17.30h.

Superhéroes...Teatro. Centro Cultural La Beneficencia. A las 18.30h.

El lobo feroz. Teatro. El Teatret. A las 17.30 h y 19 h.

4 de abril

De Gaudí a Picasso. Taller. IVAM. A las 10h, a las 12h y a las 13 horas. A partir de 5 años.

El lobo feroz. Teatro. El Teatret. A las 12 y a las 18 horas.

Haz una cometa. Taller. Centro Cultural La Beneficencia. A las 10.30 y 12h.

Superhéroes...Teatro. Centro Cultural La Beneficencia. A las 11 y a las 12.30h.

Los moluscos. Taller. Museo de Historia Natural. De 4 a 12 años. A las 12h.



6 de abril

Educación Ambiental. Escuela de Pascua. Museo Valenciano de Historia Na-





Ciudad de Valencia. Paseo Marítimo Valencia

11 de abril

Haz una cometa. Taller. Centro Cultural La Beneficencia. A las 10.30 y 12h.

Inventando personajes de cine. Taller. Teatro el Musical (TEM) A las 11 horas. De 5 a 10 años.

XIII Festival Internacional de Cometas Ciudad de Valencia. Paseo Marítimo Valencia

De Gaudí a Picasso. Taller. IVAM. A las 10h, a las 12h y a las 13 horas. A partir de 5 años.

Los moluscos Taller. Museo de Historia Natural. Hasta 12 años. A las 12h.

La peli. Teatro. Centro Cultural La Beneficencia. A las 11 y a las 12.30h.

El lobo feroz. Teatro. El Teatret. A las 12 y a las 18h.

Espanis Circus. Marionetas. Teatro la Estrella. A las 18.00h.

12 de abril

Miracles San Vicente Ferrer. Representaciones realizadas por niños. En los diferentes escenarios conocidos como "altares" (del Mar, de la Pila, del Tossal...hasta 14 en total)

Espanis Circus. Marionetas. Teatro la Estrella. A las 18.00h.

16 de abril

L'Hora del Conte. Cuentacuentos. Biblioteca Valencia. A las 18h.

17 de abril

Sábados en el Museo. Visita guiada. Museo Historia Natural. A las 12h.

Pulcinella. Concierto escenificado. Ciclo Música en Familia. Palau de la Música. Sala Iturbi. Música de Stravinski. A las 16.30 y a las 18.20

Haz una cometa. Taller. Centro Cultural La Beneficencia. A las 17.30h.

Geronto Show. Teatro. Centro Cultural La Beneficencia. A las 18.30h

Asteroide B612. Los amigos del Principito. Teatro. El Teatret. A las 17.30 y a las 19horas.

Mis abuelos también me enseñan. Taller. MUVIM. A las 18.30h. De 6 a 12 años.

El viaje submarino de Cuchufleta y Bombalino. Marionetas. Teatro la Estrella. A las 18.00h.

18 de abril

Los moluscos .Taller. Museo Historia Natural. De 4 a 12 años. A las 12h.

Haz una cometa. Taller. Centro Cultural La Beneficencia. A las 10.30 y 12h.

Mutis por el foro. Taller de música. Teatro el Musical (TEM) A las 11 horas. De 5 a 10 años.

Mis abuelos también me enseñan. Taller. MUVIM. A las 11.30h. De 6 a 12 años.

Pulcinella. Concierto escenificado. Ciclo Música en Familia. Palau de la Música. Sala Iturbi. Música de Stravinski. A las 12.00, a las 16.30 y a las 18.20

De Gaudí a Picasso. Taller. IVAM. A las 10h, a las 12h y a las 13 horas. A partir de 5 años.

Geronto Show. Marionetas. Centro Cultural la Beneficencia. A las 11 y a las 12.30h.

El viaje de Mur. Teatro. Escalante. A las 18h.

17.30h.

¡Corral Kaos. Teatro. Centro Cultural La Beneficencia. A las 18.30h

El viaje submarino de Cuchufleta y Bombalino. Marionetas. Teatro la Estrella. A las 18.00h.

Sábados en el Museo. Visita guiada. Museo Historia Natural. A las 12h.

Asteroide B612. Los amigos del Principito. Teatro. El Teatret. A las 17.30 y a las 19horas

Mis abuelos también me enseñan. Taller. MUVIM. A las 18.30h. De 6 a 12 años.

25 de abril

Inglés en el Botánico. Cuentacuentos. Jardín Botánico. A las 11.30h. De 4 a 9 años.

De Gaudí a Picasso. Taller. IVAM. A las 10h, a las 12h y a las 13 horas. A partir de 5 años.

Mis abuelos también me enseñan. Taller. MUVIM. A las 11.30h. De 6 a 12 años.

tural. De 9 a 14h. A partir de 4 años. Hasta el 9 abril

9 de abril

XIII Festival Internacional de Cometas Ciudad de Valencia. Paseo Marítimo Valencia. www.festicometavalencia.com

L'Hora del Conte. Cuentacuentos. Biblioteca Pública de Valencia. A las 18h.

10 de abril

Sábados en el Museo. Visita guiada. Museo Historia Natural. A las 12h.

Haz una cometa. Taller. Centro Cultural La Beneficencia. A las 17.30h.

La peli. Teatro. Centro Cultural La Beneficencia. A las 18.30h.

El lobo feroz .Teatro. El Teatret. A las 17.30 y 19 h.

Espanis Circus. Marionetas. Teatro la Estrella. A las 18.00h.

XIII Festival Internacional de Cometas



El viaje submarino de Cuchufleta y Bombalino. Marionetas. Teatro la Estrella. A las 18.00h.

23 de abril

L'Hora del Conte. Cuentacuentos. Biblioteca Pública de Valencia. A las 18h.

24 de abril

Jugando a la arqueología. Taller. Centro Cultural La Beneficencia. A las

Jugando a la arqueología Taller. Centro Cultural La Beneficencia. A las 10.30 y 12 h.

Corral kaos. Teatro. Centro Cultural La Beneficencia. A las 11 y a las 12.30h.



¡Arranca estas páginas y llévalas contigo!



UN VIAJE MÁGICO AL MUNDO DE LOS ANIMALES SALVAJES

¿Sabías que hay animales tan rápidos como un coche de Ferrari y osos capaces de cantar ópera?

