

P(i)J www.palamosjove.cat

ZINE

GENER
FEBRER
MARÇ
2018

32

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



Un cop de mà amb el treball de recerca?
Monogràfic: com fer una bona comunicació oral?
Monogràfic: dibuixar cançons.
Gravació curt-Salut Jove
Escola ACAS
Transformadors d'espais
Equip de futbol jove
SIE
Taller de Teatre Jove
Espai debat
Carnaval is coming
#ituqdius
Auto descobrir-nos
Garantia Juvenil
Bucs d'assaig
Patge olímpiques



Lectures juvenils recomanades
Esquiada Jove
Jornades d'Educació i Família
Monòlegs Les Braves

Punt Jove de treball
Punt Jove de salut

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

ÍND EX

3



CUR
SOS+TALL
ERS

4



ALTRES
ACTIVITATS

12

SERVEIS

PERMANENTS
DEL



14

C**ON****TACTES**

15

1**Un cop de mà amb el treball de recerca?!**

Aquest curs hem iniciat un taller d'acompanyament per realitzar el **treball de recerca** i durant el mes de gener oferim la segona edició! Si ets estudiant de **batxillerat** i estàs preparant el treball de recerca, o ets **universitari** amb treballs de final de grau o de màster, vine al Punt Jove i et farem un seguiment grupal i/o individualitzat.

Consta de 5 sessions grupals d'una hora i mitja, on es resoldran dubtes generals, s'exposaran tècniques, recursos i metodologia per facilitar la tasca de recerca i optimitzar els resultats.

També s'ofereixen sessions de seguiment individual i personalitzat per tal d'acabar de perfilar aquells aspectes més particulars de cada recerca. Aquest seguiment es farà en coordinació amb el tutor assignat pel centre d'estudis.

Dates: **cinc divendres* de 17 a 18.30 h***

*El dia i l'horari s'adaptarà segons els interessos dels participants.

EP!

Preu: **gratuït**

Lloc: **Punt Jove Palamós**

+ INFO nuria.lisbona@palamos.cat o contacte amb nosaltres a través del facebook o Instagram
Organitza: Punt Jove de Palamós

**2****Monogràfic: Com fer una bona comunicació oral?**

Has de preparar una comunicació oral pel teu treball de recerca o de final de grau o màster i no saps com posar-t'hi? Apunta't al monogràfic i t'ajudarem a crear un suport gràfic adequat (power point si és necessari) i tècniques per gestionar els nervis i poder respondre amb èxit les preguntes del tribunal a l'hora que fas una presentació dinàmica i engrescadora. Després de l'èxit de la primera edició, que no se t'escapi la segona! **Vine i posa't el tribunal a la butxaca!**

Dates: **15, 18 i 22 de gener* de 17 a 18.30 h***

*Qualsevol suggeriment amb les dates o amb l'horari, consulteu amb el Punt Jove per contemplar la possibilitat de monogràfics a mida.

Lloc: **Punt Jove Palamós**

Canta, balla, escriu, imagina, crea... dibuixa cançons.

Dibuixar Cançons és un taller de creativitat més que un taller de dibuix. Aprendre a traduir el que ens transmet la música a través del dibuix i a treballar l'enginy amb les lletres de les cançons. A través de jocs i exercicis dinàmics perdem la por al paper en blanc i gaudim de la música i el plaer de dibuixar, deixant-nos fluir a través dels sentits. A càrrec de: **Marta Bellvehí**, il·lustradora i dissenyadora gràfica. Des de 2013 col·labora amb Enderrock dibuixant, cada mes, una cançó per a l'última pàgina de la revista. Ja ha il·lustrat més de cinquanta cançons de grups d'arreu del territori català. La Marta ens convida a comparar la seva font d'inspiració més important, la música, i a pintar amb ella al ritme de les cançons que ens proposa.

Dates: **dissabtes 13, 20 i 27 de gener de 12 a 14 h**

EP!

