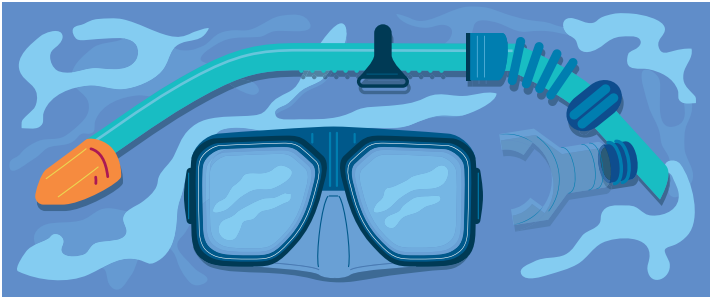
VERANO 2017

CREA TUS NUEVAS NOCHES

Ocio Alternativo para Jóvenes

12 Lunas



MINISTERIO DE SANIDAD, SERVICIOS SOCIALES E IGUALDAD

SECRETARÍA DE ESTADO DE SERVICIOS SOCIALES E IGUALDAD

DELEGACIÓN DEL GOBIERNO PARA EL PLAN NACIONAL SOBRE DROGAS

Zaragoza
AYUNTAMIENTO
JUVENTUD

12 LUNAS 2017

¡¡¡TUS NOCHES DE VERANO CON 12 LUNAS!!!

12 LUNAS, el Programa de Ocio Alternativo del Servicio de Juventud del Ayuntamiento de Zaragoza, te ofrece EL MEJOR VERANO DE TU VIDA en tu propia ciudad.

12 LUNAS va a convertir los meses de julio, agosto y septiembre en una EXPERIENCIA INOLVIDABLE para descubrir una nueva ciudad, sensaciones fuertes y aventuras inolvidables, nuevas relaciones y nuevas opciones para expresarte, crear, formarte y disfrutar de una manera saludable.

Durante el Verano Alternativo de 12 LUNAS 2017 podrás:

- Descubrir una ZGZ diferente en tu propia BICI: Ruta por el Ebro y por la Zaragoza Grafitera.
- Conquistar el Universo: SÁBADOS ASTRONÓMICOS
- Participar en Torneos de los mejores videojuegos del momento: HEARTHSTONE + CLASH ROYALE.
- Divertirte mientras te pones en forma: Reto Fitness de verano.
- Disfrutar del mejor cine en tu propio barrio: CINE DE VERANO al aire libre
- Vivir las noches de la ciudad con la mejor literatura y música joven en vivo: "GENERACIÓN XXI"
- Crear un DOCUMENTAL de Cine.
- Conocer los secretos de la PERCUSIÓN Urbana y de la Improvisación Sonora.

Y... vivir continuas sorpresas en cada una de nuestras actividades

¡Crea tus nuevas noches!
¡Vente a 12 LUNAS!

Consulta nuestra web www.zaragoza.es/juventud e INSCRÍBETE en las actividades a partir del 26 de junio llamando a los teléfonos 976721832 // 976721826 en horario de 9 a 15 h.

@12lunaszgz

12 Lunas. Ayuntamiento de Zaragoza

Todas las actividades 12 LUNAS son accesibles. Pregunta al inscribirte.

TODAS LAS ACTIVIDADES 12 LUNAS SON GRATUITAS
ACTIVIDADES DIRIGIDAS A JÓVENES ENTRE 14 Y 30 AÑOS

AVENTURA 12 LUNAS

12 LUNAS te ofrece las apuesta deportiva más innovadora y apasionante de la ciudad.
¿Te atreves a vivir una aventura sin límites?

RUTAS EN BICI POR ZGZ

RUTA 1: "PASEO POR EL EBRO. BOSQUES DE RIBERA"
+ Mecánica básica de tu bici

• **FECHA:** Sábado, 22 de julio
• **HORARIOS:** De 10 a 13 h.
• **LUGAR DE SALIDA Y LLEGADA:** Puente del Azud del río Ebro (margen derecha)

Disfruta de una ruta en bici a lo largo de ambas márgenes del río Ebro, para conocer de primera mano la riqueza medioambiental del entorno natural de tu ciudad. Un recorrido completamente accesible para todos los niveles de forma física, al término del cual aprenderás las claves básicas para tener tu bicicleta siempre a punto y lista para una nueva ruta.

