



"EL DESAYUNO"



PERIÓDICO ESCOLAR EN TIEMPOS DE PANDEMIA

MENÚ DEL DÍA

PLATO DE ENTRADA:

"Ha llegado carta"

PLATOS DE FONDO:

"Plato Marino Familiar"

"Conociendo en profundidad a: Felipe Freixas"

"Desafío: Tetras Humanas"

"Autorretrato: Artistas nacionales".

POSTRE:

"Master Chef Akros: Compartiendo runa receta en cuarentena".

¡HOLA QUERIDOS LECTORES!

Agradecemos a todos los estudiantes y sus familias que se dieron el tiempo de capturar ese momentos de diversión y convivencia en familia y compartieron su foto. Para los que aún no han podido compartir con nosotros esa foto genial, curiosa, significativa o divertida, no dejes de hacerlo a eldesayuno.akros@gmail.com

¡¡¡EL DESAYUNO ALCANZA PARA TODOS!!!!



FOTO DESTACADA



Soy Dominga Verdugo de 1 Básico B
Le estoy cortando el pelo a mi papá, lo tenía largo y no podemos salir, nos tenemos que cuidar!

Para todos nuestros estudiantes...

¿De quién?

De personas que quizás no han visto en este tiempo pero que están presentes...



"¡Hola queridos alumnos!

Espero que cada uno de ustedes se encuentre bien junto a sus familias.

Quiero verlos nuevamente. Echo de menos sus travesuras y juegos

¡Cuidense! No salgan de sus casas y lávense bien las manitos. Un abrazo grande."

Carmencita

"Mis niños tengan calma y paciencia, ya se reanudarán las clases nuevamente.

Esperemos que pase esta pandemia lo más pronto posible para que nos volvamos a encontrar. Mucho cariño y un abrazo para todos los niños del Colegio Akros."

Les Saluda Elizabeth



Saludo Francisco Navarro

Un abrazo de oso gordo a cada uno de ustedes y a SEGUIR DISFRUTANDO LA VIDA Y SER MUY FELICES... P.D. y lo más importante no olviden PINTARSE LA CARA COLOR ESPERANZA"



¡ ANÍMATE Y ENVÍANOS TU PUBLICACIÓN!

PLATO MARINO FAMILIAR: Mayo mes del mar

Nuestras familias se vistieron para la ocasión, decoraron su mesa y prepararon el más rico plato Marino. A continuación las mejores fotos :



Familia Reyes Guerrero

Representando a la alumna Andrea Valentina Reyes Guerrero curso 6º Básico A.



Familia Hirth Sarrás 5º B

Menú, decoración y organización en manos de Esperanza 3º A y Gustavo 1º A.



“En familia disfrutando de un sencillo, pero rico picoteo y posterior almuerzo. Disfrutamos de:

- * Pasta de atún para untar con galletitas saladas y palitos de zanahoria/Ceviche de reineta /Salteado de pulpo/Nugget de pescado/Arroz y ensaladas varias para acompañar. “



Familia Cortéz Rojas, 4ºB

DOMINGA VERDUGO 1ºB

“Quiche de camarones, kanikama y coliflor. ¡¡¡Delicioso !!! No quedó nada, un almuerzo saludable y rico”



“Conociendo en profundidad a: Profesor Felipe Freixas

Nuestros agradecimientos a Mister Freixas que accedió a darnos esta entrevista desde su hogar.

1) ¿Quién es Felipe Freixas?

“Felipe Freixas es este sujeto con barbita, que tiene un buen ánimo y un buen carácter la mayor parte del tiempo. Que además se toma las cosas desde un punto de vista positivo, viendo más fortalezas que debilidades. Tiene un sentido del humor bastante particular, al punto que le han dicho que toma un buen tiempo poder entenderlo bien. Algunos dicen que es chistoso, otros que puede llegar a ser pesado; hay que conocerlo.”

2) Cuándo te diste cuenta que querías ser profesor de matemática y cómo fue ese proceso?

“Durante la enseñanza media no sabía bien que hacer después de terminar el colegio. No sé si siempre quise ser profesor de matemática, creo que me di cuenta después. A mediados de cuarto medio fui recopilando instancias que me motivaron. Desde chico que me gusta las matemáticas y era bastante bueno en esa área. Me ofrecí de tutor para un compañero en tercero básico, quien logró pasar de curso gracias a mi ayuda. También me tocaba ayudar en las tareas a mi hermano chico, con el que tengo 8 años de diferencia. Estudiando con él, me di cuenta que me gusta esto de estar enseñando, de revisar, de ayudar a que se logre el objetivo (...)

