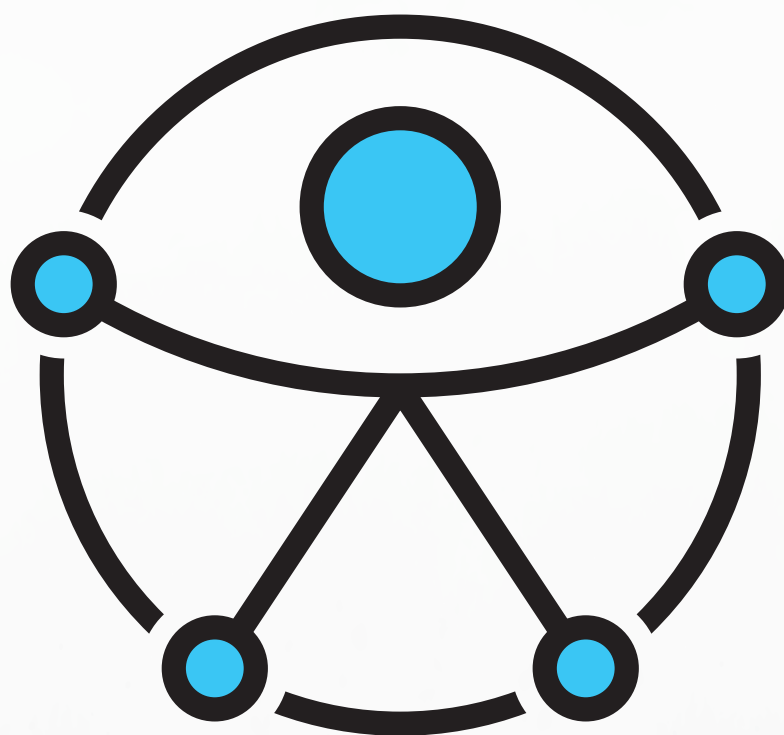


**Lectura
fácil**



PROGRAMA DE ACTIVIDADES PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD

ENERO-FEBRERO-MARZO 2020

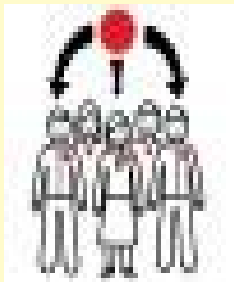
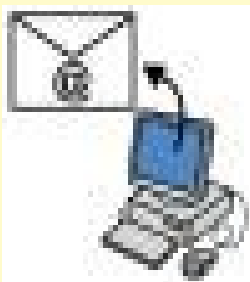


Ayuntamiento
Cartagena
www.cartagena.es



CONCEJALÍA
**servicios
sociales**
CARTAGENA

Han participado en esta programación:

¿Quiénes son?	¿Dónde están?	Teléfono	Email
			
CANVI. Cancer y Vida	Calle Jorge Juan, 41, 30204 Cartagena	968 31 59 37	asociacion.canvi.cartagena@gmail.com
Autismo Somos Todos	Antiguo colegio El Cuco en Cartagena Calle Diamante 2d	622 533 346	directiva@autismosomostodos.org
Apices. Asociación Para la Integración Comunitaria de Personas con Enfermedad Mental de Cartagena y Comarca	Finca Ventorrillos, carretera Madrid-Cartagena, km. 431 Santa Ana Cartagena	968 16 92 15	apices53@gmail.com
Aspermur. Asociación De Asperger De Murcia.	Antiguo colegio El Cuco en Cartagena Calle Diamante 2D	639 966 880	gerencia@aspermur.org aspergermurcia@gmail.com
Aecc. Asociación Española Contra el Cancer.	Calle Trafalgar, 16 30204 Cartagena	968 12 08 80	cartagena@aecc.es
Tp Cartagena MM Asociación de ayuda e investigación de los trastornos de personalidad en Cartagena, comarca y Mar Menor.	Calle Carlos III, 52, 30203 Cartagena	868 09 02 72	tpcartagena@gmail.com
Fundación Tienda Asilo	Avenida Sánchez Meca, 68, 30202 Cartagena	968 12 24 61	pedroasilo@gmail.com

