nouhoritzó

Núm. 27
I trimestre
Any 2019

Butlletí d'informació general de l'**Associació Musical Castellet**

CALENDARI

ABRIL
19, 20 i 21 d'abril
- Caramelles

27 d'abril
- Sortida al teatre, petits

MAIG
18 i 19 de maig
- Fira del Vapor

25 de maig
- Juguem Cantant

JUNY
9 de juny
- Gitanes

14 de juny
- Final de curs

JUNY-JULIOL
Del 26 de juny
a l'1 de juliol
- Colònies

JULIOL
Del 18 al 21 de juliol
- Viatge a Brusel·les

Passos per fer la motxilla de les colònies

Fer la motxilla hauria de ser una feina dels nens i nenes, però sovint són els pares i les mares els que l'acaben fent o com a mínim supervisant de quina manera s'aprofita l'espai per no deixar-se res imprescindible. Us expliquem, pas per pas, com fer la motxilla de les colònies, però aquesta vegada els consells van dirigits als nens, ja que són ells els que s'han de fer responsables de fer-la. Sembla senzill, però fer-se la motxilla té la seva tècnica i petits trucs.

1. El més important és que siguis tu, el nen o nena, qui et facis la motxilla. Així, sabràs el que portes i com ho portes organitzat dins la motxilla, i quan estiguis a les colònies sabràs si has perdut alguna cosa o com ho has de tornar a encabir tot dins la motxilla perquè hi torni a cabre perfectament. Això no vol dir, però, que no puguis demanar ajuda a la mare o al pare. Feu la motxilla junts, així entre uns i altres recordareu tot el que hi heu de posar.

2. Un altre aspecte important a l'hora de fer la motxilla és mentalitzar-te que no pots fer com els cargols i endur-te la casa a l'esquena. La motxilla no pot pesar excessivament perquè l'has de portar tu i no cal agafar una lumbalgia. Has de posar a la motxilla només el que necessitaràs. Per tant, pensa quants dies estaràs fora de casa i fes aquesta operació matemàtica: tants dies fora de casa = tantes mudes i afegeix dos o tres parells de mitjons més i alguna muda més de recanvi, per si et mulles o t'embrutes i t'has de canviar de roba diverses vegades en un dia.

3. Una bona manera de planificar el que has de dur, sense passar-te ni descuidar-te res, és fer una llista amb el que realment necessitaràs. Per exemple, dos xandalls, cinc pantalons curts, set o vuit samarretes de màniga curta, el pijama, la roba interior, el calçat, etc. També inclou els estris i productes d'higiene personal: el raspall de dents, el dentífric, la pinta, el sabó, la tovallola, etc. I, si vas d'acampada, recorda d'afegir a la teva llista el sac de dormir i l'aïllant per posar a terra.

4. En aquesta llista no incloguis tot allò que a les colònies no faràs servir i que impediran que puguis gaudir de les activitats amb els altres infants o joves. Per exemple, no t'enduguis el mòbil o la consola. T'ho passaràs millor si no ho portes!

5. Un cop feta la llista, comença a treure dels armaris tot el que hi has apuntat, però no ho fiquis dins la motxilla, encara! Si tal i com surt de l'armari ho aneu encabint a la motxilla, us trobareu que ho heu posat tot tan desordenadament que no us hi cabrà i de res haurà servit fer la llista. El millor és anar col·locant sobre el llit l'equipatge que t'has de dur i un cop fet això tornis a fer una repassada i vegis que realment portes tot el que necessites i que no se t'ha col·lat res de prescindible. Un cop fet això, agrupa i posa en bosses de plàstic l'equipatge segons de quin tipus sigui: el calçat, la roba interior, la roba de dormir, etc. Has de pensar que la motxilla és una bossa de bosses i així ho tindràs tot més ben organitzat.

(continua a la pàgina 2)

(ve de la pàgina 1)

6. A continuació, introdueix les coses a la motxilla seguint un ordre i procurant repartir el pes entre costat i costat. Utilitza les butxaques més petites i laterals per posar-hi els objectes petits (els coberts, la lot, els mocadors de paper, un llapis, una llibreta, la gorra, etc). A l'espai central i més gran de la motxilla, col·loca a baix de tot el sac de dormir i el calçat. A sobre, posa-hi la roba de dormir i, després, la roba de posar-te a diari. El necesser pots posar-lo entre la roba, omplint forats o a dalt de tot. La cantimplora i altre material divers (càmera de fer fotos) que duguis pots utilitzar-lo també per ocupar aquells forats que han quedat buits entremig de la roba.

7. Busca un lloc que estigui a mà per posar-hi el cangur o la capelina, per si de cas plou. Si no tens una butxaca exterior prou gran, posa-ho a l'espai central de la motxilla, a dalt de tot.

Com organitzar la motxilla

8. No et descuidis de posar a la teva motxilla roba d'abric, tot i que sigui estiu, ni tot allò que els organitzadors de les colònies us hagin dit de dur (repel·lent d'insectes, protector solar, dinar del primer dia, etc).

