

P(i)J www.palamosjove.cat

ZINE

GENER
FEBRER
MARÇ
2020

39

AGENDA **PUNT JOVE** PALAMÓS



www.palamosjove.cat



PUNT JOVE PALAMÓS

Ajuntament de Palamós
Departament de Joventut

Carrer Santa Marta, 6 - 17230 Palamós
 Tel. 972 31 37 39 - www.palamosjove.cat
puntjove@palamos.cat - joventut@palamos.cat
Obert de dilluns a divendres de 16 h a 20 h



Centre de Noves Oportunitats
Taller d'acompanyament en el treball de recerca
Equipem el nou espai jove
Jove, utilitza'ns
Taller: construïm mobles amb palets!
Taller expressa't!
Dansa inclusiva
Novetat! Teatre Fòrum
Club lila
Novetat! Tabú
Novetat! Comissió de festa
Novetat! Berenars saludables
Acroyoga
Defensa personal (emocional)
Crea el teu propi cluedo
Bucs d'assaig

Lectures

Esdeveniments

Esquiada Jove
 Jornades d'educació i família
 Concurs de monòlegs...



Punt Jove de treball
Punt Jove de salut

Punt Jove: Carrer Santa Marta, 6 - Palamós
www.palamosjove.cat

ÍND EX

3



CUR+ACTES
SOS+TALL
ERS

4



ALTRES
ACTIVITATS

12



SERVEIS
PERMANENTS
DEL

16

CON TACTES

17

1

Centre Noves Oportunitats

Has acabat l'ESO i no saps si seguir estudiant o buscar feina? No tens el graduat? Has fet els 16 anys i vols treballar però no saps com fer-ho?

Al Punt Jove disposes del següent servei:

● **Centre de Noves Oportunitats: (d'entre 16 i 24 anys)**

Finalitat del Programa: atenció, assessorament i creació d'itineraris personalitzats per a desenvolupar competències socials i personals que facilitin l'accés a recursos formatius, laborals i socials. Per a participar cal estar inscrit al Programa de Garantia Juvenil.

EPI

Horari d'atenció: **cal demanar cita prèvia** a laura.maso@gi-ronacno.cat o trucant al 646 80 50 50.

2

Taller d'acompanyament en el treball de recerca

Atenció! Atenció! Aquest curs hem iniciat un taller d'acompanyament per realitzar el **treball de recerca!** Estudiants de **4t d'ESO i batxillerat** que estiguin preparant el treball de recerca, o **universitaris** amb treballs de final de grau o de màster, veniu al Punt Jove i us fem un seguiment grupal i individualitzat.

Degut a la gran demanda d'aquest taller, els dies i hores són segons els interessos de l'inscrit i la disponibilitat de la conductora del taller. Ens ajustem a les necessitats dels alumnes, respectant èpoques d'exàmens, extra-escolars en la mesura que puguem, entre altres factors per tal que tothom pugui assistir. Les sessions no són cada setmana i el ritme del grup el marquen els propis participants. Si a nivell individual necessites més atenció (perquè el teu ritme és més ràpid o més lent) no dubtis en escriure'ns per les sessions individuals.

+ **INFO:** espai.jove@palamos.cat

o contacte amb nosaltres a través del facebook

Dates: **a convenir segons els teus interessos**

Durada: **1.30 h cada sessió**

EPI

Preu: **gratuït**

Lloc: **Punt Jove**

Organitza: Punt Jove de Palamós



Al llarg d'aquest últim trimestre hem dut a terme un procés participatiu juvenil per tal de que els propis joves del poble escullin l'equipament que necessita el nou local Jove del municipi. Vols seguir el procés?

Vols dir la teva?

Vols participar als tallers per construir bancs i taules de palets?

Apunta't i fes teu aquest nou espai!

Data i horari: **tardes a concretar amb els joves interessats**

INSCRIPCIONS: **espai.jove@palamos.cat**

EP!