			
Afibrocar. Asociación De Fibromialgia Y Síndrome De Fatiga Crónica De Cartagena.	Calle Cabrera, 0, 30203 Cartagena	601 18 75 99	afibrocar@hotmail.com
Astrade. Atención de Personas con Autismo y otros trastornos del Desarrollo	C/ El Romeral, 8 - 30394 TENEGORRA. Cartagena	968 162 046	astrade@astrade.es
Afal. Asociación De Familiares Y Amigos De Enfermos De Alzheimer De Cartagena Y Comarca	Alameda de San Antón, 29, Entrada lateral por Carlos V. 3 Bajo., 30205 Cartagena	968 12 60 81	gerencia@afalct.org
Asociación De Enfermos Renales Cartagena Mar Menor. Aercamar	Paseo Alfonso XII, 101 Centro Social. 1ª Planta. Los Dolores 30310 Cartagena	626 865 415	alcersureste@alcersureste.org
Emacc. Asociación De Esclerosis Múltiple De Cartagena Y Comarca	Calle Sor Francisca Armendáriz, 4, 30202 Cartagena	868 09 52 53	esclerosiscartagena@gmail.com esclerosiscartagena@hotmail.com
Asteamur. Asociación para personas con Trastorno del Espectro Autista de la Región de Murcia.	Av Luxemburgo, EG2.5 Poligono Industrial Cabezo Beaza, 30353 Cartagena,	868 18 29 38	info@asteamur.org
Hombro con Hombro	Calle Duque Severiano n.º 6 Bajo	607 67 00 39	mmargpc@yahoo.es
Asociación De Parkinson Y Comarca	Calle Carlos V, 3, Alameda de San Antón, 29, 30205 Cartagena	868 06 21 27	parkinsoncartagena@yahoo.es

RECURSOS DE LA UNIDAD DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD

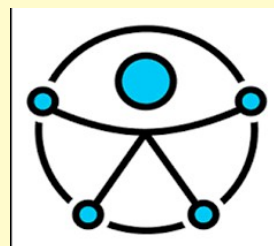
II PLAN MUNICIPAL DE DISCAPACIDAD CARTAGENA INCLUSIVA 2020 - 2024

La Unidad de Personas con Discapacidad de la Concejalía de Servicios Sociales desarrolla las actuaciones del II Plan Municipal de Discapacidad “Cartagena Inclusiva” 2020 - 2024 durante todo el año junto con las Entidades de Personas con Discapacidad.



ÁREA 1. - ACCESIBILIDAD UNIVERSAL

Que las personas con discapacidad puedan acceder por si mismas a la información, comunicación, se puedan desplazar con autonomía y moverse por los diferentes lugares sin problemas.



ÁREA 2. - EMPLEO

Hacer cosas para que las personas con discapacidad tengan más fácil trabajar.



ÁREA 3. - OCIO, TURISMO, CULTURA, Y DEPORTES

Esto significa asegurar que las personas con discapacidad participan en actividades culturales, deportivas, ocio y de tiempo libre.



ÁREA 4. - SERVICIOS SOCIALES

Hay que asegurar que a las personas con discapacidad no les va a faltar lo necesario para vivir.



ÁREA 5 . SENSIBILIZACIÓN, INFORMACIÓN Y VISIBILIDAD

Significa hacer cosas para que los ciudadanos de Cartagena vean la importancia que tiene que las personas con discapacidad puedan hacer lo mismo que el resto de personas.



OFICINA TÉCNICA DE ACCESIBILIDAD.

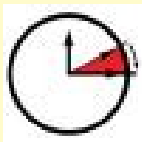
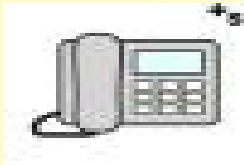
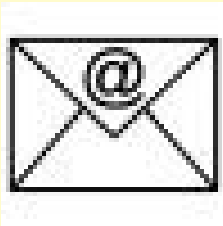
Accesibilidad significa que las cosas tienen que estar pensadas y adaptadas para todos.

La Oficina Técnica de Accesibilidad se va a encargar de que las cosas se hagan pensando en todas las personas y que se cumplan las leyes.

