

Gener 2019

#1

MARISTES JOVES

DES D'IGUALADA A TOTS ELS RACONS

UNA SOCIETAT ADDICTA AL MÒBIL?

Analitzem el nostre entorn, cada cop més perillós.

L'ESCOLA A TRAVÉS DELS NOSTRES ULLS

Opinions de primera mà.

LES RECOMANACIONS MÉS NOSTRES

"Per a gustos, els colors"

EL SUCRE I LA NOSTRA SALUT

La nova droga del segle XXI?

**AIXÒ I MÉS A NOMÉS
UN GIR DE PÀGINA**

INTRODUCCIÓ

Maristes Jove és un projecte d'investigació proposat i acceptat per alguns alumnes de 2n i 4t d'ESO.

L'objectiu és fer un recopilatori dels temes més destacats ara juntament amb temes que provoquen certa inquietud en els estudiants durant el seu període d'escolarització, des del punt de vista d'uns adolescents.

En aquesta revista hi podreu trobar articles d'opinió, recomanacions de sèries, còmics, estudis sobre la nostra societat, articles de salut... **I MOLT MÉS!**

LES RECOMANACIONS

DARK:

Dark és una sèrie original de Netflix de només 10 capítols. Eclipsada pels grans de la plataforma, la sèrie alemanya ha passat molt desapercebuda. Tot i això, ha rebut molt bones crítiques i ha guanyat diversos premis. Però, què la fa tan bona?



La desaparició d'en Mikkel, un nen d'uns 9 anys, és el detonant de l'argument. Aquest succés portarà als habitants del poble a investigar, descobrint així una trama que poques sèries saben generar. I, jugant amb el passat dels personatges, apareixeran diverses trames secundàries. L'enorme quantitat de personatges i el misteri present en cada minut de la sèrie et faran clicar el botó de "siguiente capítulo" sense pensar. Sens dubte, és una sèrie obligatòria per als fanàtics del gènere sobrenatural.

THE GOOD DOCTOR:



Shaun és un jove cirurgià amb síndrome de Savant, un tipus d'autisme. És reclutat en la unitat quirúrgica pediàtrica d'un prestigiós hospital. Haurà d'adquirir habilitats per poder prendre les decisions adequades en el moment adequat perquè cap vida corri perill. Amb l'ajuda de la seva companya Claire i el director de l'hospital, el Shaun aprendrà a evolucionar com a persona i a integrar-se millor en la societat.

La sèrie ja va per la segona temporada degut a l'èxit que ha tingut arreu. Tracta sobre molts temes, com el racisme i l'assetjament sexual. Sens dubte, et farà reflexionar i et replantejaràs les teves capacitats.

La podem trobar en plataformes AXN, Orange TV, Movistar + i Vodafone TV.

MÉS NOSTRES

ARROW:

Oliver Queen és un atractiu multimilionari que va a parar a Lian Yu, una illa més que perillosa. Fa 5 anys que el donen per mort, des que va pujar a un vaixell amb el seu pare a fer un viatge. Fins ara, que ha tornat a Starling City, la seva ciutat. Oliver Queen ha passat per un infern en aquella illa, però ha sigut entrenat per complir una promesa al seu pare: salvar la ciutat.

És una sèrie molt intrigant, d'aquelles que acabes un capítol i no pots esperar a veure el següent. El personatge d' Oliver Queen em sembla fascinant: és una persona normal de dia i de nit es converteix en un súper heroi perquè la seva ciutat sigui segura. A més a més, ha de guardar aquest secret del seu pare, ocultant el que fa a la nit i el que ha passat en aquells 5 anys, el seu abans i després de Lian Yu... En alguns casos la sèrie es passa d'irrealitat, però la història que presenta ho fa passar una mica per sobre. La recomano molt a la gent a qui agradi l'acció, perquè en aquesta sèrie n'hi ha molta.



LA COURSE NAVETTE

(amb un petit gir en l'argument)

Educació física és la matèria preferida de l'estudiant mitjà de primària. Una hora extra de pati; qui diria que no? A primer d'ESO, l'opinió aparenta ser pràcticament idèntica, només que ara l'assignatura és un pèl més estricta. Però un dia, el professor ve a classe sense el somriure que el caracteritza. Ve caminant fúnebrement cap al poliesportiu. En la seva marxa és observat en silenci per tothom. "Per a què és l'altaveu?", pregunta un dels alumnes. La resposta són dues paraules: "Course Navette".

