

Ejemplar GRATUITO

Revista Conecta

Nº 47.
Junio 2021

Viajando por la
Región de Murcia:

SAN PEDRO
DEL PINATAR

Las **series** son también
para el **Verano**

Las 5 **tendencias** estrella
de este verano

Cultura, ocio, curiosidades, recetas, imágenes para el recuerdo, pasatiempos,
farmacias de guardia, horarios de trenes, autobuses y más...

www.revistaconecta.es

2 Producción audiovisual
Publicidad y Marketing
Diseño gráfico e impresión
Campañas, promoción y
gestión de Redes Sociales

Pregunta sin compromiso:
Tlf: 647 36 54 40
marketing@conectabien.com



Virginia Martí Bravo

Periodista, redacción, marketing, diseño gráfico y maquetación.

Ismael Martínez Cánovas

Soporte informático, edición, diseño gráfico, redacción, maquetación y foto de portada.

Colaboraciones:

Nieves Sánchez Ramírez: redacción (Psicología).

Myriam Gómez Cánovas: diseño gráfico y redacción (Moda).

Mariana Oliveira de Oliveira: diseño gráfico y redacción (Series y Recetas del Mundo).

REVISTA CONECTA

Depósito legal: MU 1226-2018

PROMOCIONA TU EMPRESA:

647 365 440

comunicacion@revistaconecta.es

Puedes recoger GRATIS la revista en los puntos de distribución oficiales del Bajo Guadalentín

También disponible en formato digital en

www.revistaconecta.es

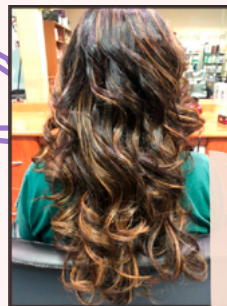
SÍGUENOS EN:



Más de 15.000 seguidores

**ESTE VERANO
APUESTA POR
UN CAMBIO
DE LOOK!**

Inma Estilistas



C/Sánchez Vivancos, 7
Alhama de Murcia



968 63 99 51

ÍNDICE

VIAJANDO POR LA REGIÓN DE MURCIA

- San Pedro del Pinatar (pág. 4)

MODA

- Las 5 tendencias estrella de este verano (pág. 10)

PSICOLOGÍA

- Habilidades sociales (pág. 12)

CULTURA

- Imágenes para el recuerdo (pág. 14)
- Programación cultural (pág. 16)

SERIES

- Las series también son para el verano (pág. 18)

GASTRONOMÍA

Recetas de la Región de Murcia:

- Pastel de Cierva (pág. 22)

Recetas del mundo:

- Coxinha de frango (Brasil) (pág. 24)

FARMACIAS

- Farmacias de guardia (pág. 26)

PASATIEMPOS

- Pasatiempos (pág. 28)

INFORMACIÓN

- Calendario de festivos (pág. 29)
- Horarios de autobuses (pág. 29)
- Horarios de trenes (pág. 30)

Hijos de Carmen
López Sanz S.L.



Electricidad
y gas

Pedidos al 968 63 00 16
repsolalhama@hotmail.com

PAELLEROS



ESTUFAS
SARTENES
PLANCHAS
PAELLERAS
CAZOS CON
RECUBRIMIENTO
DE PIEDRA
CACEROLAS



HORARIO:

LUNES A VIERNES DE 9.00 H. A 13.30 H.

Y DE 17.00 H. A 20.00 H.

SÁBADOS DE 9.00 H. A 13.00 H.

C/ POSTIGOS 16 C. ALHAMA DE MURCIA

ATENCIÓN: VENTA DE BUTANO SÓLO A
DOMICILIO



AGUA DE
FUENTE
DUEÑAS
REFRESCOS
CERVEZA
LECHE



COCINAS Y
FOGONES

CAFETERAS
ITALIANAS



Viajando por la Región de Murcia

Virginia Martí Bravo / Ismael Martínez Cánovas

SAN PEDRO DEL PINATAR



San Pedro del Pinatar es un municipio relativamente pequeño que posee 14 kilómetros de costa repartidos entre dos mares: Mar Menor y Mar Mediterráneo. Constituido en municipio de la Región Murcia en 1836, año en que se establece como ayuntamiento. Hasta el siglo XVIII tan sólo pobladores dedicados a la pesca y la explotación de las salinas ocupaban la zona, y fue en el siglo XIX cuando el municipio se transforma en residencia de temporada de verano para los habitantes de la huerta, atraídos entre otras cosas por las propiedades curativas del Mar Menor. Su situación estratégica en la costa y sus cualidades medioambientales han originado un crecimiento muy rápido de la población y un aumento de la actividad comercial y económica.

¿QUÉ VISITAR?

Los Molinos de Sal son algo característico del lugar,

los más destacados son los molinos de Quintín y de la Calcetera, situados en la playa de La Mota. Estos molinos eran los encargados de la elaboración del producto de las numerosas salinas que se explotaban desde hace muchos años en San Pedro del Pinatar. En tiempos pasados servían para aportar agua del Mar Menor al conjunto de las Charcas Salineras. Están compuestos por una torre cónica cuya cubierta es giratoria, lo que

permitía, mediante un largo timón, orientar el velamen hacia el viento de la forma más adecuada. Un sistema de engranajes trasladaba el movimiento hasta la parte inferior del molino, en la que una cinta de cangilones transportaba el agua desde el mar a los estanque. A pesar del transcurso del tiempo, los molinos conservan todavía en su interior el circuito interior de la explotación salinera.



La Iglesia de la Santísima Trinidad es digna de visitar. Posee un mural iconográfico del retablo realizado por Kiko Argüello, pintor considerado uno de los artistas más importantes en cuestión de iconografía cristiana. En la obra pictórica, que mide 18 metros de ancho y 11 de alto, se encuentran representados los episodios más importantes de la vida del cristiano.



La Casa del Reloj es de estilo modernista, fue construida por encargo de una conocida familia murciana, Servet Spottorno, hacia el siglo XIX. Es una casa donde se combinan elementos de estilo heterogéneo y se encuentra rodeada de un pequeño jardín de palmeras y eucaliptos. Una curiosidad es que en mayo de 1899 murió en ella D. Emilio Castelar y Ripoll, Presidente de la I República Española.



Dulce Ana®
 Productos Artesanos
 - 2020 -



644 40 64 09



Pedidos online en
www.eligemurcia.es
www.elestantedemurcia.es

También en tienda Sagitario en El Cañarico y en los centros artesanía de Lorca, Cartagena y Murcia

