

**[T-LA]**  
tiempo  
libre  
alternativo

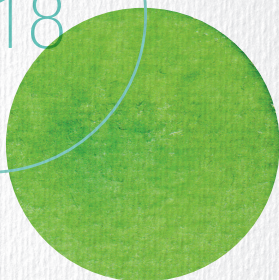
2018

IN  
VIER  
NO





2018



Ayuntamiento  
Cartagena

[www.cartagena.es](http://www.cartagena.es)





# Hola

El T-LA es un programa de Tiempo Libre Alternativo promovido por la Concejalía de Juventud de Cartagena y dirigido a jóvenes con edades comprendidas entre los 14 y los 35 años. Este programa cuenta con un amplio abanico de actividades recreativas, deportivas, creativas y culturales que no sería posible sin la participación de las asociaciones juveniles, así como de otras entidades a las que denominamos Grupo Promotor. La organización y desarrollo de las actividades se realiza en instalaciones municipales, espacios propios de asociaciones, centros educativos y espacios privados, creando así una red al servicio de nuevas formas de ocio juvenil.

**El programa se organiza trimestralmente y sus actividades se llevan a cabo durante la semana y con más intensidad los fines de semana.**

A continuación te presentamos el programa de Invierno 2018 que se desarrollará entre los meses de enero a marzo y en el que encontrarás entre otras actividades: viajes, excursiones, talleres, cocina, fotografía, senderismo, conciertos, puenting, primeros auxilios, cómic o astronomía.

# ENERO



## JUEGOS DE MESA

**TODOS LOS SÁBADOS DEL TRIMESTRE EN HORARIO DE 17:45H A 20:30H.**

Lugar: Área Joven Los Barreros (C/ Camino Viejo Pozo Estrecho nº 90. Los Barreros) Agrícola, Alta Tensión, Smallworld... ¿Te suenan estos nombres de juegos de mesa?. Seas veterano o alguien que nunca ha jugado a juegos de mesa modernos, en Distrito Lúdico tenemos una extensa ludoteca donde podrás aprender y jugar a estos y muchos más. Actividad gratuita previa inscripción en: [distritoludico@gmail.com](mailto:distritoludico@gmail.com)  
Colabora: Asociación Distrito Lúdico.

## JUEGOS DE ROL

**TODOS LOS DOMINGOS DEL TRIMESTRE EN HORARIO DE 17:45H A 20:30H.**

Lugar: Área Joven Los Barreros (C/ Camino Viejo Pozo Estrecho n.º 90. Los Barreros)  
Pon a prueba tu capacidad de inmersión y narración en partidas de rol interpretativo que realizamos en la asociación. ¿Viajes por la Tierra Media?, ¿el terror personal de Mundo de Tinieblas?. Nuestras puertas están abiertas a cualquier interesado, sean novatos o veteranos.  
Actividad gratuita previa inscripción en: [distritoludico@gmail.com](mailto:distritoludico@gmail.com)  
Colabora: Asociación Distrito Lúdico.

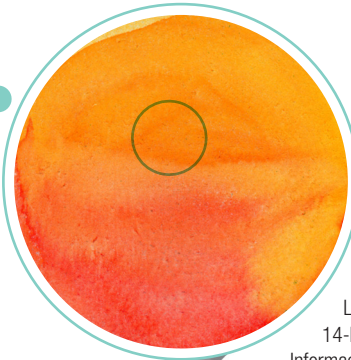
## BIODANZA EN CARTAGENA

**SÁBADO 13 Y 27 DE ENERO. DE 10:30H A 12:30H.**

Lugar. Centro Sanación y Paz. C/ Burgos, 45.  
Biodanza es un sistema que a través del movimiento corporal, la creatividad y la música permite el encuentro humano y con esto, la expresión de los potenciales de cada persona.  
Información y reservas: [info@sanacionypaz.com](mailto:info@sanacionypaz.com) (635691973)  
Colabora: Centro Sanación y Paz.







## CHARLA "CRISTALTERAPIA, LAS PROPIEDADES DE LOS MINERALES"

SÁBADO 13 DE ENERO A LAS 19H.

Lugar: ASORCAR (C/ Juan de la Cueva,  
14-Bajo Izq). Cuota de inscripción: 5€

Información e inscripciones:

asorcar-mediadorsocial@hotmail.com

Colabora: ASORCAR

(Asociación de Personas Sordas de Cartagena)

## TALLER DE TEATRO

DOMINGO 14 DE ENERO.

Lugar: Salón de actos colegio Narval.

Jugaremos haciendo trabajos de interpretación como la animalización y el trabajo con colores y los elementos de la naturaleza par interpretar distintos personajes. Cuota de inscripción: 10€ (con almuerzo/merienda).

Inscripciones e información: fiestaspoligonosanataana@gmail.com

o al 639-570245 Colabora: Asociación Juvenil Polígono de Santa Ana

## TALLER PRÁCTICO "LAS PROPIEDADES DE LAS ARCILLAS"

MIÉRCOLES 17 DE ENERO A PARTIR DE LAS 17H.

Lugar: ASORCAR (C/ Juan de la Cueva, 14-Bajo Izq).

Elaboración de pasta de dientes, mascarillas faciales y capilares, crema reafirmante, desodorante. Colabora: ASORCAR (Asociación de Personas Sordas de Cartagena)

---

## CONFERENCIA GRATUITA "CARTAGENA PÚNICA"

**JUEVES 18 DE ENERO A LAS 19H.**

Lugar: Centro de Recursos Juveniles

Ponente: Santiago García.