No hi ha núvols negres com el carbó, ni cap corb pels voltants. Tot i això, es preveu una tragèdia. A priori, la Course Navette no sembla pas res de l'altre món: córrer una estona al ritme de quatre xiulets. Ara és hora de començar l'exercici. Els menys experimentats cauen en la tercera fase, esbufegant nerviosament. Els següents ho deixen a la quarta, amb la melodia infernal ressonant encara en els seus capets de dotze anys. L'últim nen dempeus és derrotat a la setena fase. -Però tranquils -diu el professor-, avui és una prova, el proper dia sí que compta per a la nota".

15 ANYS D'EXPERIÈNCIA *PER A UNA VIDA SENCERA*

Amb 15 anys no hem tocat mai el volant d'un cotxe, la universitat sembla a anys llum i tenim la sensació d'estar tancats en una capsa a punt d'obrir-se al món real. Tot i això, el nostre futur depèn de la decisió que prenem en aquests moments. La pressió i la responsabilitat són elements que fins ara no coneixem massa, ara toca presentar-nos.

Des de tercer d'ESO, hem hagut d'anar fent-nos una idea dels nostres futurs estudis. Un batxillerat científic? O bé social humanístic? Un cicle formatiu?...



A priori, les opcions semblen infinites, però després veiem que només hi ha quatre batxillerats, els cicles formatius són molt específics i per tant el camp tampoc és tan gran.

Quan érem petits ens preguntaven què volíem ser de grans, uns deien policies, d'altres bombers, princeses, metges... al llarg dels anys l'ofici que teníem en ment ha anat variant o fins i tot desapareixent. Qui volia ser metge ara no pot veure sang, qui volia ser bomber ara li fa por al foc o qui volia treballar de alguna altra cosa ara no ho té tan clar, per por de la possibilitat de cometre algun error en la decisió.



L'hora d'escollir semblava molt lluny, però estem a 4t i hem de decidir sí o sí, per seguir formant-nos en un àmbit més específic, tot i que el problema és en què. Molts segurament ens equivocarem o voldrem tenir més d'una titulació, per tant

**el que decidim en aquests moments
només serà un començament.**

A partir d'ara tota la nostra vida implicarà prendre decisions constantment, i les haurem de prendre per nosaltres mateixos, assumint que podem equivocar-nos.

EL SUCRE I LA NOSTRA SALUT

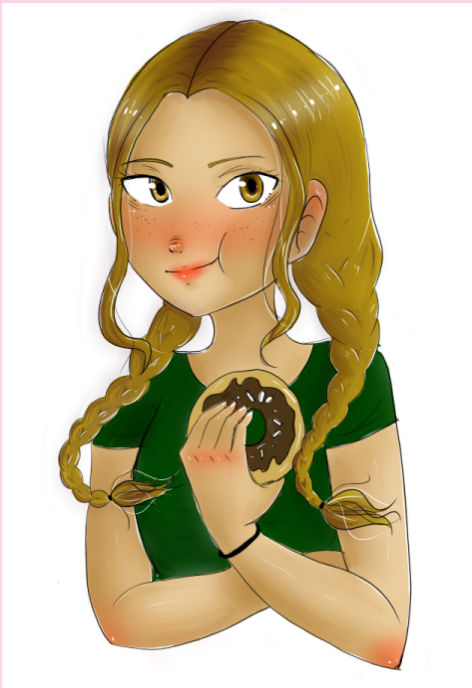
Les persones ens alimentem per mitjà de menjar. Menjar de diferents gustos: dolços, salats, amargs i àcids. Però ets realment conscient de la quantitat de sucre afegit que hi ha amagat dins de cada aliment que consumeixes?

Hauràs llegit infinites vegades la típica etiqueta on et diu els ingredients, el valor energètic, les proteïnes, la sal... d'un aliment. Però segur que no t'hi fixes, en la part on diu hidrats de carboni, dels quals sucre: x grams per cada 100 g. A primera vista pot semblar poc, però en cada producte processat, és a dir, que no és natural, hi ha afegida una quantitat de sucre que, si a la llarga es va sumant, no és gens beneficiosa.



El sucre, a simple vista, sembla inofensiu. Però és la nova droga del segle XXI, ja que ens pot provocar una addicció, de manera que com més consumim més ganes tenim de menjar-ne.

