



Revista Mensual
¡¡¡GRATIS!!!

Alhama Conecta

GUÍA DE INFORMACIÓN Y OCIO

Nº3. Junio 2017

PROGRAMACIÓN CULTURAL:

Junio 2017
(pág. 20)

MODA:

Qué ropa debo usar
según mi edad
(pág. 8)

ENTREVISTA:

Manuel León: "El sonido de una
guitarra flamenca me impactó
y me atrapó, cuando la pieza
terminó, se convirtió en mi
objetivo y en mi sueño" (pág. 4)



Farmacias de guardia,
horarios de trenes y
autobuses, etc.

www.alhamaconecta.com



ÍNDICE:

ENTREVISTA pág.4

MODA pág.8

SALUD Y BIENESTAR pág.11

BELLEZA pág.16

CINE pág.18

PROGRAMACIÓN CULTURAL pág.20

VIAJES pág.22

CURIOSIDADES pág.24

MEMORIA FOTOGRÁFICA ALHAMA pág.26

GASTRONOMÍA/RECETA pág.28

PASATIEMPOS pág.30

FARMACIAS DE GUARDIA pág.32

HORARIO TRENES pág.33

HORARIO AUTOBUSES pág.34

CALENDARIO FESTIVOS pág.37

TELÉFONOS INTERÉS pág.37

TODAS LAS NOTICIAS DE ALHAMA DE MURCIA EN:
www.alhamaconecta.com



GASTRO CERVECERÍA
Abadía



*C/ General García
Díaz, 27
Alhama de Murcia*



Atrapado por la birra

**MÁS DE 50 CERVEZAS
DE IMPORTACIÓN**

*Noches
de
Verano*

en **Gastrocervería Abadía**



**GASTRO
CERVECERÍA**

Cervezas de importación · Tapas · Menús especiales
Sabores · Texturas · Experiencias
Tradición · Innovación

Tlf: 968 63 60 82

C/ General García Díaz, 27



Índice



Alhama Conecta

www.alhamaconecta.com

Síguenos en:



@AlhamaConecta

Encuétranos también en:

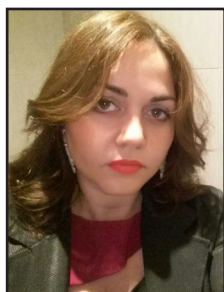


Contacto:

Avd/Juan Carlos I, 18 Bajo B
(Alhama de Murcia)
Tlf: 647 36 54 40

**(Distribución gratuita de 3.000
ejemplares en Alhama de Murcia,
Totana y Librilla)**

Dirección:



Virginia Martí Bravo
Periodista, marketing, redacción y
maquetación



Ismael Martínez Cánovas
Informática, edición, diseño gráfico y
maquetación

Colaboradores:



Alejandro Mayol Sánchez
Redacción
(Estudiante Comunicación)



Andrés González Martínez
Foto de portada y diseño gráfico
(Ingeniero Informático)



Manuel León: “El sonido de una guitarra flamenca me impactó y me atrapó, cuando la pieza terminó, ese sonido se convirtió en mi objetivo y en mi sueño”

Virginia Martí Bravo / Ismael Martínez Cánovas



¿Cómo nació tu pasión por el Flamenco?

Cuando contaba yo con ocho / diez años de edad mi Maestro de Guitarra Santos Alonso (guitarrista muy admirado en Asturias) nos invitó a escuchar a los alumnos una grabación de un guitarrista desconocido para mí y para la mayoría de los alumnos presentes, pocos segundos después el sonido de una guitarra flamenca me impactó y me atrapó definitivamente, cuando la pieza terminó, ese sonido que me había enamorado de tal modo que se convirtió en mi objetivo y en mi sueño por tanto como aspirante a guitarrista. La grabación era de Gerardo Núñez, una figura indiscutible de la Guitarra flamenca en el mundo, esa misma tarde descubrí a Paco de Lucía y los grandes guitarristas de nuestro país.



¿Qué te llevó a asentarte en Alhama después de haber recorrido distintas ciudades y países por el mundo con tu música?

Considero que la vida es ir cumpliendo diferentes etapas y objetivos. He tenido la suerte de poder realizar mis sueños en la música lo que te lleva a viajar mucho durante años y también a producir cierto cansancio.. el nacimiento de mi hija fue determinante para tomar un descanso y disfrutar de otra etapa maravillosa que la vida me brindó. Alhama es para mí el término medio perfecto, sus gentes y la tranquilidad que aquí respiro es precisamente lo que deseaba.

¿Qué es lo mejor que te llevas de poder enseñar a la gente este arte?

La enseñanza es una labor que siempre me ha gustado y que he compaginado siempre con los conciertos desde joven, he tenido facilidad para transmitir mis conocimientos, agradecido a los grandes Maestros que he tenido por su buen hacer he podido realizarme como músico, alcanzar un sueño, es una verdadera satisfacción y un honor para mí ayudar a los Pequeños y Grandes Soñadores de la Guitarra, son sus sueños, y es mi deseo y mi deber como profesor mostrarles el mejor camino, es un privilegio para mi hacerlo.





¿Cuál es tu labor en la Cátedra de flamenco de Cartagena?

Tengo el placer de ser director del departamento de Guitarra y coordinador artístico de esta Cátedra, la segunda que fundó en nuestro país. En este caso retomo una labor docente y además, paralelamente con actividades que se desarrollan en diferentes escenarios de nuestra Región. Después del verano será un placer poder comunicaros novedades realmente interesantes que en este momento no me es posible desvelar.

Acabas de publicar “Natural”, primer volumen de “Trilogía Flamenca”. ¿Es un proyecto que llevaba tiempo rondando o surgió de manera espontánea? ¿Cómo hiciste a la hora de elegir las personas que participarían en este trabajo?

Hace unos tres años comencé a plantearme grabar un disco, la vida y las circunstancias indicaron que era ahora el momento de hacerlo. Un primer volumen cargado de emociones con el que se inicia otra tapa de la vida en la que mis

sueños en la música retoman el vuelo.



Tengo la suerte de estar rodeado de grandes músicos a los que admiro y además me une una gran amistad por lo que no fue difícil elegir, en este sentido hace tiempo que sabía con quien contar, y ha sido un honor ver el cariño con el que han colaborado y el arte que cada uno de ellos tiene.



En este disco hay una pieza que se llama "A mi hermano Juan Luis" ¿Qué significa esta pieza para ti?

A mi hermano Juan Luis es una pieza grabada hace dieciséis años cuando él falleció, que he querido incluir en el disco tal cual y como quedó reflejado mi sentimiento en aquel momento de mi vida. Un homenaje en su memoria que no podía faltar sin duda alguna.