Preu: **gratuït** - Lloc: **Punt Jove Palamós**

Organitza: **Ajuntament de Palamós**



Saps que al Punt Jove tenim un servei de consulta oberta on la dinamitzadora juvenil del municipi et pot etendre per qualsevol consulta que tinguis tu o el teu fill o filla adolescent?

Sobre estudis universitaris, organització dels estudis d'ESO o batxillerat per millorar-ne el rendiment, mobilitat internacional, problemes a casa, problemes de salut, dubtes sobre consum de drogues i relacions sexual de risc, entre molts altres dubtes que pugueu tenir.

També us esperem perquè ens feu propostes de qualsevol idea o projecte que vulgueu portar a terme, nosaltres us assessorarem i col·laborarem en tot el que sigui possible!

Jove, utilitza'ns!

Demana hora a **espai.jove@palamos.cat** per assegurar que quan vinguis al local et puguem atendre i estar per tu.

Lloc: **Punt Jove Palamós**

Organitza: Associació POTS

Col·labora: Punt Jove Palamós



Has d'anar de viatge?

UTILITZA ELS DESCOMPTES
QUE T'OFEREIXEN
ELS DIFERENTS CARNETS
QUE FEM AL



CARNET D'ALBERGUISTA

És imprescindible per allotjar-se en els albergs de joventut de Catalunya i d'arreu del món.

CARNET D'ALBERGUISTA JUVENIL ★

Per a joves d'entre 14 i 29 anys.

CARNET D'ALBERGUISTA ADULT ★

A partir de 30 anys.

CARNET D'ALBERGUISTA DE GRUP ★

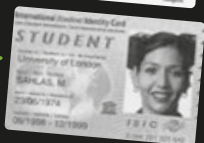
Per a entitats i associacions juvenils, esportives o socio culturals (mínim 10 persones).

CARNET D'ALBERGUISTA FAMILIAR ★

Per a famílies amb fills menors de 14 anys.

CARNET ITIC

Aquest carnet de la International 'Student Travel Confederation' (ISTC) és per als professors en actiu.



+INFO, REQUISITS I PREUS

PUNT JOVE PALAMÓS

Carrer Santa Marta, 6 - 17230 Palamós - Tel. 972 31 37 39
puntjove@palamos.cat - joventut@palamos.cat



El nou Espai Jove necessita sofà i taula i els propis joves heu proposat construir-los vosaltres mateixos amb palets. És el moment de fer-ho realitat! Ets manetes? T'agrada el bricolatge? No ho has fet mai i t'agradaria aprendre a construir els teus propis mobles reutilitzant materials?

No dubtis en apuntar-te!

Dates: **els dilluns 13 i 20 de gener de 16.30 a 18 h**

EPI!

Preu: **gratuït**

Inscripcions: espai.jove@palamos.cat

Organitza: Departament de Joventut

A través de tècniques teatrals aprendrem a treballar la consciència de grup, la vocalització, la projecció de la meua veu, la propiociació del cos, així com a crear personatges i espais de ficció per jugar i trobar-nos a nosaltres mateixos.

El treball en equip, cooperar i crear conjuntament serà un dels pilars principals d'aquest taller que ja és històric dins el Punt.

Dates: **els dilluns d'octubre a juny de 18 a 20 h**

EPI!

Preu: **gratuït**

Conèixes la nova Associació POTS? Treballen per la inclusió de joves i adults en el lleure i l'esport, participant amb activitats que no segreguin els alumnes amb diversitat funcional de la societat. Treballen per crear un espai conjunt i el Punt Jove ens hi hem sumat des de fa un any oferint dansa inclusiva amb POTS. Per a joves d'entre 13 i 30 anys amb ganes de compartir espais de lleure, conèixer gent i iniciar-se en el món de la dansa.