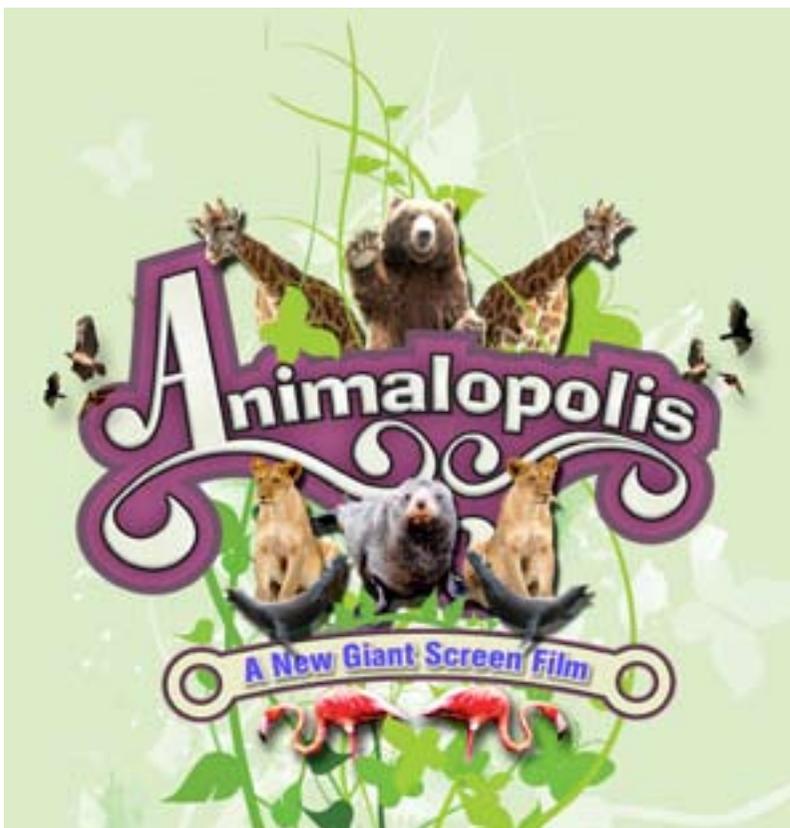
Si quieres conocerlos puedes hacer un viaje al mágico mundo de los animales, un lugar donde todo es posible si se mira con sentido del humor. L'Hemisferic ofrece a niños y grandes "Animalópolis" una película dirigida por Tim Huntley que muestra a los animales en su hábitat natural, enseñando de una forma divertida sus costumbres y curiosas formas de vida.

Sobre la gigantesca pantalla cóncava de 900 metros cuadrados, los doce capítulos que forman "Animalópolis" muestra una mirada alegre e imaginativa a las actitudes un tanto "extrañas" de algunos animales. Aquí es posible ver a leones cantar, a las nutrias rezar, a las focas hacer acrobacias o a osos bailar, ver como "Icuchan" dos gigantes hipopótamos por su ración de ensalada, y ser testigo de curiosas a venturas de las especies más extravagantes, increíbles y simpáticas que viven en la naturaleza.

En formato IMAX, lo que añade espectacularidad a la proyección, y apoyada con música y algunos efectos especiales, cada imagen consigue captar la atención no sólo de los más pequeños de la casa, sino también de los más grandes, ya que mezcla escenas divertidas de los animales con un mensaje sobre la importancia de cuidar la biodiversidad y proteger las especies en peligro de extinción.

Seguro que, entre carcajada y carcajada, "Animalópolis" despierta al imaginación y la curiosidad de los niños por saber más de los animales que comparten el planeta llamado Tierra.

Más información en www.cac.es



Asteroide B612. Los amigos del Principito. El Teatret. A las 12 y 18 h.

Los moluscos. Taller. Museo Historia Natural. De 4 a 12 años. A las 12h.

Palabras de caramelo. Teatro. Escalante. A las 18h.

El viaje submarino de Cuchufleta y Bombalino. Marionetas. Teatro la Estrella. A las 18.00h.

27-28-29 de abril

Música para Bebés. Concierto. Palau de la Música. Sala Martín y Soler. Concierto adaptado para bebés con proyecciones multimedia. A las 11.10h y a las 12h. Orquesta de Valencia y Yaron Traub. A las 18.30horas

29 de abril

El Maestro y sus jóvenes amigos. Ciclo Música en Familia. Concierto. Palau de la Música. Sala Iturbi. Orquesta de Valencia y Yaron Traub. A las 18.30horas

www.juventud-valencia.es

Un riu de festa

TRAMO IV y V DEL DEL RÍO TÚRIA
JUEGOS, TALLERES, ACTIVIDADES, TEATRO

DOMINGOS DESDE DICIEMBRE DE 2009 HASTA JULIO DE 2010
FESTIVOS 22 DE ENERO, 27 DE ABRIL Y 1 DE MAYO
DESDE DICIEMBRE HASTA MAYO DE 1000 H A 1600 HORAS
JUNIO Y JULIO DE 1900 A 2000 HORAS

AJUNTAMENT DE VALÈNCIA
REGIDORIA DE JUVENTUT

un riu de festa

Los domingos a partir de las 11 de la mañana y hasta las 2 de la tarde el Jardín del Turia en su tramo IV y V (entre la Estación de Autobuses y el Paseo de la Pechina) vuelve a convertirse en un RIU DE FESTA. Organizado por la Concejalía de Juventud del Ayuntamiento de Valencia desde el 1999, las actividades que lo conforman están destinadas a niños y niñas de hasta 15 años. Un espacio para disfrutar cada domingo durante marzo y abril, y que en esta ocasión se amplía al también festivo lunes 12 de abril. Juegos, teatro, talleres, música y otras actividades para compartir.

Padres o nones no se responsabiliza de los posibles cambios de horarios y actuaciones. Recomendamos confirmar antes con el centro programador de la actividad.

viajar con niños

Albarracín, la aventura de perderse por sus calles

Callejear por Albarracín es como transportarte en el tiempo. Calles de trazado medieval, aleros que se tocan, madera, forja y yeso rojizo; el castillo y sus murallas, el paseo fluvial, el museo de los Juguetes... Todo esto y más en una ciudad cuyo principal monumento es la ciudad en sí misma

Ya lo decía Azorín: "Visite una de las ciudades más bonitas de España, visite Albarracín"

Perdersé por el **trazado medieval** de sus calles con escalinatas y pasadizos; en el conjunto de su caserío de muros irregulares de color rojizo; entre el entramado de madera y los aleros que se tocan...

Estos son algunos de los muchos encantos que atraen al viajero nada más poner un pie en Albarracín, una ciudad con picaportes de hierro y dragones, diminutas ventanas con visillos de encaje, balcones corridos en rica forja y de madera tallada, casas colgantes que juegan entre sí...Y es que el principal monumento de Albarracín es la ciudad en sí misma, y el mayor encanto callejear por todos sus rincones.

A tan solo 35 kilómetros de Teruel, para conocer mejor la ciudad, Monumento Nacional y Medalla de Oro al mérito en las Bellas Artes, vale la pena partir de la **plaza Mayor**, donde se ubica el Ayuntamiento del siglo XIV, y seguir las distintas rutas. Se recomienda llevar calzado cómodo pues todas las calles están empedradas.

Subida a las murallas y paseo fluvial

La Iglesia de Santa María, la Catedral, el Palacio Episcopal, algunas mansiones señoriales, entre las que destaca la de los Monerdes, y una peculiar arquitectura popular como la **casa de la Julianeta**, la casa de la calle Azagra y la plaza de la Comunidad dan ese aire medieval a la ciudad que seguro recordará a tus hijos a las películas de época o a la televisiva "Águila roja".

