



AGENDA
2030

AGENDA 2030

BOLETÍN 2020/21



LUNES SIN CARNE (2021-22)

Durante el curso 2021/22 seguimos incorporando en el Menú Escolar, los Lunes sin Carne o MeatLess Mondays, para mejorar nuestra salud y ayudar al planeta.



AGENDA
2030

3 SALUD
Y BIENESTAR



COLEGIO VALLE DEL MIRO – MENÚ DE COMEDOR Y CAMPAMENTO – MONTH JUNE 2021



	TUESDAY 1	WEDNESDAY 2	THURSDAY 3	FRIDAY 4
	<p>Arroz con tomate Rice with tomato Lomo al horno con lechuga y zanahoria Roasted pork with lettuce and carrot (Contiene sulfuros) Pan (Contiene gluten, agua y lácteo) 668Kcal/21g P/25g L/17g HC</p>	<p>Espaguetis a la carbonara Spaghetti carbonara (Contiene gluten y leche puede contener huevo y soja) Merluza al horno con verduras Baked hake with vegetables (contiene pescado) Pan (Contiene gluten, agua y fruta) 614Kcal/25g P/25g L/14g HC</p>	<p>Alubias con chorizo Beans with chorizo (Contiene soja, puede contener sulfuros) San Jacobo con lechuga y maíz Cordon Bleu with lettuce and sweetcorn (Contiene leche, gluten, soja y sulfuros) Pan (Contiene gluten, agua y fruta) 684Kcal/21g P/25g L/23g HC</p>	<p>Menestra con jamón Mixed vegetables with ham Pollo asado con patatas Roasted chicken with potatoes (Puede contener sulfuros) Pan (Contiene gluten, agua y lácteo) 669Kcal/22g P/25g L/17g HC</p>
MONDAY 7	TUESDAY 8	WEDNESDAY 9	THURSDAY 10	FRIDAY 11
<p>Lentejas con verduras Lentils with vegetables (Puede contener sulfuros) Tortilla de atún con lechuga y maíz Tuna omelette with lettuce and sweetcorn (Contiene huevo, pescado y sulfuros) Pan (Contiene gluten, agua y fruta) 706Kcal/26g P/26g L/17g HC</p>	<p>Macarrones con tomate y salchichas Pasta with tomato and sausages (Contiene gluten y leche puede contener huevo y sulfuros) Bacalao rebozado con verduras salteadas Battered cod with sauteed vegetables (Contiene pescado y gluten) Pan (Contiene gluten, agua y lácteo) 706Kcal/27g P/26g L/17g HC</p>	<p>Judías verdes con tomate Green beans with tomato Pollo guisado con patatas Chicken stew with potatoes (Puede contener sulfuros) Pan (Contiene gluten, agua y fruta) 616Kcal/24g P/25g L/17g HC</p>	<p>Arroz tres delicias Fried rice (Contiene huevo, leche y soja) Merluza al horno con lechuga y tomate Baked hake with lettuce and tomato (Contiene pescado y sulfuros) Pan (Contiene gluten, agua y fruta) 662Kcal/21g P/23g L/19g HC</p>	<p>Crema de patata y calabacín Potato and courgette soup (Puede contener sulfuros) Cinta de lomo asada con verduras Roasted pork with vegetables Pan (Contiene gluten, agua y lácteo) 689Kcal/30g P/26g L/19g HC</p>
MONDAY 14	TUESDAY 15	WEDNESDAY 16	THURSDAY 17	FRIDAY 18
<p>Tallarines con tomate y atún Spaghetti with tomato and tuna (Contiene gluten y pescado, puede contener huevo) Bacalao a la andaluza con pisco Andalucian cod with ratatouille (Contiene pescado y gluten) Pan (Contiene gluten, agua y fruta) 713Kcal/25g P/26g L/19g HC</p>	<p>Alubias blancas estofadas White beans stew (Puede contener sulfuros) Tortilla de jamón con lechuga y maíz Ham omelette with lettuce and sweetcorn (Contiene huevo y sulfuros) Pan (Contiene gluten, agua y lácteo) 708Kcal/26g P/23g L/17g HC</p>	<p>Crema de zanahoria y calabaza Carrot and pumpkin soup Albóndigas en salsa con patatas Meatballs with potatoes (Puede contener sulfuros) Pan (Contiene gluten, agua y fruta) 616Kcal/24g P/25g L/17g HC</p>	<p>Arroz murciano Murcian rice (verduras y magro) Merluza con verduras Hake with vegetables (contiene pescado) Pan (Contiene gluten, agua y fruta) 662Kcal/21g P/23g L/19g HC</p>	<p>Patatas riojana Potato stew (Contiene soja y sulfuros) Pollo al horno con champiñones Roasted chicken with mushrooms Pan (Contiene gluten, agua y lácteo) 689Kcal/30g P/26g L/19g HC</p>
MONDAY 21	TUESDAY 22	WEDNESDAY 23	THURSDAY 24	FRIDAY 25

