

# Nº2 U.C.A

(unidad . creativa . Adolescente)



# Indice

MUY INTERESANTE

Salud Mental

E. Multi posa

curiosidades  
h.p.

colores

Animales

UN DIA EN LA UCA

CULTURA

MUSICA

dibujos

MURAL

PASATIEMPOS

6000 de  
letras

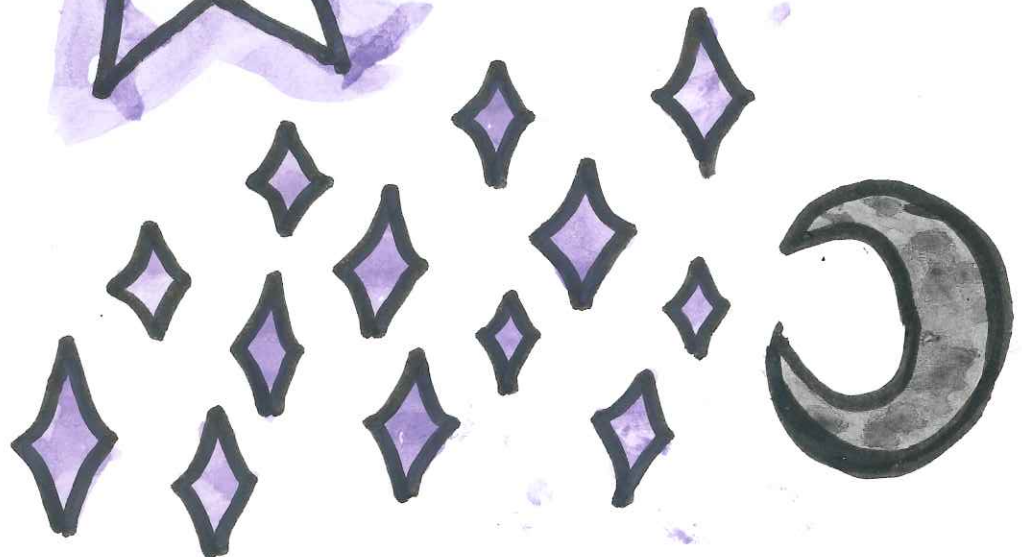
CRUCIGRAMAS

QUIEN ES QUIEN?

COMP

BEAUTY SKINCARE

MAQUILLAJE



# MUY INTERESANTE

Que es la salud  
mental.

Ejerc. Manposas

Curiosidades Harry Potter

colores y su  
significado

Animales.

CURIOSIDADES  
DE UCA

Salud  
Mental

- Qué es para ti la salud mental?

- tener la capacidad de comunicar las cosas que piensas, que sientes de tomar decisiones sabiendo y pensando en lo mejor para ti.

- pues tener la suficiente fuerza para hacer las cosas cotidianas yo sola y saber curarme sola, no necesitar que alguien este encima mio todo el rato.  
Sobre todo alimentarme todos los dias bien  
\* beber mucha agua

- tener la confianza en ti misma y creer en que puedes salir y afrontar los problemas sin ayuda de nadie.

- La Salud mental es cuando estas bien psicológicamente y tienes la suficiente fuerza mental para poder vivir.

- No meterse en líos y tener una vida estable.

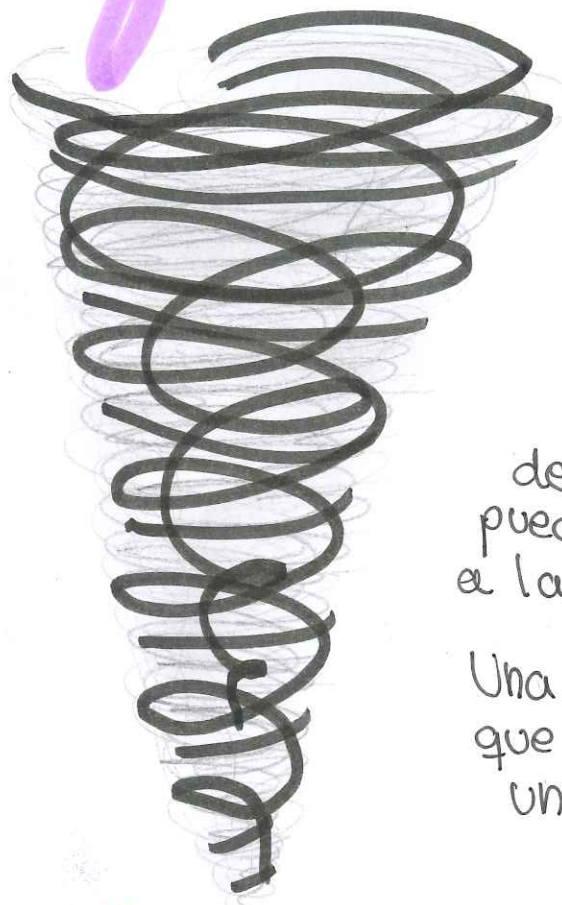
- estabilidad y paz contigo mismo, y llegar a entender que es igual de importante la salud física que la mental

- LA SALUD MENTAL ES CUANDO ESTAS BIEN O MAL PSICOLÓGICAMENTE.

- estar bien psicológicamente

- para mi es estar bien conmigo misma y que tu cerebro no te impida llegar a tus metas

# efecto mariposa



El aleteo de una mariposa puede crear acciones a largo plazo.

Una pequeña acción que puede provocar un gran acontecimiento

# La Belleza del CAOS



La belleza es subjetiva, tal como las mariposas, tan frágiles y tan bonitas

La misma que simboliza evolución, metamorfosis... todo aquel cambio a mejor



Nosotros también somos dignos de que nos admiren y no nos toquen, tan delicadas son sus alas que mueren nada más tocarlas por ello gente que pasa por un duro proceso suelen tatuarse al insecto