RUTA 2: "ZARAGOZA, CIUDAD DE GRAFITIS"
+ Mecánica básica de tu bici

• **FECHA:** Sábado, 9 de septiembre
• **HORARIOS:** De 10 a 13 h.
• **LUGAR DE SALIDA Y LLEGADA:** Estatua de Cesaraugusto (junto a murallas romanas)

Redescubre tu ciudad desde otro punto de vista: recorriendo en bicicleta las calles de Zaragoza en una ruta completamente urbana, en la que nos acercaremos a los grafitis más característicos que engalanan la ciudad, convirtiéndola en un referente internacional del arte urbano. Al finalizar la ruta realizaremos un cursillo básico de mecánica y mantenimiento de la bicicleta.

Uso de casco obligatorio e indispensable para realizar la actividad

RETO FITNESS DE VERANO

• **FECHAS:** 3 sesiones independientes:
- 21 de Julio: Ciclo + Aquadinamic
- 18 de Agosto: TRX + Aquagym
- 22 de Septiembre: Aerolatino + Aquatono
• **HORARIOS:** De 19 a 21 h.
• **ESPACIO:** Gimnasio Body Factory Almozara (Avda. Pablo Gargallo, 79)

TRX (Entrenamientos en suspensión), ciclo, aerolatino, actividad física en piscina, relajación y equilibrio corporal son las nuevas apuestas que 12 LUNAS te ofrece para liberar tensiones, perder peso, mejorar tu estado de ánimo y... ¡¡¡vivir un verano intenso!!!

INICIACIÓN AL BUCEO CON SNORKEL

• **FECHAS:** 3 sesiones: (28 de julio - 25 de agosto - 8 de septiembre).
• **HORARIO:** De 19 a 20.30h.
• **ESPACIO:** ACB – Aviva (C/ María Montessori, 13)

Iníciate con total seguridad en el mundo del snorkel guiado por instructores P.A.D.I. (Professional Association of Diving Instructors). ¡¡¡12 LUNAS te sumerge en un verano de aventura!!!

AUTORIZACIÓN NECESARIA PARA MENORES DE EDAD

STREET WORKOUT

• **FECHAS:** Taller de 6 sesiones: 3 Sábados: 1 – 8 – 15 de julio
3 Domingos: 23 de Julio, 3 – 10 septiembre
• **HORARIO:** Sábados (De 17 a 18.30 h.)
Domingos (De 11.30 a 13 h.)
• **ESPACIO:** Centro Deportivo por determinar

El Street Workout es un deporte emergente que se basa en el entrenamiento de la calistenia –-del griego kallos (belleza) y sthenos (fortaleza)–-, y que integra un conjunto de ejercicios que centran su interés en los movimientos de grupos musculares, para trabajar la potencia y la fuerza, con el objetivo de desarrollar la agilidad, la fuerza física y la flexibilidad. ¡¡¡Todo un espectacular reto deportivo con 12 LUNAS y la Asociación Cultural S'Bartanos!!!

AUTORIZACIÓN NECESARIA PARA MENORES DE EDAD

ARTE Y CULTURA 12 LUNAS

GENERACIÓN XXI – Ciclo de Música y Literatura Joven

• **LITERATURA JOVEN:** Elvira Lozano + Óscar Sipán
• **MÚSICA JOVEN:** 98 Birds
• **FECHA:** Sábado, 30 de Septiembre
• **HORARIO:** De 23 a 01 hvv.
• **ESPACIO:** Cafetería del Teatro Romano de Zaragoza (C/ San Jorge, 12)

ENTRADA LIBRE Y GRATUITA HASTA COMPLETAR AFORO

TALLER DE PERCUSIÓN URBANA E IMPROVISACIÓN SONORA

• **FECHAS:** Taller de 10 sesiones:
- JULIO: 18, 20, 25 y 27 - Martes y jueves de 18 a 21 h
- SEPTIEMBRE: 8, 9, 15, 16, 22, 23, 29 y 30 - Viernes (de 18 a 21h) y Sábado (de 10 a 13h)
- OCTUBRE: 6 y 7 - Viernes (de 18 a 21 h.) y Sábado (de 10 a 13 h.)
• **ESPACIO:** Casa de Juventud Las Fuentes (C/ Florentino Ballesteros, 8)

Más que ritmo, en este taller de percusión creativa sacaremos sonido a los objetos cotidianos, a nuestro cuerpo y a los instrumentos de percusión más conocidos como por ejemplo las congas, el cajón flamenco o el yembé. ¡¡Todo suena en este taller!! ¡¡Y al final de este estupendo taller participarás en una improvisación colectiva durante las Fiestas del Pilar 2017 con un recorrido por el espacio público!!