La Oficina Técnica de Accesibilidad desarrolla funciones técnicas, estratégicas, de gestión y coordinación administrativa necesarias para el desarrollo de actuaciones municipales relacionadas con la accesibilidad.

La existencia y funciones de la Oficina Técnica Accesibilidad están recogidas en la Ordenanza Municipal reguladora de la Accesibilidad Universal en Cartagena, y entró en vigor el 26 de Junio de 2018.

La Ordenanza Municipal es una Ley de Cartagena.

	Oficina Técnica de Accesibilidad.
	¿Donde esta? Edificio La Milagrosa. C/ Sor Francisca Armendáriz 6, 1ª planta.
	Horario de atención al público: Martes de 9:00 de la mañana a 1:00 del mediodía
	Teléfono: 968128800 – extensión 7383
	Correo electrónico: oficina.accesibilidad@ayto-cartagena.es

PUNTO DE INFORMACIÓN DE LA OFICINA



Punto de Información en Edificio Administrativo del Ayuntamiento.



¿Donde está?

Edificio administrativo. C/ San Miguel 8 s/n, planta baja-puesto 13



Horario atención al público:

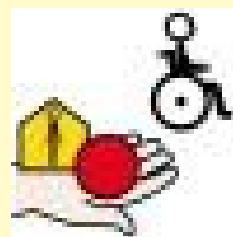
Lunes y jueves de 11:00 de la mañana a 2:00 del mediodía



Cualquier tramitación se puede realizar tanto de forma presencial como de forma online a través de la sede electrónica del Ayuntamiento de Cartagena.

SUBVENCIONES

La Unidad de Personas con Discapacidad de la Concejalía de Servicios Sociales tramita durante todo el año diferentes tipos de subvenciones destinadas a las Entidades de Personas con Discapacidad.



Subvenciones de Acción social.

La convocatoria tiene por objeto establecer, en régimen de concurrencia competitiva, la concesión por el Excmo. Ayuntamiento de Cartagena a través de la Concejalía de Servicios Sociales, de subvenciones destinadas a programas de servicios sociales, a Instituciones de acción social



Subvenciones de accesibilidad.

Acciones dirigidas a mejorar la accesibilidad universal, realizadas por cualquier institución sin ánimo de lucro, cuya actuación revierta en el municipio de Cartagena, de entornos, procesos, bienes, productos y servicios, así como los objetos e instrumentos, herramientas y dispositivos para hacerlos comprensibles, utilizables y practicables por todas las personas en condiciones de seguridad y comodidad, de la forma más autónoma y natural, y en particular por las personas con discapacidad, excluyendo aquellas actuaciones que tengan la consideración de inversión.



Subvenciones de Inversiones

La concesión de gastos en los que incurran o prevean incurrir las entidades destinados a la creación de infraestructuras y a la creación o adquisición de bienes de naturaleza inventariable necesarios para el funcionamiento de los servicios y aquellos otros gastos que tengan carácter amortizable.

INFORMAYOR

Informayor es una aplicación de Facebook que se creó en la Unidad de personas Mayores y Personas con Discapacidad con objeto de dar información, divulgación y difusión a las actividades que se realizan desde la Unidad:



Información general de actividades de mayores y Personas con Discapacidad

Difusión de las actividades que se realizan desde las Entidades de discapacidad

Actividades puntuales de sensibilización e información.

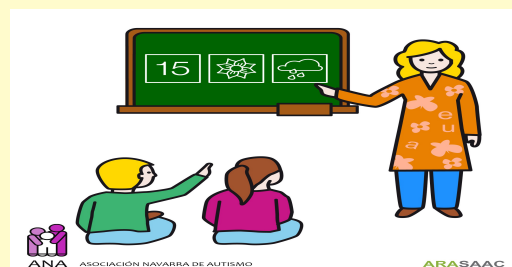
Actividades de ocio, cultura y deporte.

Cualquier información de interés relacionada con la Discapacidad.

ACTIVIDADES DE SENSIBILIZACIÓN EN EL MEDIO ESCOLAR

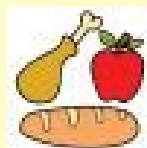
Este proyecto, tiene por objeto, entre otros, la sensibilización sobre la discapacidad en el ámbito escolar, mediante charlas impartidas por las Entidades de discapacidad.

