múltiples

REVISTA TRIMESTRAL DE LA ASOCIACIÓN MADRILEÑA DE PARTOS MÚLTIPLES OCTUBRE/DICIEMBRE 2010

CARTAS A DISTINTAS ADMINISTRACIONES

SOLUCIÓN DE CONFLICTOS EN LA INFANCIA

Tardes de invierno... ¿y ahora qué?

nº 34

Múltiples (revistamultiples@amapamu.org)
es una publicación trimestral de AMAPAMU
(Asociación Madrileña de Partos Múltiples).
Centro Cívico Anabel Segura. Avda. de Bruselas, 19.
28108 Alcobendas (Madrid). www.amapamu.org
☎ 686 323 410
Depósito Legal: M.16991-2002. I.S.S.N.: 1579-7163.
Impresión: Metodo Gráfico. ☎ 913 042 575.
Tirada: 2.000 ejemplares.
Esta edición ha sido elaborada con la mayor atención posible, no obstante la Asociación no se hace responsable de posibles errores en el texto, ni de las opiniones expresadas por las personas que colaboran.

Presidencia: Belén Beorlegui.
presidencia@amapamu.org
Vicepresidencia: Pilar Jiménez.
Secretaría: Luis Campos Antonelli.
administración@amapamu.org
Vicesecretaría: Amparo Reyes.
Tesorería: Mª Jesús Ruiz Leo, Eva Rubio, Alberto Sanz, Jorge Sánchez-Flores.
Relaciones con empresas / Club Multidescuentos:
Belén Beorlegui, Amelia Hacar.
relacionesconempresas@amapamu.org
Relaciones con la Administración: Esther Serra, Eva Porqueras, Susana Stockman, Mª José Dilla.
instituciones@amapamu.org
Área de Ocio, Educación y Cultura:
Elena Gordo, Cristina Gonzáelz-Hidalgo, Ana Perales, Isabel Hernán, Yolanda Camargo, Mª Eugenia Isabel, Eva Martín
ocioycultura@amapamu.org
Multisenderos: Jesús Otero, David Carmona, Cristina Roel.
☎ 638 738 805. multisenderos@amapamu.org
Área de Publicaciones:
Arantza Antero, Cristina Barragán, Mª José Dilla, Pilar Jiménez, Luisa Orera, Cristina Martín-Lunas.
revistamultiples@amapamu.org
Prensa: Cristina Barragán. prensa@amapamu.org
Web: Pilar Muñoz, David Carmona. web@amapamu.org
Club de Compra: Cristina Pérez Díaz, Mª Jesús Ruiz, Nacho Parrilla, Carlos Lara, Eva Rubio, Agustín Cordero, Andrea Dvorakova.
Pedidos leche: ☎ 650 342 575. pedidosleche@amapamu.org
Incidencias: ☎ 638 027 341. incidenciaspedidos@amapamu.org
Lista de email: Yolanda Camargo.
amapamu@elistas.net
Información: Rosa Mª Haro, Elena Gordo.
☎ 686 323 410. informacion@amapamu.org

03 Asociación
>> Noticias
>> Entrevista

09 Multidescuentos

14 Ciencia

15 Resolución de conflictos en la infancia

18 Tardes de invierno… ¿y ahora qué?

21 Trucos de padres

22 Gastronomía

23 Multipeques

Coslada albergó el mercadillo de segunda mano

El pasado 26 de septiembre se celebró, en el polideportivo La Vía de Coslada, el VI Mercadillo de segunda mano que organiza de forma bianual Amapamu.

Desde las 10:00 de la mañana y hasta las 14:00 horas, 85 socios montaron sus puestos para vender todo aquello que ya no necesitan pero que aún está en condiciones de que otros lo utilicen. La asistencia de público se empezó a notar desde primeras horas, sobre todo de embarazadas, llegando a su máximo auge alrededor de al una de la tarde.

Para que los socios pudieran comprar y vender tranquilamente, hubo animación infantil para los mayores de tres años (50 niños en total) que corrió a cargo de Tucán, y rincón del bebé, para los más pequeños (31 niños); en este caso había tres monitoras ayudando a los padres.

Por primera vez, a parte de las vías habituales de difusión, se utilizó la radio (emisoras del Corredor del HEnares) como medio para publicitarel mercadillo. La actividad fue coordinada por Susana Stokman y Suly Viera.

El espacio fue cedido gratuitamente por el Ayuntamiento de Coslada, gracias a la mediación de Felipe Vicente Gómez-Hidalgo, responsable del Patronato Municipal del Deporte de Coslada, y a la colaboración de Jesús Pajares, concejal de Deportes.

CLINICA BAVIERA
INSTITUTO OFTALMOLOGICO EUROPEO

AMAPAMU

Ahora es el momento

PROMOCION CORRECCION VISUAL POR LASER

Ahora sólo por ser **socio de AMAPAMU**, tú y tus familiares directos os podréis beneficiar de excepcionales tarifas en los tratamientos de corrección visual por láser. No dejes pasar la oportunidad.

	TARIFA PRIVADA	TARIFA AMAPAMU
CORRECCIÓN POR LÁSER*	1.075-1.175€/ojo	975€/ojo
CONSULTA Y PRUEBAS PREVIAS	75€	35€

PROMOCIÓN
AMAPAMU de diciembre a febrero'11
925€/ojo
35€

Hipermetropía • Miopía • Astigmatismo

*Excepto tratamientos Lasik/Lasek personalizados Z-100.

20% de descuento en el resto de consultas y tratamientos (excepto prótesis).

Imprescindible acreditación en la primera visita a la clínica.

A CORUÑA • ALAVA • ALBACETE • ARAGON • ASTURIAS • BALEARES
BARCELONA • BURGOS • CASTELLON • CIUDAD REAL • GUIPUZCOA
LA RIOJA • MADRID • MALAGA • MURCIA • NAVARRA • PALENCIA
PONTEVEDRA • SEVILLA • TARRAGONA • VALENCIA • VALLADOLID • VIZCAYA

902 130 100
www.clinicabaviera.co

Multisenderos reanudó sus actividades tras el verano

El 18 de septiembre, sábado, se reanudaron las salidas al campo con Multisenderos tras el parón veraniego. La excursión fue a La Dehesa Boyal de Somosierra, conocida comúnmente por Dehesa Bonita; un hermoso bosque de robles albares y rebollos, abedules, avellanos, serbales y acebos.

Al final, tras varias bajas de última hora, fueron un total de 12 familias de Amapamu, (24 adultos y 31 niños) y otras siete personas no socias.

La marcha comenzó sobre las 11:00 de la mañana y se terminó de andar alrededor de las 14:00 horas. Después, se comió en una zona recreativa de Roblegordo. Allí, con la tranquilidad que daba el estar en un sitio apartado de carreteras, se permaneció hasta cerca de las 19:00 horas en que se fueron los últimos socios. A la hora de comer se incorporó otra familia (dos adultos/dosniños) que no hizo la excursión.

Algunos de los niños que disfrutaron de un día estupendo en La Pedriza.

A esta excursión vino nuestro multisenderista más pequeño de toda la historia: Pelayo Gaya Menéndez que tan sólo cuenta con 3 meses y que aguantó como un campeón. Ni que decir tiene que fue su madre quien le portaba en la mochila, pero después, durante la comida, él estuvo en su carrito durmiendo sin protestar lo más mínimo.

En octubre…

El día 16, un total de 64 personas (28 adultos y 36 niños) dieron un paseo por La Pedriza. Aunque en un principio se iba a subir al Collado del Cabrón, hubo que cambiar la subida por la senda de Quebrantaherraduras debido a que el cupo de vehículos que pueden acceder al parque estaba completo. La excursión discurrió entre el aparcamiento de entrada a La Pedriza hasta el Collado de Quebrantaherraduras, la vuelta por el mismo camino. Después se sumó una familia más (2+2) a comer.

Y en noviembre

El 13 de noviembre 76 personas estuvieron de excursión por Rascafría. El grupo se dividió en dos; los mayores (seis familias) subieron a la zona del Carro del Diablo, y los pequeños (12 familias) caminaron desde El Paular a Rascafría. El tiempo no acompañó ya que, aunque no llovió, si hizo mucho frío. Vinieron varias familias nuevas,muchas de las cales se apuntaron principalmente porque la ruta se podía hacer con carrito.

Relevo al frente del Amapamu Athletic Club

Amapamu quiere seguir fomentando la práctica deportiva y los hábitos saludables, por ello, queremos informaros que Amapamu Athletic Club continúa su andadura. A partir de ahora, serán Silvia Sánchez, Eduardo Ramis y Kico Flores, junto con Teresa García en la carrera de la mujer, quienes coordinarán esta actividad. Ellos os irán informando puntualmente de todas las carreras. Para cualquier duda, podéis poneros en contacto con ellos en la siguiente dirección de correo electrónico aac@amapamu.org.

En febrero de 2007 nació este club especial formado por madres que decidieron participar en la carrera de la mujer. Desde ese momento, la actividad deportiva de los padres y madres de la Asociación ha aumentado y ya son muchas las carrera en las que Amapamu Athletic Club ha participado.

Breves

>> I Taller de masaje infantil Shantala. El 6 de octubre, Amapamu realizó el I Taller de Masaje Infantil Shantala: conocido como el masaje terapéutico para los niños. Esta técnica de la India relaja, normaliza el sueño y ayuda en el desarrollo físico y psíquico del bebé.

Estaba dirigido a bebés de 0 a 6 meses y limitado a un grupo de 10 niños, por lo que, debido al escaso número de plazas y con el fin de poder llegar a un mayor número de familias de la Asociación, fue necesario limitar la actividad a un bebé y adulto por familia. De esta forma, los padres que asistieron al taller pudieron aprender la técnica y, posteriormente, ponerla en práctica en casa con sus bebés.

El taller se realizó en el Centro de Preparación a la Maternidad de la Dra. Josefina Ruiz, con la que Amapamu tiene acuerdo, y que puso su centro a disposición de la Asocaición y fue coordinado por Eva Martín.

>> Visitamos la casa del Ratón Pérez. El 23 de octubre 58 personas, todas ellas socias de Amapamu, acudieron a la casa del Ratón Pérez. Allí, aunque no consiguieron ver al famoso ratoncito, los monitores contaron a todos los congregados historias y anécdotas sobre el ratón. La visita duró sólo 30 minutos y hubo que realizarla en dos turnos de 29 personas. Al finalizar la visita, y gracias a que el lugar está céntrico, un grupo de padres se animaron a pasear por el centro de Madrid.

La actividad ha supuesto para Amapamu un coste de 58 euros (1 por persona) y fue organizada por Yolanda Camargo.

>> Teatro en Cosmocaixa. El sábado 6 de noviembre, pudimos disfrutar de la obra de teatro *El Baúl de las Historias,* de la compañía Creaciones Colectivas. La representación tuvo lugar en el Auditorio de Cosmocaixa que nos cedió el espacio gratuitamente

Asistieron 30 familias de Amapamu, (59 adultos y 65 niños). El espectáculo estaba recomendado para niños a partir de 4 años, pedimos a los socios que respetaran esta edad y todos respondieron bien.