Colabora: Gaia Arqueología.

---

## TALLERES DE CARNAVAL

**SÁBADOS 20 Y 27 DE ENERO. DE 16:30H A 18H.**

Lugar: Local Plataforma Juvenil La Palma.

Preparación de disfraces, maquillaje y desfile.

Información e inscripciones: [plataforma\\_juvenil@hotmail.com](mailto:plataforma_juvenil@hotmail.com)

Colabora: Plataforma Juvenil La Palma

---

## TALLER DE INICIACIÓN A LA TÉCNICA FOTGRÁFICA

**SÁBADO 20 DE ENERO DE 9H A 21H.**

Lugar: Centro de Recursos Juveniles.

Conoce los principales aspectos técnicos como el funcionamiento de una cámara, la velocidad de obturación, el diafragma, el ISO, etc, para resolver la mayoría de fotografías cotidianas. Imprescindible llevar cámara de fotos preferiblemente réflex.

Más información e inscripciones: [clikcartagena.es](http://clikcartagena.es)

Colabora: Asociación Fotográfica de Cartagena Klik

---

## SEMINARIOS DE INICIACIÓN AL SHIATSU

**SÁBADO 20 DE ENERO. DE 10H A 13:30H.**

Lugar: Apeadero Barrio Peral.

Al término de cada seminario, conoceremos la teoría y la práctica suficientes para dar Shiatsu en entornos cercanos (familia, amigos, conocidos).

Información e inscripciones: [redcreativos@gmail.com](mailto:redcreativos@gmail.com) o al 627-571108 (Antonio).

Colabora: RE.CR.E.A.

---



## PUENTING EN YÉCHAR, MULA.

DOMINGO 21 DE ENERO. SALIDA A LAS 9H DESDE RECURSOS JUVENILES.

¡¡Descarga toda tu adrenalina!!

Cuota de inscripción: 39€

Imparte: Charate

## NOCHES DE ASTRONOMÍA "NÓMADAS. LAS VERDADERAS DIMENSIONES DEL SISTEMA SOLAR"

VIERNES 26 DE ENERO DE 22H A 01:30H.

Lugar: Centro Juvenil de Canteras/Centro Astronómico. Imparte: Andrés Ros González.

Actividad gratuita previa inscripción.

Colabora: Asociación Astronómica de Cartagena.

## VÍA FERRATA K2. CAÑÓN DE ALMADENES. CIEZA

SÁBADO 27 DE ENERO.

Salida a las 8h desde Recursos Juveniles.

Cuota de inscripción: 29€

Imparte. Charate

## MURCIA JUMP PARQUE DE TRAMPOLINES

SÁBADO 27 DE ENERO.

Salida a las 9h desde Barrio Peral.

Murcia Jump llega pisando fuerte, ofreciéndote el primer parque de trampolines cubierto de la Región de Murcia. Donde podrás entretenerte con nuestras clases de fitness y actividades deportivas como nunca habías experimentado.

Cuota de inscripción: 15€ adulto y 10€ niño@s.

Información y reservas: [gruposcout90@gmail.com](mailto:gruposcout90@gmail.com)

Colabora: Grupo Scouts n.º 90 de Barrio Peral.



---

## REFLEXOLOGÍA PODAL Y MASAJE DE PIES

27 Y 28 DE ENERO. DE 9:30H A 10:30H Y DE 15:30H A 19:30H.

Lugar. Centro Sanación y Paz. Calle Burgos n.º 45.

16 horas de formación teórica y práctica. Conceptos y maniobras. Se entrega certificado.

Información y reservas: [info@sanacionypaz.com](mailto:info@sanacionypaz.com) (635691973)

Colabora: Centro Sanación y Paz.

---

## RUTA "PAISAJE LUNAR DE CERILLAR"

DOMINGO 28 DE ENERO.

Salida en autobús a las 8:30h desde Plaza España.

Atractiva y fácil excursión senderista a través de un laberinto de ramblas y oquedades que se forman en este tipo de terrenos. El Paisaje lunar se encuentra entre la Sierra de la Cresta del Gallo y la Sierra de los Villares, de camino hacia el Campo de Cartagena.

Distancia 14kms. Desnivel acumulado a superar: +300m. Tiempo estimado 4 horas.

Cuota de inscripción: 5€

Colabora: Centro Excursionista de Cartagena.





**RETO NAUTILUS EN  
CARTHAGO ESCAPE ROOM POR 20€**

**PÁSATE POR JUVENTUD A RECOGER  
UNO DE LOS BONOS  
UNIDADES LIMITADAS  
CANJEABLES DE LUNES A JUEVES  
NO VÍSPERAS DE FESTIVOS.  
EQUIPOS DE 2 A 4 PERSONAS**

**CARTHAGO  
ESCAPE**



**Ayuntamiento  
Cartagena**

[www.cartagena.es](http://www.cartagena.es)

**ROOM**





# NOS VAMOS A LA NIEVE

No solo se practica el deporte elegido, sino que también es una oportunidad de conocer a gente joven con experiencias inolvidables y disfrute de las actividades en grupo y en contacto con la naturaleza.