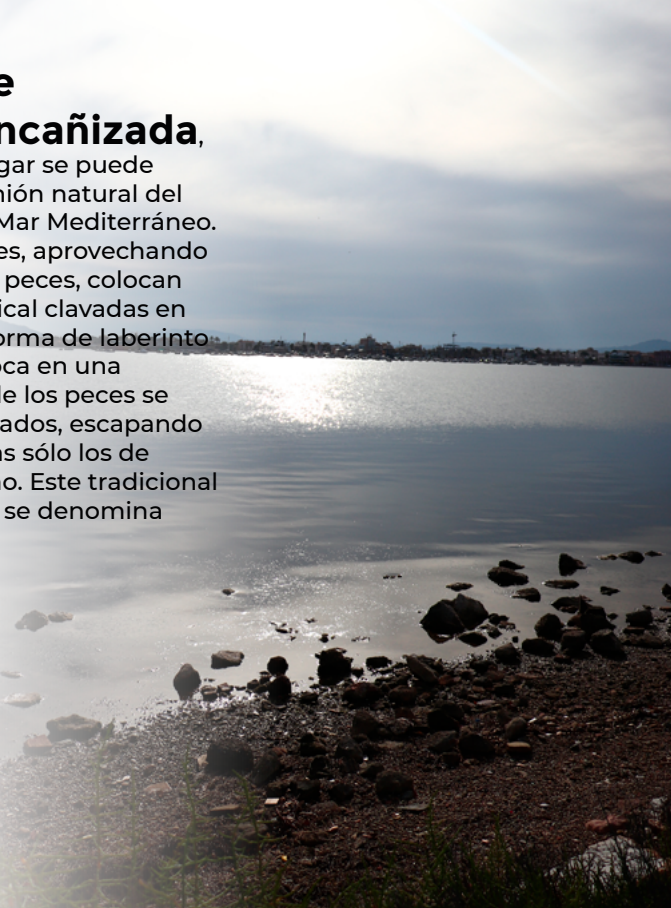


El Museo Barón de Benifayó es un edificio donde actualmente se ubica el Museo Municipal fue construido en 1892 por Don Julio Falcó D'Adda, Barón de Benifayó, como residencia de verano. Diseñado en estilo neomudéjar bajo la dirección del arquitecto Don Lorenzo Álvarez Capra, fue acondicionado para albergar el nuevo Museo Municipal de San Pedro del Pinatar, en el que se pueden visitar distintas salas de arqueología, etnografía, colección de juguetes antiguos y colección de material cinematográfico antiguo.

Las playas del Mar Mediterráneo como la Playa de El Mojón, Torre Derribada, separadas por el rompeolas del puerto. Las playas de la Llana que la componen Playa de las Salinas, Barraca Quemada y Punta de Algas, todas ellas ubicadas en el Parque Regional de las Salinas y Arenales de San Pedro del Pinatar. Tienen en común que son playas abiertas y profundas, con dunas de arena fina y cálidas aguas, muy mediterráneas y solitarias, incluso en temporada alta.

Las playas del Mar Menor con aguas templadas todo el año. Playas tranquilas y serenas. Villananitos, La Puntica y La Mota.

Punta de Algas-Encañizada, desde este lugar se puede observar la unión natural del Mar Menor y Mar Mediterráneo. Los pescadores, aprovechando el paso de los peces, colocan cañas en vertical clavadas en el fondo, en forma de laberinto que desemboca en una paranza donde los peces se quedan atrapados, escapando entre las cañas sólo los de menor tamaño. Este tradicional arte de pesca se denomina "encañizada".



¿QUÉ HACER?



Las Rutas con o sin guía son algo muy propicio para realizar desde Centro de Visitantes "Las Salinas" hasta llegar al Pinar de Coterillo, caminando por cómodas sendas y sobre pasarelas que bordean los estanques salineros observando las diferentes la belleza de las aves entre ellas, **los Flamencos** (*Phoenicopterus roseus*), muy abundantes y característicos en la zona.

Los Baños de Lodo en las charcas son fruto con las aguas de elevada salinidad del Mar Menor, aplicar este barro sobre la piel parece tener un gran valor terapéutico en todo tipo de afecciones. Las particulares condiciones climatológicas del Mar Menor, con un alto porcentaje de horas de sol al año y una elevada salinidad, han propiciado que en el extremo norte de la laguna, en la zona conocida como Las Charcas, se fueran depositando durante siglos lodos aptos para tratamientos terapéuticos. Análisis realizados por la Universidad de Murcia (Estudio de 1995) revelan que estos sedimentos contienen un alto porcentaje de cationes, calcio, magnesio, potasio y flúor, así como aniones, cloruro y sulfato, muy superiores a los esperables, incluso, en aguas de esta salinidad. Además, la granulometría médica en esta zona incluye una elevada presencia de arenas finas y muy finas (limos y arcillas), que son realmente las que contienen las propiedades curativas atribuidas a los lodos.



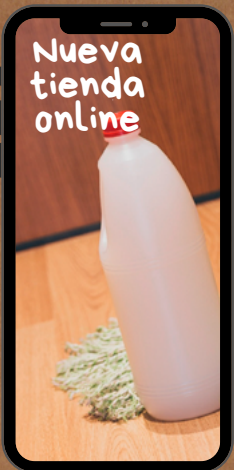
Haz tu propio amigurumi

Aprende a hacer tu propio muñeco de hilo paso a paso (incluye kit con hilos)



Nueva gama de hilos

para el tiempo libre,
100% algodón
mercerizado



Nueva tienda online de productos a granel a través de whatsapp
643 18 92 74



Avda. Juan Carlos I, 16,
Alhama de Murcia

¿QUÉ COMER?

En San Pedro del Pinatar, la cocina es amplia, variada y sabrosa. El plato más conocido es el arroz, ya sea el conocido Arroz Caldero cocinado en un recipiente de hierro fundido o las tradicionales paellas de conejo, de marisco, con solomillo, con foie, incluso con pato, especialidad que podemos degustar en el

Restaurante Juan

Mari, un lugar que destaca por su cocina con productos de temporada como las verduras y el pescado fresco, y que cuenta con la recomendación de la Guía Michelin.



Y es que las delicias del mar, también son tradicionales San Pedro, donde se unen Tierra y Mar en su gastronomía, de inmejorables productos de su propia huerta y del Mar Menor y el Mar Mayor. Atún de ijada, Mojama, Huevas, Dorada, Mújol, Pardete, Galupe, Langostinos del

Mar Menor, Zarangollo, Perdices de Lechuga, Habas Tiernas, Morcilla, Morcón y Longaniza seca entre otros.

De postre, nada mejor que fruta fresca como el melón o los higos, aunque si lo que buscamos es endulzar el paladar con un verdadero placer, no podemos dejar de saborear los dulces como el Pastel de Cierva, el Tocino de Cielo, la Tarta elaborada con Queso Artesanal de la zona o la Tarta de Café Asiático, una **especialidad del cocinero Juan Mari** y que recomendamos probar junto a su delicioso