¿Tienes pensado llevar al directo tu disco? ¿Harás conciertos?

Sin duda, habrá conciertos en nuestra Región y en diferentes ciudades de la geografía española. Pronto podré concretaros con más detalle los lugares, gracias a entrevistas como esta a la que he tenido el honor de ser invitado. Felicitaciones por vuestro trabajo y gracias por la amabilidad de contar conmigo y con 'NATURAL' que pronto podremos estrenar en concierto.



Gastrojornadas del mar

Del 1 al 11 de junio

el laurel



Qué ropa debo usar según mi edad

Virginia Martí Bravo



Menos de 30 años. Por lo general, la búsqueda y adaptación a los cambios predominan durante esta edad. Y evidentemente estos cambios se proyectan en tu forma de vestir. Por eso, ¡experimenta! Sin caer en excesos. Cuando se tiene alrededor de 20 años o más, por lo general estamos siempre buscando un estilo que nos defina, con el cual nos sintamos bien, pero principalmente muy cómodas. A esta edad, vamos probando diferentes tendencias, sin embargo, aunque es el momento para experimentar con muchos estilos, tipos de prendas, colores o diseños tienes que tener en cuenta que aunque eres joven no debes convertirte en una víctima de la moda.

Qué ropa debo usar a los 30 años. A partir de los 30 años tenemos mil cosas que hacer diariamente, es la época más excitante de la vida de una mujer, ya que se caracteriza por grandes cambios en lo personal, así como retos profesionales. Por eso hay que sacarle el mejor provecho a esta edad. En esta etapa de la vida, es necesario conocer muy bien tu cuerpo, saber que te sienta mejor y que no, ya que lo ideal es proyectar una imagen madura y elegante pero sin dejar a un lado ese toque fresco y de apariencia juvenil. El reto de los 30: Ser prácticas pero sin pasarse al otro extremo de verse desaliñadas, vernos arregladas pero cómodas. Al elegir blusas o tops, opta por tonalidades que realcen el tono de tu piel, elige di-



seños y estilos que te hagan lucir y sentir muy bien pero sin caer en lo vulgar. Busca pantalones que sean a la cintura, de talle alto o pierna recta. Las faldas estilo lápiz siempre serán un opción favorecedora, opta por faldas que no sean demasiadas cortas. No te limites por tener 30 años, usa colores pasteles o colores vistosos o estampados. Juega hasta conseguir el look ideal. Al optar por vestidos, ya sean para uso diario o para la noche, lo importante será elegir un vestido que realce tu figura. Recuerda que la idea no es esconder tu cuerpo, al contrario, debes resaltarlo con cortes favorecedores.

Cómo vestir si tengo más de 40 años. Definitivamente los 40 años son los nuevos 20, pero con un componente espectacular, ya de tu armario ha salido definitivamente los grandes escotes y las mini-faldas. Las mujeres de 40 años deben aprovechar esta década para ponerle mucho glamour a su estilo. A esta edad tienes todo el derecho de darte un segundo aire y de vestir con lo último de la moda. Las faldas a la altura de las rodillas son más elegantes, sofisticadas y realzan tu figura. Usa todas

Mara Milano

¡Bienvenido Verano!
Tienda de ropa Mujer y de hombre
c/ Los Pasos ,21
968 63 24 49
Alhama de Murcia



las piezas que favorezcan a tu cuerpo ya sean colores alegres en tus prendas o accesorios elegantes. Para las mujeres en el mundo laboral que ya llegan al punto más alto de su carrera profesional, les recomiendo un look elegante con colores neutros o con estampados.

Un look casual para mujeres de 40 años se enfocan en dar una apariencia fresca, tranquila pero sofisticada, para eso debes usar pantalones neutros o estampados que puedan combinarse con diferentes blusas y accesorios. Puedes usar zapatos altos o bajos, lo importante es que resalten tu estilo.

Qué ropa debo usar después de los 50 años. A esta edad hay que intentar no verte mayor pero tampoco competir con tu hija menor. Trata como primera medida hacerte un corte de pelo que te haga ver más fresca, con movimiento, usar pendientes grandes que te ayuden a rellenar el rostro y aplicarte un labial de color fuerte. Debes evitar usar complementos sobre tu cabeza, pantalones con rotos grandes y blusas que te hagan ver los brazos mucho más gruesos. Por el contrario, debes tratar siempre de usar pantalones con desgastes pequeños, una camisa de manga larga y unas gafas con punta hacia arriba que harán verte juvenil. También debes tratar de darle color a tus outfit con telas de impresiones o accesorios coloridos.





Desayuno saludable y energético

Recomendado por: La tienda verde



Queremos empezar con buen pie en la mañana... prueba este rico desayuno.

- Zumo de naranja ecológica
- Añadir una cucharada de copos de espirulina (super alimento)
- Tostada de pan de espelta integral
- Rodajas de tomates ecológico
- Aceite de oliva
- Ajo negro en láminas (con todas la propiedades del ajo con 10 veces mas de potencia que el ajo normal)

Tienda verde, su herbolario y tienda de productos ecológicos de confianza.



La Tienda Verde

Alhama de Murcia
C/. Los Pasos nº 4. Tlf. 968 631 809
Móvil: 648 900 013

Puerto de Mazarrón
Vía Axial s/n. Tlf. 968 594 078

E-mail: info.latiendaverde@gmail.com

 La Tienda Verde de Alhama y Pto. de Mazarrón
 la_tienda_verde
 @la_tienda_verde

alimentación ecológica
herbolario
cosmética natural
naturopatía
libros varios
regalos y comercio
justo



8 de cada 10 hogares españoles eligen **elPOZO**

Fuente: Estudio Brand Footprint 2016,
Kantar Worldpanel



Gracias por vuestra confianza



www.elpozo.com



¿Por qué es tan importante desayunar?

El desayuno perfecto

Virginia Martí Bravo



“No desayunar reduce el rendimiento, la concentración y nos mueve a comer alimentos poco saludables durante el resto del día”, dicen los expertos.

Es el rey de la mañana y debería ser la comida más importante del día en cualquier época del año. Tu forma de desayunar define incluso tu forma de afrontar el día. ¿Quieres saber por qué?

1-Conservamos nuestra masa muscular. Empezar con un desayuno es esencial ya que dotamos al músculo de energía desde

primeras horas del día. Con la edad, tendemos a perder masa muscular, lo cual conlleva complicaciones óseas y articulares, menor gasto calórico y aumento de la grasa corporal y peso.

2-Mantenemos activo nuestro metabolismo. Los nutricionistas recalcan que el ayuno provoca que nuestro cuerpo puede entrar en el llamado “modo ahorro” y que comience a acumular calorías y a acumular grasas ante la escasez de nutrientes.





