

# BIG BANG TACÓN

Revista Digital Centro Joven El Tacón

Nº 27



## BIG BANG TACÓN

Tu revista digital del Centro Joven El Tacón,  
con vuestros artículos y las actividades que  
más te interesan.  
¡No te lo pierdas!

Big Bang Tacón todos los cuatrimestres en tu  
correo electrónico

# CONTENIDO



Lo que hemos hecho	2
Lo que vamos a hacer	3
FARO	4
Día de la infancia	5
San Mateo en El Tacón	6

Novedades	7
Para Jóvenes	8
Para Padres	10
Participa	12
Contacto	12



## EQUIPO DE REDACCIÓN



Equipo de redacción de este número:

María Fernández, Muhaimin Iddrisu, Sikander Hayat, Aba Diallo y Jorge Martínez y el equipo de monitores del Centro Joven El Tacón.

Esperamos que en el próximo número aparezca tu nombre.

# LO QUE HEMOS HECHO



Workout



Barro

Calendario  
Permanente



Día Diversidad  
Cultural



Hama Beads



Have Fun

Estampación Matea



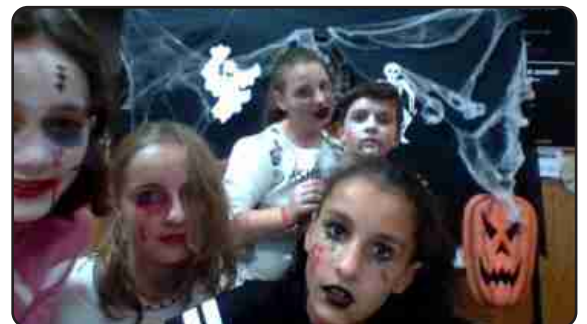
Recicla  
teclados



Master Chef



Halloween



# LO QUE VAMOS A HACER



## humor amarillo

El día 28 por la tarde nos juntaremos los tres Centros Jóvenes para disfrutar de la actividad de Humor Amarillo. Nuevos retos y aventuras en este pabellón lleno de hinchables, que nos harán pasar una tarde increíble con los amigos. Te atreves a participar?? Ya estan abiertos los plazos de inscripción. Cuota:1€



## PIN de Vitoria

Ven a pasar el día 3 de enero a Vitoria con los Centros Jóvenes. En el parque encontraremos además de la zona de aventura habrá un toro mecánico, pruebas de tiro con arco, un scalextric grupal, un simulador de Fórmula 1, hinchables, un circuito de segway, un túnel de viento y -entre otros- un cine móvil de 7D. Te lo vas a perder ??? Ya están abiertos los plazos de inscripción.



## Pista de Hielo

El día 27 de diciembre los Centros Jóvenes pasaremos una divertida tarde patinando en la Pista de Hielo de Lobete. Si estáis interesados, no lo dudéis y pasaos por los Centros. Los plazos de inscripción del 20 al 26 de diciembre. A deslizarrrrrrse!! Ya estan abiertos los plazos de inscripción. Pregunta en tu Centro Joven. Cuota:1€



## Matinal de cine

Este año la actividad de Acampada para los socios de más de 14 años será en septiembre. Miércoles 7 y martes 8. Disfruta de los últimos coletazos del verano antes de comenzar el curso y apuntáte a unos días de aventura. Pásate por el Centro Joven e infórmate.



## SPA & Burbujas

Ven y Relajarte con los Centros Jóvenes en el Spa. El día 29 nos juntaremos por la mañana para disfrutar de las piscinas de burbujas, fuente de hielo y duchas de chorros. Pásate y apúntante. Ya están abiertos los plazos de inscripción. Pregunta en tu Centro Joven. Cuota:1€



## Escápate del Tacón

Vive una aventura en el Centro Joven El Tacón. Tu y tu grupo sereis encerrados en una sala y vuestra misión consistirá en escapar de ella. Siempre con una historia y ambientación de fondo. Tratad de escapar de una habitación resolviendo enigmas y descifrando códigos. ¡¡Y TODO ELLO EN 60 MINUTOS!! Forma un equipo de hasta 5 personas y vive una mañana llena de misterio en el Centro Joven. Será el próximo martes 27 de diciembre a las 12h.

## ¡IMPORTANTE!

Del 26 de diciembre de 2016 al 5 de enero de 2017 nuestro horario cambia:

De lunes a viernes de 12h a 14h y de 17:30h a 20:30h



# niños con cáncer

La Rioja

## faro



Existen y viven entre nosotros un grupo de niños y adolescentes que tras un aspecto frágil y sereno esconden su identidad de superhéroes... '85 y de los buenos.

