

# GUÍA DE ACTIVIDADES



AYUNTAMIENTO DE  
**Móstoles**

PRIMER  
SEMESTRE

**2016**

ÁREA	PÁGINAS
CULTURA	4-15
DEPORTES	16-28
JUVENTUD	29-42
IGUALDAD	43-53
SALUD	54-60
MAYORES	61-66
MEDIO AMBIENTE	67-69



## INSCRIPCIONES ABIERTAS DESDE EL 18 DE ENERO

Edita: Ayuntamiento de Móstoles  
Diseño y maquetación: Mónsul Comunicación y Publicidad S.L.  
Imprime: Editorial MIC

Depósito Legal: M-39480-2015

# Una ciudadanía activa

## Queridos vecinos y vecinas:

Empieza el año 2016 con una agenda llena de actividades, contenidos culturales, cursos y talleres que desde el Ayuntamiento de Móstoles ponemos a vuestra disposición para facilitar la participación ciudadana en los ámbitos culturales, deportivos y asociativos y promover así una ciudadanía activa en Móstoles.

Para ello hemos preparado desde cada concejalía una amplia oferta que combina actividades gratuitas con otras a precios asequibles para poder disfrutar de la cultura, acercando la cultura a los barrios, para disfrutar del deporte y los valores de equipo y superación que generan, para disfrutar de actividades de ocio y tiempo libre para los más jóvenes y las personas mayores, para mejorar la formación de nuestros jóvenes, para la educación en valores, para mejorar nuestra salud y para conocer mejor la importancia de la sostenibilidad medioambiental y el cuidado de nuestro entorno.

Así que os animo a inscribiros y participar y en los diferentes talleres, cursos, obras y conferencias que os ofrecemos en esta guía de actividades del primer semestre de 2016 donde caben todos y todas, destinado a todas las edades y a las diferentes sensibilidades e inquietudes cívicas.

Porque uno de nuestros principales objetivos como gobierno municipal es priorizar la ciudadanía activa como valor porque un conjunto de vecinos y vecinas implicados es sinónimo de una mejor democracia y convivencia.

Un cordial saludo



David Lucas Parrón  
Alcalde de Móstoles

PRIMERA TEMPORADA 2016

Empieza la nueva temporada de Artes Escénicas **A Escena Móstoles** el día 29 de enero y proseguirá hasta el 17 de junio de 2016.

Durante ese tiempo, habrá espectáculos de **teatro** (clásico, contemporáneo, teatro y poesía, microteatro, teatro «de cerca»...), de **música** (clásica, música coral, pop, rock, jazz...) —dentro del teatro y al aire libre—, de danza (española, contemporánea), y algunos **multidisciplinares**.

Los espectáculos se representarán, como hasta ahora, el Teatro del Bosque, Teatro Villa de Móstoles y Teatro del CC Centro Norte-Universidad. Este año se suma un teatro más: el del CC El Soto, reabierto tras su reforma.

Como actividades paralelas, además de los espectáculos, encontraremos visitas guiadas (teatralizadas) al interior del Teatro del Bosque, sesiones de «Escuela de Espectadores» y encuentros con el público.

¿CUÁNDO SE PUEDEN  
COMPRAR ENTRADAS?

El 27 de enero comenzará la venta para las programaciones: A ESCENA BOSQUE Y CRISOL A ESCENA.

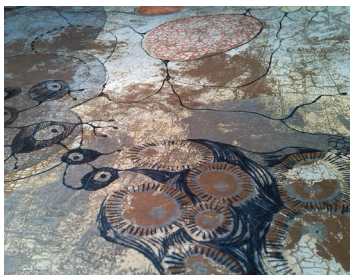
El 28 de enero comenzará la venta para las programaciones: VIVO EN DOMINGO Y A ESCENA EXTRA. (taquillas e internet: [www.mostoles.es](http://www.mostoles.es)).

**HORARIO ESPECIAL INICIO DE TEMPORADA:** del 27 al 29 de enero, de 10.00 a 20.00 h. (en las tres taquillas: Teatro del Bosque, Teatro Villa de Móstoles y Teatro Centro Norte-Universidad).





EXPOSICIONES SALA 1



**METAMORFOSIS.** Jorge Pedraza  
Pintura  
Del 17 de diciembre al 17 de enero

**EGORRETRATOS.** Pilar Vega  
Técnica mixta  
Del 21 de enero al 21 de febrero

**LA ESCUELA DE LA REPÚBLICA**  
FETE-UGT  
Del 25 de febrero al 3 de abril

**SANTIAGO SERRANO**  
Ediciones de Gráfica Digital  
RED ITINER  
Del 6 al 25 de abril

**SERRANDO CÍRCULOS**  
Jennifer Graber  
Pintura  
Del 4 al 29 de mayo

EXPOSICIONES SALA 2

**MENTOGRAFÍAS Y VISIONES INTERIORES.** Sara González  
Dibujo y obra gráfica  
Del 22 de diciembre al 31 de enero

**VIETNAM-DUALIDAD. UN MUNDO DE CONTRASTES.** Roberto Silvestrini  
Fotografía  
Del 3 de febrero al 23 de marzo

**MUESTRA DE CARTELES**  
XXV Muestra de Teatro de los IES de Móstoles  
Del 5 al 25 de abril

**OBJETOS IMPOSIBLES**  
Jaime Molina  
Imagen digital  
Del 27 de abril al 30 de mayo



ESCUELA DE DANZA ROJAS  
Y RODRIGUEZ CIUDAD  
DE MÓSTOLES

Próxima audición jueves 21 de enero a las 16,30 h

Se convocan audiciones para niños entre 5 y 10 años a los que les guste la danza y quieran cursar estudios en la escuela de danza Rojas y Rodriguez Ciudad de Móstoles.

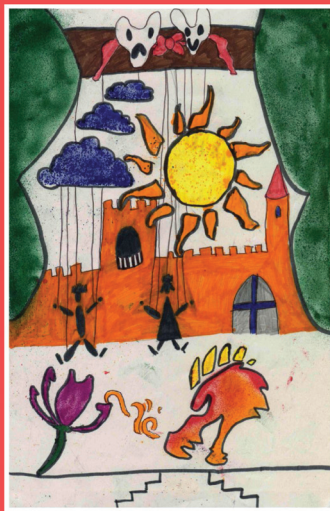
No son necesarios conocimientos previos

Interesantes becas de estudio en nuestra escuela de danza

Los interesados, pueden pasar por la secretaría de la escuela situada en la tercera planta en C.C Villa de Móstoles en horario de lunes a jueves de 15:30h a 19:30h, y viernes de 9:00h a 13:00h

Más información en el teléfono: 916 640 430 y 654 344 386 y en e-mail: escuela-danza@rojasyrodriguez.com

CAMPAÑA DE TEATRO ESCOLAR



**CAMPAÑA  
ESCOLAR**

**enero-mayo 2016**

**Más información en cada  
Centro Educativo**

## SALA DE EXPOSICIONES

### **MIGUEL HERNÁNDEZ DÍAZ.**

Del 4 al 31 de enero

Exposición "Formas en suspensión" formada por 20 cuadros de pequeño formato (50x40) realizados en técnica mixta, donde el artista emplea lienzo, óleo y cuerda. En las obras utiliza superficies cromáticas de colores puros y de formas cuadrangulares, más o menos irregulares. Como señaló Kandinsky "Existe una relación inevitable entre forma y color, las combinaciones entre colores y formas es inagotable".

### **ASOCIACIÓN CULTURAL ESPACIO FLUIDO.**

Del 2 al 29 de febrero

Los alumnos/as del taller de pintura de la A.C. ESPACIO FLUIDO han elaborado un nuevo proyecto plástico donde la fuente de inspiración ha sido "El reino animal y el arte" con la intencionalidad de acercarse una vez más a la naturaleza, a través del mundo animal que ella habita. Las obras han sido realizadas en diferentes técnicas óleo, acrílico y pastel.

### **Mª TERESA ARAUJO SAINZ.**

Del 15 al 31 de marzo

El "Quejido de la Tierra" es un recorrido que habla del deterioro medioambiental de nuestro tiempo y de la visión que cada espectador tiene del mismo, recogido en una serie de obras que serán expuestas para el disfrute de todos.

### **CARLOS DONDA.**

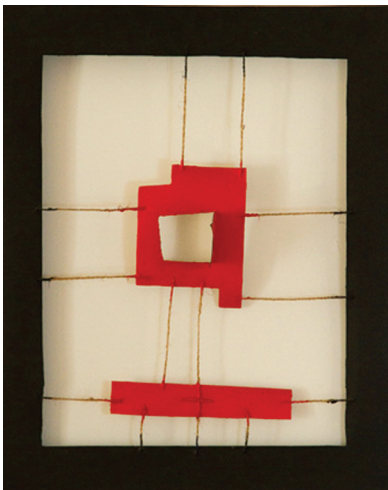
Del 5 al 30 de abril

"FLORES SIN ARTIFICIOS", "TEMPERAMENTOS" y "MADRID, CLARO QUE SÍ", son algunas de las series de pintura que podrán verse en la próxima exposición de Carlos Donda. En ella se mostrará su recorrido artístico, desde la década de los noventa hasta día de hoy. Son pinturas de pincelada controlada y reflexiva donde cada espacio tiene su propio protagonismo, donde no hay lugar a la espontaneidad o el informalismo.

### **MENA.**

Del 3 al 31 de mayo

Juan Rafael Gómez Mena emplea un lenguaje abstracto, utilizando materiales de desecho. Apuesta plástica que pretende el conocimiento crítico y espacios de diálogo. Respeto absoluto por la intimidad y el constructivismo.



**Centro Sociocultural  
Norte-Universidad**  
Dirección: Avda. Alcalde  
de Móstoles (esq. calle Violeta)  
Teléfono: 91 648 94 52



# CULTURA 8

MUESTRA DE CINE  
EN VERSIÓN ORIGINAL

Miércoles a las 19:00 h  
Entrada gratuita hasta completar aforo.

Propuesta dirigida al aficionado al cine en versión original con subtítulos en español, con una selección de películas, documentales y cortometrajes que cuentan en formato de ficción o testimonialmente otras realidades y experiencias.

Febrero: Ciclo francés  
Marzo: Temática de Mujer  
Abril: Mejores cortometrajes del año  
Mayo: Ciclo inglés



CENTRO SOCIOCULTURAL  
NORTE-UNIVERSIDAD  
CINE  
CICLOS DE CINE  
ENERO, FEBRERO, MARZO,  
ABRIL Y MAYO DE 2016  
ENTRADA

**MUESTRA DE CINE  
EN VERSIÓN ORIGINAL  
CON SUBTÍTULOS  
EN ESPAÑOL**

**ENERO, FEBRERO,  
MARZO, ABRIL Y MAYO  
DE 2016**  
Miércoles a las 19.00 h  
Entrada gratuita  
hasta completar aforo

**CSC NORTE-UNIVERSIDAD**  
  
CENTRO SOCIOCULTURAL  
NORTE-UNIVERSIDAD

## EXPOSICIONES

### RAQUEL ANTONA

Del 18 de Enero al 19 de febrero

Título: Color y Materia

Técnica mixta

Busca efectos produciendo texturas, mezclando distintos tipos de materiales y soportes

### ALFREDO MONGE

Del 22 de febrero al 30 de Marzo

Título: Resiliencia

Dibujos y Esculturas

Dibujos realizados con bolígrafo de tinta gel sobre papeles de algodón reciclado

Esculturas realizadas con una mezcla de materiales orgánicos e industriales, que recrean formas reconocibles pero imposibles.