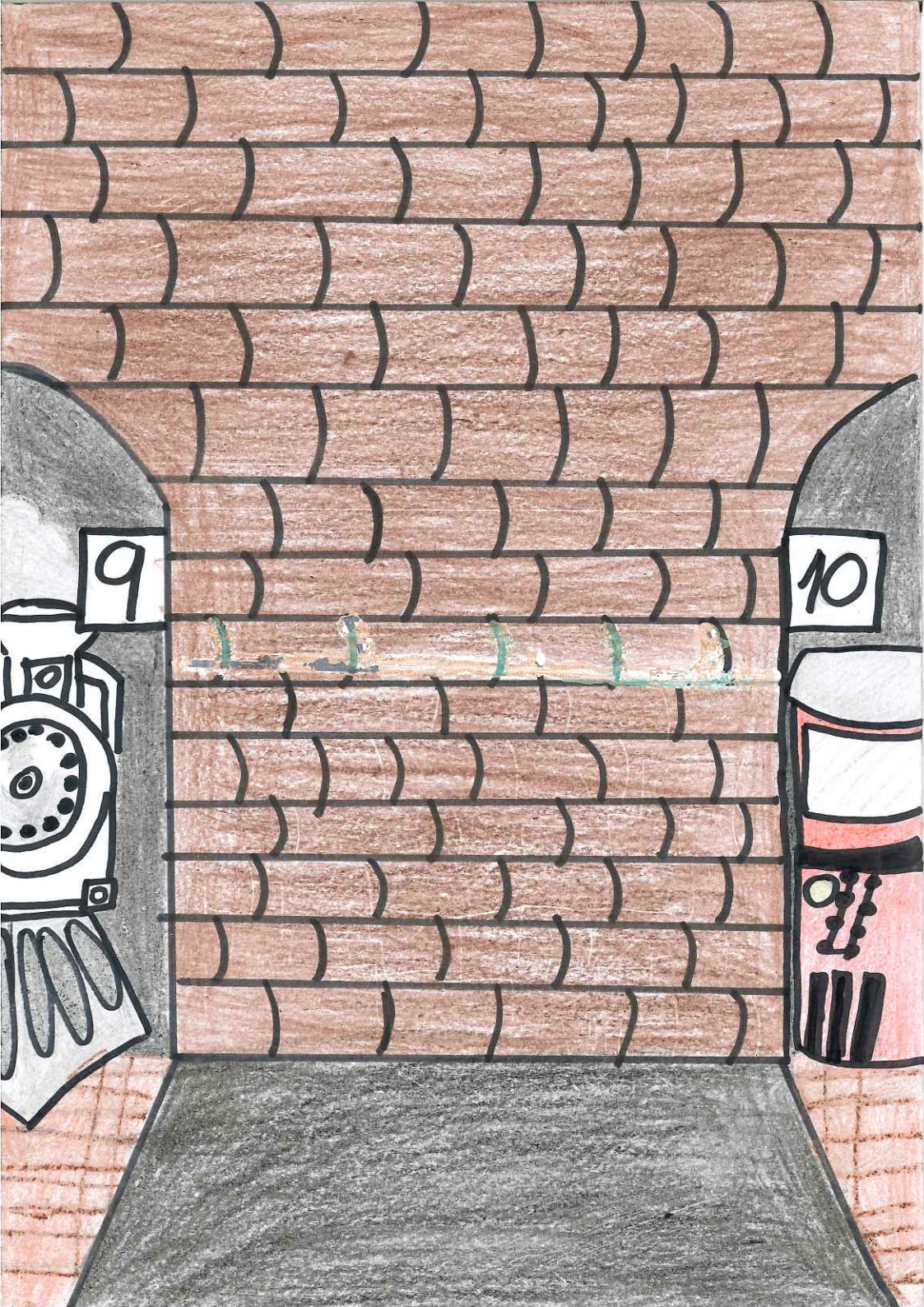


# CURIOSIDADES DE HARRY POTTER

Durante el rodaje de Harry Potter y el prisionero de Azkaban, le cosieron los bolsillos de las tunicas a Tom Felton para evitar que cogiera comida.

Tom Felton, que interpreta a Draco Malfoy, originalmente audicionó para los papeles de Harry y Ron.

Daniel y Rupert se enamoraron de Emma durante el rodaje.



# QUE SIGNIFICAN LOS COLORES PARA MI?

## AZUL.

○ El Azul para muchas personas significa tranquilidad o cosas parecidas, pero para mí el azul, mi opinión es que significa a la tristeza, al frío y me recuerda al mar.

## AMARILLO.

○ El amarillo es el color de la alegría, del poder porque, el poder siempre es amarillo.

## ROSA.

El Rosa me recuerda a las flores, a la primavera, al amor y por la peli de Barbie que era todo rosa.

## ROJO

El ROJO me recuerda a la rabia, a la pasión, al fuego, a las peleas y a las fogatas que se hacen para calentarse.

## Verde

El verde me recuerda al asco, a cuando algote da asco, también me recuerda a los bosques y a los árboles gigantes.



# ANIMALES QUE MÁS ME GUSTAN

1. Gato



Conejo 2.



3. Perro



Panda 4.



6. Elefante



Tigre Blanco 5.



7. mini pig



ciervillo 8.





Un  
día  
en la  
UCA

## diario de la U.C.A

A las 8:00 nos despertamos seguidamente salimos y vamos al control a tomar nos la temperatura y tensión y las pastillas coemos las toallas y la esponja. Después de la ducha vamos a desallumar seguidamente pasamos a la sala común los días que toca sport por la mañana nos ponemos calzado adecuado para hacer sport los días que no toca sport hacemos actividades con las Andreas.

después de hacer Bport  
hacemos patio. Cuando acabamos  
el patio subimos a la Sala  
común o vemos la tele. Seguramente  
nos preparamos para comer  
después de comer quien quiera  
se puede ir a hacer las cosas.  
después de la siesta me quedamos.  
Después bajamos al patio  
la gente que tiene visita/  
permiso se van después del patio  
subimos a la Sala común  
quien se quiere duchar se ducha  
Seguramente vamos de uno en uno  
a tomar la medicación. Seguidam-  
ente vamos al comedor a cenar.  
después de cenar quien se quiere  
ir a dormir se va y la gente  
que se queda ven una película

## COMO ME SIENTO AQUI?

Aquí cuando llegue tenía un poco de miedo  
por como me iban a tratar pero al final  
pero al final me trataron bien.  
Haber la UCA esta bien (la comida a veces  
no), pero también esta un poco mal porque  
porque heques demenos a tus familiares, pero  
por suerte te dejan tener visitas.

