

BIG BANG TACÓN

OTOÑO 2013

Bienvenido a la XVII edición de la revista digital del Centro Joven EL Tacón, "Big Bang Tacón".

En ella descubrirás todo aquello que está pasando en el Centro. En este número vas a encontrar un especial sobre las fiestas del barrio y una crónica especial sobre San Mateo, y tendremos, como siempre, una selección de actividades para el otoño. Los artículos más interesantes para jóvenes y para padres. También podrás ver a nuestros artistas en la sección express-arte.

¡No te lo pierdas!

Te recordamos que encontrarás un nuevo número de la revista en tu correo electrónico, o en las webs www.centrosjovenes-lojooven.es y en www.lojooven.es cada trimestre.

CONTENIDO

LO QUE HEMOS HECHO 2

LO QUE VAMOS A HACER 3

FIESTAS DEL BARRIO 4

ESPECIAL SAN MATEO 6

EXPRESS-ARTE 7

PARA JÓVENES 8

PARA PADRES 10

PARTICIPA 11

EQUIPO DE REDACCIÓN 11



LO QUE HEMOS HECHO



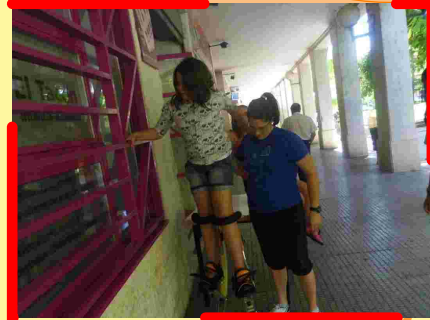
Cocina con frutas



Cariocas



Acualar



Zancos



Federación Riojana de
Tenis de Mesa



Tacón Maps



Paellada



Inglés con Nativo



Express-arte



Portada de Revista

LO QUE VAMOS A HACER

SIN SALIR DEL CENTRO

Ocioreporteros:

Apúntate a esta actividad en la que realizamos cada trimestre esta revista. Elige los artículos que más te interesan, crea secciones nuevas... es TU revista.



DxT:

Como todos los cursos, los viernes por la tarde tenemos un espacio reservado para poder practicar tu deporte favorito. Pásate todos los

viernes por el Centro y participa.



Apoyo al Estudio:
A partir de octubre y de martes a jueves, vuelves a tener en el Centro un sitio donde estudiar y hacer tus deberes. Además en noviembre, y como ocurrió en años pasados, El Tacón colabora en la Olimpiada Solidaria de Estudio promovida por Coopera ONGD, donde cada hora de estudio se convierte en dinero destinado a proyectos de educación en el tercer mundo.

Apps:

Durante el mes de noviembre descubriremos diferentes tipos de aplicaciones para tablets y smartphones. Pásate por el Centro todos los viernes de noviembre.



Fin de semana de Halloween en Nieva:

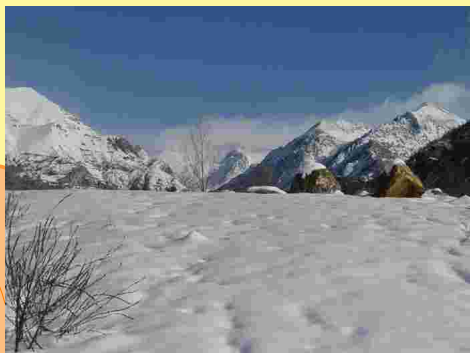


Pasa un fin de semana de miedo en Nieva de Cameros con todos los Centros Jóvenes. Serán los días 26 y 27 de octubre, no lo dejes pasar. La cuota de esta actividad es de 6€. ¡Plazas limitadas!

FUERA DEL CENTRO

Geocaching:

Demuestra tus dotes de aventurero con esta actividad de orientación. No dejes escapar esta fantástica actividad. Será el domingo 17 de noviembre y es gratuita. ¡Plazas limitadas!



Excursión a la Nieve:

En diciembre nos vamos a la nieve. Una fantástica excursión para pasar el día en compañía de todos los Centros Jóvenes. Será el domingo 15 de diciembre. La cuota de la actividad es de 3€. ¡Plazas limitadas!

HORARIO

Recuerda que volvemos a nuestro horario habitual:

De martes a jueves de 17:30h a 20:30h

Viernes de 17:30h a 21:30h

Sábados de 12:00h a 14:00h y de 17.30h a 21:30h

ESPECIAL FIESTAS DEL BARRIO

Como todos los años llegaron las fiestas del Barrio de Madre de Dios, y como siempre el Centro Joven El Tacón colabora con la Asociación de Vecinos en la preparación de actividades que dan el pistoletazo de salida a las fiestas..

El viernes 6 de septiembre el Centro Joven se hizo cargo de diversas actividades para todas las edades, que se realizaron en la plaza Fermín Gurbindo

Se hizo un torneo de pin-pon en el que podían participar todos aquellos jóvenes que lo desearan, tanto si eran socios del Centro como si no. Tras el éxito del año anterior, se realizaron juegos con paracaídas para los niños más pequeños que se acercaron a la plaza. Después del torneo y los juegos en los que participó un gran número de chavales, hubo una chocolatada para todo el barrio, en la que se repartieron más de 250 vasos de chocolate con bizcochos, estos últimos obsequiados como cada año, por la Pastelería San Millán .

Desde el Centro Joven damos las gracias a aquellos socios que desinteresadamente colaboraron en la preparación de los juegos, la elaboración y reparto de la chocolatada. En esta ocasión ha sido el grupo de mayores el que estuvo ayudando en todo momento y que nos deja aquí su pequeña crónica.

El Centro Joven EL Tacón es nuestro punto de encuentro desde hace muchos años y colaboramos en todas aquellas actividades que podemos. La Fiestas del Barrio son una de las que más nos gusta porque estamos en nuestro barrio y conocemos a la mayoría de la gente que viene a participar.

Este año hemos colaborado en la organización de los juegos, hemos estado pendientes de los turnos y emparejamientos en el torneo de ping-pong y también haciendo de árbitro para que no hubiese ningún problema. Hubo muchos participantes entre gente del Centro y chavales del barrio. Se jugaron muchos partidos hasta llegar a la gran final.

Otros estuvimos con los más pequeños del barrio haciendo juegos con paracaídas. Participaron los niños que estaban por la plaza, y algunos a los que les daba un poco de vergüenza, participaron con sus padres. Fue un rato muy divertido con tantos niños que casi no cabían alrededor del paracaídas.

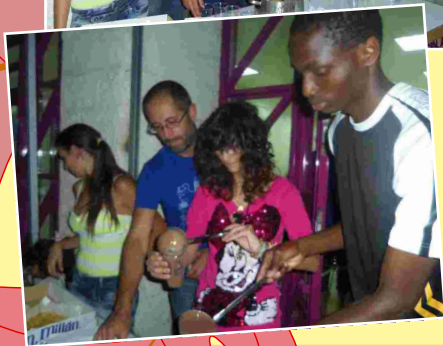
En el Centro, mientras se estaban realizando los juegos en el medio de la plaza, empezamos a preparar el chocolate y recogimos las sobadas de la panadería, para tenerlo todo listo para cuando terminasen los demás. Para las 18:30 ya empezaba a acumularse gente en la mesa donde íbamos a repartir el chocolate, aunque como siempre, dimos prioridad a los niños que habían participado en los juegos. Hubo chocolate suficiente para todos, la fila era larguísima y llegaba hasta el final de los portales. Dimos muchos chocolates y repartimos todas las sobadas y también estuvimos pendientes de que se respetasen los turnos y no se colara nadie.

Tras más de una hora repartiendo chocolate y viendo que amenazaba tormenta, la gente se fue yendo y pudimos recoger la carpa y la mesa. Mientras compartíamos con los monitores del Centro un chocolate tranquilamente en el Tacón vimos como caía una granizada espectacular. Menos mal que ya habíamos terminado y recogimos justo a tiempo.

Aunque a que algunos de nosotros ya no vamos tan asiduamente al Tacón, nos gusta seguir en contacto con ellos y colaborar en lo que podamos. Con toda seguridad el año que viene repetiremos.

Omar, Rosario, Valvanera y Asier

ESPECIAL FIESTAS DEL BARRIO



ESPECIAL CRÓNICA MATEA

SAN MATEO EN EL TACÓN



Durante los días de San Mateo, el Tacón ha tenido como siempre una programación especial para los socios del Centro. Con talleres manuales y degustaciones variadas.

Por las mañanas los asistentes han podido degustar algunos de los pinchos más tradicionales en el Centro durante este periodo, Champis, Patatas Bravas y Zapatillas Riojanas. Por las tardes han hecho varios talleres y una fantástica sesión de baile.

Tras las fiestas se ha preguntado a los socios cómo las han pasado y estas son algunas de las cosas que nos han contado. □

“Nos lo hemos pasado muy bien. Por las mañanas hemos estado en la vaquillas y después nos pasábamos por el Tacón para las degustaciones. Estuvieron todas muy ricas. Estuvimos en el chupinazo y fue muy divertido con el DJ que hubo después. Hermoso estado en varios de los conciertos y también hemos bajado a las barracas y nos hemos montado en la mayoría de las cosas, este fin de semana volveremos a ir porque todavía están.” - Goita y Victoria.



“Yo he estado en casi todos los sitios. Fui al chupinazo, he ido a la feria dos veces y me he comprado varias cosas en los puestos. Los fuegos han estado geniales sobre todo los del segundo día, los fuegos artificiales es lo que más me gusta. A las vaquillas solo he podido bajar un día pero me lo pasé muy bien. Me encantan los sanmateos y estoy deseando que lleguen los del año pasado.” - Dani.



“Este año, como había menos días, he aprovechado más cada día. Así que he acabado agotada. He intentado no perderme nada. He ido a los fuegos, al chupinazo, a los conciertos, a las vaquillas, a las barracas, a los puestos e incluso me ha dado tiempo de participar en alguna de las actividades del Centro Joven” - Rosa.

EXPRESS-ARTE

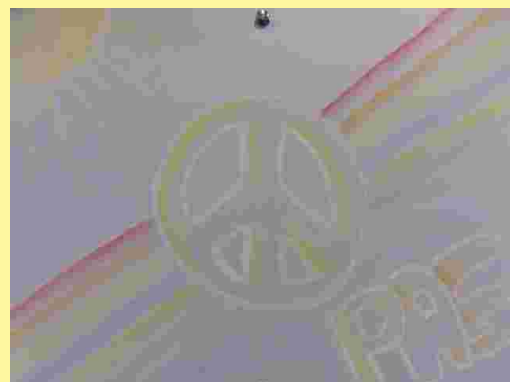
Express-arte es una nueva actividad que se desarrolla en el Centro Joven y en la que los socios nos dan muestra de su creatividad de forma express. En estos meses han participado en las modalidades de pintura de dedos y dibujos con tiza. Estas son algunas de las obras de arte y los ganadores.

PINTURA DE DEDOS



Primer Premio:
Fátima

DIBUJOS CON TIZA



Primer Premio:
Elvira

CIBERBULLYING



¿Qué es el Cyberbullying?

El cyberbullying es el uso de los medios telemáticos (Internet, telefonía móvil y videojuegos online principalmente) para ejercer el acoso psicológico entre iguales. No se trata aquí el acoso o abuso de índole estrictamente sexual ni los casos en los que personas adultas intervienen.

¿Qué no es el cyberbullying?

Por tanto tiene que haber menores en ambos extremos del ataque para que se considere cyberbullying: si hay algún adulto, entonces estamos ante algún otro tipo de ciberacoso.

Tampoco se trata de adultos que engatusan a menores para encontrarse con ellos fuera de la Red o explotar sus imágenes sexuales. Aunque hay veces en que un/a menor comienza una campaña de cyberbullying que puede acabar implicando a adultos con intenciones sexuales.

¿Cuándo estamos ante un caso de cyberbullying?

Estamos ante un caso de cyberbullying cuando un o una menor atormenta, amenaza, hostiga, humilla o molesta a otro/a mediante Internet, teléfonos móviles, consolas de juegos u otras tecnologías telemáticas.

¿Qué tiene que ver el cyberbullying con el bullying o acoso escolar?

No son tan similares como podría pensarse. En ambos se da un abuso entre iguales pero poco más tienen que ver en la mayoría de los casos. El cyberbullying atiende a otras causas, se manifiesta de formas muy diversas y sus estrategias de abordamiento y consecuencias también difieren. Sí es bastante posible que el bullying sea seguido de cyberbullying. También es posible que el cyberbullying pueda acabar también en una situación de bullying, pero desde luego esto último sí que es poco probable.

¿Por qué es especialmente grave el cyberbullying?

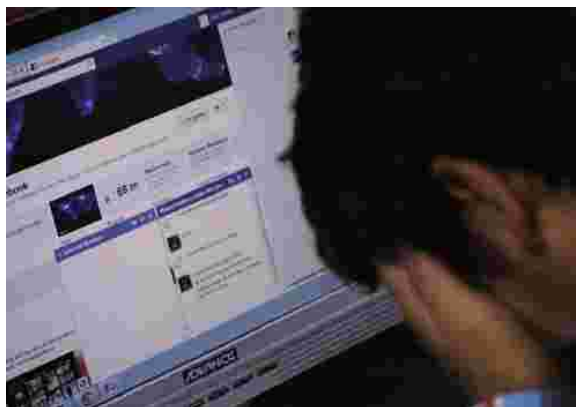
El anonimato, la no percepción directa e inmediata del daño causado y la adopción de roles imaginarios en la Red convierten al cyberbullying en un grave problema.



¿Cómo se manifiesta el ciberbullying?

Las formas que adopta son muy variadas y sólo se encuentran limitadas por la pericia tecnológica y la imaginación de los menores acosadores, lo cual es poco esperanzador. Algunos ejemplos concretos podrían ser los siguientes:

- Colgar en Internet una imagen comprometida (real o efectuada mediante fotomontajes) datos delicados, cosas que pueden perjudicar o avergonzar a la víctima y darlo a conocer en su entorno de relaciones.
- Dar de alta, con foto incluida, a la víctima en un web donde se trata de votar a la persona más fea, a la menos inteligente... y cargarle de puntos o votos para que aparezca en los primeros lugares.
- Crear un perfil o espacio falso en nombre de la víctima, en redes sociales o foros, donde se escriban a modo de confesiones en primera persona determinados acontecimientos personales, demandas explícitas de contactos sexuales...
- Dejar comentarios ofensivos en foros o participar agresivamente en chats haciéndose pasar por la víctima de manera que las reacciones vayan posteriormente dirigidas a quien ha sufrido la usurpación de personalidad.
- Dando de alta la dirección de correo electrónico en determinados sitios para que luego sea víctima de spam, de contactos con desconocidos...
- Usurpar su clave de correo electrónico para, además de cambiarla de forma que su legítimo propietario no lo pueda consultar, leer los mensajes que a su buzón le llegan violando su intimidad.
- Provocar a la víctima en servicios web que cuentan con una persona responsable de vigilar o moderar lo que allí pasa (chats, juegos online, comunidades virtuales...) para conseguir una reacción violenta que, una vez denunciada o evidenciada, le suponga la exclusión de quien realmente venía siendo la víctima.
- Hacer circular rumores en los cuales a la víctima se le suponga un comportamiento reprochable, ofensivo o desleal, de forma que sean otros quienes, sin poner en duda lo que leen, ejerzan sus propias formas de represalia o acoso.
- Enviar mensajes amenazantes por e-mail o SMS, perseguir y acechar a la víctima en los lugares de Internet en los se relaciona de manera habitual provocándole una sensación de completo agobio.



10 Consejos básicos contra el ciberbullying

1. No contestes a las provocaciones, ignóralas. Cuenta hasta cien y piensa en otra cosa.
2. Compórtate con educación en la Red. Usa la Netiqueta (conjunto de normas de comportamiento general en Internet.).
3. Si te molestan, abandona la conexión y pide ayuda.
4. No facilites datos personales. Te sentirás más protegido/a.
5. No hagas en la Red lo que no harías a la cara.
6. Si te acosan, guarda las pruebas.
7. Cuando te molesten al usar un servicio online, pide ayuda a su gestor/a.
8. No pienses que estás del todo seguro/a al otro lado de la pantalla.
9. Advierte a quien abusa de que está cometiendo un delito.
10. Si hay amenazas graves pide ayuda con urgencia

DE NIÑAS A MALOTAS

El psicólogo Ángel Peralbo desgrana en su libro "De niñas a Malotas", un recetario de consejos y experiencias sobre el difícil tránsito que se cruza a los 13 años, especialmente las muchachas, más vulnerables en esas edades. Aporta las claves para evitar que la «edad del pavo» sea un camino sin retorno.