El cinto de murallas preside el paisaje junto a los tres castillos, el principal, el del Andador, y el de **Doña Blanca**. Dependiendo de la edad de tus hijos, por el camino puedes contarles la leyenda sobre doña Blanca y la torre del siglo XIII que fue su última morada cuando huyó de Aragón temerosa de los celos de su cuñada la reina. Dicen que murió de allí encerrada y de tristeza, y que su apenada alma baja a bañarse al Guadalaviar las noches de luna llena.

Otra propuesta para recorrer la ciudad es a través de un **paseo fluvial** junto al **río Guadalaviar** a través de una senda por el meandro que forma el río. El puente colgante, el puente de los Carneros, cueva de los Judíos, el molino del Rey y visitas del río y de los principales monumentos saldrán a nuestro paso.

Albarracín es además puerta de entrada y cabeza de la Serranía que lleva su mismo nombre y nos muestra una gran diversidad de ecosistemas. Fuentes, manantiales, lagunas y nacimientos de ríos como el **Tajo**, el **Cabriel**, el Guadalaviar y otros que forman remansos, pozas y cascadas, junto con las muelas, los sabinares y los densos pinares te cautivarán. El Pinar del Rodeno y el **arte rupestre**, el alto Tajo, el río Cabriel, el puerto de Orihuela y el castillo de Peracense son las cinco rutas propuestas.

Museo de los Juguetes

En una sencilla casa del Arrabal de Albarracín, se halla el tesoro más preciado para los pequeños: el **Museo de los Juguetes**. Propiedad de la Fundación Eustaquio Castellanos, el

museo invita además a los mayores a regresar a su niñez durante un rato.

Una muñeca de principios del siglo XX sentada en un coche a pedales de 1880 así como otros juguetes antiguos nos dan la bienvenida al museo junto a una sala dedicada a los juguetes de los años 1960-1970 con las muñecas Famosa, los Geyperman, el Excalestic, el Cine Exin, los Educa y otros juguetes de la época.

En la segunda planta, muebles y útiles de hogar, muñecas, pupitres, mapas, vajillas de porcelana, juguetes de hojalata, casitas de muñecas...

Finalmente, en la tercera sala de techos de madera y suelo de yeso, se muestran coches, trenes, motos, juegos de construcción, cines, barcos, teatros, figuritas de plomo, recortables, caballos de cartón y más piezas dispuestas entre el granero y el desván. Un viaje en el tiempo a través del juguete.

No te pierdas el **Molino del Gato**, uno de los más antiguos molinos de Albarracín que ha sido restaurado y se muestra ahora como café-galería, pudiendo contemplarse la antigua maquinaria de este molino del siglo XVI así como las aguas del Guadalaviar que pasan todavía por sus aspas.

El **Museo de la Forja** es otras de las citas en esta ciudad para descubrir el arte del herrero tan presente en su arquitectura.

Para más información, www.albarracin.org





viajar con niños

Bruselas, un paseo por la capital del Comic

Es el corazón de Europa, cuna del Art Nouveau y sede de las principales instituciones de la Unión Europea. Todo eso puede ser poco atractivo para un niño, y aún menos para un adolescente, pero diles que es la capital del chocolate y la ciudad natal de Tintín y del comic y verás como todos se apuntan.



Bruselas se ha convertido en un destino imprescindible para viajar en familia. Museos, monumentos, parques y atracciones son algunos de los reclamos que le dan un indudable atractivo para todas las edades, pero hay muchos más que la convierten en una ciudad única y divertida.

Pocas ciudades pueden presumir de ser la capital europea del comic y de haber visto nacer a personajes tan legendarios como **Tintín**, **Lucky Luke**, **Spirou** o los Schtroumpf, conocidos en España como los **Pitufos**. Así que la capital belga sorprende a sus visitantes con recreaciones a gran tamaño de elementos y páginas de tebeos que pueden asaltar al turista en cualquier esquina y en los lugares más sorprendentes, que seguro hace las delicias de los más pequeños, pero también de los más grandes.

Para no perderse nada, lo mejor es recorrer la **ruta del comic** y dejarse sorprender por algunos de los murales en plena calle pintados por prestigiosos dibujantes que han recreado desde el imprescindible Tintín hasta Astérix. Lo que en 1991 fue una iniciativa para rehabilitar viejos y deteriorados edificios, se ha convertido en una seña de identidad de la ciudad. El recorrido incluye el **Museo del Cómic** (Rue de les Sables), cuyo edificio es por sí mismo una auténtica joya, diseñado por Victor Horta, uno de los mayores exponentes del Art Nouveau, y donde encontrareis desde el famoso cohete rojo y blanco con el que Tintín viajó a la luna, hasta sus inseparables compañeros, como el Capitán Haddock. El recorrido debe incluir además la **Tienda de Tintín** (13 rue de la Colline) y el **Museo Hergé**, padre del famoso

periodista y aventurero, que se encuentra en la población de Louvain-La-Neuve, a unos 30 minutos de Bruselas.

Pero por si fuera poco, Bruselas es también la capital del chocolate y además de poder disfrutar de este exquisito dulce en cualquier lugar, se puede visitar el **Museo del Chocolate**, un plan de los más goloso para los pequeños que podrán aprender más sobre sus orígenes y fabricación mientras degustan deliciosos bombones. Pero se tenga la edad que se tenga, el punto de partida para conocer la ciudad es sin duda la **Grand Place**, corazón de la ciudad desde la Edad Media. No sólo sus espectaculares edificios resultan impresionantes, sino también la vida que se respira ya que sus mercadillos y puestos de flores la llenan de vida a todas horas.

A sólo tres minutos andando desde la Gran Place se encuentra la famosa escultura del **Manneken-Pis**, (en el cruce de la Rue du Chêne y de la Rue de l'Etuve) que seguro encantará a los más pequeños. La estatua representa a un niño haciendo pis y en muchas ocasiones le ponen un divertido disfraz. También se puede visitar el Museo de los trajes del Manneken-Pis. La estatua representa a un niño haciendo pis y en muchas ocasiones le ponen un divertido disfraz. También se puede visitar el Museo de los trajes del Manneken-Pis. Visita obligada es también el **Atomium** (lunes a domingo de 9.00 a 18.00. Precio 9 euros), en la Avenue du Gros Tilleul, una estructura de 103 metros de altura que fue construida para la Exposición General. Las espectaculares vistas y el ascenso "ultrarápido" son toda una aventura para los más pequeños.

Para completar el día, no hay que olvidar una visita al **Parque Mini-Europa**, muy cerca del Atomium y donde los niños podrán recorrer los monumentos más importantes de las principales ciudades a su propia escala. 350 maquetas gigantes de monumentos europeos convierten este parque en toda una aventura. La capital belga cuenta además con muchos y divertidos parques, desde el parque de atracciones **Walibi**, a sólo 20 minutos de Bruselas, hasta el **Océade**, un parque de atracciones acuático para disfrutar todo el año, eso sí ¡no te olvides el bañador!