Las actividades programadas incluye el transporte, clases de iniciación, material (según elección), seguros y en su caso alojamiento.

---

## ESQUI O SNOWBOARD EN SIERRA NEVADA EN UN DÍA

A ELEGIR ENTRE LOS SÁBADOS 13 DE ENERO Y 17 DE FEBRERO Y DOMINGO 11 DE MARZO.

Modalidades de inscripción:

65€ (sin material ni clases) / 70€ (sin material o clases) / 75€ (material y clases)

Consulta el itinerario y detalles de la actividad en [recursosjuveniles@ayto-cartagena.es](mailto:recursosjuveniles@ayto-cartagena.es) o en [juventud.cartagena.es/tla](http://juventud.cartagena.es/tla).

---

## MURCIA BAJO CERO

Es un programa de la Dirección General de Juventud de la Región de Murcia, destinado a jóvenes con edades de entre 14 y 36 años, por el que se ofertan actividades de esquí en los meses de invierno.

---

## EXPERIENCIA 3 DÍAS

DEL 4 AL 8 DE FEBRERO EN FORMIGAL (189€)

DEL 2 AL 4 DE MARZO EN SIERRA NEVADA (189€)

10 DE MARZO EN SIERRA NEVADA (61€).

Podrás participar en estas actividades haciendo tu inscripción bien en tu oficina de turismo más cercana (Espacio Joven de Cartagena) o bien en [mundojoven.org](http://mundojoven.org).



# FEBRERO

---

## TALLER DE YOGA

**SÁBADO 3 DE FEBRERO DE 9:45H A 13H.**

Lugar. Centro Sanación y Paz. Calle Burgos n.º 45.

Información y reservas: [info@sanacionypaz.com](mailto:info@sanacionypaz.com) (635691973)

Colabora: Centro Sanación y Paz.

---

## RUTA "ICONOGRAFÍA SACRA"

**SÁBADO 3 DE FEBRERO A LAS 11H**

Desde explanada Cementerio Ntra. Sra de los Remedios.

Visita guiada por los panteones más importantes del cementerio de Santa Lucía.

Cuota actividad: 3€.

Colabora: Gaia Arqueología.

---

## TALLERES DE CARNAVAL

**SÁBADOS 3 Y 10 DE FEBRERO. DE 16:30H A 18H**

En local plataforma Juvenil La Palma

Preparación disfraz, maquillaje y desfile

Información e inscripciones: [plataforma\\_juvenil@hotmail.com](mailto:plataforma_juvenil@hotmail.com)

Colabora: Plataforma Juvenil La Palma

---

## RAP SINFÓNICO

**SÁBADO 3 DE FEBRERO A LAS 20H**

En el Palacio Consistorial (Ayuntamiento Cartagena).

En directo unos 15 artistas grabaran temas propios relacionados con el Hip Hop o Cultura Urbana junto a la Orquesta Sinfónica del Conservatorio de Música de Cartagena con 50 músicos.

Dirige la orquesta: Gines Martínez Vera. Organiza: UrbanCT



[T-LA]  
tiempo  
libre  
alternativo

2018

IN  
VIER  
NO





---

## **IV CONVIVENCIA INFANTIL. CARNAVAL 2018 EN SANTA ANA.**

**JUEVES 8 DE FEBRERO. A PARTIR DE LAS 16H**

4ª edición de nuestra gran convivencia entre pequeños y adultos. Ven a disfrutar en este día disfrazándote con nosotros. Al finalizar el pasacalles tendremos hinchables, photocall, juegos... Colabora: Asociación Juvenil Polígono de Santa Ana.

---

## **CARNAVAL CON RASCASA**

**VIERNES 9 DE FEBRERO A PARTIR DE LAS 17H**

En local de la Asociación (C/Sol, 16. Los Mateos). Pasacalles y fiesta de disfraces para todos. Más información sobre esta actividad: [asoc.rascasa.dinamizacion@gmail.com](mailto:asoc.rascasa.dinamizacion@gmail.com)  
Colabora: Asociación Rascasa

---

## **DESFILE, BAILE Y CONCURSO DE CARNAVAL EN LA PALMA**

**DOMINGO 11 DE FEBRERO A LAS 16H**

Desde plaza José Moral (Desfile) y en el Centro Cívico (Baile y concurso de disfraz individual y grupal). Información e inscripciones: [plataforma\\_juvenil@hotmail.com](mailto:plataforma_juvenil@hotmail.com)  
Colabora: Plataforma Juvenil La Palma

---

## **TALLER DE LIMPIADORES DEL HOGAR NATURALES**

**VIERNES 16 DE FEBRERO A LAS 16H**

Lugar: ASORCAR (Calle Juan de la Cueva, 14-Bajo Izq).  
Elaboración de lava vajillas, desinfectante, desengrasante, limpia cristales, multiusos, etc.  
Cuota de inscripción: 30€ Colabora: ASORCAR (Asociación de Personas Sordas de Cartagena)

---

## **TALLER DE INTRODUCCIÓN A LA CAPOEIRA**

**VIERNES 16 DE FEBRERO, DE 18 A 20H**

Lugar: A.V.V Santa Lucía (Calle Pedro Jorquera, n.º 5)  
Conoce esta lucha brasileña disfrazada de baile, con ritmos, música... y ¡diversión asegurada!  
Cuota de inscripción: 2€ Inscripciones y más información: [abadacartagena@gmail.com](mailto:abadacartagena@gmail.com)  
Facebook: Abadá Capoeira Cartagena - graduada Sereia  
Colabora: Abadá Capoeira Cartagena.