Claves para evitar dificultades venideras

Ese recetario efectivo para los progenitores está contenido en las siguientes pautas:

- 1-. No hay que perder atención a la autoestima de las muchachas: las adolescentes son más vulnerables a los trastornos psicológicos que los varones. Siendo más propensas a la depresión y la ansiedad, también puntúan más bajo en autoestima.
- 2-. Los padres siguen siendo los grandes modelos a seguir e imitar: Los progenitores han de tener conciencia de que son los referentes de sus vástagos. Siempre y cuando quieran decirles que no a algo, deben recordar que su descendencia puede tener muchos argumentos en contra de sus propios padres. El psicólogo Ángel Peralbo recomienda fijar límites y controlar a los hijos, pero también fomentar su autoestima y reforzar sus talentos
- 3-. Al hilo de la cuestión anterior, el padre no ha de estar fiscalizando todo el tiempo, cabreado permanentemente: Explicarles que "cuando haces A y rompes mi norma fundamental, ocurre B". Y eso mantenerlo con coherencia, no levantar la mano a la primera de cambio. Está demostrado que se puede ser eficaz y firme en las normas de la familia sin romper ningún lazo afectivo. Se debe hallar ese equilibrio, dándoles además el «cuartelillo» suficiente para que piensen por sí mismos, y sean responsables en ciertos momentos.
- 4-. El lazo familiar es irrompible, no puede quedar destrozado: Se debe hacer todo lo posible para que cuando los hijos crezcan, se sientan orgullosos de lo conseguido. «La carencia de cariño y afecto en la adolescencia pasa factura siempre. Tristemente hay muchos casos en que se sienten perdidos y no se supera con facilidad, sino que tiene un gran calado interno».
- 5-. Hay que procurar mantener una actitud positiva ante la edad del pavo para no torturarnos
- 6-. Van a averiguar las cosas probando, y hay que dejarles, pero marcando fronteras. Las adolescentes arden en deseos de mostrarse y trabajan en desarrollar su personalidad, que aún necesita reafirmación y aprendizaje a través de la búsqueda de experiencias, así que prueban.
- 7-. En ambientes restrictivos, el joven siente que no le escuchan y no es aceptado. En ambientes más tolerantes, si se mantiene la firmeza pero se sabe dónde se puede ser más flexible, los adolescentes piensan que se les escucha y respeta, aunque no se esté de acuerdo totalmente con ellos
- 8-. ¿Cómo parar relaciones tóxicas? «Si vemos que nuestra hija se deja llevar hacia el norte, no tratemos de llevarla hacia el sur, hemos de fomentar también en este ámbito su capacidad para guiarse por ella misma. Esto supondrá haberle enseñado a utilizar una brújula en vez de intentar guiarla siempre o haber alentado su capacidad de decidir hacia dónde ir en vez de marcarle su camino». Se les debe enseñar a ser «asertivas» y no «sumisas».
- 9-. Potenciar sus talentos es la norma vital para reforzar su autoestima.
- 10-. Todo se magnifica, pero hay que tratar de poner los pies en la tierra.

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.
- ...quieres hacer tu propia sección en la revista.
- ...tienes un blog para compartir.
- ...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.

¿Cómo me pongo en contacto con El Tacón?:

Plaza Fermín Gurbindo nº8

941 244 600

cjtacon@logro-o.org

Síguenos en:



EQUIPO DE REDACCIÓN

Equipo de redacción de este número:

Victoria Cabezón, Goita Martínez, Asier Marín, Rosario Marín, Valvanera Martínez, Omar Mendy, Daniel Martínez y el equipo de monitores del Centro Joven el Tacón

Esperamos que en el próximo número aparezca tu nombre.