

# Magazine



## NÚMERO 32 PRIMAVERA 2018

- **JUNTOS TODO ES MEJOR** 2
- **NOS VISITA: SAN VALENTINE CON IES CLAVIJO** 3
- **CRÓNICA DE UNA VISITA DE IDA Y VUELTA** 4
- **PARARSE PARA CELEBRAR** 5
- **CARNALCUBO 2009-2018** 6
- **NUESTRAS PRÓXIMAS ACTIVIDADES** 7
- **NUESTRAS FOTOGRAFÍAS** 8



### ACÉRCATE AL CENTRO

*Te invitamos a que nos presentes  
tus sugerencias, ideas, opiniones*

*Los monitores Ainhoa, Jorge y Chelu,  
estamos aquí para lo que necesites*

*Puedes contactar con nosotros*

 941 200394

 [cjubo@logro-o.org](mailto:cjubo@logro-o.org)

[www.lojoven.es](http://www.lojoven.es)

[www.centrosjovenes-lojoven.es](http://www.centrosjovenes-lojoven.es)

y en



# JUNTOS TODO ES MEJOR

La Confederación Española de Asociaciones de Padres y Madres de Alumnos (CEAPA) ha elaborado una guía titulada "Desarrollo de habilidades sociales y emocionales y de valores para prevenir el Acoso Escolar".



Habilidades sociales, emocionales y asertivas para la prevención del acoso escolar

Una definición de acoso escolar o maltrato entre iguales sería: Un chico o una chica está siendo acosado cuando es expuesto a acciones negativas, que pretenden causarles daño o malestar, continuamente y de forma intencionada por parte de uno o más chicos o chicas, y donde se da un desequilibrio de poder o de fuerza de modo que la víctima de acoso tiene mucha dificultad para defenderse.

El acoso puede manifestarse con daño físico, o psicológico (verbal, mediante insultos, amenazas, hostigamiento, humillaciones...) y social, buscando el aislamiento y el rechazo del resto hacia la persona acosada.



En las investigaciones realizadas se describen tres perfiles distintos en una situación de acoso. Chicos o chicas: acosadores, acosados, y espectadores. Éstos últimos son los testigos



de las situaciones de acoso. Pueden ser espectadores activos, partícipes de la situación o pasivos, guardando silencio. En ambos casos sostienen las situaciones de acoso. Cualquier niño o niña en alguno de estos tres perfiles necesita ayuda.

El ciberacoso consistiría en amenazas, hostigamiento, humillación u otro tipo de daños realizados a través de internet, telefonía móvil, etc. Consideramos factores de protección ante el acoso: Que nuestros hijos e hijas tengan autoestima, amor propio (respeto y una buena valoración hacia sí mismos), que conozcan sus derechos y que tengan las habilidades sociales necesarias para defenderlos, o para saber pedir ayuda cuando la necesitan, y para esto último, es importante que tengan confianza para contar con sus padres, para cualquier cosa que les pase.



## Adolescencia y autoestima

La adolescencia es una etapa en la que se pasa de la infancia a la madurez, es una etapa de vulnerabilidad en la que vuelven a estar inseguros.



Es una etapa de grandes cambios, de enorme curiosidad, de enfrentarse a las emociones sociales como la atracción, el enamoramiento, los celos, etc. y es el momento en que padres y madres dejamos de ser su único referente. A partir de ahora, las amigas y amigos, los compañeros, es decir, los iguales, son muy relevantes para su bienestar. Necesitan ser aceptados en su grupo.

Es conveniente que conozcamos a sus iguales, y veamos cómo son las relaciones entre ellos.

Su autoestima ya tiene una base, pero ahora necesitan construir una imagen nueva de sí mismos como adolescentes, y esta vez, su imagen depende también de las relaciones que establezcan con sus iguales. Es importante tener en cuenta que estas relaciones no son incondicionales, como la que tienen con nosotros. Las relaciones con los iguales pueden cambiar, romperse... por lo que en estos momentos, vuelve a ser indispensable que se refuerce la autoestima desde la familia... Nuestro agradecimiento a la Ceapa por esta guía.



## NOS VISITA: SAN VALENTINE CON IES CLAVIJO

Este año alumnas, del ciclo de Animación Sociocultural y Turística, del IES Batalla de Clavijo han visitado el Centro Joven El Cubo para realizar diferentes actividades con motivo de San Valentín.

Se trataba de presentar esta celebración como algo al margen del consumismo y de la visión del amor ideal.