CANALEDUCA

El sorprendente viaje del agua (OCTUBRE)

- Los alumnos de 1° y 2° Primaria descubrieron los estados del agua y su ciclo integral, mientras aprendieron a cuidar de este valioso recurso.



AGENDA
2030

6 AGUA LIMPIA
Y SANEAMIENTO



12 PRODUCCIÓN
Y CONSUMO
RESPONSABLES



CANALEDUCA

LA VUELTA AL MUNDO GOTTA A GOTTA (OCTUBRE)

- A través de una carta de una niña de Nigeria los alumnos de 3º y 4º Primaria descubrieron las diferencias que existen en el mundo en relación al acceso del agua y la importancia del consumo responsable de este recurso en nuestro día a día.



AGENDA
2030

6 AGUA LIMPIA
Y SANEAMIENTO



12 PRODUCCIÓN
Y CONSUMO
RESPONSABLES



1º CONCURSO AGENDA 2030 (NOVIEMBRE)

- Se realizó un concurso para todas las familias para concienciar del cambio climático, las cuales se encargaron de realizar un vídeo corto a través de la aplicación TIK-TOK.
- El video ganador lo realizaron Marta y Pilar Ángel (de 3ºESO E y de 1ºESO B).



AGENDA
2030

13 ACCIÓN
POR EL CLIMA



DONACIÓN DE SANGRE Y MÉDULA (NOVIEMBRE)

- Los alumnos de Bachillerato han participado en una charla de información y sensibilización sobre la importancia de la donación de sangre y médula a cargo del personal sanitario del Hospital universitario Infanta Elena.



AGENDA
2030

3 SALUD
Y BIENESTAR



JUMPER DAY (DICIEMBRE)

- Iniciativa llevada a cabo por Save the Children para sensibilizar sobre los derechos de la infancia a la ciudadanía. El Colegio Valle de Miro organizó un evento para la recaudación de fondos para colaborar en proyecto de ayuda a la infancia a través de la participación de todos los miembros de la comunidad escolar vistiéndose el día 13 de diciembre con un jersey navideño.



AGENDA
2030

1 FIN
DE LA POBREZA



RELOTAO BÉRICA (DICIEMBRE)

- Los alumnos de 1º Primaria han realizado una actividad participando en la reforestación de Valdemoro.



AGENDA
2030

15 VIDA
DE ECOSISTEMAS
TERRESTRES



FREE RICE.COM (DICIEMBRE)

- Los alumnos de ESO han trabajado desde la asignatura de inglés utilizando freerice.com En esta web, por cada respuesta correcta dada, se donan 5 granos de arroz a la WFP (World Food Program). Más tarde equivaldrán a dinero para esa organización.



AGENDA
2030

2 HAMBRE
CERO



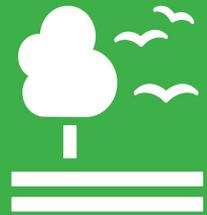
ALIMENTO PARA LAS AVES URBANAS (ENERO)

- Durante el temporal de frío y nieve de enero de 2021, agenda 2030 animó a las familias a alimentar a las aves urbanas a través de unas indicaciones de la Sociedad Española de Ornitología .



AGENDA
2030

15 VIDA
DE ECOSISTEMAS
TERRESTRES



CREACIÓN DE UNA CONSTITUCIÓN (ENERO)

- Los alumnos de 3ºESO crea su propia constitución colaborativa para un nuevo país que es la clase. Votaran por cada punto incluido en la constitución decidiendo el tipo de gobierno que quieren establecer en su país.

