

NOVIEMBRE - DICIEMBRE

PERIÓDICO





SECCIONES

01 EVENTOS

02 MÚSICA

03 DEPORTES

04 HORÓSCOPO

05 COCINA

06 HUMOR

07 EJERCITA TU MENTE

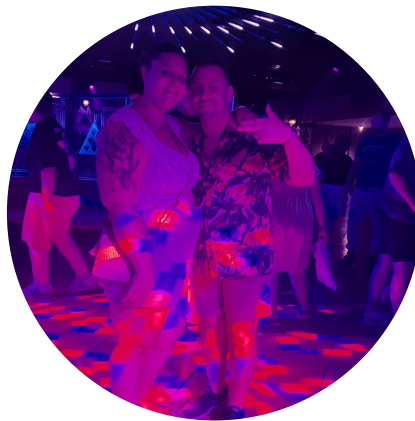


1

Eventos Volviendo al pasado

Vacaciones en el hotel

Durante el mes de Octubre acudimos al hotel Muthus Golf plaza, desde el día 1 hasta el día 3. Habían dos piscinas pero como buenos golosos disfrutamos más del buffet. También, nos escapamos una noche a la discoteca Achamán para bailar y bebernos unos mojitos.



1

Eventos Volviendo al pasado

Halloween

Tal y como ya saben, el día 31 de octubre es la noche de Halloween, por eso en el CRPS celebramos una pequeña fiesta. Se preguntarán ¿qué hicimos? Pues no solo disfrutamos de un buen picoteo sino que también realizamos un pintacaras. Además, realizamos diferentes actividades y manualidades.



1

Eventos

Salud - Arte

Durante los meses de octubre y noviembre ha tenido lugar la exposición y las jornadas técnicas de la 4ª edición de Salud-Arte. Para quien no lo sepa, la exposición consiste en diferentes cuadros y fotografías realizadas por todas personas usuarias, las cuales se expusieron en el Convento de Santo Domingo. Respecto a las jornadas técnicas, tuvimos la oportunidad de realizar diferentes mesas redondas en donde pudimos participar con la temática de “Nuestras redes de apoyo. Nuestra propia historia”.



2

Música

Últimos lanzamientos



Sofos - El grito



Emilia - Novio gangsta



Quevedo & Aitana - Gran Vía



Lérica & Abraham Mateo - Golfo X despecho



Miranda & Ana Mena - Como amigos



Kelly Clarkson - Sleigh Ride

CURIOSIDADES:

Uno de los miembros del grupo One Direction, concretamente Liam Payne, ha fallecido el día 16 de octubre.

Deporte



Leo Messi

- Es argentino y nació en Rosario el 24 de junio de 1987
- El mejor jugador de fútbol del mundo
- Es el jugador con mayor número de balones de oro
- Es delantero y centrocampista



Rafa Nadal

- Es mallorquino y nació el 3 de junio de 1986
- Es considerado mejor tenista de la historia
- Ha ganado 14 veces el campeonato Roland Garros



Paul Gasol

- Nació en Catalunya el 6 de julio de 1980
- Jugó en los Lakers y fue campeón
- Es hermano de Marc Gasol
- Jugó la final de la NBA y quedó campeón



Mike Tyson

- Nació en Nueva York el 30 de junio de 1966
- Es un boxeador estadounidense
- Es campeón mundial
- Pesa 100 kg y mide 1,78

4

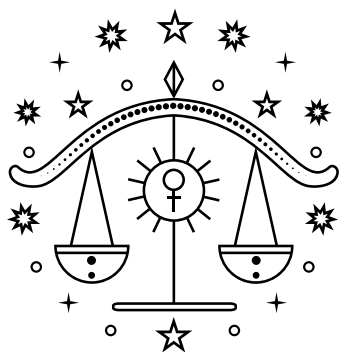
Horóscopo



Aries

Para este horóscopo se abre un portal del 11.11. Una honda de energía pleyades, venida de Orión. Es una frecuencia que acaba con toda creencia pasada. Todo para que su espíritu se remueva y se expanda, rompiendo el pasado. Es el principio de una nueva era.

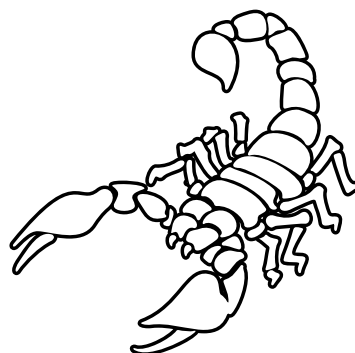
Números de la suerte: 3,6, 9, 12 y 13.



Libra

Se anuncia un nuevo amor, el principio de un romance. Este portal ofrece muchas oportunidades financieras. Estás enfocandote en soluciones para dudas y disturbios. Se aclararán las cosas y se sale a la luz las personas que te guían por mal camino.