3-Comemos menos y más sano todo el día. El hecho de no desayunar se asocia a una mayor ingesta de calorías, pues llegamos a la próxima comida con más hambre, lo que provocará realizar una elección menos saludable de alimentos y comer de forma más compulsiva.

4-Mejora el rendimiento y la concentración. Si no desayunamos, nuestros niveles de glucosa en sangre descenden (hipoglucemia), ante esta situación nuestro organismo busca fuentes de energía alternativas que conducen a una situación que puede afectar a modo de dolores de cabeza, mareos, debilidad, etc.

5-Eres lo que desayunas. La rutina alimentaria define nuestro carácter

y forma de vida, porque somos, en definitiva, lo que comemos. Incluso, nuestra personalidad puede identificarse según lo que desayunamos.

6-El tiempo que empleamos en desayunar. Comer rápido caracteriza a las personas impulsivas, optimistas, amantes de la vida y de la diversión. Al contrario, comer despacio define a aquellos que disfrutan cada momento de su vida, es por ello, que relacionan desayunar con esos “pequeños placeres de la vida”. Lo ideal es dedicar entre 15 y 30 minutos a esta primera comida del día.

7-Si preferimos un desayuno dulce o salado. Desayunar algo dulce está relacionado con tener necesidad de afecto, por el contrario, desayunar salado está relacionado con la necesidad de huir de la monotonía o la necesidad de realizar actividades. El desayuno saludable puede incluir tanto alimentos salados así como dulces.



El desayuno 10

Un desayuno estándar completo sería aquel que incluye una fuente de hidratos de carbono de asimilación lenta (muesli, pan de semillas integral o avena), cualquier fruta de temporada (preferible la pieza de fruta ante el zumo, también es recomendable la mermelada natural), una fuente de proteínas bajas en grasas (huevos, pechuga de pavo, queso fresco, leche o yogur) y una fuente de grasa saludable (aceite de oliva virgen extra, aguacate o frutos secos).

El jamón ibérico, el salmón ahumado y los frutos secos son una buena opción ya que incluyen buenas fuentes tanto

de proteínas como de grasas saludables. Incluir café o té es una buena elección. Lo importante es saber que la bollería industrial no es una elección saludable pero sí lo son alimentos como la fruta, el yogur, la leche o las bebidas vegetales. Los cereales serán una buena opción siempre que no lleven azúcares ni grasas añadidas, las semillas de chía, calabaza, linaza..tienen muchas propiedades beneficiosas para nuestro cuerpo y mente. En cuanto a los alimentos salados, el pan de semillas, el tomate natural, el queso fresco o fiambre de pechuga de pavo bajo en sal son las opciones más saludables.



OPTILENT ALHAMA

Tu óptica de confianza

T. 968 632 070 675 577 471 Avd. Constantino López, 8 Alhama de Murcia

GRATIS!

Progresivos de Sol
al comprar tus progresivos de Vista

¡Con la misma calidad en las dos parejas!



¿Sabías que el protector solar es el mejor producto anti-envejecimiento?

Virginia Martí Bravo



Para mantenerte bien no necesitas lo más costoso, ni lo más complicado, ni lo más doloroso. Los expertos sostienen que la mayoría de nosotros solo debe prestar atención a unos pocos secretos básicos de belleza como este que te pueden ayudar mucho a lucir y sentirte bien sin gastar mucho tiempo o dinero.



ALMOHADAS RETACO, S.L

Telf. 968 633 662 - 606 739 887

Fax: 968 633 654

almohadasretaco@yahoo.es

info@almohadasretaco.es

Polig.ind las Salinas, Parc. 8-6
30840 Alhama de Murcia (Murcia)

www.almohadasretaco.es



Antes de ver un cirujano plástico, antes de gastar la mitad del sueldo en cremas anti-envejecimiento, ponte protector solar. Todos sabemos que el protector solar reduce el riesgo de cáncer de piel, pero ¿también sabes que es un secreto asombroso de belleza que ayuda a mantener una piel joven? Las

personas que se exponen mucho al sol se arrugan mucho antes de su tiempo.

Sin la protección del filtro solar, si expones tu piel (aunque sea sólo por un par de minutos) todos los días al sol, y no necesariamente a un día soleado, pues los rayos UV atraviesan las nubes grises, en poco tiempo verás cambios notables en la piel.

Con el sol no solo van a aparecer más arrugas y líneas, sino también manchas y venitas. La piel se vuelve áspera y apagada, y todo gracias al sol. Es por ello, que se aconseja elegir un protector solar con un mínimo de SPF 15 o más si es época de verano. Aplica cada hora o dos, y algo imprescindible para las mujeres es usar el protector solar antes de poner el maquillaje.



La Colada

estamos en C/ PERÚ
ESQ. C/ MÉXICO (ALHAMA)

La Colada

ecopress

¡¡¡PRÓXIMA AMPLIACIÓN!!!

ABIERTO TODOS LOS DÍAS

Lavadoras y secadoras
hasta 21 Kg.

647862940 



ABIERTO
DE
8:00H a 22:00H





Película: El Círculo

Virginia Martí Bravo



Sinopsis

'El Círculo' es la adaptación cinematográfica del best-seller de Dave Eggers dirigida por James Ponsoldt. Emma Watson es Mae Holland, una mujer que consigue la oportunidad de su vida al empezar a trabajar en el Círculo, la compañía tecnológica más influyente del mundo donde se involucra con un hombre misterioso. Este thriller muestra los peligros de la vida en la era digital. 'El Círculo' rastrea las contraseñas de los usuarios para obtener los datos personales recogidos en su email, sus redes sociales y sus operaciones bancarias para utilizarlos posteriormente contra ellos empleando un innovador sistema operativo. Esto

hace que la privacidad sea ahora un privilegio con el que muchos no pueden contar. Completan el reparto Tom Hanks, John Boyega, Karen Gillan, Bill Paxton, Patton Oswalt y Ellar Coltrane.

Crítica

A pesar de ser una película de ciencia-ficción, podría asemejarse bastante a la realidad que vivimos hoy con respecto a las nuevas tecnologías. En nuestra vida cotidiana dejamos constantemente rastros que entregan nuestra identidad, dejan ver nuestras relaciones, reconstruyen nuestros desplazamientos, identi-



fican nuestras ideas, desvelan nuestros gustos, nuestras elecciones y nuestras pasiones. A lo largo del planeta, múltiples redes de control masivo no paran de vigilarnos.

