



## COMUNICADO

### Juventud

## El programa municipal para jóvenes **Alterna en tu Ocio 2025** ofrece más de 1.600 plazas en actividades lúdicas gratuitas entre marzo y julio

- Deportes acuáticos, talleres gastronómicos o visitas culturales son algunas de las más de 80 actividades de ocio saludable para los próximos meses
- Para participar hay que estar inscrito en la base de datos del Área de Juventud a través de [www.juventud.malaga.eu](http://www.juventud.malaga.eu) donde además aparece la información de cada actividad y cómo inscribirse

**Málaga, 25 de febrero de 2025.**- El programa municipal para jóvenes **Alterna en tu Ocio 2025** ofrece más de 1.600 plazas en actividades lúdicas gratuitas durante 18 fines de semana entre los meses de marzo y julio. La primera fase de este programa que organiza todos los años el Área de Juventud dará comienzo el próximo 7 de marzo e incluye actividades deportivas, talleres artísticos y gastronómicos, visitas culturales, juegos en grupo o excursiones, entre otras.

1/4

La concejala delegada de Juventud, Mercedes Martín, ha presentado hoy la programación de la primera fase de **Alterna en tu Ocio**, un programa cuyo objetivo principal es fomentar hábitos saludables entre jóvenes de 15 a 35 años en su tiempo libre. El programa tendrá su continuación en septiembre y se prolongará hasta final de año lo que supone un total de 30 fines de semana con actividades gratuitas a lo largo de 2025.

Esta nueva edición de **Alterna en tu Ocio**, que cuenta con el apoyo del Plan Nacional sobre Drogas del Ministerio de Sanidad, vuelve a contar con las actividades que han tenido mayor participación como las gastronómicas, donde los jóvenes aprenden a elaborar platos de cocina tradicional, de diferentes países y regiones, de temporada o de aprovechamiento y que contarán con nuevos espacios y más sesiones de talleres.

Igualmente, se vuelven a programar las actividades culturales más demandadas en ediciones anteriores como las visitas a museos, rutas guiadas por la Alcazaba y Gibralfaro, o por la 'Malaca Romana', además de novedades como 'Arqueología Experimental en la Málaga Medieval'. Tampoco faltarán las actividades tecnológicas, talleres artísticos, manualidades y una gran variedad de actividades lúdicas que incluyen

como novedad sesiones de magia e ilusionismo.

Asimismo, de cara a la época estival, se han vuelto a planificar actividades para disfrutar de la costa como la iniciación al buceo, kayak, paddle surf o vóley playa, con algunas novedades como las sesiones de 'pickleball'. Los jóvenes también podrán disfrutar de otras actividades para disfrutar de la naturaleza y que han tenido gran aceptación, como las visitas guiadas a la desembocadura del Guadalhorce para observar la fauna y la flora, o las observaciones astronómicas de 'Alterna y las estrellas'.

Puede participar en el programa cualquier joven entre 15 y 35 años que haya nacido, resida, estudie o trabaje en Málaga, previa inscripción en la base de datos del Área de Juventud de forma telemática a través de la web [www.juventud.malaga.eu](http://www.juventud.malaga.eu), donde aparece toda la información de cada actividad, así como los formularios, los plazos para inscribirse, la normativa y las fechas de realización.

También se pueden inscribir y obtener más información en La Caja Blanca, ubicada en avenida Editor Ángel Caffarena, de lunes a viernes en horario de 9 a 14 horas.

## Programación

### Marzo

- Viernes 7. Bolera y mini-golf.
- Sábado 8. Alterna con el cine.
- Viernes 14. Talleres en La Caja Blanca: pinta tu mochila; hazte un llavero de resinas; ¡haz tu propio podcast!; aprende a hacer ramen.
- Sábado 15. Escapismo virtual; cocina pastas frescas; Alterna y la magia.
- Viernes 21. Alterna y la cultura *gaming*; 'Malaca Romana'; iniciación a la escalada.
- Sábado 22. Cocina tapas malagueñas; taller y visita en el Museo del Vidrio.
- Viernes 28. Cocina de la abuela; Alterna y las estrellas.
- Sábado 29. *Lasertag*; Alterna y los baños; bolera y mini-golf.

2/4

### Abril

- Viernes 25. Talleres en La Caja Blanca: puntadas básicas, hazte un muñeco-caletín; haz tu reposa-gafas con madera; escapismo 'space'; aprende a hacer sushi.
- Sábado 26. Cocina masas; descubriendo la Alcazaba.

### Mayo

- Viernes 2. Alterna y la cultura *gaming*; iniciación a la escalada.

- Sábado 3. Alterna con el cine; paseo por Gibralfaro; cocina asiática.
- Viernes 9. Talleres en La Caja Blanca: tercer fuego; *quilling*; juegos de mesa; ¡haz tu propio podcast!
- Sábado 10. Celebración de La Noche en Blanco.
- Viernes 16. Arqueología experimental: Málaga medieval; concurso gastronómico: cocina francesa.
- Sábado 17. Avistamiento de aves en el Guadalhorce; Alterna con el cine.
- Viernes 23. Bolera y mini-golf; cocina: sabores de la India; visita guiada por el museo Carmen Thyssen Málaga.
- Sábado 24. Escalada en Pinares de San Antón; taller de tercer fuego; escapismo virtual.
- Viernes 30. Alterna y las estrellas; descubriendo la Alcazaba.
- Sábado 31. 'Malaca Romana'; cocina peruana.

### Junio

- Viernes 6. Talleres en La Caja Blanca: decora con arcillas poliméricas; tarta de chuches Harry Potter; escapismo: Cthulhu; iniciación al doblaje.
- Sábado 7. Iniciación al buceo en La Herradura; Alterna con el cine.
- Viernes 13. Ruta en kayak por Maro; iniciación a la escalada; bolera y mini-golf.
- Sábado 14. Iniciación al buceo en el Balneario; cocina latinoamericana.
- Viernes 20. Deportes acuáticos; paseo por Gibralfaro.
- Sábado 21. Ruta en paddle surf por Maro; cocina mexicana.
- Viernes 27. Vóley playa; Alterna y las estrellas.
- Sábado 28. 'Pickleball'; visita al Cementerio Histórico de San Miguel.

### Julio

- Viernes 4. Iniciación al buceo en La Herradura; iniciación a la escalada.
- Sábado 5. Ruta en kayak por Maro; descubriendo la Alcazaba.
- Viernes 11. Iniciación al buceo en el Balneario; bolera y mini-golf.
- Sábado 12. Deportes acuáticos; Alterna con el cine.
- Viernes 18. Ruta en paddle surf por Maro; vóley playa; taller y visita en el Museo del Vidrio.
- Sábado 19. 'Pickeball'; visita al Cementerio Histórico de San Miguel.



- Viernes 25. Deportes acuáticos; Alterna con el cine; paseo por Gibralfaro.
- Sábado 26. Vóley playa; bolera y mini-golf.

### Programas y actividades sin coste para jóvenes

Entre los diferentes servicios que ofrece el Área de Juventud de forma gratuita se encuentran los puntos de información y asesoramiento juvenil, los cursos de formación enfocados al empleo, las actividades de prevención, las ayudas a la producción artística o los conciertos y actividades de ocio y tiempo libre.

Entre las actividades de ocio y tiempo libre destacan el mencionado programa 'Alterna en tu ocio' que se desarrolla desde el año 1998, los conciertos de 'Los Jueves del Ocón', el Banco de Iniciativas Juveniles, la dinamización juvenil en distritos periféricos y el programa 'Jóvenes y Naturaleza', todos ellos sin coste.