También los museos son un importante reclamo, ya que aquí se encuentra el **Museo Internacional Peruchet de marionetas**, el **Museo de Ciencias Naturales**, muy recomendable para niños entre 7 y 12 años o el **Museo del Juguete** (Rue de l'Association, 24), diseñado para niños a partir de los 2 años. Si se quiere dar un toque más cultural a la visita, se puede visitar el **Museo Magrit** dedicado al famoso pintor belga.

Además, si tenéis tiempo también os encantarán el **Museo de la batalla de Waterloo** y el **León**, a solo 20 minutos de Bruselas en coche, no os arrepentiréis, ya que les encanta a todos los niños. Una buena opción para conocer bien la ciudad se opta por las visitas guiadas. A pie, en bici o en autobús, los guías dirigen excursiones por los diferentes lugares de la ciudad. Tampoco os podéis perder algunos de numerosos parques y bosques de la ciudad y sus alrededores, ya que Bruselas cuenta con un 15 por ciento de zonas verdes. En algunos, como el de **Bois de la Cambre** se puede dar un paseo en un bote de remos.

Y por si todo esto fuera poco, en Bruselas es fácil encontrar hoteles especialmente destinados a familias y además, en muchos restaurantes los niños más pequeños comen gratis.



Sigue nuestro blog de "Niñ@s a bordo" en www.padresonones.es y comparte con nosotros tus experiencias como "familia viajera"

NO TE PIERDAS....

- El **Ommegang** Si estais en Bruselas entre el 29 de junio y el 1 de julio, disfruta con esta procesión alrededor de la Grand Place con más de 1.400 participantes con la que los belgas recuerdan la entrada del Rey Carlos V.
- Tomar unos mejillones y beber** cerveza belga en los alrededores de la Grand Place.
- Visitar el Museo del niño** (Burgemeesterstraat, 15) donde es posible conducir un submarino, convertirse en mago, construir un avión o actuar en un teatro de verdad.
- Enseñar a los niños las sedes de las instituciones europeas e internacionales

DÓNDE COMER

- Le Perroquet**: Restaurante Art-Decó en la Rue de Watteu 31. Aquí encontrareis las mejores pitas de todo Bruselas
 - Chez Léon 18**, (Rue des Bouchers) para disfrutar con la comida típica de Bélgica: los mejillones con patatas fritas
 - Mmmmh** Abre sólo los sábados por la tarde, pero aquí los niños cocinan y luego comen lo que han aprendido.
 - Pain Quotidien**. Los encontrareis por todos sitios y son ideales para toda la familia
 - Cramic art café** (Rue Lebroussart 112) Para merendar mientras se pintan platos, boles y tazas de porcelana.
 - Restaurante del museo de Arte e Historia** (Parc du Cinquantenaire, 10) muy agradable.
- Y además...**en la Rue des Bouchers encontrareis 2 o 3 calles llenas de restaurantes para turistas alrededor de la Grand Place y de las Galeries St Hubert Comida típica (mejillones y patatas fritas, Waterzooi...) sobre todo crustáceos y pescado.

CUÉNTALE A TUS HIJOS...

- El **Atomium** representa un cristal de hierro ampliado 165 millones de veces
- Con el **Manneken-Pis** se recuerda «al niño que salvó Bruselas del fuego apagándolo con su pipí»
- En **Bruselas** se encuentra la sede del parlamento Europeo





Valencia es una aventura

Callejeando

Valencia esconde miles de historias. Un repaso a los azulejos con el nombre de cada calle es una divertida manera de conocer algunas de ella. Historias que hablan de ilustres ciudadanos, profesiones olvidadas y referencias a un pasado a veces sorprendente para los más pequeños. Recórrelas con tus hijos y pasa una divertida tarde aprendiendo más de vuestra ciudad.

Los nombres de las calles nos enseñan mucho del pasado de la ciudad, pero también pueden ser un divertido juego para una tarde de domingo. Al aire libre, sin prisas y con un buen mapa en la mano, padres e hijos se pueden convertir en intrépidos historiadores. Seguro que os encontrareis más de una sorpresa.

Una divertida forma de recorrer las calles es agrupándola por temas. Así, se puede hacer una ruta para recorrer las calles de los poetas, las que tienen nombre de profesiones, las de valencianos famosos.... También puedes dedicar un día a la zona vieja y otro a las avenidas modernas, para comprobar como han cambiado los nombres a los que la ciudad ha rendido homenaje a través de los tiempos.

Te damos algunas claves, pero seguro que encuentras muchas más.

Algunas calles hacen referencia a un pasado que ya no existe. Seguro que los más pequeños encontrarán increíble que la **Calle Barcas**, hoy en el mismo centro de la

ciudad, deba su nombre a su pasado como antiguo barrio de pescadores. En esas calles vivían los marineros y calafates que con maderas, brea y estopa realizaban sus pequeñas barcas que posteriormente hacían llegar al mar remontando el río.

Muy cerca se encuentra la **Calle del Mar**, llamada así porque desembocaba en la antigua Puerta del Mar, que formaba parte de la muralla del siglo XIV

También se puede visitar la **calle de las Maderas**, que nace en la avenida del Puerto. El nombre de esta calle recuerda que durante la industrialización, a finales del siglo XIX, el camino del Grao (ahora avenida del Puerto) fue llenándose de almacenes de madera.

De la misma forma, la cercana **Avenida Serrería**, hace referencia a esta época, aunque con el paso de los años, los edificios comenzaron a sustituir a las industrias y hoy es difícil imaginar cómo era la vida de la gente que vivía en esa calle hace un par de siglos

También encontrareis en Valencia muchas calles en la zona del casco antiguo, tienen nombres de profesiones, algunas ya desaparecidas. Esto es porque antiguamente congregaban a personas que ejercían determinados oficios, agrupados en gremios. Es el caso de la **Calle Corregería**, que reunía

a los fabricantes de los correajes de los caballos; la **Calle Bolsería**, (Bosseria) que agrupaba a cordoneros, guanteros y otros establecimientos en que se fabricaban bolsos, y fueron los artesanos sederos los que dieron nombre a la **calle Velluters** (vellut, que quiere decir terciopelo)

Otras veces son los edificios conocidos o emblemáticos los que han dado nombre a calles y plazas, es el caso de **Mercado o Convento Santa Clara**, por poner sólo dos ejemplos.

Lo más habitual es encontrar calles con nombres de personalidades relevantes de todos los tiempos, es el caso de **Obispo Oliag, Botánico Cabanilles o Marqués de Dos Aguas**, de escritores como **Blasco Ibañez** o **Poeta Quintana** y pintores como **Salvador Abril**.

En Valencia encontramos también calles dedicada a la **Republica Guinea Ecuatorial** (país africano situado en el golfo de Guinea que fue colonia española hasta 1968) y otras como la **calle Comedias** que debe su nombre a que hasta 1656 existía allí un corral de comedias, que era como se conocían antes a los teatros, o la **calle La Nave**, llamada así en recuerdo a un mesón que había con ese nombre en la zona.