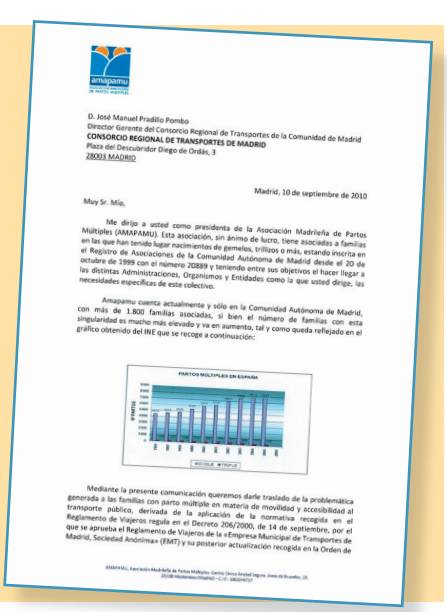
La función fue también gratuita gracias a la colaboración de la ONG Abenin y la Compañía Creaciones Colectivas. Esta Compañía realiza una serie de ensayos con público antes de presentar una obra nueva y en este caso fuimos nosotros los elegidos como "conejillos de indias".

>> Teatro para los más pequeños. El 27 de noviembre un grupo de 21 (42 adultos y 48 niños) familias asistió a la representación de la obra *Pequeño, pequeño* en la Sala Gurdulú. La obra, que estaba dirigida a la franja de edad comprendida entre 1 y 3 años permitió que los más pequeños pasaron un rato divertido descubriendo de la mano del pequeño Inú y su mamá los primeros placeres de un bebé: comer, jugar, bañarse, gatear… Dado que se quedaron 31 familias en lista de espera, queda abierta la posibilidad de promover una nueva visita.

Carta al Consorcio Regional de Transportes

Amapamu remitió en el mes de septiembre una carta a José Manuel Pradillo Pombo, Director General del Consorcio Regional de Transportes de la Comunidad de Madrid, con copia a José Antonio Cascales Moreno, Jefe del área de movilidad y accesibilidad, exponiendo la problemática de nuestras familias en materia de movilidad y accesibilidad en la Empresa Municipal de Transportes de Madrid (EMT), al no estar permitido acceder al autobús con un carro gemelar

La carta se envió tras las numerosas quejas y reclamaciones que llegan a la Asociación.



amapamu
DE PARTOS MÚLTIPLES

D. José Manuel Pradillo Pombo
Director Gerente del Consorcio Regional de Transportes de la Comunidad de Madrid
CONSORCIO REGIONAL DE TRANSPORTES DE MADRID
Plaza del Descubridor Diego de Ordás, 3
28003 MADRID

Madrid, 10 de septiembre de 2010

Muy Sr. Mío,

Me dirijo a usted como presidenta de la Asociación Madrileña de Partos Múltiples (AMAPAMU). Esta asociación, sin ánimo de lucro, tiene asociadas a familias en las que han tenido lugar nacimientos de gemelos, trillizos o más, estando inscrita en el Registro de Asociaciones de la Comunidad Autónoma de Madrid desde el 20 de octubre de 1999 con el número 20889 y teniendo entre sus objetivos el hacer llegar a las distintas Administraciones, Organismos y Entidades como la que usted dirige, las necesidades específicas de este colectivo.

Amapamu cuenta actualmente y sólo en la Comunidad Autónoma de Madrid, con más de 1.800 familias asociadas, si bien el número de familias con esta singularidad es mucho más elevado y va en aumento, tal y como queda reflejado en el gráfico obtenido del INE que se recoge a continuación:

Mediante la presente comunicación queremos darle traslado de la problemática generada a las familias con parto múltiple en materia de movilidad y accesibilidad al transporte público, derivada de la aplicación de la normativa recogida en el Reglamento de Viajeros regula en el Decreto 206/2000, de 14 de septiembre, por el que se aprueba el Reglamento de Viajeros de la «Empresa Municipal de Transportes de Madrid, Sociedad Anónima» (EMT) y su posterior actualización recogida en la Orden de

AMAPAMU, Asociación Madrileña de Partos Múltiples. Centro Cívico Arsenal Segura. Avda de Brandes, 15. 28108 Alcobendas (Madrid) – C.I.F. 080204757

ELENA GORDO Y

Responsables de información vía mail

Elena y Rosa (`la voz´, como ella misma se define) comenzaron su colaboración con Amapamu hace dos y tres años respectivamente, atendiendo a los cíclicos llamamientos que realiza la Junta a través de la lista solicitando voluntarios para colaborar en distintas actividades. Son las principales y más inmediatas vías de acceso de nuestra Asociación y las encargadas no sólo de presentarla, sino también de ofrecer todo tipo de información.

Rosa: "empecé a disfrutar de Amapamu cuando me hice voluntaria"

ELENA GORDO JUNTO A SUS HIJAS ALBA Y LUCÍA.

>> ¿Cómo fue lo de empezar a colaborar activamente con Amapamu?

Elena Gordo.– En siete años que llevaba como socia, no había tenido un contacto demasiado activo con la Asociación. Pedía la leche y cereales cuando las niñas eran pequeñas, leía el correo de la lista y asistiamos a distintas actividades como el mercadillo o la fiesta de navidad, pero en general mi contacto directo con la Asociación había sido más bien escaso.

Un día llegó un correo a la lista pidiendo voluntarios, las niñas ya tenían seis años y me dije: "Ahora sí". Con más tiempo para mí además necesitaba hacer algo que no fuera el trabajo, la casa, las niñas. Quería ser útil en algo más que no fuera lo obligado. Algo que yo eligiera y contesté al mail.

Rosa Mª Haro.– Pues en mi caso fue aprovechando un cambio de trabajo. Empecé en una empresa cercana a mi casa y enseguida vi que disponía de unos ratos libres al día y cuando se pidieron voluntarios para sustituir a la compañera de información anterior no me lo pensé, me presente y fui elegida.

>> En qué consiste vuestra labor exactamente

E. G.– Contesto los email de futuros socios o de socios activos a preguntas muy variadas: legislación, ayudas, cómo asociarse y en qué momento se encuentra su solicitud, preguntas sobre los pedidos de leche… Envío los trípticos de la leche o la información legal existente y que preparamos desde Amapamu. En todos los casos intento siempre ser muy cercana y les brindo toda la ayuda posible. Alguna vez, muy pocas, alguien escribe contando algún problema o duda más personal (este año dos personas escribieron por el problema de juntar o no a gemelos en clase) , supongo que esos casos le llegarán más a Rosa.

R. Mª H.– A veces funciono como teléfono de la esperanza…, muchas mamás e incluso muchos papás llaman para informarse sobre la Asociación y terminamos hablando de sentimientos. Les doy consejos (los mismos que me dieron a mí y que funcionaron en su momento).

Básicamente el teléfono de información es eso, Información, ayudas, legislación, lactancia

ROSA Mª HARO

l contacto telefónico respectivamente

(los derivo a la web amiga www.multilacta.org), consejos, cómo asociarse, cómo poner anuncios en nuestra web, bajas, comprobación de datos, pedidos de leche…, y ninguna queja (bromea).

>> El contacto directo con socios y no socios debe ser agradecido, pero supongo que también difícil en algunos casos...

Hay gente muy maja, maja y no tan maja…, gracias a Dios estos últimos son los menos. Además, por suerte desde que estoy como voluntaria del teléfono de información sólo he tenido que dar dos bajas críticas, de las que te dejan el cuerpo y la mente como una jota y de las que te hacen mirar a tus niños y decir "gracias"…, hay llamadas que me afectan bastante, me las tomo como mías, cuando los niños tienen problemas, cuando el embarazado es complicado, etc., y hay otras que te dejan el ánimo súper alto, papás que han estado mucho tiempo buscando un embarazo y les vienen dos o tres niños de golpe...

>> Elena ha comentado lo de la obligación de sus actividades (casa, educación de sus hijas, trabajo, etc.) ¿cómo compagináis, además, vuestra vida con esta actividad?

R. Mª H.– Pues básicamente aprovechando los cinco segundos que te van quedando cada rato del día. Unos ratos voy anotando las llamadas y los mensajes, otros ratos busco las respuestas, y en otro rato voy llamando. Chicos, por favor tened paciencia no tardo más de dos días en responder, o por lo menos lo intento.

E. G.– En mi caso no es difícil. Es algo que puedo hacer conectándome desde casa. Normalmente voy contestando a diario pero ya sabemos que aunque somos "múltiples" hay veces que el cuerpo no da para todo y tardo algún día más. Si además dudo en alguna respuesta tengo un montón de voluntarios que me echan una mano.

>> ¿Colaboráis de alguna otra forma?

E. G.– Sí, ahora también coordino a las voluntarias de Ocio y Cultura pero son ellas las que llevan la parte más importante que es la de realizar las actividades, tienen muchas ideas y muchísimas ganas. Aprovecho para pedir a los socios a que se animen a colaborar, bien enseñándonos su lugar de trabajo o bien organizando alguna actividad. No es nada complicado y se puede hacer desde casa.

ROSA Mª HARO, SU MARIDO MARCOS, Y SUS HIJOS LUCÍA Y MARCOS.

Elena: "intento siempre ser muy cercana y brindo toda la ayuda posible"

R. Mª H.– Hace poco iniciamos una nueva actividad dedicada a felicitar a todos los niños cumpleañeros de la Asociación, tanto múltiples como los que no.

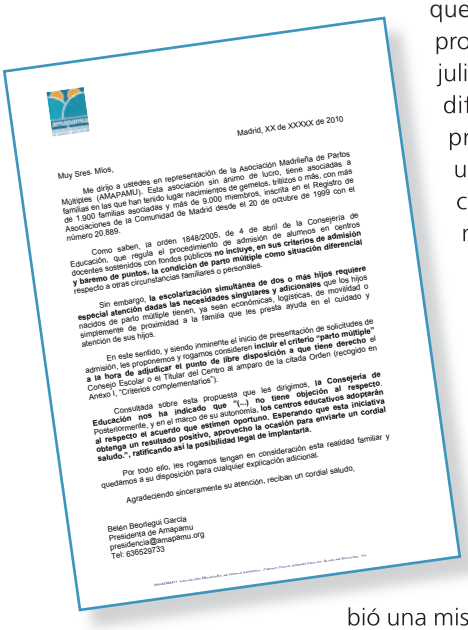
>> ¿Qué os aporta vuestra actividad en Amapamu?

E. G.– Principalmente la satisfacción personal de saber que estás ayudando un poquito a la buena marcha de la Asociación, el poder 'salir de casa' aunque sea a través del email. Además, desde que empecé a colaborar con la Asociación, tengo una visión más clara de lo que se hace de puertas adentro. Me he quedado alucinada de todo el trabajo que hay por detrás. Por eso me apunto como voluntaria cuando puedo en otras cosas.

R. Mª H.– La satisfacción del deber cumplido y poder sentir la gratitud de la gente. En definitiva, saber que tu labor le ha servido a alguien. Lo más curioso es que yo no empecé a disfrutar de la Asociación hasta que no fui voluntaria.