GAFAS GRADUADAS
VISTA



GAFAS GRADUADAS
SOL

DESDE **99€**

OPTILENT ALHAMA
Tu óptica de confianza

T. 968 432 196 | 975 571 471 | Avd. Comartrón Ligas, 8 Alhama de Murcia



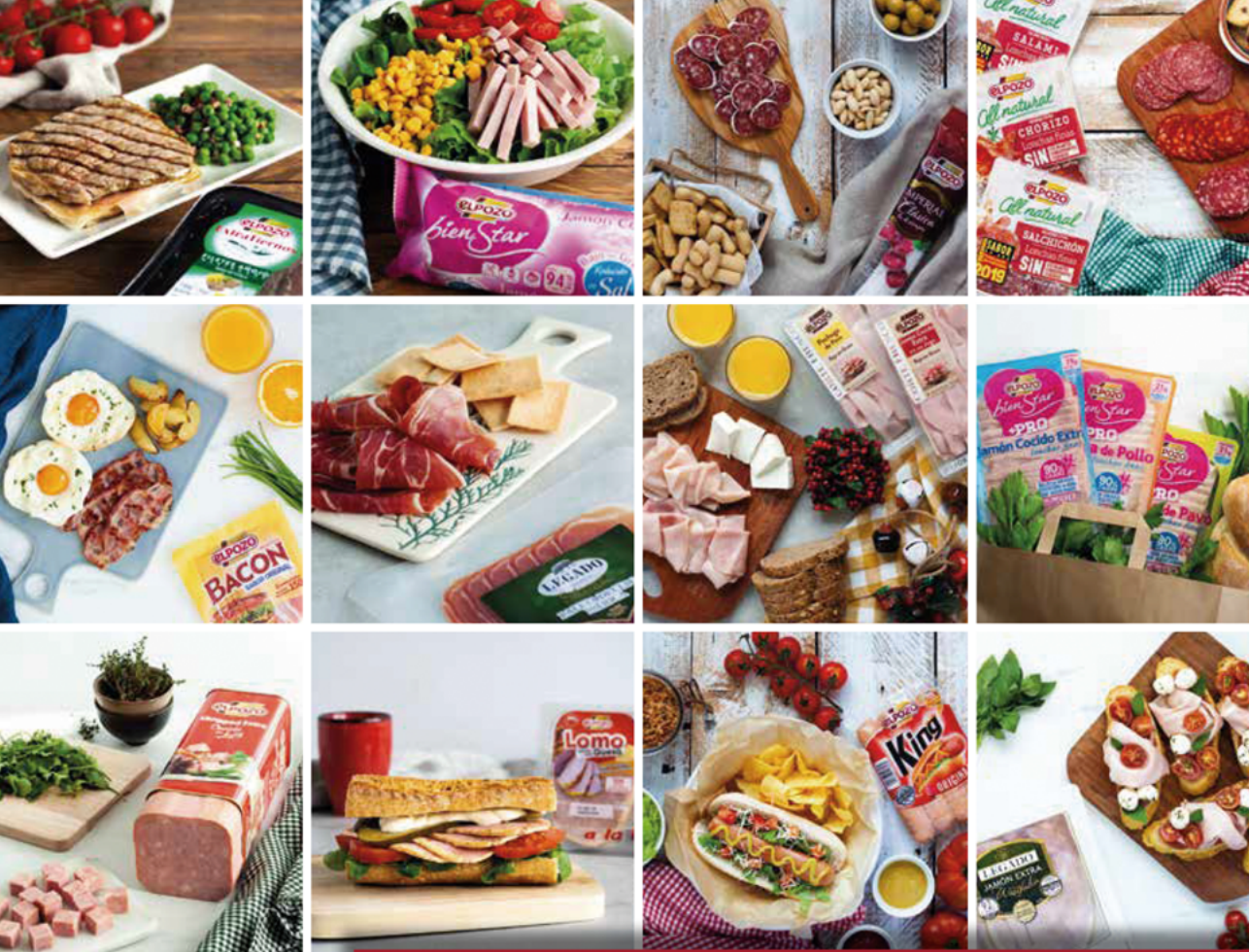
DISFRUTA
DEL SOL. 
PROTEGIDA
Y A LA MODA

GAFAS FMO
DE SOL

DESDE **59€**

POLARIZADAS
O SOLARES
GRADUADAS





Uno más de la familia

Contamos con las más exigentes certificaciones.



En ELPOZO sabemos que las familias se construyen a base de confianza y en la nuestra, todo lo que hacemos es para merecer la tuya. Por eso estamos a tu lado por lo que necesitas.

En esta familia se mira al futuro con la convicción y la ilusión de quien lleva preparándose para él toda la vida.



Uno más de la familia

www.elpozo.com

LAS 5 TENDECIAS ESTRELLA DE ESTE VERANO

Myriam Gómez Cánovas

Si tú también eres de las que prefiere adelantarse a esperar a que una prenda esté por todas partes, he aquí el resumen definitivo de las tendencias que prometen eclosionar este verano, pero que esta primavera han comenzado ya su andadura. Comenzamos.

Vestidos camiseros



Los vestidos camiseros se cuelan entre tus prendas de verano para convertirse en tus favoritos en los meses de más calor. Es una de las tendencias más esperadas de la temporada y sin duda una de las favoritas entre las que más saben de moda. Hay diseños para todos los gustos, pero todos coinciden en tres cosas: Son cómodos, estilosos y muy versátiles.

Locura por el rosa

Los armarios se han llenado de prendas alegres con estallidos de color como es el rosa o el fucsia, donde el desenfreno y la alegría campan a sus anchas, queda demostrado que este color es tendencia cromática absoluta de la temporada.



Prendas satinadas

El satén será el tejido que aporte glamour y elegancia a tus looks de verano. Un toque de distinción, la elegancia que transmite y las posibilidades que ofrece,



han sido determinantes para que el satén se sitúe otro año más como un indispensable en el armario de cualquier mujer.

Caracterizado por la caída y el brillo que tiene, el satén es suave y sedoso, capaz de confeccionar el estilismo más formal, pero sin dejar de lado su capacidad para completar opciones más casuales.



**Prepárate para
lucir tu mejor
versión este verano**

📍 Tomás Moro, 3, Alhama de Murcia

✉ calzadoselenamarin@gmail.com

☎ 661 852 877

Looks unicolor

Los 'total looks' en los colores de moda, fucsia, blanco y verde, tiene sus piezas clave y sus complementos estrella para triunfar. ¿qué puede haber más seguro que apostar por un color de moda y llevarlo de la cabeza a los pies? Esta tendencia puede ser realmente elegante y a la vez atractiva a nivel estético, resulta de lo más favorecedora y lo que es más importante, permite mil versiones



Bolsos de hombro

Los bolsos son siempre el accesorio más recurrente a la hora de combinar y crear looks pensados al detalle.

Éstos comenzaron a reaparecer hace un año, pero siguen pegando fuerte este verano. Finos y llevados al hombro, como hacíamos en los 2000.



Con estas 5 tendencias estamos listas para tener repleto el armario este verano y arrasar ¿Te has enamorado de alguna de ellas?

Danna
Tallas grandes

Chicas de moda que aportan frescura

AV/JUAN CARLOS I, 16
ALHAMA DE MURCIA

WWW.DANNATALLASGRANDES.COM



Habilidades Sociales

Nieves Sánchez Ramírez

Las personas somos seres sociales, necesitamos a los demás para poder sobrevivir. Las Habilidades Sociales (HHSS) nos ayudan a que nuestra comunicación pueda ser eficaz y nuestras relaciones con los demás más sanas y satisfactorias. En caso contrario, si tenemos unas HHSS inadecuadas, las relaciones pueden llegar a ser fuente de malestar y estrés.

Estas habilidades son el conjunto de conductas, actitudes, pensamientos y emociones que tiene una persona cuando interacciona con otros. Van desde las más básicas, como saber iniciar, mantener y finalizar una conversación o saber formular preguntas, hasta las más avanzadas, como la resolución de conflictos o la toma de decisiones. También pueden variar según la cultura, el momento histórico e incluso según el momento concreto en el que nos encontremos.

Son tan importantes para nuestra supervivencia y nuestra adaptación que empiezan a desarrollarse desde los primeros meses de vida y están presentes en todas las etapas del desarrollo. Podemos aprender las HHSS a través de la experiencia, de la observación y con el aprendizaje verbal. Por tanto, los padres, las figuras de apego y los educadores tienen un papel primordial en su desarrollo.

Unas adecuadas HHSS influyen de manera positiva en nuestro bienestar, en nuestra calidad de vida y en la autoestima y satisfacción vital, ya que a través de ellas podremos defender nuestras opiniones, nuestras necesidades y expresarnos emocionalmente.

Por otro lado, carecer de HHSS, o que sean inadecuadas, produce diversas emociones desagradables y son un factor de riesgo para el desarrollo de la ansiedad y la depresión, al tener la sensación de no poder controlar nuestra relación con el entorno.



Hay que tener en cuenta que podemos disponer de unas buenas HHSS en ciertos contextos y no en otros. Por ejemplo, podemos tener unas buenas HHSS en nuestro trabajo pero no en una relación de pareja.


Por supuesto, al ser conductas aprendidas y con el trabajo adecuado, estas habilidades se pueden mejorar. Para esto debemos conocer qué HHSS poseemos y cuáles no o aquellas que queremos mejorar, todo esto con el fin de favorecer nuestras relaciones, favorecer nuestro desarrollo personal y adaptarnos de manera más eficaz a las diferentes situaciones que se nos presenten.