[T-LA]  
tiempo  
libre  
alternativo

2018

IN  
VIER  
NO



---

## MASTER CLASS “TALLER DE VOZ”

**SÁBADO 17 DE FEBRERO. DE 9H A 14H.**

Imparte: Carmen Acosta (Profesora del departamento de voz Escuela Superior Arte Dramático de Murcia). Cuota de inscripción: 30€. Alumnos aula teatro del Desván (10€).

Información e inscripciones: recursos juveniles.

Colabora: Escuela Taller Teatro del Desván.

---

## RUTA “CARTAGENA SEGÚN POLIBIO”

**SÁBADO 17 DE FEBRERO A LAS 11H**

Desde entrada parque arqueológico. Recorrido por el parque arqueológico del Molinete dónde descubriremos la figura del cronista de guerra romano, así como la manera en la que describió la ciudad de Kart-Hadas. Cuota actividad: 3€ Colabora: Gaia Arqueología.

---

## VIA FERRATA+TIROLINA+RAPEL K4\*\*

**DOMINGO 18 DE FEBRERO**

Salida a las 8h desde Recursos Juveniles. Lugar: El Ciervo. Sierra Espuña.

Cuota de inscripción: 35€

Imparte: Charate.

---

## NOCHES DE ASTRONOMÍA “SOL. NUESTRA ESTRELLA DE VIDA”

**VIERNES 23 DE FEBRERO DE 22H A 01:30H**

Lugar: Centro Juvenil de Canteras/Centro Astronómico.

Imparte: Antonio Martínez Torres. Actividad gratuita previa inscripción.

Colabora: Asociación Astronómica de Cartagena.

---

## SEMINARIOS DE INICIACIÓN AL SHIATSU

**SÁBADO 24 DE FEBRERO. DE 10H A 13:30H**

Lugar: Apeadero Barrio Peral. Al término de cada seminario, conoceremos la teoría y la práctica suficientes para dar Shiatsu en entornos cercanos (familia, amigos, conocidos).

Información e inscripciones: redcreativos@gmail.com o al 627-571108 (Antonio).

Colabora: RE.CR.E.A.



---

## MASAJE DE ESPALDA

**24 Y 25 DE FEBRERO.**

16h de formación teórica y práctica en las que aprendes a conocer y sentir.

Lugar. Centro Sanación y Paz. Calle Burgos n.º 45.

Info. y reservas: [info@sanacionypaz.com](mailto:info@sanacionypaz.com) (635691973) Colabora: Centro Sanación y Paz.

---

## ¿MASONES EN CARTAGENA?

**SÁBADO 24 DE FEBRERO**

Punto de encuentro a las 11h desde Palacio Consistorial.

Taller panorámico por los edificios modernistas más emblemáticos de la ciudad en el que intentamos responder a esta pregunta. Los participantes recibirán material para sacar por ellos mismos sus conclusiones. Cuota actividad: 3€ Colabora: Gaia Arqueología.

---

## TALLER DE MÁSCARAS DE CARNAVAL

**SÁBADO 24 DE FEBRERO. A LAS 16:30H**

En el Apeadero de Barrio Peral.

Cuota de inscripción: 2€ Colabora: Grupo Scout nº 90 de Barrio Peral.

---

## CARTAGENA TIENE TALENTO

**24-25 DE FEBRERO**

Lugar: Colegio Miralmonte en el Polígono de Santa Ana.

¿Tienes talento?, ¡Ven y demuéstralo! Si crees tienes algún tipo de talento, apúntate en el Concurso de Talentos de Cartagena. También puedes acudir como público. (plazas limitadas).

Categorías: infantil (hasta 13 años) y Senior (a partir de 14 años en adelante).

Inscripciones: 5€ infantil y 8€ senior. Más de 200€ en metálico.

Información e inscripciones: [fiestaspoligonosantaana@gmail.com](mailto:fiestaspoligonosantaana@gmail.com) o 639-570245

Colabora: Asociación Juvenil Polígono de Santa Ana.

---

## CARTAGENA, CIUDAD DE ALMAS

**DOMINGO 25 DE FEBRERO.**

Punto de encuentro a las 11h desde puerta principal Antigua Catedral

Cuota actividad: 3€ Colabora: Gaia Arqueología.

---

## CIUDAD DE LAS ARTES Y LAS CIENCIAS DE VALENCIA

**DOMINGO 25 DE FEBRERO**

Salida a las 7h desde Recursos Juveniles.

Descubre en un mismo día el oceanográfico, Hemisferic y Museo de las Ciencias.

¡¡Una actividad que no puedes perderte!!.. Cuota de inscripción: 30€

---

## LAS PALABRAS OCULTAS

**DOMINGO 25 DE FEBRERO, A LAS 11H**

En el Centro Bahá'í en C/ Diego Muñoz Calvo, s7nº (junto al IES El Bohío). Si estas interesado en participar en esta actividad contacta con nosotros en aebahaicartagena@hotmail.com o bien en el 626-689496. Colabora: Jóvenes Bahá'ís por la unidad en la diversidad.

---

## RUTA "PICO DE LOS ALMECES. RICOTE"

**DOMINGO 25 DE FEBRERO**

Salida en autobús a las 8h desde Plaza España.