Desde muy pequeños han aprendido a luchar con un enemigo muy fuerte llamado cáncer, les cuesta mucho esfuerzo pero casi siempre consiguen vencerle.

Ellos nos enseñan cómo se mantienen fuertes, creciendo, luchando y demostrando al mundo que para ellos la vida es una gran aventura.

En FARO conocemos su identidad y para ayudarles en su lucha diaria ponemos todo nuestro esfuerzo; en nuestra asociación también tenemos una misión y es

“mejorar su calidad de vida”. Trabajamos promoviendo la protección y el cuidado de los niños y sus familias en los aspectos sociales, económicos, psicológicos y educativos. Contamos con servicios de información y asesoramiento, divulgación y sensibilización, grupos de apoyo guiados por un psicólogo y teléfono de apoyo 24 h., programa de formación de pediatras y enfermeras de pediatría, búsqueda e investigación de recursos psicológicos, sociales, educativos y sanitarios, y coordinación con otras asociaciones en la generación de recursos.

Para seguir adelante con su esfuerzo nuestros superhéroes necesitan que desde todos los ámbitos de la sociedad se les apoye y ayude, incondicionalmente y con un gran compromiso.

Durante el mes de Septiembre para concienciar y sensibilizar a la población riojana sobre el cáncer infantil, se puso en marcha desde FARO la campaña intencional “Enciende la Esperanza”. Además de iluminar nuestros edificios y colgar lazos dorados en las instituciones, ayudados por chicos y chicas de los Centros Jóvenes de Logroño, difundimos nuestra labor y nuestras reivindicaciones.

Contar con la inestimable ayuda y la solidaridad de tantos voluntarios de todas las edades, supone que cada vez hay más personas capaces de salir de su propia existencia y fijarse en el valor y esfuerzo que supone cada día a nuestros niños, adolescentes y a sus familias. seguiremos



“Iluminando sonrisas”

# DÍA DE LA INFANCIA



El 18 de noviembre celebramos en la plaza Fermín Gurbindo el Día de la Infancia, aunque es el 20 de noviembre lo conmemoramos otro día porque era domingo. Muchas de las asociaciones del barrio entre las que estaba el Centro Joven se juntaron para poder realizar un montón de actividades.

Durante toda la tarde hubo juegos en la plaza, aunque eran para todos, participaron los niños más pequeños del barrio. También hubo música todo el rato. Nosotros estuvimos pasando por varios talleres. Había uno de chapas, pudimos hacernos un par de ellas era muy fácil. También había

unas chicas haciendo tatuajes de henna, los hacían muy bien y quedaban muy chulos.

En otro lugar de la plaza había talleres de circo. Pudimos andar por una cinta elevada haciendo equilibrios, malabares, cariocas, diábolos... Ya habíamos hecho alguna vez esas actividades pero son muy divertidas y repetimos. Unos chicos cantaron rap y otros estaban jugando al críquet.



También escribimos mensajes positivos en unas maletas de cartón en apoyo a los niños refugiados y a todos los niños en general porque era el Día de la Infancia. También entre varios de los que estábamos esa tarde por allí leyeron una carta a favor de los derechos de la Infancia y varios de los derechos.

Después El Tacón repartió chocolate caliente y bizcochos, hubo muchísima gente y la fila parecía que no se acabara nunca. Estaba muy bueno y calentito apetecía mucho. Para los mayores también había té. Mientras tomábamos el chocolate hubo un espectáculo de malabares con fuego que estuvieron muy bien.

La tarde fue muy divertida porque había muchas cosas y el chocolatito del Tacón... lo mejor.



María Fernández y Jorge Martínez

## DEGUSTACIONES MATEAS EN EL TACÓN



Hay tradiciones que no deben perderse y las degustaciones mateas del Centro Joven El Tacón es una de ellas.

Como todos los años las mañanas de San Mateo del Tacón se llenan de olores agradables y de mejores sabores. Nos gusta pasarnos por las mañanas para preparar el pincho del día y degustarlo con nuestros amigos. Aunque hay otras degustaciones en las fiestas, ninguna como las del Tacón.

La que más nos gusta es la de los champis que está todos los años y la que seguro que no me pierdo, aunque este año no nos hemos perdido ninguna. La verdad es que la salsita que le echamos está buenísima.