Facebook y Google por ejemplo, utilizan estrategias habitualmente para conocer a los internautas y ofrecerles publicidad adaptada a sus supuestos gustos. Cada clic, cada uso del teléfono, cada utilización de la tarjeta de crédito y cada navegación en Internet suministra informaciones sobre cada uno de nosotros, que analizan corporaciones comerciales, empresas publicitarias, entidades financieras, partidos políticos o de autoridades gubernamentales. A veces, esta vigilancia constante también se lleva a cabo con ayuda de chivatos tecnológicos que adquirimos libremente: ordenadores, teléfonos móviles, tabletas, abonos de transporte, tarjetas bancarias inteligentes, tarjetas comerciales de fidelidad, localizadores GPS, etc.

Esta película nos presenta muy bien explicados temas como la defensa del espacio privado, la aceptación dentro de un grupo de trabajo y la angustia que provoca en los jóvenes la popularidad. Otro aspecto fundamental que presenta la historia es la del sueño americano, la de chicos y chicas que abandonan los pueblos y van a las grandes ciudades a intentar conseguir su sueño. La película mantiene durante todo el metraje una gran tensión y una incomodidad en el espectador, a pesar de que se hace algo pesada en algún tramo. El guión está bastante bien elaborado con un desenlace que gustará bastante.





Programación Cultural Junio 2017

JUEVES 1, VIERNES 2 Y DOMINGO 4

**Muestra Talleres Municipales
de Teatro Escolar**

Lugar: Teatro Velasco

Hora: 20.00 h.



SÁBADO 3

**Exposición de pintura
"Alhama, luz del Mediterraneo"**

de JOSÉ MARÍA FALGAS

Lugar: Museo Los Baños

Hora: 20.30 h.

Hasta el 29 de junio



VIERNES 16 Y SÁBADO 17

Talleres Municipales de Teatro

LA NOCHE DEL TALLER

Lugar: Teatro Velasco

Hora: 20.00 h.

Entrada Libre



SÁBADO 3

**XIV Encuentro Infantil de Folklore
Grupo de Coros y Danzas Virgen del Rosario**

Lugar: Teatro Velasco

Hora: 20.30 h.

Entrada Libre



JUEVES 8

**Exposición pintura y cuerda seca
de ASOCIACIÓN CERES**

Lugar: Centro de Exposiciones "El Pósito"

Hora: 20.30 h.

Hasta el 30 de junio



VIERNES 23

Taller de teatro LAS FLOTAS

Lugar: Teatro Velasco

Hora: 20.30 h.

Entrada Libre



AUDICIONES FIN DE CURSO ESCUELA MUNICIPAL DE MÚSICA

LUNES 19

Iniciación Musical

Lugar: Casa de la cultura. Hora: 20.30 h.

MARTES 20

Lenguaje Musical y Banda Juvenil

Lugar: Auditorio Municipal Tierno Galván

Hora: 21.00 h.

MIÉRCOLES 21

Alumnos de oboe, trompeta y metal grave

Lugar: Casa de la cultura. Hora: 21.00 h.

JUEVES 22

Alumnos de piano y violín

Lugar: Casa de la cultura. Hora: 21.00 h.

VIERNES 23

Alumnos de flauta y saxofón

Lugar: Casa de la cultura. Hora: 21.00 h.

LUNES 26

Alumnos de clarinete, percusión y piano

Lugar: Casa de la cultura. Hora: 21.00 h.

MARTES 27

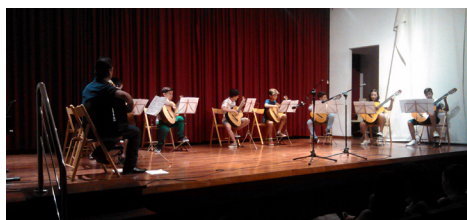
Alumnos de Clarinete y Guitarra

Lugar: Casa de la cultura. Hora: 21.00 h.

MIÉRCOLES 28

Alumnos de Guitarra

Lugar: Casa de la cultura. Hora: 21.00 h.



AUDICIONES FIN DE CURSO TALLER DE MÚSICOS DE SONATA

JUEVES 29

Lugar: Museo Los Baños. Hora: 20.30 h.

VIERNES 30

Lugar: Teatro Velasco. Hora: 21.30 h.





3 frases que inspiran a viajar por el mundo

Virginia Martí Bravo

1-*“Nuestro destino nunca es un lugar, sino una nueva forma de ver las cosas”*

Cada nuevo lugar que conoces, te hace ver el anterior de una manera diferente. Cada nuevo viaje nos transforma la manera de observar. Nos permite entender todo de una manera distinta. Agrandamos nuestra perspectiva y nos nutrimos de nuevos conocimientos. Por este motivo, viajar nos enseña a observar... Y muchas veces, para ver de cerca hay que pararse lejos.

2-*“Viajar y cambiar de lugar revitaliza la mente”*

¿A quién no le sucede? Cada viaje nos renueva. Aunque gastemos la suela caminando en el destino y volvamos más cansados de lo que llegamos, nos llenamos de energía. Volvemos con las pilas recargadas y con ganas de seguir viajando hacia otro lugar. Entre las frases que inspiran a viajar, esta es una de las más reales: viajar por el mundo es la mejor manera de cargar pilas para afrontar la rutina que nos espera al regresar.

3-*“Viajar sirve para ajustar la imaginación a la realidad, y para ver las cosas como son en vez de pensar cómo serán”*

Viajando sucede esto, entendemos la realidad como es, y dejamos de creer como sería según lo que nos cuentan. Y entre las frases que inspiran a viajar, ésta nos permite bajar un poco el viaje a la realidad.



V I A J E S

www.viajesaldemur.es

Avd/ Bastarreche, 8, Bajo
Alhama de Murcia
Tlf. 968 639 726



NUESTRO DESTINO NUNCA
ES UN LUGAR, SINO UNA
NUEVA FORMA DE VER
LAS COSAS

Henry Miller

*Viajar y cambiar de
lugar revitaliza la
mente*

Seneca

“viajar sirve para ajustar la imaginación
a la realidad, y para ver las cosas
como son en vez de pensar cómo
serán”

Samuel Johnson



Los pinos

prensa • revistas • golosinas



**¡SE ABRE LA TEMPORADA
DE HELADOS!**

Avd/ Bastarreche, 23
Alhama de Murcia
Tlf. 868 920 373

**REPARTO A
DOMICILIO**



Orígenes y supersticiones de la noche de San Juan

Alejandro Mayol Sánchez



La noche de San Juan es una de las fiestas más celebrada en muchos lugares de España, es una noche mágica en la que damos la bienvenida a la nueva estación que comenzamos, el verano. Su orígenes aunque no son muy claros se relacionan con el solsticio de verano que sucede el 20 o 21 de junio, a partir de ese momento los días comienzan a ser más cortos hasta llegar al solsticio de invierno de esta manera nuestros antepasados creían que encendiendo grandes hogueras darían más fuerza al sol para que los días venideros continuaran alargándose.