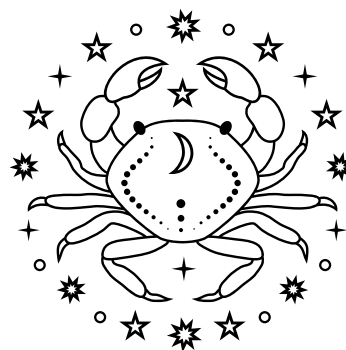
Números de la suerte: 8, 4, 40 y 84



Escorpio

Este horóscopo tendrá muchas pesadillas pero también muchos sueños reveladores. Puede que algo te estrese en el día a día. En este portal te recomiendo buscar en ti mismo buenos hábitos, cuidarte de malas habladorías. Cuidate y ponte un ajo en tu bolsillo.

Números de la suerte: 9, 19, 29 y 39.



Cáncer

Tienes proyectos con personas que necesitan tu ayuda en tu familia. Lograrás tus objetivos a corto plazo, sobre todo en el trabajo. Se romperá tu estanco de conocimiento y tu conciencia, sobre todo tu intuición se romperá más.

Números de la suerte: 12, 55, 65 y 70

5

Hummus

Ingredientes:

- 800g. de garbanzos cocidos
- 4 cucharillas de comino molido y una de canela
- Agua o caldo al gusto
- 4 dientes de ajo
- Sal
- Dos cucharaditas de pimenton dulce
- 6 cucharadas de Tahini
- 240 ml de aceite de oliva
- El zumo de un limón



Instrucciones:

1. Escurremos los garbanzos
2. Explimimos el limón
3. Pelamos los dientes de ajo
4. Colocamos en la batidora: los dientes de ajo, el tahini, el comino, una pizca de sal, el aceite de oliva y un toque de pimentón
5. Batimos hasta conseguir una textura puré
6. Añadimos el pimentón y el chorrito de aceite
7. Lo acompañamos con unos palitos de zanahorias al horno

5

*Croquetas de mechada**Ingredientes:*

- 400g de carne mechada
- 45g de aceite de oliva
- 150g de cebolla en trozos
- 250g de harina
- 850g de leche entera (temp. ambiente)
- 150g de salsa espesa de puerros y zanahoria
- 2 de pellizcos de pimienta blanca
- 1/2 cucharada de sal
- Pan rallado
- Huevos
- Aceite para freir
- 2 pellizcos de nuez moscada

Instrucciones:

1. Picar la carne en el vaso 5 segundos y retire a un bol grande
2. Luego añadimos al vaso el aceite y la cebolla, trocee 4 segundos y sofreimos 8 minutos
3. Incorporar la harina y rehogar 5 minutos (moviendo)
4. Bajar la harina hacia el fondo del vaso y volver a rehogar 5 minutos
5. Añadimos la leche, la salsa, la pimienta, la nuez moscada y la sal.
6. Programar 15 min y después 5 min.
7. Vertir la mezcla sobre la carne y mezclar hasta que esté integrado.
8. Reservar la masa en el frigorífico mínimo 8 horas.
9. Mezclar con la bechamel



5

Bechamel (Para las croquetas)

Ingredientes:

- Un litro de leche entera
- 50 gr. de mantequilla
- 60 gr. de harina de todo uso
- 20 ml de aceite de oliva
- 1/2 cebolla
- Sal



Instrucciones:

1. Añadimos la mantequilla, la harina y la leche caliente
2. Utilizaremos la cebolla y la pocharemos con la mantequilla hasta que se quede transparente
3. Incorporamos la harina poco a poco
4. Agregamos la leche y revolvemos
5. Luego añadimos la sal, la pimienta y la nuez moscada
6. Una vez mezclada y hecha la bechamel hay que volcar la preparación en una fuente y esperar hasta que atempere y tapado con papel film lo guardamos en la nevera

6

Humor: Si te ries pierdes

"¡Soy celíaca!". "Encantado, yo Antoniaco".

¿Cómo es el revés de un escarabajo? Pues escararriba .

Una señora se encontraba cocinando un potaje en una olla grande, el tejado era de madera y mientras cocinaba escuchaba una voz que decía "Caigo o no caigo, caigo o no caigo", a lo que la mujer responde "Tú puedes caer pero no me caigas dentro de la olla"

"¡Me acaba de picar una serpiente!". "¿Cobra?". "No, gratis".

¿Cómo se queda un mago después de comer? Magordito

Un hombre se baja de un barco con un saco de papas al hombro y un atracador con una navaja le dice "¿Las pelas o qué?, a lo que el hombre responde "Pelalas tú que para algo tienes el cuchillo"

Dos amigos se encuentran por la calle y uno le pregunta al otro "Enhorabuena, dicen que te tocó un coche", a lo que el otro responde "Enhorabuena porque solo me tocó porque si me coge bien me jode"

7

Ejercita tu mente

INSTRUCCIONES: Señala todas las letras iguales a la de arriba.

F

X	A	F	F	S	Q	R	R	X	Ñ
E	L	C	Ñ	I	R	Q	F	F	F
F	V	V	K	E	F	E	M	F	X
Y	E	I	C	F	C	F	O	J	Z
G	F	M	D	C	R	E	T	O	Y
R	X	H	V	T	F	S	F	Y	Ñ
W	D	P	V	Z	F	K	L	F	B
Z	I	C	R	C	W	G	F	V	C
R	F	F	G	Y	V	F	X	T	T
F	H	V	Z	F	F	E	F	L	C
F	F	F	M	S	Q	M	F	N	G
D	K	V	A	F	F	Z	Q	I	T