## COSAS QUE ME GUSTAN?

- El bolenbol.
- Las pulseras.
- Descargar musica.
- Escuchar musica.
- Ver pelis.
- Ir al patio



muy bonito



QUE LO HEMOS HECHO TODOS JUNTOS  
FUE ALGO DIFERENTE

-Fue muy divertido  
-Comparti con mis compañeros  
-El mural quedo menos aburrido

1. Conocimos gente nueva  
2. Fue divertido



-Me gusto el estilo Minimalista del Mural  
-Fue divertido Pintar



- Aunque este muralito siempre sale el sol  
• Nunca digas nunca



Hemos tomado el sol



ME DI CUENTA A NO SEME OMBATIR  
MAL PINTAR  
ALGO NUEVO

Cultura

Cómic

NO POR FAVOR  
NO TE VAYAS



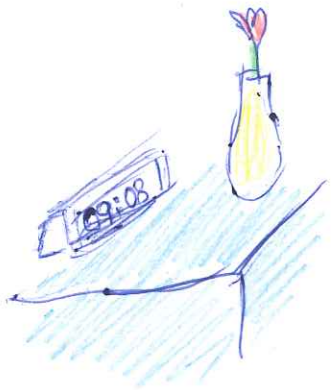
YO AUN TE  
AMO



MAMI



Solo fue una pesadilla



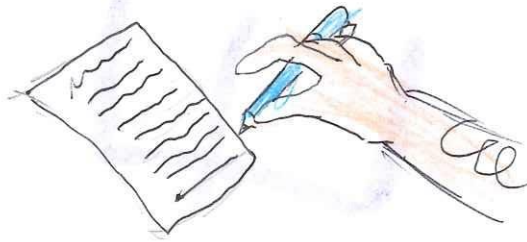
ya es tarde!!



UNIDAD DE CRISIS de  
ADOLESCENTES



firme aqui y aqui



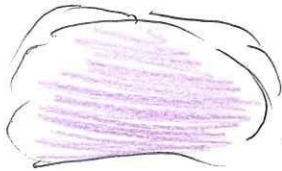
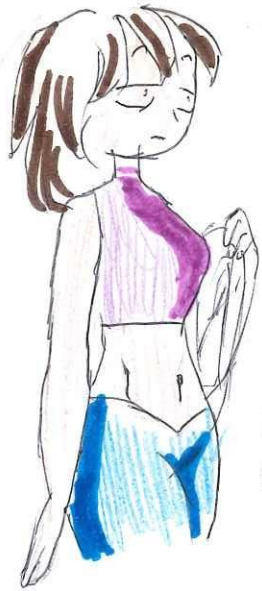
No se como se va este  
nuevo ingreso



