

# Programas Educación Ambiental

2020

9-15  
mayo



**#LosCEAsEnTuCasa**

#YoMeQuedoEnCasa

#QuédateEnCasa

#QuedateEnLaCasa

#FrenaLaCurva

#TodoSaldráBien

En estos días en que, por las circunstancias actuales, estamos pasando mucho tiempo en casa, queremos hacer llegar a todos los hogares el mensaje de que somos parte de la naturaleza, seguir construyendo sensibilidad hacia el entorno que nos rodea y fomentar su protección, a través de numerosas iniciativas que nos cambian para poder cambiar el mundo.

Por este motivo, desde la Red de Centros de la Comunidad de Madrid te llevamos la educación ambiental a casa.

Sí, has oído bien. Síguenos con la etiqueta **#LosCEAsEnTuCasa** y te proponemos un montón de actividades para que puedas distraerte en casa mientras aprendes un montón de cosas y practicas múltiples eco-destrezas.

Gratis y sin reserva,

**¿Contamos contigo?**

- **Programa ARBORETO LUIS CEBALLOS**  
Red Natura 2000
- **Programa BOSQUESUR**  
Parques Forestales Periurbanos
- **Programa CASERÍO DE HENARES**  
Red Natura 2000
- **Programa EL ÁGUILA**  
Red Natura 2000
- **Programa EL CAMPILLO**  
Red Natura 2000
- **Programa EL CUADRÓN**  
Red Natura 2000
- **Programa HAYEDO DE MONTEJO**  
Reserva de la Biosfera Sierra del Rincón
- **Programa POLVORANCA**  
Parques Forestales Periurbanos





#LosCEAsEnTuCasa

#YoMeQuedoEnCasa

#QuédateEnCasa

#QuedateEnLaCasa

#FrenaLaCurva

#TodoSaldráBien

## Sábado 09 mayo

MAYO

09 sábado

Experimento

Centro de educación ambiental Arboreto Luis Ceballos

### ANIMALES CON LUZ PROPIA

¿Sabías que muchos de los animales que viven en los fondos marinos lo hacen sin luz? ¡Hay zonas del océano tan profundas como 11 km! Allí la vida se abre paso en la oscuridad, pero muchas especies han creado su propia luz; la bioluminiscencia.

Para entender cómo es, os proponemos un sencillo experimento. Mezcla maicena y una tónica en un bol, hasta conseguir una masa pastosa. Haz una bola aplicando presión y cuando la tengas, apaga la luz normal, enciende una bombilla de luz ultravioleta y coloca la bola debajo de ella. ¿Qué ocurre? Lo que ves es muy parecido a la bioluminiscencia de los animales de las profundidades.

¿Has conseguido verlo? ¡Mádanos una foto de tu bola bioluminiscente!

<http://www.experimentoscaseros.info/2014/09/como-hacer-pasta-fluorescente-casera.html>

MAYO

09 sábado

Taller

Centro de educación ambiental Caserío de Henares

### EL PAN NO SE TIRA

En España tiramos a la basura más de 62 millones de kilos de pan al año. Como resulta muy económico, pensamos que por tan poco dinero no merece la pena darle una segunda vida. En este taller vamos a recuperar recetas de nuestras madres y abuelas para no volver a desperdiciar un alimento tan básico como es el pan. ¿Quieres aprender a hacer un rico postre con nosotros?

[Facebook Caserío de Henares](#)

MAYO

09 sábado

Vídeo

Centro de educación ambiental El Campillo

### CICLO DEL AGUA

Hemos preparado una canción muy especial para los más peques de la casa. Descubrirán el ciclo del agua de una forma sencilla y divertida. ¡Canta con el Campillo el Ciclo del Agua!

<https://www.facebook.com/centroelcampillo>



#LosCEAsEnTuCasa

#YoMeQuedoEnCasa

#QuédateEnCasa

#QuedateEnLaCasa

#FrenaLaCurva

#TodoSaldráBien

**MAYO**  
**09 sábado**

**Centro de educación ambiental Hayedo de Montejo**  
**Reserva de la Biosfera Sierra del Rincón**  
**RECETAS DE LA BIOSFERA**

**Recetario**

Como sabemos que muchos estáis dedicando tiempo a la cocina, desde la Reserva de la Biosfera Sierra del Rincón queremos compartir con vosotros algunas de las recetas serranas que fueron seleccionadas para la elaboración del libro RECETAS DE LA BIOSFERA.