Ascensión desde Ricote hasta el pico de los Almececes (1.122 metros), por la senda que asciende por los Cuernos (843m) y bajada por un magnifico camino forestal de la rambla de la Mezquita del Arco. Distancia: 19kms. Desnivel acumulado a superar: +900m. Tiempo estimado: 7 horas.

Cuota de inscripción: 5€ Colabora: Centro Excursionista de Cartagena

---

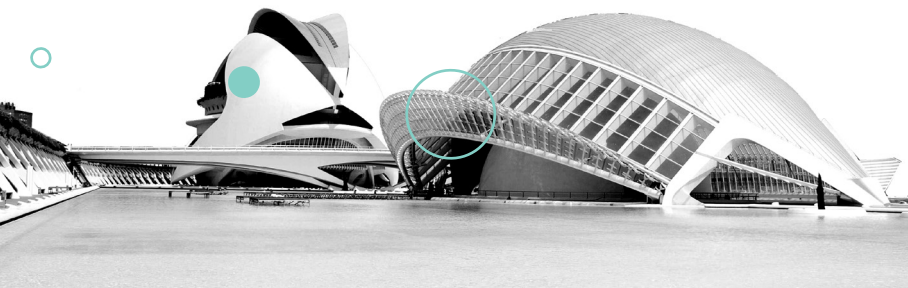
## TALLER DE PARKOUR

**SÁBADO 24 DE FEBRERO Y 17 DE MARZO**

Salida a las 10h desde Recursos Juveniles en autobús a Murcia.

Descubre este deporte. Charla práctica del parkour y sus valores y entrenamiento libre.

Cuota de inscripción: 15€ (incluye autobús). Imparte: Axel Dupre. Colabora: Asociación FAM



# CON EL T-LA EN LA MASA



## PASTELITOS DE INVIERNO

**SÁBADO 20 DE ENERO. 17:30 A 19:30 H**  
Aprenderás cómo hacer un bizcocho esponjoso y rico y también cómo preparar cremas de diferentes sabores. Cuota de inscripción: 15€

## PIRULETAS DE CHOCOLATE ESPECIAL CARNAVALES.

**SÁBADO 10 DE FEBRERO. 11 A 12:30 H**  
Un taller de repostería muy divertido. Prepararemos unas piruletas enormes de chocolate con muchos colores, alegría y arte de carnavales! ¡Te esperamos con tu disfraz y muchas ganas de pasarlo bien! Precio: 15€

## ESPECIAL VALENTINE'S DAY: TALLER DELICIAS DE CHOCOLATE

**SÁBADO 10 DE FEBRERO. 17:30 A 19:30H**  
Crearás con ingredientes naturales un instante mágico para compartir con alguien especial, con tu familia o contigo mismo. Prepararemos las delicias y la caja donde pondremos mucho arte y creatividad. Precio: 18€

## TALLER DE GNOCCHI

**SÁBADO 17 DE FEBRERO. 17:30 A 19:30 H**  
"Ridi che mamma ha fatto i gnocchi!" Los gnocchi son un tipo de pasta típica de Italia, hechos con harina, patatas y huevo, y varias salsas de las cuales te llevarás las recetas y el plato que prepararemos. Precio: 15€

## MUFFINS DE TRIPLE CHOCOLATE

**SÁBADO 3 DE MARZO. 17:30 A 19:30 H**  
Si te gusta el chocolate, no te pierdas este taller! Te enseñaremos una receta fácil y muy sabrosa de muffins con tres tipos de chocolate: negro, con leche y blanco. Podrás llevar a casa tu muffin y la receta. Precio: 15€

## COOKIES DE NUTELLA

**SÁBADO 10 DE MARZO. 17:30 A 19:30 H**  
Unas cookies crujientes con sabor a chocolate fundido dentro...Si quieres aprender cómo hacerlas y llevar a casa una bolsa de galletas para desayunar te esperamos a este taller! Precio: 15€

## LASAÑA CASERA A LA ITALIANA

**SÁBADO 17 DE MARZO. 17:30 A 19:30 H**  
Podrás preparar la masa con una cocinera italiana, aprender a utilizar una máquina clásica de pasta y hacer rellenos diferentes. Este taller te facilitará mucho conocimiento acerca de los secretos de cocina italiana. Llevarás a casa una bandejita de lasaña y la receta! Precio: 18€

## INFORMACIÓN e INSCRIPCIONES:

info@hayatschocolatefactory.com  
LUGAR: Hayat's Chocolate Factory  
C/ del Carmen, nº 39. 2º Izq. Cartagena.  
www.hayatchocolatefactory.com

# MARZO

---

## MUESTRA DE VOLUNTARIADO UCAM CARTAGENA

DEL 1 AL 3 DE MARZO DE 11:00 A 14:00 Y DE 17:00 A 20:30H Plaza Héroes de Cavite  
ONGs y asociaciones que desarrollan actividades de voluntariado en la Comarca de Cartagena mostrarán su trabajo y te enseñarán en qué puedes colaborar con ellas. Colabora: UCAM

---

## CONCIERTO EXTRAORDINARIO “ENTRE CUERDAS Y METALES”

JUEVES 1 DE MARZO A LAS 20H en el Auditorio y Palacio de Congresos El Batel.  
V Concierto Extraordinario en el que se reunirán una formación orquestal excepcional compuesta por músicos de la Orquesta de Cámara de Cartagena y la actuación como solista del contrabajista Emilio Yepes Martínez – I Premio de la IV Edición del Concurso Entre Cuerdas y Metales año 2000, bajo la batuta de Leonardo Martínez.