### ELIA NÚÑEZ Y ROSA NEUTRO

Del 4 de abril al 6 de mayo

Título: Unidad Mínima

Fotografía digital

### ASOCIACIÓN AFANDEM

Del 17 al 30 de mayo

Exposición de pinturas, fotografías, videos y esculturas del grupo LOS PICASSOS



elia nuñez / rosa neutro



MUESTRA LOCAL  
DE TALLERES DE TEATRO

Junio de 2016. En ella podrán participar todos los talleres de teatro locales que lo deseen.

EXPOSICIONES.  
SALA PRINCIPAL

**ASOCIACIÓN LOS REVOLTOSOS**

Taller de modelado  
Del 11 al 29 Enero

**JESÚS PEÑA CASTRILLO**

Impresión digital  
Del 4 al 29 Febrero

**EXPOSICIÓN DE CONCEJALÍA DE IGUALDAD**

Del 3 al 16 Marzo

**COVADONGA ISABEL MEJÍA**

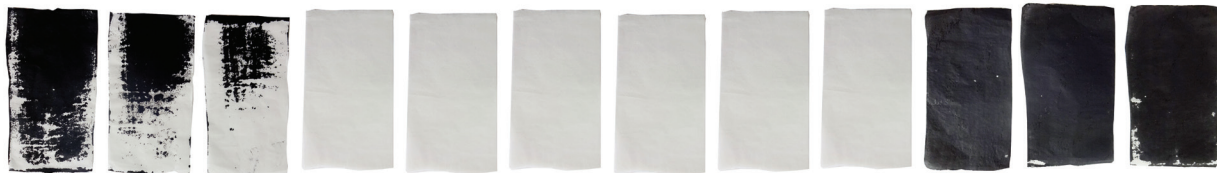
Grabado  
Del 18 marzo al 14 Abril

**EXPOSICIÓN COLECTIVA: MARÍA DE SANTIAGO, MARLENE ROMERO,  
MIGUEL SARTI, OLGA ZAPATA Y JOSÉ M. FEITO**

Fotografía  
Del 27 abril al 30 Mayo

EXPOSICIONES:  
SALA BARANDILLA

En la sala "la Barandilla" ubicada en la primera planta del centro, iniciamos desde el año 2014, una nueva línea de trabajo, cediendo este espacio a las propuestas de artistas emergentes, dándoles así la oportunidad de mostrar sus creaciones e iniciándoles en una trayectoria expositiva.





### NUEVOS TALLERES



EL CENTRO CULTURAL EL SOTO abrirá sus puertas a partir del mes de febrero

Este espacio cultural, se abre transformando su imagen en un espacio moderno y adaptado a los nuevos tiempos, pero con una idea clara: seguir siendo el centro referente de la actividad cultural de todo el barrio, sin embargo también será hoy un reto conseguir que ese espacio se abra a nuevas tendencias, nuevos proyectos y nuevos usuarios.

Para ello se ha llevado a cabo una reforma en el teatro, concebido como sala vanguardista y multiescénica, que se va a convertir dentro de la Ciudad en un espacio que permitirá asumir una programación mas experimental. Se ha creado también un espacio-cafetería multidisciplinar que dará cabida a otros proyectos de interés.

El centro cultural seguirá con sus espacios formativos trabajando en colaboración con las asociaciones culturales para ofrecer a la población talleres de artes escénicas, plásticas, artesanías...etc.

Para inscribirse, contactar con el centro o con las asociaciones colaboradoras.

- Teatro para mujeres “la escena como espacio de libertad”
- Cuentacuentos. “La palabra que juega”
- Taller de interpretación teatral
- Taller de comicidad y técnicas de clown
- Pre-teatro
- Teatro infantil
- Danza y coreografía
- Improvisación
- Fotografía
- Fotografía digital
- Photoshop
- Encuadernación
- Estampación en seda y Tapiz bajo lizo
- Ganchillo
- Costura
- Yoga



## ACTIVIDADES



**Conferencia “1808”**, ponente: Fernando Gili. Jueves 14 de enero.

**Concierto de Epifanía**, por el Coro Salix Cantor. Domingo 17 de enero.

**Concierto de Música de Autor**. Pedro Sáez Ortega. Jueves 21 de enero.

**Presentación e interpretación del libro de “Poemas Rusticómicos”**, por Esmeralda Carroza García. Domingo 24 de enero.

**Concierto de Alumnos y profesores del Conservatorio Profesional de Música Rodolfo Halffter**. Jueves 28 de enero.

**Recital de poemas “El Holocausto”**, por Aseapo. Jueves 4 de febrero.

**Grupo de teatro “Carpe Diem”**. Domingo 7 de febrero.

**Concierto de Alumnos y profesores del Conservatorio Profesional de Música Rodolfo Halffter**. Jueves 11 de febrero.

**Conferencia “José I, Ocupación y Programas de Reformas”**, ponente: Daniel Acebes. Jueves 18 de febrero.

**Música de Autor “Febrero Nunca Acaba”**. Pedro Sáez Ortega. Jueves 25 de febrero.

La entrada es gratuita y se retirará durante la semana hasta completar el aforo permitido.





## EXPOSICIONES



### NOELIA MARCOLAIN

Del 20 de enero al 14 de febrero de 2016

Sala de exposiciones temporales (planta sótano)

Pintura

### OTRA MIRADA

Javier M<sup>a</sup> Benavides

Del 17 de febrero al 13 de marzo de 2016

Sala polivalente (primera planta)

Fotografía

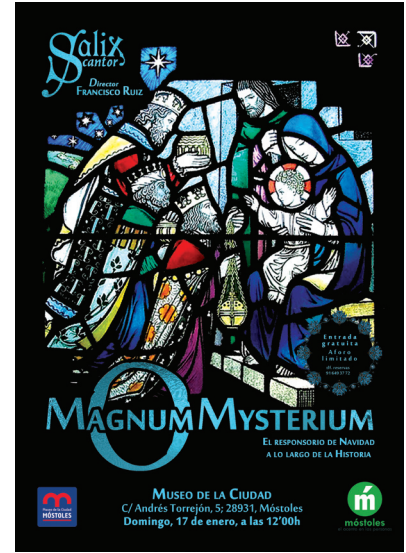
### NOSCE TE IPSUM "Conócete a ti mismo"

Autores: Ignacio Navarro Carmona

Del 24 de febrero al 20 de marzo de 2016

Sala de exposiciones temporales (planta sótano)

Dibujo



## CONVOCATORIA PARA LA CESIÓN DE ESPACIOS EXPOSITIVOS 2017

### CERTAMEN LOCAL DE ARTES PLÁSTICAS 100 X 100- EDICIÓN 2016

### VII CERTAMEN DE PINTURA RÁPIDA VILLA DE MÓSTOLES

La Concejalía de Cultura, Festejos y Deportes abrirá durante los meses de marzo-abril del 2016, el plazo de presentación de proyectos artísticos, para su exhibición en las salas de exposiciones de los Centros Socioculturales: Joan Miró, El Soto, Caleidoscopio, Centro Norte-Universidad, Centro Cultural Villa de Móstoles y del Museo de la Ciudad, con el fin de organizar la programación de exposiciones para el año 2017.

**El Certamen 100 x 100** admite la participación de los **100 primeros artistas que presenten** su obra en el Centro Sociocultural Caleidoscopio en los plazos fijados en las bases.

Esta edición tendrá como título: **Viajar** “el placer de conocer otros lugares” Podrán concurrir todas aquellas personas mayores de 18 de años y que sean residentes en Móstoles, estén en formación o trabajen en nuestro municipio

La Concejalía de Cultura, Festejos y Deportes, este año 2016 plantea la séptima edición del Certamen de Pintura Rápida, cada año se propone para el certamen un tema de trabajo vinculado a la ciudad de Móstoles. En esta edición: “Fachadas de edificios de Móstoles; tradición y actualidad”

Toda la información en su momento estará disponible en la página web del Ayuntamiento de Móstoles: [www.mostoles.esy](http://www.mostoles.esy) en los Centros Socioculturales.

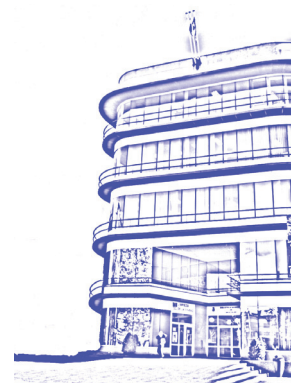


## BIBLIOTECA CENTRAL

Aforo limitado. Recoge tu ENTRADA media hora antes del inicio de cada sesión.  
Esta programación sujeta a posibles modificaciones.

C/ Canarias 10 - Tf. 916647575  
Sesión doble: 17:30 y 18:30 h.  
Público familiar (a partir de 2 años)

13 enero	Titiricuento
27 enero	Paula Portilla
10 febrero	Primigenius
24 febrero	Eugenia Manzanera
9 marzo	Juan Malabar
30 marzo	Juan Gamba
13 abril	Rodorín
27 abril	Charo Pita
11 mayo	Marisa Palique
25 mayo	Susi Lillo



## BIBLIOTECA NORTE-UNIVERSIDAD

Av. Alcalde de Móstoles 22 esq. C/ Violeta - Tf. 916489452  
Sesión doble: 17:30 y 18:30 h.  
Público familiar (a partir de 2 años)

28 enero	Titiricuento
25 febrero	Eugenia Manzanera
31 marzo	Juan Malabar
28 abril	Charo Pita
26 mayo	Susi Lillo

## BIBLIOTECA PARQUE COÍMBRA

C/ Cedros, 71 - Tf. 914969131  
Sesión doble: 17:30 y 18:30 h.  
Público familiar (a partir de 2 años)

20 enero	Titiricuento
17 febrero	Eugenia Manzanera
16 marzo	Juan Malabar
20 abril	Charo Pita
18 mayo	Susi Lillo

## BIBLIOTECA EL SOTO

Av. de Iker Casillas, 15 - Tf. 916171812

Única sesión: 17:30 h.

Público familiar (a partir de 4 años)

14 marzo Juan Malabar

18 abril Charo Pita

23 mayo Susi Lillo

## BIBLIOTECA JOAN MIRÓ

C/ París, 5 - Tf. 916455292

Única sesión: 17:30 h.