Fue cuando llegó el cristianismo cuando esta fiesta adoptó otra interpretación, según relatan las escrituras, Zacarías pensaba que su mujer Isabel no iba a dar a luz a su hijo por tener avanzada edad, pero cuando esto sucedió mandó encender una hoguera para anunciar a los cuatro vientos el nacimiento del Bautista, primo de Jesús que según la tradición se llevaba seis meses con él, es por ello que el 24 de junio se conmemora el nacimiento de san Juan Bautista.

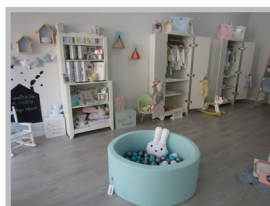


Curiosidades

Es de esta manera como esta tradición es fusionada con estas dos interpretaciones hasta nuestros días.

Es una noche en la que los más supersticiosos aprovechan para que sus deseos puedan ser cumplidos, existen innumerables leyendas: saltar las hogueras tres veces para que así de esta forma quedar purificados, darse un baño en la playa en esa noche atrae la buena suerte, lavarse la cara a medianoche hace que mantengas tu cara joven, pero tras ello, esa noche no puedes mirarte al espejo si quieres que sea efectivo, quien se coloca bajo una higuera con una guitarra en las manos aprende a tocarla de forma inmediata, quien madrugue el día 24 no pasará sueño el resto del año, etc.

Es sin duda alguna, una noche en la que diversión y superstición se dan de la mano para dar la bienvenida a la nueva estación estival.



LA HABITACIÓN DE JULIETA

BOUTIQUE INFANTIL

C/ CORREDERA, 23
ALHAMA DE MURCIA

868 08 07 73

679 03 55 32

INFO@LAHABITACIONDEJULIETA.COM

WWW.LAHABITACIONDEJULIETA.COM





Corpus Christi. Años 50-60.

Fuente: Archivo Municipal / José Luís Martínez







Receta: Morcilla de verano

Virginia Martí Bravo



La morcilla de verano constituye una estupenda y vegetariana alternativa a la morcilla murciana tradicional. El ingrediente animal es sustituido por la berenjena. La morcilla de verano es un sano aperitivo que demuestra una vez más que saludable y sabroso no son términos incompatibles. Dentro de la gastronomía de la Huerta de Murcia se pueden encontrar multitud de platos elaborados con vegetales como protagonistas, pero la morcilla de verano es uno de los más originales.

Este plato es siempre un grato manjar en la mesa. Una verdadera sorpresa para aquellos que aún no la han probado.

Ingredientes para 4 comensales:

- Dos berenjenas grandes
- Tres cebollas
- 100 gramos de piñones
- 50 gramos de orégano
- Un vasito de aceite para freír



Paso 1: Cortar y pelar

En primer lugar se deben preparar los ingredientes para cocinarlos. La berenjena se pela y se le quita la parte del rabo. A continuación se corta a taquitos, no debemos aguardar mucho tiempo antes de cocinarla pues se oxida rápidamente, adquiriendo un color

negruzco. La cebolla también se pela, pero se corta en juliana.

Paso 2: Freír la berenjena

La berenjena al ser cocinada tiende a absorber mucho aceite. Su carne es muy porosa y se empapa en exceso del líquido en el que se sumerja. Para evitar esto se pone la berenjena en sal y se presiona. Al presionarla se extrae aire y agua lo cual evitará que coja aceite en exceso. Se sumergen los taquitos en una freidora o sartén hasta que queden doraditos por fuera. Con el aceite no demasiado caliente para que no queden crudos por dentro. Se retiran del fuego y se pone en una escurridera para quitar el exceso de aceite.

Paso 3: Pochar la cebolla

A fuego lento y con la sartén tapada, se pocha la cebolla. Tiene que quedar blanda, pero sin quemarse. Su aspecto será más el de la cebolla cocida.

Paso 4: Mezclar los ingredientes

Una vez que tenemos listos todos los ingredientes, se juntan en una olla. A la berenjena y a la cebolla añadimos los piñones y, por último, el orégano. Se mezcla todo bien a fuego lento. El conjunto acaba teniendo el aspecto y la consistencia de un pisto. El color predominante es oscuro, un poco más claro que el del relleno de la morcilla. El color lo aporta la berenjena que al freírse se oscurece. Es importante retirar el exceso de aceite antes de servir.



Encuentra las 7 diferencias



Sudoku 1

	6	3	7			5		
	9			1		8		
	1		9		4			
			3				4	
9			2		6			8
	2				7			
			8		2		5	
		7		3			8	
		4			5	1	7	

Sudoku 2

	8		5		4		1	
	2	6	1		8	4	9	
2			6		3			1
		5	2		9	3		
3			4		7			9
	6	4	9		5	8	7	
	3		8		1		2	

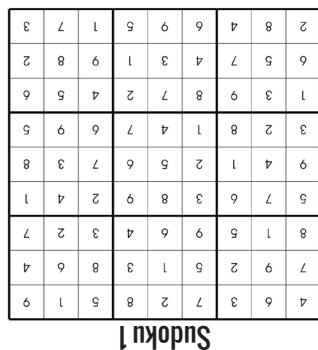
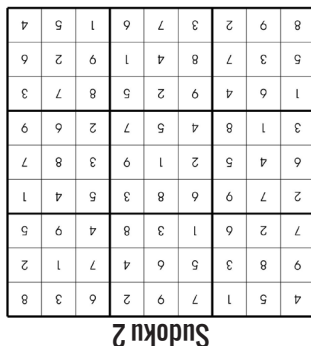
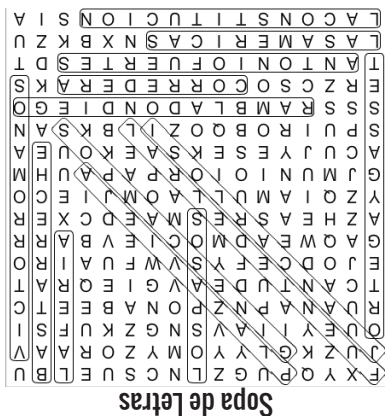


Sopa de letras - Calles y Plazas de Alhama



1. CORREDERA
2. PLAZA VIEJA
3. RAMBLA DON DIEGO
4. LA FERIA
5. FUENTE DEL RAL
6. ANTONIO FUERTES
7. ORTEGA Y GASSET
8. LAS AMÉRICAS
9. BASTARRECHE
10. GINÉS CAMPOS
11. VÍCTOR ROMANOS
12. LOS PASOS
13. JUAN CARLOS I

