



ix de l'ou

UNA REVISTA JOVE PER A GENT JOVE

Desembre 2015 - Núm. 24



Retoque fotogràfic



Piercings - Tàtoos



TESTE: Higiene personal



A la neu amb MONJOVE



Gustavo Villegas (Àustria)



Ni massa salat ni massa dolç



A l'últim informe del Ministeri d'Educació hi ha algunes conclusions importants a tenir en compte. La primera és que Espanya segueix ocupant el primer lloc en "abandono" escolar (és a dir, gent que no ha acabat la segona etapa de la secundària). El 21% de joves entre 18 i 24 anys està en aquesta situació. Mala cosa... Però també hi ha unes comparatives que ens poden servir. Hi ha una equivalència clara: a major nivell d'estudis, menys nivell d'atur. El nivell d'ocupació augmenta un 13% pel fet de tenir estudis superiors. Són sols números, però cal tenir en compte que ens poden guiar a l'hora de prendre decisions.

Ix de l'ou

Anàlisis: APPS DE FOTOGRAFIA

Tener un "Smartphone" hoy es como tener unas deportivas, por lo tanto todos disponemos de una cámara de fotos a mano en cualquier momento del día para retratar cualquier escena. En este artículo os traemos algunas de las mejores aplicaciones móviles gratuitas para la edición de fotos. Tomad nota.



SNAPSEED – Es la aplicación de Google para el retoque fotográfico. Es totalmente gratuita y esta disponible tanto para Android como para iOS.

Durante muchos años fue la referencia, aunque ahora hay muchas aplicaciones que le han dado caza. Dispone de 20 opciones, entre las que 11 son filtros y 9 herramientas como recortes, pinceles, transformación...



VSCO – Aplicación con un resultado muy equilibrado entre sus opciones de cámara y las de edición, con extras vitaminados a la hora de compartir. Lo mejor es su sencillez, para los que necesiten algo simple para editar. Disponible para Android e iOS de manera totalmente gratuita.



INSTAGRAM – Como ya conoceréis, Instagram es una red social donde se comparten fotografías a las que se añaden filtros. Pues bien, esos filtros constituyen una forma de edición fotográfica de la manera más sencilla posible. Un consejo, después de subir la fotografía, esta se almacena en tu Álbum de Fotos del móvil, y si no deseas que esta foto aparezca en la red puedes eliminarla una vez la tengas guardada.



ADOBE PHOTOSHOP EXPRESS – Se trata de la versión móvil del editor fotográfico más potente para ordenador de la compañía Adobe. Está disponible para ambas plataformas (Android e iOS) y es gratuito. Dispone también de una gran cantidad de efectos y filtros, además de diferentes opciones de edición.



PIXLR EXPRESS – Una de las aplicaciones más completas de retoque fotográfico para móviles, aunque quizá sea algo complicada para usuarios noveles, se trata de una aplicación de las más completas disponibles y con la que podremos conseguir efectos y resultados sorprendentes en cuestión de segundos. Disponible para Android e iOS y es gratuita.



INSTABEAUTY – Sencilísimo programa que permite mejorar *selfies* y editarlos añadiendo fácilmente efectos de imagen que mejoran sobre todo la piel hasta parecer un/a modelo profesional.

IMP: Todas estas aplicaciones son muy interesantes si te gusta hacer fotos, pero deberías tener la precaución de hacerte una copia de seguridad si realmente te las aprecias.

TATUAJES Y "PIERCINGS"



El cuerpo como arte, o eso al menos es lo que pretendemos al hacernos un tatuaje o un "piercing". El "piercing" no es ni más ni menos que perforar la piel. El más extendido entre los jóvenes son los lóbulos de las orejas, pero somos cada vez más arriesgados y ahora se perforan partes impensables hace unos años: ombligo, cejas, labios, pezones,... ¿Y los tatuajes? Son una marca o dibujo en la piel al ponerte tinta o pigmentos bajo la piel.

¿Que debes tener en cuenta antes de hacerte un hacerse un tatuaje o piercing?

Lo primero: la edad mínima legal para poder tatuarse es de 18 años o de 16 siempre que lo hagan con autorización de los padres.

Hacerse un tatuaje es algo permanente y aunque existen distintos métodos para borrarlos, estos no son del todo efectivos, e implican procesos dolorosos y caros, que pueden dejar cicatrices.

