

ixdel'ou

#58

UNA REVISTA JOVE PER A GENT JOVE - març 2023

OUTDOOR

G.M.
LA MAR

OUTDOOR
OCIO Y EVENTOS

ESCAPE ROOM

**Depilació...
una obligació?**

Discussions sense agressions

Què saps de Xàbia...?

**Un projecte artístic
innovador**

L'IES La Mar va a la neu

Paula Andrés / Laura Buigues

Whats

Agenda

DEPILACIÓ... UNA OBLIGACIÓ?

La depilació no és obligatòria ni imprescindible, però si decideixes depilar-te és completament normal tenir dubtes com: és massa prompte per a començar amb la depilació? Quin és el millor mètode? Com puc ensenyar-me a fer-ho de manera segura?

Algunes de les qüestions que hem de tenir en compte abans de la primera depilació són:

- És normal tindre dubtes o preguntar-nos si és el moment adequat per a començar o convé retardar-la un poc.
- És important entendre que el pèl corporal té la funció de protegir el nostre cos, encara que hi ha zones que poden depilar-se sense cap problema, hi ha altres que son molt sensibles i s'hauria d'evitar la depilació.
- Els dermatòlegs no aconsellen eliminar el pèl de la zona genital, ja que pot provocar risc d'infeccions i afavorir el contagi de malalties de transmissió sexual.
- No depilar mai una pell danyada o irritada, cuidar-la després amb productes específics que ajuden a calmar-la, i evitar locions amb alcohol i l'exposició al sol durant les 24 hores següents.
- En cas de dubte és recomanable consultar prèviament amb un dermatòleg que ens aconselle el mètode més adequat per començar a depilar-se.

La crema depilatòria, l'afaitat amb fulleta, la cera, maquinetes elèctriques i el làser i la llum polsada són els mètodes més utilitzats. El millor és que ho parles amb una persona professional i et recomane el mètode més adequat per a tu. I recorda sempre que la depilació és una opció i no una obligació!

Què saps de Xàbia...?

Si eres dels que t'agrada fixar-te, no tindràs problemes per identificar a quins llocs pertanyen aquestes fotos

(solució pag. 8)

1



2



3



4



5



6



Discussions sense agressions

Discutir amb una amiga, amic o parella és una sensació desagradable, però a vegades sorgeixen malentesos i discrepàncies. És normal i les discussions poden ser “bones” si saps gestionar-les.

Ací tens alguns consells per gestionar-les:

1. Detecta quin és el problema. Així és més fàcil encarrilar la discussió i que no es canvie de tema cap a altres fets més visceralment i que poden acabar en crits i acusacions.

2. Intenta parlar les coses. És normal que no t'agradi discutir, sobretot si estàs acostumat/da a què les discussions acaben en conflicte, però reprimir el que sents no és bona opció. És millor parlar les coses que et molesten i no esperar que arribe el moment on explotes.

3. No busques un culpable. Les discussions no són una guerra on un guanya i l'altre perd.

4. Dona temps a l'altre per a què estiga preparat per parlar. Hi ha persones que necessiten parlar les coses al moment mentre que altres necessiten temps per ordenar les seues idees.

5. Cal tenir en compte les emocions de l'altre. Comentaris com: “No n'hi ha per a tant”, “Estàs exagerant”, “tampoc cal que et poses així...”, són maneres d'invalidar les emocions de l'altre, i cal evitar-les.

6. No has de cedir sols perquè acabe la discussió. Si decideixes acabar una discussió sense haver solucionat el conflicte, continuaràs molest o molesta. Si necessites seguir la discussió en un altre moment, fes-ho. No cal que cedisques només per acabar-la prompte.

7. No utilitzes la discussió per a traure vells conflictes. Tots podem tindre enquistats uns certs sentiments de greuge que no van ser solucionats en el seu moment, però parlar d'ells quan no toca us desviaran del tema.

8. No us interrompeu. Si no respectes el torn de paraula, el to de la veu anirà elevant-se, fent que comencen a aparèixer sentiments de frustració i enuig.

