

ixdel'ou

#55

UNA REVISTA JOVE PER A GENT JOVE - Abril 2022

¿Te sientes más solo después de la pandemia?

Còmic

ELS PORRETS

VOLEM

L'aula oberta

Estudiants de Xàbia

Whats

Agenda

¿Te sientes más solo después de la pandemia?

A las personas nos agrada gustar, nos encanta relacionarnos, tener amigos y amigas, reunirnos en grupos... Tras dos años de pandemia y confinamientos es posible que sientas que han cambiado cosas, que te falta "práctica" en las relaciones sociales y esos pensamientos pueden llegar a hacerte sentir solo aun cuando estés rodeado de gente.


Te propongo que te hagas las siguientes preguntas:

1. ¿Después de la pandemia te ha costado más socializar que antes?
2. ¿Cuándo te toca exponer un trabajo en público, sientes como que te ahogas y no puedes respirar?
3. ¿Han bajado tus notas?
4. ¿Te sientes inseguro cuando sales a la calle?
5. ¿Has dejado de relacionarte con amigos después de la pandemia?

Si contestas afirmativamente en alguna de ellas te invitamos a seguir reflexionando y profundizando en este tema.

Desde PlayJove te invitamos a un directo de IG el 20 de abril a las 12.00 h con la Psicóloga Virginia Rodríguez García. ¡NO TE LO PIERDAS!




PlayJove
directos 

LIVE

AISLAMIENTO SOCIAL
Una consecuencia de la pandemia

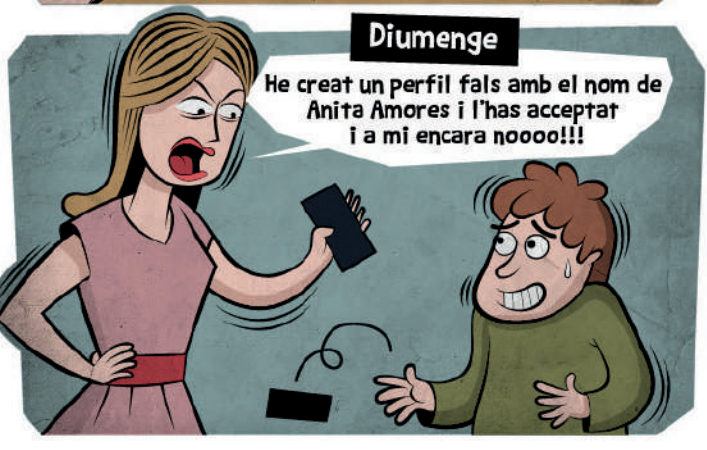
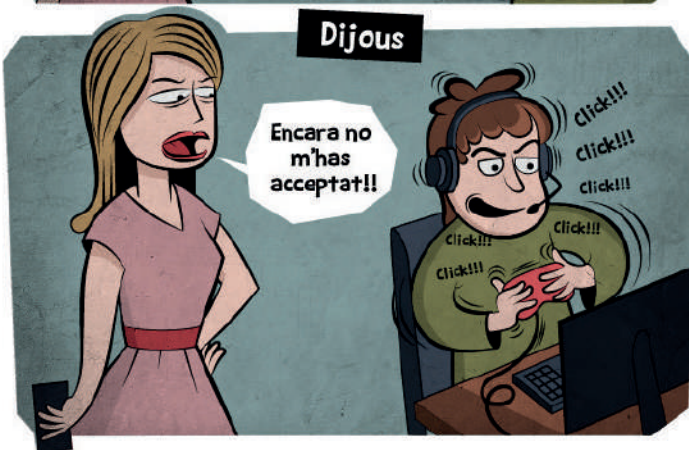
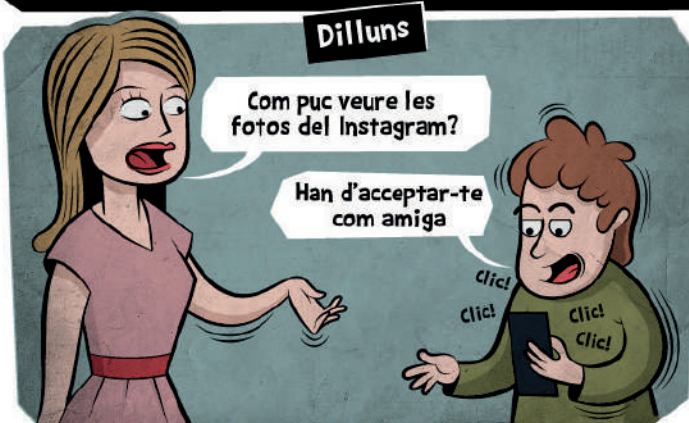
La psicóloga Virginia Rodríguez contestará a tus preguntas sobre este tema el miércoles 20 de abril a las 12:00 h.