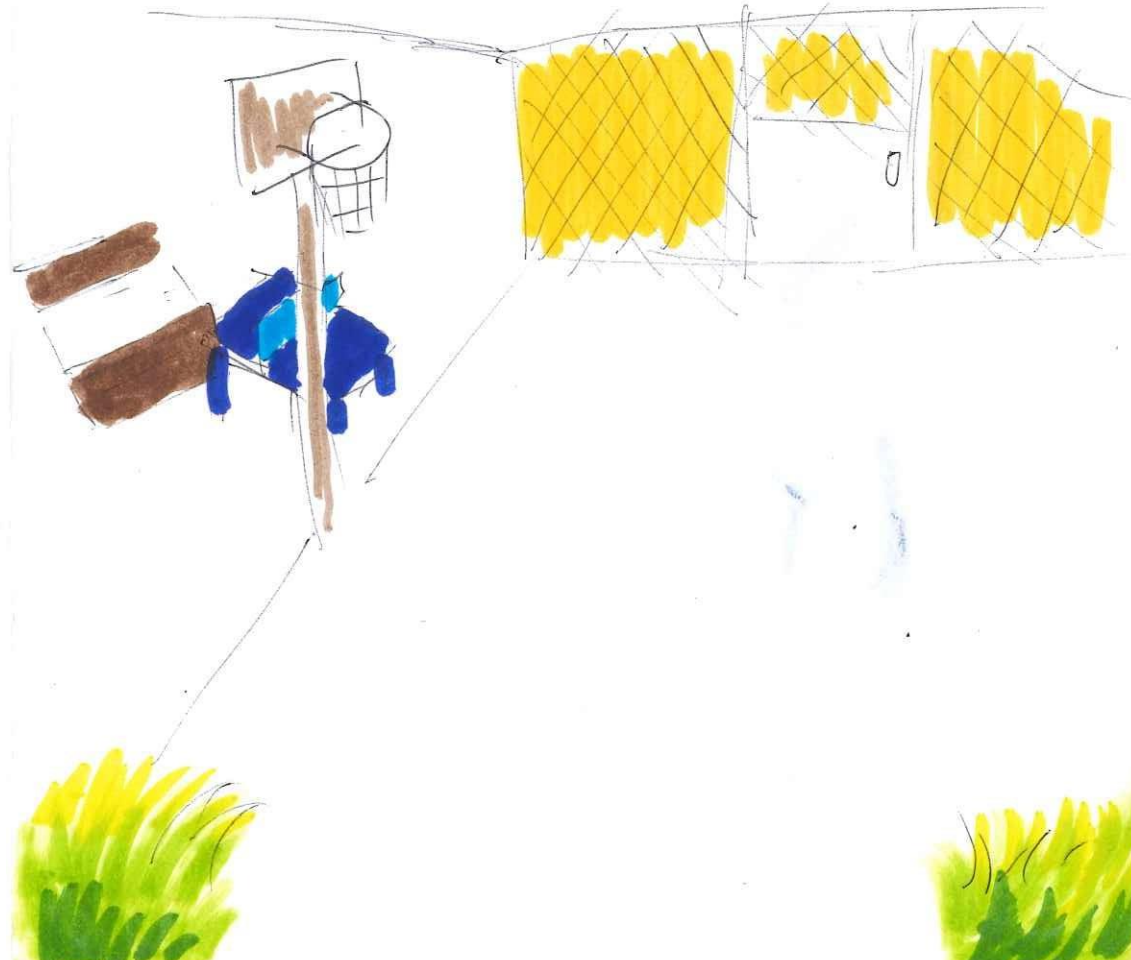
SOLO espero  
que salga  
bien



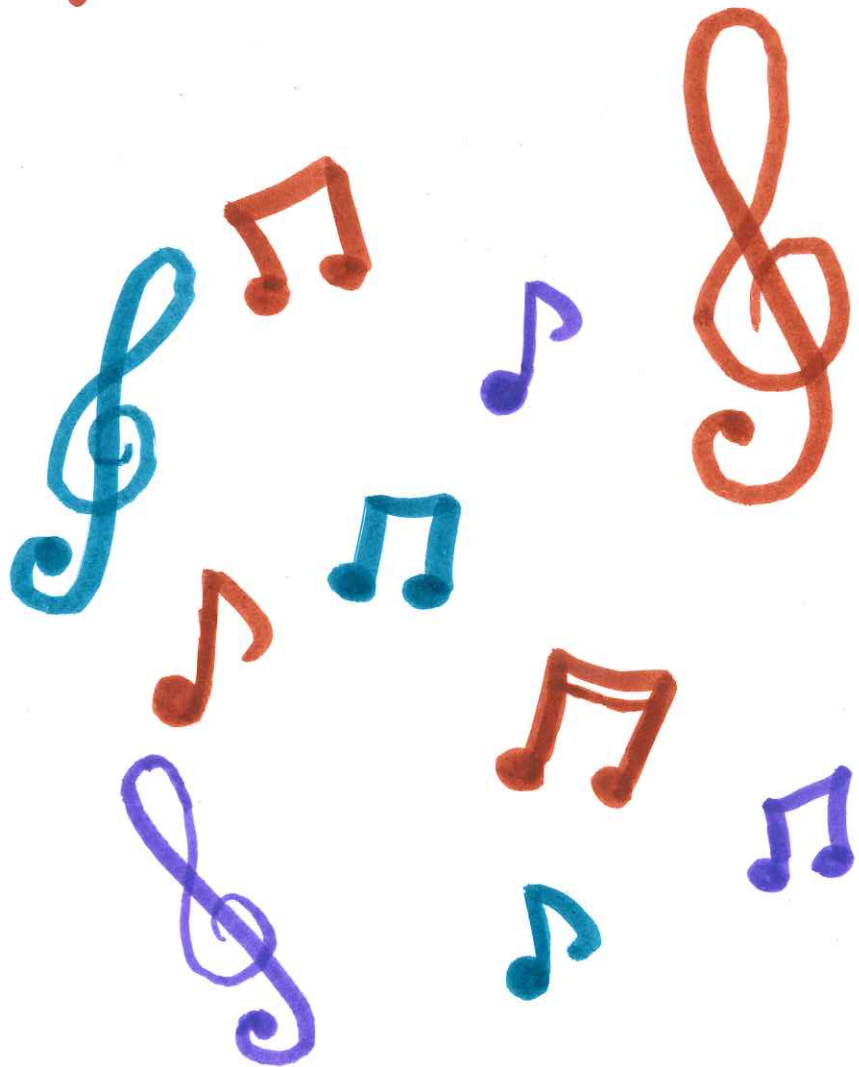
Esta es tu habitacion



Muy bien



# MUSICÁ



Duki

Mauro Ezequiel Lombardo Quiroga, más conocida como Duki o Duke, es un rapero, cantante y compositor argentino. Es el cantante favorita de mucha gente incluyendo a mí, su canción más conocida es "She don't give a FO" con más de 535 millones de visualizaciones. Es mi cantante favorita por muchas cosas, me siento identificada con muchos de sus temas y me encanta como canta, mi sueño es ir a un concierto suyo.

# CANCIONES LATINAS

Flores  
Della Fuente



Ganguero  
Keynem

Imaiferende  
A1might x



Piensen  
Myke Towers



Mgnaxer  
El grandetoto



ES DE LA MAFIA  
DE LA MAFIA DEL AMOR

musia

Permanita  
Jarfater



Ready pa morir  
yung beef

Consentia  
Della Fuente

Dice que no me  
quiere  
LA MAFIA DEL AMOR





# deftones

Deftones es una Banda de metal formada en California, en 1988.

Deftones esta formado Por: Chino moreno (vocalista) Stephen cadpeter (guitarrista) Abe Cunningham (Baterista) Chi Cheng (Bajista) quien tristemente falleció despues de un coma en 2013. El Primer album de la Banda fue Adrenaline, lanzado en 1995. personalmente mi album favorito de deftones es around the sun, white pony y adrenaline.