Nuevas gestiones de Amapamu con las Administraciones

Amapamu, consciente de las dificultades de las familias con parto múltiple para escolarizar a sus hijos, lleva varios años realizando distintas gestiones con la Comunidad de Madrid para que encuentre una solución a un problema tan grave. En el mes de julio, y a la espera de que se modifique la orden que regula los procesos de admisión, se envió una carta a Doña Lucía Figar, consejera de Educación, comunicando la intención, por parte de la Asociación, "de dirigirse a los Consejos Escolares, para poner en su conocimiento las singularidades de esta situación y proponer la inclusión del criterio 'parto múltiple' entre las opciones que los mismos manejen a la hora de adjudicar el punto de libre disposición." Días después, desde la consejería se recibió una misiva en la que indicaba "que por parte de la Consejería de Educación no existe objeción al respecto". Por ese motivo, la Asociación ha redactado una carta que enviará a los colegios para que lo tengan en cuenta cuando se inicie el proceso de cara al curso 2011/2012.



Madrid, XX de XXXXX de 2010

Muy Sres. Míos,

Me dirijo a ustedes en representación de la Asociación Madrileña de Partos Múltiples (AMAPAMU). Esta asociación sin ánimo de lucro, tiene asociadas a familias en las que han tenido lugar nacimientos de gemelos, trillizos o más, con más de 1.900 familias asociadas y más de 9.000 miembros, inscrita en el Registro de Asociaciones de la Comunidad de Madrid desde el 20 de octubre de 1999 con el número 20.889.

Como saben, la orden 1848/2005, de 4 de abril de la Consejería de Educación, que regula el procedimiento de admisión de alumnos en centros docentes sostenidos con fondos públicos **no incluye, en sus criterios de admisión y baremo de puntos, la condición de parto múltiple como situación diferencial** respecto a otras circunstancias familiares o personales.

Sin embargo, **la escolarización simultánea de dos o más hijos requiere especial atención dadas las necesidades singulares y adicionales** que los hijos nacidos de parto múltiple tienen, ya sean económicas, logísticas, de movilidad o simplemente de proximidad a la familia que les presta ayuda en el cuidado y atención de sus hijos.

En este sentido, y siendo inminente el inicio de presentación de solicitudes de admisión, les proponemos y rogamos consideren **incluir el criterio "parto múltiple" a la hora de adjudicar el punto de libre disposición a que tiene derecho** el Consejo Escolar o el Titular del Centro al amparo de la citada Orden (recogido en Anexo I, "Criterios complementarios").

Consultada sobre esta propuesta que les dirigimos, **la Consejería de Educación nos ha indicado que "(...) no tiene objeción al respecto.** Posteriormente, y en el marco de su autonomía, **los centros educativos adoptarán al respecto el acuerdo que estimen oportuno. Esperando que esta iniciativa obtenga un resultado positivo, aprovecho la ocasión para enviarle un cordial saludo.", ratificando así la posibilidad legal de implantarla.**

Por todo ello, les rogamos tengan en consideración esta realidad familiar y quedamos a su disposición para cualquier explicación adicional.

Agradeciendo sinceramente su atención, reciban un cordial saludo,

Belén Beoñegui García
Presidenta de Amapamu
presidencia@amapamu.org
Tel: 636529733

AMAPAMU - Asociación Madrileña de Partos Múltiples - Calle de Pablo Iglesias 2 Bis, 4º - 28.232 Las Rozas (Madrid) - Tel.

Carta que se mandará a los Consejos Escolares cuando comience el proceso de admisión para el curso 2011/2012.

Además, ahondando en esta línea, se ha mandado una solicitud a Esperanza Aguirre, presidenta de la Comunidad de Madrid, en la que se reclama, y argumenta, la modificación de criterios de baremación para el acceso a colegios públicos y concertados.

Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad

También el mes de noviembre, aprovechando la remodelación del gobierno, se ha mandado una carta al Ministerio insistiendo en una de las reivindicaciones que tradicionalmente hace la Asociación.

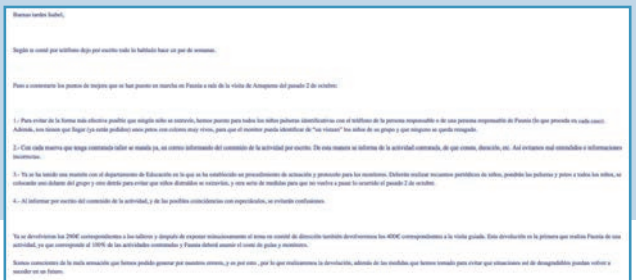
En el escrito dirigido a la ministra Leire Pajín, se solicita que el Ministerio estudie la posibilidad de considerar familia numerosa a todas aquellas que tengan hijos nacidos de parto múltiple dado que este tipo de familias "soportan mayores limitaciones, responsabilidades y cargas de trabajo y económicas que las familias con dos descendientes fruto de distintos nacimientos". En la actualidad, "el límite para acceder a la condición de familia numerosa está establecido en dos descendientes a cargo, siendo así que sobrepasado este límite se accede a dicha condición". Además existe una excepción y es que las familias monoparentales (y los viudos/as) con dos hijos también entran dentro de esta categoría. Desde Amapamu se considera que el alcance de esta medida a nivel presupuestario tendrá poca repercusión ya que muchas familias con parto múltiple ya son familias numerosas.

Las cartas se pueden consultar en la siguiente dirección: http://www.amapamu.org/conadministracion.html

Accidentada visita a Faunia

El sábado 2 de octubre 60 familias de Amapamu (109 adultos y 137 niños, con edades comprendidas entre 2 y 6 años) acudieron a Faunia para visitar el parque y realizar unos talleres. Dado el elevado número de asistentes, se dividió a la gente en ocho grupos para realizar la vista guiada por la mañana. Tras la comida, a las 16:00 horas, comenzaron los talleres para los niños; se les dividió en dos grupos y se acordó, por recomendación de Faunia, hacer dos talleres: los Polos y la Jungla. La experiencia de los talleres resultó de lo más desagradable. Varios niños se perdieron ya que los talleres se realizaron en espacios abiertos a todo el mundo que visitaba el parque y con un muy reducido número de monitores, que en ningún momento dieron muestras de poder controlar a tanto niño.

Tras semejante descontrol, Amapamu interpuso una queja en Atención al cliente allí mismo; posteriormente, se mandó una reclamación con las protestas y comentarios de los socios, así como la correspondencia mantenida con el parque. En ella se solicitaba explicaciones por lo ocurrido y el reembolso del coste de los guías y los talleres. El 11 de noviembre Faunia mandó un correo electrónico que reproducimos, en parte.



Mª Eugenia Isabel fue quien coordinó el evento.

Novedades Club Multidescuentos >>

BabyECO se dedican a comprar y vender artículos seminuevos de bebé; todo lo que compran y venden está casi nuevo, en muy buen estado, limpio y debidamente controlado.

Las personas interesadas en vender algo que tengan en casa almacenado de sus hijos y que ya no usen, y se encuentren en buen estado, tienen que pasar por la tienda en donde se firmará un contrato de consignación, quedando así el artículo depositado durante tres meses, que es el tiempo en el que se comprometen a venderlo. Todo lo valoran al cincuenta por ciento de lo que cuesta nuevo.

A los socios de Amapamu les ofrecen un **descuento adicional del 5 por ciento,** al cual renunciaría BabyECO de su beneficio, en el caso de carritos gemelares, sillas de paseo gemelares, cunas, etc.

Si durante los tres meses que el artículo se queda en tienda, se vende, ese beneficio se reparte a medias entre el cliente y BabyECO. Si no se vende por cualquier razón durante ese tiempo, el cliente puede pasar a recogerlo o donarlo a través de la tienda a Red de Madres (la ropa es lo único que si no se vende, se dona directamente).

BabyECO. c/ Goya, 105. 28009, Madrid. ☎ 91 435 88 21. Horario de lunes a viernes de 10:30 a 14:30 y de 16:30 a 20:30. Sábados y primer domingo de mes de 10:00 a 14:30 y de 16:30 a 20:30. www.babyeco.es

Calzados de Seda, es una zapatería que se dedica al calzado de señora, caballero y niño, así como a la venta de complementos (bolsos, monederos y carteras). Es una pequeña tienda de barrio, cuya principal filosofía es la atención personalizada y ofrecer todos sus artículos a precios populares.

Ofrecen a los asociados a Amapamu un **descuento del 15 por ciento en la primera compra y del 5 por ciento en sucesivas (ambos no acumulables a otras ofertas, ni rebajas ni promociones).** ☎ 916 513 995 / 675 252 476.

Carrocerías Guadarrama, SL. es una empresa que se dedica a la reparación de vehículos a motor de todo tipo. Centrada especialmente en utilitarios y vehículos industriales, perteneciente a la Asociación de Talleres de Madrid (Asetra) como signo de calidad. Ofrece todo lo que el vehículo necesita: mecánica general, mecánica rápida, pre-ITV, chapa, pintura, cristalería, neumáticos, limpiezas integrales, restauración de vehículos antiguos y clásicos.

Descuentos del 8 por ciento sobre el total de facturación para todos los socios de Amapamu.

Polígono Industrial La Mata. c/ Pradovera nº 1, naves 3 y 4 . 28440 Guadarrama (Madrid). ☎ 918 543 338. Móvil: 645 193 009. e-mail: carroceriasgua@telefonica.net. www.carroceriasguadarrama.es

Debajo de un botón es un estudio de fotografía moderno, divertido y original, donde son bienvenidos los modelos de todas las edades, aunque con debilidad por los niños. Un estudio que, por fin, hace algo diferente y sobre todo, muy fresco. Con profesionalidad, paciencia, cariño y buen gusto, consiguen las mejores fotos de los peques y sus familias. Hacen reportajes de embarazo, recién nacidos, bebés, niños, jóvenes, parejas, mascotas (en el parque), abuelos, familias numerosas y menos numerosas, y por supuesto, reportajes de Bautizo y Comunión y Tarjetas Regalo.

Para socios de Amapamu un 15 por ciento de descuento. c/ Alcalde Sainz de Baranda, 12 (junto al Retiro).

Para pedir cita previa o información, llamar a ☎ 915 770 053 ó 625 466 901 o bien, vía email a info@debajodeunboton.com. También se puede consultar la web www.debajodeunboton.com

Denenes Escuela Infantil, es un centro integral de educación infantil, de 0 a 3 años, con más de 20 años de experiencia. Está abierto todo el año, y tiene comedor y jardín propios, así como servicio médico. También disponen de un bonito parque para celebrar cumpleaños, fiestas, talleres lúdicos, etc. Cuentan con educadores titulados.

Los socios de Amapamu **pagarán una matrícula por familia,** dando igual el número de niños que traigan a la Escuela de la misma familia. Además, **el primer niño pagará la mensualidad entera; el segundo tendrá un descuento del 25 por ciento de la mensualidad; y a partir del tercero pagarán el 50 por ciento de la misma.**

Denenes. c/ Misterios 8 – 10 . 28027 Madrid. ☎ 615 435 529.

ECOX4D es un centro especializado en ecografía 4D emocional. Ofrece a los socios de Amapamu, un descuento del 10 por ciento en todas sus tarifas para poder conocer a su bebé antes de nacer.