También es posible conocer la historia de la ciudad a través de los cambios de nombre de algunas calles y plazas. **San Vicente** se llamó durante una época "Largo Caballero"; **La Avenida del Puerto** fue también



CARRER
J. LLUIS
VIVES
URCENCIA



la avenida Lenin; la Calle Cabaleros fue calle Metalúrgica y Paseo al Mar fue rebautizada como Paseo de la Unión Soviética durante la Guerra Civil y posteriormente Blasco Ibáñez,

Si has decidido saber más de la ciudad en la que vives, no te olvides antes de salir de excursión de informarte sobre los personajes a los que están dedicadas las calles que vais a ver, así podrás sorprender a tu hijo, contándole historias curiosas.

Juega con tus hijos

Poner un tema y buscar en un plano las calles en un tiempo, gana quien más encuentre. Se pueden buscar calles de poetas o las que tienen el nombre más largo, más raro o con una determinada consonante. Hacer una ruta temática y aprovechar para profundizar más sobre ese tema

-Cuéntales a tus hijos.... Quienes eran

Seguro que has recorrido muchas veces estas calles, pero ¿sabes realmente a quienes están dedicadas?

Cirilo Amoros: abogado y político conservador, en tiempos de Cánovas del Castillo. Fue Gobernador de Valencia y apoyó nuevos proyectos urbanísticos de la ciudad. Solicitó licencia a la Reina Isabel II para derribar el último tramo de la muralla de la ciudad construida en el siglo XIV por Pedro el Ceremonioso. De esta forma se creó el llamado Ensanche de la ciudad. Impulsó el asfaltado de las calles y contribuyó a la creación del Cuerpo de Bomberos.

Jacinto Benavente. Dramaturgo madrileño que recibió el premio Nobel de Literatura en 1922 y vivió en Valencia durante la Guerra Civil. Entre sus obras más conocidas destacan: "La malquerida" y "Los intereses creados".

Almirante Cadarso Capitán de Navío de la Armada Española. Fue ascendido póstumamente a Almirante por el gran valor demostrado durante la Batalla de Cavite, en la que perdió la vida.

Reina Doña Germana. Segunda esposa de Fernando II de Aragón y por tanto reina consorte de Aragón y virreina de Valencia. Murió en Liria a los 49 años

Primado Reig y Cardenal Benlloch Obispos de Valencia que llegaron a ser cardenales durante el Pontificado de Pío XI.

Jaime Roig. Médico y escritor valenciano del siglo de Oro de las artes valencianas

Peset Aleixandre. Médico, catedrático y político nacido en Godelia, fusilado al final de la Guerra Civil. Con apenas 22 años había completado cinco carreras

Marques del Turia Título concedido por Alfonso XIII a Tomás Trenor por la organización de la Exposición Regional de Valencia de 1909

Poeta Querol Vicent Wenceslao Querol fue un poeta valenciano nacido en 1836 vinculado al Realismo

Conde Salvatierra. Su nombre era García Sarmiento y Sotomayor, fue Virrey de Nueva España (1642-1648), ordenó una expedición a California y fundó la ciudad de Salvatierra en el actual estado de Guanajato. De Nueva España pasó a Perú y allí aplicó una política de pacificación y conversión de las tribus del río Marañón.





Deporte base

Rugby, ideal a cualquier edad

Acción, técnica y diversión se conjugan perfectamente en el rugby por lo que es un deporte ideal para los niños. Aún así muchos padres se muestran reticentes a este deporte ya que parece agresivo y violento. Sin embargo es un deporte en el que el respeto al contrario, la coordinación y el compañerismo son fundamentales.

Por Ana Serra

Es cierto que el rugby es un deporte en el que el contacto físico adquiere una importancia notable. Pero este contacto está reglado con el objetivo de proteger al jugador y permitir que se desarrolle el juego. De hecho, en el rugby existe una norma no escrita por la que **al finalizar los partidos todos los jugadores hacen un pasillo y se saludan.** Desde los jugadores más pequeños que cuentan con tan sólo 6 años de edad hasta a nivel profesional, todos cumplen con este antiguo gesto. Esto enseña a los niños desde pequeños el respeto por todos y, sobretodo, **aprenden que sin un rival no sería posible jugar.**

Otro de los miedos más comunes de los padres son las lesiones. Pero en el rugby no hay más lesiones que en cualquier otro deporte. Además estas lesiones en su mayoría provienen de gestos técnicos mal realizados. Es por ello que los entrenadores inciden mucho en este aspecto, porque lo importante es jugar bien, no ganar.

Además el rugby tiene un gran contenido pedagógico. La forma ovalada del balón ayuda a los niños a desarrollar la coordinación de movimientos y la agilidad. El tipo de juego (se corre hacia adelante pero el balón se pasa hacia

detrás) es un divertido desafío para todos los niños y niñas que empiezan a jugar.

Este deporte es especialmente activo porque enseña a los niños a correr, saltar, empujarse, caer... pero todos los choques entre los jugadores han de ser realizados bajo unas normas, impidiendo así que esto sea una excusa para "jugar sucio".

En las escuelas de rugby infantil y juvenil el objetivo es que los niños aprendan a jugar, por eso el deporte va "creciendo" a medida en que los niños van desarrollándose física, psicológica, técnica y tácticamente. Tal y como se plantea desde Rugby Club Valencia "adaptamos el juego al jugador y no al revés". Lo importante es que los niños sean deportistas, "es muy importante el compañerismo y crear un buen ambiente en el equipo", según explica su entrenador, Arturo Blasco.

RUGBY FEMENINO

Si el rugby es un gran desconocido en España en la categorías femeninas lo son aún más. Sin embargo en Valencia encontramos varios equipos femeninos. En las categorías inferiores niños y niñas juegan juntos y aprenden así a cooperar y competir juntos. A medida que van creciendo se crean las dos categorías. Este deporte es tan apto para niños como para niñas ya que la fortaleza física no es fundamental.

NORMAS DE JUEGO

Es un deporte diferente, de equipo y sobre todo muy divertido. Te explicamos algunas de las normas básicas que has de saber para empezar a jugar:

-Solo puedes pasar el balón hacia atrás. Por eso es muy importante la coordinación de todo el equipo, la estrategia y la técnica permiten a los equipos marcar puntos.

-Para marcar puntos el balón ha de ser plantado al otro lado de la línea de fondo. De esta forma el equipo logra cinco puntos.

-La melé es una forma de reiniciar el juego tras una infracción leve. Los delanteros y medios del equipo se concentran en una zona del campo. En cuanto el medio melé levanta la pelota, el contrincante puede placar cualquier jugador que posea el balón.

DESMITIFICANDO EL RUGBY

-**No es un deporte violento:** En contra de la imagen que solemos percibir es un deporte en el cual se fomenta en los jugadores un gran respeto por el adversario. El contacto está reglado y no tiene el objetivo de limitar al contrario sino de seguir el juego.

-**Es un deporte con gran contenido pedagógico:** Es un complemento para el desarrollo de la psicomotricidad. La forma del balón es un desafío para la coordinación de los niños más pequeños.

