

Magazine



NÚMERO 35 PRIMAVERA 2019

- **COMO PROMOVER LA AUTOESTIMA EN HIJOS** 2
- **DERECHOS HUMANOS CON I.E.S. CLAVIJO** 3
- **NOS VISITAN: GALGOS 112** 4
- **EXPERIENCIA VOLUNTARIADO EN INDIA** 5
- **PIRAÑAS-ÑAN VAMOS DE CARNAVAL** 6
- **NUESTRAS FOTOGRAFÍAS** 7



ACÉRCATE AL CENTRO

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

*Los monitores Raquel, Santi y Chelu,
estamos aquí para lo que necesites*

Puedes contactar con nosotros

 941 200394

 cjubo@logro-o.org

www.lojoven.es

www.centrosjovenes-lojoven.es

y en



COMO PROMOVER LA AUTOESTIMA EN HIJOS E HIJAS

En este nuevo número os traemos un artículo para promover la autoestima entre nuestros hijos e hijas: "Como padres y madres, podemos decir sin lugar a dudas que nuestros hijos e hijas son nuestra prioridad, por lo que nuestro deseo es que sean felices y en ello volcamos todas nuestras energías."

Cómo promover la autoestima de nuestros hijos e hijas



Queremos que tengan confianza interna, que se respeten a sí mismos y a los demás, que adquieran un objetivo y compromiso en la vida, que construyan relaciones significativas, que identifiquen y defiendan sus propios valores, que consigan el éxito en el estudio y el trabajo, etc. En definitiva, que sean felices en su vida.



Esto está claro. Lo que nos genera más dudas es cómo hacerlo. Porque la realidad es que en muchas ocasiones nuestros hijos e hijas no se sienten felices y eso hace que nos preguntemos por qué cuando nos esforzamos para que lo sean. Y es necesario que sea nuestro objetivo pero no es suficiente, tenemos que conocer también cómo conseguirlo. Para profundizar en el cómo, es importante conocer que la clave principal para que nuestros hijos e hijas sean felices es que tengan una buena autoestima.

Autoestima es...



La autoestima es el motor que les va a permitir crecer de forma sana, conseguir sus objetivos, superar las dificultades y alcanzar un equilibrio y bienestar emocional. Mirándoles como personas independientes con su propio proyecto vital, que están creciendo y a los que tenemos que educar y proveer de capacidades y recursos para que se conviertan en adultos y que puedan manejarse en la vida y sentirse satisfechos consigo mismos, la autoestima será una herramienta esencial.

Esta guía para padres y madres sirve como éxito para ayudarles a desarrollar altos niveles de autoestima. Es el mejor regalo que les podemos hacer. Para que sean felices y disfruten tanto en su infancia y adolescencia como en su etapa adulta.

Cuando les sobreprotegemos, cuando no les ponemos límites o no los mantenemos, cuando no les escuchamos, cuando compensamos la falta de tiempo con regalos, cuando les exigimos demasiado, cuando somos demasiado autoritarios o demasiado permisivos, cuando queremos que sean como a nosotros nos gustaría que fueran, cuando les criticamos más de lo que les reforzamos, cuando no dejamos que hagan las cosas por sí mismos, cuando les etiquetamos, etc.



Todos ellos son caminos que no fortalecen su autoestima. Padres y madres somos las personas más importantes en la vida de nuestros hijos e hijas, y por tanto, el pilar básico en la construcción de su autoestima a través de la calidad afectiva de nuestra relación y de las interacciones que tengamos con ellos a lo largo de su vida.



Desde este lugar tenemos no solo la responsabilidad sino una gran oportunidad para ayudarles a construir una fuerte autoestima que les permita ser felices en su vida. Partimos de la premisa de que educamos con la mejor intención y desde lo que en cada momento hemos creído era lo más adecuado. Esta guía pretende aportar pautas que nos faciliten esta importante tarea. Se trata de ser conscientes de dónde estamos.

Cómo promover la autoestima de nuestros hijos e hijas y qué hemos hecho para ver qué podemos hacer a partir de ahora, en el presente. Cuanto más pequeños sean nuestros hijos e hijas sin duda será mejor, pero estemos en el momento en el que estemos, todavía podremos ayudarles a fortalecerla.