---

## REIKI SANACIÓN Y PAZ NIVEL I Y II

SÁBADO 3 DE MARZO. DE 9:30H A 13:30H Y DE 15:30H A 19:30H.  
Mejora la vitalidad, el ánimo, la salud física y mental, el equilibrio emocional, la lucidez...  
Lugar. Centro Sanación y Paz. Calle Burgos n.º 45.  
Información y reservas: [info@sanacionypaz.com](mailto:info@sanacionypaz.com) (635691973)  
Colabora: Centro Sanación y Paz.

---

## DÍA DEL NIÑO (FIESTAS PATRONALES)

SÁBADO 3 DE MARZO DE 11H A 12:30H  
(pintacaras y globoblexia) y de 16:30h a 18h juegos tradicionales. Todas estas actividades son gratuitas. Información e inscripciones: [plataforma\\_juvenil@hotmail.com](mailto:plataforma_juvenil@hotmail.com)  
Colabora: Plataforma Juvenil La Palma

---

## PUENTING EN YÉCHAR, MULA.

DOMINGO 4 DE MARZO. Salida a las 9h desde Recursos Juveniles.  
¡¡Descarga toda tu adrenalina!! Cuota de inscripción: 39€ Imparte: Charate



---

## SEMANA DE LA MUJER EN RASCASA

**DEL 5 AL 8 DE MARZO.** Conmemoraremos el día de la mujer con una semana con actividades para todas las edades. Más información: [asoc.rascasa.dinamizacion@gmail.com](mailto:asoc.rascasa.dinamizacion@gmail.com)  
Colabora: Asociación Rascasa

---

## TALLER DE INTRODUCCIÓN A LA CAPOEIRA

**VIERNES 9 DE MARZO, DE 18 A 20H.** Lugar: A.VV Santa Lucía (Calle Pedro Jorquera, n.º 5)  
Conoce esta lucha brasileña disfrazada de baile, con ritmos, música... y ¡diversión asegurada!  
Cuota de inscripción: 2€ Inscripciones y más información: [abadacartagena@gmail.com](mailto:abadacartagena@gmail.com)  
Facebook: Abadá Capoeira Cartagena - graduada Sereia  
Colabora: Abadá Capoeira Cartagena.

---

## VISITA A LOS CHORROS DE RÍO MUNDO

**SÁBADO 10 DE MARZO.** Salida a las 7h desde Centro Cívico La Aljorra.  
Senderismo por el entorno y otras actividades a realizar en este paraje.  
Información e inscripciones: [aavv@aljorra.es](mailto:aavv@aljorra.es)  
Colabora: Asociación de Vecinos La Aljorra.

---

## TALLER "BOTIQUIN NATURAL"

**MIÉRCOLES 14 DE MARZO A LAS 17H.** Lugar: ASORCAR (Calle Juan de la Cueva, 14-Bajo Izq).  
Elaboración de productos esenciales que no deben faltar en nuestro botiquín para un cuidado natural de nuestra salud, para la fiebre, resfriados, antiinflamatorios, picaduras de insectos, quemaduras...  
Cuota de inscripción: 30€ Colabora: ASORCAR (Asociación de Personas Sordas de Cartagena)

---

## TALLER "IMPROVISACIÓN"

**VIERNES 16 Y SÁBADO 17 DE MARZO.** Lugar: Recursos Juveniles.  
Horario: Viernes de 17 a 20h y sábado de 10:30 a 13:30h y de 16 a 20h.  
Cuota de inscripción: 50€. Alumnos aula teatro del Desván: 30€  
Información e inscripciones: Recursos Juveniles.  
Imparte: Javi Soto. \*\*Improvisencia\*\* Colabora: Escuela Taller Teatro del Desván.

---

## NOCHES DE ASTRONOMÍA “TERRAFORMACIÓN. EL RENACER PLANETARIO”

**VIERNES 16 DE MARZO DE 22H A 01:30H**

Lugar: Centro Juvenil de Canteras/Centro Astronómico.

Imparte: Antonio María Cervantes. Actividad gratuita previa inscripción.

Colabora: Asociación Astronómica de Cartagena.

---

## RUTA “AUGUSTO MISTERIO Y PODER”

**DOMINGO 18 DE MARZO.** Punto de encuentro a las 10:30h desde Plaza de la Merced.

Ruta por la ciudad romana en la que se descubre la figura del emperador romano como una divinidad. Incluye visita al Augusteum y al Barrio de Foro Romano. Cuota actividad: 12€

Colabora: Gaia Arqueología.

---

## ACAMPADA DE SEMANA SANTA

**DEL 23 AL 27 DE MARZO.** Estamos cerrando toda el programa de actividades para esta semana, dónde no faltara senderismo, veladas nocturnos, talleres, manualidades, bailes y ganas de pasarlo muy bien. Información e inscripciones: [plataforma\\_juvenil@hotmail.com](mailto:plataforma_juvenil@hotmail.com)

Colabora: Plataforma Juvenil La Palma



---

## SEMINARIOS DE INICIACIÓN AL SHIATSU

SÁBADO 24 DE MARZO. DE 10H A 13:30H. Lugar: Apeadero Barrio Peral.