Dikelyjo  
a

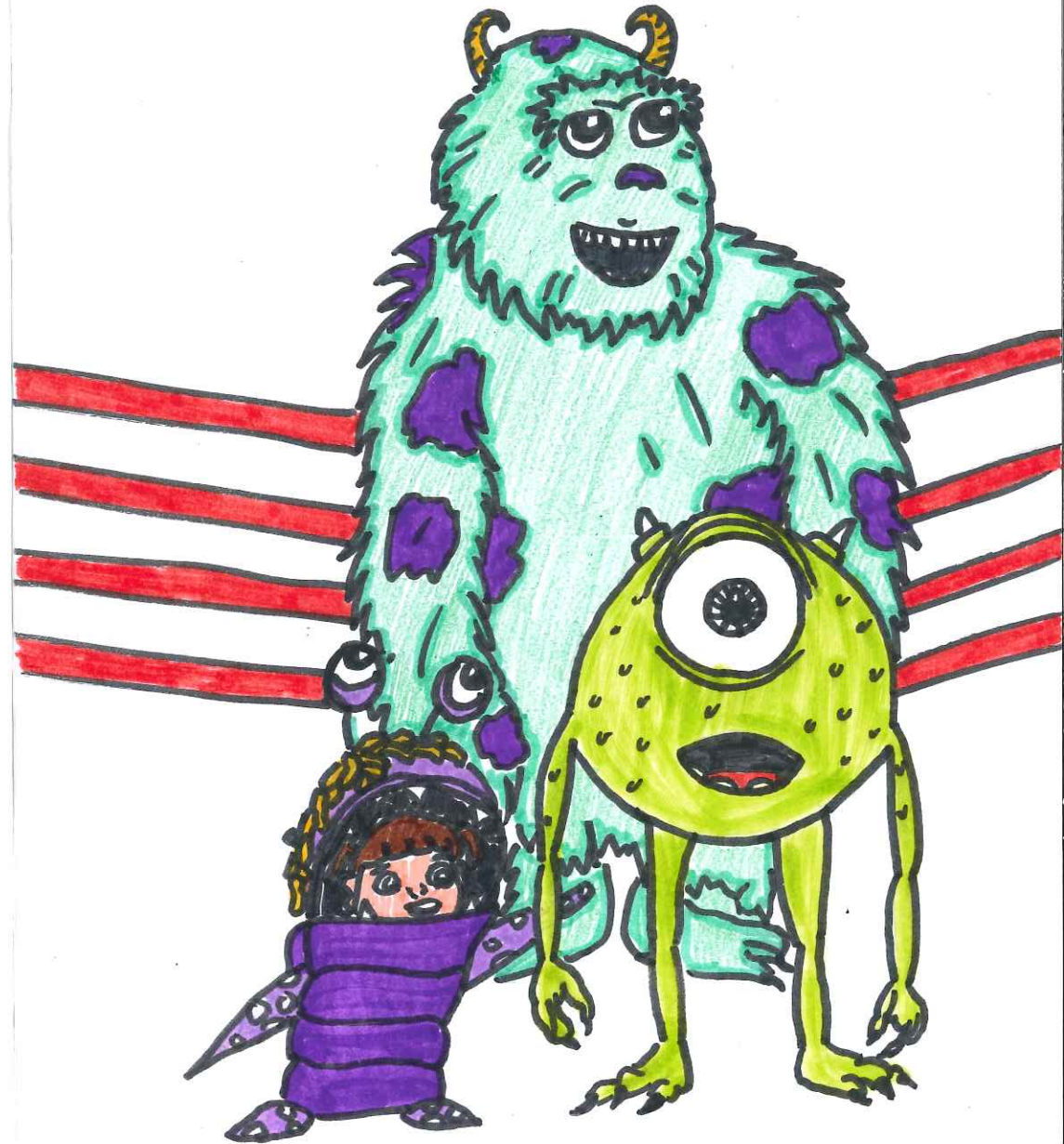
Animad  
os

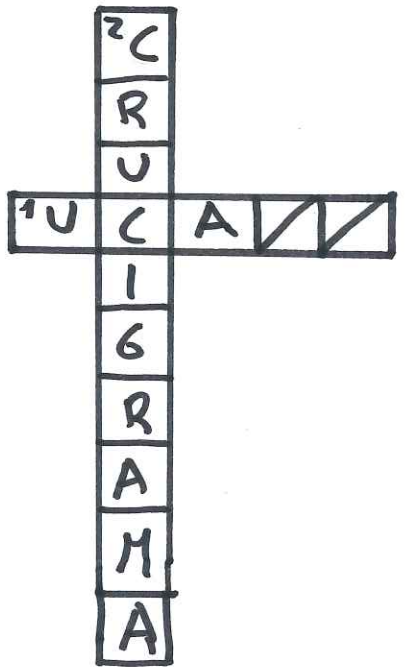
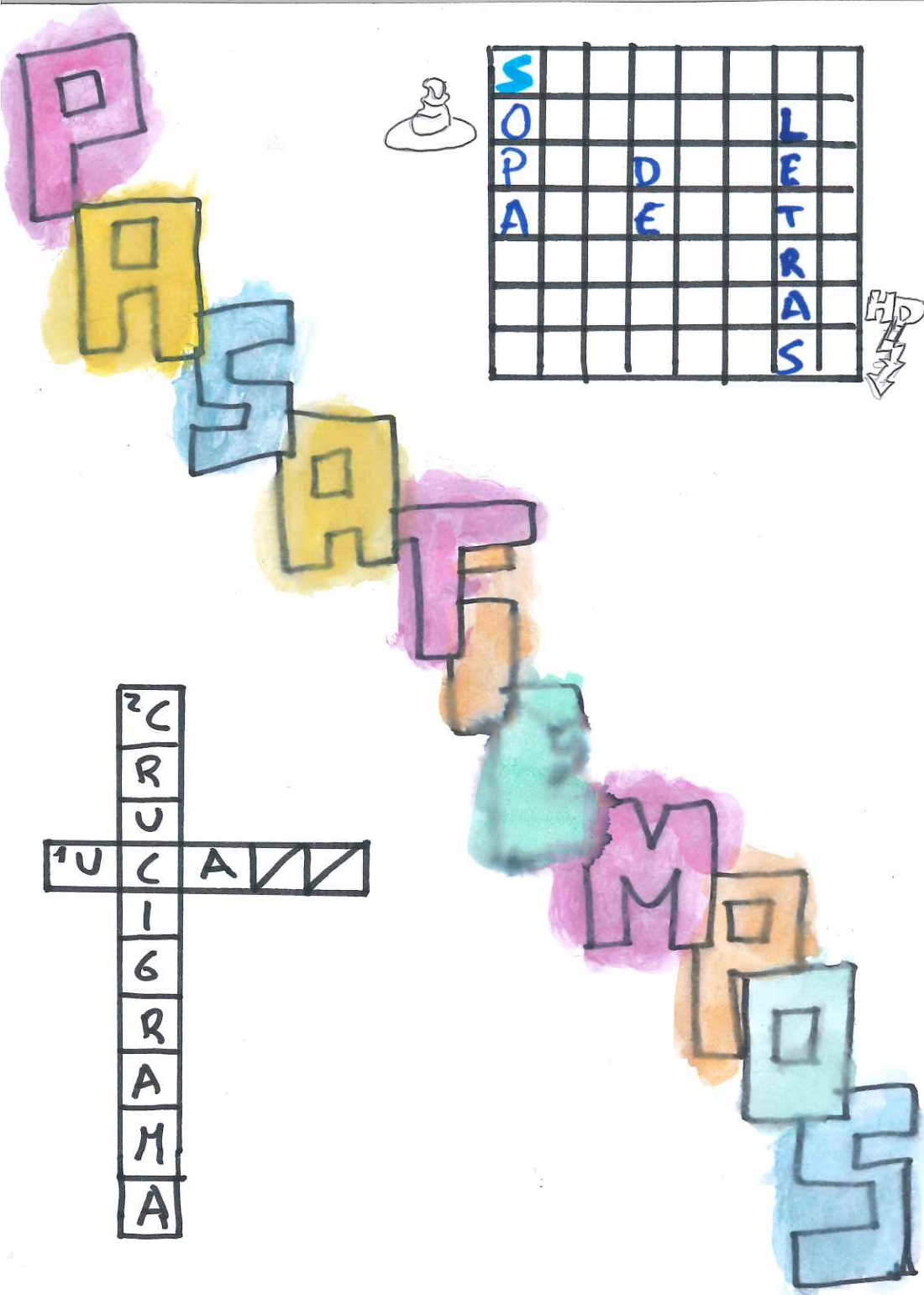