Esta publicación recoge recetas seleccionadas de todas las Reservas de la Biosfera Españolas, en esta ocasión y como está muy bien contado nos vamos a limitar a compartir algunas de sus páginas. También vamos a incluir el link al libro completo por si os animáis a descubrir todos los manjares.

<https://www.facebook.com/sierradelrincon/>



#LosCEAsEnTuCasa

#YoMeQuedoEnCasa

#QuédateEnCasa

#QuedateEnLaCasa

#FrenaLaCurva

#TodoSaldráBien

## Domingo 10 mayo

MAYO

10 domingo

¿Sabías que...?

Centro de educación ambiental Arboreto Luis Ceballos

### LA HISTORIA DEL CABALLITO DE MAR

El caballito de mar es un pez peculiar. No solo por ser un pez con una forma un poco diferente al resto, sino porque en el momento de tener crías, es el macho, y no la hembra, el que se queda embarazado. Todo empieza con el cortejo, en el que ambos bailan y cruzan sus colas durante horas. Después, la hembra pasa los huevos al macho, que los fecunda y cría a sus pequeños dentro de una bolsa parecida a la de los canguros.

Conforme crecen y se hacen más grandes, el abdomen del macho se abomba. Tras de 2 a 6 semanas, el macho da a luz expulsando a sus crías (¡hasta 1500!). Con unos movimientos fuertes, contrae su abdomen y bombea al exterior sus crías, que llevarán ya una vida independiente. Podéis verlo en este vídeo:

<https://www.youtube.com/watch?v=NF8JTow3c0>

Esta y otras rarezas de los caballitos de mar las estudia el proyecto Hippocampus, del CSIC. Conoce más sobre ellos en su web:

<http://proyectohippocampus.iim.csic.es/proyectos.html>

MAYO

10 domingo

Reto

Centro de educación ambiental Caserío de Henares

### LOS PAISAJES DE CASERÍO A TRAVÉS DEL PINTOR MIGUEL ÁNGEL OYARBIDE

Os ofrecemos una muestra de la obra de Miguel Ángel Oyarbide. Este pintor madrileño se inspira en los paisajes y elementos naturales de Caserío de Henares para crear un mundo al que hoy nos acercamos.

[Facebook Caserío de Henares](#)

MAYO

10 domingo

Vídeo

Centro de educación ambiental El Campillo

### EL TREN DE ARGANDA "QUE PITA MÁS QUE ANDA"

Este domingo daremos una vuelta en el tren de Arganda, como todos los domingos de primavera, pero esta vez de forma virtual. Esperemos que os guste. ¡Súbete con nosotros al tren de Arganda!

<https://www.facebook.com/centroelcampillo>



#LosCEAsEnTuCasa

#YoMeQuedoEnCasa

#QuédateEnCasa

#QuedateEnLaCasa

#FrenaLaCurva

#TodoSaldráBien

## Lunes 11 mayo

MAYO

11 lunes

Manualidades

Centro de educación ambiental Arboreto Luis Ceballos

### ¡DESCUBRE LA LIBÉLULA!

La libélula, uno de los insectos más interesantes y fascinantes de la naturaleza, puede volar durante horas a gran velocidad con sus transparentes alas de variados colores. ¿Te gustaría descubrir infinidad de curiosidades sobre este increíble insecto del estanque?

¡Ah... y deja que vuele tu imaginación creando tu propia libélula!

<http://arboretoluisceballos.blogspot.com/>

MAYO

11 lunes

Juego

Centros de educación ambiental Bosque Sur y Polvoranca

### EL TRIVIAL DE LAS AVES

Hoy nos convertimos en ornitólogos y vamos a poner a prueba vuestros conocimientos sobre aves de nuestro entorno. Tres niveles de dificultad sobre características generales, identificación y curiosidades. ¿Seréis capaces de superarlos todos?