Los centros educativos donde se van a dar estas charlas son:

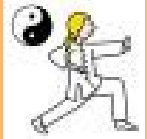


Centro Educación Primaria La Encarnación. Cursos: 1º, 2º, 3º y 4º de Educación Secundaria (ESO)	Estas charla la va a impartir: la Asociación de ayuda e investigación de los trastornos de personalidad en Cartagena, comarca y Mar Menor. (Asociación T.P Cartagena)
Instituto de Educación Secundaria Isaac Peral Cursos: 1º, 2º, 3º y 4º de Educación Secundaria .	Estas charla la va a impartir la Asociación para Personas con Trastorno del Espectro Autista de Murcia (ASTREAMUR)
Centro Educación Primaria La Asomada Cursos: 1º, 2º, y 3º de Educación Primaria.	Estas charla la va a impartir la Asociación para la Atención de Personas con Autismo y otros trastornos del Desarrollo. (ASTRADE)
Instituto de Educación Secundaria Mediterráneo. Cursos: 1º y 2º de Educación Secundaria	Estas charla la va a impartir la Asociación para la Integración Comunitaria de Enfermos Mentales de Cartagena y Comarca. (ÁPICES).
Centro Educación Primaria Anibal Cursos: 4º, 5º y 6º de Educación Primaria	Estas charla la va a impartir la Asociación para Personas con Trastornos del Espectro Autista (ASTREAMUR)

ACTIVIDADES PARA EL MES DE ENERO

	¿Que actividad es? ?	 ¿Cuando es?	¿Quien organiza?	 ¿Donde?	
	Escuela de Navidad	2-4 de Enero	Asociación para personas del espectro autista. Asteamur		
	Formación Terapeutas sobre estimulación multisensorial, método Snoezelen	10 de Enero			
	Taller de Ocio/ escuela de padres sobre Inteligencia Emocional	25 de Enero			
	Escuela de salud activa	28 de Enero	Asociación De Esclerosis Múltiple De Cartagena Y Comarca. Emacc		
	Grupo de familiares	15,22 y 29 de Enero			
	Charla nutrición: Alimentación saludable en los distintos estadios de la enfermedad renal Crónica	23 de Enero A las 5 de la tarde Hospital Santa María del Rosell. Pabellón consultas externas.	Asociación De Enfermos Renales Cartagena Mar Menor. Aercamar		

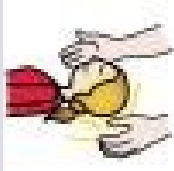
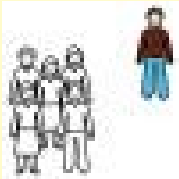
	Información y asesoramiento a familiares de Enfermos de Alzheimer.	De lunes a viernes C/ Alameda San Antón, 29	Asociación De Familiares Y Amigos De Enfermos De Alzheimer De Cartagena Y Comarca. Afal
	Huertos de Ocio en la finca Tomás Ferro de la UPCT	Los primeros 15 días del mes.	
	Jornada de convivencia de puertas abiertas	3 de Enero a partir de las 11:30h. Con presencia de un rey mago, y Roscón de Reyes Avenida Nueva Cartagena 66, bajo	
	Actuación de la Orquesta Sinfónica de la Región de Murcia A beneficio de AFAL Cartagena y comarca.	Auditorio El Batel Alas 8 de la tarde	
	Baile Benéfico (donativo 3€	10 de Enero Alas 8 de la tarde Centro cultural Ramón Alonso Luzzy	
	Taller de Yoga.	Lunes de 5 a 6,30 de la tarde Miércoles de 11:00 a 12:30h por la mañana	
	Taller de Pilates Terapéuttico.	Martes y jueves, De 5,15 a 6,15 de la tarde	