CINE 12 LUNAS

CINE DE VERANO 12 LUNAS

12 LUNAS trae a tu barrio las mejores películas del cine clásico:

"BLADE RUNNER" (Ridley Scott, 1982)

- **FECHAS:** Sábado, 2 de septiembre
- **HORARIO:** 22 h.
- **ESPACIO:** Anfiteatro del Centro Cívico de Torrero (C/ Monzón, nº3)

ACTIVIDAD GRATUITA DIRIGIDA A TODOS LOS PÚBLICOS

TALLER DE DOCUMENTAL – (Mi vida en la ciudad)

- **FECHAS:** Taller de 5 sesiones (Del 21 al 25 de agosto).
(De Lunes a Jueves: Taller + Viernes: Rodaje)
- **HORARIOS:** De 18 a 20h.
- **ESPACIO:** Centro de Servicios para Asociaciones Juveniles
(C/ San Lorenzo, 9 – 4º Izda)

Seguro que, observando las calles por las que paseas, los rincones de tu barrio, has sentido ganas de contar esas impresiones. Seguro que deseas conocer cómo narrar el mundo que te rodea, sus gentes, sus costumbres,... ¿te apuntas a aprender cómo se cuentan a través del audiovisual?
La Escuela de cine UN PERRO ANDALUZ y 12 LUNAS te ofrecen un taller en el que poder aprender las claves en la creación de un documento audiovisual, debatiendo, aprendiendo a escribir un guión de documental, a grabarlo y dirigirlo, siendo tú y tus puntos de vista los protagonistas de dicho proceso creativo.

NUEVAS TECNOLOGÍAS 12 LUNAS

TORNEOS "CLASH ROYALE" + "HEARTHSTONE"

- **FECHAS:** 2 sesiones (15 y 22 de Julio)
- Torneo Hearthstone (15 de julio)
- Torneo Clash Royale (22 de julio)
- **HORARIOS:** De 17 a 21 h.
- **ESPACIO:** Casa de Juventud Casablanca (C/ La Ermita, s/n)

Participa en estos dos estupendos Torneos: HEARTHSTONE (¡Desata poderosas cartas para lanzar hechizos, invocar esbirros y controlar un campo de batalla dinámico!) y CLASH ROYALE (¡Pisa la arena y destruye las torres enemigas!)

ACTIVIDADES FORMATIVAS 12 LUNAS

SÁBADOS ASTRONÓMICOS

• **FECHAS:** 3 sesiones independientes:
- 1 julio: Tema por confirmar
- 12 de agosto: Lluvia de Perseidas (Lágrimas de San Lorenzo)
- 30 de septiembre: Tema por confirmar

• **HORARIOS:** De 22 a 01 h. Recogida de Autobús: 21,30 h. Paseo Mª Agustín, 31 (Frente a Museo Pablo Serrano)
• **ESPACIO:** Junta Vecinal de Torrecilla de Valmadrid

Los Sábados Astronómicos de este Verano 2017 nos permitirán seguir conociendo el cielo, las constelaciones,... y realizar observaciones del universo que te conquistarán para siempre. ¡¡Date una vuelta por el cielo estrellado con 12 LUNAS!!

ACTIVIDAD ABIERTA PARA PÚBLICO FAMILIAR

PREVENCIÓN 12 LUNAS

CON 0,0º TÚ GANAS

• **ESPACIO:** Controles preventivos de la Policía Local de Zaragoza
• **ORGANIZADO POR:** Servicio de Juventud – CMAPA – Policía Local de Zaragoza

Si eres un conductor joven que no asume riesgos en sus noches de fin de semana vas a ver recompensada tu actitud cívica. En los controles de alcoholemia realizados por la Policía Local de Zaragoza podrás encontrar agradables sorpresas si eres responsable al volante.