Está bien sentirse triste después de tomar la decisión correcta

Nisara
Gabinete de Psicología



 639 20 30 44

 info@nisarapsicologia.com

 @nisarapsicologia

 Nisara Psicología

Sesiones de psicología
presenciales, online y a
domicilio (también fines
de semana)

Imágenes para el recuerdo: Yacimiento de La Bastida, Totana, durante la visita del presidente de la Diputación. 1944

Imágenes: Archivo General Región de Murcia



CUIDAMOS DE TODA TU ROPA

10% de DESCUENTO

en la limpieza de todas tus prendas de invierno

LOS MEJORES
PRODUCTOS

TINTORERÍA - LAVANDERÍA

Aguamarina

aguamarinatintoreria@gmail.com

☎ 968 633 449

C/Totana, 3, Alhama de Murcia

OFERTA ESPECIAL

En limpieza de mantas y
edredones



ESCUELA MUNICIPAL DE VERANO 2021

Del 28 de junio
al 27 de agosto

CEIP RICARDO CODORNÍU



PLAZO DE INSCRIPCIÓN: del 27 de mayo al 25 junio

CUOTAS:

**40 € / Semana
sin comida**

**50 € / Semana
con comida**

Descuentos para miembros de AMPAS, familias numerosas y monoparentales

**Servicio matutino
gratuito desde las
7:30 h.**

DIRIGIDO A:

- Alumnos/as de educación infantil de 3 años a 6º de primaria
- Alumnos/as de 1º de la ESO

Y ADEMÁS...

Escuela de verano también en CAI Los Cerezos

**Documentación e inscripción en la web municipal
www.ayuntamiento.alhamademurcia.es**

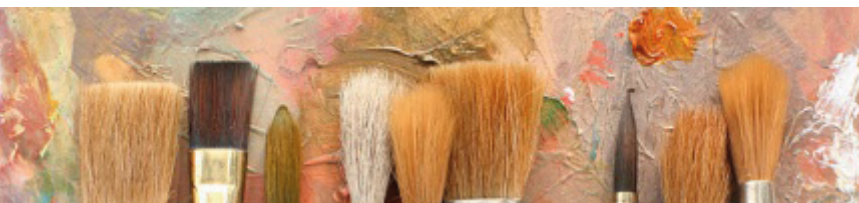


AYUNTAMIENTO
Alhama de Murcia



Alhama de
Murcia
CIUDAD EDUCADORA

Viernes 4 de junio de 2021
20:00 h.
Centro de Exposiciones El Pósito
Hasta 26 de junio



Exposición de pintura

Taller de
María José
Hermosilla

Alumnos del taller

Presentación libro

Música de la
Cuadrilla de
El Berro

Cuaderno de partituras

Juan José Robles Mayol

Viernes 11 de junio de 2021
20:30 h. Aforo limitado
Museo Arqueológico Los Baños



Concurso

Concurso Escolar de Pintura Rápida
al Aire Libre Alhama y Pedanías 2021



Sábado 5 de junio. Hora: 10:00 h. Casa de la Cultura
Entrega de premios: jueves 17 de junio. Hora: 19:00. Casa de la
Cultura. Exposición premiados hasta el 30 de junio

Teatro para todos

Glubs

Cía. Nacho Vilar
 Producciones / Yllana

Viernes 18 de junio
de 2021. 21:00 h.
Auditorio Municipal
Tierno Galván
Entrada: 10 €.
Aforo limitado



Viernes 25 de junio
21:00 h. Museo Arqueológico
Los Baños. Aforo limitado



Música coral

**CONCIERTO DE MÚSICA
 CORAL "CANTOS DEL
 ESTÍO"**

Coral de la Agrupación
 Musical de Alhama de Murcia

Arqueología

Campo de Trabajo 2021
El Murtal y Las Paleras

Del 12 al 25 de julio de 2021. Inscripción gratuita en Museo
Arqueológico Los Baños. Tlf. 968630776. Máximo 35 plazas.
museoarqueologico@alhamademurcia.es



**AUDICIONES ESCUELA
 MUNICIPAL DE MÚSICA**

Del 21 al 24 de junio 20:30 h.
Teatro Cine Velasco
Aforo limitado

**CONCIERTO CLAUSURA
 DE CURSO POR
 LA BANDA JUVENIL
 DE LA AGRUPACIÓN
 MUSICAL DE ALHAMA
 DE MURCIA**

Sábado 26 de junio. 20:30 h.
Auditorio Municipal Tierno Galván

Jueves 1 de julio de 2021
20:00 h.
Museo Arqueológico Los Baños
Hasta 5 de septiembre

Exposición de fotografía

**Hermosa
 Locura**

Pedro Pablo Díaz



LAS SERIES TAMBIÉN SON PARA EL VERANO

Mariana Oliveira de Oliveira

Ahora que llega el terrible calor y hasta las siete de la tarde no hay quien salga a la calle, qué mejor que un maratón de las mejores series.

Ver series es una forma de escapar de la vida cotidiana, así lo expresaron un 78% de personas encuestadas por Netflix. El hecho de poder elegir qué ver, cuándo y cuánto es una gran ventaja que tienen las plataformas como HBO, Amazon, Netflix, actualmente en relación con la televisión.

Estas plataformas tienen una clara estrategia de marketing para que nosotros, los consumidores, nos enganchemos a estas series y películas, ¿te has percatado que normalmente los grandes estrenos se ponen a disposición los viernes? Esto es para que podamos consumirlo lo antes posible, ya que los fines de semana es cuando más tiempo libre tenemos.

¿TE
APETECE
UNA MINI
MARATÓN
PARA ESTE
FIN DE
SEMANA?

En estas plataformas tienes una gran selección de series cortas a las que no te podrás resistirte a ver, ¿Estás preparado para este planazo?

Aquí te dejamos unas recomendaciones de thriller, suspense, dramas... que querrás ver seguro.

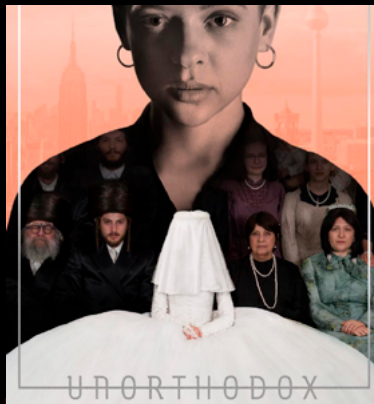
Gambito de Dama

Esta serie basada en la novela de Walter Tevis, ambientada en los años 50 y 60, narra la historia de una joven en su trayectoria a convertirse en la mejor jugadora de ajedrez del mundo mientras lucha con sus problemas sentimentales y adicciones, te enganchará desde el principio.



Alguien tiene que morir

Esta miniserie de 3 capítulos creada por Manolo Caro, también creador de la exitosa serie La casa de las flores cuenta cómo la sociedad española cambió totalmente tras la guerra civil, así lo demuestran los actores de esta serie llena de secretos familiares en una de las épocas más duras del franquismo.



Unorthodox

Esta historia basada en hechos reales narra la vida de una joven judía que intenta escapar de la conservadora rama judía, donde las mujeres deben vestir discretamente, cubrir su cabello, no ir a la universidad y quedarse en casa... la chica se adentra en una vida que puede ser de otra manera y vivir su vida en el exterior.

Muñeca Rusa

¿Cómo te sentirías si estuvieras atrapado en el día en el que mueres?

Así es, esta serie donde la protagonista revive día tras día su muerte e intenta investigar porque le sucede esto, te tendrá enganchado en el sofá hasta el final. Adéntrate en este misterioso bucle que no podrás parar de ver.



PEDIDOS Y RESERVAS:

868 74 14 86

PLAZA DE LAS AMERICAS, 13
ALHAMA DE MURCIA

¡VEN A DISFRUTAR!