El problema no està en discutir, sinó en com fer-ho perquè no es convertisca en una batalla campal i, per contra, aprofite per a millorar la vostra comunicació i afermar el vincle. Una discussió de parella no hauria de ser un cúmul de crits i acusacions, sinó un espai en el qual tractar un problema amb arguments raonats, escoltant el que l'altre ha de dir i amb l'objectiu d'arribar a un punt en comú.



L'IES Antoni Llidó, seleccionat en un projecte artístic innovador.

El programa “Resistències artístiques” porta a l'IES Antoni Llidó a artistes plàstics per l'IES Antoni Llidó ha estar un dels centres seleccionats per la Conselleria d'Educació, per desenvolupar el programa “Resistències Artístiques: Processos Artístics en Entorns Educatius” 2022-2023”. El propòsit d'aquest programa és que sempre hi haja espai per a les Arts a l'escola.

En concret, “Para otras pancartas escolares” és el títol del programa que coordina l'artista visual Misha Bies Golas. La seu Web: <https://mishabiesgolas.tumblr.com/>

Segons ha explicat l'artista, és un projecte d'educació artística que té com a objectiu principal crear una sèrie de pancartes amb l'alumnat, a través de diferents tècniques artístiques, per a reflexionar sobre diferents idees sobre l'art, la creació i la societat, contribuint així a generar pensament crític entre els participants.

La coordinadora del projecte, la professora de Dibuix, Elisa Torres, ha explicat que, amb les pancartes, es realitzarà una acció final fora del centre educatiu, en la qual es donaran a conèixer aquestes reflexions, que també quedaran registrades en una publicació.

Participen en el Projecte 33 alumnes de 1r de Batxillerat, 4t i 3r de l'ESO. La duració del projecte serà fins juny.



L'IES La Mar va a la neu

Alumnat de 1r, 2n i 3r ESO de l'IES La Mar viatja a l'estació d'esquí de Port Ainé, Lleida. Del 30 de gener al 04 de febrer un total de 52 alumnes i 4 docents, van participar en aquesta activitat.

Aquest viatge programat dins de la programació del departament d'Educació Física té per objectius principals: Conèixer i practicar l'esquí alpí o el snow, conviure amb la resta de companys i companyes de l'etapa, consolidar hàbits personals (d'organització, superació de dificultats, higiènics...), així com gaudir de l'activitat física en el medi natural.

En aquesta activitat vam poder realitzar classes grupals amb monitors, esquí/ snow lliure i algunes activitats lúdiques en l'hotel a la vesprada i nit: just dance, pijama party, xocolatada, scape room, love party...

L'alumnat ha pogut iniciar-se o millorar el seu nivell en aquest esport. I disfrutar l'experiència amb companys/es del centre i d'altres comunitats.

Professorat acompanyant.



PAULA ANDRES

ART DRAMÀTIC – ESCUELA DEL ACTOR DE VALÈNCIA

Hola, jo sóc Paula i vinc a parlar de l'art dramàtic. No va ser fins acabar el batxillerat que em vaig decidir a provar d'estudiar art dramàtic. Després de fer l'examen de selectiu i no decidir-me per cap carrera, vaig voler donar una oportunitat a eixa espineta que tenia des de ben menuda. No és molta la informació que et donen d'aquest tipus de carreres, per això mai m'ho havia plantejat de veres. Però vaig decidir arriscar-me per una carrera de la qual sempre havia sentit que "no tenia cap eixida laboral" i que "era molt difícil".

Vaig fer les proves per entrar a l'escola superior. Proves en els quals has d'estudiar un text, un monòleg, has de demostrar com es desenvolupa el teu cos en una sèrie d'exercicis i posen a prova la teua veu i afinació. Era la primera vegada que feia aquest tipus de prova i estava molt nerviosa. Però em van acceptar i vaig entrar a l'escola superior.