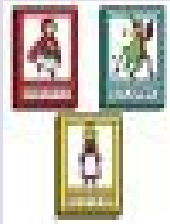
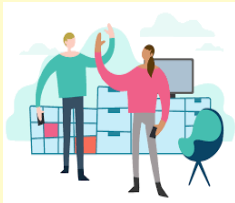
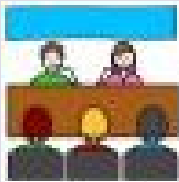
	Taller de Reiki.	Una vez al mes	Asociación De Fibromialgia Y Síndrome De Fatiga Crónica De Cartagena (Afibrocar)
	Taller de Tai chi chi Kung.	Lunes de 11:30 a 12:30h de la mañana	
	Terapia en medio Acuático	Martes y jueves De 11:15 a 12:00h. de la mañana	
	Sesiones individuales de Andulación	Centro Encarnación Estética y salud	
	Taller de Psicoterapia Grupal: “ Crecimiento Personal”	Preguntar horarios.	
	Talleres de Habilidades Sociales	Para adolescentes: Miércoles de 5 a 6,30 de la tarde Para adultos: Sábados cada 15 días. Varios turnos por la mañana	Asociación De Asperger De Murcia.(Aspermur)
	Taller de relajación para familias	15 de enero Horario: De 6,30 a 8,30 de la tarde	
	Taller de Manualidades	15 y 29 de Enero Horario: De 6,30 a 8,30 de la tarde	

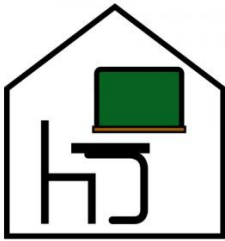
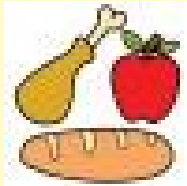
	Escuela Para Familias	29 de Enero	
	Escuela de familias: Técnicas de modificación de conducta	Horario: De 6,30 a 8,30 de la tarde	
	Taller de Expresión Corporal y Emocional a través de la Música Ofelia Hernández. Profesora de Danza	Día 9-16-23 y 30 Colegio Público Ciudad Jardín.	Cáncer Y Vida. Canvi Cartagena.
	Salida a la Naturaleza.	Día 18 de Enero	
	Encuentros experienciales de afectados y ex afectados Blas González, Lola Meroño, y Loli Falla	Día 27 de Enero Colegio Público Ciudad Jardín. Hora: 6,30 de la tarde	
	Zumba Solidario.	18 de Enero Lugar: La senda de los elefantes. Barrio de San Antón	Autismo somos todos

ACTIVIDADES PARA EL MES DE FEBRERO

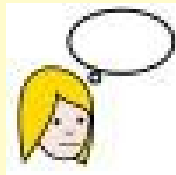
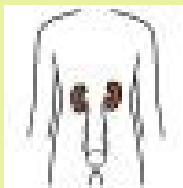
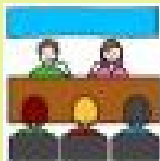
 ¿Que actividad es? ?		 ¿Cuando es?  ¿Donde?	¿Quien organiza? 
	Taller de ocio Escuela de padres sobre autolesión	29 de Febrero	Asociación De Esclerosis Múltiple De Cartagena Y Comarca. (Emacc)
	Escuela de salud activa	25 de Febrero	Asociación De Esclerosis Múltiple De Cartagena Y Comarca. (Emacc)
	Día Nacional del trasplante. Mesa Informativa en el Hospital de Santa Lucía de Cartagena.	27 de Febrero	Asociación De Enfermos Renales Cartagena Mar Menor.(Aercamar)
	Paseos colaborativos.	Último jueves de cada mes	Asociación De Familiares Y Amigos De Enfermos De Alzheimer De Cartagena Y Comarca. (Afal)
	Charlas en colegios.” Convivir con tu mayor”.	Fecha por determinar	
	Taller de Yoga.	Lunes de 5 a 6,30 de la tarde. Miércoles de 11:00 a 12:30	
	Taller de Pilates Terapéutico.	Martes y jueves, de 5,15 a 6,15 de la tarde	

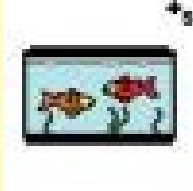
	Taller de Reiki.	Una vez al mes.	Asociación De Fibromialgia Y Síndrome De Fatiga Crónica De Cartagena. (Afibrocar)
	Taller de Tai chi chi Kung	Lunes de 11:30 a 12:30	
	Terapia en medio Acuático.	Martes y jueves de 11:15 a 12:00	
	Sesiones individuales de Andulación	Lugar: Centro Encarnación Estética y salud	
	Taller de Psicoterapia Grupal: “ Crecimiento Personal”	En la sede de la asociación	
	Celebración del Día Internacional del Síndrome de Asperger.	18 de Febrero	Asociación De Asperger De Murcia.(Aspermur)
	Taller de Relajación para familias	19 de febrero Horario: De 6,30 a 8,30 de la tarde	