DERECHOS HUMANOS CON I.E.S. CLAVIJO

Los profesores y alumnos de Animación Socio Cultural del IES Batalla Clavijo, visitamos el Centro Joven El Cubo, para celebrar el día de los Derechos Humanos.

Como en otras ocasiones en el Centro Joven El Cubo nos han tratado como en nuestra casa. Pedimos permiso para ir y fueron tan amables de acogernos sin condiciones, lo cual es de agradecer pues necesitamos adquirir experiencia en el trato con los y las usuarias.

El tema de los Derechos Humanos surgió de los y las educadoras del Centro Joven y a nosotras nos venía muy bien porque este año la Resolución de la Consejería para trabajar el día de la Constitución nos pide que tratemos la Declaración Universal de Derechos Humanos.

La clase de 2º de Integración ha preparado un panel por medio del cual se ha presentado el tema: cuándo se firmó la carta de los Derechos Humanos y cuándo se ratificó en España, se han explicado las tres generaciones de derechos y algunos derechos que se vulneran en la actualidad, tanto en España como en el mundo.

A continuación se han realizado diferentes dinámicas sobre algunos derechos que tenemos las personas como a ser acariciados, a divertirnos, a enfadarnos o a respirar.

Y por último se han metido nuestros deseos en el panel como final de la actividad. Por nuestra parte ha sido una experiencia a repetir, ¡¡MUCHÍSIMAS GRACIAS!!

Ahí os dejamos algunas de las fotos de la actividad y del buen ambiente a lo largo de la tarde en el Centro Joven El Cubo.

Esperamos volver un nuevo año, y seguir proponiendo novedosas e interesantes actividades



NOS VISITAN: GALGOS 112

El día 13 de marzo recibimos la visita de la Asociación Galgos 122, y queremos contaros en este artículo como nace, cuales son sus objetivos, su labor, su compromiso...y porqué lo hacen:



La asociación Galgos 112 (Associació Protectora de Llebrers Galgos 112) fue creada el 13 de abril de 2008 en Sant Feliu de Guíxols (Girona), por un grupo de personas con una finalidad común: contribuir en el reconocimiento de los perros lebreles, galgos y podencos, como animales de compañía en España y en el mundo.

Galgos 112 está formada por un grupo de personas, todas voluntarias, que tenemos una finalidad común: dar a conocer al mundo la realidad de los perros lebreles, galgos y podencos, en España a la vez que cambiamos esta situación



Los años de experiencia nos han mostrado que la solución a la sobreexplotación y maltrato que sufren los perros de caza en general y los galgos y podencos en particular, no se solucionará si no cambia la mentalidad de las muchas personas que aún los ven como simples herramientas.

Para que este cambio suceda es necesario tener un buen cuerpo normativo, que debe ser debidamente aplicado, así como profundizar en la educación de nuestra sociedad. En Galgos 112 centramos parte importante de nuestro esfuerzo en lograr este cambio. La asociación ha ido incrementando su presencia en el territorio con el paso del tiempo.

Los Objetivos de Galgos 112 son:

- Denunciar la situación de explotación y maltrato a la que son sometidos los perros lebreles, galgos y podencos, en todo el mundo y muy particularmente en España.

- Promover su tenencia como animales de compañía.

- Fomentar la tenencia responsable de todo tipo de animales de compañía así como el respeto por la naturaleza en general.

- Colaborar en la modificación y correcta aplicación de la normativa vigente en materia de protección de los animales.

- Procurar tratamientos veterinarios personalizados a los animales que hayan sufrido esta situación.

- Gestionar para estos perros, una vez recuperados, adopciones

responsables.

Muchos de los galgos que llegan a Galgos112 han sido rescatados del abandono por protectoras o particulares, y no han vivido nunca en un entorno familiar. Además, muchas veces han sido maltratados, ya sea física o psíquicamente, y llegan con una gran falta de autoestima. Con la acogida temporal se le da al galgo la oportunidad de introducirse en un espacio familiar que le permite socializarse en los ámbitos que necesite. También se le ayuda a recuperarse de sus heridas físicas y/o emocionales si es necesario.



La acogida temporal es el paso previo a la adopción. Sin la inestimable ayuda de las casas de acogida, muchos galgos nunca habrían podido ser adoptados.