**Constitution Creation:
*Preamble & Articles***



**AGENDA
2030**

16 PAZ, JUSTICIA
E INSTITUCIONES
SÓLIDAS



EVITAR LA CONTAMINACIÓN ATMOSFÉRICA (FEBRERO)

- Los alumnos de 1ºESO han realizado carteles para concienciar sobre lo que tenemos que hacer para no contaminar la atmósfera.



AGENDA
2030

13 ACCIÓN
POR EL CLIMA



PREVENCIÓN DEL CÁNCER (FEBRERO)

- Desde AGENDA 2030 se invitó a todas las familias para su asistencia a una charla online y gratuita sobre la prevención del cáncer.

8 recomendaciones
para que este año sea un éxito
la prevención del cáncer

La covid-19 ha dejado a un lado a los pacientes de cáncer como una de las prioridades en salud.

La AECC está comprometida en un acuerdo contra el cáncer entre todos y todas, **trabajando por la equidad en su prevención** y en el acceso a los recursos necesarios.

Por ello, te proponemos **8 recomendaciones** para **reducir el riesgo de desarrollar hasta un 50% de la enfermedad** y mejorar los conocimientos sobre las pruebas de **detección precoz**, para que nada se quede atrás.

#AcuerdoContraelCáncer

5 febrero 2021
12:00 a 13:00 horas

Ponentes:
Dra. Karen Ramírez
Médica de Prevención AECC Madrid
Teresa Jara
Facilitadora AECC Madrid

Inscríbete en
madrid@aecc.es
Asunto: Charla F5
+ el nombre de tu localidad

Asociación Española
Contra el Cáncer

Si no hay otro particular, reciban un cordial saludo.



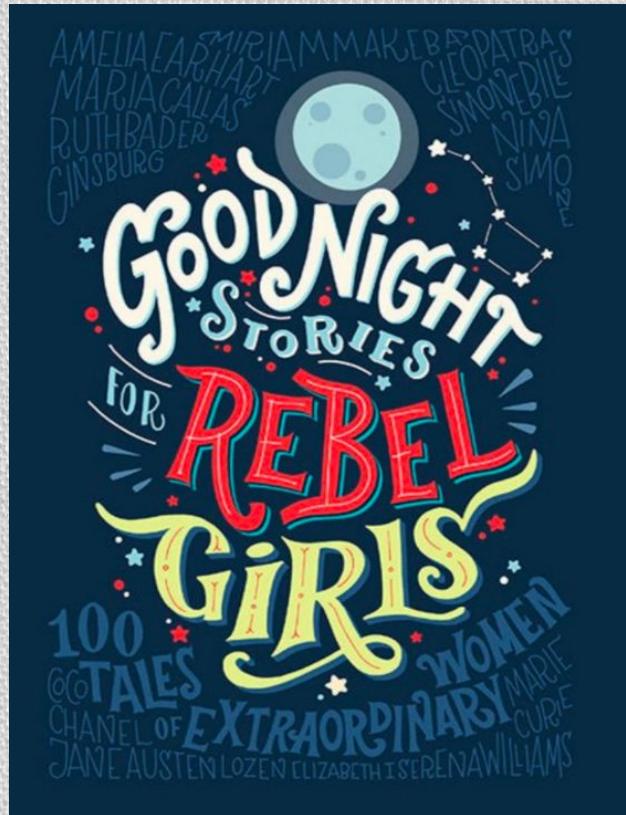
**AGENDA
2030**

**3 SALUD
Y BIENESTAR**



8M. DÍA DE LA MUJER (MARZO)

- Los alumnos de 1ºESO leen Goog Nihgt Stories for Rebel Girls” en clase cada día durante una semana de marzo analizando el texto y creando un resumen de cada mujer escogida.



AGENDA
2030

5 IGUALDAD
DE GÉNERO



DÍA INTERNACIONAL DE LA ELIMINACIÓN DE LA VIOLENCIA CONTRA LA MUJER (MARZO)



AGENDA
2030

- Habiendo debatido en clase previamente sobre las distintas formas de violencia contra la mujer, los alumnos de 3°ESO realizan una investigación sobre las organizaciones que luchan por esta causa en Valdemoro y las contribuciones que ellos mismos pueden llevar a cabo.