SOLUCIONES





- 01/06/2017 María Isabel Sánchez Hernández (C/. Postigos, S/N)
02/06/2017 Benjamín López Martínez-Mena (C/ Vergara Pérez, 1)
03/06/2017 Soledad Tutau Sánchez (C/ Isaac Albeniz, 3)
04/06/2017 Soledad Tutau Sánchez (C/ Isaac Albeniz, 3)
05/06/2017 Gregorio Ángel Fernández Castello (Avd/ Antonio Fuertes, 48)
06/06/2017 Eduardo Pérez García y Elena Serrano Landaberea (Avd/ Juan Carlos I, 50)
07/06/2017 María Isabel Sánchez Hernández (C/. Postigos, S/N)
08/06/2017 Benjamín López Martínez-Mena (C/ Vergara Pérez, 1)
09/06/2017 FESTIVO
10/06/2017 Juana María Gómez Fernández (Avd/ Almirante Bastarreche, 52)
11/06/2017 Juana María Gómez Fernández (Avd/ Almirante Bastarreche, 52)
12/06/2017 Eduardo Pérez García y Elena Serrano Landaberea (Avd/ Juan Carlos I, 50)
13/06/2017 María Isabel Sánchez Hernández (C/. Postigos, S/N)
14/06/2017 Benjamín López Martínez-Mena (C/ Vergara Pérez, 1)
15/06/2017 Soledad Tutau Sánchez (C/ Isaac Albeniz, 3)
16/06/2017 Juana María Gómez Fernández (Avd/ Almirante Bastarreche, 52)
17/06/2017 Gregorio Ángel Fernández Castello (Avd/ Antonio Fuertes, 48)
18/06/2017 Gregorio Ángel Fernández Castello (Avd/ Antonio Fuertes, 48)
19/06/2017 María Isabel Sánchez Hernández (C/. Postigos, S/N)
20/06/2017 Benjamín López Martínez-Mena (C/ Vergara Pérez, 1)
21/06/2017 Soledad Tutau Sánchez (C/ Isaac Albeniz, 3)
22/06/2017 Juana María Gómez Fernández (Avd/ Almirante Bastarreche, 52)
23/06/2017 Gregorio Ángel Fernández Castello (Avd/ Antonio Fuertes, 48)
24/06/2017 Eduardo Pérez García y Elena Serrano Landaberea (Avd/ Juan Carlos I, 50)
25/06/2017 Eduardo Pérez García y Elena Serrano Landaberea (Avd/ Juan Carlos I, 50)
26/06/2017 Benjamín López Martínez-Mena (C/ Vergara Pérez, 1)
27/06/2017 Soledad Tutau Sánchez (C/ Isaac Albeniz, 3)
28/06/2017 Juana María Gómez Fernández (Avd/ Almirante Bastarreche, 52)
29/06/2017 Gregorio Ángel Fernández Castello (Avd/ Antonio Fuertes, 48)
30/06/2017 Eduardo Pérez García y Elena Serrano Landaberea (Avd/ Juan Carlos I, 50)

Restaurante
COQUUS

Avd/ Juan Carlos I, 112
TLF: 696 10 46 14



C-2 Águilas > Murcia del Carmen

	Aguilera	Amador El Llanero de Oro	Jorgina	Polo	Almendros	Puerto Lumbrales	Forca Solbrena	Loga San Diego	La Hoya	Todopasa	Alhambra de Murcia	Librilla	Alicantinilla Los Romanos	Marc de Camen
	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□
a.							6,35	6,37	6,44	6,54	7,04	7,14	7,24	7,31
	6,45	6,48	6,59	7,09	7,21	7,32	7,40	7,42	7,49	7,59	8,14	8,21	8,31	8,38
a.							8,45	8,47	8,54	9,04	9,21	9,29	9,39	9,46
							9,40	9,42	9,49	9,59	10,09	10,19	10,29	10,36
b.	9,50	9,53	10,04	10,14	10,26	10,37	10,47	10,49	10,56	11,06	11,20	11,27	11,37	11,46
							10,47	10,49	10,56	11,06	11,20	11,27	11,37	11,46
a.							11,40	11,42	11,49	11,59	12,09	12,19	12,29	12,36
b.	11,50	11,53	12,04	12,14	12,26	12,37	12,47	12,49	12,56	13,06	13,20	13,27	13,37	13,44
							12,47	12,49	12,56	13,06	13,20	13,27	13,37	13,44
a.							13,40	13,42	13,49	13,59	14,09	14,19	14,29	14,36
c.	13,40	13,43	13,54	14,04	14,16	14,27	14,37	14,39	14,46	14,56	15,06	15,13	15,23	15,30
d.	13,50	13,53	14,04	14,14	14,26	14,37	14,47	14,49	14,56	15,06	15,20	15,27	15,37	15,44
							15,40	15,42	15,49	15,59	16,09	16,19	16,29	16,36
a.							16,50	16,52	16,59	17,09	17,21	17,29	17,39	17,46
							17,40	17,42	17,49	17,59	18,09	18,19	18,29	18,36
b.	17,53	17,56	18,07	18,17	18,29	18,40	18,50	18,52	18,59	19,09	19,21	19,34	19,44	19,51
							18,50	18,52	18,59	19,09	19,21	19,34	19,44	19,51
	19,08	19,11	19,22	19,32	19,44	19,55	20,05	20,07	20,14	20,24	20,36	20,46	20,56	21,03
b.	20,08	20,11	20,22	20,32	20,44	20,55	21,05	21,07	21,14	21,24	21,34	21,44	21,54	22,01
							21,05	21,07	21,14	21,24	21,34	21,44	21,54	22,01
(1)							22,15	22,17	22,24	22,34	22,44	22,54	23,04	23,11

- a.- De lunes a viernes, excepto festivos
- b.- Circula del 01/07 al 31/8 hasta Águilas
- c.- Circula sólo los domingos
- d.- Circula de lunes a sábado

(1) No circula los días 24/12 y 31/12
(2) No circula los días 25/12 y 1/1

¡PREPÁRATE PARA EL CALOR CON UN AIRE ACONDICIONADO!



Tlf: 968 630 016
Fax: 968 639 901
repsolalhama@hotmail.com





Horarios autobuses

ALHAMA-LIBRILLA-MURCIA

Lunes a Viernes	7.40 h., 8.45 h., 9.45 h., 11.45 h., 12.45 h., 13.45 h., 15.20 h.* , 16.05 h., 17.45 h., 19.45 h., 21.45 h.
Sábados	8.45 h., 10.45 h., 12.45 h., 14.45 h., 16.45 h., 18.45 h., 20.10 h.
Domingo y Festivos	10.45 h., 12.45 h., 15.45 h., 17.45 h., 19.45 h., 21.45 h.