Dates: **dimarts de 17 a 18.30 h**

Lloc: **Punt Jove Palamós**

Organitza: Associació POTS

i Departament de Joventut



8

NOVETAT!
Teatre fòrum

Per segon any consecutiu organitzem un teatre fòrum conjuntament amb el Departament de Ciutadania. Volem acostar als joves al teatre i utilitzar-lo com una eina de transformació social. El taller consisteix en una sessió abans de l'obra, anar conjuntament a teatre i una sessió post funció. Aquest any, treballarem l'impacte de la societat sobre la nostra identitat, qui som i qui o què ens fa ser qui som. Inscriu-te a espai.jove@palamos.cat perquè les places són limitades! Els 20 primers joves d'entre 13 i 30 anys inscrits al taller, teniu l'entrada gratuïta. El taller és obert a totes les edats per tal d'enriquir el debat, tal com ja vam fer l'any anterior amb "El metge de Lampedusa".

Sinopsis de l'obra: Carlos, em dic Carlos. Tinc 15 anys, o 16... Vaig al cole, m'avorreixo; quedo al parc amb els col·legues; ballo hip-hop... i un dia conec la Clàudia i... màgia. A.K.A. (Also Known As) ens parla d'un període de l'adolescència d'en Carlos del qual formem part. D'un moment en què, per circumstàncies alienes a ell, li trontollen els fonaments, les arrels, la identitat. I és que en Carlos és adoptat... i els ulls dels altres fan que es plantegi la seva 'veritable' identitat; pot ser que no sigui del tot qui ha decidit ser. Perquè, en el fons, som qui sentim que som, o qui la gent creu que som? Doncs d'això tracta A.K.A., de com arregen aquests gèrmens en la vida d'en Carlos.

Dates i lloc: **dijous 23 i 30 de gener de 19 a 20.30 h al Punt Jove**
Dia, horari i lloc de la representació:

divendres 24 de gener a les 19 h al Teatre la Gorga

9

NOVETAT!
Club lila

Tens ganes de saber més sobre el feminisme? Parlar del patriarcat, de la sororitat, les onades del feminisme, quins recursos tenim el nostre avast per aconseguir un canvi real... Tan si ets home o dona, aquest club és per a tu! Parlarem de conceptes teòrics però sobretot, perseguim l'objectiu de crear espais de conversa i compartir recursos, idees, projectes. Ens reunim un dia al mes per parlar, treballar i arribar fins allà on els i les participants, vulgueu arribar. Dirigít a joves a partir de 13 anys i fins a 30.

Dates: **segon divendres de cada mes de 20.30 a 22 h,**
10 de gener, 7 de febrer i 13 de març

Lloc: **Punt Jove Palamós**

Es planteja un espai lliure de prejudicis i on tothom pot dir o exposar les seves preocupacions, dubtes... **TABÚ** és una activitat que ofereix un espai distès en el que els joves, acompanyats d'els dinamitzadors juvenils, poden dur a terme un espai en el qual es pot parlar de qualsevol cosa que preocupi als joves anònimament.

Dates: **els dimecres 15 i 29 de gener, 12 i 26 de febrer i 4 i 18 de març de 18 a 19.30 h**

Lloc: **Punt Jove Palamós**



S'obre la primera Comissió de festes jove! Creus que hi ha alguna festa destinada a joves d'entre 12 i 17 anys? Veritat que no? Nosaltres obrim la possibilitat de crear una comissió de festes jove per primera vegada per a Palamós! Però necessitem que vingueu a organitzar-la amb nosaltres, t'atreveixes a organitzar les futures festes per a joves a Palamós?

Vine amb el teu grup d'amics i amigues i preparem-les juntes!

Dates: **tots els dimecres de gener de 16.30 a 18 h**

Lloc: **Punt Jove Palamós**

L'últim divendres de mes aprendrem a preparar-nos berenars saludables! L'alimentació és una part molt important per mantenir-nos sans i a vegades, els esmorzars o berenars són àpats on per comoditat i rapidesa, acabem menjant el primer que trobem sense mirar-nos-hi gaire.

Vine i t'ensenyarem receptes igual de fàcils però més sanes!

Fes un gir, canvia els hàbits.