# MAFALDA

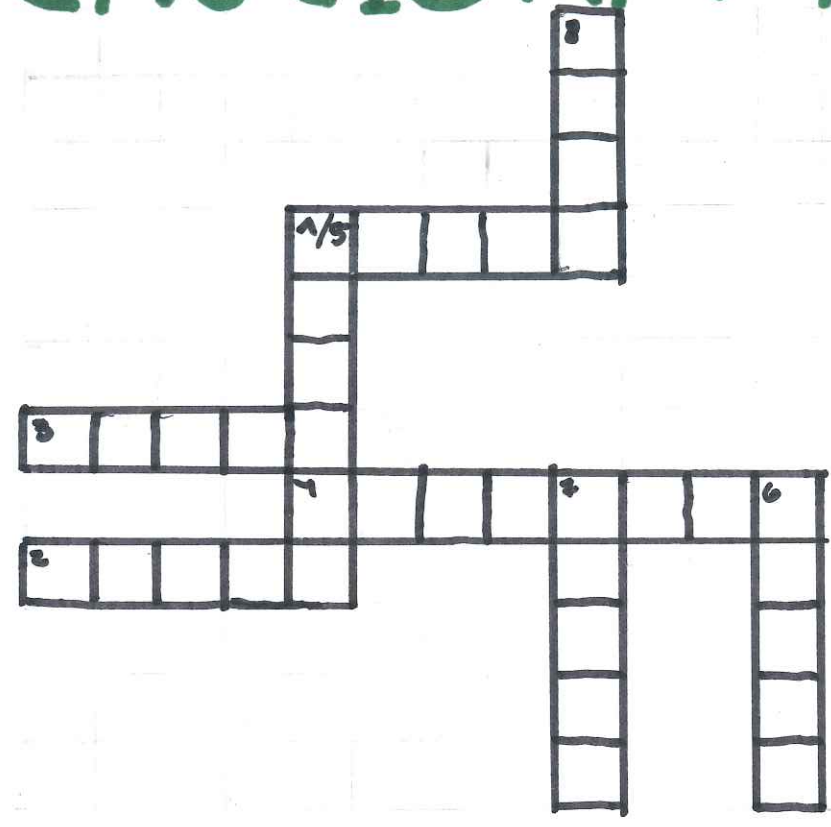


# Monstruos S.A





# CRUCIGRAMA



## Horizontal:

1. Cria de la gallina
2. Pareja del caballo
3. Animal relacionado a la suiedad
4. Procedente de un capullo

## Vertical:

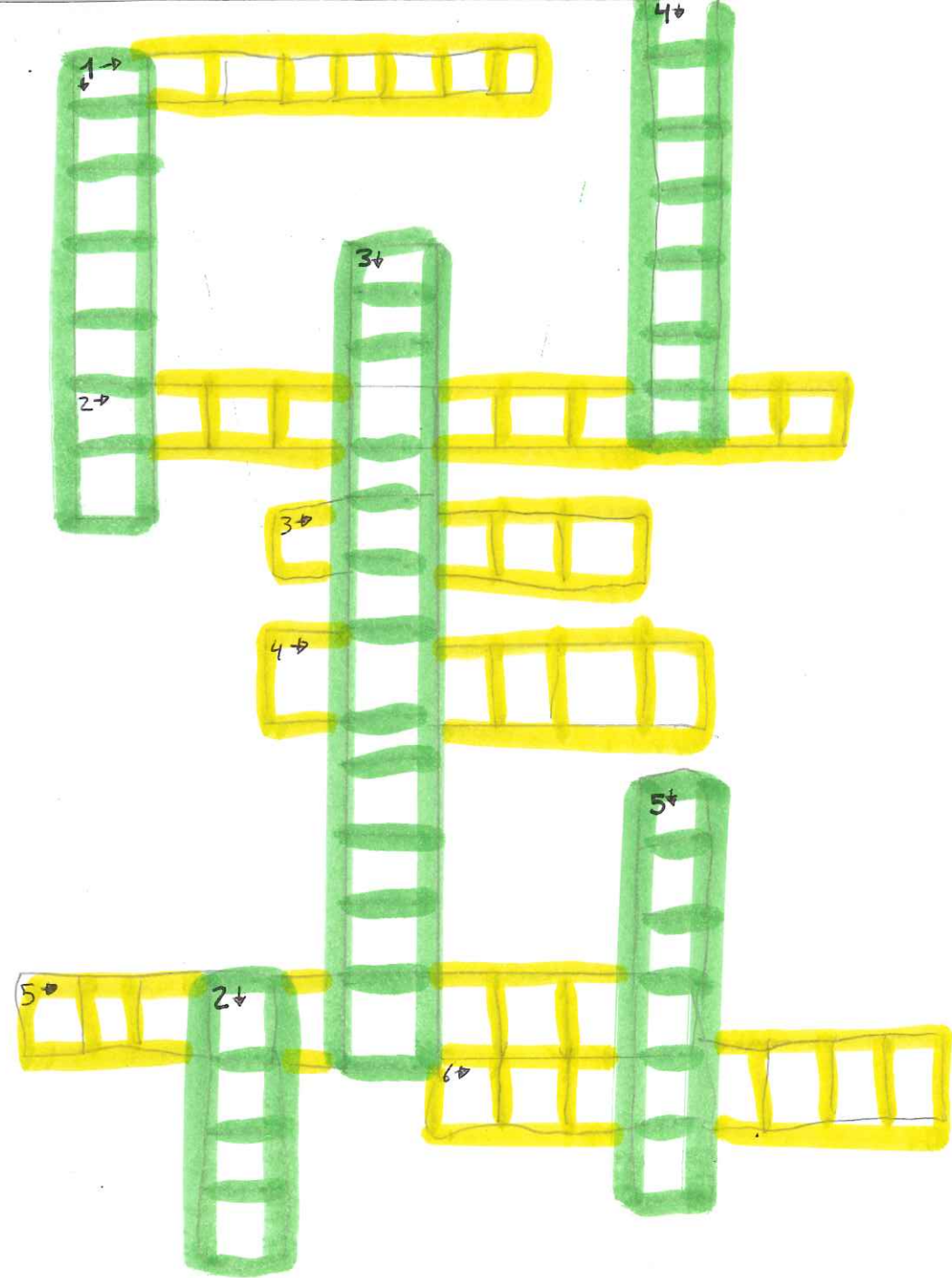
5. "rata con alas"
6. insecto de 8 patas
7. Mejor amigo del hombre
8. Pareja de la vaca

## Vertical:

1. Chute desde los 11 metros.
2. Aficionado del Barça.
3. Pelota que supera la línea de defensa.
4. Persona imparcial que lleva silbato.
5. objeto redondo que se utiliza para chutar

## Horizontal:

1. Tres palabras unidas por una red.
2. Penalización y expulsión
3. Superficie en la que se juegan los partidos.
4. Aficionado del Español
5. Grupo de gente que anima sentados en la grada.
6. Competición entre 2 equipos