5 IGUALDAD
DE GÉNERO



Elimination of violence against women
WRITING

Around the world, violence against women harms not only millions of women and girls every year, but also their communities and families. Violence against women, whether in the workforce, the home, a school environment, or as a result of conflict or crisis, is **NEVER ACCEPTABLE**.

Every woman and girl deserves to live a life free from violence. Eliminating violence against women removes significant barriers to women's empowerment, enabling them to become trailblazers, innovators, and leaders in their communities. These efforts require the dedication of governments, the private sector, and civil society to create an enduring impact.

Your turn!

Having learnt about the International Day for Elimination of Violence Against Women, you are going to **write an essay** including the following information:

- Research about an **organization** which fights for the elimination of violence against women in Valdemoro. Explain **what they do**, **how they work** and **where they are**.
- **Reflect** about these questions and include your **conclusions** in the essay
 - What should change to finish with violence against women?
 - Which contribution can you carry out to fight for the elimination of violence against women? Explain it.

These are some examples:

HALTEROFILIA (AEROL)

- Los alumnos de 1º Bachillerato han practicado halterofilia a cargo de ...



AGENDA
2030

3 SALUD
Y BIENESTAR



TALLER DE PRIMEROS AUXILIOS (ABRIL-MAYO)

- Los alumnos Ed. Primaria y ESO han conocido los siguientes aspectos:
 - Funcionamiento del nº unificado 112, cómo utilizarlo.
 - Valoración del paciente consciente/inconsciente, posición lateral de seguridad.
 - RCP y la importancia del DESA



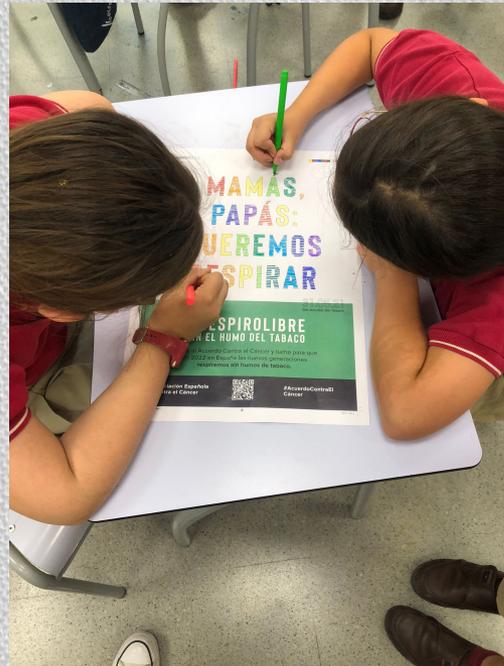
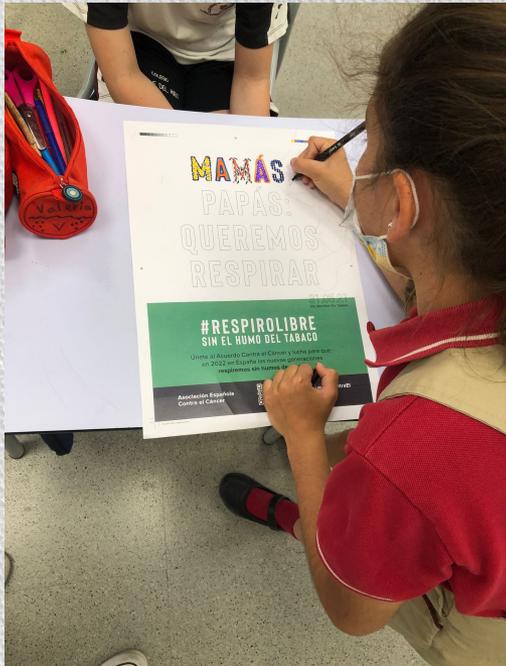
AGENDA
2030

3 SALUD
Y BIENESTAR



DÍA SIN TABACO (MAYO)

Los alumnos de Ed. Primaria han trabajado para apoyar el Acuerdo Contra el Cáncer y lucha para que en 2022 en España las nuevas generaciones respiremos sin humos de tabaco.



AGENDA
2030

3 SALUD
Y BIENESTAR



DÍA SIN GLUTEN EN EL COLE (MAYO)

El colegio se ha unido a la iniciativa “Día Sin Gluten en el Cole” que promueve la Asociación de Celiacos y Sensibles al Gluten, para favorecer la integración de las personas celiacas desde edades muy tempranas.



AGENDA
2030

3 SALUD
Y BIENESTAR



El gluten se encuentra en 4 cereales: trigo, cebada, centeno y avena

Los celiacos no pueden comer panes, galletas, bollos, tartas, pasta... a no ser que sean especiales "sin gluten"

DÍA SIN GLUTEN EN EL COLE ¿SABES QUÉ ALIMENTOS TIENEN GLUTEN?

SIN GLUTEN
Frutas, Verduras, hortalizas, legumbres, arroz, patatas, carne, pescado, huevos, leche, soja, etc.

PUEDEN TENER GLUTEN
Yogures de sabores, quesos fundidos, postres, helados, salmas, embutidos, chocolates, golosinas, etc.

CON GLUTEN
Alimentos que contienen trigo, cebada, centeno o avena (a su harina, pasta, pizza, panes, etc.)

Si tu compañero celiaco toma algún alimento con gluten se pondrá muy malito

No debes intercambiar tus galletas o golosinas con tu compañero celiaco

Cuando celebres tu cumpleaños en el cole lleva caramelos etiquetados "sin gluten"

Ten cuidado con las migas si comes al lado de un compañero celiaco

Asociación de Celiacos y Sensibles al Gluten
www.celiacosmadrid.org

DONA MÉDULA, SALVA VIDAS (MAYO)

- El colegio Valle del Miro impulsa la campaña “Queremos Que La Ficción Supera A La Realidad” con el objetivo de aumentar el número de donaciones de médula y así ampliar las oportunidades de nuestro alumno y de todas los enfermos de Leucemia.

COLEGIO VALLE DEL MIRO

Queremos que la ficción supere a la realidad

RETO

Todos los personajes de tus series y películas favoritas van a animar al mundo real a que done médula para demostrar una vez más que todo lo que soñamos puede hacerse realidad.

Solo tienes que escoger a tu personaje favorito y dibujarlo con el mensaje:

DIEGO ESTAMOS CONTIGO. ¡HEY, AMIGO/A!
DONA MÉDULA. SALVA VIDAS



¿CÓMO PUEDES DONAR MÉDULA?

Puedes acceder a toda la información a través del siguiente enlace:
<https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/donacion-medula-osea>



¿QUIERES MÁS INFORMACIÓN?

El viernes 21 de mayo a las 15:30 horas podrás asistir a una charla online, vía Google Meet, para obtener información sobre la Donación de Médula.

Será realizada por la Dra. Pilar Beltrán, Responsable de Hematología, y Gema Casamayor, enfermera del Servicio de Donación de HUIE.

Podrás conectarte a la misma a través del siguiente link:
<https://meet.google.com/sj-uwht-can>

Necesitamos que este mensaje llegue al máximo de personas posibles. Vamos a llenar todas las redes de personajes de ficción que quieren ayudar a Diego. COMPÁRTELO Y DIFUNDELO.

¡Naruto ha sido el primero en colaborar!

Sube tu dibujo y etiquétanos en las redes sociales (@valledelmiro) para poder compartir el mensaje y conseguir más y más y más donantes.



AGENDA
2030

3 SALUD
Y BIENESTAR



VALDEMORO EL PLANETA (MAYO-JUNIO)

- Los alumnos de 6º Primaria, Candela T., Valeria, Iván G. Y Jacobo han impulsado el proyecto “Salvemos El Planeta” y con su profesora y compañeros han realizado dos quedadas para recoger basura en Valdemoro.



AGENDA
2030

13 ACCIÓN
POR EL CLIMA



Big Week (Junio)

- Durante la “Big Week” los alumnos de Ed. Primaria y ESO han realizado distintas actividades y talleres, como la construcción de un cohete de agua



AGENDA
2030

4 EDUCACIÓN
DE CALIDAD