La adopción es una de las vertientes más activas a la que se dedica nuestra asociación: la reinserción de animales explotados por el mundo de la caza. El primer paso es tener muy clara, tanto el futuro adoptante

como su familia más próxima, la intención de adoptar un galgo o un podenco, que se convertirá en uno más de la familia, y la tenencia del cual, supondrá unas responsabilidades que nunca se pueden dejar de lado. Un galgo (como otro animal de compañía) no es algo que se pueda desatender cuando no nos apetece.

Galgos 112 no es una tienda donde se ofrecen perros de raza a buen precio.

Galgos 112 es una asociación de rescate y recuperación de animales maltratados.

El 99'9% de los perros que pasan por nuestra asociación han vivido situaciones de miseria, han sido abandonados, han pasado hambre, muchos han sufrido alguna lesión física o emocional, de aquí nuestro esfuerzo en encontrar para cada uno, una familia que le pueda ofrecer una adaptación exitosa. Para nosotros la adopción es un acto de generosidad hacia un animal necesitado que reportará a su familia tanto o más cariño del que recibirá.

En Galgos 112 somos personas que profesamos respeto por los animales, que un día quisimos dar un paso más, y decidimos regalar un poco de nuestro tiempo, ponernos a trabajar para que el maltrato y el abandono terminara para siempre. Todos somos voluntarios, todos tenemos trabajo o estudios, una familia, amigos, como tú. No hay que ser especial para formar parte de nuestra asociación, solamente hay que tener ganas de hacerlo.

Si tú también profesas respeto por los animales, no lo dudes, deja de admirarnos y únete a nosotros. Acoge, adopta, hazte socio o teamer, dinos como puedes ayudar que haremos lo posible para aprovechar tu preciado ofrecimiento.



EXPERIENCIA VOLUNTARIADO EN INDIA

El día 24 de enero fuimos al Centro Joven de Lobete, para juntarnos allí con el resto de socios de los otros centros. Los voluntarios de la organización "College for International cooperation and development" nos dieron una charla sobre los proyectos de voluntariado que llevan a cabo en África e India.

Una de las ponentes era una antigua monitora de Centros Jóvenes que ahora está embarcada en esta emocionante aventura.



Desde que se fundó la organización en 1998 han capacitado a cientos de instructores de desarrollo de 80 nacionalidades diferentes, de distintas religiones, de diversos orígenes en todos los sentidos.

Su movimiento se basa en la unión, la confianza, el progreso y el respeto al ser humano. En un mundo donde los violentos conflictos de los últimos años han creado divisiones entre la gente y desconfianza y desprecio por la vida humana, ellos luchan por mantener su filosofía y estilo en todo lo que hacen.

Trabajan para el desarrollo en todos los niveles: cambiar las cosas para mejorarlas; en los proyectos de África y la India, en CICD, en la comunidad en general, en los equipos y grupos y de hecho con cada uno de ellos personalmente.

Sus métodos de enseñanza son poco tradicionales y exigentes, tanto para estudiantes como para profesores. Todos tienen que ser activos e involucrarse para obtener el máximo provecho de esa educación.



A través de videos y diapositivas nos fueron enseñando su vivencia personal y el modo en que se ha desarrollado la comunidad en la que han trabajado durante varios meses. De esta manera aprendimos bastante sobre el modo de vida de esos países en vías de desarrollo y la falta de recursos a la que se enfrentan diariamente. Sus vidas son muy distintas a la nuestras, podemos sentirnos afortunados por todo lo que tenemos.

Los monitores que acudieron nos detallaron las actividades que desarrollan. Son gente que adopta una posición activa respecto a algunos de los temas más candentes de nuestro tiempo, gente que ha decidido estar junto a los Pobres hombro con hombro.

Han llevado a cabo trabajos de desarrollo en los proyectos de Humana People to People en el sur de África y la India con el objetivo de mejorar las condiciones de vida de los Pobres trabajando con ellos hombro a hombro.

Más de la mitad de la población mundial vive con menos de 2,5 dólares al día. Es una desgracia y necesitamos hacer algo al respecto. Igual que el hombre que movió la montaña, nosotros debemos continuar estando junto a los miles de personas, hombro con hombro al lado de los Pobres. Un filósofo sabio dijo una vez: "Investigar un problema es resolverlo". Lo mismo ocurre con los desafíos que enfrentamos para las décadas por venir. Trabajan para el desarrollo en todos los niveles: cambiar las cosas para mejorarlas.