Público familiar (a partir de 4 años)

19 enero Titiricuento

16 febrero Eugenia Manzanera

15 marzo Juan Malabar

19 abril Charo Pita

17 mayo Susi Lillo

## BIBLIOTECA CALEIDOSCOPIO

Av. de Carlos V, 3 - Tf. 916450011

Única sesión: 17:30 h.

Público familiar (a partir de 4 años)

21 enero Titiricuento

18 febrero Eugenia Manzanera

17 marzo Juan Malabar

21 abril Charo Pita

19 mayo Susi Lillo



## NATACIÓN INFANTIL EN POLIDEPORTIVO VILLAFONTANA

Horario: De 17.15 a 19.45 horas

## NATACIÓN INFANTIL EN PISCINA CUBIERTA LAS CUMBRES\*

Horario: De 17.00 a 20.00 y de 11.30 a 13.30 horas

Duración: 30 minutos

Edad: De 5 a 14 años

Precios: Con Tarjeta Deporte 43.91€ 3 días y 29.27€ 2 días por trimestre

Días: Lunes, miércoles y viernes / martes y jueves. \* También sábados y domingos



## NATACIÓN JARDÍN DE INFANCIA EN POLIDEPORTIVO VILLAFONTANA

Horario: De 17.15 a 18.45 horas

## NATACIÓN JARDÍN DE INFANCIA EN PISCINA CUBIERTA LAS CUMBRES\*

Horario: De 17.00 a 19.30 y de 10.30 a 11.30 horas

Duración: 30 minutos

Edad: 3 y 4 años

Precios: Con Tarjeta Deporte 57,21€ 3 días y 38,14€ 2 días por trimestre

Días: Lunes, miércoles y viernes / martes y jueves. \*También sábados y domingos

## NATACIÓN PARA BEBÉS EN POLIDEPORTIVO VILLAFONTANA

Horario: De 11.15 a 11.55 y de 16.05 a 17.10 horas

## NATACIÓN PARA BEBÉS EN PISCINA CUBIERTA LAS CUMBRES

Horario: De 10.30 a 11.10 y de 15.45 a 16.25 horas

Duración: 20 minutos

Edad: De 6 a 36 meses

Precios: Con Tarjeta Deporte 93.31€ 3 días, 62.21€ 2 días y 1 día 31.11€ por trimestre

Días: Lunes, miércoles y viernes / martes y jueves / lunes y miércoles o viernes

## NATACIÓN ADULTOS EN POLIDEPORTIVO VILLAFONTANA

Horario: De 9.00 a 17.15 y de 19.45 a 22.00 horas (Salvo horarios de 12.45 y 15.00 horas)

## NATACIÓN ADULTOS EN PISCINA CUBIERTA LAS CUMBRES\*

Horario: De 9.00 a 16.30 y de 20.00 a 21.30 horas (Salvo horarios de 14.15 lunes, miércoles y viernes)

Duración: 45 minutos

Edad: 15 años ó más

Precios: Con Tarjeta Deporte 88.02€ 3 días, 58.68€ 2 días y 1 día 29.34€ por trimestre

Días: Lunes, miércoles y viernes / martes y jueves / lunes y miércoles o viernes /

\*También sábados y domingos



### NADO LIBRE EN POLIDEPORTIVO VILLAFONTANA

Horario: De 9.00 a 22.00 horas

### NADO LIBRE EN PISCINA CUBIERTA LAS CUMBRES

Horario: De 9.00 a 16.00 y de 20.00 a 22.00 horas

Duración: 60 minutos

Edad: 15 años ó más

Precios: Con Tarjeta Deporte bono de 20 baños 36.32€ y 10 baños 18.17€

Días: De lunes a viernes

Esta actividad está sujeta a las normas de uso reguladas por la Concejalía de Deportes

### NADO LIBRE REGLADO EN PISCINA CUBIERTA LAS CUMBRES

Horario: 8.15 y 16.00 horas

Duración: 45 minutos y 60 minutos

Edad: 15 años ó más

Precios: 45 minutos con Tarjeta Deporte 49.02€ 3 días y 32.68€ 2 días por trimestre y 60 minutos con Tarjeta Deporte 43.59€ 2 días

Días: Lunes, miércoles y viernes / martes y jueves / sábados y domingos

Esta actividad está sujeta a las normas de uso reguladas por la Concejalía de Deportes





NATACIÓN 3ª EDAD EN  
POLIDEPORTIVO VILLAFONTANA

Horario: 12.45, 14.15 y 15.00 horas

NATACIÓN 3ª EDAD EN PISCINA  
CUBIERTA LAS CUMBRES

Horario: 14.15 horas

Duración: 45 minutos

Edad: Jubilados y pensionistas

Precios: Únicamente con Tarjeta 65 o pensionista 0€

Días: De lunes a viernes (solo 1 día a la semana) Villafontana, lunes-miércoles-viernes en Cumbres



### AQUACTIVE EN POLIDEPORTIVO VILLAFONTANA

Horario: 12.00 y 12.30 horas  
Duración: 30 minutos  
Edad: 15 años ó más  
Precios: Con Tarjeta Deporte 58.68€ 3 días por trimestre  
Días: Lunes, miércoles y viernes

### AQUA 2 EN PISCINA CUBIERTA LAS CUMBRES

Horario: 9.00 horas  
Duración: 45 minutos  
Edad: 15 años ó más  
Precios: Con Tarjeta Deporte 88.02€ 3 días, 58.68€ 2 días por trimestre  
Días: Lunes, miércoles y viernes / martes y jueves



## EDUCACIÓN FÍSICA ADULTOS EN POLIDEPORTIVO VILLAFONTANA

Horario: 9.10, 11.10, 16.00, 16.50 y 17.00 horas

## EDUCACIÓN FÍSICA ADULTOS EN LA POLIDEPORTIVO LOMA

Horario: 9.10 y 10.10 horas

## EDUCACIÓN FÍSICA ADULTOS EN CENTRO DEPORTIVO RAFA MARTÍNEZ

Horario: 9.10 horas

Duración: 50 minutos

Edad: 15 años ó más

Precios: Con Tarjeta Deporte 78.37€ 3 días y 52.24€ 2 días por trimestre

Días: Lunes, miércoles y viernes / martes y jueves

## ACONDICIONAMIENTO MUSCULAR EN POLIDEPORTIVO VILLAFONTANA

Horario: De 9.00 a 21.50 horas

Duración: Horario continuo

Edad: 15 años y más

Precios: Con Tarjeta Deporte 87.30€ por trimestre

Días: De lunes a viernes



ENFORMA 3 (EFA, PILATES Y GAP)  
EN POLIDEPORTIVO VILLAFONTANA

Horario: 10.10 horas

ENFORMA 3 (EFA, PILATES Y GAP)  
EN CENTRO DEPORTIVO RAFA  
MARTÍNEZ

Horario: 10.10, 11.10, 18.10 y 19.10 horas

ENFORMA 3 (EFA, PILATES Y GAP)  
EN LA POLIDEPORTIVO LOMA

Horario: 11.10 horas

Duración: 50 minutos

Edad: 15 años y más

Precios: Con Tarjeta Deporte 78.37€ 3 días y 52.24€ 2 días por trimestre

Días: Lunes, miércoles y viernes (en esta actividad es posible asistir 2 de los 3 días)

PILATES EN POLIDEPORTIVO  
VILLAFONTANA

Horario: 9.10 y 10.10 horas

PILATES EN CENTRO DEPORTIVO  
RAFA MARTÍNEZ

Horario: 9.10, 10.10, y 20.10 horas

Duración: 50 minutos

Edad: 15 años y más

Precios: Con Tarjeta Deporte 52.24€ 2 días por trimestre

Días: Martes y jueves

AEROBIC EN POLIDEPORTIVO  
VILLAFONTANA

Horario: 10.10 horas

Duración: 50 minutos

Edad: 15 años y más

Precios: Con Tarjeta Deporte 52.24€ 2 días por trimestre

Días: Martes y jueves

ACTIVIDAD FÍSICA PARA  
PERSONAS MAYORES EN POLIDE-  
PORTIVO VILLAFONTANA

Horario: 12.00 y 12.45 horas

ACTIVIDAD FÍSICA PARA  
PERSONAS MAYORES EN CENTRO  
DEPORTIVO RAFA MARTÍNEZ

Horario: 11.15, 12.00 y 12.45 horas

ACTIVIDAD FÍSICA PARA  
PERSONAS MAYORES  
EN POLIDEPORTIVO  
LA LOMA

Horario: 11.15, 12.00 y 12.45 horas

Duración: 45 minutos

Edad: Pensionistas y jubilados

Precios: Únicamente con Tarjeta 65 ó pensionista 0€

Días: Lunes, miércoles y viernes / martes y jueves

COMBI2 EN CENTRO DEPORTIVO  
RAFA MARTÍNEZ

Horario: 10.10 horas

Duración: 50 minutos

Edad: 15 años y más

Precios: Con Tarjeta Deporte 52.24€ 2 días por trimestre

Días: Martes y jueves



## DEPORTE EN LA CALLE



El área de deportes ha creado y consolidado dos programas **gratuitos**, con el objetivo fundamental de mejorar la calidad de vida de los ciudadanos de Móstoles; estos programas mejoran la resistencia cardiovascular mediante el desarrollo de otras cualidades físicas básicas como la fuerza y la flexibilidad. Actividades que demuestran la mejora del nivel de salud de las personas. Son:

Tiene dos modalidades en función de la intensidad del trabajo, una moderada el Urban Walking y otra más intensa, el Naturalfit. Apúntate en Cumbres, Villafontana o la Loma.

### URBAN WALKING

**Finca Liana**, Junta de Distrito Oeste, c/ Granada 5.  
Lunes-Miércoles 10.30 h.

**Prado Ovejero**, Junta de Distrito Norte, Avda. Alcalde de Móstoles 34 / esquina c/ Violeta.  
Lunes-Miércoles 09.00 h.

**PAU 4**, Oficina de Atención al Vecino, Plaza del Sol 3, junto Metro Manuela Malasaña.  
Martes-Jueves 9.30 h.  
Miércoles 17.00 h.

**Parque Cuartel Huerta**, Oficina de Participación Ciudadana, c/ San Antonio nº 2.  
Martes-Jueves 9.30 h.  
Jueves 17.00 h.

**Parque Natural El Soto**, Avenida Iker Casillas, junto a taquillas de la Piscina Municipal de Verano "El Soto".  
Sábado-Domingo 11.00 h.

**Parque Coímbra**, Parque situado entre la avenida Sauce y la Avenida Rosales.  
Sábado y Domingo 09.30 h.



## NATURALFIT

**Finca Liana**, Junta de Distrito Oeste, c/ Granada 5.

Lunes-Miércoles 09.00 h.

Lunes 17.00h.

**Prado Ovejero**, Junta de Distrito Norte, Avda. Alcalde de Móstoles 34 / esquina c/ Violeta.

Lunes-Miércoles 10.30 h.

Martes 17.00 h.