PROYECTO SANO-T

• **ESPACIO:** Zonas de Marcha y de encuentro joven + Piscinas Municipales
• **ORGANIZADO POR:** Servicio de Juventud – CMAPA (Centro Municipal de Prevención de Adicciones)

En las zonas de marcha de tu ciudad o en las piscinas municipales podrás encontrar un stand preventivo, donde encontrarás información muy útil para saber manejarte frente a consumos y actitudes de riesgo y donde podrás, además, disfrutar con divertidas actividades de animación.

EXPOSICIÓN PREVENTIVA SOBRE EL CONSUMO DE CÁNNABIS

• **ESPACIO:** Institutos Públicos y Privados de la ciudad y Centros Sociolaborales
• **ORGANIZADO POR:** Servicio de Juventud – CMAPA (Centro Municipal de Prevención de Adicciones)

¿Por qué fumas porros? ¿Seguro que controlas? Con esta entretenida exposición, vamos a poner alcance información veraz, objetiva y actual sobre el cánnabis para que pienses y decidas por ti mismo, para que tomes una actitud autónoma y personal ante esta sustancia. Sus efectos, sus riesgos,sus propiedades... Todo lo que necesitas saber para que decidas qué hacer.

FORMACIÓN SOBRE PREVENCIÓN DE DROGAS PARA MEDIADORES JUVENILES

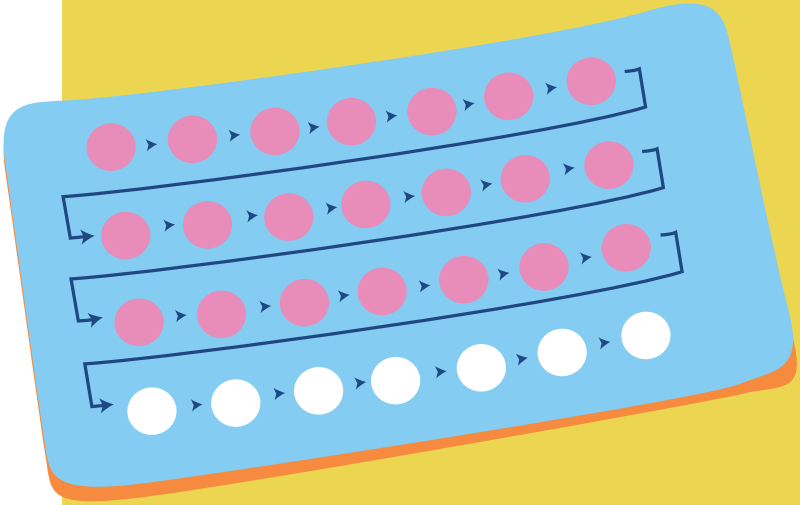
• **ORGANIZADO POR:** Servicio de Juventud – CMAPA (Centro Municipal de Prevención de Adicciones)
• **ESPACIO:** CMAPA (Avda, Pablo Ruiz Picasso, 59 – Bajos)
• **FECHAS:** 11, 12, 15, 18 y 19 de Septiembre 2017
• **HORARIO:** De 9:30 a 13:30 h. (20 horas totales de formación)
• **INSCRIPCIÓN:** Tlfno.: 976724916 y Mail: prevencionadicciones@zaragoza.es