Al término de cada seminario, conoceremos la teoría y la práctica suficientes para dar Shiatsu en entornos cercanos (familia, amigos, conocidos).

Información e inscripciones: [redreactivos@gmail.com](mailto:redreactivos@gmail.com) o al 627-571108 (Antonio).

Colabora: RE.CR.E.A.

---

## TORNEO FÚTBOL SALA

SÁBADO 24 DE MARZO. DE 17H A 21H. Lugar: Palacio de los Deportes.

Los equipos estarán formados por 5 jugadores cada uno. Fecha límite de inscripción 9 de marzo. Cuota de inscripción: 3€ por jugador. El dinero recaudado irá destinado a un fin social.

Inscripciones contactando en el 648-519906 (javi)

Colabora: Juventudes Movimiento Ciudadano.

---

## VIAJE A SEVILLA Y GRANADA

DEL 23 AL 25 DE MARZO.

El viaje incluye una visita guiada por la capital hispalense de la mano de un guía oficial y una excursión en barco por el río Guadalquivir, 2 noches de hotel en régimen de media pensión y día libre en la ciudad de Granada. Cuota de inscripción: 145€



# ACTIVIDADES PERMANENTES

---

## TALLER DE LOCUCIÓN E INICIACIÓN AL DOBLAJE

DEL 12 DE ENERO AL 16 DE MARZO. VIERNES DE 16H A 18H. Para jóvenes de 8 a 14 años.  
Lugar: Centro de Producción de Contenidos Digitales de la UPCT.  
Información e inscripciones: [info@sonidovisual.com](mailto:info@sonidovisual.com) Imparte: Sonido Visual.

---

## CLASES ABIERTAS DE BREAK

TODOS LOS JUEVES DEL TRIMESTRE DE 18H A 20H en Recursos Juveniles. Comienza el 18 de enero. Clases gratuitas a cargo de monitores profesionales. Organiza: UrbanCT

---

## TALLER DE TEATRO CON EL S.O.I

TODOS LOS MARTES DEL TRIMESTRE a partir del 9 de enero de 18h a 20h en Recursos Juveniles. Inscripción por trimestre: 12,5€ / mes. Colabora: Fundación S.O.I (Servicio de Ocio Inclusivo)

---

## TAI CHI Y MUCHO MÁS...

CADA MARTES Y JUEVES A PARTIR DE 20:30H A 21:30H. Lugar: Apeadero de Barrio Peral (Vía Verde). Tai Chi va a ayudar a mejorar la relación que establecemos con el entorno y con nosotros mismos. Nos equilibra físicamente y también mentalmente.  
Información e inscripciones: [redcreactivos@gmail.com](mailto:redcreactivos@gmail.com) o al 627-571108 (Antonio).  
Colabora: RE.CR.E.A.

---

## TALLER DE GANCHILLO CREATIVO

MIÉRCOLES DURANTE TODO EL TRIMESTRE. DE 17:30H A 19:30H  
Lugar: A.VV Canteras.  
Pon en marcha tu imaginación en este fantástico taller de ganchillo.  
Imparte: M<sup>a</sup> Carmen García Bernabé. Aportación: 10€ mes.  
Información e inscripciones: [asociacionrenacuajos@gmail.com](mailto:asociacionrenacuajos@gmail.com)  
Colabora: Asociación Renacuajos.

---

## CURSO DE RECICLAJE Y CUSTOMIZADO DE ROPA

VIERNES A PARTIR DEL DÍA 12 DE ENERO. DE 11:30H A 13:30H.

Desarrolla tu creatividad dándole a tu ropa un toque personalizado utilizando distintos materiales. Duración del curso 24h (3 meses). Grupos reducidos. Aportación: 30€ mes.

---

## CUENTACUÉNTAME “UN INVIERNO DE CUENTO”

TODOS LOS VIERNES DEL 12 DE ENERO AL 23 DE FEBRERO. DE 17H A 19H

Lugar: Apeadero Bº Peral. Todos nos veremos envueltos en un cuento con la gramática de la fantasía. Inscripciones e información: redcreativos@gmail.com o bien al 630-619276 (Berni). Colabora: RECREA (Red creativa de educadores asociad@s).

---

## TALLERES DE CÓMIC

TODOS LOS SÁBADOS DEL TRIMESTRE EN HORARIO DE 10:30H A 13H

Lugar: Apeadero Barrio Peral.

Aprende dibujo, técnica y narrativa las mañanas del sábado. Te introduciremos en el aprendizaje de los conceptos básicos del dibujo, perspectiva, anatomía, volumen y escenarios. Además exploraremos distintas técnicas e investigaremos narrativa visual, guión y lenguaje del cómic para dar forma a tus historias. Aportación: 20€ mes.

Información e inscripciones: profe@leobodalo.com Imparte: Cuatrogatos USK Cartagena.

---

## TALLER DE CONVERSACIÓN EN INGLÉS

TODOS LOS MIÉRCOLES DESDE EL 17 DE ENERO HASTA EL 21 DE JUNIO.

De 9:30h a 10:30h. Lugar: Centro de Recursos Juveniles.

Sesiones de conversación en inglés abarcando un amplio abanico de temas. Nivel Intermedio.