-**Fomenta el compañerismo:** Es ante todo un deporte de equipo en el que es imposible que un jugador solo marque un solo punto. El trabajo en equipo, la técnica y la convivencia es la forma de avanzar.

-**Es un deporte para todos:** En Valencia existen clubes en los que niños y niñas desde los 6 años de edad pueden empezar a jugar a rugby, adaptándolo a la edad. No hay distinción de niños y niñas ya que es un deporte abierto a todos.

¿Sabías qué?

-El rugby surgió en la ciudad de Rugby, en 1823

-Nació cuando dos equipos estaban jugando a un deporte parecido al fútbol. En el transcurso del partido uno de los jugadores, Webb Ellis, cogió el balón con la mano y salió corriendo hasta la portería contraria. Desde entonces se ha ido desarrollando este deporte.

-Alrededor del mundo el rugby levanta grandes pasiones. La copa del mundo Webb Ellis o el Torneo de las Seis Naciones es seguido por millones de telespectadores alrededor de todo el mundo.

-Algunas de las mejores selecciones del mundo son Sudáfrica, Nueva Zelanda o Inglaterra.

-En todas estas competiciones los jugadores nunca olvidan saludar al contrario al acabar el partido ya que sin rival no hay partido.



Sabías que...?

FUNDACIÓN CUADERNOS RUBIO: 100% RESPETO, AL LADO DEL PROFESOR



Bajo el lema, 100% Respeto, la Fundación Cuadernos Rubio presenta una campaña en la que se pone de manifiesto los problemas actuales en los que se ven envueltos los profesores de hoy en día.

Desde su nacimiento en 1957, el objetivo de Cuadernos Rubio ha sido ayudar en su tarea a educadores de decenas de generaciones de niños y niñas españoles. Y como pieza fundamental del sistema educativo está el profesor, en 2010, es por ello que el presidente del Patronato, Enrique Rubio, destaca en esta campaña la apuesta "por una educación responsable que impregne a toda la sociedad" El respeto a los profesores se erige así como la máxima de esta campaña para fomentar la educación responsable entre padres, alumnos y docentes, así como la solidaridad, el compromiso y sobre

todo el respeto, vehículos fundamentales para mejorar el entendimiento en el aula.

Por su parte, Javier Urra, Doctor en Psicología y Pedagogo Terapeuta, destaca en este sentido el imprescindible papel que tienen los profesores en la vida de sus alumnos: "El profesor es una autoridad que nace del saber, del respeto, del compromiso y la vocación, por ello el profesorado debe respetarse a uno mismo para hacerse respetar entre el resto".

CONCERTISTAS DE 12 A 16 AÑOS, SOLISTAS EN EL PALAU

El Palau de la Música y la Orquesta de Valencia ofrecen un nuevo tipo de concierto para escolares y familias. La novedad reside en que jovencísimos concertistas de 12 a 16 años tocarán como solistas, acompañados por la Orquesta de Valencia.

La idea surge de la fantástica experiencia previa llevada a cabo por la Filarmónica de Israel que, desde hace años, realiza este tipo de conciertos con un gran éxito pedagógico. Yaron Traub, israelí, Director Titular y Artístico de la Orquesta de Valencia, "importa" este concepto a Valencia, con el que los jóvenes adolescentes músicos tienen un gran estímulo de superación.

Al mismo tiempo, cabe destacar en esta iniciativa cómo los jóvenes compañeros oyentes se interesan e implican totalmente en el concierto y en el mundo de la música clásica, puesto que esta vez los "solistas" son sus propios compañeros de aula y se sienten identificados con ellos.

El concierto tendrá lugar el 29 de abril en cuatro sesiones y lleva por título "El maestro y sus jóvenes amigos"

Más de cien millones de personas disfrutan de la energía de Iberdrola en todo el mundo.

Sabías que...?

LA COMUNIDAD CUENTA CON EL PRIMER CLUB DE RESTAURACIÓN PARA CELIACOS

Aproximadamente el uno por ciento de la población es celiaca, lo que supone miles de personas, muchas de ellas niñas, afectadas por una enfermedad que les obliga a llevar una estricta dieta sin gluten, lo que dificulta su vida social de las familias con un miembro afectado.

Conscientes de esta circunstancia, la Confederación Empresarial de Hostelería y Turismo de la Comunidad Valenciana ha creado el Club de Restauración para Celiacos de la Comunidad Valenciana, un ambicioso proyecto innovador y pionero con el que se pretende responder a las especiales necesidades alimenticias de este colectivo.

Unos 70 establecimientos repartidos a lo largo y ancho de la Comunidad, a los que en breve se sumarán una veintena más, forman parte de esta red que hace posible que se esté donde se esté se pueda encontrar a menos de 20 kilómetros especialmente un restaurante para celiacos.

En este proyecto ha colaborado además la Asociación de Celiacos de la Comunidad Valenciana (Acecova), la Federación Española de Celiacos (FACE) y la Conselleria de Turismo de la Generalitat y cuenta con el asesoramiento del Colegio Oficial de Farmacéuticos de Valencia, y el departamento de nutrición y dietética de la Facultad de Farmacia de la Universitat de Valencia.

La enfermedad celiaca es una intolerancia permanente del organismo al gluten que es una de las proteínas presentes en ciertos tipos de cereales. Asimismo el gluten está presente en todo tipo de productos elaborados que incluyan este tipo de cereales en forma de almidones, levaduras, colorantes, emulsionantes y conservantes de todo tipo. Las repercusiones que tiene esta intolerancia afectan gravemente a las condiciones de la calidad de vida del celiaco y limitan sus posibilidades nutricionales.

Con respecto a los requisitos técnicos que debe tener presentes los restaurantes que quieren ofrecer una dieta sin gluten hay que destacar los siguientes:

- 1.- Utilización de equipos y utensilios exclusivos para la elaboración de menús y recetas para celiacos que eviten la contaminación cruzada en el caso de que estos utensilios se utilicen para la elaboración de productos con gluten.
- 2.- Selección de la materia prima de tal manera que se utilicen productos y alimentos manufacturados en los que los que sus conservantes y aditivos estén libres de gluten.
- 3.- Evitar la condimentación de alimentos (salsas, emulsiones, gelatinas, colorantes, etc.) que incluyan gluten entre sus componentes.