Preu: **gratuït**

Lloc: **Punt Jove Palamós**



Gravació curt-Salut Jove

Vols fer d'extra a un curtmetratge de salut que gravarem conjuntament el Punt Jove de Salut i SJFFILMS? Només has d'escriure un e-mail a nuria.lisbona@palamos.cat demanant més informació i et concretarem el dia de gravació, així com el personatge adjudicat! **Tan si t'agrada fer teatre i actuar com si no ho has fet mai, atreveix-te a fer el pas!**

EP!

Dia, hora i lloc a determinar.

Escola d'ACAS

T'agradaria formar-te com a expert de salut? Participa a les 3 sessions d'escola d'ACAS i aconsegueix el diploma d'expert en salut i sigues tu, agent de canvi! La salut és un tema molt ampli de la nostra vida que inclou molts aspectes des de l'alimentació, al consum de tòxics passant per les relacions personals. **Millora la teva salut i informa a la resta de joves de com fer-ho!**

Dates: **17, 24 i 31 de gener de 16.30 a 18 h**

EP!

Preu: **gratuït**

Lloc: **Punt Jove Palamós**

INSCRIPCIONS: escrivint a nuria.lisbona@palamos.cat, enviant un missatge privat al facebook o Instagram del Punt Jove o ve venint personalment

Organitza: ACAS Baix Empordà i Punt Jove Palamós

6

Transformadors d'espais

Vols decidir com han de ser els espais relacionats amb els joves a partir d'ara? Busquem un grup joves que vulgui participar en fer més seus alguns espais municipals.

EP!

Data i horari a concretar amb els interessats. Inici gener de 2018!

INSCRIPCIONS: enviant un e-mail a nuria.lisbona@palamos.cat

Lloc: **Punt Jove Palamós**

7

1a Champions League BeJove!

Tens entre 13 i 16 anys i t'agrada jugar a futbol?

Els departaments de joventut de diferents municipis de la comarca del Baix Empordà, hem organitzat un torneig de futbol sala que es disputarà en diferents dies compresos entre els mesos de gener i juny.

Hi haurà dues categories, la de més de 16 anys, i la de menys de 16 anys. Amb els participants del taller de futbol jove ja tenim l'equip de majors de 16 però ens falta crear l'equip de menors de 16 anys. T'hi apuntes?

Si som més del compte farem la tria per sorteig.

EP!

Interessats/es contacteu a: puntjove@palamos.cat



Al SIE realitzem un reforç escolar (per aquest motiu els voluntaris han de presentar una base de coneixements acadèmics mínima de secundària) però a la vegada es preparen tallers i activitats per tal de poder treballar altres aspectes relacionats amb el seu desenvolupament social i emocional, com també activitats de coneixement de l'entorn (activitats del seu poble o municipi) o bé, activitats lúdiques.

Dies: dimarts i dijous de 18.30 a 21 h de setembre a juny

Lloc: Punt Jove Palamós amb voluntaris de Càritas

EP! Preu: **gratuït**

Per fer ús del servei o bé ser voluntari/a contacta amb nosaltres a través del 659 213 157

Organitza: Càritas

Cinquena edició del taller Teatre Jove 2017-2018

Aquest any el grup de teatre s'ha multiplicat! Degut a la demanda, oferim dos grups que estan pràcticament plens per descobrir què et pot oferir el teatre de la mà de l'actor professional Àlex Brull. **Vine a conèixer el joc teatral.**

Grup 1 (13 a 15 anys): 18 - 19.30 h

Grup 2 (15 a 20 anys) 19.30 a 21 h

EP! Preu: **gratuït**

Professor: **Àlex Brull**

Adreçat a joves d'entre 12 i 20 anys

+ **INFO** puntjove@palamos.cat -

Facebook: Punt Jove Palamós – Instagram: Puntjove_palamos

Organitza: Departament de Joventut



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

Les notícies volen, arriben els trending topic, tot es fa viral... No tens res a dir sobre l'actualitat que t'envolta? Oferim cada 15 dies, els divendres per posar sobre la taula els temes que us preocupen i poder buscar respostes a través de Joventut.