*No més de
25g de sucre
diàriament
(quantitat
recomanada
per la
Organització
Mundial de
la Salut).*



Quan es consumeix de manera excessiva, el sucre té uns efectes negatius sobre el nostre cos. Ens pot provocar malalties greus, com l'obesitat, diabetis, hipercolesterolèmia, ansietat, problemes intestinals... i fins i tot la mort. Per això, vigilant bé tot el que consumim aquests riscos poden disminuir.

Prohibir el consumisme de sucre no és la millor opció, però cal recordar que la piràmide alimentària ens diu que els productes amb sucre estan a dalt de tot i per tant, no s'han de consumir diàriament. Els experts recomanen consumir-ne uns 25 g al dia, tot i que aquesta quantitat depèn de cada cos.



EL MÒBIL, UN NOU PERILL

Sempre ens han venut el mòbil com una eina divertida, útil i plena d'aplicacions que ens ajuden en el nostre dia a dia, amb connexió directa a les xarxes amb les quals et socialitzes i et comuniques amb el món, els teus amics i/o coneguts.

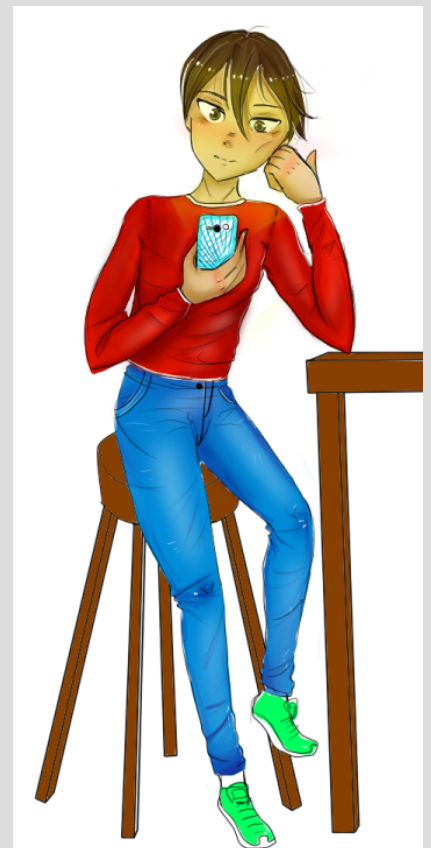
Però cada cop ens estem tornant més dependents del dispositiu mòbil, sembla que ja no podem anar sense aquest aparell pel carrer. Ens està el mòbil portant cap a una dependència total de la tecnologia? Estem precipitant la humanitat cap a un futur inevitable en el qual la tecnologia esdevindrà més una necessitat que no una utilitat?

Últimament, si vas caminant pel carrer, només fas que veure gent enganxada al telèfon. Sembla increïble com la gent, els més petits sobretot, són capaços d'estar asseguts a un banc sense intercanviar una sola paraula, només mirant el mòbil. Parlen amb amics via WhatsApp, però quan els tenen davant no es diuen res.

D'altra banda, Internet és una porta oberta a gent i perills desconeguts. A qualsevol adolescent de 15 anys el poden enganyar fàcilment, i introduir-li un virus al seu dispositiu. Poden entrar al teu compte d'Instagram i penjar vídeos i fotos en nom teu. A més, ara qualsevol persona et pot fer una foto sense que te n'adonis i penjar-la a la seva pàgina web o perfil.

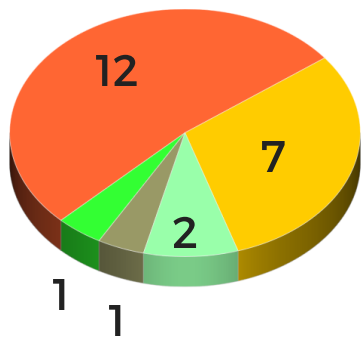
Però per què el adolescents s'enganxen al mòbil fins al punt de tenir-ne dependència?

Sabent que hi ha tots aquests perills, què els porta a estar-se hores i hores davant d'una pantalla?



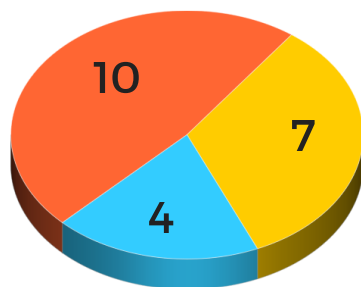
Hem volgut aprofundir més i hem creat una enquesta. Només l'han respost persones que tenen un telèfon mòbil Aquests en són els resultats:

Per a què fas servir el mòbil quan ets al carrer?