Provincia de Valencia Con los cinco sentidos *¡descúbreme!*



www.valenciaterraimar.org

Valencia Un Río de Cultura

www.culTuria.com



1. Parque de Cabecera, Bioparc, Parque de Atracciones
2. Museo de Historia de la ciudad (Sala Hipódromo)
3. Estadio del Turia (Tramo 8)
4. Jardín de las Heróicas
5. Jardín Durruti
6. Puente de las Artes
7. Institut Valencià d'Art Modern
8. La Beneficència
12. Torres de las Serranas, Puerta al Centro Histórico
14. Real Monasterio de la Trinidad
15. Museo de Bellas Artes San Pío V.
Real Academia de Bellas Artes de San Carlos de Valencia
16. Viviendas Municipales, Jardín Zoológico
17. Museo Municipal de Ciencias Naturales
18. Jardines de Montforte
19. Puente del Real
22. Puente de Calatrava
23. Paseo de la Alameda
24. Palacio Municipal de la Exposición
25. Fábrica de Tabacos
26. Edificio de La Lanera
27. Puente de Aragón
28. Pabellón de la Música
29. Puente del Ángel Custodio
30. Gulliver
31. Museu Fabrer
32. Pabellón de las Artes
33. L'Hemisfèric
34. Esculturas Prehistóricas
35. Museo de las Ciencias "Príncipe Felipe"
36. L'Oceanogràfic



9. Casa Museu Benlliure



18. Centro El Carmen y Museo siglo XIX



11. Casa de Les Roques



12. Puente de las Serranas



20. Iglesia y Palacio del Templo



21. Convento de Santa Dominga

Sabías que...?

FAMILIA NUMEROSA:

LAS "VENTAJAS" DE SER MUCHOS

Unas 67.600 familias valencianas pueden disfrutar de numerosas ventajas gracias al Carné de Familia Numerosa puesto en marcha por la Conselleria de Bienestar Social.

Esta acreditación se entrega de manera individual a cada uno de los miembros de la familia a partir de los 14 años, lo supone que son más de 180.000 los carnés expedidos.

Actualmente existen dos categorías de familia numerosa. La "General", para familias con 3 y 4, y la Especial", a partir del quinto. También son consideradas familia numerosa de categoría general, las familias con dos hijos si uno de ellos tiene una discapacidad de al menos un 33% y de categoría especial las de cuatro hijos en las que, al menos tres provengan de parto, adopción o acogimiento preadoptivo múltiple.

SOMOS
FAMILIA
NUMEROSA



Beneficios del Carné

A través de este documento individual, se puede acceder a los beneficios que tienen reconocidos las familias numerosas tanto ante organismos públicos como ante entidades y comercios que colaboran para aligerar las cargas y costes económicos de la economía familiar.

Entre los beneficios del carné destaca el derecho a la justicia gratuita; ventajas en la contratación de cuidadores por la familia; beneficios educativos en becas, comedores escolares, libros y matrículas gratuitas; beneficios fiscales en el tramo autonómico y en determinadas tasas municipales, tales como el pago del Impuesto de Bienes Inmuebles (IBI).

Asimismo, la posesión del carné de familia numerosa permite disfrutar de ventajas en el transporte público, en preferencia al acceso a museos, espectáculos y bibliotecas, así como en las convocatorias de turismo, vacaciones y termalismo, en el acceso a instalaciones deportivas y en la obtención de licencias autonómicas para determinadas modalidades deportivas.

Informate sobre la tramitación del carné y sus ventajas en:

www.bsocial.gva.es

PREPARA TU VERANO MÁS ACTIVO

Más de 7.000 jóvenes entre 12 y 13 años de la Comunidad Valenciana disfrutarán de actividades durante este verano gracias a la amplia propuesta del IVAJ, que incluye campos de voluntariado, becas Eurocursos, cursos de idiomas en el extranjero, estancias en campamentos y albergues, viajes de ocio y multiaventura, así como campamentos de inmersión lingüística.

Una oferta variada que permite unas vacaciones diferentes y ofrece numerosas experiencias, como conocer otras lenguas, visitar otros países, disfrutar de la naturaleza, ser solidario y, sobre todo, hacer nuevos amigos.

Más información en: www.ivaaj.es

parece que fue ayer

Aquellos maravillosos años... Los anuncios de nuestra infancia

Desde el negrito del África tropical que nos cantaba la canción del Cola-cao, hasta el “que bien, que bien, hoy comemos con Isabel”, pasando por los cupones que eran “la ilusión de todos los días”, la publicidad ha sido una constante en nuestras vidas y un fiel testigo del paso del tiempo que ha reflejado modas y costumbres y nos ha dejado un buen puñado de eslóganes que forman parte del repertorio de nuestra infancia.

Gracias a estos anuncios, primero en blanco y negro y después a todo color, supimos que Heno de Pravia era “el aroma de tu hogar”, aprendimos la diferencia entre el Bic naranja que escribe fino y el Bic cristal que escribe normal; que Soberano es cosa de hombres; la Nocilla: leche, cacao, avellanas y azúcar; Cine Exin era el cine sin fin; La Española una aceituna como ninguna y Lorenzo Lamas el Rey de las camas.

A través de la pequeña pantalla y en mensajes de apenas 20 segundos, aprendimos, que las cucarachas “nacen, crecen, se reproducen y mueren” gracias a Rayd; que a los pezqueñines hay que dejarlos crecer; a irnos si no hay Casera; que un diamante es para siempre y que del Caserío nos podíamos fiar.

Recibimos la visita del hombre de Colon, esperamos que Avón llamara a nuestra puerta y conocimos a reporteros que llegaban en helicóptero a los colegios para preguntar a las mamás si a sus hijos les ponían o no Tulipán en el bocadillo.

La publicidad nos enseñó a amar la Tónica Schwepps y nos presentó al primo de Zumosol, a la chica nueva de la oficina “que se llamaba Faralá y es divina”, al impertinente mayordomo a quien “el algodón no engaña” y a Edu, que no se cansó de felicitarnos las navidades.

Pero sobre todo, gracias a los anuncios nos movimos al ritmo de canciones simples y pegadizas. La publicidad nos dijo “si se mueve tu Lois, dejalo bailar”, lo buenas que son las Galletas Fontaneda y que Stu-stu-studio line esculpe nuestros cabellos.

También nos contó historias llenas de emoción y ganas de superación, como la que cantábamos a la pequeña patinadora que “por primera vez lo vas a intentar, siempre hay un amigo que te ayuda a llegar”, igual que le ayudaba un buen tazón de Cola-Cao, o como la del perro Pin-Pin, que hacía las maletas porque su amo, un soso niño con gafitas que sólo hacía caso a la pantalla de la televisión, ya no quería ya jugar con él.

Durante esos años no nos cansamos de olvidarnos ahora la cartera, ahora los Donuts; quisimos tener “un cuerpo Danone” y hubo días que nos “sentimos Flex” y si no, “¡a mí plin, yo duermo en un Pikolín”.

A pesar de todo, buscamos incansables a Curro, supimos que hay que volver a casa por Navidad, unas fiestas que sabíamos que llegaban por el “mensaje Feliz de las muñecas de Famosa”, las mismas que “se dirigen al portal, para hacer llegar al niño su cariño y su amistad” y porque Coca-Cola quería dar al mundo entero un mensaje de paz y junto al árbol celebrar la alegre Navidad.

Y pocos mensajes eran tan directos como el contundente Sr Luque que nos ordenó: “busque, compare y si encuentra algo mejor ¡compreló!”



Cuentale a tus hijos...