**Parque Coímbra**, Parque situado entre la avenida Sauce y la Avenida Rosales.  
Sábado-Domingo 11.00 h.

**Parque Natural El Soto**, Avenida Iker Casillas, junto a taquillas de la Piscina Municipal de Verano "El Soto".  
Sábado y Domingo 09.30 h.



## ACTIVIDAD FÍSICA PARA PERSONAS CON SOBREPESO

El Ayuntamiento de Mostoles a través de la Concejalía de Cultura, Festejos y Deportes y dentro del programa “Deporte y Salud”, ha desarrollado una actividad específica en colaboración con el Servicio Madrileño de Salud (SERMAS) y la Dirección General de Salud Pública dirigida a las personas diagnosticadas con sobrepeso y obesidad. Estas personas son dirigidas por un profesional del deporte que realiza clases adaptadas para sus capacidades, en busca de mejorar su calidad de vida. Las clases se realizan en el Polideportivo de Villafontana. Días y horas:

- Lunes-Miércoles a las 17.00 h.
- Martes-Jueves a las 09.30 h.

Más información en [www.mostoles.es](http://www.mostoles.es)

## DIRECTORIO DE INSTALACIONES

### **Polideportivo Villafontana**

C/ Hermanos Pinzón s/n Tlf: 91 647 69 01

### **Piscina Cubierta las Cumbres**

Calle Rio Duero, 1 Tlf: 91 648 00 75

### **Polideportivo la Loma**

Avda. De la Onu s/n Tlf: 91 649 37 76

### **Centro Deportivo Rafa Martínez**

C/ París s/n Tlf: 91 645 33 33

## TARJETAS DEPORTIVAS

Existen a la disposición del ciudadano de Mostoles una serie de tarjetas con ventajas sociales que se pueden solicitar en las distintas instalaciones deportivas de la ciudad.

- Tarjeta Deporte
- Tarjeta Pensionista
- Tarjeta para personas con discapacidad
- Tarjeta 65

Más información en [www.mostoles.es](http://www.mostoles.es)

Continúa el plazo de inscripción de plazas libres desde el 1 de enero de 2016.

DEPORTE (Instalación)	LUGAR DE INSCRIPCIÓN	DÍAS	HORA	PLAZAS MIN.- MAX.	NACIDOS ENTRE LOS AÑOS	PRECIO MENSUAL			
						CON TARJETA DEPORTE		SIN TARJETA DEPORTE	
BALONMANO Polideportivo PAU 4	Polideportivo Villafontana	M - J	16:00 a 18:00 h.	8 - 20	2002 - 2007	* 14,26 €		* 21,39 €	
BALONCESTO Polideportivo Rosales	Polideportivo La Loma	M - J	16:00 a 18:00 h.	10 - 16	2003 - 2009	* 14,26 €		* 21,39 €	
VOLEIBOL Polideportivo PAU 4	Polideportivo Villafontana	L - X	16:00 a 18:00 h.	10 - 20	1998 - 2007	* 14,26 €		* 21,39 €	
FÚTBOL Campos Iker Casillas	Piscina Cubierta Las Cumbres	L - X	17:00 a 18:00 h.	10 - 14	2004 - 2007	* 14,26 €		* 21,39 €	
		M - J	17:00 a 18:00 h.	10 - 28	2005 - 2009				
MULTIDEPOR- TE Polideportivo PAU 4	Polideportivo Villafontana	L - X	16:00 a 18:00 h.	10 - 20	2004 - 2009	* 14,26 €		* 21,39 €	
FÚTBOL SALA MASCULINO Villa- fontana	Polideportivo Villafontana	M - J	17:00 a 18:00 h.	10 - 20	2003 - 2009	* 14,26 €		* 21,39 €	
			18:00 a 19:00 h.		2009 - 2012				
TENIS Soto y Villafontana	Piscina Cubierta Las Cumbres	L - X, M - J y S - D	17:00 a 19:00 h. 10:00 a 13:00 h.	8 - 10	2003 - 2009	20,32 €		30,48 €	
	Polideportivo Villafontana	L - V	17:00 a 20:00 h.	6 - 10		2 días 20,32 €	3 días 30,48 €	2 días 30,48 €	3 días 45,72 €



DEPORTE (Instalación)	LUGAR DE INSCRIPCIÓN	DÍAS	HORA	PLAZAS MIN.- MAX.	NACIDOS ENTRE LOS AÑOS	PRECIO MENSUAL			
						CON TARJETA DEPORTE		SIN TARJETA DEPORTE	
G. RÍTMICA Rafa Martínez	Polideportivo Villafontana	L - X y M - J	17:00 a 18:00 h.	10 - 20	2001 - 2009	2 días 13,91	3 días 20,86	2 días 20,86	3 días 31,29
		L - X	16:30 a 18:00 18:00 a 19:30			13,91 €		20,86 €	
		L - X y M - J	16:15 a 19:00 h.						
JUDO Rafa Martínez y Villafontana	Polideportivo Villafontana	L - X - V	17:30 a 18:30 h.	10 - 20	1998 - 2011	3 días 21,94 €		3 días 32,92 €	
		M - J	17:15 a 18:15 h.			2 días 14,63 €		2 días 21,94 €	
G. ARTÍSTICA DPTVA. Rafa Martínez	Polideportivo Villafontana	L - V	17:00 a 19:00 h.	10 - 15	2000 - 2008	2 días 13,91 €	3 días 20,86 €	2 días 20,86 €	3 días 31,29 €
PATINAJE La Loma	Polideportivo La Loma	L - X	17:00 a 18:00 h	15 - 20	1998 - 2011	13,91 €		20,86 €	
		M - J		10 - 20					
ATLETISMO Soto	Piscina Cubierta Las Cumbres	L - V	17:30 a 20:30 h.	Máximo 20	1999 - 2008	2 días 28,53 €	3 días 42,78 €	2 días 42,80 €	3 días 64,18 €
G. ARTÍSTICA DPTVA. Joan Miró	Polideportivo Villafontana	L - V	19:15 a 20:15 h.	Máximo 15	2001 - 2005	2 días 41,72 €	3 días 62,58 €	2 días 62,58 €	3 días 93,87 €

Los horarios de las 16 horas tienen flexibilidad en la hora de entrada

\* Incluye competición el fin de semana

En algunas actividades se debe pasar prueba de nivel para establecer los grupos

Una vez realizada la inscripción, se llamará por orden de solicitud para formalizar la plaza

La duración de las sesiones son de 1 hora. Concretar con el monitor los horarios de la actividad

## CURSOS

### INICIACIÓN AL MAQUILLAJE PROFESIONAL



### INICIACIÓN A LA LENGUA DE SIGNOS ESPAÑOLA



Información e inscripciones de los cursos de formación desde el 18 de Enero  
Centro de Servicios para Jóvenes, Av. Portugal, 20. Tlf.: 91 6818 16 16.  
De lunes a jueves de 10 a 14 h y de 17 a 20 h.  
Viernes de 10 a 14 h.  
MÁS INFORMACIÓN EN: [www.mostolesjoven.es](http://www.mostolesjoven.es)

**EDAD:** De 16 a 30 años  
**LUGAR:** Espacio Joven Ribera- C/ Pintor Ribera, 15  
**FECHAS:** Lunes y miércoles de 17 a 20 h. del 1 al 24 de febrero  
**CONTENIDOS:**

- Orígenes, evolución y función del maquillaje
- Equipo profesional y productos de maquillaje
- Técnicas de aplicación
- Maquillaje para distintos eventos

**PRECIO:** 20 €  
**PLAZAS:** 20  
**DURACIÓN:** 24 h.

**EDAD:** De 18 a 30 años  
**LUGAR:** Espacio Joven Ribera- C/ Pintor Ribera, 15  
**FECHAS:** Lunes y miércoles de 17 a 20 h. del 1 de febrero al 2 de marzo  
**CONTENIDOS:**

- Identificación, saludos e instrucciones cortas en LSE
- Pedir y dar información de aspectos diarios
- Expresar necesidades básicas del ámbito cotidiano
- Describir las ayudas técnicas que utilizan las personas sordas.

**PRECIO:** 20 €  
**PLAZAS:** 20  
**DURACIÓN:** 30 h.

## PRIMEROS AUXILIOS



(Obtención del diploma de 1º auxilios de cruz roja a nivel nacional)

EDAD: De 18 a 30 años

LUGAR: Espacio Joven Ribera- C/ Pintor Ribera, 15

FECHAS: Del 2 de febrero al 15 de marzo, martes y jueves de 17 a 20 h.

PRECIO: 30 €

PLAZAS: 25

DURACIÓN: 40 h.

### CONTENIDOS:

Técnicas y Equipamiento en primeros auxilios.

Soporte Vital Básico.

Problemas Respiratorios.

Problemas Cardiovasculares.

Heridas y Hemorragias.

Problemas Traumatológicas.

Problemas del Sistema Nervioso.

Agentes Medioambientales.

Cuerpos Extraños.

Tóxicos, Mordeduras y Picaduras.

Parto y Problemas Médicos.

El botiquín Sanitario.

## FOROS DE CONVERSACIÓN EN INGLÉS - INICIACIÓN



EDAD: De 18 a 30 años

LUGAR: Espacio Joven Ribera- C/ Pintor Ribera, 15

FECHAS: Lunes de 18 a 19'30 h del 8 de febrero al 18 de abril

CONTENIDOS: Sesiones de conversación en inglés para mejorar el nivel hablado

PRECIO: 10 €

PLAZAS: 15

DURACIÓN: 15 h.

NOTA: En este foro no podrán inscribirse personas que lo hayan realizado anteriormente

## FOROS DE CONVERSACIÓN EN INGLÉS -AVANZADO



EDAD: De 18 a 30 años

LUGAR: Espacio Joven Ribera- C/ Pintor Ribera, 15

FECHAS: Miércoles de 18 a 19'30 h del 10 de febrero al 20 de abril

CONTENIDOS: Sesiones de conversación en inglés para mejorar el nivel hablado

PRECIO: 10 €

PLAZAS: 15

DURACIÓN: 15 h.

NOTA: En este foro no podrán inscribirse personas que lo hayan realizado anteriormente

## REALIZACIÓN DE CORTOS



EDAD: De 16 a 30 años

LUGAR: Espacio Joven Ribera- C/ Pintor Ribera, 15

FECHAS: Martes y jueves de 17 a 20 h, del 9 de febrero al 3 de marzo

CONTENIDOS:

- El guión cinematográfico, lenguaje audiovisual
- Preproducción, guión técnico, localizaciones, casting
- Rodaje, edición de vídeo y montaje
- Edición de vídeo y prácticas

PRECIO: 20 €

PLAZAS: 20

DURACIÓN: 24 h.

## TALLER DE CÓMIC



EDAD: De 16 a 30 años

LUGAR: Espacio Joven Ribera- C/ Pintor Ribera, 15

FECHAS: Martes y jueves de 17 a 20 h, del 9 de febrero al 3 de marzo

CONTENIDOS:

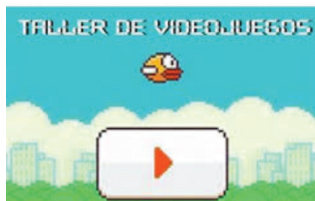
- Estructura y lenguaje del cómic
- Estilo y trazo
- Fondos, entintados y color
- Arte final
- El proceso editorial

PRECIO: 10 €

PLAZAS: 20

DURACIÓN: 24 h.