Sus productos son: ecografía 3D donde captan las mejores imágenes delbebé y las entregan en soporte digital. Además imprimen en papel fotográfico las que más le gusten al cliente y con la dedicatoria que él elijas.

Y una ecografía 4D donde grabn la vida del bebé en DVD con menú personalizado y música de fondo. Además graban un CD con el latido del corazón del bebé. (Está terapeúticamente probado, que los bebés se relajan al escuchar este sonido cuando han nacido, ya que lo escuchan durante todo el embarazo).

www.ecox4d.com ☎ 911 269 226. c/ Alberto Aguilera, nº 3.

El Reino de Bután es un comercio especializado en Juegos de Mesa y Literatura Infantil.Cuentan con un grupo de colaboradores especializados para poder ofrecer servicios personalizados a sus clientes.

Sus objetivos son: fomentar el entretenimiento a través de la diversión y ocio, ofrecer alternativas creativas e innovadoras para educar a nuestros hijos y prestar una atención cualificada y personalizada en un espacio diferente adaptado a niños y mayores. Sus servicios son: asesoramiento personalizado sobre juegos y libros; celebración de cumpleaños; talleres y actividades para todas las edades; colaboración con ludotecas, mediatecas, escuelas infantiles, empresas privadas, etc.

A los socios de Amapamu harán un **descuento del 10 por ciento en juegos y libros.**

Para más información, contactar con Yolanda Bausela y Eva López. c/ Francisco Ayala, nº 1 (Dehesa Vieja). 28702 San Sebastián de los Reyes. Madrid. ☎912 686 786. cuentanos@elreinodebutan.es. www.elreinodebutan.es

IVIDA es el Banco de sangre de cordón del Grupo IVI, líder europeo en medicina reproductiva.

IVIDA recoge, procesa, crio-conserva y almacena las células madre procedentes de la Sangre de Cordón Umbilical (SCU) de las familias que así lo soliciten, con la garantía de que su SCU será íntegramente gestionado por empleados de la compañía, sin intermediarios, asegurando así su trazabilidad y completo control sobre todo el proceso.

El precio de la criopreservación al público en general es de 200 € al envío del kit de extracción, 1.400 € por el procesado y conservación durante un año (si la muestra tiene suficiente calidad) y 25 € al año durante 20 años a partir del segundo año en concepto de mantenimiento. Los descuentos a socios de Amapamu son: **50 por ciento del precio del kit y procesamiento en el segundo gemelar (y siguientes) y exención de la cuota de mantenimiento** (25 € anual durante los 20 años).

Además los padres interesados están invitados a asistir al banco situado

>> Novedades Club Multidescuentos

en Madrid, donde se realizará una charla titulada *Células madre de cordón: presente y futuro* y una visita al laboratorio, en la que se explican todos los procesos por el que van pasando las unidades de cordón umbilical hasta su destino final en el tanque de nitrógeno líquido. En dicha visita se proporcionará una carpeta con documentación del banco, un libro sobre células madre y un obsequio. Para concertar la visita hay que llamar al teléfono 900 847 500 e indicar que son socios de Amapamu.

IVIDA . c/ Santiago de Compostela, 88. 28035 Madrid. Teléfono gratuito: 900 847 500. www.ivida.es

Mamá Oca es un centro Infantil de 0-3 años, autorizado por la Comunidad de Madrid y adscrito al plan retribución flexible de empresas (Ticket guardería). También funcionamos como Ludoteca y celebran cumpleaños.

Sus educadoras son su gran valor, ya que no hay rotación de personal. Ofrecen estimulación temprana, pediatra, iniciación al inglés para mayores, patio exterior, .

Los descuentos a aplicar para socios serían: **matrícula gratuita (a descontar en el primer pago); 10 por ciento de descuento en la mensualidad en el primer año; 15 por ciento en el segundo y 20 por ciento en el tercero.**

c/ José Joaquín Ortiz, semi esquina Avda de Machupichu 73. ☎ 917 219 750. E-mail: mamaocaei@yahoo.es

MyBebé se dedica a la venta de artículos para el cuidado y entretenimiento del bebé. Trabajamos con las mejores marcas en el sector de la puericultura y estamos especializados en productos de lactancia con marcas líderes en el mercado. Así mismo trabajamos con firmas de gran experiencia y dedicadas a carros gemelares y de trillizos.

MyBebé ha decidido obsequiar a todos los socios de Amapamu con un **10 por ciento de descuento en todos sus artículos, salvo ofertas, rebajas y promociones.**

MyBebé. Avda. de Los Angeles 45. 28903 Getafe (Madrid). ☎ 916 840 839. E-mail: mybebepuericultura@hotmail.com

Tapiata es un Inflador/desinflador a baterías autónomo. Cuenta con una batería que se carga enchufándola a la red por la noche (en horas de 'no uso'). Una vez cargada, ofrece una autonomía para las funciones de inflado y desinflado de, aproximadamente, 30 minutos.

Su principal cualidad es la de poder inflar y desinflar cualquier tipo de inflable, en cualquier lugar, sin necesidad de conectarse a la red eléctrica, de forma rápida y cómoda. Sin esfuerzo, y entre 1-2 minutos.

Para socios de Amapamu un **40 por ciento de descuento sobre su precio final que figure en ese momento en la web www.tapiata.es**.

E-mail: comercial@tapiata.es. ☎ 902 002 383. www.tapiata.es

TUTI FRUTTI es una tienda virtual de regalos con frutas, chocolates o flores por Internet, con envío a domicilio y entrega en 24 horas. Personalizan las cestas, o encargos, añadiendo lo que el cliente quiere (un libro, un juego, un cava especial o eligiendo sus propios productos tanto normales como de tipo gourmet). Trabajan con rapidez y envían a domicilio a cualquier lugar de España.**Ofrecen un 10 por ciento de descuento en cada compra o encargo.**

Más información en www.tuttifrutti.com.es, ☎ 915 196 199 / 678 239 078, o mandando un correo electrónico a las direcciones tuttifrutti@tuttifrutti.com.es o darkbird@tuttifrutti.com.es

Vacaciones y Bienestar es una empresa que ofrece alojamiento y bienestar en la ciudad de Denia, centro vacacional por excelencia y que cuenta con estupendas playas y múltiples actividades, para que su estancia sea inolvidable.

Contamos con apartamentos hasta seis personas, todos con un alto estandar de calidad. Junto con el apartamento, nuestras ofertas siempre van asociadas a un pack de bienestar que puede incluir spa, gastronomía, parques temáticos, copa de bienvenida, etc., para que puedan relajarse y disfrutar de su estancia en la Costa Blanca.

Todos los precios que ofrecemos a los socios son siempre más bajos que cualquier oferta publicada, con un mínimo del 10 por ciento más económico del precio de venta al público general.

Además, los niños hasta 17 años tendrán su estancia gratuita en solo alojamiento, hasta completar la capacidad máxima del apartamento, siempre que haya dos adultos de pago.

Por la reserva de cualquiera de las estancias, precios especiales en la compra de entradas de los parques temáticos: Terra Mítica, Terra Natura, Aqualandia, Mundomar y Benidorm Palace o en cualquier otra salida de ocio (Minicrucero Denia-Jávea-Denia, excursiones en quad, senderismo, entradas SPA con circuito termal, etc.)

Para más información, consultar www.vacacionesybienestar.com

Vidaplus Células Madre es una compañía dedicada a la crioconservación de células madre de sangre de cordón umbilical.

Las células madre crioconservadas con Vidaplus se procesan y depositan en el Instituto de Medicina de Transfusión e Inmunología de Cruz Roja Alemana en Frankfurt. El laboratorio de Cruz Roja cumple los requerimientos de la Ley Alemana del Medicamento, los protocolos Netcord que rigen los bancos públicos y los estándares GMP, lo que avala la calidad y seguridad de los procesos.

Vidaplus ofrece a los socios de Amapamu: **10 por ciento de descuento en el servicio de crioconservación de la sangre del cordón del primer bebé, 750 euros el segundo bebé y sucesivos, en caso de parto múltiple y regalo de la primera cuota anual de mantenimiento, de cada uno de los bebés.** Condiciones acordadas en septiembre 2010.

Los futuros padres que deseen recibir información sobre el servicio de crioconservación de células madre de cordón umbilical de Vidaplus pueden concertar una entrevista personal, en su domicilio o en las oficinas de la compañía en Madrid, llamando al 902 267 366. En la visita les mostraremos el contenido del kit de extracción y los documentos de contratación y resolveremos todas sus dudas.

Vidaplus células madre. c/ Blasco de Garay, 41, 6ºB. 28015 Madrid. ☎ 902 26 73 66. www.vidapluscm.com

**Foster`s Hollywood Boadilla del Monte** es un restaurante de la franquicia de la marca Foster`s Hollywood donde prima la calidad y "calidez" del servicio sin descuidar la elaboración de las mejores hamburguesas y costillas hechas en parrilla de carbón de encina.

Para los socios de Amapamu ofrecen la **promoción niño a 0 euros,** sólo válida en cenas de domingo a jueves a partir de las 20:00 horas hasta el 30 de junio de 2011 y comidas de sábados y domingos de 13:00 a 17:00 horas hasta el 31 de agosto de 2011.

Con cada factura, **al presentar el carné, se descontarán tantos me-**

nús infantiles como adultos que consuman un mínimo de un plato principal, una bebida y un postre. Oferta válida presentado este cupón a la hora de hacer la comanda.

Válido un menú infantil por adulto. Oferta sólo válida en sala. Promoción válida para menores de 12 años. Promoción no acumulable a otras ofertas o menús (sí incluye refill de refrescos). **Válida únicamente en el restaurante Foster´s Hollywood de Boadilla del Monte.**

Foster´s Hollywood. Avda. del Infante Don Luis, nº 13, locales 1 y 2. Boadilla del Monte. ☎ 916 335 946.

Mignonette catering es una empresa de reciente creación, donde gastronomía, diseño y gestión están unidas por un motivo común: ofrecer el mejor servicio posible a su cliente, a quien mima y cuida hasta el último detalle.

Estudian las necesidades y características de cada cliente. Sus menús no tienen precios cerrados, dándole la oportunidad al cliente de diseñar un menú a su medida. Realizan un estudio de lo que el cliente está buscando y le perfilan un menú y una puesta en escena acorde a sus preferencias y necesidades, siempre respaldado con su apoyo profesional.

Realizan también meriendas y cumpleaños.

A los socios de Amapamu les ofrecen un **10 por ciento descuento en sus productos salvo ofertas, promociones y/o rebajas.**

Mignonette Catering. ☎ 609 320 302 / 619 979 161
www.mignonettecatering.blogspot.com

La cadena de talleres **Neumaticosmasbaratos,** se dedica al montaje y venta de neumáticos de todo tipo desde hace más de 50 años. Con más de cinco sedes por España y decenas de talleres colaboradores, podemos ofrecer atención al instante.