El Inocente

Esta serie actual española de intriga, es un thriller que deberás estar muy atento para entenderla, pero que te dejará con la boca abierta, llena de chantajes, crímenes, planteada como un puzzle y con un reparto excelente, te adentraras de inmediato en esta interesante historia y te hará partícipe del misterio.



Modern Love

Historias de amor de todo tipo, con protagonistas diferentes en la ciudad de Nueva York, diferentes tipos de relaciones en cada capítulo. Una serie con mucha emotividad y sentimientos, se te pasarán volando.



You

Esta serie narra una historia de amor del siglo XXI sobre un obsesivo pero brillante ocn que trabaja en una librería, enamora a una joven neoyorquina con la que se obsesiona y utiliza las RRSS para rastrear su presencia, esta serie de suspenso psicologico te atraparà y no podràs dejar de verla.



Patria

Esta miniserie te atraparà desde el principio, esta trama gira en torno a una viuda que decide volver al pueblo donde fue exiliada por el clima causado por el terrorismo después del asesinato de su marido a manos de ETA.

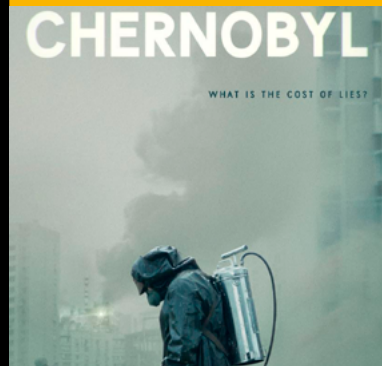
El cuento de la criada

Una joven se ve forzada a vivir como una concubina para dar hijos a su señor. En esa nueva sociedad, la mayor parte de los valores modernos occidentales han quedado desterrados. La mujer pasa a un segundo plano, siendo prácticamente un objeto, Defred, la protagonista tiene un objetivo: sobrevivir y encontrar a la hija que le fue arrebatada, esta serie desgarradora te hará reflexionar y te impresionará.



Chernobyl

Esta serie basada en la historia real que sucedió en 1986 cuando explotó la planta nuclear de Chernobyl, muestra el punto de vista del gobierno y de todas las personas que sufrieron y lucharon durante años por la catástrofe nuclear y como se sacrificaron para controlarlo.



El Infiltrado


Es una serie donde un ex soldado británico es reclutado por un agente de los servicios de inteligencia para infiltrarse en una red de un traficante de armas internacional, estarás en tensión desde el minuto uno, un thriller político emocionante que querrás ver del tirón.




It's a Sin

Esta serie está ambientada en Londres en 1981 cuenta la historia de 5 amigos durante la década del aumento del SIDA que causó estragos en la población homosexual, esta serie emotiva y entremecedora cuenta historias cotidianas desde la realidad social del momento.

¿HAS VISTO YA ALGUNA?,
¿NO? ¿Y A QUÉ ESPERAS?

 C/Miguel Servet, 4
Alhama de Murcia

 680 52 44 41

www.iomoda.es 

 **io moda**
Infantil - Juvenil

LO ÚLTIMO EN PRENDAS DE
VERANO PARA TI Y TU FAMILIA



RECETAS DE LA REGIÓN DE MURCIA:



Ingredientes:

- 250 g de manteca de cerdo (u otra grasa)
- 250 g de azúcar
- 1 huevo (para la masa)
- Raspadura de limón
- 500-700 g de harina
- 2 huevos duros
- 150-250 g de carne de pollo cocida
- Sal

Elaboración:

Por un lado debemos preparar la masa brisé y por otro el relleno. La carne de pollo la cocemos y la reservamos junto con un poquito de caldo de cocción.

La masa la preparamos uniendo la manteca (que puede sustituirse por margarina u otra grasa en caso de no encontrar manteca de cerdo), el azúcar y la sal. Cuando esté a punto de pomada añadimos el huevo y la raspadura de limón y,

Pastel de Cierva

Virginia Martí Bravo

Este postre curioso pastel es una mezcla de masa dulce combinada con relleno salado, es originario de la zona costera del Mar Menor y sobre todo de San Pedro del Pinatar, San Javier y alrededores.

Su origen se remonta al siglo XIX. La leyenda cuenta que el jefe de cocina de un barco ruso que atracó en el Mar Menor le dio la receta a un pastelero de San Javier. En una comida al político Don Juan de la Cierva y Peñafiel se le ofreció este pastel. Al gustarle tanto este plato, manifestó su deseo de que llevase su nombre, y es por lo que se denomina Pastel de Cierva.

Este pastel está elaborado con una masa de harina de trigo realizada con manteca y huevo, algo sazonada y muy azucarada, rellena de carne de ave cocida y huevo duro. Se prepara con forma circular y se suele presentar en pequeñas porciones dada su contundencia o como primer plato, después de una ensalada o un consomé. Es un plato que se puede servir tibio o frío también para el almuerzo o la merienda, además se suele consumir en excursiones o acampadas al no necesitar preparación y conservarse bastante bien.



TRAJE UNA AMIGA
Y CONSIGUE UN
20%
DESCUENTO EN
TODO



Peluquería y Estética

PEDICURA + BAÑO
SPA + PINTADO
SEMI PERMANENTE
+ TRATAMIENTO
PARAFINA
15%

FPS 50
WELLA SEBASTIAN NIOXIN
PROFESSIONAL
SONRÍE
CUENTAS CON LA
MEJOR PROTECCIÓN

¡USALA TODOS LOS DÍAS!
Sal cada mañana
con este escudo
protector para tu piel
¡TU CREMA SOLAR ES TU
PRIMERA CREMA ANTIEDAD!

633 50 75 25

CV Fuente del Ral, 81 bajo
Alhama de Murcia

Línea solar cabello:

- COMPRA **3** PRODUCTOS Y DE REGALO UNA BOLSA DE PLAYA
- COMPRA **2** PRODUCTOS Y DE REGALO UN PRODUCTO TAMAÑO VIAJE

LÍNEA SOLAR FACIAL
10% DESCUENTO

finalmente, la harina. Debemos conseguir una masa compacta, que no se quiebre demasiado, así que debemos trabajarla bastante y añadir la harina poco a poco superando el medio kilo hasta dar con el punto de amasado. Dejamos reposar en el frigorífico la bola de masa.

Mientras, preparamos el relleno de carne y huevo cocido. Del pollo sacaremos las mollas de carne, limpias de pieles y cartílagos, y los huevos los trocearemos.

Transcurrida una media hora de reposo de la masa podemos estirarla para forrar el molde, dividiendo la bola en dos mitades. Sobre la base echaremos la carne, el huevo y el poquito de caldo, ya que al quedar tapada el relleno necesita algo de humedad para que no quede muy seco.

Tapamos con la otra mitad de masa, pintamos de huevo batido la superficie y cocemos a horno precalentado, a unos 150 o 160°, hasta que observemos que se ha dorado la masa. Dejamos enfriar un poquito el pastel y ya estará listo para comer.