## INICIACIÓN A LA CREACIÓN DE VIDEOJUEGOS



## MAQUILLAJE DE CARACTERIZACIÓN Y EFECTOS ESPECIALES



EDAD: De 14 a 17 años

LUGAR: Espacio Joven Ribera- C/ Pintor Ribera, 15

FECHAS: Viernes de 17 a 19 h. del 19 de febrero al 18 de marzo

CONTENIDOS:

- Planificación y programación de personajes
- Movimiento e interacción en pantalla de PC
- Manejo de los personajes en la pantalla
- Construcción de mandos con todo tipo de materiales

PRECIO: 10 €

PLAZAS: 10

DURACIÓN: 10 h.

EDAD: De 16 a 30 años

LUGAR: Espacio Joven Ribera- C/ Pintor Ribera, 15

FECHAS: Martes y jueves de 17 a 20 h. del 29 de febrero al 16 de marzo

CONTENIDOS:

- Materiales, atención y cuidado
- Envejecimiento, moratones, arañazos y heridas de bala
- Heridas con papel y amputación de dedos.
- Técnicas de aplicación. Desmaquillaje y conservación del equipo y productos

PRECIO: 20 €

PLAZAS: 20

DURACIÓN: 24 h.

## ORGANIZACIÓN DE EVENTOS



EDAD: De 18 a 30 años

LUGAR: Espacio Joven Ribera- C/ Pintor Ribera, 15

FECHAS: Lunes y miércoles de 17 a 20 h. del 7 de marzo al 6 de abril

CONTENIDOS:

- Planificación de un acto y protocolo de actuación
- El programa y su técnica
- La producción y los medios materiales
- La seguridad en los actos. Casos prácticos
- La figura del coordinador de eventos.
- Eventos culturales y artísticos.
- Jornadas y congresos.
- Cócteles y comidas.
- Festejos musicales y escénicos.
- Redes sociales.

PRECIO: 20 €

PLAZAS: 20

DURACIÓN: 24 h.

## FOTOGRAFÍA DIGITAL CREATIVA



EDAD: De 16 a 30 años

LUGAR: Espacio Joven Ribera- C/ Pintor Ribera, 15

FECHAS: Martes y jueves de 17 a 20 h. del 26 de abril al 19 de mayo más una salida práctica un sábado

CONTENIDOS:

- Técnicas básicas de la fotografía digital
- La cámara: usos y posibilidades
- La Luz y la creatividad
- La composición y otros aspectos artísticos

PRECIO: 20 €

PLAZAS: 20

DURACIÓN: 30 h.

Los participantes que se inscriban a este curso deberán aportar el siguiente material:

Cámara fotográfica digital con puerto USB o FIREWIRE.

Baterías y cargador de baterías.

Equipo personal de limpieza de cámaras.

Cable descargador de la cámara al ordenador.

Un dispositivo de almacenamiento con puerto USB.

## TALLER DE ROBÓTICA



## INICIACIÓN AL MÁRKETING DIGITAL



## TALLERES Y DINÁMICAS PARA CAMPAMENTOS



EDAD: De 14 a 17 años

LUGAR: Espacio Joven Ribera- C/ Pintor Ribera, 15

FECHAS: Viernes de 17 a 19 h. del 1 al 29 de abril

CONTENIDOS:

- Conexión de motores y sensores a una placa de Arduino
- Programación de la placa
- Puesta en marcha de un robot de forma autónoma
- Conseguir que siga una línea o evitar que choque con obstáculos

PRECIO: 10 €

PLAZAS: 10

DURACIÓN: 10 h.

EDAD: De 18 a 30 años

LUGAR: Espacio Joven Ribera- C/ Pintor Ribera, 15

FECHAS: Lunes y miércoles de 17 a 20 h. del 11 de abril al 9 de mayo

CONTENIDOS:

- Fundamentos del marketing digital
- Analítica web y modelos de negocio
- Plataformas de vídeo y redes sociales
- Plan de marketing y plan de negocio
- Búsqueda de empleo en marketing digital

PRECIO: 20 €

PLAZAS: 20

DURACIÓN: 24 h.

EDAD: De 18 a 30 años

LUGAR: Espacio Joven Ribera- C/ Pintor Ribera, 15

FECHAS: Martes y jueves de 17 a 20 h, del 29 de marzo al 19 de abril más una salida de prácticas el 16 de abril

CONTENIDOS:

- Programación de las actividades
- Definición y tipos de dinámicas
- Talleres de manualidades, artesanía y entretenimiento
- Análisis de recursos necesarios

PRECIO: 10 €

PLAZAS: 25

DURACIÓN: 27 h.

## CURSO DE COMEDIA: MONÓLOGOS DE HUMOR Y OTROS



EDAD: De 18 a 30 años

LUGAR: Espacio Joven Ribera- C/ Pintor Ribera, 15

FECHAS: Martes y jueves de 17 a 20 h. del 12 de abril al 5 de mayo

CONTENIDOS:

- De la anécdota al chiste. La mirada cómica. El guión
- El monólogo de humor. El chiste. Análisis y reescritura
- Puesta en escena. Acting, improvisación e imágenes
- Puesta en escena. El público. Prueba de texto

PRECIO: 20 €

PLAZAS: 20

DURACIÓN: 24 h.

## MEDIACIÓN Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS



EDAD: De 18 a 30 años

LUGAR: Espacio Joven Ribera - C/ Pintor Ribera, 15

FECHAS: Martes y jueves de 17 a 20 h. del 26 de abril al 19 de mayo

CONTENIDOS:

- El conflicto en los procesos grupales.
- Rango y roles en los conflictos.
- Comunicación No violenta (CNV) como herramienta eficaz en los conflictos.
- Técnicas y herramientas para la resolución de conflictos

PRECIO: 20 €

PLAZAS: 20

DURACIÓN: 24 h.



## PROGRAMAS CON ADOLESCENTES



### TALLER DE INICIACIÓN A LA ROBÓTICA E IMPRESIÓN 3D



Los sábados por la tarde son para disfrutar y compartir con los amigos. Si te apetece encontrar nuevos amigos, jugar, hacer talleres, bailes o lo que quieras proponer vente a nuestros espacios jóvenes. **TODAS LAS ACTIVIDADES SON GRATUITAS.**

**La Guarida del Alajabuchi** (Espacio Joven Ribera . Pintor Ribera 15)  
Sábados de 17 a 20 horas.

**Espacio joven Coímbra** (IES Gabriel Cisneros. Entrada por calle Almendro)  
Sábados de 17 a 20 horas.  
A partir de Marzo...



**Espacio joven Móstoles Sur** (CEIP Andrés Torrejón)  
Sábados de 17 a 20 horas.  
CONSULTA EL CALENDARIO Y LA PROGRAMACION DE CADA DIA EN NUESTRA WEB  
[www.mostolesjoven.es](http://www.mostolesjoven.es)

Durante esta jornada nos adentraremos en la construcción y programación de un robot básico con motores y sensores basada en las placas Arduino y BQ y programación con Scratch. Además nos adentraremos en la impresión en 3D conociendo el funcionamiento de una impresora y de 3Doodler, el bolígrafo que permite pintar en 3D. Todo ello, por supuesto, de la mano de profesores especializados. **TALLER EN DIA NO LECTIVO.**

FECHA: 8 de Febrero  
HORARIO: 09.00 a 14.00 horas  
LUGAR: Espacio Joven Ribera. Calle Pintor Ribera, 15.  
EIDADES: 12 a 17 años  
PLAZAS: Máximo 12, mínimo 8  
PRECIO: 5 €  
INCLUYE: las clases y todos los materiales necesarios para el desarrollo del taller  
NO INCLUYE: nada que no esté especificado en el apartado "Incluye".

### CASAS DEL MUNDO: CONSTRUCCIÓN DE IGLÚS Y CABAÑAS



### FIN DE SEMANA EN LA SIERRA DE MADRID



### DÍA DE JUEGOS Y TALLERES EN LA NATURALEZA



En esta actividad vamos a usar la nieve como material para construir casas como lo hacen en Groenlandia además de conocer algunos aspectos de la cultura inuit. Además vamos a aprender a construir cabañas indias con elementos que se pueden encontrar en cualquier monte y a usar los mismos como lugares para pasar la noche.

FECHA: 13 de Febrero

LUGAR: Puerto de la Morcuera y La Pedriza

EDAD: 12 a 17 años

PLAZAS: 30 máximo, 20 mínimo

PRECIO: 10 €

INCLUYE: Transporte, actividades, monitores y seguro.

NO INCLUYE: Nada no especificado en el apartado "Incluye"

Durante este fin de semana vamos a combinar actividades multiaventura, senderismo, piragua y la visita al recinto amurallado mejor conservado de la Comunidad de Madrid que es Buitrago del Lozoya además de juegos de todo tipo, deportes y velada.

Fechas: 9 y 10 de Abril

Lugar: Sierra de Madrid

Edad: 12 a 17 años

Plazas: 50 máximo, 30 mínimo

Precio: 20 €

Incluye: Transporte, alojamiento en pensión completa en albergue, actividades, monitores y seguro.

No incluye: Nada no especificado en el apartado "Incluye"

Vamos a disfrutar de un divertidísimo día lleno de juegos y talleres programados especialmente para nosotros y para este día por un equipo de monitores especializados. Todo ello lo vamos a desarrollar en un lugar inmejorable y adecuado de la sierra de Madrid.

FECHAS: 16 de Abril

LUGAR: Sierra de Madrid

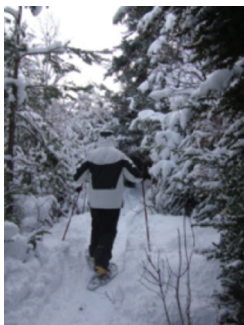
EDAD: 12 a 17 años

PLAZAS: 30 máximo, 20 mínimo

PRECIO: 5 €

INCLUYE: Transporte, actividades, monitores y seguro.

## RAQUETAS DE NIEVE EN LA SIERRA DE GREDOS



## RUTA A CABALLO Y SENDERISMO EN EL VALLE DEL JERTE



Durante este fin de semana vamos a hacer un uso intensivo de las raquetas de nieve como alternativa a los esquís para disfrutar de los paisajes invernales que nos brinda la espectacular sierra de Gredos. Realizaremos una ruta el sábado y otra el domingo que nos van a hacer disfrutar de la nieve y el frío tras un verano y un otoño especialmente cálidos.