Para socios de Amapamu, **descuento del 40 por ciento sobre el precio de la web o de las tiendas en ropa motera (hasta fin de existencias) y descuento de 3 euros por rueda al precio que marca la web www.neumaticosmasbaratos.com**

Localización de talleres. Madrid: c/ Marcelino Álvarez, 9 (Zona c/Alcalá-M30) ☎ 912 618 081. Collado-Villalba: c/ Anastasio Nieto, 17 (Polígono Industrial 5) ☎ 912 618 087. Chinchón: c/ Pozo de las Nieves, s/n (Cerca del castillo) ☎ 918 940 354. Alcalá de Henares: c/ Aranjuez, nave 607 (Polígono 1) ☎ 918 774 747.

Los precios incluyen IVA, válvula nueva, equilibrado, mano de obra; es decir que lo incluyen todo menos el paralelo (alineación), si hiciera falta se cobra 35 euros para todos los vehículos (IVA incluido)

En nuestros talleres, además de cambio de neumáticos, realizamos mecánica rápida, discos y pastillas. Dentro de unos meses también haremos cambios de aceite, filtros, amortiguadores, etc.

En la **Escuela Infantil Monigotes** saben lo importante que es para los niños recibir una educación de calidad desde el comienzo de sus vidas; y por eso, su modelo de enseñanza pretende sentar las bases para una óptima adaptación del actual sistema educativo a las necesidades del niño, haciéndolo participe de su aprendizaje.

Ofrecen a los socios de Amapamu: **un 25 por ciento de descuento a todos los hermanos en la matrícula; un 10 por ciento de descuento al segundo hermano y 15 por ciento de descuento al tercer hermano en la cuota mensual.** En los **'talleres creativos'** que se realizan los sábados por la mañana para niños con edades comprendidas entre 2 y 5 años (ambos inclusive), **10 por ciento de descuento al segundo hermano y 15 por ciento de descuento al tercer hermano.**

La escuela tambiénabre sus puertas por **vacaciones** de navidad, vacaciones de semana santa y vacaciones de verano en los meses de Junio y Julio, ofreciendo servicio para los **'días sin cole'** a los niños que están matriculados en otros centros y que tengan edades comprendidas entre los 4 meses y los 6 años. En este caso, el descuento será de **10 por ciento de descuento al segundo hermano y 15 por ciento de descuento al tercer hermano.**

www.monigotes.org c/ Esteban Terradas, 6, local 1. 28914 Leganés. ☎ 916 851 267. monigotes@monigotes.org.

Carrefouronline Tecnología es la tienda online de Carrefour con más de 5.000 artículos de informática, electrónica, fotografía, ocio y hogar. En ella podrá encontrar las novedades del mercado a los mejores precios, con la garantía Carrefour. www.carrefour.es

Desde el 9 de septiembre hasta el 31 de diciembre de 2010, está disponible un cupón de descuento para pedidos online en toda la tienda de Tecnología. Este cupón es válido para un solo uso y no es acumulable con otros cupones, cualquier intento de uso fraudulento del cupón dará lugar a la anulación e invalidación del pedido.

>> 30 euros de descuento para para compras superiores a 250 €. Cupón: QPR50837X.

La cadena de peluquerías infantiles **Fashion Kids,** ha trasladado su local del Centro Comercial M-40 al Centro Comercial Tres Aguas. Primera Planta, Local 231-A. 28922 Alcorcón. ☎ 914 963 463. Además, ha abierto una nueva franquicia en Centro Comercial La Vega. Avenida Olímpica nº 9. Local B 6-7, planta baja. 28108 Alcobendas. ☎ 914 840 869. Fashion Kids cuenta con otras tres franquicias: Parque Corredor ☎ 916 776 974, Torrelodones ☎ 918 545 017 y Xanadú ☎ 916 482 826.

CSC Organización de eventos / catering es una empresa cuyo objetivo principal es la satisfacción de nuestros clientes, manteniendo un trato muy personal y cercano con ellos, pues consideramos que es la única forma de organizar un evento exitoso.

En CSC organización de eventos / catering hemos querido unir nuestra experiencia en el campo de la organización de toda clase eventos, con el cuidado y el rigor que estos merecen.

Nuestros valores como empresa se fundamentan en dar a nuestros clientes el mejor servicio y atención posible.

CSC organización de eventos / catering se dedica a organizar incentivos de empresa y eventos particulares como cumpleaños, bodas, comuniones, fiestas, etc. Conseguimos que su evento, fiesta, reunión familiar o de amigos, etc. sea un éxito rotundo y triunfe como anfitrión /a.

CSC organización de eventos / catering le dará la mejor solución ajustándose a su presupuesto logrando que el día señalado sea todo un éxito.

Ofrecen un **10 por ciento de descuento** a los socios de Amapamu.

Soledad Arriazu ☎ 659 258 935. Cristina Boehm ☎ 619 162 069.

csc.eventos3@gmail.com

CAMBIOS EN EL CLUB MULTIDESCUENTOS

Han modificado sus condiciones: la Escuela Infantil Mascero, la cadena hotelera Fuerte Hoteles y Armonía Animal.

Deja de pertenecer al club: Distribuciones Fels.

Nuestros colaboradores

Algunas empresas y comercios colaboran haciendo descuentos especiales a los socios de Amapamu.
A continuación os recordamos cuáles son estas empresas. Para información más específica sobre la cuantía del descuento, productos, promociones, periodo de vigencia, etc. podéis consultar la siguiente dirección:
www.amapamu.org/amapamuclubdedescuentos

912 314 285
636 418 699

Accomode Inmobiliaria
607 676 727

Macro Be Bé
918 786 588
www.macrobebe.es

El alboroto
916 627 246
www.elalboroto.com

ANA
917 395 778

Audiomovil Madrid
914 079 248
www.audiomovil-madrid.com

Alcora
913 596 829
www.centroalcora.com

659 258 935
619 162 069

baby gallery
917 598 777
www.babygallery.es

Baby Moon
913 320 362
www.ebabymoon.com

bayard
932 182 476
www.bayard-revistas.com

Bebé a Bordo
918 499 405

Bebés ecológicos
647 983 806

Bebés Naturales
886 111 687
www.bebesnaturales.com

biozell
985 099 228
www.biozell.com

Calmera bebé
915 275 602

GALA Autoescuela
914 014 742
www.autoescuelagala.com

Canastro
606 033 605
www.canastro.com

caprabo
902 226 060
www.caprabo.es

Capricho's
918 457 158

Carrefour online
902 290 300
www.carrefour.es

AXA
915 385 656
646 137 275

Saylú
916 897 880
675 253 987

Centro Valle 36
915 332 071
www.valle36.es

Maderas Nobles de la Sierra de Segura
656 926 565
www.maderasnobles.net

Clínica Dental Villalba
918 501 150

Bilingual Peapers
915 233 629

Teo y Leo.com
www.teoyleo.com

H10 lanzarote gardens
928 590 100
www.h10hotels.com

Cibus Sine
914 572 189
www.cibussine.es

Canalu
www.canalu.es

Chrysler
917 451 411

609 143 199
646 643 529

Opticalia Perfect Vision
916 621 599
915 418 847

914 135 823
914 115 940

Carismauto
916 697 668

Pelocos
916 464 064

Canxi
916 587 728
689 579 936

Mujim
913 711 648

Spantajaparos
www.spantajaparos.es

915 639 867
670 400 083

Maternitas
914 367 374
www.maternitas.es

Tallytale
944 731 394
www.tallytate.com

916 040 936
www.mimabebes.es

la Casa de Narzana
985 748 289
www.lacasadenarzana.es

942 59 22 00
www.armoniaanimal.com

uDUO BASIC
916 385 155
www.duobasic.com

Uniformes Yolanda
913 157 032
www.uniformesyolanda.com

914 453 344

Diálogo Libros
915 781 666
www.dialogolibros.com

Tiendas Dideco
www.dideco.com

www.aloeveracruz.com
617 342 579
www.aloeveracruz.com

pretabac
902 309 003
www.pretabac.com

educación
916 482 353
www.educaccion.es

descubriendo
691 423 621
www.divertigenio.es

DNA SOLUTIONS
901 120 351
www.dnasolutions.es

Doña Coletas
www.donacoletas.com

Cirugía Plástica Dra. Santamaría
607 633 633

Dos Manitas
913 774 441
600 544 297

Duendes Magic
618 515 808
www.duendesmagicos.com

Instituto de Ginecología egr
917 401 690
www.erg.es

bbk
917 131 620
917 131 624

Que Llueva!
www.quellueva.com

eldon
917 645 346
www.eldonasistencia.com

El Corte Inglés
914 018 500
www.elcorteingles.es

el patio de mi casa escuela infantil
913 160 955
600 775 771

Delfín
915 199 369
www.nataciondelfin.com

expert
www.expert.es

915 081 157
915 285 559

Ofisio Respiración
629 441 102
www.fisiorespiracion.es

Fisiobronquial
916 741 270
www.fisiobronquial.com

fiestafacil
913 682 636
www.fiestafacil.com

fashionkids
www.fashionkids.es

Centro Médico Instituto Palacios Salud de la Mujer
915 780 517.
www.institutopalacios.com