PANADERÍA DEL CARMEN

**¡VENTA AL POR MAYOR
DE PAN AL MEJOR
PRECIO !**



**REPARTIMOS
EN TOTANA Y
ALHAMA**

641 49 38 84



**C/Francisco de Valdivia, 2
Alhama de Murcia**



RECETAS DEL MUNDO:



Ingredientes

Para el relleno

- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 1 cebolla blanca, picada finamente
- 2 dientes de ajo
- 1 pollo, asado, deshuesado y desmenuzado
- Sal
- Pimienta negra molida
- 3 cucharadas de mayonesa (o queso cremoso requesón)
- ½ manojo de perejil, picado finamente

Para la masa

- 750 ml de caldo de pollo
- ¼ cucharadita de sal
- 2 cucharaditas de aceite de oliva
- 750 g de harina, tamizada

Para el rebozado

- 5 claras de huevo grandes
- 400 g de pan rallado

Coxinha de frango (Brasil)

Mariana Oliveira de Oliveira

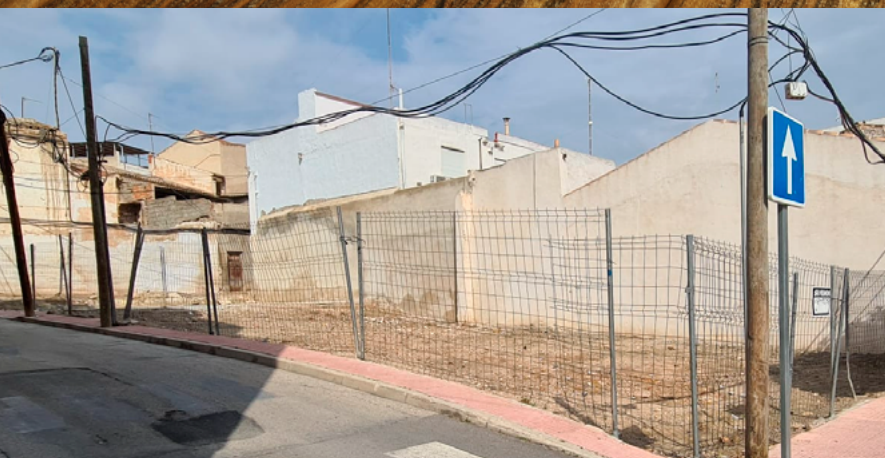
Este delicioso aperitivo o picoteo es muy típico y favorito de los brasileños, "coxinha de frango" elaborado con pechuga de pollo desmenuzada y envuelta en una masa que luego es empanada y frita, su nombre proviene por su parecido a los muslos de pollo (coxinha)

Pueden tener un pequeño parecido a nuestras famosas croquetas pero poco tienen que ver, su relleno y su envoltura, son cremosas por dentro y crujientes por fuera.

La versión original de la coxinha de frango fue creada en la pequeña ciudad de Limeira, no muy lejos de Sao Paulo.

Las coxinhas pueden tener varios tamaños, desde un bocado hasta otras más grandes que se pueden disfrutar como un almuerzo completo en lugar de un aperitivo.

Se pueden servir solas o acompañadas de salsa de tomate, rodajas de lima, salsa rosa, ketchup o incluso, salsa chimichurri.



SE VENDE

SOLAR 230m²

Fachada a tres calles

Av. De España, 21

Alhama de Murcia

PRECIO A CONVENIR

674 418 058

Elaboración

Para el relleno. En una sartén, salteamos la cebolla y el ajo muy picaditos. Después añadimos el pollo desmenuzado, la mayonesa o el queso cremoso y mezclamos bien, añadimos la sal y probamos el punto de sazón y picante y mientras se enfría, nos ponemos a hacer la masa de las coxinhas.

Para la masa, en una cacerola grande y antiadherente, colocamos el caldo de pollo, la sal y el aceite de oliva, y cocinamos lentamente a fuego medio-bajo. Cuando el caldo esté caliente, agregamos la harina tamizada toda a la vez mientras removemos muy bien. Se volverá cada vez más difícil de remover, pero continuamos removiendo durante aproximadamente 1 minuto más o menos hasta obtener una masa uniforme.

Una vez se obtenga una pasta que se despega del fondo, se saca de la cacerola y se amasa en la mesa hasta obtener una masa lisa a la que se da forma de cilindro, después se corta en porciones, se estiran en forma de círculos



similares a las obleas de empanadilla para posteriormente rellenarlos.

Ponemos un círculo de masa en la palma de la mano, añadimos una cucharada de relleno y cerramos plegando los bordes hacia la parte superior. Una vez cerrados, alisamos la masa girándola en la parte superior para darle la característica forma cónica, como un muslito. Finalmente, pasamos por huevo y pan rallado y freímos hasta dorarlas. Las dejamos en una fuente con papel para que se absorba el aceite.



Todo lo que necesitas para tus barbacoas y comidas de verano

MENAJE - HOGAR -
EQUIPAMIENTO PARA
HOSTELERÍA



646 12 95 31



C/Dr. Fleming, 10, Alhama de Murcia

Alhama de Murcia

Benjamín López Martínez-Mena
C/ Vergara Pérez, 1
Teléfono: 968 630 012

Soledad Tutau Sánchez
C/ Isaac Albeniz, 3)
Teléfono: 968 630 855

Juana María Gómez Fernández
Avd/ Cartagena, 52
Teléfono: 968 632 202

Eduardo Pérez García y Elena Serrano Landaberea
Avd/ Juan Carlos I, 50
Teléfono: 968 630 047

María Isabel Sánchez Hernández
C/ Postigos, S/N
Teléfono: 968 630 161

Gregorio Ángel Fernández Castello
Avd/ Antonio Fuertes, 48
Teléfono: 968 636 368

JUNIO						
L	M	X	J	V	S	D
	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				

JULIO						
L	M	X	J	V	S	D
			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	31	



Totana - Aledo

Andrés Jerónimo Crespo Castillo
C/ Mayor Triana, 2
Teléfono: 968 422 003

Carmen Ladrón De Guevara Ruíz
C/ Santomera, 17
Teléfono: 968 421 811

Francisco Martínez Serrano
Plaza de la Constitución, 1
Teléfono: 968 424 457

María del Carmen Gallego Martínez y Joaquín Muñoz-Cruzado Barba
C/ San Antonio, 9
Teléfono: 968 424 709

Carmen Ruíz Fernández y Pilar Ladrón De Guevara Ruíz
Calle del General Aznar, 80
Teléfono: 968 421 652

María del Mar Martínez Navarro
C/ Santa Bárbara, 17
Teléfono: 968 420 139

María Isabel Cerezo Musso
Avd/Lorca, 44
Teléfono: 968 423 850

Ester Mª Segunda Martín Rodríguez
C/Quintana, 9 (Aledo)
Teléfono: 968 48 45 16

Pedro Luis Mustieles Marín
Caminico de Tallante, 11 (El Paretón)
Teléfono: 968 48 41 05

JUNIO						
L	M	X	J	V	S	D
	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				

JULIO						
L	M	X	J	V	S	D
			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	31	

Puerto de Mazarrón

María Nieves Fuentes Flores
Avda/ Costa Cálida, 40 -EDF. Bahía Mar
Teléfono 968 15 33 84

Mercedes García Moreno
Avda/ Dr. Meca, 89
Tif: 968 15 37 81

Manuel Hummer Navarro
C/ Mayor, 36
Tif: 968 59 40 48

Manuel Suárez Ortega
Carretera de Bolnuevo, 11
968150794

Cayetano Pérez Gómez
Vía Axial, 163
Tif: 968 15 32 32

José Luis Pérez Madrid
C/ Cartagena,92
Tif: 968 15 36 17

Cristina Ernestina Marín Galindo
Avda/ Cabo Tiñoso, 1
Tif: 968 15 30 55

José Antonio Martínez García y Alicia Martínez Cáceres
C/ Mayor 52 (Isla Plana)
Tif: 968 15 22 81

Caridad Serrano Ciller
Carretera de la Azohía, S/N
Tif: 968 15 02 02

JUNIO						
L	M	X	J	V	S	D
	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				

JULIO						
L	M	X	J	V	S	D
			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	31	

*Cada color en el calendario corresponde con el color de encima de cada una de las farmacias

Mazarrón

Antonio Lorente Martínez
C/Alcalde Juan Paredes, 10
Teléfono: 968 59 00 08

María del Mar Moreno Ramos
C/La Vía, 84
Teléfono: 968 59 06 10

Salvador y Encarnación Zamora Navarro
C/Pintur Agustín Navarro, 2
Teléfono: 968 59 00 29

Fernando Otalora Muñoz
C/La Vía, 50
Tif: 968 59 11 09

María del Carmen Collado Martínez
C/Camino Real, 31 (Cañada de Gallego)
Teléfono: 968 15 88 56

Isabel Tovar Zapata
C/Madrid, 19, sector A, parcela E-G-1
(El Saladillo, urbanización Camposol)
Teléfono: 868 10 26 23

JUNIO

L	M	X	J	V	S	D
	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				

JULIO

L	M	X	J	V	S	D
			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	31	

Librilla

Modesta Gil García
C/San Luis, 5
Teléfono: 968 658 002

Ruben Perez Navarro
C/ Maestro Espada, 5
Teléfono: 968 65 86 36

JUNIO

L	M	X	J	V	S	D
	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				

JULIO

L	M	X	J	V	S	D
			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	31	



MENÚ DIARIO

CON CARNE
A LA BRASA
10€



**Venta de selección
de JAMONES de**



Av. Antonio Fuertes N° 1
(Frente a ElPozo)

Haz tu reserva
en el
868 786 878
632 150 367
620 843 763



**BOCADILLOS DE
CARNE A LA BRASA
A DIARIO**



**ESPECIALIDAD EN
PULPO**



Sopa de letras: Playas de la Región de Murcia

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

- 1. Bahía
- 2. Cala Cortina
- 3. Calblanque
- 4. Carolina
- 5. El Hormillo
- 6. La Llana
- 7. Paraíso
- 8. Bolnuevo
- 9. Cala Reona
- 10. Calnegre
- 11. Cocedores
- 12. La Azohía
- 13. La Manga
- 14. Percheles
- 15. Poniente

Encuentra las 9 diferencias



Sudoku 1

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

Sudoku 2

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

Soluciones

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

Sudoku 2

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

Sudoku 1



9 diferencias

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

Sopa de Letras

Calendario de festivos

JUNIO

Lun	Mar	Mie	Jue	Vie	Sáb	Dom
	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:

Jueves 3: Festivo en Archena
Miércoles 9: Día de la Región de Murcia.
Lunes 14: Festivo en Mazarrón.
Martes 15: Festivo en Moratalla.
Jueves 24: Festivo en Campos del Río.
Viernes 25: Festivo en Campos del Río.
Martes 29: Festivo en San Pedro del Pinatar.

JULIO

Lun	Mar	Mie	Jue	Vie	Sáb	Dom
			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	31	

FESTIVOS:

Miércoles 7: Festivo en Puerto Lumbreras.
Viernes 16: Festivo en Alguazas, Ojós, San Pedro del Pinatar y Villanueva del Río Segura.
Martes 20: Festivo en Fuente Alamo.
Lunes 26: Festivo en Lorquí.
Viernes 30: Festivo en Calasparra.

Horarios de autobuses

PUERTO DE MAZARRÓN - TOTANA - ALHAMA

BOLNUEVO	PUERTO DE MAZARRÓN	MAZARRÓN	CAMPOSOL	EL PARETÓN	TOTANA	ALHAMA DE MURCIA	LA HOYA	LORCA
9.50	10.00	10.10	10.20	10.30	10.40	---	10.55	11.10
12.20	12.30	12.40	12.50	13.00	13.10	13.25	---	---
15.20	15.30	15.40	15.50	16.00	16.10	---	16.25	16.40
19.20	19.30	19.40	19.50	20.00	20.10	20.25	---	---
SÁBADOS, DOMINGOS Y FESTIVOS								
9.50	10.00	10.10	10.20	10.30	10.40	---	10.55	11.10
12.10	12.20	12.30	12.30	12.50	13.00	13.15	---	---
18.50	19.00	19.10	19.20	19.30	19.40	19.50*	19.55	20.10

ALHAMA - TOTANA - PUERTO DE MAZARRÓN

LORCA	LA HOYA	ALHAMA DE MURCIA	TOTANA	EL PARETÓN	CAMPOSOL	MAZARRÓN	PUERTO DE MAZARRÓN	BOLNUEVO	ALAMILLO
6.20	6.35	---	6.50	7.00	7.10	7.20	7.40	7.30	8.00
---	---	10.10	10.30	10.40	10.50	11.00	11.10	11.20	---
12.00	12.15	---	12.30	12.40	12.50	13.00	13.10	13.20	13.40
---	---	15.10	15.30	15.40	15.50	16.00	16.10	16.20	---
*Servicios combinados									
SÁBADOS, DOMINGOS Y FESTIVOS									
7.30	7.45	---	8.00	8.10	8.20	8.30	8.40	8.50	---
---	---	10.10	10.30	10.40	10.50	11.00	11.10	11.20	---
13.30	13.45	13.45 *	14.00	14.10	14.20	14.30	14.40	14.50	---



ATICO30

+ Kids

**MODA INFANTIL
Y DE MUJER AL
MEJOR PRECIO**

**NUEVA GERENCIA
Y UBICACIÓN**



**C/Juan Carlos I, 44
Alhama de Murcia**


Horarios de trenes


ÁGUILAS - LORCA - MURCIA

ÁGUILAS	6.40				9.55			11.55									19.19	20.15
ÁGUILAS - EL LABRADORCICO	6.43				9.58			11.58									19.22	20.18
JARAVÍA	6.54				10.09			12.09									19.33	20.29
PULPÍ	7.05				10.19			12.19									19.43	20.39
ALMENDRICOS	7.17				10.31			12.31									19.55	20.51
PUERTO LUMBRERAS	7.28				10.41		1.41	14.41									20.05	21.01
LORCA SUTULLENA	6.30	7.39	8.50	9.45	10.55	11.45	12.55	13.45	14.53	15.40	16.58	17.50	19.00	20.20	21.15	22.22		
LORCA SAN DIEGO	6.32	7.41	8.52	9.47	10.57	11.47	12.57	13.47	14.55	15.42	17.00	17.52	19.02	20.22	21.17	22.24		
LA HOYA	6.39	7.48	8.59	9.54	11.04	11.54	13.04	13.54	15.02	15.49	17.07	17.59	19.09	20.29	21.24	22.31		
TOTANA	6.49	7.58	9.09	10.04	11.14	12.04	13.14	14.04	15.12	15.59	17.17	18.09	19.19	20.39	21.34	22.41		
ALHAMA DE MURCIA	6.59	8.10	9.21	10.14	11.26	12.14	13.26	14.14	15.24	16.09	17.29	18.19	19.31	20.54	21.44	22.51		
LIBRILLA	7.08	8.18	9.29	10.23	11.34	12.23	13.34	14.23	15.32	16.19	17.37	18.29	19.39	21.02	21.53	23.00		
ALCANTARILLA - LOS ROMANOS	7.18	8.28	9.40	10.34	11.44	12.33	13.45	14.33	15.43	16.30	17.47	18.39	19.50	21.13	22.02	23.11		
MURCIA DEL CARMEN	7.26	8.36	9.48	10.42	11.52	12.40	13.53	14.41	15.51	16.40	17.55	18.47	19.58	21.21	22.10	23.19		

MURCIA - LORCA - ÁGUILAS

MURCIA DEL CARMEN	6.31	7.21	8.30	9.42	10.35	11.47	12.37	13.47	14.35	15.40	16.37	17.52	18.42	20.05	21.15	22.22		
ALCANTARILLA - LOS ROMANOS	6.39	7.29	8.38	9.50	10.43	11.55	12.45	13.55	14.43	15.50	16.45	18.00	18.50	20.13	21.23	22.30		
LIBRILLA	6.50	7.40	8.49	10.01	10.55	12.06	12.56	14.06	14.54	16.01	16.56	18.11	19.01	20.24	21.35	22.41		
ALHAMA DE MURCIA	7.00	7.50	8.59	10.11	11.05	12.16	13.06	14.16	15.04	16.11	17.06	18.21	19.11	20.34	21.45	22.51		
TOTANA	7.12	8.00	9.10	10.26	11.16	12.27	13.16	14.26	15.14	16.22	17.19	18.31	19.21	20.44	21.57	23.01		
LA HOYA	7.21	8.10	9.19	10.35	11.25	12.36	13.26	14.36	15.24	16.31	17.28	18.40	19.30	20.53	22.06	23.10		
LORCA SAN DIEGO	7.29	8.18	9.27	10.42	11.32	12.44	13.34	14.43	15.31	16.38	17.35	18.47	19.37	21.00	22.14	23.17		
LORCA SUTULLENA	7.32	8.22	9.30	10.48	11.35	12.50	13.37	14.49	15.34	16.44	17.38	18.50	19.40	21.03	22.18	23.20		
PUERTO LUMBRERAS		8.30		10.58		12.57		14.59		16.51						22.26		
ALMENDRICOS		8.41		11.09		13.08		15.10		17.02						22.37		
PULPÍ		8.50		11.18		13.17		15.19		17.11						22.46		
JARAVÍA		9.00		11.28		13.26		15.29		17.21						22.56		
ÁGUILAS - EL LABRADORCICO		9.09		11.36		13.35		15.38		17.30						23.04		
ÁGUILAS		9.13		11.39		13.38		15.42		17.33						23.07		

 Circula de lunes a viernes, excepto festivos

 Circula sábados, domingos y festivos

TRIBULEX

ASESORES

Comienza la campaña
de la declaración
de la Renta

 Asesoría integral de empresas

 Abogados

 Administración de fincas

Avd. Sierra Espuña, 1
Alhama de Murcia
Tlf: 968 636 018



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

LORCA - MURCIA

	HOSP. LORCA	LORCA	LA HOYA	TOTANA	ALHAMA	LIBRILLA	ALCANT.	CAMPUS	MURCIA
L-V	---	7.00 h.	7.15 h.	7.25 h.	7.35 h.	7.50 h.	---	---	8.30 h.
L-S	---	8.00 h.	8.15 h.	8.30 h.	8.45 h.	8.55 h.	9.15 h.	---	9.30 h.
L-V	8.30 h.	9.00 h.	9.15 h.	9.30 h.	9.45 h.	9.55 h.	---	10.15 h.	10.30 h.
L-S	---	10.00 h.	10.15 h.	10.30 h.	10.45 h.	10.55 h.	---	---	11.30 h.
D	---	10.00 h.	10.15 h.	10.30 h.	10.45 h.	10.55 h.	11.15 h.	---	11.30 h.
L-V	---	11.00 h.	11.15 h.	11.30 h.	11.45 h.	11.55 h.	---	---	12.30 h.
L-D	---	12.00 h.	12.15 h.	12.30 h.	12.45 h.	12.55 h.	---	---	13.30 h.
L-V	12.45 h.	13.00 h.	13.15 h.	13.30 h.	13.45 h.	13.55 h.	14.15 h.	14.30 h.	14.45 h.
L-S	---	14.30 h.	14.45 h.	15.00 h.	15.15 h.	15.25 h.	---	---	16.00 h.
D	---	15.00 h.	15.15 h.	15.30 h.	15.45 h.	15.55 h.	---	---	16.30 h.
L-V	---	15.30 h.	15.45 h.	16.00 h.	16.15 h.	16.25 h.	---	---	17.00 h.
S	---	16.00 h.	16.15 h.	16.30 h.	16.45 h.	16.55 h.	---	---	17.30 h.
L-V y D	---	17.00 h.	17.15 h.	17.30 h.	17.45 h.	17.55 h.	---	---	18.30 h.
S	---	18.00 h.	18.15 h.	18.30 h.	18.45 h.	18.55 h.	---	---	19.30 h.
L-V y D	---	19.00 h.	19.15 h.	19.30 h.	19.45 h.	19.55 h.	---	---	20.30 h.
S	---	19.30 h.	19.45 h.	20.00 h.	20.15 h.	20.25 h.	---	---	21.00 h.
L-V y D	---	21.00 h.	21.15 h.	21.30 h.	21.45 h.	21.55 h.	---	---	22.30 h.

MURCIA - LORCA

	MURCIA	CAMPUS	ALCANT.	LIBRILLA	ALHAMA	TOTANA	LA HOYA	LORCA	HOSP. LORCA
L-V	6.45 h.	---	---	7.05 h.	7.20 h.	7.30 h.	7.45 h.	8.10 h.	8.30 h.
L-S	8.00 h.	---	---	8.20 h.	8.40 h.	8.55 h.	9.05 h.	9.30 h.	---
L-V	9.00 h.	---	---	9.20 h.	9.40 h.	9.55 h.	10.05 h.	10.30 h.	---
L-D	10.00 h.	---	---	10.20 h.	10.40 h.	10.55 h.	11.05 h.	11.30 h.	---
L-V	11.00 h.	---	11.15 h.	11.30 h.	11.45 h.	12.05 h.	12.15 h.	12.30 h.	12.45 h.
L-D	12.00 h.	---	---	12.20 h.	12.40 h.	12.55 h.	13.05 h.	13.30 h.	---
L-D	13.00 h.	---	---	13.20 h.	13.40 h.	13.55 h.	14.05 h.	14.30 h.	---
L-V	14.00 h.	---	---	14.20 h.	14.40 h.	14.55 h.	15.05 h.	15.30 h.	---
S	14.00 h.	---	14.15 h.	14.30 h.	14.45 h.	15.05 h.	15.15 h.	15.30 h.	---
L-V	15.00 h.	15.15 h.	---	15.30 h.	15.45 h.	16.05 h.	16.15 h.	16.30 h.	---
D	15.00 h.	---	15.15 h.	15.30 h.	15.45 h.	16.05 h.	16.15 h.	16.30 h.	---
S	16.00 h.	---	---	16.20 h.	16.40 h.	16.55 h.	17.05 h.	17.30 h.	---
L-V y D	17.00 h.	---	---	17.20 h.	17.40 h.	17.55 h.	18.05 h.	18.30 h.	---
S	18.00 h.	---	---	18.20 h.	18.40 h.	18.55 h.	19.05 h.	19.30 h.	---
L-V y D	19.00 h.	---	---	19.20 h.	19.40 h.	19.55 h.	20.05 h.	20.30 h.	---
L-V	21.00 h.	21.15 h.	---	21.30 h.	21.45 h.	22.05 h.	22.15 h.	22.30 h.	---
D	21.00 h.	---	---	21.20 h.	21.40 h.	21.55 h.	22.05 h.	22.30 h.	---
S	21.30 h.	---	---	22.00 h.	22.10 h.	22.25 h.	22.35 h.	23.00 h.	---

AVISO: Debido a la nueva normalidad los horarios pueden sufrir modificaciones.



699 87 23 00



contacto@inmag services.com

helvetia



Tu aseguradora suiza.

**PROTEGE A TUS EMPLEADOS
CON NUESTROS SEGUROS DE
ACCIDENTES COLECTIVOS Y
CUIDALOS COMO SE MERECE**

**OFERTA VÁLIDA
PARA EMPRESAS DE
CUALQUIER RAMO**

**SIN VER LA
PÓLIZA TE
HACEMOS UN
DESCUENTO
ASEGURADO**

%



www.conectabien.com

Producción audiovisual
Publicidad y Marketing
Diseño gráfico e impresión
Campañas, promoción y
gestión de Redes Sociales

Pregunta sin compromiso:
TLF: 647 36 54 40
marketing@conectabien.com