¡¡Plazas Limitadas!! Colabora: Bolsa de Idiomas/Espacio Joven.



---

## CURSO DE MONITOR DE TIEMPO LIBRE

**DEL 2 DE FEBRERO AL 13 DE MAYO**

Lugar: Centro de Recursos Juveniles. Duración: 160 horas.

Días y horarios: Miércoles de 16:30h a 20:30h, Viernes de 16:30h a 20:30h y sábados de 10h a 14h y de 16h a 20h. Organiza: Escuela de Animación y Educación en el Tiempo Libre Arbolar.

Más información en: [recursosjuveniles@ayto-cartagena.es](mailto:recursosjuveniles@ayto-cartagena.es)

---

## APRENDE FOTOGRAFÍA DIGITAL

**DEL 5 DE FEBRERO AL 7 DE MARZO. LUNES Y MIÉRCOLES DE 17H A 19H**

Lugar: Recursos Juveniles.

Taller completo de 20h. Una oportunidad que no puedes dejar pasar, reforzar y consolidar tus conocimientos o aprender desde la base todos los ingredientes de una buena foto.

Cuota de inscripción: 30€ Imparte: Fructuoso Navarro.

---

## CURSO DE PSICOLOGÍA POSITIVA Y MINDFULNESS

**7 Y 8 DE FEBRERO DE 17H A 20:30H.** Lugar: Fundación Teatro Romano

Reconocimiento y gestión emocional: Emociones capacitantes, comunicación eficaz en la relación de ayuda, virtudes universales y fortalezas: optimismo inteligente, resiliencia, etc.

Cuota de inscripción: 20€ estudiantes, 30€ profesionales. Voluntarios Maestros Mundi (gratuito).

Las cuotas irán destinadas a recaudar fondos para los proyectos de la Asociación.

Imparten: M.<sup>a</sup> José Lombarte (Psicóloga-Coach), Natividad Gómez (Psicóloga-Coach).

Inscripciones: [cartagena@maestrosmundi.org](mailto:cartagena@maestrosmundi.org)

Colabora: Asociación Maestros Mundi.

---

## CURSO DE INICIACIÓN AL MANAGEMENT MUSICAL

**DEL 12 AL 16 DE FEBRERO. DE 18H A 20H**

Lugar: Recursos Juveniles. Primeros pasos para ser gestor de un proyecto musical. ¿Qué es qué y quién es quién en la industria musical?, ¿qué hacer con tu maqueta o disco recién grabado?, ¿cómo funcionan las agregadoras digitales (youtube-spotify-iTunes)?, ¿qué es SGAE-AIE-AGEDI?

Imparte: Tonny Serrano Pérez. Label Manager de SonBuenos. Miembro de UFI, ARTE, ACCES, MurciaLive! Y AEDEM. Cuota de inscripción: 15€

---

## CURSO DE INICIACIÓN A LA ASTRONOMÍA

DEL 16 DE FEBRERO AL 20 DE MARZO.

Lugar: Salón de actos de la ETSI Naval y Oceánica de la Universidad Politécnica de Cartagena.  
Viernes y lunes de 20h a 21:30h. Cuota de inscripción: 10€  
Colabora: Asociación Astronómica de Cartagena.

---

## VUELVE ITINERE “JORNADA DE DINAMIZACIÓN DEL EMPLEO JOVEN”

JUEVES 22 DE FEBRERO. A PARTIR DE LAS 10H en el auditorio el Batel.

Conjunto de actividades, talleres, formación, encuentros con empresas, charlas, demostraciones, exposiciones. Te proponemos un espacio de encuentro y de trabajo para fortalecer relaciones personales y profesionales y aumentar tu empleabilidad.

+Info: Espacio Joven-Concejalía de Juventud

<http://juventud.cartagena.es/itinere>

---

## TALLER FORMATIVO DE PRIMEROS AUXILIOS

SÁBADO 24 DE FEBRERO. DE 16:30H A 20:30H

Lugar: Local Juvenil Plataforma Juvenil La Palma. Aprenderás las pautas a seguir ante los accidentes y situaciones de emergencias que, con mayor frecuencia pueden presentarse en el ámbito del tiempo libre. Imparte: Hábitat Cultural.

---

## TALLER DE PREVENCIÓN DE VIH ENTRE ADOLESCENTES

MARTES 27 DE FEBRERO

Lugar Centro de Recursos Juveniles.

Taller de dinamización dirigido a profesionales que trabajen con adolescentes, acción social, educación, sanidad, dinamización juvenil, monitores, etc.


Taller gratuito previa inscripción. Plazas limitadas.

Colabora: Fundación EDEX, Plan Nacional del SIDA y Plan Municipal de Acción sobre Drogodependencia del Ayto de Cartagena.



## INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES:

Centro de Recursos Juveniles.  
Paseo Alfonso XIII, 53  
Tlf: 968-128864. Extensión 4  
[recursosjuveniles@ayto-cartagena.es](mailto:recursosjuveniles@ayto-cartagena.es)

 [juventud.cartagena.es/tla](http://juventud.cartagena.es/tla)

 [tlatiempolibrealternativo](https://www.facebook.com/tlatiempolibrealternativo)

Actividades para jóvenes con edades comprendidas entre los 14 y 35 años. Si en alguna de las actividades programadas quedaran plazas libres, los mayores de 35 años podrían participar, en riguroso orden de inscripción.