Fuerte Hoteles
902 343 410
www.fuertehoteles.com

Gestram García Borbujo S.L.
914 457 391

Via Libre
911 213 000

Futbol y +
91 652 90 62
www.futbolymas.net

Personalhogar
915 320 630
www.personalhogar.es

Grupo Tucán
913 145 365
www.grupo-tucan.com

BabyECO
914 358 821
www.babyeco.es

Vacaciones & Bienestar
966 420 818
www.vacacionesybienestar.com

El Reino de Bután
912 686 786
www.elreinodebutan.es

TOT-a-LOT
655 06 88 11
www.tot-a-lot.com

ivida
900 847 500
www.ivida.es

Denenes 2 Escuela infantil
615 435 529

ecox
911 269 226
www.ecox4d.com

Guadarrama
918 543 338

JAVI
695 693 702
wwwww.elofertondejavi.com

913 759 304
www.kidsworld.es

www.bebedue.com

918 814 111

916 370 025

975 391 536
www.loscerezosdeyanguas.com

912 293 460
www.lunatural.com

946 404 882
www.manguitos-delphin.com

605 514 052
www.mamiseta.com

www.mamyyo.com
961 683 107

902 202 999

914 470 503
www.martinez-almeida.com

913 813 993
www.mascero.com

915 567 051
www.med-estetic.com

935 888 545
www.nr-nr.com

913 882 596 / 606 906 091
www.mm-inmobiliaria.com

915 252 889
www.farmaciaelcamino.es

914 841 440
www.partyland.es

902 358 358
www.hotelplus.com

915 083 485

916 395 180
www.chocolatechus.com

913 880 118

914 575 584

916 649 980

902 242 245
www.es.sandoz.com

918 537 377
www.restaurantevianda.es

618 788 079
www.sg-elect.com

914 273 536

www.ediciones
lolapirindola.com

917 242 773
www.stellamaris.es

902 119 930
www.gruposertec.com

965 107 010
www.suavinex.com

963 574 411
620 202 309

915 661 277
656 450 464

914 025 151
www.tatankacamp.com

www.booksandgifts.es

913 711 624
www.telocuido.com

916 595 803

916 878 804

913 668 866
www.primerafoto.com

902 101 309
www.novolent.es

677 198 913
913 790 508

902 247 722

915 380 518

918 106 393
www.daire.es

www.mainada.es

629 058 900
www.bodegaspinuaga.com

916 574 920

915 613 388

Swedish Cars
Concesionario Oficial
916 468 875
www.swedish-car.com

915 432 222
918 032 532

916 587 892
www.asfa21.com

902 107 212

902 410 141
www.xplorys.com

902 430 640
www.crio-cord.com

913 564 653
www.centroaleka.com

www.caab-centroauditivo.com
917 158 103

914 336 818
618 266 991

902 130 100
www.clinicabaviera.com

902 430 640
www.clinicalondres.com

www.sabanafantasma.com

945 086 153
www.todopuntodecruz.com

913 003 892

659 441 192
www.fabricadecuentos.com

659 423 685
www.pinturasmora.com

639 096 351
www.misgeminis.es

902 267 366
www.vidapluscm.com

646 116 441
www.elbauldelbebe.eu

916 210 154
916 800 907

917 401 690
www.urh.es

914 477 288
www.salusinfirmorum.es

609 021 958

www.babasdebebe.com

966 469 207
www.thedreambag.es

913 029 626
www.eduqa.es

918 828 545
www.cerrajeriabegona.com

636 964 811

915 082 163

916 409 796
www.etic-etac.com

www.chicandchic.es

www.cristinadejosh.com

916 174 807
www.jbazzapatos.com

918 864 743
www.dugonsa.es

913 522 300
www.gemelosymas.com

916 443 319

913 558 451
www.magomerlin.es

915 118 573
www.psigo.es

www.neumaticosmasbaratos.com

918 864 743
www.dugonsa.es

916 513 995

915 196 199
www.tuttifrutti.com.es

902 002 383
www.tapiata.es

915 770 053
www.debajodeunboton.com

917 219 750

Boadilla del Monte
916 335 946

916 851 267
www.monigotes.org

609 320 302
619 979 161

Estudios sobre múltiples

Con esta sección tratamos de acercar a los socios los últimos estudios ciéntificos relacionados con el mundo de los gemelos, mellizos, trillizos y más…

TEXTO: **Mª LUISA ORERA PEÑA, Licenciada en Medicina y Cirugía.**

>> Comparación de los resultados perinatales de partos gemelares por concepción espontánea versus inducida en Holanda entre 2000 y 2007 (*)

Aprovechando los datos recogidos en el Registro Obstétrico Nacional de Holanda, los autores estudian si hay diferencias en el desenlace de los embarazos múltiples espontáneos y en los inducidos por diferentes tratamientos de fertilidad (Inducción de la Ovulación, inseminación artificial, FIV (Fertilización In Vitro) o ICSI (Inyección Intracitoplasmática de espermatozoides).

Para ellos, se utilizan datos de este registro de los años 2000 al 2007. El número total de partos analizado fue de 9.369. Los niños nacidos como resultado de embarazos múltiples espontáneos fueron 4.3285 (52%); 611 fueron posteriores a inseminación artificial (17%); por inducción de la ovulación había 570 niños (6%) y por FIV/ICSI 4.823 (35%).

Los resultados del análisis muestran que hay tasa de resultados adversos ligeramente mayor en los embarazos múltiples por inseminación artificial o estimulación ovárica, pero no en los de FIV/ICSI.

(*) Bensdorp A, Hukkelhoven C, Mol BW et al. Twin Research and Human Genetics. 2010; 13 (3): 246-295

Mi comentario

Disponer de un Registro Nacional Obstétrico como el que tiene Holanda, es importante porque se consigue tener una base de datos nacional que proporciona información muy relevante para hacer estudios con población española. Sería muy interesante tener un registro similar en nuestro país.

>> Gemelos y hermanos: diferencias en el coeficiente intelectual y relaciones en la personalidad (*)

Se ha sugerido que la asociación entre el coeficiente intelectual y los rasgos de la personalidad varían en función del orden de nacimiento y que puede ser una de la razones de las bajas similitudes entre parejas de hermanos en comparación con parejas de gemelos dicigóticos (mellizos). Para este estudio, se han utilizado muestras de dos estudios realizados en Moscú con 148 parejas de gemelos y 70 parejas de hermanos de familias con dos hijos. Todos los sujetos de estudio eran adolescentes. A todos ellos se les hicieron diversos tests de inteligencia y personalidad.

Una vez analizados los datos obtenidos, los autores llegaron a la conclusión de que hay diferencias estadísticamente significativas entre las parejas de hermanos que no son gemelos en coeficiente intelectual.

(*) Alexeeva A, Egorova M, Kozlova I et al. Twin Research and Human Genetics. 2010; 13 (3): 246-295

Mi comentario

Este estudio se basa en investigaciones anteriores que analizan familias con varios hijos y que apuntan a que el hijo mayor es más proclive a tener el coeficiente intelectual más alto mientras que el hijo menor suele tener el más bajo. Entre las razones que explicarían este fenómeno estarían el mayor tiempo y paciencia que los padres dedican al primogénito. De todos modos, una persona con una inteligencia reconocida como Charles Darwin, era el quinto hijo de una familia de seis.

LA SOLUCIÓN DE CONFLICTOS EN LA INFANCIA

En muchas ocasiones, los adultos se olvidan fácilmente cómo aprendían cuando eran pequeños. Las recomendaciones parecían muy sencillas en teoría, pero eran difíciles de aplicar cuando tenían que enfrentarse a las agresiones de sus compañeros y compañeras.

TEXTO: **TESSIE MONTERREY**

Aprender a hacer lo correcto no es sencillo, como en ocasiones se quiere hacer creer; los niños y las niñas saben la teoría, pero llevarla a la práctica es difícil. Los niños necesitan más apoyo de los adultos para practicar y aprender a tomar decisiones, enfrentándose a las consecuencias de sus actos.

No se deben considerar las discrepancias como algo malo, sino como algo natural, donde la calidad de la comunicación opera como regulador. El conflicto es una condición necesaria para la construcción de una vida armónica y una convivencia pacífica. Se debe adoptar desde una posición realista y constructiva, que lo convierta en una oportunidad de cambio y adquisición de nuevos aprendizajes.

En ocasiones, siempre y cuando los menores no corran riesgo, el adulto debe ofrecerles un espacio para aprender, apartándose a un lado y observando cómo se desarrollan sus habilidades de interacción y de solución de problemas. Si percibe que surgen peleas agresivas o discusiones injustas entre niños de edades o capacidades muy distintas, no se deben permitir ni tolerar y es ahí cuando el adulto debe intervenir inmediatamente para proteger y defender sus derechos.

Con frecuencia, la actuación ante una disputa se pospone hasta el momento en el que estalla, captando la atención de todos y exigiendo un claro posicionamiento del adulto. Los niños y las niñas pueden responder de manera autónoma y positiva ante los propios conflictos, sin necesidad de delegar sus responsabilidades en los adultos.

En ocasiones, los niños y las niñas no solucionan adecuadamente sus polémicas, porque no conocen otras alternativas mejores. Explicarles lo que deben y no deben hacer, cómo y cuándo deben hacerlo, es parte del proceso educativo; pero es insuficiente si no se les enseña a través de la práctica a tomar decisiones y a solucionar sus problemas.

Pasos básicos para tratar conflictos infantiles

- **Organizar el espacio.** La familia debe situarse en un lugar cómodo y apropiado, de manera que todos puedan verse y escucharse para afrontar los conflictos.
- **Definir el problema.** Se eligen algunos conflictos relevantes para abordarlos en la familia. Cada uno de los involucrados en el problema, tiene su turno para explicar sus necesidades y sen-

A largo plazo, no enseñar la resolución de conflictos generará repercusiones negativas en los niños, porque las disputas se intensificarán y harán más daño

timientos. La familia debe reflexionar y averiguar las causas reales del conflicto.

- **Buscar las soluciones.** Los padres les sugieren a los hijos o a las hijas que piensen y aporten algunas alternativas de solución. Después, entre todos evalúan las repercusiones positivas y negativas de cada opción.
- **Elegir la solución más adecuada.** La familia determina la estrategia de solución más adecuada, reflexionando si es posible realizarla. Si es así, elaborarán un plan para llevarla a cabo. En caso contrario, se repetirán los pasos necesarios para llegar a un acuerdo favorable y aplicable.

Para guiar a los niños en el tratamiento de los problemas, se pueden utilizar las siguientes preguntas: ¿cuál es el problema?, ¿cómo te sentiste?, ¿cómo crees que se sintió tu hermano o tu hermana?, ¿qué habéis hecho para resolver el problema? ¿ha funcionado la solución propuesta?, ¿hay algo más que podáis hacer? ¿qué consecuencias, positivas y negativas, tiene esa alternativa? ¿habéis llegado a un acuerdo? ¿es posible?

Los menores pueden llevar a cabo el proceso de tratamiento de los conflictos con buenas habilidades de pensamiento abstracto, hasta pueden aprender a hacer acuerdos para guiar la resolución de sus disputas. Ellos tienen que aprender que la vida no es fácil, que los problemas forman parte de la naturaleza humana y tienen que aprender a tratarlos adecuadamente.

Cuando un niño está llorando intensamente o se comporta de forma muy agresiva, es inútil tratar el problema en ese momento, porque no puede centrarse ni relajarse. Una de las habilidades necesarias para la independencia es aprender a controlarse y a tranquilizarse. Cuando los menores aprenden a reponerse por sí mismos, sin ayuda, pueden controlar con éxito los impulsos y los sentimientos negativos, intensos e inestables.

Cómo estimular las habilidades sociales

- **Sea un modelo en relaciones constructivas.** Permítales que le observen resolver problemas al hablar y negociar con otras personas.
- **Dedique un tiempo.** Establezca momentos específicos para enseñar y tratar los conflictos. También ofrézcales períodos regulares y extendidos de juegos libres, para que tengan oportunidades de practicar y dominar las habilidades sociales, al relacionarse con sus iguales.
- **Resista la tentación de resolver sus problemas.** Cuando recurran a un adulto, para que los ayuden a resolver algún conflicto, se les debe de instruir en los pasos básicos del proceso de resolución de problemas.
- **Motívelos a expresar sus sentimientos y necesidades, y a interpretar los sentimientos ajenos.** Puede utilizar un vocabulario amplio que describa las emociones asociadas a los problemas, representando las palabras con expresiones faciales. Esto les ayudará a reconocer que todo el mundo tiene sentimientos y derechos.
- **Pídales que digan lo que quieren o lo necesitan con palabras.** Deben comunicarse mediante un lenguaje adecuado, en vez de utilizar gruñidos, gestos o agresiones. Una manera de hacerlo es: "Yo me siento (enfadado), cuando tú (me quitas el cuento), porque (así se puede romper una página). La próxima vez, quisiera que tú (esperaras a que yo termine y te lo preste)".
- **Evite presionarlos a pedir perdón.** Es importante que sientan remordimiento cuando ofenden, intimidan o agreden a alguien. Si los adultos exigen demasiado pronto que pidan perdón, es posible que salgan más perjudicados que beneficiados, indirectamente se les está diciendo que mientan con el fin de evadir situaciones incómodas y aprenden que disculparse es una manera rápida, sencilla y eficaz de librarse de las consecuencias negativas de sus actos.
- **Las normas y sus consecuencias se establecen con la colaboración de toda la familia.** Los niños y las niñas puede dialogar cómo quieren ser tratados, ayudar a determinar los comportamientos que no se permitirán ni tolerarán, estableciendo las consecuencias para los comportamientos agresivos. Las consecuencias deben estar relacionadas con la acción, ser razonables y

Los niños necesitan aprender a resolver sus conflictos por sí solos, para que, cuando sean adultos, no dependan de las decisiones que otros tomen en su lugar

respetuosas. Las reglas se deben de presentar de manera positiva, enfatizando que los problemas se arreglaran hablando.