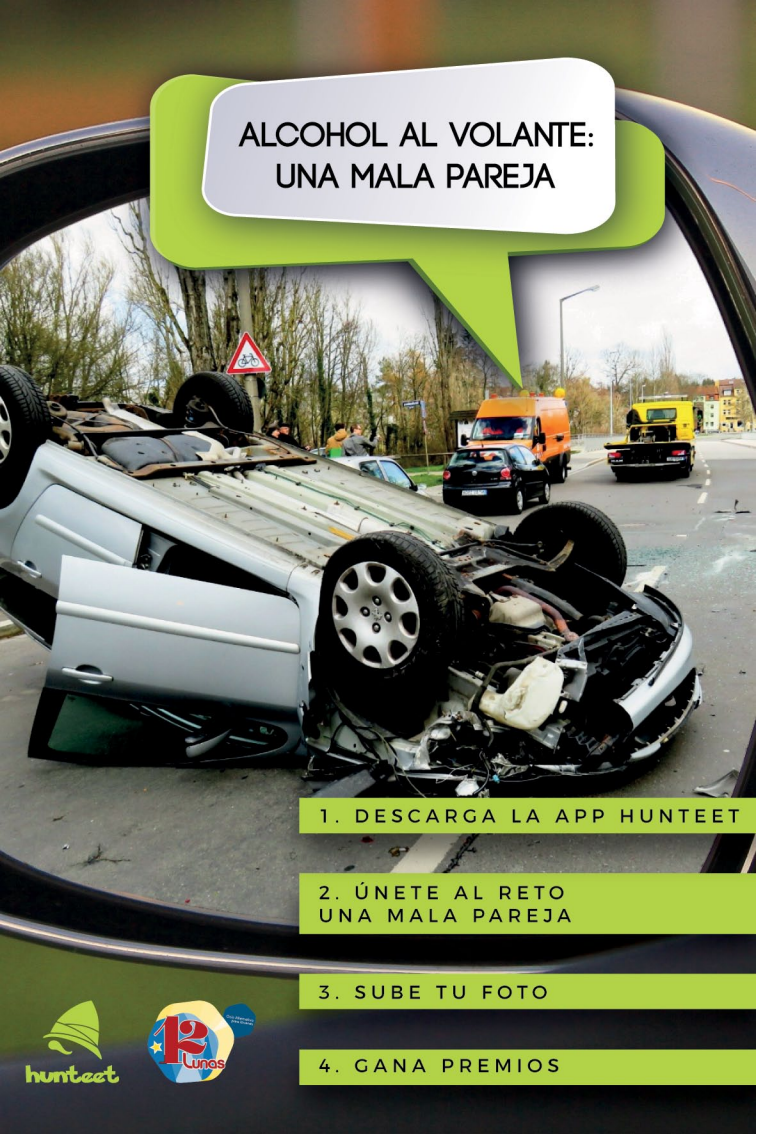
En colaboración con el CMAPA, el Programa 12 LUNAS busca que los mediadores juveniles, agentes de asociaciones juveniles, monitores de Casas de Juventud y PIEE (Proyecto de Integración de Espacios Escolares) y todos los profesionales que dirigen su labor hacia el colectivo joven de la ciudad tengan una formación específica en prevención de drogas que les permita, además, enfocar su relación con los jóvenes y adolescentes desde una perspectiva de educación para la salud.

PÍLDORAS PREVENTIVAS

• **ORGANIZADO POR:** Servicio de Juventud – CMAPA (Centro Municipal de Prevención de Adicciones) – CMPS (Centro Municipal de Promoción de la Salud)

En las Redes Sociales (Facebook y Twitter) podrás encontrar cada semana pequeños mensajes preventivos que te permitirán conocer las informaciones y herramientas necesarias para enfrentarte a diferentes consumos de riesgo y encontrar las alternativas de ocio que mejor se adapten a tu fin de semana.





Consumir bebidas alcoholicas y conducir no son buena pareja, y es que conducir bajo los efectos del alcohol es muy peligroso, tu concentración baja y puede llevarse muchas vidas por delante en la carretera.

12 LUNAS y CMAPA lo tienen muy claro, son muchos los peligros a los que te enfrentas al volante tras consumir bebidas alcohólicas y por eso desarrollan un Programa de Ocio Alternativo donde ofrecen un sinfín de actividades para que vivas la ciudad de una forma diferente.

Desde Hunteet, 12 LUNAS y CMAPA te retan a que subas una foto de los peligros de conducir bajo los efectos del alcohol, para concienciar sobre sus peligros y conseguir que el alcohol no se lleve más vidas.

La foto más original se llevará un bono regalo durante un día para dos personas para el gimnasio Body Factory Almozara (con acceso a todas las clases).

¡Participa, y di NO al alcohol al volante!

Consulta nuestra web www.zaragoza.es/juventud
e INSCRÍBETE en las actividades a partir del 26 de junio
llamando a los teléfonos 976721832 // 976721826
en horario de 9 a 15 h.

@12lunaszgz

12 Lunas. Ayuntamiento de Zaragoza

Zaragoza
AYUNTAMIENTO
JUVENTUD