



Semana lunes 1 de agosto de 2022

# agenda escolar n°20



FECHA	HORA	ACTIVIDAD
Lunes 1		
Martes 2		
Miércoles 3	8:15	Misa de curso 1º Básico
	15:45 a 17:30	Retiro de curso 1º Básico
Jueves 4		Ensayo Musical Maitenes
Viernes 5	8:15	Misa primer viernes. Día del párroco

1.

## RETIRO 1º BÁSICO

Este miércoles 3 de agosto los alumnos de 1º Básico tendrán en el colegio su retiro anual.

Esta actividad comenzará a las 8:15 Hrs. con una misa de curso, en la que están invitados a participar todos los papás para acompañar a sus hijos. Posteriormente seguirán con el retiro mismo (se envió comunicación por mail).

2.

## RODEO CENTRO DE PADRES

Felicitamos al Centro de Padres y a su directiva por la actividad organizada en la Medialuna de Chocalán este sábado recién pasado.

Agradecemos a todas las familias que organizaron y participaron en esta actividad, que contó con una gran asistencia de la comunidad escolar.

3.

## JEANS DAY

Para este viernes 5 de agosto el Centro de Alumnos ha organizado un Jeans Day, al que ha invitado a participar a toda la comunidad escolar. A los alumnos que quieran venir con ropa de calle se les pedirá un aporte de \$500. Además, en el recreo se venderán paquetes de cabritas por \$500.

Con el fin de que todo resulte muy bien organizado, les solicitamos enviar antes el dinero de las cabritas con sus hijos, para que se pre inscriban.





Cuida Señor a los sacerdotes cuyas vidas se consumen ante tu altar, por amor a Ti y a sus hermanos  
Virgen Inmaculada, reina y madre de los sacerdotes acógeles en tu corazón. Amén

4  
AGOSTO

DIA DEL  
PARROCO

Si te interesa conocer la vida del santo cura de Ars, patrono de los párrocos, accede al PDF que se adjunta con esta agenda.



## A Z Ú C A R ¿Por qué hace mal si es tan rica?

El azúcar blanca es un producto que se extrae químicamente de la caña o la remolacha y que como resultado se obtiene un producto refinado sin fibra, minerales, vitaminas ni oligoelementos, es decir, no nos aporta nada.

El alto consumo de azúcar ha llevado a un aumento de diabetes tipo 2 y obesidad en gran parte de la población, además de causar dolores de cabeza, desequilibrios hormonales, alimentar el cáncer, etc.

Para nadie es un secreto que es adictiva y que a mayor consumo, mayor necesidad de ella. ¿Por qué? Por una parte porque adormece las papilas gustativas necesitando cada vez más dulzor y sabores más intensos en nuestra boca. Por otra parte, porque al consumirla nuestro cuerpo secreta insulina, lo que hace que la glucosa se transforme en glucógeno en el hígado y la sangre quede con hipoglicemia, generando la necesidad de comer azúcar nuevamente.

En niños chicos lo ideal es evitarla totalmente y que ellos puedan ir descubriendo y saboreando el dulzor de frutas, verduras y cereales. A medida que crecen, introducirla con moderación, conocimiento y conciencia.

La buena noticia, es que podemos reemplazar el azúcar blanca y endulzar con:

- Frutas como el plátano, manzana, pera, etc
- Frutas deshidratadas como dátiles, ciruelas, damascos turcos, pasas
- Miel (no en menores de un año)
- Estevia natural
- Azúcar morena (no es lo mismo que el azúcar rubia)
- Azúcar de coco
- Panela: proviene de la evaporación del jugo de la caña y mantiene sus minerales
- Jarabe de arce o maple

Antonia Larraín



### CAMPAÑA CUADRADITOS DE LANA



Les recordamos a sumarse a esta campaña de hacer frazadas de lana, las que servirán de abrigo para los duros días de invierno.

La medida de los cuadrados es de 20 por 20 centímetros.

# Alexia

228311588 \* 228316476