	Taller de Manualidades.	19 y 26 de Febrero Horario: De 6,30 a 8,30 de la tarde	
	Escuela de familias: Adicción TICS Contenido: La dependencia psicológica de las nuevas tecnologías	26 de Febrero Horario: De 6,30 a 8,30 de la tarde	
	Asamblea Ordinaria de socios	Día 6 de Febrero Lugar: Colegio Público Ciudad Jardín.	Cáncer Y Vida. Canvi Cartagena.
	Taller : “ Historias y Narraciones terapéuticas. Mirando tu interior”. José A. Ojaos y Toñi Esteban. Psicólogos	Día 13-20 y 27 de Febrero Lugar: Colegio Público Ciudad Jardín.	
	Encuentros de experiencias de afectados y ex afectados. Blas González, Lola Meroño, y Loli Falla	Día 24 de Febrero Hora: 6:30h de la tarde Lugar: Colegio Público Ciudad Jardín.	
	Los Martes de Autismo Somos Todos (2ª Edición) Estas conferencias, pretender ahondar en el conocimiento sobre temas que más preocupan a las familias.	Todos los martes programados. Museo del Teatro Romano	
	Salud Bucodental en personas TEA Dra. Inmaculada Gómez Ríos. Odontopediatra	4 de Febrero Museo del Teatro Romano	

	El Instituto, su medio natural. Convivencia e integración. D. Álvaro Jacobo, Director del I.E.S Jiménez de la Espada Cartagena	11 de Febrero Museo del Teatro Romano	Autismo Somos Todos Información y reservas en: eventos@autismoso todos.org Teléfono 622533346
	¿ Cómo conseguir una alimentación adecuada en niños TEA? Dra. Sonia Andrés Espallardo, Psiquiatra y Coordinadora del Programa Infanto juvenil; Dña Cristina Banacloig, Enfermera Especialista en Salud Mental; D. Iván Alexandre Ángel García, enfermero Residente. Centro de Salud Mental de Cartagena.	18 de Febrero Museo del Teatro Romano	
	Consideraciones Neurológicas del TEA Dr. Carlos Casas Fernández. Neurólogo infantil.	25 de Febrero Museo del Teatro Romano	

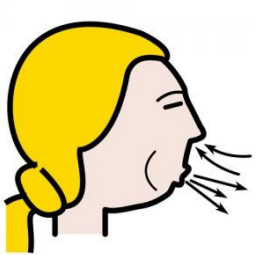
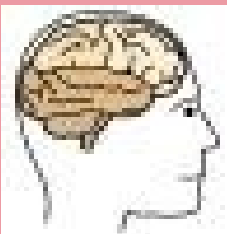
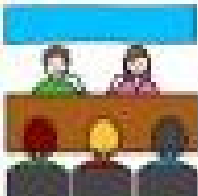
ACTIVIDADES PARA EL MES DE MARZO

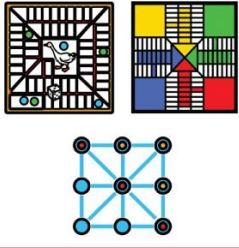
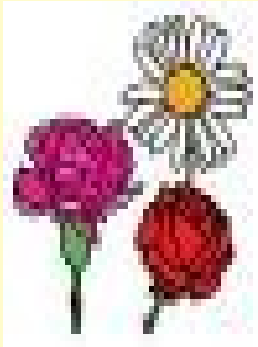
 ¿Que actividad es? ?	 ¿Cuando es?  ¿Donde?	¿Quien organiza? 
	Taller de estimulación cognitiva Los miércoles de cada semana de 6 a 7,30 de la tarde	Asociación De Esclerosis Múltiple De Cartagena Y Comarca. (Emacc)
	Taller de estiramientos 31 de marzo	
	Taller de ocio/ escuela de padres sobre técnicas de relajación y Mindfullnes. 28 de Marzo	Asociación De Esclerosis Múltiple De Cartagena Y Comarca. (Emacc)
	Día Mundial del Riñón 12 de Marzo Mesa informativa en el hospital de Santa Lucía de Cartagena	Asociación De Enfermos Renales Cartagena Mar Menor.(Aercamar)
	Paseos colaborativos. Último jueves de cada mes.	Asociación De Familiares Y Amigos De Enfermos De Alzheimer De Cartagena Y Comarca. (Afal)
	Charlas en colegios Convivir con tu mayor".(fecha por determinar)	