MURCIA-LIBRILLA-ALHAMA

Lunes a Viernes	6.45 h., 9.15 h., 10.00 h., 11.00 h., 12.00 h.* , 13.00 h., 14.00 h., 15.30 h., 17.00 h., 19.00 h., 21.00 h.
Sábados	8.00 h., 10.00 h., 12.00 h., 14.00 h., 16.00 h., 18.00 h., 21.00 h.
Domingo y Festivos	10.00 h., 12.00 h., 15.00 h., 17.00 h., 19.00 h., 21.00 h.

ALHAMA-TOTANA-LA HOYA- LORCA

Lunes a Viernes	7.10 h., 9.45 h., 10.35 h., 11.35 h., 12.35 h.* , 13.30 h. 14.35 h., 16.00 h., 17.35 h., 19.35 h., 21.35 h.
Sábados	8.35 h., 10.35 h., 12.35 h., 14.35 h., 16.35 h., 18.35 h., 21.35 h.
Domingo y Festivos	10.35 h., 12.35 h., 15.35 h., 17.35 h., 19.35 h., 21.35 h.

LORCA-LA HOYA-TOTANA-ALHAMA

Lunes a Viernes	7.00 h., 8.00h., 9.00 h., 11.00 h., 12.00 h., 13.00 h., 14.30 h* , 15.30 h., 17.00 h., 19.00 h., 21.00 h.
Sábados	8.00 h., 10.00 h., 12.00 h., 14.00 h., 16.00 h., 18.00 h., 19.30 h.
Domingo y Festivos	10.00 h., 12.00 h., 15.00 h., 17.00 h., 19.00 h., 21.00 h.

* Este servicio se suprime en vacaciones escolares, Navidad, Semana Santa y verano.



Horarios autobuses

ALHAMA-PUERTO DE MAZARRÓN

ALHAMA	TOTANA	PARETÓN	CAMPOSOL	MAZARRÓN	PUERTO	BOLNUEVO
10.10 h.	10.30 h.	10.40 h.	10.50 h.	11.00 h.	11.10 h.	11.20 h.
15.40 h.	16.00 h.	16.10 h.	16.20 h.	16.30 h.	16.40 h.	16.50 h.
SÁBADOS, DOMINGOS Y FESTIVOS						
10.10 h.	10.30 h.	10.40 h.	10.50 h.	11.00 h.	11.10 h.	11.20 h.
13.45 h.*	14.00 h.	14.10 h.	14.20 h.	14.30 h.	14.40 h.	14.50 h.

PUERTO DE MAZARRÓN-ALHAMA

BOLNUEVO	PUERTO	MAZARRÓN	CAMPOSOL	PARETÓN	TOTANA	ALHAMA
12.20 h.	12.30 h.	12.40 h.	12.50 h.	13.00 h.	13.10 h.	13.25 h.
19.20 h.	19.30 h.	19.40 h.	19.50 h.	20.00 h.	20.10 h.	20.25 h.
SÁBADOS, DOMINGOS Y FESTIVOS						
12.10 h.	12.20 h.	12.30 h.	12.40 h.	12.50 h.	13.00 h.	13.15 h.
18.50 h.	19.00 h.	19.10 h.	19.20 h.	19.30 h.	19.40 h.	19.50 h.*



REPARACION DE TODAS LAS MARCAS DE VEHÍCULOS INDUSTRIALES










KNORR-BREMSE
Sistemas para Vehículos Industriales

Avda. Holanda Esq. Francia, Parc. 29-30, Parque Empresarial Alhama
30840 ALHAMA DE MURCIA (Murcia) **Teléf. de Asistencia: 699 052 316**
Teléf.: 968 892 936 699 052 317
yepesmotor@hotmail.com



ALHAMA-CARTAGENA

SALIDA	LLEGADA	ITINERARIO	DÍAS
07.25 h.	08.45 h.	Itinerario 2	Todos los días
12.05 h.	13.20 h.	Itinerario 2	de Lunes a Viernes
17.00 h.	18.15 h.	Itinerario 1	Sábados
17.00 h.	18.15 h.	Itinerario 1	Domingos
17.15 h.	18.30 h.	Itinerario 1	de Lunes a Viernes
18.20 h.	19.30 h.	Itinerario 3	Sábados y Domingos

Itinerario 1: Alhama de Murcia - Venta Romero - Cuevas del Reylo II - Cuevas del Reylo - Venta del Campo - Fuente Álamo - Fuente Álamo Bar - Casa Grande - Parada de Taxis Aljorra - Aljorra - Chiquito - Molino Derribao - La Guía (Cartagena) - El Plan - La Frontera - Rotonda Los Dolores - Hotel Manolo - Automóviles Jarama - Cruz Roja - Asamblea Regional - Estación de autobuses de Cartagena.

Itinerario 2: Alhama - Librilla - Murcia - Cartagena **Itinerario 3:** Alhama - Murcia - Cartagena

CARTAGENA-ALHAMA

SALIDA	LLEGADA	ITINERARIO	DÍAS
14:15	15:30	Itinerario 1	Todos los días
15:45	16:55	Itinerario 3	Sábados y Domingos
17:45	19:00	Itinerario 2	de Lunes a Viernes
21:00	22:25	Itinerario 2	Todos los días

Itinerario 1: Cartagena - Asamblea Regional - Cruz Roja Cartagena - Automóviles Jarama - Hotel Manolo - Rotonda Los Dolores Cartagena - La Frontera - El Plan - La Guía - Molino Derribao - Chiquito - Aljorra - Parada de Taxis de La Aljorra - Casa Grande - Cuatro Vientos - Fuente Álamo Bar - Fuente Álamo - Venta del Campo - Cuevas del Reylo - Cuevas del Reylo II - Venta Romero - Alhama de Murcia

Itinerario 2: Cartagena - Murcia - Librilla - Alhama **Itinerario 3:** Cartagena - Murcia - Alhama



Calendario Festivos/Teléfonos de interés

JUNIO 2017

Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

FESTIVOS: viernes 9 de junio, Día de la Región de Murcia

AVERÍAS

IBERDROLA - AVERÍAS 900 171 171
 IBERDROLA - INFORMACIÓN 900 225 235
 OFICINA DEL GAS (ALHAMA) 968 631 674
 SERVICIO MUNICIPAL DE AGUAS (SOCAMEX) 968 630 911