- **Establezca límites de comportamiento.** Ejecute las consecuencias de las reglas familiares de manera constante. No se debe tolerar ningún tipo de agresión, porque si se toleran conductas inapropiadas los niños pueden pensar que esa conducta es aceptable.
- **Analice con ellos sus conflictos cotidianos.** Escriba un listado de todos los conflictos que sucede entre sus hijos e hijas. Reflexione y registre las actuaciones adecuadas para tratar cada problema. Esas situaciones las puede utilizar para que los menores propongan alternativas de soluciones.
- **Enséñeles frases para defenderse.** Utilice frases que pueda usar al tratar con algún infante agresivo: "deja de hacer eso", "eso no me gusta", "eso me duele", etc.
- **Exprese sus expectativas definiendo la conducta apropiada.** Describa la conducta esperada y adecuada, en vez de decir algo generalizado como: "pórtate bien" o "deja de hacer eso". Por ejemplo: "El juguete es para jugar. No se permite usarlo para pegar a nadie".
- **Evite refuerzos negativos y aplique refuerzos positivos.** Un refuerzo es un estímulo que incrementa la probabilidad de la emisión de la conducta. Si los adultos reaccionan con los menores únicamente ante las conductas inadecuadas, realmente reforzaran el comportamiento negativo, en vez de la conducta adecuada. El refuerzo positivo, pueden ser palabras agradables o premios, se utilizan después de que los niños o las niñas realizan alguna conducta apropiada.

Los niños y niñas no solucionan de manera adecuada sus problemas porque no conocen otras alternativas mejores

- **Lea cuentos que les muestren comportamientos prosociales.** Los pequeños pueden reflexionar sobre algunos conceptos poniéndose en el lugar de otros, de algún modo, pueden pensar más objetivamente al considerar la conducta de los personajes de un cuento y de su manera de resolver las cosas.
- **Increméntele la autoestima.** Ayúdeles a que se sientan bien consigo mismos, para que construyan una imagen positiva y sólida de sí mismos y puedan ser individuos competentes.
- **Intervenga antes de que exterioricen la agresión.** Cuando observe indicios verbales de que pronto perderá los estribos, diríjase hacia él, trate de estar al nivel de sus ojos y reflexione en voz alta sobre lo que puede estar sintiendo. Podría decirle: "tu cara me indica que estás enfadado, ¿puedes decirme qué te hizo enfadar?" Cuando responda, enséñele la forma adecuada de abordar el problema con frases del estilo: "¿Le has dicho a tu hermana lo que te molesta?, ¿quieres que yo esté cerca mientras se lo dices?; yo puedo animarla a escucharte". Cuando resuelve el problema adecuadamente se le da un refuerzo positivo: "Aprecio que resuelvas el problema con palabras en vez de pegar".
- **Utilice la disciplina y evite el castigo.** La disciplina les enseña cómo actuar, corregir sus errores y asumir la responsabilidad de sus acciones. Los castigos se centran en la conducta inadecuada, pero no les enseñan el comportamiento apropiado.

A largo plazo, no enseñar la resolución de conflictos generará repercusiones negativas en los niños, porque las disputas se intensificarán y harán más daño. Por el contrario, cuando los menores participan en el tratamiento de los problemas, se sienten respetados y comprendidos, involucrándose más en la decisión tomada.

Los niños y las niñas necesitan aprender a pensar y a resolver sus conflictos de manera independiente, para que, cuando sean adultos, decidan por sí mismos y no dependan de las decisiones que otros tomen en su lugar. Tienen que aprender a vivir una vida satisfactoria, mediante buenas relaciones sociales, más por espíritu de colaboración y respeto mutuo que por temor a las represiones.

La sociedad requiere que todos sus miembros tengan un sentido de pertenencia, de modo que se interesen los unos por los otros, lo suficiente para adaptarse a las habilidades, capacidades y limitaciones de los demás.

TARDES DE INVIERNO.

Comienza el invierno, los primeros fríos y las primeras lluvias. Se acabaron los días de parque aprovechando las luminosas tardes veraniegas. Cambiamos al horario de invierno y el recuerdo del verano sólo queda en eso, un recuerdo. ¿Cómo se explica que tardes tan cortas como las de esta estación se hagan tan largas con varios niños pequeños metidos en casa? ¿Qué podemos hacer no sólo en las tardes de diario, sino también durante los fríos fines de semana que nos trae el invierno?

TEXTO: **CRISTINA BARRAGÁN**

A nadie se le pasa por alto lo que supone la llegada del frío cuando se tienen niños en casa. Los paseos de los más pequeños a los que se han acostumbrado en el período estival, son mucho más cortos y las actividades de los niños más mayores empiezan a requerir un espacio mayor que el que ofrecen los parques, corralitos o las mantitas en el suelo.

No nos engañemos, a determinadas edades (probablemente la etapa comprendida entre que empiezan a andar hasta que comienzan primaria, que están más "asentaditos") los niños requieren una amplitud de espacio no siempre compatible con las características de los hogares de la mayoría, y exigen una cantidad de juegos y actividades capaces de agotar no sólo las ideas, sino también los más templados nervios de sus progenitores.

Sin embargo, ese rango de edad en el que todavía somos parte de sus juguetes, debería ser visto por todos nosotros como algo positivo. Por supuesto que es cansado. Es agotador. Pero también es un momento ideal para reforzar nuestra relación con ellos promoviendo la comunicación con nuestros hijos que utilizan el juego como una forma básica de expresión y que nos ayudará a entendernos mejor con ellos en las etapas posteriores. Esa es al menos la visión de Gema Elvira Sebastián, madre de Héctor (4 años) y Sandra e Irene (2 años) "Nosotros ahora somos "lo más" para ellos, somos su modelo a seguir. Supongo que en un par de años no querrán nada con nosotros así que hay que aprovechar y sobre todo transmitirles valores y aprender que somos una familia grande (con sus pros y sus contras) y nos queremos y nos ayudamos todos. Qué mejor que las tardes de invierno para hacer cosas juntos."

Plantearles actividades en las que participen los padres es algo que siempre les gusta

En realidad, las posibilidades de actividades son muy numerosas, sólo hacen falta ganas. La oferta, tanto pública como privada se ha abierto enormemente en los últimos años y es posible tener prácticamente todos los días alguna actividad cultural o de ocio para niños. Cuentacuentos, bibliotecas infantiles, teatro (ya desde bebés, con puestas en escena puramente sensoriales, hasta para los más mayores), ludotecas, actividades en los centros comerciales, parques de bolas, etc…

Encontrar cuándo y dónde se realiza cada actividad no es difícil. En internet existen multitud de ofertas informativas, las diferentes Juntas municipales poseen sus propios boletines informativos sobre qué actividades, donde se realizan y para qué rango de edad es más adecuado. Publicaciones como Sapos y Princesas, o blogs especializados, recogen mes a mes todo tipo

> PUES YO SUELO ORGANIZAR ALGUNA ACTIVIDAD LÚDICO-FESTIVA CUANDO NOS QUEDAMOS EN CASA. TENGO LA COSTUMBRE DE IR APUNTANDO ARTÍCULOS INTERESANTES Y DIRECCIONES DE WEBS QUE ME INTERESAN Y DE LAS QUE SACO IDEAS. TAMBIÉN APROVECHAMOS PARA JUGAR A LA OCA O AL BINGO (ADQUIRIDO RECIENTEMENTE PARA QUE APRENDAN BIEN LOS NÚMEROS) O HACEMOS MANUALIDADES COMO MAQUETAS DE PIEZAS DE MADERA
>
> **ISABEL HERNANDEZ**

... ¿Y AHORA QUÉ?

Hace unas semanas, me quedé sola con los tres. Papá tuvo que salir de viaje y además llovía a mares. Aprovechando que el cumple de Héctor era el siguiente fin de semana, se me ocurrió que podían hacer la tarta así que les dije que íbamos a ser cocineros de una tarta de verdad, la del cumpleaños de Héctor.

Lo primero fue caracterizarse, así que Héctor fue a por su traje de cocinero de carnaval y a las peques les puse un baby. Antes, mientras merendaban había dejado en la mesa de la cocina galletas, mermelada, un yogur y chocolate para hacer y unos rollos de papel de cocina.

Les situé en la cocina y les ayudé e a poner galletas en un plato de plástico y luego a echar la mermelada y el yogur. Era muy cómico pues según ponías las galletas uno las levantaba otra vez, otro se las comía... el chocolate que pensaba hacer, al final lo tuve que rallar porque se lo comían pero fue un rato divertido y el postre de la merienda.

Les enseñé a limpiarse las manos con el papel de cocina y aún así, con las manos en alto les acerqué a lavarse y a quitarse la ropa de cocineros uno a uno y les pasé a ver un poco a Pocoyo en la tele. Mientras, recogí la cocina y preparé la cena.

Esto demuestra que es posible hacer cosas con los niños y que es muy gratificante para todos aunque luego tengas que ponerte el equipo de limpieza. Os mando una foto. Me reservo la que refleja como quedó la cocina jajaja!!

Gema Elvira Sebastián

> Una cosa que nosotros hacemos con cierta frecuencia es hacer y decorar galletas. Tengo mil moldes de todas las formas, animales, muñecos, flores... Y luego con una pasta de azúcar de colores se prepara la "pintura". Es divertido y entretenido y encima se comen. Eso para la madre no es tan bueno.....
>
> **ESTHER SERRA**

de actividades organizadas por categorías para seleccionar las más adecuadas a nuestros hijos o nuestras posibilidades.

La elección de cada una de ellas, depende de nosotros mismos, nuestras capacidades de movilidad o las características de nuestros hijos. Hay niños capaces de aguantar toda una película de cine con apenas dos o tres años. Otros, hasta pasados los cinco, no son capaces de estarse quietos. Todo es cuestión de ir probando.

¿Y en casa?

En casa, también hay muchas posibilidades en las que lo más importante es tomárselo con calma y dejarles hacer, dentro de unos límites. En general, el "secreto" está quizá más en cómo se les plantee que la actividad en sí misma. Las cosas de siempre con algunas variaciones suelen funcionar: cambiar lápices de colores por pinceles, o hacer castillos con los tupper o utilizar las pinzas de la ropa en lugar de sus piezas de juguete puede dar bastante juego.

Proponerles actividades diferentes sin sus juguetes de siempre en la que participen los padres es algo que siempre les gusta. Sólo hay que buscar un lugar de la casa en el que trabajar (si puede ser directamente en el suelo, mejor). Se estira un buen mantel de plástico en el que ubicarse para realizar la actividad y se sacan los diferentes materiales: Plastilina de diferentes colores para moldear; recortables en los que sólo necesitas viejas revistas (existen tijeras para los más pequeños que únicamente cortan papel) y que estimulan notablemente la motricidad fina; la pintura les encanta. Se puede probar la especial para dedos, tanto usando sus manitas, como los pinceles de diferentes tamaños; el pegamento de barra para hacer collages con papeles de colores; pegatinas de diferentes formas y colores y un folio en blanco, puede dar de sí toda una tarde.

Por supuesto, tenemos la música, los cuentos, los bailes y, ¿por qué no? la tele o dibujos (con mesura, por favor) pueden ser un buen aliado cuando llegue el momento de recoger o preparar la cena.

Sin miedo al frío

En cualquier caso, lo de los paseos, no tienen porqué acabarse con la llegada del invierno. Entre semana, por el parque a la salida del cole, bien abrigaditos, son más que recomendables y los fines de semana las salidas a la sierra o al campo es una actividad más que destacable. Sea cual sea la edad de nuestros hijos, en cuanto empiezan a andar, aprovechar la naturaleza es siempre una actividad interesante. "No es lo mismo que haga frío a que esté lloviendo y se puede dar una vuelta por el campo bien abrigados o pisar la nieve si toca y volver a casa cansadísimos", apunta Teresa García, madre de Martín y Nicolás, de ocho años.

Como veis, las posibilidades son muchísimas y sacar el máximo partido al tiempo con nuestros hijos en lugar de resoplar por la que nos espera, es una inversión de futuro. Jugar con ellos, compartir este tiempo y apoyarnos en él para educarles y enseñarles valores, puede ser la primera piedra en la que se base nuestra relación con ellos. Aprovechémosla de la mano de estas tardes de invierno.

> En Leganés hay un teatro infantil y todos los sábados y domingos hay funciones. A los pekes les encanta. Además papi sigue jugando al baloncesto, por lo que las carreras por el pabellón son un planazo para los domingos por la tarde
>
> **MELISA GUINDEL**

Todos nosotros tenemos algún truco que en algún momento nos ha venido fenomenal para resolver algún problema en casa con nuestros hijos. Por eso hemos concebido esta sección; con ella pretendemos que todos nos podamos aprovechar de las soluciones de los demás. ¡Animaros a participar y enviarnos vuestras ideas a **revistamultiples@amapamu.org**

Nosotros tenemos 1+2, Alberto de 12 años, y Raul y Hugo de casi 5 añitos…

Como no me dan resultado repetir las cosas mil y una veces, cambiar los tonos de voz, dar ejemplo a mis hijos haciendo yo las labores de casa, ayudándoles e indicandoles cómo y qué hay que hacer en casa, compartir tareas etc., pues uno de estos días, al ver que no me hacían ni caso, escribí esto de parte de sus sufridos pijamas, y se lo dejé impreso encima de sus pijamas desubicados, pobres pijamas abandonados…

La reacción de mi hijo el mayor que fue quién lo leyó, y la de sus sus hermanos pequeños, fue que se partieron de risa. Algo parece que les ha quedado de la *indirecta,* y parece que ya recogen sus pijamas por la mañana y los llevan a su sitio…, pero tampoco ha resultado infalible.

Bueno, espero que te guste…

Besos, Alberto Sanz

HOLA, SOY TU PIJAMA;
REPRESENTO A TODOS MIS HERMANOS, TANTO A LOS DE VERANO COMO A LOS DE INVIERNO.

NOS SENTIMOS ABANDONADOS Y POCO QUERIDOS, SIEMPRE NOS ABANDONAS EN SITIOS QUE NO SON LOS PROPIOS PARA NOSOTROS.

CUANDO OIMOS A TU PADRE TODOS LOS DÍAS "ALBERTO, LLEVA EL PIJAMA A TU SITIO"...PENSAMOS QUE POR FIN YA SERÁ EL ÚLTIMO DÍA QUE ANDAREMOS PERDIDOS Y TRISTES FUERA DEL ARMARIO.

PERO UN DÍA TRAS OTRO, PASA LO MISMO.

PIENSA MÁS EN NOSOTROS; PIENSA EN QUE POR LA NOCHES HACEMOS QUE DUERMAS A GUSTITO CALENTITO Y BIEN, Y TU LUEGO NOS DEJAS ABANDONADOS.

TE QUEREMOS,

FIRMADO TUS PIJAMAS

RECETAS CON QUESO DESDE PEQUEÑOS

COORDINA: Mª JOSÉ DILLA
TEXTO Y FOTOS: OLGA PIMENOVA

Sopa de verdura con queso

INGREDIENTES

- >> 1 cebolla mediana
- >> 1 zanahoria mediana
- >> 2 patatas medianas
- >> 1/4 de coliflor mediano
- >> 1/4 de broccoli mediano
- >> 1/4 de repollo mediano
- >> un puñado de guisantes
- >> un puñado de judia verde redonda troceada
- >> 300 grs. queso para untar (Caserio para untar o en triangulitos o similar)
- >> sal, eneldo, perejil

PREPARACIÓN

Poner a sofreir en la olla, con muy poco aceite, zanahoria rallada y cebolla picada. Remover con frecuencia el sofrito para que no se pegue; en cuanto la cebolla esté dorada, echar agua hasta la mitad de la cacerola y dejarla hervir. En cuanto rompa a hervir añadimos el resto de verdura (patata en dados, coliflor y broccoli en ramitas pequeñitas, repollo en juliana, judia troceada y guisantes). Cocer todo hasta que este hecha toda la verdura y al final de la coccion añadir el queso y hierbas y remover todo bien hasta que se derrita el queso.

TRUCO

Es muy suave, apta para bebes a partir de 1 año (cuando empiezan a comer todo tipo de verduras). Las verduras se pueden variar al gusto y también se puede hacer sólo con el sofrito de zanahoria y cebolla

Tortitas de queso

INGREDIENTES

- >> 500 grs. queso de burgos
- >> un huevo
- >> harina
- >> sal, azucar
- >> aceite para freir

PREPARACIÓN

Mezclar hasta obtener una textura homogenea queso, huevo, una pizca de sal, 3-4 cucharaditas de azucar y 2-3 cucharas de harina de trigo. Poner a calentar un poco de aceite en la sarten y en cuanto este caliente empezar a freir las tortitas. Para ello coger con una cuchara la masa de queso, formar una tortita y pasarla por harina y freir enseguida por los dos lados a fuego medio-alto hasta que esten doradas.

TRUCO

Apto para los mas pequeños, se puede comer con las manos. Servir con algo dulce: leche condensada, mermelada, etc.

Muñeco de nieve

INGREDIENTES

- >> 150 grs queso Philadelfia
- >> 150 grs queso blanco rallado
- >> 1 diente de ajo, hierbas aromaticas, al gusto

PREPARACIÓN

Mezclar queso Philadelfia con la mitad del queso blanco rallado, añadir ajo y hierbas aromaticas y dejar unos 30 minutos en el frigorifico para que se enduresca un poco la mezcla.

Formar con la masa de queso 3 bolas para el cuerpo del muñeco y pasarlas por el resto de queso rallado. Poner las bolas una encima de la otra presionando un poco para dar estabilidad al muñeco.

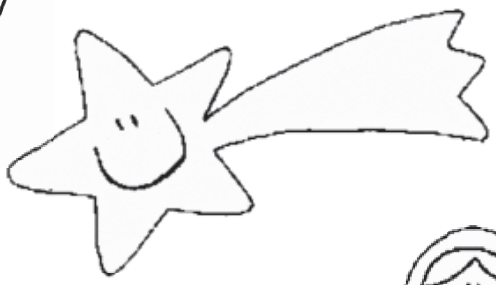
Adornar enseguida:

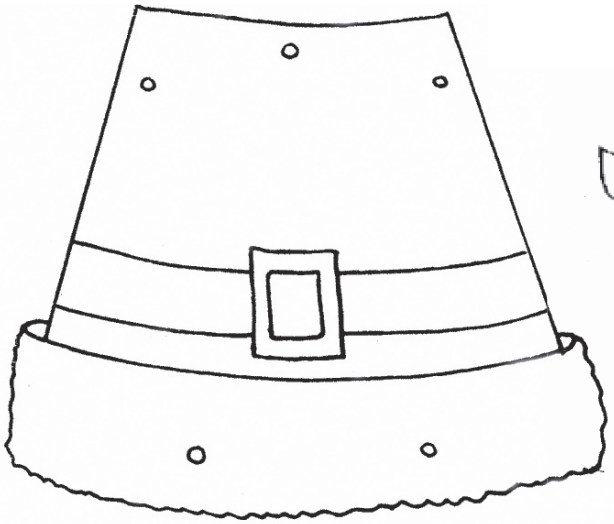
- **El gorro.** Coger una rebanada del pan integral y cortar 3 circulos (uno un poco mas grande que otros dos), juntarlos con un palillo de madera y poner el gorro al muñeco.
- **La nariz.** De una zanahoria, cortar la punta y colocarla.
- **Los ojos y los botones.** Hacerlos con granos de la pimienta.
- **Los brazos.** Se puede hacer con unas ramitas secas de plantas, con ramitas frescas de eneldo o perejil o de palillos de madera.

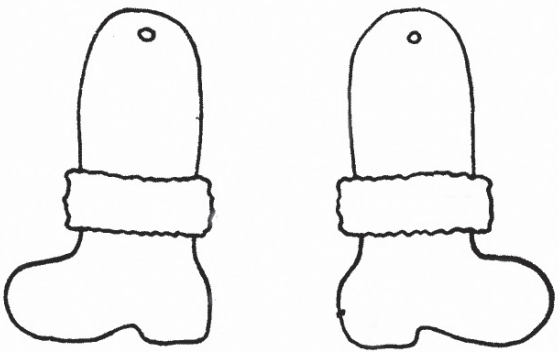
Cuando este hecho el muñeco, ponerlo en el frigorifico antes de consumirlo. Servir con unas tostas de pan.

MANUALIDADES NAVIDEÑAS

Llegan las navidades y a todos nos gusta adornar la casa, decorar el árbol, montar el nacimiento… Te proponemos hacer un Papá Noel móvil o que montes un belén: Para ello te proporcionamos dibujos. Coloréalos como más te guste y luego móntalos.







vidaplus
células madre

902 267 366

www.vidapluscm.com
info@vidapluscm.com

La mejor elección

- Procesamiento y crioconservación en el **banco de células madre de Cruz Roja Alemana en Frankfurt** bajo los protocolos Netcord, la Ley Alemana del Medicamento y el estándar GMP.
- Rapidez en el transporte.
- Atención personalizada 24 horas.

Crioconservación de células madre de cordón umbilical

Con la garantía de Cruz Roja Alemana

DRK-Blutspendedienst
Baden-Württemberg - Hessen

GOOD MANUFACTURING PRACTICE
GMP
CONSISTENT QUALITY

Condiciones especiales
para socios de

amapamu