<https://www.facebook.com/CEAsPolvorancayBosqueSur/>

MAYO

11 lunes

Taller

Centro de educación ambiental El Águila

### ¿CÓMO CONSTRUIR UN REFUGIO PARA SALMANQUESAS?

A través de este taller aprenderemos a construir paso a paso una caja-refugio y zona de cría para salamanquesas. Conoceremos algunas características de estos reptiles tan beneficiosos, que nos ayudarán a controlar las plagas de insectos, como por ejemplo, los mosquitos que aparecen con la llegada del calor en las terrazas y jardines. Estos refugios están diseñados además para que puedan pasar las épocas frías del año.

<https://ceaelaguila.blogspot.com/>

MAYO

11 lunes

Juego

Centro de educación ambiental El Campillo

### SCATTERGORIES DEL PRS

Te proponemos jugar al scattergories con nosotros. Cada lunes descubriremos diferentes letras de los municipios del Parque Regional del Sureste para que adivines las especies y elementos presentes en el mismo. Este lunes con la C.

<https://www.facebook.com/centroelcampillo>



#LosCEAsEnTuCasa

#YoMeQuedoEnCasa

#QuédateEnCasa

#QuedateEnLaCasa

#FrenaLaCurva

#TodoSaldráBien

## Martes 12 mayo

MAYO

12 martes

Reto

Centro de educación ambiental Arboreto Luis Ceballos

### ¿ANIMAL, PLANTA O ALGA?

En los océanos hay seres de formas y tamaños increíbles. Desde pequeñas algas microscópicas, hasta enormes ballenas, pasando por medusas, caballitos de mar, estrellas de mar o krill...

La diversidad de formas de vida es tan grande que, durante muchos, muchos años, incluso los expertos no sabían distinguir si algunos de ellos eran plantas o animales. Es el caso de estos seres vivos que os presentamos hoy. ¿Sabrías decirnos si son animales, algas o plantas? Y si lo sabes, ¿qué son?

Os daremos la respuesta el viernes. ¡Ánimo y agudiza tu ingenio!

<http://arboretoluisceballos.blogspot.com/>

MAYO

12 martes

Paseo por la web

Centro de educación ambiental Caserío de Henares

### ENTRA QUE TE CUENTO: "DESDE MI BALCÓN AL CIELO" (II)

Gracias a Internet se puede llegar muy lejos. Todos los martes os proponemos un paseo juntos por la Web para compartir nuestro interés por los temas ambientales.

Volvemos a conectar con nuestro "Nefelibato" Javier Martínez de Orueta para continuar con la experiencia que comenzó el pasado 25 de abril. Esta actividad será en directo en tiempo real. De forma amena y sencilla seguirá explicándonos los fenómenos que se pueden observar en el cielo y poniéndoles nombre ¡No os lo podéis perder! ¡Vamos a continuar siendo nefelibatos...!

[Facebook Caserío de Henares](#)

MAYO

12 martes

Taller

Centro de educación ambiental El Campillo

### TALLER RELOJ SOLAR

Esta primavera no hemos podido celebrar el concurso "Renueva tu Energía" tal y como venimos haciendo desde hace 7 años en nuestro centro, por eso queremos rendir un pequeño homenaje y proponerte una de las actividades más populares que realizan sus participantes. ¡Haz tu propio reloj de sol y aprende cómo funciona y cómo se lee la hora!

<https://www.facebook.com/centroelcampillo>



#LosCEAsEnTuCasa

#YoMeQuedoEnCasa

#QuédateEnCasa

#QuedateEnLaCasa

#FrenaLaCurva

#TodoSaldráBien

**MAYO**

**12 martes**

**Artículos**

**Centro de educación ambiental El Cuadrón**

**SABERES TRADICIONALES**

Desde hace años, el equipo educativo del CEA El Cuadrón está recogiendo los conocimientos y anécdotas de las personas mayores que habitan los pueblos de la sierra norte y creando poco a poco un Banco de Saberes Tradicionales. Por ello cada martes publicaremos una serie de artículos en los que daremos a conocer una parte de los Saberes que hasta ahora hemos recogido. Poner estos conocimientos a disposición de todos, es el primer paso para que los Saberes Tradicionales de la Sierra Norte no desaparezcan y vuelvan a resultar útiles.

<https://www.facebook.com/eacsierranorte>



#LosCEAsEnTuCasa

#YoMeQuedoEnCasa

#QuédateEnCasa

#QuedateEnLaCasa

#FrenaLaCurva

#TodoSaldráBien

## Miércoles 13 mayo

MAYO

13 miércoles

Juego interactivo

Centro de educación ambiental Arboreto Luis Ceballos

### EL ECOSISTEMA DE LA LAGUNA

Aprende a distinguir los animales y plantas que viven en la laguna. Existe una gran diversidad de especies que están por descubrir. Plantas que flotan y sirven de refugio para las ranas. Enormes carrizos que usan de escondite los ánades reales. Libélulas azules que comen insectos...

Gracias a este juego interactivo podrás descubrir cuáles son los seres vivos que habitan en la laguna como se relacionan. ¡No te lo pierdas!

<http://arboretoluisceballos.blogspot.com/>

MAYO

13 miércoles

Juego

Centros de educación ambiental Bosque Sur y Polvoranca

### ¿CONOCES LOS ESPACIOS NATURALES PROTEGIDOS DE LA COMUNIDAD DE MADRID?

Los Espacios Naturales Protegidos buscan mantener un equilibrio entre la actividad humana y la conservación del medio ambiente. El 15% de la superficie de la Comunidad de Madrid se encuadra dentro de esta figura de protección en 9 Espacios diferentes. Os proponemos un pequeño recorrido para conocerlos a través de nuestro juego interactivo.

<https://www.facebook.com/CEAsPolvorancayBosqueSur/>

MAYO

13 miércoles

Infografía

Centro de educación ambiental El Águila

### MERCADO SIERRA OESTE: CONSUME KM 0

En el mes de mayo el CEA El Águila organiza una Feria de producto local en el municipio de Chapinería. Este año os proponemos conocer de manera virtual las diferentes experiencias de producción artesanal, ecológica o agroecológica que encontramos en la Sierra Oeste. Esta semana os recomendamos "El Árbol del Pan", obrador artesano de producción ecológica situado en Fresnedillas de la Oliva. Un proyecto puesto en marcha 2005 y que en la actualidad mantiene su apuesta por el desarrollo local y por los productos ecológicos de máxima calidad.

<https://ceaelaguila.blogspot.com/>

MAYO

13 miércoles

Taller

Centro de educación ambiental El Campillo

### TALLER HORNOS SOLARES

Y este miércoles seguimos con energías renovables, en esta ocasión y siguiendo con el concurso "Renueva tu Energía" os proponemos fabricar un pequeño horno solar en casa. Envíanos tu foto cuando lo hayas terminado.

<https://www.facebook.com/centroelcampillo>



#LosCEAsEnTuCasa

#YoMeQuedoEnCasa

#QuédateEnCasa

#QuedateEnLaCasa

#FrenaLaCurva

#TodoSaldráBien

**MAYO**  
**13 miércoles**

**Pasatiempo**

**Centro de educación ambiental Hayedo de Montejo**  
**Reserva de la Biosfera Sierra del Rincón**  
**MUSEO VIRTUAL. OBJETOS DE ANTAÑO**

En casa de nuestros abuelos o en museos, seguro que hemos visto algunos objetos que nos llaman mucho la atención y no sabemos cómo se llaman ni para que se utilizaban. Con este museo virtual queremos mostraros algunos de ellos para que sepáis su nombre y qué función tenían en la vida cotidiana. Seguro que será una buena actividad para compartir con toda la familia. ¡Esperamos que os guste!

Como veréis, no es un juego de rojo o azul, grande o pequeño, verde o maduro. Hay que tener dotes de observación y un poco de conocimiento de la naturaleza. Buena suerte y no vayáis directamente a la solución...

