



EL SOL



www.idnerja.com

EL PERIÓDICO DE LA ESCUELA DE IDIOMAS NERJA

Sabias palabras...

No olvides que el primer beso no se da con la boca, sino con los ojos

Consejos de verano

AÑO XIII, Nº 120

Julio 2014

Los accidentes en el agua pueden ser muy malos, incluso con riesgo para la vida. Es mejor seguir estos sencillos consejos para garantizar un verano divertido y seguro.

Báñate en aguas habilitadas para ello. En las playas que no estén habilitadas para el baño existen muchos peligros para tu integridad y tu salud.

También es conveniente evitar entrar bruscamente en el agua. Tienes que tener paciencia y no ser un kamikaze, especialmente después de haber tomado el sol o haber comido.

Es mejor no bañarte si estás "haciendo la digestión". Esto significa el periodo cuando tu estómago está haciendo el proceso de organizar y dirigir todo lo que has comido en el almuerzo, por ejemplo, una paella del Ayo.



Es recomendable esperar un tiempo aproximado de casi dos horas (especialmente tras comidas muy abundantes) para prevenir el "corte de digestión".

Es muy importante que salgas del agua rápidamente si sientes escalofríos (tiritona persistente), fatiga, dolor de cabeza o en la zona de la nuca, vértigos o calambres, cuando estás bañándote.

No te tires de cabeza en lugares de fondo desconocido. Puede haber poca profundidad y, como consecuencia, golpear la cabeza contra una roca y producir una lesión en la médula espinal (parálisis permanente).

Solamente vamos a añadir un dato, atención: las zambullidas en el agua son causa del 6% de las lesiones medulares en España.

EN ESTE NÚMERO:

PORTADA:

Consejos de verano

PÁGINA 2:

Estudiantes poetas

PÁGINA 3:

Música y Cocina

LA CONTRA:

Actividades de **julio de 2014** en la Escuela.



Y

recuerda:

Cuando hablamos del tiempo:

"llueve", "nieva", "graniza", "hay sol", "está nublado", "hay nubes" "hace calor", "hace frío"...

ESTUDIANTES POETAS

Anda



Andalucía, otro planeta,
Tú eres mi deseo.
Imaginate el paseo
Por las calles de Córdoba,
Plenas de gente gritando.

Créeme, sentía
Los olores de naranjas.
Créeme, oía
Los sonidos de la guitarra,
Veía a la gente sorprendida,
Cuando mataron al toro.

Tus colores son
Verde rojo y negro.
Tus sentidos son
Angustia, ansiedad, pasión
Tus historia está
Llena de sangre
E inspiración
Andalucía
Tú me diste de nuevo a luz.

Leonor M.

lucía


ñam ñam ñam ñam
ñam ñam ñam ñam

Gusto a gamba

Los últimos rayos del sol
Se reflejan en la casa blanca
De la madre andaluza
Entre cuyas manos
nace el sofrito
De ajo, aceite de oliva, cebolla
Y pimiento
Uniendo playa y montaña
Tradición y calma,
Sol y nieve, partes del alma.

En las playas casi desiertas
Sólo vagan unas gambas
aisladas
Buscando el camino al sofrito
Con caras rojas fluorescentes
Como las flores en el pelo
De las flamencas
Cantando como los pájaros
pidiendo amor.

Son gotas rojas del mar
Que caen en nuestro paladar
Y nos embriagan con su sabor
Irresistible y sin parangón.

Sabrina S.

La Cocina de la Escuela, por Borja Garrido

BACALAO AL PIL PIL



Los ingredientes son:

- 6 filetes de bacalao desalado
- Aceite de oliva
- Ajo
- Guindilla
- NO es necesario añadir sal.

para que no se quemen, hasta que comiencen a dorarse. Especial cuidado en no pasar demasiado los ajos, son incorrectos si están demasiado tostados.

Se retiran los ajos de la cazuela, se deja templar el aceite y colocan los bacalao con la piel hacia abajo.

Es muy importante no freír el bacalao, sino cocer, siempre con fuego medio-bajo y removiendo con una cuchara pacientemente, para crear la salsa pil pil.