También están de moda los tatuajes temporales con "henna", pero debes saber que la henna negra no existe, la que hay se obtiene muchas veces mezclando colorantes prohibidos para uso en la piel. Precaución si decides hacerte estos tatuajes en sitios ambulantes (ferias, paseos,...)

Si quieres hacerte un "piercing", piénsate bien la zona donde vas a ponértelo, y EVITA las zonas más delicadas. Y ojo con lo que te pones a fin de evitar al máximo alergias o rechazo: acero quirúrgico, oro mínimo de 14 quilates o titanio.

Si no se realiza correctamente y no se siguen las medidas profilácticas hay un alto riesgo de contagio de infecciones de la piel, hepatitis B y C, SIDA, tétanos, tuberculosis, queloides (cicatriz protuberante) o alergias. Por eso es **IMPORTANTE** ponerte en manos de un **PROFESIONAL** acreditado que cumpla las medidas higiénicas básicas y la normativa estatal vigente.

IMP: Si no tienes claro hacerte un piercing o un tatuaje, o tienes dudas, **NO** te lo hagas. Tómate tu tiempo.





TEST: Ha passat un porquet?

Què ols quan acabes de fer gimnàstica? Notes quan el teu company de classe ha menjat ceba o alls? I és que a vegades ens oblidem (o tenim "gossers") de la dutxa o no li fem cas al raspall de dents. Si a això afegim que en l'adolescència l'olor corporal és més forta i augmenta la suor, ja pot pensar quin efecte pots tenir entre aquells que s'arrimen a tu si no guardes uns mínims hàbits d'higiene. Vegem com vas d'higiene contestant sí o no... i consultant a la nostra web si tens cura o no de la teua higiene

- Em dutxe dia sí, dia no, per evitar maltractar la pell SI NO
- Em rente els cabells amb xampú quan veig que els tinc bruts SI NO
- Em canvie els mitjons i la roba interior unes quatre vegades a la setmana SI NO
- Sols em netege les dents quan vaig a gitar-me SI NO
- Cada vegada que faig esport em dutxe cos i cabells SI NO
- Les orelles sols necessiten aigua per a netejar-se SI NO
- He de llavar-me les mans cada vegada que vaig a menjar o quan toque alguna cosa com animals, fem,... SI NO
- No tinc costum de netejar-me l'espai de darrere de les orelles SI NO
- No hem d'utilitzar els "bastonets" de cotó per netejar l'oïda SI NO
- Contra l'olor corporal, el millor és posar-me desodorant, com més, millor SI NO
- Sols em talle les ungles quan forade els calcetins o arrape a tot el món sense voler SI NO
- Una correcta higiene és bona per una millor estètica, però també és fonamental per a mantenir una bona salut SI NO



Soluciones:

IMP: Adquirir bons hàbits d'higiene durant la infantesa i l'adolescència és fonamental

CAMPAMENTO DE INVIERNO 2016

DISFRÚTA DE LA NIEVE !

INVIERNO: Del 4 al 6 de Marzo,

3 días, **115€**

INSCRIPCIONES en **MONJOVE** a partir del 1 de diciembre y hasta completar todas las plazas. **NO ESPERES HASTA EL ÚLTIMO DIA**

EDADES

- DE 6 A 21 AÑOS.
- DISTRIBUIDOS POR GRUPOS SEGÚN EL CURSO ESCOLAR .

ACTIVIDADES Y TALLERES

- NIEVE: • ESQUÍ O SNOW • FORFAIT • MATERIAL
- CLASES • RAQUETAS • CONSTRUCCIÓN DE IGLUS
- TALLERES: • TEATRO • MÚSICA • JUEGOS.
- DINÁMICAS DE GRUPO • VELADAS • ETC.

¿QUE INCLUYE ?

- ALOJAMIENTO EN PENSIÓN COMPLETA EN APARTAMENTOS SIERRA DE GÚDAR (TERUEL).
- 2 DÍAS DE ESQUÍ O SNOW.
- MATERIAL.
- CLASES.
- MONITORES E INSTRUCTORES TITULADOS.
- SEGURO DE ACCIDENTES Y RESPONSABILIDAD CIVIL.
- TRANSPORTE INCLUIDO.

TALLER

PILATES PER A JOVES

T'agradaria millorar el teu estat físic? O augmentar la teua flexibilitat?

Si vols conèixer els avantatges del Pilates ara pots inscriure't tu i els teus amics/gues.

Horari: dimarts i dijous de 18 a 19h., del 12 de gener al 22 de març.