**FECHAS:** 20 y 21 de Febrero

**LUGAR:** Navarredonda de Gredos (Ávila)

**EDAD:** 18 a 30 años

**PLAZAS:** 35 Máximo, 20 mínimo

**PRECIO:** 50 €

**INCLUYE:** Transporte, alojamiento en pensión completa en albergue, materiales, guías, monitores y seguro.

**NO INCLUYE:** nada no especificado en el apartado "Incluye"

Durante estos dos días realizaremos una ruta a caballo, senderismo y paseos que nos harán disfrutar del valle del Jerte. Si las circunstancias meteorológicas así lo propician, podremos deleitarnos con el espectáculo de la floración de los cerezos en su punto álgido.

**FECHAS:** 12 y 13 de Marzo

**LUGAR:** Valle del Jerte

**EDAD:** 18 a 30 años

**PLAZAS:** 35 Máximo, 20 mínimo

**PRECIO:** 50 €

**INCLUYE:** Transporte, alojamiento en pensión completa en albergue, materiales, guías, monitores y seguro.

**NO INCLUYE:** nada no especificado en el apartado "Incluye".

## RUTA CICLOTURISTA POR EL CANAL DE CASTILLA



Recorreremos durante dos días los caminos que transcurren junto a este río artificial, grandiosa obra de ingeniería procedente de los siglos XVIII y XIX. Haremos dos etapas cicloturistas en las que recorreremos una pequeña parte de la extensión total del canal, visitando lugares de interés histórico – artístico, natural y cultural.

**FECHAS:** 18 y 19 de Junio

**LUGAR:** Varios emplazamientos en la provincia de Palencia

**EDAD:** 18 a 30 años

**PLAZAS:** 30 Máximo, 15 mínimo

**PRECIO:** 50 €

**INCLUYE:** Transporte, alojamiento en pensión completa en albergue, materiales, guías, monitores y seguro.

**NO INCLUYE:** nada no especificado en el apartado "Incluye"

## EN FAMILIA: RASTREADORES EN LA NIEVE



Llega la nieve y en la sierra hay muchas evidencias de la vida que se desarrolla en ella. Durante este paseo – taller, las familias irán aprendiendo a identificar huellas, restos y señales que los habitantes del bosque nos dejan en su vida diaria.

FECHA: 28 de Febrero

LUGAR: Puerto de La Morcuera (Miraflores de la Sierra)

EDAD: familias con hijos mayores de 5 y menores de 18 años

PLAZAS: 50 Máximo, 35 mínimo

PRECIO: 5 €

INCLUYE: transporte, monitores y seguro.

NO INCLUYE: Comidas ni nada no especificado en el apartado “Incluye”

## EN FAMILIA: JUEGOS FAMILIARES DE SUPERVIVENCIA



En esta jornada disfrutaremos de un gran juego de pistas con orientación en el que las familias participantes pondrán en juego su creatividad y superación personal a través de diversas pruebas de aire libre adaptación al medio y supervivencia.

FECHA: 24 de Abril

LUGAR: La Pedriza (Manzanares el Real)

EDAD: familias con hijos mayores de 5 y menores de 18 años

PLAZAS: 50 Máximo, 35 mínimo

PRECIO: 5 €

INCLUYE: transporte, monitores y seguro

NO INCLUYE: Comidas ni nada no especificado en el apartado “Incluye”

## EN FAMILIA: LOS MISTERIOS DE LA FUENFRÍA



Los participantes podrán disfrutar de una ruta teatralizada por el valle de la Fuenfría, a través de la cual conocerán los secretos, misterios e historia que atesora esta bellísima zona de la sierra madrileña.

FECHA: 22 de Mayo

LUGAR: Valle de la Fuenfría (Cercedilla)

EDAD: familias con hijos mayores de 5 y menores de 18 años

PLAZAS: 50 Máximo, 35 mínimo

PRECIO: 5 €

INCLUYE: transporte, monitores y seguro

NO INCLUYE: Comidas ni nada no especificado en el apartado “Incluye”

## ACTIVIDADES INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

Desde el 20 de Enero en:

Centro de Servicios para Jóvenes, Av. Portugal, 20. Tlf.: 91 618 16 16

De lunes a jueves de 10 a 14 y de 17 a 20 h.

Viernes de 10 a 14 h.

MÁS INFORMACIÓN en [www.mostolesjoven.es](http://www.mostolesjoven.es)

Atentos a nuestra web, a partir de Abril porque el próximo verano...



### En Junio...¡¡¡nos vamos a la playa!!!

Si tienes entre 12 y 17 años, del 22 al 24 de Junio, por 30 €

Preinscripción desde el 17 de Mayo



### Y en Julio viaje por Europa

Para jóvenes de 18 a 30 años

Preinscripción desde el 6 de Junio

## CENTRO DE INFORMACIÓN JUVENIL



- Información sobre actividades, becas, cursos, ofertas de empleo, oposiciones, premios y concursos, subvenciones, etc.
  - Gestión de las inscripciones de las actividades de tiempo libre y cursos de formación de los programas de juventud de la Concejalía.
  - Oficina de inscripción al fichero del Sistema de Garantía Juvenil.
- Horario: de lunes a viernes de 10:00 a 14:00 y de lunes a jueves de 17:00 a 20:00 hs.  
Tel.- 91 618 16 16  
[cidoj@mostoles.es](mailto:cidoj@mostoles.es) - [tivesur@mostoles.es](mailto:tivesur@mostoles.es)  
[www.mostolesjoven.es](http://www.mostolesjoven.es)

## OFICINA JOVEN- TIVE SUR



Tramitación de Cursos de Idiomas en el Extranjero, Carnés de Alberguista, Carné Internacional: de Estudiante (ISIC), de Profesor (TEACHER) y Joven (IYTC), Carné Joven de la Comunidad de Madrid, Billetes de Autocar, Tren e InterRail así como la Gestión de Actividades de la Dirección General de Juventud.

Horario: de lunes a viernes de 10:00 a 14:00 y martes, miércoles y jueves de 17:00 a 19:00 hs.  
Tel.- 91 664 59 68  
[tivesur@ayto-mostoles.es](mailto:tivesur@ayto-mostoles.es)  
[www.mostolesjoven.es](http://www.mostolesjoven.es)

## ASESORÍA JURÍDICA PARA JÓVENES



Es un servicio público y **GRATUITO** dirigido a la población juvenil de Móstoles de edades comprendidas entre los 16 y los 35 años, con la misión de orientarles sobre sus derechos legales. Entre los temas que puedes consultar están Derecho laboral, civil, fiscal, familia, extranjería, sanciones, etc. No es necesaria cita previa.

Lunes de 10:00 a 13:30 hs.  
Miércoles 17:00 a 20:00 hs

## SISTEMA DE GARANTÍA JUVENIL



La garantía juvenil es una iniciativa de la Unión Europea que tiene como objetivo que los JOVENES ENTRE 16 Y 29 AÑOS que no estén cursando estudios, formación ocupacional o no tengan empleo, puedan recibir una oferta de empleo, de educación o formación tras haber finalizado sus estudios o quedar desempleados.

CENTRO DE SERVICIOS PARA JÓVENES.  
Avda. Portugal, 20. Telf.: 91 618 16 16.  
[www.mostolesjoven.es](http://www.mostolesjoven.es)



NO SÉ QUÉ HARÍA YO  
SIN MÍ (AUTOESTIMA)

Nº PLAZAS: 15  
DIRIGIDO A: Mujeres mayores de 18 años  
FECHA: Martes 16 Febrero al 31 Mayo. Horario: 10:00 a 11:00 h  
LUGAR: Concejalía de Igualdad C/ Ricardo Medem, 27  
PRECIO: Gratuito

DERECHOS DE LAS MUJERES

Nº PLAZAS: 20  
DIRIGIDO A: Mujeres mayores de 18 años  
FECHA: Jueves 18 Febrero al 26 Mayo .Horario: 17:00 a 18:00 h  
LUGAR: Concejalía de Igualdad. C/ Ricardo Medem, 27  
PRECIO: Gratuito

LAS NIÑAS BUENAS VAN AL CIELO,  
Y LAS MALAS A TODAS PARTES

Nº PLAZAS: 20  
DIRIGIDOS A: Mujeres mayores de 18 años  
FECHA: Jueves 4 al 25 Febrero . Horario: 10:00 a 11:30 h  
LUGAR: CC Villa de Móstoles. Pza. Cultura, s/n  
PRECIO: Gratuito

LA CENICIENTA QUE NO QUERÍA  
COMER PERDICES

Nº PLAZAS: 20  
DIRIGIDO A: Mujeres mayores de 18 años  
FECHA: Jueves 7 al 28 Abril. Horario: 10:00 a 11:30 h  
LUGAR: CC Villa de Móstoles. Pza. Cultura, s/n  
PRECIO: Gratuito



MUJER, QUIÉRETE

Nº PLAZAS: 20

DIRIGIDO A: Mujeres mayores de 18 años

FECHA: Jueves 5 al 26 Mayo. Horario: 10: a 11:30 h

LUGAR: CC Villa de Móstoles. Pza. Cultura, s/n

MUJERES INVISIBLES:  
"LAS SIN SOMBRERO"

22 y 29 Febrero

MUJERES DEL SIGLO XX

18 y 25 Abril

HOMENAJE EN EL 85 ANIVERSARIO  
DEL VOTO DE LA MUJER

3 Octubre

Nº PLAZAS: 90

DIRIGIDO A: Mujeres

HORARIO: Lunes 17:00 a 18:00 h

LUGAR: Concejalía de Igualdad. Salón de actos C/ Ricardo Medem, 27

PRECIO: Gratuito



MARGARITA DE PARMA. A TRAVÉS  
DE LA NOVELA DE HISTORIA

FECHA: 4 Abril

HORARIO: 17:00 h

LUGAR: Concejalía de Igualdad. C/ Ricardo Medem, 27. 1ª Pl. Salón de actos.  
(Plazas hasta completar aforo)



RECORRIDO POR EL MADRID DE  
FORTUNATA Y JACINTA

DÍA: 20 Abril. Nº Plazas: 20 mujeres  
INSCRIPCIONES: 11 Abril

RECORRIDO POR LAS  
ESCULTURAS DE MUJERES  
DEL PARQUE  
DEL RETIRO

DÍA: 25 Mayo. Nº Plazas: 20 Mujeres  
INSCRIPCIONES: 16 Mayo



FERIA DEL LIBRO

DÍA: 1 junio. Nº Plazas: 20 Mujeres  
INSCRIPCIONES: 23 Mayo



Ministerio de Igualdad y Políticas  
Territoriales



Comunidad de Madrid

## INTERNET CON SMARTPHONE (SISTEMA ANDROID)

Nº PLAZAS: 12 (por grupo)

DIRIGIDO A: Mujeres y hombres mayores de 18 años

FECHA: 1º grupo: Lunes 15 Febrero al 9 Mayo. Horario: 10:30 a 11:30 h

2º grupo: Jueves 18 Febrero al 28 Abril. Horario: 11:30 a 12:30 h

3º grupo: Martes 16 Febrero al 26 Abril. Horario: 12.30 a 13.30 h

LUGAR: Concejalía de Igualdad C/ Ricardo Medem, 27

PRECIO: 20 €

## UTILIZACIÓN DE TABLET SISTEMA ANDROID

Nº PLAZAS: 12 (por grupo)