Play Jove Plaça Constitució | XÀBIA info  playjove_xabia

IX DE L'OU
PRESENTA

- M'ACCEPTES? -

Per **JUANTXO**



ELS "PORRETS"

Alguna vegada has sentit a algú dir "els porros son inofensius i el tabac fa més mal a la salut"?

Actualment el consum de porros és alt entre els i les joves. El tema és preocupant pels impactes que pot tindre aquest consum en el cervell d'adolescents que estan en plena formació. La sobre estimulació de THC, un dels components del cànnabis, pot influir de manera negativa en la salut física, emocional i mental.

El resultat és concloent en centenars d'estudis: consumir cànnabis durant l'adolescència incrementa el risc de desenvolupar esquizofrènia.

En aquest sentit, cal anomenar algunes raons que hem de conèixer a l'hora de triar entre fer-nos un porro o no:

- Provoca un empobriment intel·lectual i alteracions del coneixement.
- Tens més risc de patir trastorns mentals com l'esquizofrènia, la paranoia, l'ansietat o la depressió.
- Provoca addicció, i de fet pots passar de consumir el cap de setmana a necessitar consumir tots els dies.
- Obri el camí cap a altres drogues més perilloses.
- Provoca problemes respiratoris associats de la mateixa manera que el tabac.
- Efectes secundaris: accidents amb la moto, comportaments que no faries en estat normal, conductes agressives....

Va molt bé imaginar quin és el futur que t'agradaria tindre, i prendre decisions sobre el consum de drogues, parant-se a pensar en cada moment si aquestes conductes contribueixen a apropar-te o a allunyar-te de la vida que t'agradaria viure.

La decisió és teua.



VOLEM. I.E.S. Antoni Llidó

Els i les alumnes de l'Institut Antoni Llidó de Xàbia han creat un gran collage per a reivindicar la igualtat efectiva. El lema és "Volem". Han plasmat les seues peticions per a aconseguir una societat més justa, solidària i igualitària. En aquest institut el tenen claríssim. Els missatges, clars i contundents, han donat forma a un colorit i poderós mural.

A més, s'han creat samarretes a favor de la tolerància i la diversitat. Són per a tota la comunitat educativa.



L'aula oberta. I.E.S. La Mar

Els alumnes de l'aula oberta volem cuidar el nostre entorn i la seua biodiversitat respectant les 3 R: **Reduir, Reutilitzar i Reciclar.**



Per això hem començat a :

- Utilitzar botelles i bosses reutilitzables per a la compra del Taller de cuina
- Els que podem anem caminant, en bici o en patinet a l'institut.
- Tanquem l'aixeta quan ens llavem les dents o ens ensabonem
- Apaguem la llum quan no la necessitem
- Amb materials de rebuig fem manualitats
- El paper el gastem per les dues cares i si no és possible el gastem per a esborrany
- Regalem la roba que se'ns ha quedat menuda
- Tenim papereres de diferents colors per a poder reciclar i anem a buidar-les als contenidors.



Al corredor hem penjat un mural contant les nostres accions animant als companys a seguir-les.

La idea principal és que no cal fer grans accions per a millorar el nostre entorn i per tant la vida dels éssers vius que viuen al voltant. Amb xicotetes accions que fem cada dia, podem fer un canvi gran, especialment si som molts fent-les.



Bon dia, sóc Arnau i estudie Història de l'Art. Hi ha gent que estudia aquesta carrera perquè ha sigut una apassionada de l'art durant tota la seua vida, però en el meu cas va ser diferent: jo acabava de descobrir tot aquest món just eixe any i, com em va apassionar, volia aprendre encara moltes més coses. També, una cosa us dic: la decisió la vaig prendre el dia en què ens havíem de matricular en alguna carrera (com sempre, fent les coses amb temps...), així que no patiu, que els dubtes són normals; al cap i a la fi, vas a estar estudiant el que tries durant uns quatre anys, més o menys. Ara bé, si parlem de la carrera en sí, es troba a faltar un poc més la part pràctica (ja que la major part del temps el passem a l'aula), encara que pot ser açò haja sigut influenciat per la pandèmia, atés que hem hagut de cancel·lar molts viatges a llocs com París o Barcelona, on hauríem vist esglésies i museus. També pense que hauria de durar més de quatre anys, ja que hi ha assignatures que es donen amb molta pressa o retallant parts del temari, quan podrien donar-se tranquil·lament si s'allargara la carrera, com a mínim, un any. Però bé, la veritat és que hem estudiat assignatures molt interessants, que van des de l'art egipci fins arribar inclús al cinema, passant per l'art medieval i per molts més, acabant així amb una visió prou ampla i crítica del que és l'art.