Places: 15 jòvens entre 12 i 25 anys. **Preu:** 18€



Monjove
en línia

He discutido con mi madre porque salgo con un amigo y no quiere. Qué puedo hacer?

20:03

Hola, si me dieras una información más concreta podría responderte con más detalle, pero voy a orientarte de un modo más general. En primer lugar es importante que pienses y reflexiones la posible razón de porqué tu madre no quiere que salgas con un amigo. Puede ser que quiera protegerte porque crea que ese amigo no es una persona adecuada para ti o que podría ser una influencia negativa para ti, porque no haya ninguna razón lógica, pero que lo rechaza por su apariencia (es feo, es negro, es pobre, es inmigrante, etc) En el primer caso deberías escuchar con atención las opiniones de tu madre porque está tratando de protegerte y evitarte posibles problemas. en el segundo caso, deberías hablar con ella e intentar hacerle comprender que sus razones no son lógicas y que es más importante el interior de las personas que la apariencia física o la clase social a la que pertenece. Otra posible razón es que los padres siguen viendo a sus hijos como niños, aunque ya son adolescentes o jóvenes y quieren sobreprotegerlos, ven al noviazgo como un posible factor de riesgo y sobre todo para las chicas (posibles embarazos, abusos, maltrato,...). Por lo tanto si quieres que tus padres dejen de verte como una niña, es necesario que tu comportamiento sea el de una persona responsable en la que se puede confiar. Si tu madre puede confiar en ti, le va a ser más fácil aceptar tus decisiones, porque se supone que son decisiones adecuadas. La clave está en que tu madre pueda confiar en ti, pero eso hay que ganárselo y demostrar día a día que eres una persona en la que se puede confiar.

22:19

Le he contado un secreto a mi amiga y esta lo ha chivado a otros!!! Que hago con ella?

11:26

Nota mental: no le digas a una amiga que no cuente nada si tú misma vas contando el "secreto". Y si cuentas algo que afecta a otros, debes ser responsable de los efectos que puedas producir en la vía de los otros. Así que ante la duda, no cuentes secretos que afecten a otros

18:35

Tinc que pasar la ITV i he vist que a Xàbia va vindre a principis de novembre, quan tornarà.

17:07

La ITV mòbil tornarà a Xàbia de l'11 de abril al 5 de maig. Si vols més informació, pots entrar a la web <http://www.circuitv.com/centros/itv-movil.php>

19:03

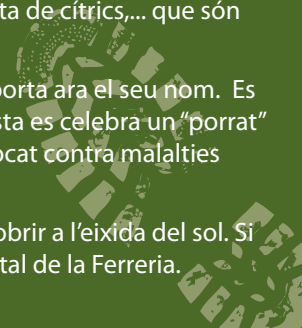


Sabies que:

- L'hivern té els seus propis aliments, que curiosament estan madurs quan més baixes estan les temperatures. Podem trobar aliments com els fruits secs, avellanes, nous o castanyes, o altres fruits cítrics com les taronges, llimes i la resta de cítrics... que són els millors per a les baixes temperatures, constipats, ...

- L'ermita de Santa Llúcia va ser construïda al segle XVI en el tossalet que porta ara el seu nom. Es tracta d'un edifici d'una sol nau i de planta rectangular. Al voltant d'aquesta es celebra un "porrat" el dia 13 de desembre en honor a la santa que des de l'Edat Mitja s'ha invocat contra malalties dels ulls, probablement perquè el seu nom ve relacionat amb la llum.

- Quan la vila de Xàbia estava emmurallada les seues portes es tancaven a les 10 de la nit i es tornaven a obrir a l'eixida del sol. Si algú havia d'entrar o eixir per la nit només li podia obrir un porter encarregat per la vila, i a soles pel portal de la Ferreria.



Xabieros pel món: GUSTAVO Villegas (Àustria)



Sóc Gustavo Villegas i des de fa 3 anys que estic vivint a Viena, la capital Austríaca. Després d'acabar la carrera i fer un màster en música clàssica (flauta travessera), se'm va donar l'oportunitat, fent una prova d'accès, d'accedir a l'acadèmia de l'Òpera estatal de Viena. Em va agradar tant la ciutat i l'ambient musical que s'hi viu allí, que vaig decidir quedar-me i fer un altre master al *Musik und Kunst Privatuniversität der Stadt Wien*.