Pots proposar temes de debat a través de les nostres xarxes socials o enviant un e-mail: nuria.lisbona@palamos.cat.

Dies: **divendres de 18.30 a 20 h**

Lloc: **Punt Jove Palamós**

EP! Adreçat a joves d'entre 12 i 30 anys



T'agrada el Carnaval? Vols que Joventut organitzi alguna activitat exclusiva pels joves de la teva edat? Fes-nos la teva proposta i entre tots, escollirem l'activitat que Joventut presentarà durant la setmana de Carnaval. Un concurs de disfresses artesanes, taller de maquillatge o de coreografia, qualsevol idea que pugueu imaginar es pot transformar en una bona activitat!

No perdís l'oportunitat de proposar, votar i participar! Fes més teu, el Carnaval 2018!

EP! Dies i hores: a concretar

Lloc: **Punt Jove Palamós**

Vine a saber més de tu mateix a través de dinàmiques, introspeccions i jocs. Si sabem qui som, els nostres punts forts i tot el que podem arribar a fer, pocs obstacles podran impedir que aconseguim el que ens proposem.

Dies: **dimecres 14 i 21 de febrer de 19 a 21 h**

EP! Preu: **gratuït i places limitades**

INSCRIPCIONS: envia un e-mail a nuria.lisbona@palamos.cat o bé presencialment al Punt Jove

Lloc: **Punt Jove Palamós**

Organitza: Punt Jove de Salut i ACAS Baix Empordà



13

NOVETAT
#ITUQDIUS**T'agrada la fotografia?**

Participa al concurs exclusiu per joves que organitzem per tal de donar-te veu sobre temes quotidians! Apunta't, fes una foto i vine a dir la teva! Segur que tens molt dir! Fes-nos arribar les teves fotografies a través de les xarxes socials o bé envia-les a nuria.lisbona@palamos.cat.

Dates: **divendres 23 de febrer i 9 i 23 de març de 19 a 20 h**

EP!

Preu: **gratuït amb inscripció prèvia**
al Punt Jove de Palamós

Adreçat a joves d'entre 13 a 29 anys

Organitza: Departament de Joventut

14

Curs de director/a de lleure

Forma't com a director/a de lleure amb l'Escola Empordà amb el curs intensiu de Setmana Santa i caps de setmana d'abril. Tota la informació la trobareu a la seva pàgina web www.escolaemporda.cat i podeu fer la inscripció on-line!



15

Apunta't a la Garantia Juvenil!
Informa't!

La Garantia Juvenil és un pla impulsat per la Unió Europea per tal de facilitar als joves d'entre 16 i 24 anys una ocupació de qualitat. La Generalitat t'ofereix en un termini de quatre mesos accions de pràctiques laborals o de formació, un itinerari d'emprenedoria a mida o una oferta de feina. S'elaborarà

una proposta individualitzada per determinar una orientació laboral òptima, potenciar la cerca de feina i reforçar la formació o experiència dels joves inscrits.

Pots informar-te'n i inscriure-t'hi a:

garantiajuvenil.gencat.cat

Per a més informació també pots visitar la teva Oficina Jove o trucar al 012



L'ajuntament de Palamós té 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**



ESDEVENIMENTS Organitza: Punt Jove Palamós

17

II Patge-Olimpiades

Vols saber quines habilitats ha de tenir un patge real?

Vine a fer les proves d'agilitat com poden ser transportar regals amb un tren, omplir l'estrella d'orient o fer el teu fanalet.

Tens més de 10 proves per escollir!

Dates: **3 de gener de 16.30 a 19.30 h**

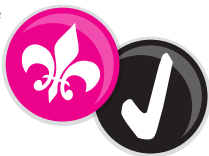
4 de gener de 10 a 13 h i de 16.30 a 19.30 h

Lloc: **plaça dels Arbres**

EPI

Preu: **gratuït**

Organitza: Departament de Joventut i Comissió de Carnaval
Col·labora: Àrea de Cultura i Fefe





Alguien está mintiendo

Karen M. Mc Manus

Alfaguara, 2017

Tothom té secrets però, fins a on s'està disposat a arribar per a protegir-los?

Simon Kelleger es passa de llest quan explica a través d'una App els secrets més íntims dels seus companys de classe....

Ara en Simon és mort. Tenim quatre sospitosos i el secret de qui l'ha assassinat per desvetllar.

T'atreveixes a descobrir qui l'ha matat?



L'imprevist cas del noi a la peixera

Lisa Thompson

Fanbooks, 2015

Un misteri atípic necessita un investigador excepcional.

La vida de Matthew Corbin, un noi de 12 anys amb un trastorn obsessiu compulsiu, transcorre en la més absoluta intimitat: el seu pànic als gèmens l'obliga a viure tancat a la seva habitació. Convençut que el mínim tracte amb altres persones pot enverinar-lo, Matthew passa els dies mirant el món a través de la finestra. No obstant això, un fet imprevisit sacseja la seva existència: un nen ha desaparegut en el veïnat, i només ell pot haver vist algun indici revelador. Però serà capaç d'atrevir-se a sortir de la seva habitació per resoldre el misteri?



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 28 de gener**

Horari: **6.20 h (Parking Supermercat SUMA) Calonge**

6.25 h (Parking Parda Bus Eurocamping) Sant Antoni

6.30 h (Plaça Catalunya "Sarfa") Palamós

Hora aproximada d'arribada: **20 h**

INSCRIPCIONS: Punt Jove Palamós



Enguany el Departament celebrem la 15na 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.

Dates: **dimarts 8, 15 i 22 de maig a les 21 h**

Lloc: **Centre Cultura la Gorga Palamós**

Organitza: Punt Jove de Salut



Diumenge 21 de gener a les 18 h

III Exhibició de monòlegs - Colla Les Braves

Intèrprets: Eduard Vilaplana, Cònsol Tubert, Ferran Penya, Josep M^a Masferrer, Ferran Maimir, Alexan Wertz, Anna Segura i Miquel Caròs (guanyador any 2017)

Ciutadans de Palamós, ja són aquí! Vuit valents monologuistes pujaran a l'escenari per fer-vos riure! Ens parlaran del Celler de Can Roca, dels avantatges i inconvenients de ser baixet/a o de l'amor. Entre monòlegs, les Braves us mostraran el dia a dia d'una comparsa de Carnaval i el públic sereu el jurat, que per tercer any consecutiu, podreu decidir qui us ha fet riure més.

Durada: **75 minuts**

Preu: **5 €**

Organitza: Colla Les Braves

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**

EP! Més informació:

Punt Jove T972 313739.

Agent de Salut T669 22 20 83





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

✓ **Cada dimecres de 16 a 18 h**

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 i ACAS Baix Empordà

3

ESPAI INTERNET

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

✓ **De dilluns a divendres de 16 a 20 h**, excepte els dies que hi hagi tallers, cursos o formació d'algun tipus.

★ **Una hora diària gratuïta per a cada usuari del Punt Jove**

EP! Cal omplir una fitxa i una autorització paterna per als menors d'edat.

P(i)J www.palamosjove.cat



ZINE

I AL PROPER
P(i)JZINE...

Inscripcions al Campus Jove de juliol + Inscripcions al Casal Municipal d'Estiu



- **FES-TE AMIC DEL PUNT JOVE PALAMÓS**
AL facebook. I T'INFORMAREM DE TOTES
LES ACTIVITATS QUE ANEM PROGRAMANT!
- **TAMBÉ POTS REBRE EL P(i)JZINE**
VIA CORREU ELECTRÒNIC SI ENS ESCRIS A:
PUNTJOVE@PALAMOS.CAT
AMB L'ASSUMPT: **VULL REBRE PIJZINE PER E-MAIL**



**SI PERTANYS A ALGUN COL·LECTIU JOVE
I REALITZEU ALGUNA ACTIVITAT A PALAMÓS
QUE VOLDRÍEU 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



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



Diputació de Girona
Organisme de Salut Pública
de la Diputació de Girona



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