-El primer anuncio tienen tres mil años de antigüedad y fue un papiro egipcio, encontrado en Tebas que se conserva aún en el Museo Británico de Londres, en el que se ofrecía media pieza de oro a quien ofreciera información de un esclavo huido.

-A finales del siglo XIX, gracias a la fotografía, las empresas empiezan a vender sus productos en envases con su marca (hasta entonces los productos se vendían a granel), lo que marca un hito en la historia de la publicidad.

-La aparición de la electricidad contribuyó a la creación de anuncios luminosos.

-El 1954 se emite el primer anuncio televisivo (spot) para el analgésico "Anacín". Duraba 60 segundos.

-En 1988 se prohíbe la publicidad de tabaco y alcohol de alta graduación



padresnones.es

Ahora Padres o Nones también en



facebook

hazte seguidor nuestro y recibirás información actualizada de todas nuestras noticias

creando juntos

ENCANTAMÁGICA

Escrito e ilustrado por Inés Ochoa y Gabriela Cremades de 7 y 8 años de edad

Un maravilloso día de verano, cuando Inés y Gabriela volvían del cole se encontraron con una puerta que tenía un símbolo extraño. Al rato, una abuelita les dio una llave. Al ver el símbolo que tenía la llave se acordaron de la puerta misteriosa, y fueron corriendo hacia ella, giraron la llave y...

¿Qué fue lo que vieron? Se encontraron con muchas puertas y, de repente, con un Gnomo que les preguntó:

—¿Ustedes son Gabriela e Inés?
—Sí— respondieron ellas con un poco de miedo.

Y entonces el Gnomo abrió una puerta mágica y vieron un pueblo. Era tan bonito que se alegraron, pero cuando se fijaron bien descubrieron que todo el mundo estaba triste, incluso el sol y la luna que estaban viejos de tristeza.

El Gnomo les contó que todo el pueblo estaba tan triste porque la bruja malvada había echado una maldición por todo el pueblo.

Inés y Gabriela preguntaron si podían ayudar. Y el Gnomo les dijo que tenían que encontrar la varita de la bruja

—Poneros estos collares, y cuando la encontréis decidid “¡Encantamágica!” y os transformaréis en superheroínas

Tomaron los collares con perlas y esmeraldas en forma de corazones y se fueron a buscar el castillo.

En el camino se encontraron con un bebé dragón, y como era un poco tonto, con su cola las empujó hacia el castillo de la bruja.

Cuando entraron al Castillo, descubrieron la varita detrás de un armario. Inés la cogió haciendo el pino y Gabriela le avisó para que tuviera cuidado. (Una “pausita”: Inés tenía 7 años y Gabriela 8, por eso Inés era más traviesa)

De repente, el Castillo empezó a moverse y apareció la bruja. Tenía verrugas y una nariz enorme... Las niñas gritaron con tanta fuerza “¡Encantamágica!”, que por poco la bruja se queda sorda. De sus collares salieron unos polvos brillantes con estrellas y después de una larga batalla, vencieron a la bruja y volvieron al pueblo.

Una vez allí, dijeron las dos juntas:

—“Abracadabra, pata de cabra que este pueblo vuelva a ser feliz como una gata”

Los habitantes del pueblo recuperaron la sonrisa y celebraron una fiesta porque ya nunca más iban a estar tristes.

Inés y Gabriela se acordaron de sus madres y decidieron volver a casa por el mismo camino por el que habían llegado.

FIN

El rincón del lector

Podéis enviarnos los cuentos y dibujos realizados en familia a info@padresonones.es o por correo postal a Padres o nones, plaza Músico Albéniz, 3. 46010 Valencia



LAS VENTAJAS DE SER SOCIO DE LA FNAC

- **Devolución** de al menos, el 2% del importe de tus compras en forma de cheques Fnac.
- Al hacerte Socio te obsequiamos con un “**Welcome Pack**”:
5% de descuento* en imagen, sonido, fotografía, informática y telefonía.
4x3 en libros, música y cine.
- **Posibilidad de financiar** tus compras sin intereses**.
- **Ofertas mensuales** y descuentos exclusivos para Socios.
- **Servicios Exclusivos:** 20% Dto. clínica micro, reserva telefónica de entradas, parking gratuito por una compra mínima de 18€.
- **Establecimientos asociados:** ventajas exclusivas en cines, restaurantes, museos...
- **Más ocio, más cultura:** invitaciones exclusivas para preestrenos de cine y teatro.

Cuota de alta 15€. Válida por 2 años. Además podrás consultar tus puntos, informarte de las ventajas de ser Socio y modificar tus datos personales en la Zona de Socios de nuestra web: www.fnac.es

*Los descuentos y promociones especiales para Socios no son acumulables con otras ofertas en vigor ni con las financiación sin intereses.

** Sujeto a la aprobación de la entidad financiera.



www.fnac.es



padresnones.es
NCO

Padres o Nones y el Bioparc están de aniversario y lo quieren celebrar contigo

¿De qué continente son los animales que viven en el Bioparc?

Contesta esta pregunta en www.padresnones.es y participa en el sorteo de packs de entradas adulto + infantil del Bioparc



¿Te lo vas a perder?



ESTUDIA, ES TU futuro

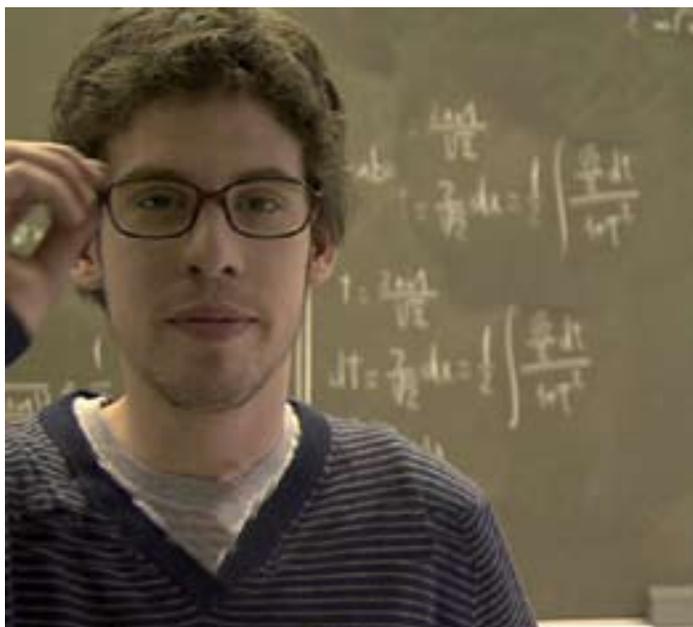
¿Cómo que los superhéroes no existen?

Ahora en la [Comunitat Valenciana](#) puedes elegir entre:

3 modalidades de [Bachillerato](#),
270 [titulaciones universitarias](#),
1.118 ciclos de [Formación Profesional](#) y
33 [titulaciones de enseñanzas artísticas](#).

[Estudia](#) y demuestra tus superpoderes.
Es tu futuro.

www.quieroser.net
www.somcomunitat.es
www.gva.es



SOM
futur
SOM comunitat