DIRIGIDO A: Mujeres y hombres mayores de 18 años

FECHA: 1º grupo: Miércoles 17 Febrero al 27 Abril. Horario: 11:30 a 12:30 h

2º grupo: Miércoles 17 Febrero al 27 Abril. Horario: 16.30 a 17:30 h

LUGAR: Concejalía de Igualdad C/ Ricardo Medem, 27

PRECIO: 20 €

## UTILIZACIÓN SMARTPHONE CON SISTEMA ANDROID

Nº PLAZAS: 12 (por grupo)

DIRIGIDO A: Mujeres y hombres mayores de 18 años

FECHA: 1º grupo: Lunes 15 Febrero al 9 Mayo Horario: 12:00 a 13:00 h

2º grupo: Miércoles 17 Febrero al 27 Abril. Horario: 17.30 a 18:30 h

LUGAR: Concejalía de Igualdad. C/ Ricardo Medem, 27

PRECIO: 20 €





## COCINA BÁSICA

Nº PLAZAS: 15 (por grupo)

DIRIGIDO A: Mujeres y hombres mayores de 18 años

FECHA: 1º grupo: Martes 16 Febrero al 26 abril de 16:30 a 18:30 h

2º grupo: Jueves 18 Febrero al 28 abril de 16:30 a 18:30 h

LUGAR: Restaurante Municipal

C/ Rigel 1 (Metro Manuela Malasaña)

PRECIO: 20 €

## COCINA AVANZADA

Nº PLAZAS: 15 (por grupo)

DIRIGIDO A: Mujeres y hombres mayores de 18 años

FECHA: 1º grupo: Martes 3 de mayo al 28 junio de 16:30 a 18:30 h

2º grupo: Jueves 5 mayo al 30 junio de 16:30 a 18:30 h

LUGAR: Restaurante Municipal

C/ Rigel 1 (Metro Manuela Malasaña)



## INGLÉS BÁSICO\*

\*Se realizará prueba de nivel

## INGLÉS AVANZADO \*

\*Se realizará prueba de nivel

## INGLÉS PARA SUBSISTIR (CONVERSACIÓN EN INGLÉS)

Nº PLAZAS: 15

DIRIGIDO A: Mujeres emprendedoras. Sin ningún conocimiento de inglés

FECHA: 15 Febrero a 3 Mayo. Horario: Lunes y martes 16:30 a 17:30 h

LUGAR: Concejalía de Igualdad. C/ Ricardo Medem, 27

PRECIO: 20 €

Nº PLAZAS: 15

DIRIGIDO A: Mujeres emprendedoras mayores de 18 años

FECHA: 15 Febrero a 3 Mayo. Horario: Lunes y martes 17:30 a 18:30 h

LUGAR: Concejalía de Igualdad. C/ Ricardo Medem, 27

PRECIO: 20 €

Nº PLAZAS: 15

DIRIGIDO A: Mujeres emprendedoras mayores de 18 años

FECHA: 3 Mayo a 28 Junio. Horario: Lunes y martes de 16:30 a 18:30 h

5 Septiembre a 25 Octubre. Horario: Lunes y martes de 16:30 a 18:30 h

LUGAR: Concejalía de Igualdad. C/ Ricardo Medem, 27

PRECIO: 20 €





## MÁS INFORMACIÓN:

Concejalía de Igualdad. Lugar: C/ Ricardo Medem, 27. 28931 Móstoles

HORARIO: Mañana lunes a viernes de 9:00 a 14:00 h

Tarde lunes a jueves de 16:00 a 17:30 h

TFNO.: 91 664 76 10. E-mail: [igualdad@mostoles.es](mailto:igualdad@mostoles.es)

## INSCRIPCIONES: 18, 19 y 20 de Enero

**Horario: de 9:00 a 14:00 h y de 16:00 A 18:30 h**

Dónde recogerlas: se pueden recoger y entregar por las siguientes vías:

- Presencialmente, en el edificio de la Concejalía de Igualdad c/ Ricardo Medem, 27
- Descargando la ficha de inscripción, disponible en [www.mostoles.es](http://www.mostoles.es), rellenándola y enviándola por correo electrónico a [igualdad@mostoles.es](mailto:igualdad@mostoles.es)



ESPAÑOL PARA EXTRANJEROS  
CENTRO MUNICIPAL  
"PABLO PICASSO"

UFIL PABLO NERUDA  
(UNIDAD DE FORMACIÓN  
E INSERCIÓN LABORAL)

SMAPSIA (SERVICIO MUNICIPAL  
DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA  
Y SOCIOEDUCATIVA  
A LA INFANCIA  
Y LA ADOLESCENCIA)

C/ Las Palmas, 41  
TFNO.: 91 617 50 56  
E-MAIL: cemunipablopicasso@hotmail.es

Clases de español gratuitas para personas adultas. Todos los niveles de conocimiento.

HORARIOS FLEXIBLES: turnos de mañana y tarde

Avda. Carlos V, 25  
Tfno.: 91 646 29 61- 660 127 099

Formación para la obtención del Certificado con la Cualificación Profesional del nivel 1 de:

- Servicios Auxiliares en Carpintería y Mueble.
- Operaciones Auxiliares de Instalaciones Electrotécnicas.
- Servicios Auxiliares de Peluquería.

Destinado a jóvenes de 16-18 años que NO hayan obtenido el título de Graduado en Secundaria, ni el de Formación Profesional.

MATRÍCULA: Abierta todo el curso (según las instrucciones de admisión)  
DURACIÓN: Mínimo 1.000 horas (1 - 2 cursos)  
GRUPOS: 15-17 alumnos/alumnas tutorizados

C/ Dalia, nº 17 - 28933 Mostoles  
TFNO.: 91 645 91 00  
HORARIO: De Lunes a Viernes en horario de 9:00 a 14:00 horas  
E-MAIL: psicopedagogico@ayto-mostoles.es

- Asesoramiento psicológico a padres con hijos menores de 19 años.
- Intervención psicológica con niños y/o jóvenes que presentan problemas de conducta, baja estima, déficit en las relaciones sociales, trastornos de lenguaje, hiperactividad, dificultades en el control de esfínteres y otros.
- Detección de menores en riesgo en el ámbito escolar.
- Intervención comunitaria: promover la educación para la salud en los centros educativos, impulsar programas locales para reducir el absentismo escolar.

## ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES

Este Programa se desarrolla en los 35 Colegios Públicos de Mostoles.

La selección y gestión de la oferta de actividades está a cargo de las Asociaciones de Madres y Padres de los colegios. La Concejalía de Educación y Juventud colabora mediante la subvención que otorga a las A.M.P.A.s, lo que posibilita el abaratamiento de precios.

Consulta de la oferta de actividades: En los propios centros educativos y en [www.mostoles.es/Educacion/es/servicios-educativos/actividades-extraescolares](http://www.mostoles.es/Educacion/es/servicios-educativos/actividades-extraescolares)

**DESTINATARIOS:** Alumnos con edades comprendidas entre los 3 y 12 años, estén o no escolarizados en el colegio en el que soliciten realizar la actividad.

**INSCRIPCIONES:** El periodo de inscripción se mantiene abierto durante todo el curso escolar, según disponibilidad de plazas.

**LUGAR DE INSCRIPCIÓN:** Sede de la A.M.P.A. del colegio que oferta la actividad.

**HORARIO Y PRECIO:** Consultar en el centro docente (A.M.P.A.)



### PATRONATO DE ESCUELAS INFANTILES



El Patronato dispone de 4 Escuelas Infantiles destinadas a la educación de los niños y niñas de entre 3 meses y 3 años de edad en las que se actúa siguiendo los criterios del proyecto educativo del centro donde el objetivo es conseguir el desarrollo integral del niño. Los equipos de las Escuelas son educadores especializadas en Educación Infantil.

Para información sobre plazas disponibles, cuotas, ayudas municipales, etc., puede contactar a través de los teléfonos y direcciones del Patronato y las mismas Escuelas.

DIRECCIÓN: C/ Libertad 28 y 34 posterior  
28937 Móstoles

TELÉFONO: 91 6460353 y 916460235

WEB: [www.educainfantilmostoles.org](http://www.educainfantilmostoles.org)

CORREO ELECTRÓNICO: [patronato@educainfantilmostoles.org](mailto:patronato@educainfantilmostoles.org)

HORARIO DE ATENCIÓN: 9:00 a 14:00

HORARIO DE LAS ESCUELAS: de 7:30 a 17:30 horas

**“DISEÑA MENÚS  
SALUDABLES” (18 HS)**

Las inscripciones se pueden realizar hasta diez días antes del inicio de la actividad y se entregarán en:

- Área de Sanidad C/ Juan XXIII, 6 Planta 4ª( Despacho 403). Teléfono: 91 664 76 16

HORARIO: lunes a viernes de 9.00 a 11.30 horas

LaS hojas de inscripción se pueden conseguir en:

<http://www.mostoles.es/EspacioSaludable/es/jornadas-y-talleres/escuela-municipal-salud-programa-curso-2015-2016>

FECHAS Y HORARIO: 19 En. - 15 Mar. (M) 11:00 – 13:00 hs

LUGAR: CC Villa de Mostoles, Aula 2. 3ª pl.

DIRIGIDO A: Población general

Nº DE PLAZAS: 24

**“HABILIDADES DE  
COMUNICACIÓN Y SOLUCIÓN DE  
CONFLICTOS” (12HS)**

FECHAS Y HORARIO: 14 En. - 18 Feb. (J) 11:00 – 13:00 hs

LUGAR: C. Part. Ciudadana, Sala sótano

DIRIGIDO A: Población general

Nº DE PLAZAS: 20

**“ACTIVA TU MENTE II” (18 HS)**

FECHAS Y HORARIO: 15 En. - 11 Mar. (V) 11:00 – 13:00 hs

LUGAR: CC Villa de Mostoles, Sala de reuniones. 2ª

DIRIGIDO A: Personas entre 50-65 años

Nº DE PLAZAS: 16

**“VIVE CON EMOCIONES  
POSITIVAS II” (18 HS)**

FECHAS Y HORARIO: 15 En. - 11 Mar. (V) 11:00 – 13:00 hs

LUGAR: C. Part. Ciudadana, Sala sótano

DIRIGIDO A: Población general

Nº DE PLAZAS: 20

**“GANA SALUD CAMINANDO”  
(68 HS)**

FECHAS Y HORARIO: Hasta el 29 Jun. (X) 09:00 – 11:00 hs

LUGAR: Rutas en el municipio

DIRIGIDO A: Población general (se precisa estado físico que permita caminar a ritmo moderado)

Nº DE PLAZAS: 50



“CLAVES PARA EL  
BUEN DORMIR” (16 HS)

FECHAS Y HORARIO: 15 En. - 04 Mar. (V) 11:00 – 13:00 hs  
LUGAR: CC Villa de Móstoles Aula 2. 3ª pl.  
DIRIGIDO A: Población general  
Nº DE PLAZAS: 20