Durant els anys d'estudi vaig aprendre coses que no havia après mai en cap altre lloc. El primer any aprens a confiar en tu, tindre seguretat i saber quines són les teues

qualitats i què coses pots millorar. Aprens de les teues emocions i del teu cos. Aprens a escoltar-te a tu mateix. Després venen les coses més tècniques. Una de les coses que més m'agradaven de la meua escola, era treballar amb una gran diversitat de professors, que et donen els seus consells i les seues tècniques, molt diferents unes de les altres. I em van donar l'oportunitat d'anar formant el meu propi mètode d'interpretació, a partir dels coses que més em van aprofitar d'uns i d'altres. És un treball rigorós i has de connectar amb tu mateix per poder seguir avançant.

Fa un any, quan vaig acabar els estudis, vaig vindre a Madrid per seguir estudiant i a per treballar. Em queda molt de camí per recórrer, ja que considere que l'art dramàtic és un aprenentatge continu, que mai acaba.

En conclusió, recomane a tot aquell que alguna volta s'ho haja plantejat, que ho prove. Si no és el teu camí, guanyaràs en aprenentatge; i si sí és el teu camí, trobaràs un lloc on ser tu mateix.

A la Comunitat València pots estudiar a l'Escola Superior d'Art Dramàtic de València. Has de tenir el batxillerat i inscriure't per a les proves d'accés als estudis superiors d'ensenyances artístiques que es realitzarà en el centre als estudis del qual es vol accedir.



LAURA BUIGUES

GRAU EN TRADUCCIÓ I INTERPRETACIÓ UNIVERSITAT JAUME I (CASTELLÓ DE LA PLANA)

Hola! Sóc Laura Buigues, alumna de Traducció i Interpretació en la Universitat Jaume I.

Quan cursava el batxillerat, sols tenia dues coses clares: m'agradaven les llengües i les traduccions que fèiem en Llatí. Així que un dia vaig buscar quins graus estaven relacionats amb les dues coses que més m'agradaven de l'institut, i vaig trobar per Internet un grau que s'anomenava «Traducció i Interpretació».

A l'UJI, existeix la possibilitat de fer els itineraris en valencià o castellà com a primera llengua. L'anglès és la llengua comuna en tots els itineraris i, com a tercera llengua, pots elegir entre alemany o francès. En primer i segon curs, les assignatures són un poc pesades però alhora necessàries: història, català, anglès, terminologia, etc. Al tercer curs, ja comença tot a ser un poc més interessant perquè ens introdueixen les distintes especialitats de la traducció, com ara la traducció científica, jurídica i econòmica, literària, audiovisual i un altre itinerari focalitzat cap a la interpretació. També en aquest curs (o a 4t), teniu la possibilitat

d'anar-vos-en d'Erasmus. Pel que fa a les eixides professionals, són molt variades: traductor o intèrpret, docent de llengües, assessor lingüístic, corrector o revisor lingüístic, entre altres.

En general, el grau és molt complet, i els professors són professionals en les distintes especialitats. A més, l'UJI disposa de bons materials i recursos com. per exemple, cabines d'interpretació o llicències per a estudiants per accedir a aplicacions de manera gratuïta.

Notes de tall 2022: Universitat d'Alacant (11,75), Universitat Jaume I (10,75)



Whats?

Si tens dubtes sobre amics, estudis, sexualitat,... envia'ns la teua pregunta a playjove@gmail.com 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.

¡Hola! Llevo un tiempo conociendo a un chico y él es más mayor que yo, tiene 16 años y yo 15. Mi preocupación es que no sé si soy demasiado joven para tener novio, pienso que él me quiere y vamos en serio, pero no se si es adecuado tener novio con nuestra edad. Mis padres son muy protectores y no se si les parecerá bien.

Primero, tienes que ser tú la que te sientas cómoda con la relación, si sientes que eres demasiado joven para tener novio, pon un poco el freno, tienes derecho a marcar el ritmo que necesitas. O si sientes que, sí que estás preparada para tener novio, pero lo que te preocupa es la reacción de tus padres, siempre puedes explicarles lo importante que es para ti, lo mejor es que seas sincera con ellos, para que puedan entenderte.



Em passa que quan quede amb els meus amics sempre estem fumant tabac i els meu pares si em veuen fumant s'enfadaran molt, què faig?

La pregunta és: I tú, realment vols fumar? El que sembla és que tens pressió per les dues bandes: per una banda, els teus pares que no volen que fumes i per l'altra els teus amics que sempre estan fumant.

Si penses les conseqüències de fumar, els teus pares ho acabaran sabent (per l'olor, per exemple), més endavant pot ser tingues problemes respiratoris, que les dents i l'alé queden bruts, que et gastes molts diners, que et coste més fer esport.

Mentre que les conseqüències de no fumar, els teus amics potser fins i tot t'insistiran o et faran sentir malament per no fer-ho. Però, realment, és més important que la teua salut?



Me estoy dando cuenta que siento que cuando estoy con mis amigos no me siento capaz de decir todo lo que pienso y acabo aceptando sus opiniones, aunque a mí no me parezcan bien.

Si sientes que te cuesta tomar tus propias decisiones, intenta tomarlas una vez estes en tu casa, sin tener presión de otras personas, puedes pedir que necesitas tiempo para pensártelo. Y sobre todo, tienes que creerte tú mismo que tu opinión vale lo mismo que la del resto y sacar el valor de poder expresar tu opinión de una manera educada.



Ara es pot traure el carnet jove per internet?

Així es. Entra a <https://ivaj.gva.es/va/carnetjove> i segueix les instruccions. Únicament necessites el DNI o NIE en vigor, una adreça vàlida de correu electrònic i tindre instal·lat un lector bàsic de PDF en el dispositiu en el qual vages a descarregar-lo (i/o utilitzar-lo). No és necessari per a la seua tramitació disposar de certificat digital. Ah... i és gratuït!



ixdel'ou #58

+ Info   (673 86 48 12)
 playjove_xabia

Què saps de Xàbia...? 1. Casa privada partida Pinosol 2. Mirador Cala del Pope 3. Escalles pujada final passeig segona Caleta 4. Ermita Sant Sebastià a la partida Granadella 5. Escultura al passeig David Ferrer a l'Arenal 6. Tenda cantó carrer Roques/Sor Maria Gallard

13, 14 i 15 MARÇ XÀBIA 2023

MERCAT DE L'ESTUDIANT

Informació i assessorament personalitzat sobre estudis, formació i eixides professionals.

El Mercat de l'Estudiant t'ajudarà en la teua elecció. Tenim informació de totes les alternatives d'estudis i formació que existeixen, perquè pugues escollir intel·ligentment l'itinerari de formació que desitges per preparar el teu futur professional, i a més a més, et facilitem totes les eines que tens al teu abast si estàs interessat en incorporar-te al mercat laboral.

HORARIS
Dilluns de 8h. a 14h. / Portes obertes de 16:30 a 18:30
Dimarts de 8h. a 15h. / Portes obertes de 16:30 a 18:30
Dimecres de 8h a 14h. / Portes obertes de 16:30 a 18:30

SALA POLIVALENT DEL PORTAL DEL CLOT



Help! Estudis

UNES CLASSES PARTICULARS DIFERENTS I GRATUÏTES

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

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

Play Jove
Plaça Constitució | XÀBIA



GRATIS

T'ajudem a aprovar

Els dimarts desenvolupament de tècniques d'estudi



LASER TAG



PLAZA DE LA CONSTITUCIÓN PLAY JOVE
XÀBIA / 24 DE MARZO / 18:00 - 20:00 HRS
MAS INFO: + 34 670 224 509 www.outdoordeporte.com

PlayJove XÀBIA **OUTDOOR** OCIO Y EVENTOS

PlayJove

TARDE DE PALOMITAS

23 de marzo

Play Jove
Plaça Constitució | XÀBIA

HORARIO
A PARTIR DE LAS 18:00



PlayJove



FIFA 23

EA SPORTS

Divendres 31 de març a partir de les 17.30 h

Play Jove
Plaça Constitució | XÀBIA

info  playjove_xabia