Adaptació:

Com que Viena és l'única capital del món amb un turisme musical, la quantitat de músics que et pots trobar allí, és innombrable. Els Austríacs són prou oberts a conèixer gent estrangera dins del mateix àmbit, encara que parlant el seu dialecte d'alemany és una mica difícil d'entendre'ls al principi. Els temes burocràtics (banc, pis, empadronament, abonament de metro etc) és molt fàcil ja que ells són organitzats fins a l'obsessió. L'ajuntament promou l'activitat cultural i es fan constantment moltíssimes exposicions, concerts, festivals, lectures, teatre on són els joves els que porten la veu cantant.

Llengua:

Tothom sap que l'alemany no és fàcil d'aprendre ni una llengua que es puga estudiar sol (al menys al principi), però crec que una vegada aplegues a un lloc i tens la necessitat social de parlar-lo, perd tota la seua dificultat. Hi ha molta gent que arriba sabent una mica d'alemany (Hochdeutsch) abans, però a Viena es parla el vienés, una mena de dialecte propi de la capital. Al ser una ciutat en ple centre d'Europa, la quantitat de gent que parla mes llengües que l'alemany es molta així que sempre pots comunicar-te en anglès, italià, fins i tot francès i espanyol com a llengües properes de les nostres.

Menjar:

El més curiós, crec, són sempre els horaris dels àpats diaris, però com ja havia viscut a França no va ser un problema ni un aspecte que em va impressionar en l'arribar. El menjar vienés va nèixer d'una derivació de la gastronomia de l'Imperi Austrohongarès, així que podem trobar influències de cuines hongareses, txeques i jueves sense oblidar l'italiana i la bàvara.

Viena té quasi 1000 cafès on podem trobar una gran varietat de pastissos típics com: *Apfelstrudel* (pastís de poma), *Krapfen* (massa farcida de mermelada), *Palatschinken* (crep vienés) i com no la conegudíssima *Sachertorte* que és el famós pastís de xocolata amb mermelada d'albercoc. No tot és dolç, també hi ha una gran varietat molt llunyana de la nostra gastronomia mediterrània com el *Gulasch*, el *winer Schnitzel* (carn empanada), *tafelspitz* (bullit de carn de vedella) sense oblidar les tipiques saltxixes com a Alemanya.

El temps:

Crec que va ser el que més em va sobtar ja que les hores de sol són molt poques i es fa de nit sobre les 16h en època d'hivern. Per anar de vacances la millor època és entre els mesos d'abril i octubre ja que la temperatura es prou agradable, a partir de novembre fins gener la ciutat es vesteix de llums per tot arreu i juntament amb els mercats de nadal podem trobar una estampa típica de l'Advent Austríac. Com acabar sense parlar de la millor època pels amants de l'èsquí? Doncs és entre desembre i març i les estacions més conegudes són: Sölden, Hintertuxer Gletscher, Stubaler Gletscher (totes 3 al Tirol) i Kitzsteinhorn Kaprun la trobem prop de Salzburg entre d'altres.



Crec que el pitjor de la ciutat és la poca llum en època d'hivern, esperar setmanes a trobar un dia amb sol és una sensació molt rara. Venint d'Espanya on sempre podem trobar un bar obert, ambient o tradició de anar a fer-se alguna coses cada dia és molt normal, a Viena a vegades és difícil de trobar, fins i tot, gent pel carrer. ❌

Viena al ser una ciutat estratègicament situada, té una facilitat enorme per planejar viatges a països a prop com: Eslovàquia, República Txeca, Polònia, Croàcia, Eslovènia, Itàlia. Hi ha ofertes per a joves en els que un bitllet de tren o bus pot ser molt barat! ✅



Idioma: Alemany
Població: 8,5 milions d'hab.
Superfície: 83.871 km²
Ciutats: Viena, Salzburgo, Innsbruck
És coneguda per: És coneguda per ser el país de la música clàssica, per l'èsquí Alpi, per Arnold Swarzenegger, el Tirol, Sissi Emperatriu, Mozart, tarta Sacher, Danubi.



Nadal Jove Nadal Esport

- ZONA D' AVENTURA
- ZONA VIDEO-GAMES
- DANCE JUNIOR
- TALLERS
- ZONA ESPORTIVA

27, 28, 29 I 30 DE DESEMBRE
DE 16.30 A 20.30H.



recomanacions
musicals
desembre



"LAURA PAUSINI" "Similares" es el título del duodécimo álbum de la italiana. Laura Pausini en versión italiano.



