LA GUÍA DE OCIO Y CULTURA DE MÁLAGA

www.malakao.es

ALTERNA EN LA MOVIDA

ACTIVIDADES ALTERNATIVAS DE OCIO NOCTURNO

OCIO · COCINA · CIENCIA · DEPORTE
MEDIO AMBIENTE · ARTESANÍA

EDICIÓN PRIMAVERA: DEL 28 DE MARZO AL 7 DE JUNIO DE 2014

ACTIVIDADES GRATUITAS

VIERNES Y SÁBADOS NOCHE

malakao.es la guía de ocio y cultura de Málaga

Día	Actividades					
28 de marzo	Cake Pops	Jabones Artesanales	Bisutería ciruclar con FIMO	Zumba	Repostería: Rosquillas	
29 de marzo	Elaboración de bombones					
4 de abril	Masterclass Breakdance					
25 de abril	Cata de miel	Complementos reciclados	Decora tus velas	Iniciación a la Magia	Báñate en la Historia	Alterna con el cine
9 de mayo	Fofuchas de fantasía	Fantasía en Tiffany	Hadas de FIMO	Aeróbic	Paseo por el Jardín Botánico	Alterna con el cine
16 de mayo	Tu Huerto Ecológico	Tatuajes con henna	Hazte un neceser de trapillo	Abracadabra	Tu cine Bilingüe	**Concurso "Cocinillas":** Cócteles en Verrinés - recetas muy malagueñas
17 de mayo	Alborania: un mar por descubrir	Noodles: la pasta en Asia	Vente a patinar	Observación astronómica desde los Montes	Hagamos un tapiz	
23 de mayo	Rajastán	Cosméticos naturales	Haz tu álbum de Scrap	Bollywood	Vente a patinar	Elaboración de mermeladas naturales
24 de mayo	Alborania: un mar por descubrir	Paseo por el Jardín Botánico	Observación astronómica desde los Montes	Cocina "Domburi": arroz "con sustancia"	Tu cine Bilingüe	**Concurso "Cocinillas":** Cócteles en Verrinés - Salados para fiestas de verano
30 de mayo	Conoce el Lagar de Torrijos	Báñate en la Historia	Cocina vegetariana hindú	Vente a patinar	Alterna con el cine	**Concurso "Cocinillas":** Cócteles en Verrinés - Helados de frutas saludables
7 de junio	**Gran Final del concurso "Cocinillas"**					

ACTIVIDADES

Cake Pops: Se realizarán distintos tipos de este tipo de dulces (similares a los "chupa chups") de caramelo, galleta y chocolate con relleno y sin relleno, procediendo más tarde a la decoración de los mismos.

Cata de miel: En el taller se pretende acercar a los jóvenes la actividad apícola y el conocimiento de los productos provinciales. Además aprenderán a realizar una cata de estos.

Concurso "Cocinillas": Cócteles en Verrinés: Apúntate a este original concurso de cocina que gira en torno a los Verriné: el término culinario "verriné" es originario del francés y significa "tarro". Un "verriné" es un vaso pequeño transparente que se utiliza para presentar la comida en capas, combinado diferentes texturas y sabores. Además, con el añadido de que la presentación de este tipo de preparaciones resulta muy decorativa y atractiva.

Repostería: rosquillas: Un taller práctico para elaborar tus propias y divertidas rosquillas.

Noodles: la pasta en Asia: Marco Polo trajo la pasta a Europa, pero en China la se comía desde hace más tiempo. Desde China se expandió la pasta por toda Asia, dándole cada país una determinada personalidad. En este curso haremos un recorrido turístico culinario por la pasta oriental.

Mermeladas naturales:Los participantes aprenderán a transformar frutas y hortalizas de una manera sencilla y sin riesgos en conservas caseras de calidad y disfrutar de ellas en cualquier momento del año. Además, descubrirán por

qué, además de ser un placer, las mermeladas tradicionales son mucho más saludables que las del supermercado: no tienen conservantes, colorantes, ni exceso de azúcares añadidos.

Repostería: bombones: Se pretende que los participantes adquieran los conocimientos necesarios para poder elaborar bombones de diferentes tipos.