Otro día hemos hecho zapatillas de jamón o de queso según el gusto y con un pan tostado untado con tomate que hace que apetezca aún más. Las patatas bravas es otro pincho que también nos gusta mucho aunque a algunos con picante y a otros sin él, pero como lo hacemos nosotros, cada uno puede preparárselo como quiera.

El último día probamos un pincho que era nuevo para nosotros, "rabas de huerta". Son diferentes verduras cortadas en tiras y fritas. Al principio no queríamos probar porque las verduras no nos gustan mucho y no queríamos probar. Pero cuando lo hicimos.... estaban riquísimas no podíamos parar de comer.

Aunque hay otras actividades durante las fiestas, estas son las que más nos gustan. Espero que sigan haciendo todas estas degustaciones todos los años, por nuestra parte procuraremos no perdernos ninguna.

¡¡Viva San Mateo 2017!!!



# NOVEDADES

Con la llegada del fin de año tenemos novedades en el Centro Joven el Tacón en cuanto a DVDs, libros, juegos de mesa y videojuegos. Aquí tenéis una muestra pero hay mucho más así que pásate por el Centro y descúbrelas.



**DVDs**  
 "Sinsajo. Parte II",  
 "Capitán América Civil War",  
 "X-men apocalipsis",  
 "Batman vs Superman"...  
 Acércate y descubre cuántos más.



**VIDEOJUEGOS**  
 Tenemos nueva videoconsola la PS4 con el "FIFA 17", "Lego Star Wars" entre otros. Ven y descúbrelos.



## JUEGOS DE MESA

Entre otros hemos adquirido, "Pictureka", "Código Secreto", "Timeline", "Fantasma Blitz"...



## LIBROS

Entre otros muchos ahora tenemos: "Harry Potter y el legado maldito", "La lección de August", "Una llama entre cenizas" y comenzamos una saga que estabais pidiendo "La reina Roja" y "La espada de Cristal".



## PEDIR PERDÓN

María volcó un refresco en el vestido que le prestó su amiga. Jesús tuiteó una foto de cuando Manuel se tropezó con el bolso de la chica que le gustaba y aterrizó en su regazo. A Sofía se le cayó el plato favorito de su madre, y luego respondió gritándole a su madre porque estaba muy enfadada por su error.

Todos nos equivocamos. Somos humanos y no siempre es fácil llevarse bien con todo el mundo todo el tiempo. A veces herimos los sentimientos de la gente sin querer. A veces somos deliberadamente malos con alguien y después nos sentimos mal. Así que pedimos disculpas.

Una disculpa le dice a alguien que lamentamos el daño que causamos, por más que no lo hayamos hecho a propósito. Es una forma de decir que somos conscientes de lo que hicimos y que trataremos de ser mejor en el futuro.



¿Por qué disculparse?

Las disculpas son una de las herramientas que utilizamos para construir buenas amistades y relaciones. Cuando dices "lo siento" (y realmente lo sientes), es porque probablemente te sientes mal de que algo que hiciste o dijiste le hizo daño a otra persona. Decir que lo sientes es más que solo palabras. También estás diciendo que respetas a la otra persona y te preocupas por sus sentimientos. Disculparse muestra que tienes empatía.

Después de disculparte, puede que te sientas un poco mejor. Probablemente la otra persona también. Cuando te disculpas de una manera amable, puedes sentirte bien, ya que estás intentando arreglar las cosas.

¿Cómo suenan las disculpas?

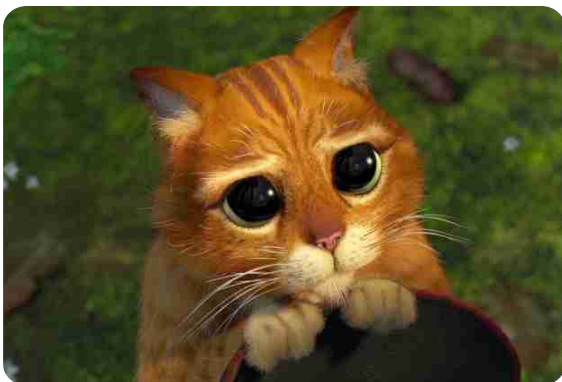
Hay muchas maneras de pedir disculpas. Aquí van algunos ejemplos:

- "Perdón por aquello que te dije".
- "Siento haber perdido tu libro".
- "Estaba enfadado, pero no debería haberte insultado. Lo siento".
- "Siento haber herido tus sentimientos".
- "Perdón por haberte gritado".
- "Realmente siento haberte empujado cuando estaba enojado. Estuvo mal. No volveré a hacerlo".