Pel que fa a les eixides, sempre es creu que només es pot ser professor/la o guia turístic, però ens han ensenyat que hi ha prou més, com dedicar-te a la investigació, a la restauració, treballar en un museu, etc. Us recomane que si us interessa l'art estudeu la carrera, ja que és molt enriquidora i m'ha fet madurar moltíssim. Jo, personalment, encara no vull plantejar-me el meu futur i només vull dedicar-me a disfrutar de la carrera i de la vida universitària, que sens dubte estan sent i els recordaré sempre com els millors anys de la meua vida; i el que haja de vindre, que vinga.

Història de l'Art s'estudia a València i la nota de tall està en un 8,6 per a l'any passat.



CLARA BUIGUES

GRAU MITJA D'IMPRESSIÓ GRÀFICA – VALÈNCIA

Hola, sóc Clara Buigues i estic cursant un grau d'Impressió Gràfica al CIFP Ciutat de l'Aprenent en València. Aquest grau és una de les opcions d'aquesta rama (l'altra és Preimpresió Digital), i com el seu nom indica, aprenem a imprimir, des de ofset (per exemple, un llibre) fins serigrafia (el dibuix, o el logo d'una samarreta). A més a més, tenim una assignatura molt interessant anomenada "Preparació de materials d'impressió", en la qual ens expliquen tots el tipus de papers i plàstics i la seua creació. I amb la col·laboració del centre podem dispondre de molts exemples que ens poden ajudar a aprendre aquestes tècniques.

També hi ha una part pràctica, a traves de la qual coneixem la maquinària que es sol utilitzar en el treball habitual d'impressió i la utilització de tintes.

Amb aquest grau espere que se m'òbriga el camí per a poder estudiar el que realment m'agrada, que és Disseny Gràfic. Però per arribar, he de tindre assolida la base, encara que això ha suposat canviar Xàbia per una ciutat com València, i començar en un centre on no coneixes ningú. Al principi vas un poc emporida, però cal atrevir-se si realment vols estudiar allò que realment t'agrada, us ho aconselle.

Grau Mitjà d'Arts Gràfiques s'estudia en València, Xàtiva o Elx.

Whats?

Si tens dubtes sobre amics, estudis, sexualitat,... envia'ns la teua pregunta a la secció "joves en +" de la web www.monjove.net i intentarem ajudar-te. Ací pots veure alguna de les respostes que hem donat (sempre respectant la privacitat i anonimat) perquè et puguen servir també a tu en situacions semblants.

Porte molt de temps menjant de manera desordenada i molts dolços i he pres la decisió de canviar, com podria fer-ho?

Enhorabona per la teua decisió !!

La nostra manera d'alimentar-nos és molt important perquè influeix en el nostre cos i el nostre estat d'ànim. El menjar és com la nostra gasolina i una bona alimentació sempre busca un equilibri entre els aliments i els nutrients que necessitem per tindre energia i una bona salut. Es per això que et recomanem que demanes ajuda professional perquè et marque una dieta ajustada a les teues necessitats. I no oblidés complementar-ho amb exercici físic.



Desde que estoy en el instituto todo es un problema con mis padres y por cualquier cosa discutimos. ¿Es normal?

Es normal que en la adolescencia se generen conflictos con los padres. Quieres cada día más independencia y además, hacer valer tus ideas y opiniones, lo que supone un cambio de tu etapa en primaria.

Tus padres también necesitan adaptar la relación contigo y hacerse a la idea de que ya no eres un/a niño/a. No sólo cambiáis los/as jóvenes, los padres y madres también cambian su visión y en familia podéis ajustar la forma de relacionarse en la que todos os sintáis mejor.

En esta etapa cada vez tienes más claro qué es lo que quieres y te gusta y con ello la posibilidad de hacer cosas nuevas de manera independiente. A tu familia, todo ello puede generarles preocupación y miedo, ya que también ellos están aprendiendo cómo deben comunicarse con la nueva persona en la que te estás convirtiendo.

Una buena táctica para tener más confianza mutua y conocerse mejor, es expresando todo lo que nos pasa, hablar de las cosas que nos preocupan, contar nuestro día a día, nuestras inquietudes, lo que nos gustaría hacer... Todo esto nos servirá de ayuda para que podamos comprender a nuestros padres y ellos nos comprendan a nosotros, y de esta manera manejar mejor los conflictos y las discusiones.