Domburi: un arroz "con sustancia": Domburi es uno de los platos más típicos de Japón, aunque no sea conocido en el exterior. Domburi es un bol de arroz con algo más, que hace completo este plato al llevar hidratos de carbono y las proteínas y fibra que le proporciona el "añadido". Los platos se llaman según el acompañamiento que lleve: tempura don, yakitori, domburi…

Vegetariano hindú: Desde hace más de 700 años la cocina vegetariana existe a India, a pesar de la influencia no vegetariana de británicos, portugueses, persas y mongoles. La razón, entre otras, es su sistema de casta, la influencia del hinduismo en la sociedad, el clima… Utilizaremos un wok en lugar de karai hindú para reducir la cantidad de aceite en lo posible y también se usará aceite de oliva en lugar de gheee. Se elaborarán platos 100% vegetarianos.

Paseo por el Jardín Botánico: Acércate a pasear por el Jardín Botánico-Histórico de Málaga y descubrirás un entorno mágico en el que aprenderás parte de la historia de nuestra ciudad, además de poder observar un gran número de árboles y plantas bajo la luz de la luna. Un paseo que no olvidarás.

Observación astronómica desde los Montes de Málaga: Realiza con el Área de Juventud una observación astronómica en pleno Parque Natural de los Montes de Málaga. Podrá ver objetos del cielo profundo gracias a telescopios y demás

material de observación. Además, por supuesto, de identificar los principales planetas, estrellas, constelaciones…

Jabones artesanales: Elabora tus propios jabones de forma 100 % artesanal, utilizando como materias primas aceites y/o ceras naturales.

Bisutería circular con FIMO: El término "FIMO" se usa genéricamente para designar a todo tipo de pastas para modelar, similares a la plastilina, pero con la particularidad de que se endurecen al calentarse en un horno casero a una temperatura alrededor de unos 130ºC. ¡Aprende a modelar con nuestro taller a las arcillas poliméricas (FIMO)!

Tatuajes con henna:Descubre esta técnica tradicional marroquí de tatuajes temporales sin agujas. La pasta de henna es 100% natural y dura un máximo de cuatro semanas.

Decora tus velas: En este taller te enseñaremos las bases sobre cómo decorar tu propia vela: decoupage , tinte, dibujos, complementos…

Hagamos un tapiz: El tapiz es un tejido realizado en telar que consiste en ir combinando diferentes hilos, lanas, cuerdas, y cualquier tejido de distintos grosores y colores para realizar figuras. En este caso de forma totalmente artesanal, desde el bastidor al tapiz. ¡Ven con nosotros y aprende de una manera totalmente práctica a realizar tus propios tapices!

Fofuchas de fantasía: ¿Aún no conoces a las muñecas fofuchas? Estas muñecas tan de moda se fabrican con un material sumamente versátil: el foam (goma eva), además de bolas de porexpan. ¡Podrás creas tantos personajes fantásticos como imaginación tengas!

Fantasía en Tiffany: Utilizando la técnica de "Tiffany" podrás elaborar objetos de decoración inspirados por tu propia imaginación…

Hadas de FIMO: El término "FIMO" se usa genéricamente para designar a todo tipo de pastas para modelar, similares a la plastilina, pero con la particularidad de que se endurecen al calentarse en un horno casero a una temperatura alrededor de unos 130ºC. Aprende a modelar con arcillas poliméricas (FIMO) para transformarla en un original hadita.

Haz tu neceser de trapillo: El trapillo consiste en las tiras de tela que sobran a los fabricantes al terminar sus trabajos textiles. Con estos retales se crea una madeja. Las técnicas que se utilizan son las del croché. ¡Ven a este taller y fabrica tu propio y personalísimo neceser con esta actividad tan de moda!

Haz tu álbum de Scrap: Esta artesanía novedosa te ayudará a crear un original álbum. Aquí, podrás aprender las principales técnicas del "Scrap". El "scrapbooking" es el término inglés para designar un libro de recortes. Así, el "Scrap" nace como una técnica de personalización de álbumes de fotografía.

Rajastán: Ven a este taller y podrás aprender las técnicas básicas artesanales del teñido y decoración de tejidos, utilizando técnicas artesanales de nudos, plisados, espirales...