¿Cuándo debes disculparte?

Si alguien está enojado o se siente herido por algo que hiciste, vas a querer arreglar las cosas. Aquí van algunos momentos en los que una disculpa puede hacer la diferencia:

- Si heriste o te burlaste de alguien, incluso si no lo hiciste a propósito.
- Si perdiste o rompiste algo que le pertenecía a otra persona.
- Si hiciste algo que sabías que estaba mal, como decir una mentira o romper una norma a propósito.
- Si no hiciste algo que tenías que hacer, como mantener una promesa o volver a la hora indicada.



Todos tienen que pedir disculpas (incluso los adultos) cuando hacen algo mal. Al hacer lo correcto y decir "lo siento", los padres y otros adultos dan el ejemplo. Así es como los niños aprenden a pedir disculpas cuando deben hacerlo.

¿Disculparse lo arregla todo?

A veces, un "lo siento" sincero arregla todo de inmediato. Otras veces, puede ser que tome un tiempo para que alguien pueda superar los sentimientos de enojo. Tal vez la persona necesite algo de tiempo. Incluso después de decir que lo sientes, es posible que todavía te sientas mal por lo que dijiste o hiciste, pero puedes sentirte bien por disculparte, arreglar el error, o decidir actuar de mejor manera.

¿Qué pasa si te han hecho daño?

Cuando alguien te pide disculpas, puedes recibir las y estar dispuesto a perdonarlo por lo que haya pasado y seguir adelante. O puede que no tengas ganas de volver a ser amigo de esa persona de inmediato. Si alguien sigue haciéndote daño y pidiéndote perdón sin hacer un esfuerzo para cambiar, es probable que no quieras pasar más tiempo con esa persona.

Solo porque alguien te pide disculpas no significa que tengas que ser su amigo. Es de buena educación aceptar y reconocer una disculpa, pero cualquier cosa más allá de eso depende de ti.



Revisado por D'ArcyLyness, Ph-d en abril de 2015 y recogido en:

<https://kidshealth.org/es/teens/apologies-esp.html?WT.ac=ctg#catgood-friends-esp>



# ¡CUIDADO! LLEGA LA HIPERPATERNIDAD

Los expertos alertan: los niños de hoy son víctimas de una nueva epidemia de sobreprotección que les impide ser autónomos y les hace frágiles



Si usted carga con las mochilas de sus hijos en cuanto salen del colegio, ¡cuidado!, podría entrar dentro una nueva categoría: los hiperpadres, temidos por maestros y pedagogos, que organizan hasta el último detalle de las vidas de sus hijos y no les dan opciones para valerse por sí mismos.

Pero, además del pequeño detalle de la mochila, ¿cómo reconocer si formamos parte de ese grupo? La periodista Eva Millet lo define perfectamente en su último libro: los hiperpadres hablan en plural cuando se refieren a las cosas de sus hijos («hoy tenemos examen de matemáticas»), están obsesionados con

que reciban la mejor educación (a poder ser, precozmente) en el mejor colegio o universidad, discuten constantemente las posiciones de maestros y entrenadores, planean numerosas actividades extraescolares y, sin embargo, no permiten que sus hijos participen en las tareas de la casa ni asuman obligaciones básicas como hacerse la cama o poner la mesa.

## Padres mayordomos

Son padres que ejercen de chóferes, entrenadores, guardaespaldas, profesores particulares y mayordomos... en resumen: estresados, que acaban criando hijos agobiados que crecen incapacitados por exceso de protección. Las causas, según explica el experto Carl Honoré en el libro, pueden buscarse en la «tormenta perfecta en la que intervienen la globalización y un aumento de competencia que, unidos a la inseguridad cada vez mayor en los lugares de trabajo, nos han hecho más ansiosos respecto a preparar a nuestros hijos para la vida adulta». En resumen: «hoy queremos dientes perfectos, un cuerpo perfecto, las vacaciones y la casa perfecta y, obviamente, los niños perfectos para completar el cuadro». A esto hay que sumar el estrés del estilo de vida que nos han impuesto, que transmitimos a nuestros hijos con ese omnipresente «¡corre!» que nos persigue sin descanso y hace que, como explica la pedagoga Cristina Gutiérrez Lestón, «toda esta falta de tiempo y de espacio para 'ser' genere una serie de carencias emocionales en muchos niños y niñas, que no saben desenvolverse en un grupo de gente. Se sienten débiles y con un montón de miedos». La conclusión, aseguran, es preocupante: tal vez estemos criando la generación más frágil e insegura de la historia», lo que para Gregorio Luri, filósofo y pedagogo, debería hacernos pensar que, ante todo, los niños necesitan unos padres relajados. «Es un derecho de la infancia», asegura.