Para nosotras se trata de la fiesta del amor y de la amistad y además queremos demostrar que se pueden hacer regalos muy bonitos, sin gastar dinero, con material de reciclaje.

Lo primero que hicimos fue organizar cuatro pequeños espacios:

1) Flores recicladas, se trataba de hacer flores con chapas de botellín y pajitas. Nos quedaron muy chulas.

2) Tarjeta de San Valentín, estampamos una postal de San Valentín con un sello hecho con una esponja y pintura. En la tarjeta había mensajes con los que mostrar nuestro amor y amistad en francés e inglés.

3) El memory de San Valentín, aquí se ponía a prueba el ingenio y la memoria para conseguir el máximo número de tarjetas posible.

4) Photo call, por último una sesión de fotos con diferentes complementos en un Instagram en 3D.

Las alumnas que participaron en esta visita salieron muy contentas y motivadas. Para nosotras-os fue una experiencia muy bonita que nos gustaría repetir en el futuro, os damos las gracias por recibirnos y esperamos veros otra vez.

Hasta el curso que viene.



Esperanza Pérez Alonso - IES Batalla Clavijo

## CRÓNICA DE UNA VISITA DE IDA Y VUELTA

Crónica de una visita de ida y vuelta al Centro Joven Municipal El Cubo del Club de Tenis de Mesa Estrella D'Elhuyar.

Leyendo en el programa municipal de Fiestas de San Mateo 2017 la celebración del "Torneo Mateo Ping-Pong" organizado por el Centro Joven Municipal El Cubo el pasado martes 19 de Septiembre, unos cuantos amigos del Club Estrella D'Elhuyar Tenis de Mesa Logroño de acuerdo con nuestro compromiso con la sociedad de dar a conocer y fomentar el deporte popularmente conocido como Ping-Pong, nos propusimos tras hablarlo con nuestro presidente José Miguel Martínez, acercarnos a la sede del Centro Joven El Cubo.



Fuimos acogidos con cordialidad por los monitores Chelu, Ainhoa y Jorge, que tras presentarnos y conversar nos invitaron a compartir unas nociones teóricas y prácticas con los chicos y chicas del Centro, que fueron impartidas por el entrenador Armando Campuzano, nociones que fueron seguidas con gran interés y que practicamos al terminar la jornada.

Entre las anécdotas de esa agradable tarde cabe destacar que aprovechamos la ocasión para desmitificar las "reglas populares del Ping-Pong", como la de los medios puntos, los saques cruzados obligatorios, o en que circunstancias y en cuales no, la bola es considerada buena al tocar los extremos laterales de la mesa. También compartimos el truco infalible para ganar: ser el último que mete la pelota en el campo contrario. ;-)



Posteriormente el viernes ¿20 o 27? de Octubre los chicos y chicas del CTJM El Cubo nos devolvieron la visita, siendo en este caso las instalaciones deportivas del IES D'Elhuyar las anfitrionas, donde pasamos una divertida tarde, constatando una vez más que la práctica del tenis de mesa en particular y el deporte en general, nos divierte, nos socializa y nos mantiene sanos.



Gracias a todas las personas del Centro Joven Municipal El Cubo y al Ayuntamiento de Logroño por fomentar a través del deporte una ciudadanía responsable, respetuosa y con valores.

PD: Si queréis saber más de nosotros o del Tenis de Mesa, visitad nuestras páginas: <https://www.facebook.com/ClubEstrella.DeLogronoTenisDeMesa/> o <http://estrelladelhuyar.imaginas.es/>.



Algunas curiosidades de nuestro deporte:

El tenis de mesa, conocido popularmente como Ping-Pong, es uno de los deportes más completos, a la vez que divertido y barato. Es apto para todas las edades y condiciones físicas, ofreciendo grandes beneficios para la salud.

Ayuda a mantener el estado físico general en cualquier edad.

En niños, mejora la psicomotricidad, los reflejos, la concentración y la agilidad mental, al tomar decisiones rápidas.

En mayores, mejora la capacidad aeróbica y reduce el colesterol. Tiene un bajo riesgo de lesiones y no supone un gran impacto en las articulaciones. Durante una hora se pueden llegar a quemar 270 calorías.



En nuestro país goza de una buena acogida y un gran nivel profesional. Es un deporte olímpico y paralímpico. La pelota puede alcanzar los 160 km/h. Es practicado por personas como George Clooney o Susan Sarandon.