Hola, estoy estudiando cuarto de ESO. ¿Puedo matricularme en la Escuela Oficial de Idiomas?

Hola, para matricularte tienes varias alternativas. Si quieres matricularte en un idioma que coincide con tu opción en el instituto (por ejemplo, inglés) debes tener 16 años, y podrías matricularte el próximo curso. Para ello debes pre-matricularte en junio en la página oficial de la EOI de Dénia. También debes tener en cuenta que en tu instituto hacen una prueba homologada que te permitiría acceder directamente al BI. Si lo que quieres es un idioma que no es tu primera opción (por ejemplo, estudias inglés, y tienes como optativa alemán) puedes matricularte con 14 años (también con pre-matricula en junio)-



Hola, soy una chica que ni estoy gorda ni flaca, pero siempre me estoy comparando con mis amigas y eso hace que no esté contenta con mi imagen. ¿Qué puedo hacer para evitarlo?

Compararte con tus amigas es algo inevitable, lo hacemos constantemente. Pero muchas veces eso no hace sentir mal, y nos genera más inseguridades, porque nos vemos diferentes y lo interpretamos pensando que somos peores. Es **IMPORTANTE** que sepas que muchas de las imágenes o cuerpos que hay en las redes sociales están distorsionados, no son reales. Hemos de normalizar que hay una diversidad corporal y no dejarnos llevar por los cánones de belleza que nos quieren imponer muchas veces las firmas comerciales, las redes sociales o la televisión. Por eso es importante aprender a hacer comparaciones saludables que nos hagan sentir bien y que nos hagan mejorar. Te aconsejo que por ejemplo te fijes en ti hace unas semanas o hace un año y pienses en qué has mejorado y en que te gustaría mejorar, pero siendo realista y pensando siempre que aunque no te parezcas a una determinada influencer, no por ello no puedes tener otras cualidades. Descúbrelas y veras como mejora tu opinión sobre ti misma y no agobiarse. Disfrutar de este primer momento es lo mejor que puedes hacer.

+ Info   (673 86 48 12)
 playjove_xabia

PlayJove

!descubre un nuevo espacio!

Viernes 8 de abril a partir de las 17:30



Play Jove
Plaça Constitució | XÀBIA

info  playjove_xabia

PlayJove

Dijous de torneig

TORNEJOS DE FIFA,
FUTBOLÍ, PING-PONG,
MARIO KART, BILLAR,
JUST DANCE...

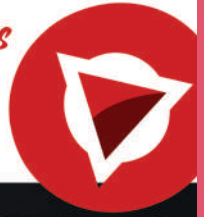


7 d'abril Futbolí, 14 d'abril Billar, 21 d'abril FIFA,
28 d'abril PingPong, 5 de maig Mario Kart, 12 de maig
FIFA Volta, 19 de maig Futbolí, 26 de maig Just Dance

Premis per als guanyadors





Play Jove
Plaça Constitució | XÀBIA

OBERT DE 17:30 A 20:30 H
(DIVENDRES DE 17:30 A 21:00 H)



TORNEJOS
DE FUTBOL I
BÀSQUET 3X3
Divendres 3x3



 facebook.com/PlayJoveXabia/  @playjove_xabia  673864812  playjove@gmail.com

Help! Estudios

UNES CLASSES PARTICULARS DIFERENTS I GRATUÏTES



GRATIS

Classes de repàs
ESO i batxillerat
Suport escolar
Ajuda en treballs
Resolució de dubtes
Presència de professor



HORARI:
DE DILLUNS A DIJOUS
16:00 - 17:30 h

Play Jove
Plaça Constitució | XÀBIA



INSCRIPCIÓ FINS AL 10 D'ABRIL

Mínim 40 persones.

EL PAGAMENT ES POT REALITZAR PER
TRANSFERÈNCIA O PER TARGETA BANCÀRIA
A DÈNIA

Ronda de les Muralles, 42 (Centre d'Informació Juvenil)
dinamics@ayto-denia.es - telèfon 96 642 37 00

**VIATGE A
LA FIRA
DEL MANGA
D'ALICANT**

23 D'ABRIL

35€

Inclou:

transport amb monitors/es,
assegurança, entrada a la
Fira del Manga.

Eixida:

8.30 h Dènia, 2a parada a
determinar

Tornada:

18.30 h Alacant

Menors de 14 anys hauran
d'anar acompanyats d'un adult.



+ INFO: Als centres d'Informació Juvenil de: Dènia, Calp, Benissa, Teulada
Moraira, Xàbia, Ondara, Pego, Pedreguer i Gata de Gorgos.