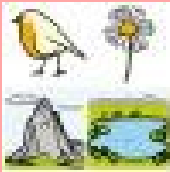
	Terapia en medio Acuático.	Martes y jueves, Horario de 5,15 a 6,15 de la tarde	Asociación De Fibromialgia Y Síndrome De Fatiga Crónica De Cartagena. (Afibrocar)
	Taller de manualidades. Grupo de ayuda mutua.	Miércoles de 5 a 6,30 de la tarde Lugar: Sede Social	
	Taller de apoyo psicológico a Familiares	Lugar: Sede Social	
	Servicio de apoyo Social (SAS)	Todo el año	
	Servicio de voluntariado.	Todo el año	
	Taller de Relajación para familias	18 de Marzo Horario: De 6:30 a 8:30h. De la tarde	Asociación De Asperger De Murcia.(Aspermur)
	Taller de Manualidades.	25 de Marzo Horario: De 6:30 a 8:30h. De la tarde	
	Escuela de Familias: Gestión Emocional	Todo el año	

ACTIVIDADES PERMANENTES

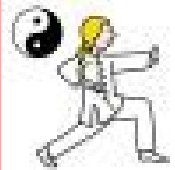
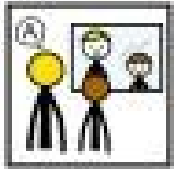
ENERO – FEBRERO – MARZO

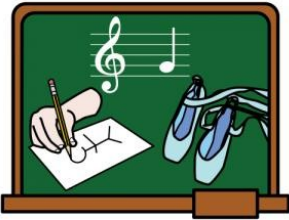
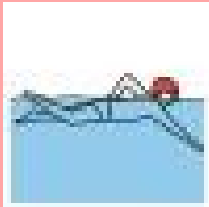
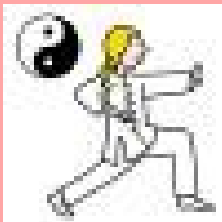
 ¿Que actividad es? ?		 ¿Cuando es?	 ¿Donde?	 ¿Quien organiza?
	Taller de lenguaje y deglución. Taller de voz Gimnasia respiratoria Masaje facial	Dirigidas a socios		Asociación De Parkinson Y Comarca
	Taller de refuerzo de procesos cognitivos: Atención Orientación espacial/temporal Memoria Procesos ejecutivos Grafomotricidad Gimnasia Ocular. Atención Fisioterapia grupal e individual	Dirigidas a socios		
	Charlas informativas sobre la enfermedad de Parkinson Actividades de ocio y tiempo libre. Actividades culturales formativas	Abiertas para todas las personas		

	Ludoteca	Todos los sábados por la tarde en todas las sedes.	Asociación para personas con Trastorno del Espectro Autista de la Región de Murcia. Asteamur
	Talleres “Entre flores” Arreglos florales, centros, ramos, decoración, etc.. Tocados y diademas Adornos con flor de Navidad. Taller inclusivo, especialmente dirigido a mujeres usuarias de sillas de ruedas, cuyo objeto es enseñar el arte de los tocados y diademas ccon objeto de ser una salida laboral para mujeres que por su situación física pudieran verse en exclusión	Todos los miércoles de 11:30 a 1:00 del mediodía Actividades para socios	Asociación Hombro Con Hombro
	Información a cualquier persona que lo demande sobre discapacidad física, especialmente sobre espina bífida	Actividades Abiertas a Todas las personas	
	Asistencia a campañas, ferias, jornadas, sobre discapacidad y accesibilidad.		