9. Fet això, hauries de tenir preparada la teva motxilla. Per acabar, però, destacarem un últim i molt bon consell: marca la teva roba i objectes personals amb el teu nom i cognoms. Així, si n'extravies algun i algú de les colònies el troba, te'l podrà retornar.

Font: Ara Criatures - E-colònies.cat

La Marató 3

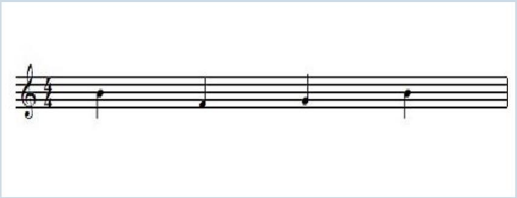
Aquest any, la Coral va ser convidada a participar a la Marató de TV3 juntament amb altres corals del SCIC d'arreu de Catalunya Ens vam haver de desplaçar fins al Monestir de Sant Cugat per gravar tots junts la cançó Imagine de Jonh Lennon.
Aquesta col·laboració es va emetre per TV3 amb la finalitat de recaptar diners per la investigació del càncer. Finalment es van recaptar 10.715.430 euros. Vam estar realment orgullosos de poder col·laborar per aquesta bona causa.

Tenen la paraula...

Jana i Arnau Salcedo Vendrell

Hola! Som la Jana i l'Arnau, de 7 i 4 anys, ens agrada molt anar a la Coral perquè fem coses molt divertides i els/les monitors/es ens mimen un munt. Ens ho passem genial! A la Coral fem de tot, cantar, ballar caramelles, jugar, cagar el tió, el pessebre vivent, pastorets, concerts, trobades de corals,... i el que jo, la Jana, espero durant tot l'any... les colònies!! Plenes d'aventures molt emocionants que vivim tant intensament que les recordem fins l'any següent.

Jeroglífic musical

Vindràs a la piscina?

Castanyada

Com cada any, en l'època de la tardor, l'activitat per excel·lència és la castanyada; una activitat molt esperada per tots els nens i nenes de la coral.

El dissabte al matí vam començar amb tot un seguit de tallers per a tots els nens. Els més petits, van fer dos tallers; el primer era crear uns cargols utilitzant plastilina i castanyes, i el segon, convertir unes cartolines taronges en unes fantàstiques carbasses.

Els mitjans van ajudar a les grans a dissenyar el mural de la Castanyada 2018 amb la finalitat de decorar la nostra Coral pel sopar d'aquella nit.

Va arribar la tarda i els nens amb molta il·lusió, estaven preparats per fer el joc que tan esperaven. Vam fer un joc utilitzant el WhatsApp, el qual servia per saber on estaven situades totes les proves a través d'enigmes que els monitors els hi proporcionaven. Els nens s'ho van passar d'allò més bé.

Quan ja estavem tips de menjar, el grup de mitjans i grans amb les motxilles a punt, vam pujar a Vallhonesta. Els nens tenien una missió, alliberar les ànimes de la Celestina i el Gabriel de l'ermita de Vallhonesta. Amb la valentia de la família Coral vàrem completar totes les proves amb èxit, alliberant així els nostres amics. La nit va acabar amb les nostres galetes Cuetara i amb la cançó de bona nit!

Associació Musical Castellet
C. de la Sardana, s/n (Tèxtil Montserrat) - 08295 Sant Vicenç de Castellet
www.amcastellet.cat / info@amcastellet.cat

Els actes són oberts a tots els membres de l'entitat. Per apuntar-vos només cal dir-ho a algun membre de la junta o per e-mail a través de l'adreça electrònica ***info@amcastellet.cat****.*
Si ens voleu fer arribar les vostres col·laboracions, crítiques o suggeriments per al proper butlletí, ho podeu fer adreçant-vos a la mateixa adreça de correu electrònic.

Nadal

Tal com mana la tradició, la família Coral no va parar durant les festes de Nadal. El grup de petits va participar al Caga Tió popular fent el pessebre vivent, tant vivent que a part d'adorar el nen Jesús, els Reis Mags van fer un partit de futbol amb una col amb els pastors i pastores!
La Coral també va fer dues funcions de Pastorets, on un cop més l'Àngel Sant Miquel va derrotar Satanàs, Lluci-fer i la seva tropa de fúries, i en Lluquet i Rovelló van arri-bar a Betlem.
Finalment, vam fer el nostre concert de Nadal. Aquest any, inspirat en les aventures de la Laia i els seus somnis amb en Mickey Mouse. Va ser molt especial, no només pel fet que vam haver d'afegir més cadires a Cal Soler perquè vam omplir la sala com mai, sinó perquè la his-tòria estava basada en el nostre viatge a Disneyland de l'estiu passat, i vam poder posar en escena un Medley de Disney, i les tradicionals nadales a l'hora, acompan-yades de coreografies i escenografies.
Tot un èxit! Gràcies a tothom qui ens va seguir, i us espe-rem el Nadal 2020!

Segueix-nos a les xarxes!

Totes les fotografies de tots els actes de l'Associació Musical Castellet les podràs trobar al Facebook de l'entitat.