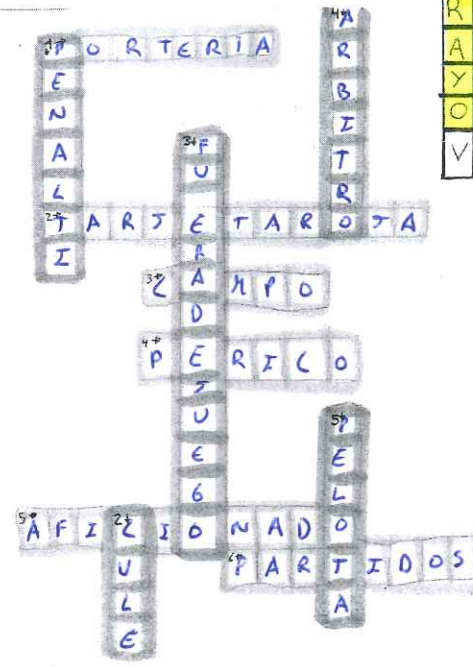
# SOPA DE HARRY POTTER

B	O	M	S	O	S	B	A	T	O	C	N	S	B
Y	I	A	L	O	H	O	M	O	R	A	S	I	I
I	P	I	P	O	V	E	L	V	C	R	S	V	M
B	Z	S	Z	Y	C	E	L	L	A	O	Z	T	U
R	A	B	C	H	A	N	V	Y	R	R	F	V	G
V	J	R	O	C	G	A	E	F	B	Y	O	G	
E	K	P	O	T	T	E	R	V	B	T	T	L	L
L	V	O	N	Y	E	B	I	A	R	C	T	D	E
R	C	N	S	A	M	A	T	O	N	I	E	E	X
A	V	M	U	O	V	M	A	G	O	G	V	M	U
Y	T	Z	S	U	N	R	N	O	N	A	E	O	N
O	S	C	S	M	N	I	M	F	G	B	H	R	O
V	B	T	Y	C	M	S	T	H	J	T	U	T	I

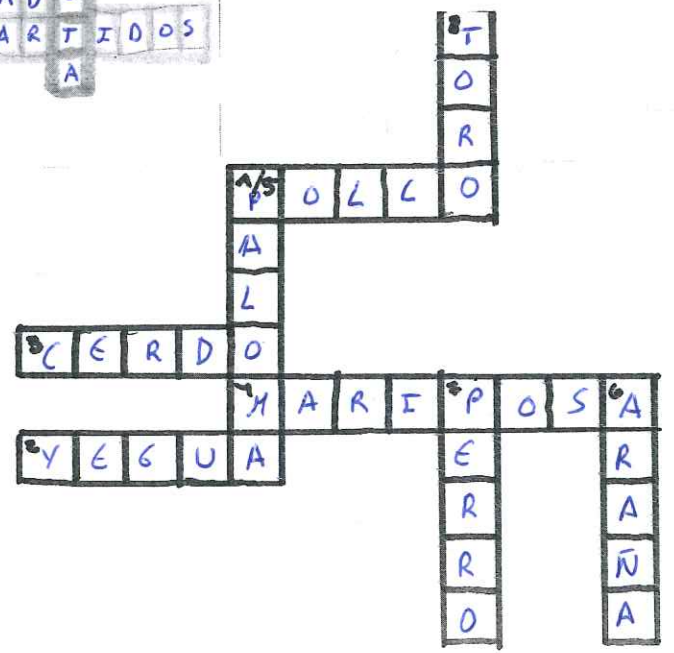
- 1 - Potter
- 2 - Varita
- 3 - Mago
- 4 - Muggle
- 5 - Ron
- 6 - Granger
- 7 - Sombrero
- 8 - Rayo
- 9 - Alohomora
- 10 - Voldemort

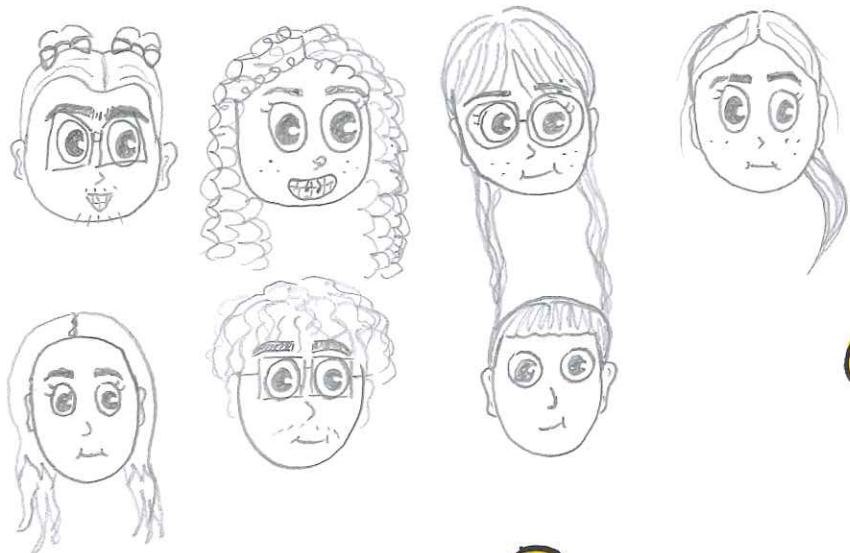
# SOPA DE HARRY POTTER

B	O	M	S	O	S	B	A	T	O	C	N	S	B
Y	I	A	L	O	H	O	M	O	R	A	S	I	I
I	P	I	P	O	V	E	L	V	C	R	S	V	M
B	Z	S	Z	Y	C	E	L	L	A	O	Z	T	U
R	A	B	C	H	A	N	V	Y	R	R	F	V	G
V	J	R	O	C	G	A	E	F	B	Y	O	G	
E	K	P	O	T	T	E	R	V	B	T	T	L	L
L	V	O	N	Y	E	B	I	A	R	C	T	D	E
R	C	N	S	A	M	A	T	O	N	I	E	E	X
A	V	M	U	O	V	M	A	G	O	G	V	M	U
Y	T	Z	S	U	N	R	N	O	N	A	E	O	N
O	S	C	S	M	N	I	M	F	G	B	H	R	O
V	B	T	Y	C	M	S	T	H	J	T	U	T	I

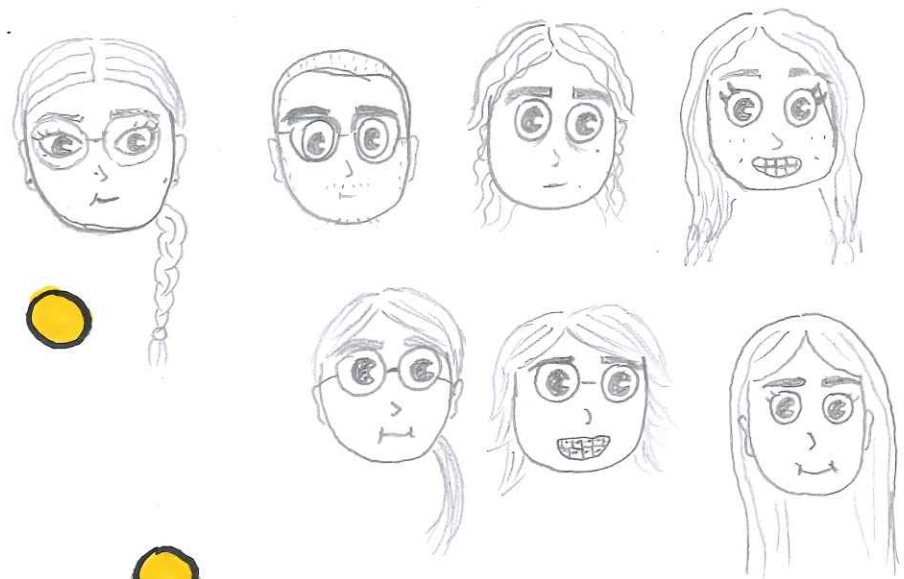


## solucionario





¿Quién



es quién?