ASOCIACIONES

A.E.C.C. 968 630 000 Ext. 5502
 ASAJA 968 633 238
 CÁRITAS 968 633 119
 MANCOMUNIDAD CANALES TAIBILLA 968 630 252

CENTROS EDUCATIVOS

C.P. ANTONIO MACHADO 968 631 030
 C.P. EL BERRO 968 668 002
 C.P. GINÉS DÍAZ - SAN CRISTÓBAL 968 639 623
 C.P. NTRA. SRA. DEL ROSARIO 968 630 567
 C.P. PRÍNCIPE DE ESPAÑA 968 630 332
 C.P. PRÍNCIPE DE ESPAÑA INFANTIL 968 632 250
 C.P. RICARDO CODORNÍU 968 636 309
 C.P. SIERRA ESPUÑA 968 630 569
 COLEGIO CONCERTADO AZARAQUE 968 431 846
 CENTRO DE ATENCIÓN A LA INFANCIA LOS CEREZOS 968 633 027
 CENTRO DE EDUCACIÓN DE ADULTOS 968 632 539
 ESCUELA INFANTIL GLORIA FUERTES 968 639 703
 ESCUELA MUNICIPAL DE MÚSICA 968 630 039
 ESCUELA UNITARIA LA COSTERA 968 638 242
 ESCUELA UNITARIA REINA SOFÍA (EL CAÑARICO) 968 658 718 - 609615239
 ESCUELA INFANTIL TRAVIEOS 968 632 170
 I.E.S. VALLE DE LEIVA 968 630 302
 I.E.S. MIGUEL HERNÁNDEZ 968 630 344



Teléfonos de interés

IGLESIAS

PARROQUIA DE LA CONCEPCIÓN 968 630 638
PARROQUIA DE SAN LÁZARO 968 630 122

PARQUE INDUSTRIAL

CENTRO TECNOLÓGICO CALZADO 968 632 200
ECOPARQUE 638 162 512
INDUSTRIALHAMA 968 632 455

SERVICIOS MUNICIPALES

ALCALDÍA 968 630 123
ALMACÉN MUNICIPAL 968 631 508
AYUNTAMIENTO 968 630 000
BIBLIOTECA 968 639 806
CASA DE LA CULTURA 968 630 700
CEMENTERIO 609 630 861 - 609 630 861
CENTRO CULTURAL PLAZA VIEJA 968 630 700
CENTRO DE ESTANCIAS DIURNAS 968 633 687
CENTRO INFORMACIÓN EL BERRO 968 668 063
CENTRO LOCAL DE EMPLEO Y FORMACIÓN 868 921 084
CENTRO DE LA TERCERA EDAD 968 632 010
CENTRO OCUPACIONAL 968 633 659
CENTRO REHABILITACIÓN PROSAUCES - LAS FLOTAS 968 431 208
CENTRO DE SERVICIOS SOCIALES 968 631 895
COMPLEJO DEPORTIVO GUADALENTÍN 659 682 359 - 968 630 000 Ext. 5504
COMUNIDAD DE REGANTES 968 630 899
CORREOS 968 630 154
DEPORTES 968 639 757
DEPURADORA DE ALHAMA 666 519 290
EL PÓSITO 968 639 806
ESPACIO JOVEN 968 631 985
GARANTÍA JUVENIL 968 631 985 - 968 630 515
JUZGADO DE PAZ / REGISTRO CIVIL 968 630 103 - 968630000 Ext. 5701
LUDOTECA 968 630 000 Ext. 5218
MUSEO ARQUEOLÓGICO LOS BAÑOS 968 630 776
OFICINA DE ATENCIÓN AL CONTRIBUYENTE 968 636 780
OFICINA MUNICIPAL DE CONSUMO - OMIC 868 921 098 - 968 630 000 Ext. 5501
OFICINA DE INFORMACIÓN DE EL BERRO 968 668 063
OFICINA DE TURISMO 968 633 512
PABELLÓN MUNICIPAL "ADOLFO SUAREZ" 968 630 000 Ext. 5503
PABELLÓN SIERRA ESPUÑA 968 633 243
PARKING PLAZA CONSTITUCIÓN 968 630 299 - 968630000 Ext. 5510



Teléfonos de interés

PISCINA MUNICIPAL 968 639 757
POLIDEPORTIVO "EL PRAÍCO" 609 319 670
SEF ALHAMA 968 630 838
TANATORIO 902 300 968
VIVERO DE EMPRESAS PARA MUJERES 968 630 000 Ext. 5240

SERVICIOS REGIONALES

AYUNTAMIENTO DE MURCIA 968 358 600
BORM 968 851 086
COMISARÍA DE ALCANTARILLA 968 801 100
COMISARÍA DE POLICÍA (DNI) MURCIA 968 274 866
COMISARÍA DE POLICÍA (PASAPORTE) 968 274 869
FEDERACIÓN DE MOTOCICLISMO REGIÓN DE MURCIA 968 636 084
OFICINA COMARCAL AGRARIA 968 630 291
OFICINA DE CONSUMO DE MURCIA 901 501 601
RESIDENCIA "VIRGEN DEL ROSARIO" 968 630 006
SEGURIDAD SOCIAL TOTANA 968 420 049
UCE (MURCIA) 968 295 501

URGENCIAS

ACOSO ESCOLAR 900 800 800
AMBULANCIAS 968 630 407
AMBULATORIO 968 630 369
AMBULATORIO - CITA PREVIA 968 631 711 - 968 631 700
BOMBEROS 968 631 160
CENTRO DE SALUD 968 631 711
CRUZ ROJA 968 630 700
GUARDIA CIVIL 968 630 002
POLICÍA LOCAL 968 630 001
PROTECCIÓN CIVIL 968 630 008



ASESORÍA ÁGUILA

FISCAL LABORAL CONTABLE Y JURÍDICA

CAMPAÑA DE LA DECLARACIÓN DE LA RENTA

ISABEL ÁGUILA SÁNCHEZ

Diplomada en C.C. Empresariales

Asesora fiscal

Avd/ Antonio Fuertes, 58

30840 Alhama de Murcia

Tlf. 968 631 037

Fx. 968 631 083

asa.asesoria@gmail.com

inver-plas@terra.com



Alhama Conecta

Diseño de logotipos

Imagen corporativa

Creación de páginas Web

Gestión de Redes Sociales

Realización de cartelería

Diseño de folletos

Producción audiovisual

Spots publicitarios

Reportajes en vídeo

Marketing y publicidad

Posicionamiento Web

Promoción de Empresas

CONSÚLTANOS SIN COMPROMISO:

Tlf. 647 365 440

prensa@alhamaconecta.com

marketing@alhamaconecta.com

Estamos en: Avd/Juan Carlos I, 18, Bajo B

www.alhamaconecta.com