ONE DIRECTION "Made in the A.M." quinto álbum de la boy band británica-irlandesa, el primero tras la salida del grupo de Zayn Malik

NOVETATS de desembre

COLDPLAY

"A head full of dreams", séptimo álbum del grupo británico de pop-rock formado en 1996



"MALÚ"

"Caos", título del nuevo álbum de la artista madrileña que sale a la venta en diciembre.



"OROZCO" "Destino", título que da nombre a su último álbum, incluye su último éxito "Hoy será".



"RIHANNA" "Anti", es el octavo álbum de estudio de Rihanna a la venta el 18 de diciembre.



"ENYA" "Dark sky island", octavo álbum de estudio de la reconocida cantante Enya, para los amantes de la buena música.

Video Game Pizza Party

XBOX 360 i WII



+



Dissabte, 12 de Desembre de 2015

MONJOVE Casa de Cultura
Des de les 11,00 a les 20,30 h
Inscripció gratuïta

Et convidem a pizza!!
Més de 8 hores de videojocs sense parar!



"JUSTIN BIEBER" "Purpose", cuarto álbum del cantante en varios formatos, CD estándar, CD deluxe con 18 canciones, en vinilo y super deluxe-box, edición limitada



IX DE L'OU VA AL CINE

ESTRENES DESEMBRE 2015

Si t'agrada el cine i tens entre 12 i 18 anys, aquest mes tens una oferta especial. Al Cinema Jayan de Duanes l'entrada et costarà **2€ menys** a les sessions següents:

6 de desembre a les 18.00 h. El Viaje de Arno

20 de desembre a les 17.00 h. StarWars: el despertar de la fuerza

13 de desembre a les 18.00 h. Truman

Sols has de mostrar el DNI i dir-li la paraula secreta "Ix de l'ou" al taquiller.



Desembre 6 a les 18 h.

EL VIAJE DE ARNO

EEUU, 100' animació

L'última meravella de Pixar sobre un món alternatiu on humans i dinosaures viuen junts. Una història que ens diu que l'amistat no té fronteres.



Desembre 13 a les 18 h.

TRUMAN

Espanya, 108' comèdia-drama

L'amistat torna a ser el tema de la pel·lícula d'aquesta setmana. Amb un missatge: la importància dels amics en els moments difícils de la vida.



Desembre, 20 a les 17 h.

STAR WARS: EL DESPERTAR DE LA FUERZA

EEUU, 135', ciència ficció

L'esperadíssima setena entrega d'una de les sagues més taquilleres de la història del cine. Han Solo, Leia i Chewbaka contra el costat fosc de la força...



Consells útils: NI MASSA SALAT NI MASSA DOLÇ

Cada vegada mengem més sal. I que dir del sucre, llepolies, "bolleria", pastissos, Però tant la sal com el sucre són perjudicials per a la salut i es poden evitar moltes malalties futures fent un consum més responsable. Ací tens un consells per reduir el consum i fer el teu menjar MÉS saludable:

Evita comprar suc de fruita, iogurts de fruita o beguda de fruita". Tots tenen poc de suc i molt de sucre. Si vols **sucs de fruita**, fes-te'ls tu. No hi ha comparació!!!

Evita en els esmorzars o berenars la "bolleria industrial" (ja saps, això que va empaquetat: pastissos, galetes, "bollicaos", croissants,...) i substitueix-la per **entrepans, fruita**,...

Sempre que pugues, consumeix **aliments frescs**. Els congelats tenen major proporció de sal i, a banda, es perden propietats.

La majoria de **refrescs** tenen una gran proporció de sucres, sobretot els que tenen gas, i els que més: les begudes "energètiques". NO oblidis que l'aigua és la millor opció si tens set.

Les **salses** tenen habitualment molta sal. Si vas a menjar fora i demanes peix o carn, demana la salsa a banda i posa't sols la justa.

Un bon hàbit és començar a mirar les **etiquetes** dels productes que consumim. Aprèn a interpretar-les mirant molt de sucre o sal té allò que consumeixes.

Si comences a fer alguna cosa en la cuina, no afegeixques **la sal** fins que el plat no estiga acabat o substitueix la sal per altres espècies...

CONSELL: el gust per la sal S'ADQUIREIX. Si ara afavorim els aliments menys salats, de majors elegirem també els aliments amb menys sal.



Soluciones:

Si quieres enviarnos sugerencias, algún escrito de colaboración o simplemente darnos tu opinión, envíanos un e-mail a: monjove@monjove.net

Busca els ouets i encerta la paraula secreta: *Esperem que no tingues l'1 de gener...*



Tot el que t'interessa i més a: www.monjove.net



www.imprentabotella.com