	Taller de cerámica/pintura	Actividades Abiertas a Todas las personas	
	Taller de naturaleza	Actividades Abiertas a Todas las personas	
	Taller de manualidades con material reciclado	Actividades Abiertas a Todas las personas	
	Evento lúdico/deportivo.	Actividades Abiertas a Todas las personas	
	Taller ocupacional de Ebanistería, Restauración, Carpintería de armar, y Acabado del mueble Que hacemos? : Construir,fabricar y restaurar objetos para cualquier persona que lo pueda necesitar sin coste alguno por la mano de obra.	De lunes a viernes de 8:00 a 13:30 del mediodía (horario escolar con vacaciones de verano) Lugar: C/ Avenida Sánchez Meca 68, Lo Campano. (sede Federación Tienda Asilo de San Pedro)	Fundación Tienda Asilo San Pedro
	Taller de Psicoeducación para familiares Para familiares de personas con diagnóstico de Trastorno de la Personalidad.	Fechas y horario : Los lunes De 18:00 a 19:30h. Estos talleres se van alternando cada lunes. (gratuitos) Lugar: C/ Carlos III, 52,5º F	

	Taller de Psicoeducación. Para personas con diagnóstico de Trastorno de la Personalidad.	Fechas y horario : Los lunes De 18:00 a 19:30h. Estos talleres se van alternando cada lunes. (gratuitos) Lugar: C/ Carlos III, 52,5º F	Asociación de ayuda e investigación de los trastornos de personalidad en Cartagena,comarca y Mar Menor. Asociación T.P Cartagena
	Taller Escuela de Vida	Los martes de 5 a 7 de la tarde Sólo para socios. (15€ mes) Lugar: C/ Carlos III, 52,5º F	
	Taller, Cuidar al Cuidador. Contenidos: manejo del estrés y la frustración, autoestima, resolución de conflictos, ocios, etc...	Los jueves de forma quincenal de 18:00 a 19:00h. Lugar: C/ Carlos III, 52,5º F Abierto a todo el público.	
	Entrevistas de acogida e información. (en la sede y previa cita) Atención psicológica individualizada y terapia familiares Acompañamiento terapéutico y trabajadora social.	Lugar : C/ Carlos III, 52,5º F	

	Taller de Patchwork: Tela que se hace cosiendo trozos de retales de distintas formas, colores y texturas.	Martes de 10:00 a 12:00h	Asociación Española Contra el Cancer. Aecc
	Manualidades	Lunes de 4,30 a 7,30 de la tarde Miércoles de 4,30 a 7,30 de la tarde	
	Bolillo	Jueves de 4,30 a 7,30 de la tarde	
	Tai-chi:	Jueves de 6,30 a 7,30 de la tarde	
	Logopedia	Viernes de 10:00 a 12:00 de la mañana	
	Terapias de grupo	Todo el año	
	Voluntariado en el hospital	Todo el año	

	Taller de Producción Artística (cerámica, pintura, baile, Música) y desde distintos estilos.	Los Jueves de 11:30 a 2 del mediodía Matrícula Gratuita. Inscripción previa cita en el centro.	Asociación Salud Mental Cartagena Apices Asociación Para la Integración Comunitaria de Personas con Enfermedad Mental de Cartagena y Comarca
	Taller de Audiovisuales	Martes de 11:30 a 13:40. Matrícula Gratuita. Inscripción previa cita en el centro.	
	Natación	Lunes de 9:00 a 11:00h Inscripción: Solicitud como voluntario de la asociación previa cita.	
	Senderismo	Viernes de 9:00 a 1 del mediodía	
	Taller de Taichi-chikung. Imparte: Cari Nicolás. Monitora de Taichi-chi -kung	Martes y jueves de 5:45 a 6:45 de la tarde Lugar: Salón de actos. Asociación de Vecinos de Ciudad Jardín	Cáncer Y Vida. Canvi Cartagena.
	Taller de meditación y Reiki. Imparte:El Equipo Coordinador de Reiki.	Martes de 7 a 8 de la tarde	

	Curso-Taller de Crecimiento Personal. Imparte: Blas González. Terapeuta en Desarrollo Transpersonal.	Miércoles de 6 a 8,15 de la tarde.	
---	---	---	--