Después de la charla y de la correspondiente ronda de preguntas, echamos un pequeño torneo de fútbol con los compañeros de otros Centros. No los vemos muy a menudo y se agradece hacer cosas conjuntas con ellos.



PIRAÑAS-ÑAM VAN DE CARNAVAL

Hola, me llamo Ali Hassan y hoy estoy escribiendo este artículo para informar a mis compañeros del Centro Joven El Cubo, como a todos los lectores de esta revista, de la actividad de Carnaval, que llevamos a cabo a lo largo de todos los años en los Centros Jóvenes.

El Carnaval es una de las actividades preferidas de los socios, por lo creativo, imaginativo... en cuanto a las ideas que empleamos en su diseño, el tiempo que dedicamos y la elaboración de los disfraces.

Los socios y socias se implican, participan y ayudan en elaborar el disfraz, y siguen todos los pasos y procesos hasta retocar y acabar la construcción definitiva del disfraz.



En un primer momento y uno de los pasos más destacados es decidir entre los socios que disfraz vamos a elegir. Una vez que hemos llegado a un consenso, comenzamos uno de los momentos más importantes: disponer del material para dar inicio a nuestro trabajo, y como vamos a ocuparnos de materiales reciclados, para ello acudimos a distintos establecimientos del barrio para que nos guarden cajas de cartones, que pasaremos a recoger (intentando disponer del máximo material posible, ya que eso nos da posibilidad de realizar pruebas y probar diferentes posibilidades para mejorar el disfraz).



El siguiente paso es medir y trazar las distintas piezas (de cartón reciclado) para dar forma a los distintos asientos de la montaña rusa. Al unir las piezas con silicona, tenemos cuidado de no quemarnos. Y finalizando estos dos últimos pasos ya tenemos la forma física de la silla de la montaña rusa, para proseguir dándole color, añadirle imágenes etc...



Continuando con el proceso de la silla, comenzamos a decorarla, y para eso hicimos varias pruebas; al principio probamos coloreando de color naranja la silla, pero no nos acabó de gustar y la volvimos a pintar, pero esta vez de color negro. La verdad es que no nos estaba quedando nada mal.

Para conseguir un toque más realista de la silla, dibujamos, imprimimos y coloreamos unos simpáticos peces, que los plastificamos y pegamos al asiento. Se nos ocurrió que para conseguir más colorido en los disfraces, teníamos que decorar la silla con llamas de color verde.



A continuación teníamos que dar una forma más realista a los asientos, y para conseguirlo añadimos tubos de espuma, encintados con distintos colores, para usarlo a modo de soporte y protección de los participantes para los asientos de la montaña rusa.

Ya llegando casi al final los monitores nos pidieron a cada socio que participáramos, que llevásemos un pantalón y un par de zapatillas o calcetines para hacer la forma de las piernas, con materiales reciclados, como papel de periódico y telas antiguas.

El último paso, para poder participar en el desfile era hacer una pancarta con nuestro nombre que decía "Piraña-ñam".



Para poder llegar a tiempo al desfile, nos reunimos en el Centro Joven El Cubo a primera hora de la tarde, para acabar con los últimos preparativos. El desfile lo iniciamos a las 17:30 de la tarde, salimos desde el parque de la Cometa, y fuimos recorriendo con nuestras sillas y nuestra "imaginaria montaña rusa" camino a la fuente Murrieta, desde allí continuamos con dirección al paseo del Espolón, hasta llegar al Ayuntamiento de Logroño, donde se reunieron todos los grupos que participaban en el desfile. La alegría fue mayúscula al oír nuestro nombre, de uno de los premios, al mejor disfraz hecho con los materiales reciclados. Ya al anochecer había finalizado el desfile de Carnaval, y una vez recogimos el premio, tocaba volver al Centro Joven.

Y esto ha sido nuestra historia del Carnaval, espero que sirva a mis compañeros y les anime a participar en los próximos años, ya que esta actividad se elabora cada año. Gracias!!!!



NUESTRAS FOTOGRAFÍAS