Dates: **últim divendres de cada mes, 31 de gener, 28 de febrer i 27 de març de 17 a 18 h**

Lloc: **Punt Jove Palamós**

13

NOVETAT!
Acroyoga

L'esport i l'activitat física, és molt important al llarg de la vida, i quan som joves és un moment crucial per trobar la nostra afició. Tan per salut, com per la socialització, l'esport ens aporta una millor qualitat de vida.

Si bé és cert que els esports més populars no són del gust de tots i totes, des del Punt Jove us volem acostar esports més minoritaris per tal que no us rendiu i intenteu trobar el vostre!

El passat mes de novembre vam descobrir acroyoga i degut a la gran demanda i èxit, repetim un trimestre més per aprofundir en aquest esport!

Dates: **tots els dijous de gener a març de 17.30 a 18.30 h**

Lloc: **Punt Jove Palamós**



14

NOVETAT!
Defensa personal (emocional)

No volem ser valentes, volem ser lliures. No volem "sentir-nos segures", volem viure en una societat segura.

"No tornis sola a casa", "Vigila els carrers per on passes", tots aquests missatges fomenten la por.

Ens ensenyen a protegir-nos de la nit i de desconeguts, però ens han ensenyat a protegir-nos de relacions tòxiques?

A saber dir que no? A posar límits? A respectar-nos?

Vine i dota't de recursos per una vida lliure d'abusos i sexisme.

Dates: **tots els dijous de gener a març de 17.30 a 18.30 h**

Lloc: **Punt Jove Palamós**

Ens heu demanat ser els dissenyadors, idearis i actors i actrius de diversos cluedos en viu que fem a l'any.

Arriba el "Resol el crim" de primavera, enguany dedicat al 50é aniversari que celebra l'Agrupament Escolta Palamosí.

Si tens entre 13 i 30 anys i tens ganes d'aprendre com es crea un cluedo en viu, no dubtis en inscriure't a espai.jove@palamos.cat.

Dates: **divendres 6, 13 i 20 de març de 17 a 19.30 h**

Dia de "resol el crim": **dissabte 21 de març a les 19 h**

Lloc: **Punt Jove Palamós**

L'ajuntament de Palamós te a disposició dels joves del municipi nous bucs d'assaig per contribuir i reforçar el foment de la cultura i la música local.

Si tens un grup de música i vols fer ús dels nous bucs d'assaig passa pel Punt Jove i t'explicarem com funciona i quin ús en pots fer.

Si teniu dubtes de qualsevol tipus també ens podeu consultar a través d'aquest correu: puntjove@palamos.cat





Ms. Marvel. Fuera de lo normal

Adrian Alphona i G. Willow Wilson

Col·lecció Marvel Còmics

Panini Còmics, Torroella de Montgrí; 2014

Us volem recomanar una de les últimes adquisicions de la biblioteca que aviat estarà disponible per a vosaltres.

Fuera de lo normal, és el primer volum de la col·lecció Ms. Marvel i tal com es promet en el títol...surt de la normalitat.

Per començar, la protagonista és una noia, és musulmana i viu als Estats Units. Amb tot això ja és una lluitadora que afronta els reptes diaris però a més tot canvia quan un fet extraordinari fa que tingui superpoders i es converteixi en una superheroïna. Falta saber si aquest canvi serà positiu per a ella...



Un fet absolutament extraordinari

Àlex Gombau

Fanbooks, Barcelona; 2019

Un fet absolutament extraordinari és el que presencia una matinada la protagonista. L'April May aconsegueix gravar-lo amb el seu mòbil i en penja un vídeo a youtube que es fa viral en 24 hores. La noia es fa famosa d'un dia per l'altre i això fa que la seva vida soni un gir brutal, cosa que no sempre és positiva.

A més, ha de descobrir què amaga i que volen de nosaltres els causants del fet absolutament extraordinari... La intriga està servida.

2

Esquiada jove

Torna l'esquiada Jove co-organitzada amb l'Espai Jove de Calonge! Vine a esquiar a la Masella i gaudeix d'un dia a la neu! Inclou autocar, el forfait i l'assegurança. Més informació, al Punt Jove Palamós.