- XARXES SOCIALS
- JUGAR A JOCS DE MÒBIL
- FER FOTOS
- ESCOLTAR MÚSICA
- COMUNICAR-ME

Consideres que estàs enganxat/da al mòbil?



- SÍ
- NO
- NO HO SÉ

Quantes hores li dediques al dia?



Bé, aquesta pregunta no es fàcil de contestar. No pots esperar que a tots els joves els hi agradi el mateix. La Internet ens obre una porta cap a la llibertat: els joves poden fer el que ells vulguin, buscar informació, veure fotos d'altra gent, parlar amb amics i desconeguts des de la distància, entrar a les xarxes socials, que estan plenes d'estereotips i modes que si no segueixes sembla que siguis un marginat social, fer videotrucades a persones de aleatòria de l'altre punta del planeta o fins i tot insultar i criticar altres persones des de l'anonimat. La Internet ens ha obert la porta cap a aquesta llibertat, i el mòbil ens ha permès portar aquesta llibertat a la butxaca. És això el que enganxa als adolescents, la llibertat de fer el que vulguin, quan i on vulguin.

En conclusió, no sabem ben bé què els hi passa pel cap als més petits, però sí que podem intuir que és la llibertat que tenen a l'hora de passar-se hores davant del mòbil. També hi juguen un paper important els estereotips a seguir des de les xarxes per no semblar antisocial.

El BULLYING

Tot hem sentit parlar moltíssimes vegades sobre l'assetjament escolar, ens han fet xerrades, hem vist vídeos, hem llegit històries..., però, realment ens hem parat a pensar com se senten les persones que el pateixen?

La principal causa del bullying no deixa de ser un sentiment de superioritat d'una persona cap a una altra. La majoria de vegades, l'assetjador amaga rere una màscara el seus veritables problemes de baixa autoestima i autoconfiança.

Al final les dificultats psicològiques de l'assetjador no desapareixen i la víctima comença a patir-ne.

A continuació us donarem diferents testimonis reals perquè podeu fer un exercici d'empatia cap a ells, d'aquesta manera, quan vegeu algú que està patint bullying no us ho haureu de pensar dues vegades per ajudar-lo.

Testimoni 1 // Víctima

Bé, no sé si és ben bé bullying, però, quan era més petita, es posaven amb el meu físic, ells potser no se n'adonaven, però comentari rere comentari em feia mal. A la llarga, et deixa marques que costen de fer marxar.

Testimoni 2// Assetjadora

Crec que he sigut assetjadora. No estic segura. De vegades faig sentir malament a altres persones per jo sentir-me millor, mai sobre el seu físic, sempre psicològicament. No sé si es considera bullying.

Testimoni 3// Víctima

Des de ben petita, a l'escola sempre s'havien posat amb mi, em deixaven de banda, em feien sentir malament... Ara farà dos anys, durant l'estiu, vaig veure que m'havien afegit a un grup de WhatsApp, en el grup hi havia gairebé tota la gent del meu curs. Les converses es basaven en insultar-me constantment i menysprear-me. Em van afegir al grup perquè veiés la quantitat de gent que m'odiava, mai he viscut res tan cruel com això. També van crear comptes falsos per dir que em perseguirien fins a casa meua. La impotència que sentia és inexplicable. Em vaig voler morir. Les meves amigues en aquell moment no em van donar el suport que necessitava.

Testimoni 4// Víctima

Des de 3r a 5è de primària m'insultaven habitualment els que feien un curs més que jo per les meves orelles (em deien Dumbo i coses així). Jo era molt tímida i això va fer que encara ho fos més i que em tornés més vulnerable. No considero que fos bullying, ja que només eren insults, mai va ser res físic ni res més greu, però em molestava que constantment em diguessin coses així. Des d'aleshores estic acomplexada i em semblen horribles les meves orelles.

Un cop llegits tots aquests testimonis el que més ens ha sobtat és que les pròpies persones que el pateixen no el reconeixen com a tal. Això és un fet molt greu, per una banda, es comprova que falta conscienciació sobre aquest tema, potser no és suficient fent una xerrada, i per altra banda, es pot veure fins a quin punt totes aquestes actituds i fets afecten a les víctimes.

Dit això, esperem que aquest article us hagi fet reflexionar sobre la nostra societat, que no és tan bonica com ens la pinten.



Fet per:

Maria Elna Güell, Elga Jansà,
Núria Pacheco, Martí Pomés,
Albert Panisello