## PARARSE PARA CELEBRAR

**E**l 27 de septiembre de 2017 quedará en nuestro recuerdo



Porque ha sido un día de celebración. Qué importante es celebrar el trabajo realizado y los grandes resultados obtenidos. Muchas veces nos olvidamos de parar y celebrar los logros.



Y es que para los que sólo conozcáis el área internacional de la asociación, contaros que nuestra entidad también trabaja con jóvenes que lo tienen un poco más difícil, que son los jóvenes con discapacidad intelectual. Hace 8 años pusimos en marcha el programa *Capacitados para Trabajar*, el cual ayuda a que estos jóvenes consigan un empleo normalizado, como cualquiera de vosotros. Ayer nos reconocieron desde la Fundación Mapfre todo este trabajo, más de 40 contratos conseguidos. En este acto de reconocimiento, nos acompañaron y se les valoró públicamente la apuesta que tuvieron al contratar a cuatro de los jóvenes del programa *Capacitando para Trabajar*.



En muchas ocasiones me gustaría que los cambios sociales se hicieran de un modo más rápido y que la sociedad riojana fuera cada día más justa, solidaria e inclusiva. A pesar de la dificultad que entraña cambiar la sociedad, sé que el camino que inició Inter Europa hace 8 años con el programa de empleo, es el camino, no hay otro.



Gracias a todas las familias que han confiado en nosotros, gracias a todas las empresas que colaboran con el programa contratando a estos jóvenes, y gracias a las instituciones públicas y privadas por ayudarnos en este camino que muchas veces tiene obstáculos pero también recompensas como la felicidad de los jóvenes y sus familias cuando firman un contrato y eventos como el de ayer, donde paramos para celebrar.



### Acerca de Inter Europa

Inter Europa Rioja es una organización sin ánimo de lucro creada en el año 2003 por un equipo multidisciplinar, que tiene como objetivo fundamental ofrecer oportunidades de formación, empleo y autonomía a los jóvenes. Desde el 2016 hemos empezado a trabajar también con niños de 8 a 12 años con dificultades de aprendizaje.



La calidad, la innovación social y la mejora continua son tres palabras claves que nos identifican. El equipo está en continua formación para poder acompañar a los participantes y sus familias.

Inter Europa es una Asociación declarada de utilidad municipal por el Ayuntamiento de Logroño.



Somos la primera entidad en enviar a jóvenes con discapacidad intelectual a través de programas europeos.

Somos referencia en movilidad europea para jóvenes en La Rioja.



Este artículo se lo dedicamos los monitores del Centro Joven El Cubo a Sergio Morales, socio del Centro Joven El Cubo y uno de los presentadores de la ceremonia "Pararse para Celebrar" y miembro de Inter Europa.



# CARNALCUBO 2009-2018





# NUESTRAS PRÓXIMAS ACTIVIDADES

TE ANUNCIAMOS  
NUESTRAS  
PRÓXIMAS  
ACTIVIDADES

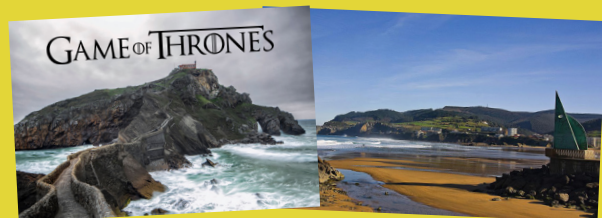
## EXCURSIONES - SALIDAS

*Excursión a la Warner Bros - Madrid*  
Salida Sábado 19 de mayo · Hora 6:00 AM ·  
Regreso Domingo 20 Mayo · Hora 02:00 AM ·  
Plazo de inscripciones: del 8 al 17 de mayo  
Cuota: 3€ + Entrada (22€)

*Juego de Ciudad: El Sitio de Logroño*  
Miércoles 6 de junio  
Horario por determinar

*Excursión Bakio y San Juan de Gaztelugatxe*  
Domingo 23 junio  
Horario por determinar  
Plazo de inscripción: Del 12 al 21 de junio  
Cuota: 3€

*Piscina Aqualar Lardero*  
Miércoles 27 de junio  
De 11:00 a 18:00  
Plazo de inscripción: Del 12 al 22 de junio  
Cuota: 1€



## VISITAMOS...

*Visitamos: Coro Sinfónico*  
Sábado 26 de mayo en C. J. Lobete  
Horario por determinar



# NUESTRAS FOTOGRAFÍAS