3) ¿Qué has aprendido en este tiempo de cuarentena voluntaria u obligatoria (personal y profesionalmente)?

“Creo que lo he aprendido todo. Si de esta experiencia no aprendimos nada, es que algo no hicimos bien. Personalmente, hice consciente dos cosas. Primero la importancia que tiene esta naturalidad de que podemos ver a la gente, los amigos y la familia, y que de un día para otro no puedes seguir viéndolos. Y lo más positivo de todo esto es poder aprovechar esta instancia de estar en familia, con mi señora y mi hija. Por el tipo de trabajo que tenemos se hace de repente difícil compartir en familia. El poder estar en la casa me ha permitido ver los primeros pasos de mi hija, que también está aprendiendo a hablar; es pequeña tiene 11 meses.



EL PROFE EN CLASES ONLINE

Profesionalmente, ha sido una adaptación muy difícil. Hay que aprender a hacer todo esto de nuevo, porque una pega que uno está acostumbrado a realizar en el colegio, que te permite dejar en el trabajo “la pega”, en este momento se hace más difícil, porque ahora el trabajo requiere un constante contacto con los colegas y los estudiantes (...).”

4) ¿Qué será lo primero que harás cuando se termine la cuarentena?

“Una vez que haya pasado cualquier tipo de riesgo, lo primero que haré es salir a pasear libremente con

“Me quedo siempre con EL ROCK “

mi señora y con mi hija. Creo que solo el simple hecho de salir a una plaza va a cobrar otro sentido. Y claramente poder ver al resto de personas que uno echa de menos: los amigos, a la familia, a los más cercanos. Insisto son cosas que teníamos al alcance de la mano y ahora no las tenemos. Una video llamada algo ayuda, pero no lo reemplaza. Siento que vivimos en una sociedad súper de piel (...).”

5) ¿Qué mensaje quisieras enviarles a los estudiantes de nuestro colegio? En especial a tu curso...

“Para todos los estudiantes, en especial a los que les hago clases: mucho aguante, mucha paciencia. Yo sé que más de alguno quiere volver al colegio, aunque estando en clases preferían quedarse en la casa, pero ahora que estamos obligados a estar en casa, parece que no es tan entretenido como parecía. Harta fuerza y mucha paciencia, que de ésta salimos todos.”

6) Comida favorita:

7) Algún hobby:

“La música. Me encantaría poder vivir de la música pero en nuestro país es muy difícil. La música es mi hobby. Toco bajo eléctrico desde el año 2004. He participado en varios grupos y es algo que me llena



mucho. Siento que la parte artística es importante tomarla en cuenta siempre.”

8) Si pudieras escoger un Superpoder, ¿cuál sería?

“Me gustan los poderes psíquicos. La telepatía o la telequinesis. O si no la tele transportación. Siempre llego tarde a todos lados. Si me pudiera tele transportar, no sé si llegaría a la hora pero sí menos tarde.”

9) ¿Cuál es tu mayor manía? “Mi mayor manía es cerrar las cosas. Me cuesta poder ver cosas abiertas, como los muebles, los frascos, los tarros de lo que sea. Ver algo abierto o mal cerrado me obliga a cerrarlo. Me gustaría dejar de hacerlo, pero creo que es más fuerte que yo.”

10) Tus personas favoritas: “La familia más cercana, mi señora y mi hija. Espero que ellas opinen lo mismo de mi) y luego el resto de la familia, mamá, hermanos y le resto de los amigos. En general tengo pocos amigos, pero mi grupo importante

de amigos son los del colegio que nos vemos por lo menos desde el año 2000, nos vemos constantemente para los cumpleaños, el 18 y partidos de fútbol.”



11) Estilo de música: “El rock siempre. Desde que empecé a interiorizarme en el mundo de la música encontré esas bandas de rock “que te hablan”, desde ese momento me apasioné con el rock. Actualmente escucho de todo, más elementos electrónicos, elementos pop, también relacionados al hip hop, pero si tuviera que escoger me quedo siempre con el rock.” **FIN**

¡¡DESAFÍO!! Letras humanas.

¡LOS DESAFIAMOS EN CLASES DE ORIENTACIÓN Y ESTOS FUERON ALGUNOS RESULTADOS!