Data: **diumenge 26 de gener**

+INFO: **espai.jove@palamos.cat**

Organitza: Ajuntament de Palamós
i Ajuntament de Calonge



3

Celebrem el 8 de març

Al llarg de la setmana del 2 al 8 de març podreu participar de diferents activitats referents al dia de la dona treballadora.

Prendre consciència de la realitat on vivim referent a les oportunitats laborals per raó de gènere, implícites o explícites, aconseguir identificar què no ens agrada i què volem canviar.

Data: **del 2 al 8, setmana de la dona treballadora**

+INFO: **espai.jove@palamos.cat**

Organitza: Ajuntament de Palamós

4

Jornades d'Educació i família**Enguany el Departament celebrem la 17na edició!**

Si ets pare, mare, professor/a, mestre/a, treballes en el món de l'educació en alguna de les seves variants, o simplement, t'interessa saber més sobre el tema, no ho dubtis, aquestes són les teves jornades.

Data: **els dijous 5, 12 i 19 de març a les 21 h**

Lloc: **Teatre La Gorga de Palamós**

+INFO: espai.jove@palamos.cat

5

**Resol el crim:
50 anys d'escoltimse a Palamós**

Enguany l'Agrupament Escolta Palamosí celebra el seu 50é aniversari però no tot són celebracions: s'ha comès un crim!

Busquem equips d'investigadors i investigadores d'entre 13 i 30 anys per ajudar-nos a resoldre el cas!

Fes el teu equip de mínim 3 i màxim 4 persones i inscriu-te ja, les places són limitades. Haureu d'interrogar sospitosos, buscar proves, descobrir les pistes.

Només 2 de cada 10 equips fins ara, són capaços de resoldre els casos, creieu que podreu?

Veniu a comprovar-ho!

Data: **dissabte 21 de març a les 19 h**

Lloc: **Teatre La Gorga de Palamós**

INSCRIPCIONS: espai.jove@palamos.cat



6

Els monòlegs de les Braves

Intèrprets:

Àlex Brull,
Rubén Hidalgo,
Roger Farrarons,
Oriol Moliner (guanyador any 2018)
i altres

Passa el Nadal i s'acosta de nou l'exhibició de monòlegs. Cinc anys després encara trobem valents i valentes que vulguin pujar dalt l'escenari per intentar fer-vos riure.

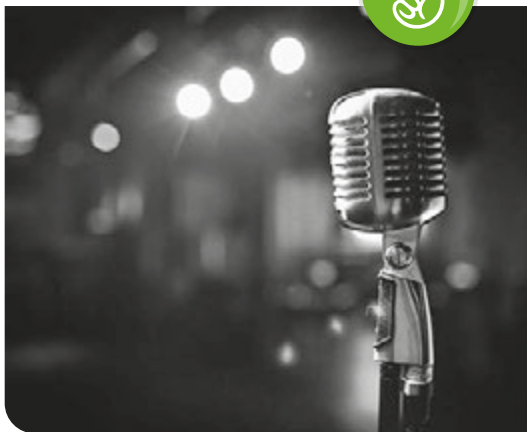
Asseguts al pati de butaques, vosaltres, el públic, sereu el jurat per decidir quin és el millor. Reserva la teva entrada amb antelació i no et perdis la cinquena edició!

Dia: dissabte 18 de gener a les 20.30h

Lloc: La Gorga

Preu: 5 €

Organitzen: Associació Les Braves



SERVEIS PERMANENTS DEL



1

Punt Jove de treball al Punt Jove de Palamós

Cada tarda* de 17 a 19 h, tens a la teva disposició els ordinadors del Punt Jove per cerca de feina online. Si necessites fer fotocòpies del teu C.V. també te les podem fer gratuïtament.

* Excepte les tardes que hi hagi altres activitats programades al mateix espai.

2

Punt Jove de salut al Punt Jove de Palamós

Dins dels serveis que ofereix el Punt Jove de Salut hi trobem un espai adreçat als adolescents i joves amb l'objectiu d'oferir assessorament i informació sobre temes relacionats amb la salut en general.