# Beauty

# Skin Care

## MAQUILLAJE

Rutina de mañana para tener la piel perfecta

1. Empieza tu rutina facial perfecta eliminando los residuos e impurezas

Limpia tu rostro con un agua micelar suave e hidratante como ISDIN Micellar Solution

2. Si lo necesitas, aplica un contorno de ojos

Es recomendable usar contorno de ojos todos los días, siempre después de haber limpiado la cara. Es una zona muy delicada y frágil ya que la piel alrededor de los ojos es la más fina y sensible de todo el rostro, se recomienda K-Ox Eyes de Isdinactics

Aplica una pequeña cantidad en el dedo anular y aplícalo alrededor del ojo dando ligeros taquécitos.

3. Ilumina tu piel con un serum antioxidante

Si queremos tener una piel radiante y preparada para el día, en nuestra rutina facial no puede faltar un buen serum antioxidante. Aplica un sérum con vitamina C pura y fresca como Fluo-C Forte.

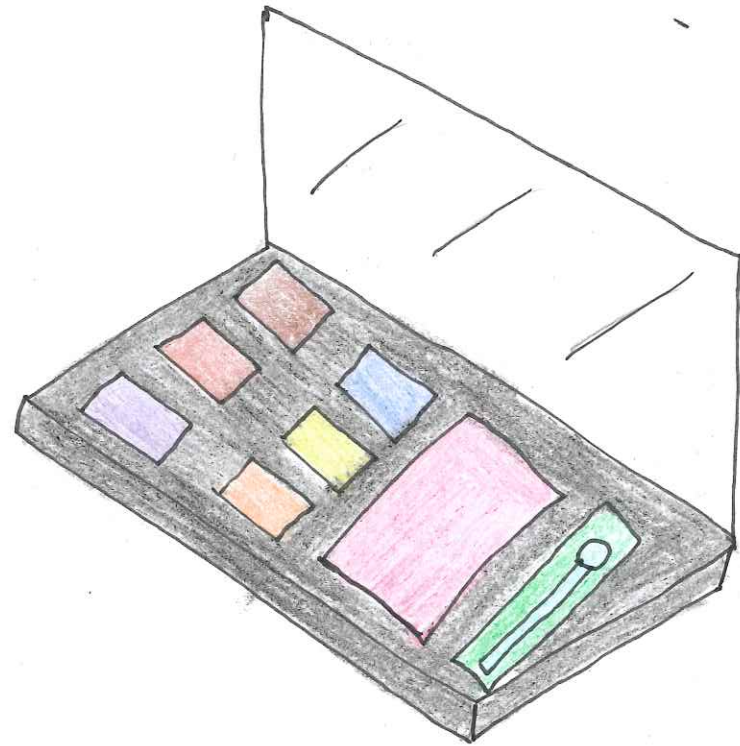
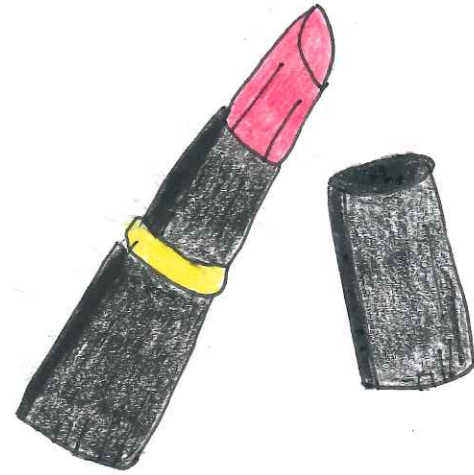
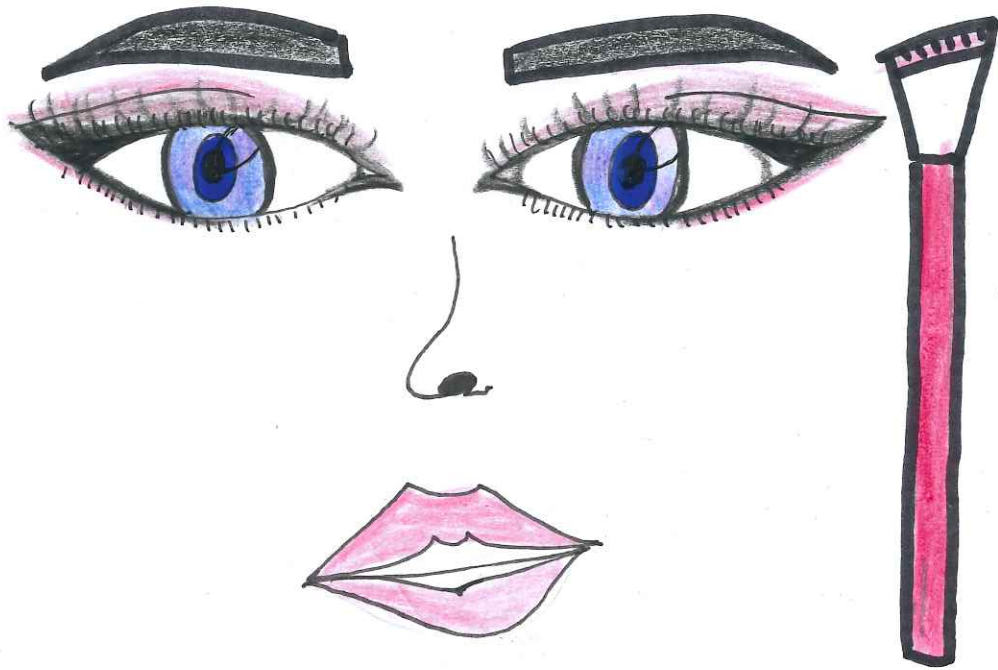



#### 4. Hidrata tu piel

A continuación, aplica una crema como A.G.E. Reverse Day.

5. Acaba tu rutina facial perfecta con un protector solar.

Por último, aplica el protector solar. El paso que sí si no puede faltar. Una muy buena opción es utilizar un protector solar con color como Age Repair Color



La vida  es DURA!!

PERO...



MÁS DURA ES



LA



VERDURA