LETRA H
Antonia Maturana 4º

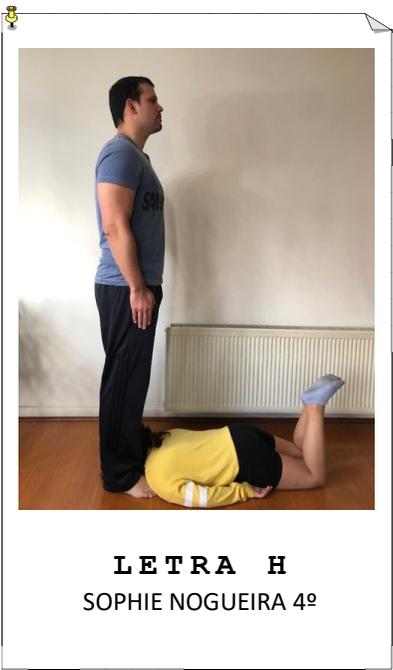


LETRA H

FELIPE CAMPUSANO CHÁVEZ Y FAMILIA 4º



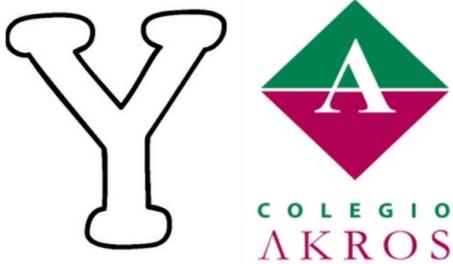
LETRA L
Nicholas Bennett
4º básico



LETRA H
SOPHIE NOGUEIRA 4º

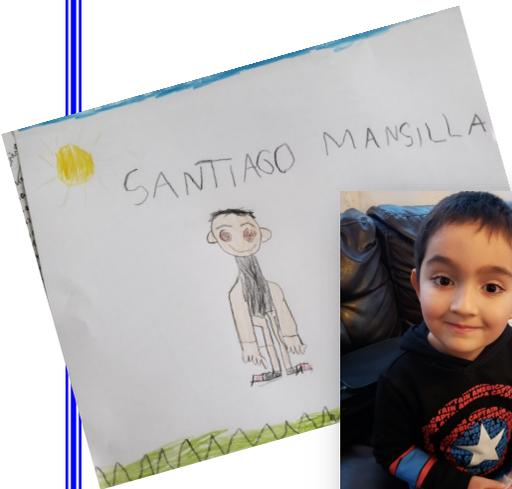


Carlos Romero Carbone
4-B



AUTORRETRATOS: POR ARTISTAS NACIONALES COLEGIO AKROS.

ARTE



VALERIA MEDINA PK



CADA DÍA MÁS EXPERTOS...

CADA DÍA MÁS PROFESIONALES...

LA COCINA ES LO SUYO...

COCINEROS AKROS PRESENTAN SUS RECETAS::

Tostadas Francesas

Chef
Dominga Verdugo Amigo

Paso 1



Paso 2



Paso 3



Ingredientes

- 1 huevo
- 50 cc de leche
- gotitas de stevia
- canela a gusto
- 6 rebanadas de pan de molde
- miel
- gotitas de naranja

Preparación

1. Mezclar el huevo, leche, gotitas de stevia, gotitas de naranja y canela en un bowl.
2. Sumergir cada rebanada de pan en la mezcla.
3. Colocar las rebanadas en un sartén con unas gotitas de aceite y una pizca de mantequilla.
4. Al servir colocar miel a gusto.

Algunos datos sobre el chef

Prepara los mejores desayunos saludables!!!!



Paso Final!!
Servir con miel

¿quién se sentará en mi mesa?



HOT CAKES (8 UNIDADES)

CHEF: ANTONIA ARELLANO 5º BÁSICO A

INGREDIENTES

- ★ 1 1/2 taza de avena
- ★ 2 huevos
- ★ 1 taza de leche
- ★ 1/2 plátano o manzana
- ★ 2 cucharadas de miel (se puede reemplazar por azúcar o endulzante)
- ★ canela en polvo a gusto
- ★ aceite (para la sartén)

PREPARACIÓN

- ★ Poner todos los ingredientes en la juguera, mezclar hasta obtener una mezcla homogénea.
- ★ Verter en la sartén bien caliente con un chorrillo de aceite, dorar por ambos lados.

PARA SERVIR

- ★ Lo puedes acompañar con frutas, chorrillo de miel, sirope, yogurt, mermeladas, mantequilla de maní, salsas de chocolate, etc