A través del Punt Jove també es pot rebre atenció psicològica relacionada amb qualsevol tipus d'addicció i ser atès per un professional, de forma anònima i gratuïta. Si tens algun dubte, si no saps quin camí has de seguir per resoldre els teus problemes... vine i pregunta, no cal dir que serà totalment confidencial!

D'altra banda, durant tot l'any anirem fent diverses activitats per treballar tots aquests temes, com ara xerrades, tallers... i moltes coses més que només podràs comprovar si vens a fer-nos una visita! Així que ja ho saps! Vine, truca'ns o envia'ns un correu electrònic i donarem resposta a les teves inquietuds!

També ens trobaràs al facebook del Punt Jove Palamós, on publiquem setmanalment notícies relacionades amb el Punt Jove de Salut i informació del teu interès. Si vols formar part de la Taula de Salut que farem per les "Barraques" a la platja, només ens has d'enviar un mail i t'informarem de com formar-ne part!

Dimecres de 16 a 18 h

Lloc: **Punt Jove**, Carrer Santa Marta, 6 - Palamós. Pots fer la teva consulta per correu electrònic a: **agentsalut@yahoo.es**



+INFO: Punt Jove T 972 313739.

Agent de Salut T 669 22 20 83

CONTACTES

www.palamosjove.cat



1

PUNT JOVE / INFORMACIÓ JUVENIL

Carrer Santa Marta, 6 - Palamós - Tel. 972 31 37 39

joventut@palamos.cat, puntjove@palamos.cat

✓ **De dilluns a divendres de 9 a 20 h**

És un espai que poden utilitzar totes les **entitats juvenils** que el demanin per fer-hi activitats, tallers, reunions...

Només cal omplir un formulari que es troba al Punt Jove.

Al Punt d'Informació Juvenil també podràs fer-te els carnets d'alberguista, d'estudiant internacional, de professor...

2

PUNT JOVE DE SALUT

Carrer Santa Marta, 6 - Palamós - Tel. 972 31 37 39

✓ **Dimecres a la tarda**

L'agent de salut assessora, dona suport i resol els dubtes de forma confidencial, sobre tots els temes relacionats amb la salut. Per altra banda, durant tot l'any es fan diverses activitats, xerrades i tallers.

Organitza: Departament de Joventut de l'Ajuntament de Palamós



Taller d'acompanyament en el treball de recerca



+ INFO: espai.jove@palamos.cat



P(i)J www.palamosjove.cat



ZINE

I AL PROPER P(i)JZINE...



Activitats de **Sant Jordi**,
curs de directors
+ directores de lleure
i molt més!

- **FES-TE AMIC DEL PUNT JOVE PALAMÓS**
AL facebook i Instagram

I T'INFORMAREM DE TOTES LES
ACTIVITATS QUE ANEM PROGRAMANT!



- **TAMBÉ POTS REBRE EL P(i)JZINE**
VIA CORREU ELECTRÒNIC SI ENS ESCRIS A:
PUNTOJOVE@PALAMOS.CAT

AMB L'ASSUMPTA: **VULL REBRE PIJZINE PER E-MAIL**



SI PERTANYS A ALGUN COL·LECTIU JOVE
I REALITZEU ALGUNA ACTIVITAT A PALAMÓS
QUE VOLDRIEU DIFONDRE A TRAVÉS
DEL PIJZINE, ENVIEU-NOS UN CORREU!
puntjove@palamos.cat o joventut@palamos.cat



AJUNTAMENT DE PALAMÓS
Departament de Joventut

PUNT JOVE PALAMÓS



Amb la col·laboració de



Palamós
Ciutat
Educadora



Generalitat de Catalunya
Departament de Benestar Social i Família
Direcció General de Joventut



Dipsalut
Direcció de Salut Pública
i Diputació de Girona



EDITA AJUNTAMENT DE PALAMÓS. DEPARTAMENT DE JOVENTUT
REDACCIÓ DEPARTAMENT DE JOVENTUT
DIPÒSIT LEGAL GI-641-07