La salsa pil pil se crea porque el bacalao suelta gelatina y se mezcla con el aceite y el ajo. La piel siempre debe estar hacia abajo.

Se necesita una cazuela ancha, para colocar todos los trozos de bacalao sin que se monten unos sobre otros.

Se pone la cazuela al fuego con todo el aceite y se añaden los ajos cortados en láminas. Se cocinan los ajos a fuego bajo,

En julio: *Enrique Iglesias* **en tu Blog de música**

WWW.IDNERJA.COM/ES/BLOG

Bailando

Yo te miro, se me corta la respiración
 Cuando tú me miras se me sube el corazón
 (Me palpita lento el corazón)
 Y en silencio tu mirada dice mil palabras
 La noche en la que te suplico que no salga el sol

Bailando
 Tu cuerpo y el mío llenando el vacío
 Subiendo y bajando

Bailando
 Ese fuego por dentro me está enloqueciendo
 Me va saturando

Con tu física y tu química también tu anatomía
 La cerveza y el tequila y tu boca con la mía
 Ya no puedo mas
 Con esta melodía, tu color, tu fantasía
 Con tu filosofía mi cabeza está vacía
 Y ya no puedo más.



HOLA COMPAÑEROS:

La Escuela tiene una página de [FACEBOOK](#) y también una [BIBLIOTECA](#) muy interesante a vuestra disposición. Está en el Club Costa Nerja. Allí tenéis una amplia colección de lecturas graduadas, que son un complemento perfecto a los cursos. Hazte socio y podrás sacar los libros en préstamo.



ESCUELA DE IDIOMAS NERJA

C/Almirante Ferrándiz, 73
Apartado de Correos 46
29780 Nerja (Málaga)

Tel: 34 95 252 16 87
Fax: 34 95 252 2119

Correo electrónico
info@idnerja.com

Ya sabéis, mis queridos estudiantes, que ahora con la Escuela de Idiomas Nerja podéis continuar estudiando español con los nuevos cursos ON-LINE: 90 días de curso, TODOS LOS NIVELES: 35 euros. **Más información en nuestra página web: www.idnerja.com**

www.idnerja.com/es/blog es tu nuevo Blog sobre cultura en España, ¡visítanos!



PROGRAMA DE ACTIVIDADES JULIO 2014

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
30 ENCUENTRO INFO ACTIVIDADES CLUB DEL LIBRO 19:00h	1 VOLEIBOL EN LA PLAYA 19:00h	2 VISITA A FRIGILIANA 19:00	3 SEMINARIO DE FLAMENCO 19:15h	4	5 EXCURSIÓN A GRANADA 8:15h
7 ENCUENTRO INFO ACTIVIDADES CLUB DEL LIBRO 19:00h	8 VOLEIBOL EN LA PLAYA 19:00h	9 CLASE DE COCINA ESPAÑOLA 19:00h	10 SEMINARIO DE MÚSICA ESPAÑOLA 19:15h	11	12 EXCURSIÓN A GRANADA 8:15h
14 ENCUENTRO INFO ACTIVIDADES CLUB DEL LIBRO 19:00h	15 VOLEIBOL EN LA PLAYA 19:00h	16 KAYAK DE MAR 15:30h	17 SEMINARIO DE FIESTAS TRADICIONALES 19:15h	18 FIESTA I BICENCA DE LA ESCUELA Pub Tamareo 22:00h	19 CAMINATA A LOS CAHORROS 10:00h
21 ENCUENTRO INFO ACTIVIDADES CLUB DEL LIBRO 19:00h	22 VOLEIBOL EN LA PLAYA 19:00h	23 VISITA A LAS CUEVAS DE NERJA 15:30h	24 SEMINARIO SOBRE AL-ANDALUS 19:15h	25	26 EXCURSIÓN A GRANADA 8:15h
28 ENCUENTRO INFO ACTIVIDADES CLUB DEL LIBRO 19:00h	29 VOLEIBOL EN LA PLAYA 19:00h	30 CATA DE VINOS 19:00h	31 SEMINARIO DE CINE EN ESPAÑOL 19:15h		



*“No creo que las las cosas cambien por sí solas, las tienes que hacer cambiar y yo voy a hacer todo lo posible por cambiar”
(Rafael Nadal)*