Zumba: Con este taller asistirás a una clase dirigida de esta disciplina tan de moda y podrás disfrutar de los ritmos latinoamericanos al tiempo que desarrollarás la coordinación, el sentido del ritmo, la resistencia aeróbica, etc.

Bollywood: ¡Prueba con nosotros este baile de moda! Aquí se toman elementos de la danza clásica hindú, de los bailes folclóricos de diferentes zonas de la India, junto con tendencias más modernas como el jazz, el hip hop, la samba o la salsa. El taller se centrará en el denominado estilo "bhangra".

Aeróbic: Ven y practica con nosotros este conocido deporte, consistente en la realización de ejercicios aeróbicos al son de la música, y que reúne todos los beneficios del ejercicio aeróbico, además de ejercitar capacidades físicas como la flexibilidad, coordinación, orientación, ritmo, etc.

Vente a patinar: Si tienes patines o te los pueden prestar, no pierdas la oportunidad de practicar, perfeccionar e incluso aprender con nosotros. Te daremos conceptos teóricos y prácticos para patinar con soltura y seguridad.

Masterclass breakdance: Ven y participa en una masterclass de breakdance, en la que tres profesores de reconocido prestigio harán un recorrido por las modalidades más importantes. Podrás compartir esta experiencia con un grupo de 30 jóvenes practicantes del mundo breaking. Todo ello en nuestro auditorio de "La Caja Blanca", acondicionado para esta actividad.

Tu huerto ecológico: Aprende con nosotros a cultivar tus propias hortalizas en balcones, terrazas o jardines mediante métodos de cultivo en maceta.

Complementos reciclados: Si tienes en tu armario alguna prenda que ya no utilizas, tráetela y la transformaremos en otra completamente diferente para que puedas estrenarla. Te daremos muchas ideas y te enseñaremos a convertir cualquier prenda en otra completamente distinta, o bien aprovecharla para elaborar diversos complementos como coleteros, bolsos, pulseras...

Alborania: un mar por descubrir: En esta visita se podrán abordar contenidos sobre el mar de Alborán: su diversidad biomarina, las amenazas y problemas de este litoral, la pesca o su historia desde los primeros pobladores. A continuación, los participantes realizarán un taller de nudos marineros (cabuyería).

Cosméticos naturales: Crea tu línea de cosmética personal y natural con este taller. Conocerás los ingredientes fundamentales y las técnicas básicas para su elaboración. Con la ventaja además de que no se experimentan en animales...

Conoce el Lagar de Torrijos: ¿Sabes lo que es un lagar?, ¿has estado alguna vez en alguno?, ¿quieres conocer cómo vivían antiguamente en los montes?, podrás aprender un gran número de curiosidades a la vez que disfrutas en el mágico entorno del Parque Natural Montes de Málaga, donde, además de realizar un gran número de actividades, podrás degustar productos típicos de la zona.

Alterna con el cine en Yelmo-Plaza Mayor: Gracias a esta actividad, podrás ver los últimos estrenos de cartelera en horario de la "sesión golfa".

Cine bilingüe: Si quieres practicar idiomas, además de ver una buena película, no lo dudes, apúntate con nosotros a esta nueva actividad.

Báñate en la historia: "El Hamman" es un espacio monumental recientemente rehabilitado que recoge la esencia de los antiguos baños árabes de Al Ándalus. Lo componen cinco termas de aguas a diferentes temperaturas, junto con las salas de vapor y de reposo. Todo ello dentro de un conjunto arquitectónico caracterizado por una bella decoración nazarí, un ambiente perfumado con el aroma de la biznaga y una iluminación y música suaves que inducen a la relajación de la mente y el cuerpo.

¡Abracadabra! Iniciación a la magia: Esta actividad será un punto de partida para el estudio de la magia y el disfrute de la misma. Se tratarán temas relacionados con la teoría del ilusionismo con aplicaciones prácticas, centrándonos en aquello elementos que hacen pasar del simple “truco” a la magia.

LA GUÍA DE OCIO Y CULTURA DE MÁLAGA

http://www.malakao.es/malakaon/2014/04/alterna-en-la-movida-2014-primavera/