## Por dónde empiezo

A pesar de la alarma, el panorama tiene solución. El camino a seguir se llama underparenting, o, en otras palabras, hacerles menos caso a los hijos. ¿Y cómo se hace eso? La experta propone en el libro algunas claves para poder empezar, que comienzan, otra vez, con la mochila. «Usted no ha de cargar por sistema con sus cosas. Parece una nimiedad, pero que carguen ellos con su mochila es una forma efectiva de educar la responsabilidad».



También sugiere que no se les permita a los niños interrumpir las conversaciones, y que no les preguntemos sistemáticamente todo (desde qué quiere comer hasta qué medicamento prefiere tomarse para la fiebre). La línea a seguir se define como «sana desatención», sin anticipar todo tipo de contratiempos ni pasarse el día alrededor de los niños para intervenir a la mínima de cambio. En la lista de recomendaciones se incluyen otras muy curiosas y concretas, como la de no hablar en plural o no pasarse el día colgando fotos de los hijos en las redes sociales. «Esta avalancha, no solo está consiguiendo matar la espontaneidad infantil, sino también crear pequeños narcisos».



Otro aspecto importante es el de la educación. Aquí la experta es clara: «la educación no consiste solamente en adquirir títulos (). Que su hijo o hija sean capaces de dar las gracias y de encajar una frustración es también parte fundamental de su formación». Es importante, además, no interferir demasiado en las decisiones del colegio e intentar que el niño aprenda a asumir sus propios errores.

## Relájense, sin miedo

Pero ¿qué es lo que nos impide soltar a nuestros hijos de la mano? ¿por qué los sobreprotegemos hasta rozar muchas veces el ridículo? Pues algo tan humano como el miedo. «Miedo a equivocarnos -explica la autora-. A decirles «no». A traumatizarlos. A o darles todo lo que consideramos que se merecen. A no conseguir que sean felices. A que sufran. Incluso a no conseguir esos hijos perfectos que parece que hoy todos hemos de tener». La receta para superarlo es relajarse, y disfrutar de ser padres, para que también ellos disfruten de ser hijos. «Mi consejo es que sean afectuosos con sus hijos, que estén con ellos cuando lo necesiten pero no encima de ellos todo el día. Que no se pongan nerviosos porque el hijo del vecino esté aprendiendo chino y, según sus padres, sea una criatura rayana a la perfección». Hay que decir no, exigirles que colaboren y también «decirles que les queremos, pero que ello no equivale a que tengan una serie de derechos adquiridos, ni sobre ustedes ni sobre el resto del mundo».

Artículo de Marta Otero 21 de marzo de 2016 para “La Voz de Galicia” recogido en: <http://www.lavozdegalicia.es/noticia/extravozok/2016/03/17/bien-hijos-dejelos-paz/00031458215861364177852.htm>

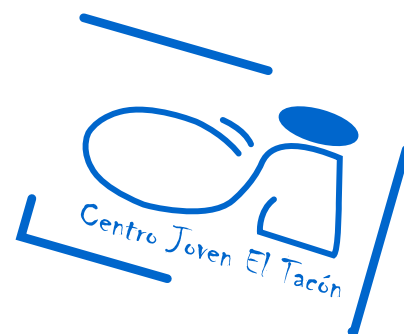


# PARTICIPA

- Si quieres ayudar en la edición de la revista porque
- ...piensas que a la revista le falta tu toque especial
- ...crees que contigo los próximos números pueden ser la bomba
- ...quieres escribir sobre algo que te interese
- ...tienes un blog que quieres compartir
- ...quieres hacer tu propia sección en la revista
- ...quieres hacer tu sugerencia
- O .....

No lo dudes y pásate por El Tacón, te estamos esperando, estamos seguros que con tu ayuda los próximos números de la revista serán mejores.

Si lo que quieres hacer cualquier consulta, aportación, sugerencia o crítica al Centro Joven, también estamos para eso, estaremos encantados de escuchar lo que tengas que decir.



## C. J. El Tacón

Plaza Fermín Gurbindo nº8  
941 244 600  
cjtacon@logro-o.org

Síguenos en:

