



Centro Educacional San Fernando.

Equipo de Orientación y Convivencia Escolar.

Contacto:

psicologia@cesf.cl — convivenciaescolar@cesf.cl

Break Cesf

**Espacio personal y
actividades recreativas
para nuestra comunidad.**

Séptima Publicación

Comedero para Aves con Materiales Reciclados



Con latas que ya no uses

¡No botes esa lata de fruta en conserva! Puedes usarla para crear un comedero. Toma algunas, píntalas de un color suave y agradable (con pintura no tóxica), busca una cinta, la pegas y luego cuelgas la lata en la rama de un árbol.



Con cáscaras de naranja

Es una excelente idea, porque además de ser completamente natural, el aroma atraerá a las aves. Guarda las mitades de la cáscara, y con una aguja, haces perforaciones para amarrar la pitilla que permitirá colgarla.



Con una caja de leche o jugo

Con una caja de leche vacía, haz el diseño que quieras. En la imagen la caja es como búho, pero más que la decoración, lo importante es que instales un palito para que los pájaros puedan posarse para comer las semillas.



Cocinemos

Sopaipillas Pasadas!

INGREDIENTES:

PARA LAS SOPAIPILLAS

- 1 taza de zapallo cocido y molido.
- 2 o 3 tazas de harina.
- 2 cucharadas de mantequilla derretida o aceite.
- 1/4 cucharadita de levadura instantánea.
- una pizca de sal y aceite para freír.

PARA LA SALSA DE CHANCACA

- 450g de chancaca.
- 800ml de agua.
- 1 rama de canela.
- Cáscara de naranja.
- 20-30g de almidón de maíz.



PREPARACIÓN:

- ✓ En un bol colocamos el zapallo, 2 1/2 tazas de harina, levadura, mantequilla o aceite y la sal. Amasamos hasta que obtengamos una masa homogénea. Añadimos más harina si es necesario.
- ✓ Sobre una superficie enharinada estiramos la masa con la ayuda de un rodillo, la dejamos de 1 cm de espesor. Cortamos discos del tamaño deseado y las pinchamos con el tenedor.

- ✓ En un sartén profunda calentamos el aceite a fuego medio. Freímos las sopaipillas por ambos lados, hasta que estén doradas, retiramos y las estilamos en papel absorbente.



- ✓ Para la salsa, en una olla colocamos la chancaca, agua, canela y la cáscara de naranja. La llevamos a fuego medio y con la ayuda de una cuchara la revolvemos para ayudar a que se disuelva.
- ✓ Una vez que la salsa esté hirviendo agregamos la maicena disuelta en un poco de agua. Revolvemos y esperamos que hierva. Retiramos la olla del fuego y le agregamos las sopaipillas.

Pesca Milagrosa en Casa!



Para hacer un juego de pesca sencillo y rápido necesitamos papeles de colores, lana, un palo y un clip.

Recortamos los peces en el papel, agujereamos todo el borde y unimos dos peces pasando una lana por los agujeros, antes de cerrar rellenamos con una bolita de papel para que queden más gorditos.

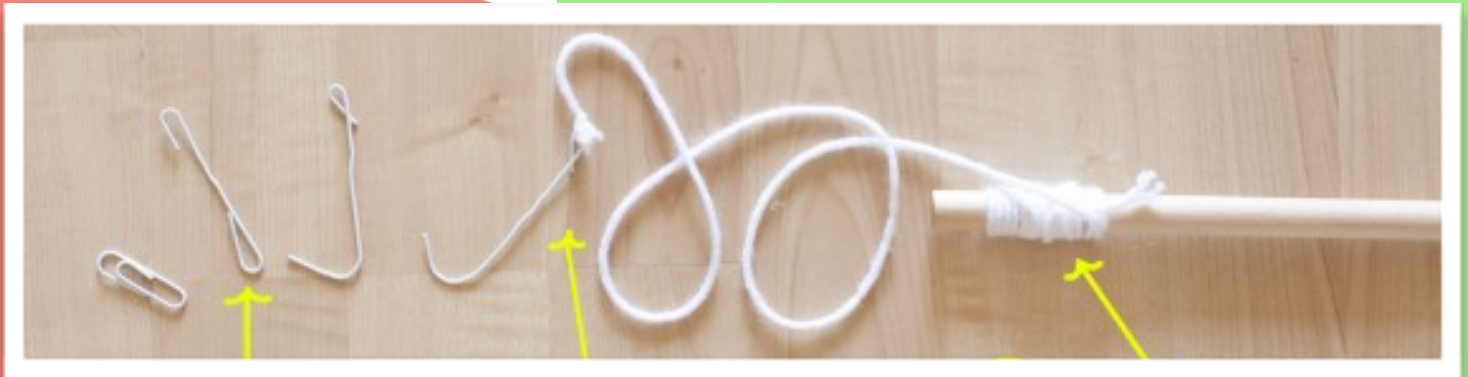
En la que sería la boca del pez dejamos un ojal de lana cerrado con un nudo. Hacemos un gancho con el clip, lo atamos al extremo de la caña y ya tenemos listo el juego.

Pasos a Seguir

Para los Peces:



Para la caña de pescar:



¡y Listo!

Si lo deseas y te animas, puedes enviarnos tus dibujos y otras ideas más a:

convivenciaescolar@cesf.cl los más creativos y novedosos serán publicados en el apartado de Convivencia Escolar al costado derecho de la página web de nuestro colegio.

También comparte el resultado de estas recetas y si se te ocurren más puedes enviarla al correo anterior, para que sean parte de nuestro próximo compilado de actividades!

En caso de dudas, consultas, comentarios y sugerencia favor escribir a:

psicologia@cesf.cl