<https://www.facebook.com/sierradelrincon/>



#LosCEAsEnTuCasa

#YoMeQuedoEnCasa

#QuédateEnCasa

#QuedateEnLaCasa

#FrenaLaCurva

#TodoSaldráBien

## Jueves 14 mayo

MAYO

14 jueves

Artículo+video

Centro de educación ambiental Arboreto Luis Ceballos

### EL PODER DEPURADOR DE LAS PLANTAS ACUÁTICAS

Algunas plantas acuáticas, entre las que se encuentran las eneas o los lirios, pueden utilizarse para depurar el agua. El sistema de depuración por plantas es un sistema que imita los procesos naturales que se producen en estanques naturales, humedales, albuferas y toda clase de entornos acuáticos donde ciertas especies de plantas se desarrollan.

<http://arboretoluisceballos.blogspot.com/>

MAYO

14 jueves

Información

Centro de educación ambiental Caserío de Henares

### SECRETOS DE LOS HUERTOS: EL MUNDO DE LAS ABEJAS

Los jueves los dedicaremos en Caserío al amplio mundo del huerto. Hoy agradecemos su labor a unas de las mejores hortelanas: las abejas. Su vida, sus costumbres e interesantes curiosidades sobre este personaje siempre presente en un buen huerto y que, además de producir miel, ¡asegura las cosechas!

[Facebook Caserío de Henares](#)

MAYO

14 jueves

Vídeo directo

Centro de educación ambiental El Campillo

### MINITALLERES DE RASTROS: PLUMAS

¿Qué tipo de plumas existen? Aprende un poco más sobre la identificación de especies de aves y los distintos plumajes que tienen. ¡Anímate y pasa un rato divertido con el Campillo!

<https://www.facebook.com/centroelcampillo>

MAYO

14 jueves

Taller

Centro de educación ambiental El Cuadrón

### ENTRE FOGONES: LAS RECETAS DE LA ABUELA

Durante generaciones, los habitantes de los pueblos han vivido de los recursos naturales que les proporcionaba el entorno. Aprende a elaborar sencillas recetas con las indicaciones de las abuelas del Valle del Lozoya.

<https://www.facebook.com/eacsierranorte>



#LosCEAsEnTuCasa

#YoMeQuedoEnCasa

#QuédateEnCasa

#QuedateEnLaCasa

#FrenaLaCurva

#TodoSaldráBien

## Viernes 15 mayo

MAYO

15 viernes

Receta sostenible

Centro de educación ambiental Arboreto Luis Ceballos

### ENSALADA ALGA WAKAME

Hoy os proponemos una rica ensalada de algas wakame con aguacate y sésamo. Las algas son un alimento muy rico en vitaminas y minerales como calcio, el sodio, etc. Además, tienen propiedad antiinflamatorias, inmunológicas, digestivas... El alga wakame (*Undaria pinnatifida*) es un alga parda asiática, que se cultiva para consumo, con un sabor muy intenso y perfecto para ensaladas. Es España es una especie exótica invasora así que al comprarla, asegúrate de que viene de su lugar de origen.

Para hacer vuestra ensalada podéis encontrar los pasos en esta web:

<https://aceitesandua.com/recetas/item/344-receta-de-ensalada-de-algas-marinas-wakame-con-sesamo>

Es un plato riquísimo y muy fácil de hacer. ¡Esperamos que os guste!

MAYO

15 viernes

Taller

Centro de educación ambiental El Águila

### APRENDE A IDENTIFICAR RAPACES POR SU SILUETA

En esta presentación te queremos explicar las principales características de las rapaces diurnas, así como las claves para reconocerlas por su silueta en vuelo. Te proporcionaremos fichas identificativas para aprender algunas de las rapaces diurnas presentes en la Sierra Oeste.

<https://ceaelaguila.blogspot.com/>

MAYO

15 viernes

Vídeo

Centro de educación ambiental El Campillo

### CULTIVO DE AROMÁTICAS: LA ALBAHACA

Ahora que ya conocemos el ciclo de la hortaliza desde la semilla hasta el plantón, os mostraremos todo el proceso unido, de una de las principales aliadas de nuestra huerta: la albahaca.

<https://www.facebook.com/centroelcampillo>