“ESCUELA DE ABUELAS  
Y ABUELOS” (20 HS)

(En colaboración con el Equipo de Atención Temprana de Escuelas Infantiles)

FECHAS Y HORARIO: 03 Feb. - 13 Abr. (X) 10:00 – 12:00 hs  
LUGAR: C.S. Bartolomé González  
DIRIGIDO A: abuelas y abuelos  
Nº DE PLAZAS: 25

### MÁS INFORMACIÓN

- Área de sanidad. C/ Juan XXIII, nº 6. 4ª planta. Despacho 403.  
Teléfono: 91 664 76 16.  
Horario: lunes a viernes de 9.00 A 11.30 Horas.
- Escuela Municipal de Salud. C/ Ricardo Medem, 27. 3ª planta. Teléfono 91 664 76 22.  
Horario: lunes a viernes de 13.30 A 14.30 Horas.
- [Http://www.mostoles.es/mostoles/cm/espaciosaludable](http://www.mostoles.es/mostoles/cm/espaciosaludable)
- Información semana de la salud: [semanasalud@mostoles.es](mailto:semanasalud@mostoles.es)
- Correo electrónico: [escuelasalud@mostoles.es](mailto:escuelasalud@mostoles.es)



La Inscripción para esta actividad se realiza en el Centro Municipal de Mayores El Soto

(Actividades dirigidas a personas con el carnet de socio/a de los Centros Municipales de Mayores)

CONFERENCIA "COLOQUIOS  
SOBRE SEXUALIDAD"

FECHAS Y HORARIO: 25 En. (L) 10.30-12.00

LUGAR: CMM EL SOTO

Nº DE PLAZAS: 50





Inscripción en el Centro de Salud "Barcelona", desde del 1 de Febrero hasta una semana antes del comienzo de la actividad

JORNADA "GANA SALUD  
CAMINANDO"

FECHAS Y HORARIO: 29 febrero (L) 9.00-11.00

LUGAR: CENTRO DE SALUD "BARCELONA"

Nº DE PLAZAS: 50



"PLAZA DEL SOL  
(MÓSTOLES) – LAGO LORANCA  
(FUENLABRADA)"

"PARQUE EL SOTO – PARQUE  
COÍMBRA – PARQUE EL SOTO"

"CENTRO DE MAYORES  
JUAN XXIII (MÓSTOLES) –  
VÍA PECUARIA HASTA  
ARROYOMOLINOS"

INSCRIPCIÓN en el Área de Sanidad (C/ Juan XXIII, 6 – planta 4ª despacho 403).  
TI: 91 664 76 16. Desde 15 días antes de la actividad.  
HORARIO: Lunes a Viernes de 9.00 a 11.30  
SALIDA a las 09.00h (duración máxima: 3h).

Imprescindible entregar fotocopia del DNI y de la tarjeta sanitaria

FECHA: 18 Enero  
DIFICULTAD: Baja  
INSCRIPCIÓN: Del 7 al 14 de enero.

FECHA: 14 Marzo  
DIFICULTAD: Media, con tramos de pendiente  
INSCRIPCIÓN: Del 1 al 10 de marzo.

Fecha: 23 Mayo  
Dificultad: Baja  
Inscripción: Del 9 al 19 de mayo.

Dirigido a población general con capacidad para la práctica de ejercicio moderado.  
La jornada finaliza al terminar la ruta. La vuelta puede realizarse en transporte público  
no incluido en la actividad.

La actividad puede suspenderse o modificarse por no cubrir un mínimo de partici-  
pación (15 personas), inclemencias meteorológicas o cualquier otra eventualidad  
sobrevenida.

CONFERENCIA “LO QUE HAY QUE  
SABER DEL CÁNCER DE COLÓN”

En colaboración con AECC Asociación Española Contra el Cáncer  
FECHA: 15 Feb. (L). De: 11.00 -12.30  
C.C. Villa de Móstoles. Sala de Conferencias. 4ª planta  
Nº DE PLAZAS: (100 plazas)

CHARLAS-COLOQUIO: “LA  
SEXUALIDAD: CREENCIAS  
Y REALIDADES”

FECHA: 22 de Feb. y 7 de Mar. (L). De 11.00 -12.30  
Centro Polivalente Coímbra-Guadarrama  
Nº DE PLAZAS: (50 plazas)

VII SEMANA MUNICIPAL  
DE LA SALUD

En colaboración con las asociaciones socio-sanitarias y entidades del municipio  
FECHA: Del 18 al 22 de Abril  
Programa a determinar

DÍA MUNDIAL SIN TABACO

Organizado por la Comisión del Día Mundial Sin Tabaco de Móstoles.  
FECHA: 31 Mayo  
Programa a determinar

DÍA MUNDIAL DE LAS PERSONAS  
DONANTES DE SANGRE

En colaboración con Entidades e Instituciones  
FECHA: 14 Junio  
Programa a determinar



A través del correo electrónico [sexualidad@mostoles.es](mailto:sexualidad@mostoles.es)  
Previa cita en el teléfono 91 664 76 16 / 22 de Lunes a Viernes.



**XXVI CICLO LITERARIO:  
PREMIOS NADAL**

(ver programación)  
Acceso libre hasta completar aforo  
De 19 de enero a 21 de junio 2016  
(3er martes de cada mes)  
Salón de actos Centro Juan XXIII  
11:00 horas

**BAILE DE CARNAVAL**

Concurso de disfraces. Premio al mejor disfraz.  
Solo socios/as, aforo 600 personas  
4 de Febrero de 2016  
Lugar a determinar  
17:00 a 21:00 H.

**DÍA DEL LIBRO**

Lectura continuada de EL QUIJOTE  
25 de Abril de 2016  
Salón de actos Centro Juan XXIII  
10:00 a 13:30 h.

**BAILE FERIA DE ABRIL**

Solo socios/as  
7 de Abril de 2016  
Lugar a determinar  
17:00 a 21:00 H

**IV OLIMPIADAS DE MAYORES**

Realización de juegos de destreza, atención y habilidad.  
Información e inscripción: Centros Municipales de Mayores  
5 de Mayo de 2016  
Parque Liana  
De 10 a 13:30 h.

**XXVII QUINCENA CULTURAL**

Exposiciones, recitales, excursiones culturales, certámenes literarios, de fotografía y pintura rápida. Exhibición de talleres de teatro, baile...  
Del 30 de Mayo al 10 de junio de 2016  
En Centros Municipales de Mayores y Teatro Villa de Móstoles



VII TORNEO DE BILLAR  
INTERCENTROS DE LA  
COMUNIDAD DE MADRID

Entrega de Trofeos  
Fecha a determinar  
Teatro Villa de Mostoles

ELECCIONES A JUNTA  
DIRECTIVA DE  
CENTROS DE MAYORES

Ver requisitos y calendario en tablonces de anuncio de centros y web

INSCRIPCIONES CURSO  
2016-2017 EN ACTIVIDADES  
CENTROS DE MAYORES

Imprescindible carnet de socio/a  
13 a 17 de Junio de 2016  
Centros de Mayores  
10:00-14:00h.

ACTIVIDADES DE VERANO

Aguagym, manualidades, excursiones  
De 15 de junio a 31 de julio  
Centros Municipales de Mayores  
De 10:00 a 13:00 de lunes a viernes



OTRAS ACTIVIDADES

CONSULTAR PROGRAMACIÓN MENSUAL EN TABLONES ANUNCIOS DE  
CENTROS DE MAYORES  
o en WEB: <http://www.mostoles.es/mostoles/cm/PortalMayores>

VIAJES

Balneario de Fitero  
Navarra (vista a Pamplona y pueblos)  
País Vasco y País Vasco Francés  
Jaén, Úbeda, Baeza y Cazorla  
Huesca con Parque de Ordesa  
Lugo con la Mariña Lucense (Incluyendo visita a la Playa de las Catedrales)  
Palma de Mallorca

FECHAS A DETERMINAR.

Información e Inscripción: Despacho Junta Directiva,  
Centro Juan XXIII, nº 6. 1ª Planta

Las tertulias literarias se celebrarán a las 11:00 horas, en el Centro de Mayores Juan XXIII (Salón de Actos. 1ª planta). Asistencia libre hasta completar aforo.

ORGANIZA: Taller Literario. Área de Mayores.

19 DE ENERO	Apertura del ciclo por Francisco Rull "El temblor del héroe", de Álvaro Pombo Exponen: Mª Luisa Ripio (Biografía) José Jiménez (Comentario de la obra)
23 DE FEBRERO	"Esperadme en el cielo", de Maruja Torres Exponen: Mª Esther Dorado (Biografía) Laly Fernández (Comentario de la obra)
29 DE MARZO	"La vida era eso", de Carmen Amoraga Exponen: Maribel Tejeda (Biografía) Raquel Tejeda (Comentario de la obra)
19 DE ABRIL	"Estaba en el aire", de Sergio Vila-Sanjuán Exponen: Julián Gil (Biografía) Tina Iglesias (Comentario de la obra)
24 DE MAYO	"Lo que esconde tu nombre", de Clara Sánchez Exponen: Juan Vicente López-Gil (Biografía) José Mª López-Gil (Comentario de la obra)
21 DE JUNIO	"Los amigos del crimen perfecto", de Andrés Trapiello Exponen: Francisco Rull (Biografía) Andrés Rituerto (Comentario de la obra)



“JUAN XXIII”

Calle Juan XXIII, nº 6  
91 664 75 80  
De lunes a domingo: 10,00 a 20,00  
Excepto día de Navidad y Año Nuevo  
Cercanías: Estación Móstoles-Central.  
Bus: 519, 521, 526, L-2.  
Metro-Sur: Estación Móstoles-Pradillo.

“LAS LOMAS”

Avda. de la ONU, nº 20  
91 649 37 73  
De lunes a domingo: 10,00 a 20,00.  
Bus: 1, 520, 521, 523

“EL SOTO”

Avenida Olímpica, nº 36 (bis)  
91 614 59 44  
De lunes a viernes 10,00 a 20,00  
Bus: 519, 522, 524, 526, L-3  
Renfe: Móstoles - El Soto (C-5)

“LA PRINCESA”

Francisco Javier Sauquillo s/n  
91 648 94 97  
De lunes a domingo: 10,00 a 20,00  
Bus: 520, 521, 525, 526, 529 y 531  
Estación Metro: Móstoles Central  
Renfe: Móstoles Central

“PARQUE COÍMBRA”

Calle de los Cedros, nº 71, posterior.  
(Edificio Junta de Distrito nº 5)  
91 649 37 83  
De lunes a viernes 10,00 a 14,00 y 16,00 a 20,00  
Bus: 524, 534



## REQUISITOS DE ENTRADA EN LOS CENTROS

Para utilizar los servicios y participar en las actividades de los centros es necesario ser socios de los Centros Municipales de Mayores.

### SOLICITUD DEL CARNET DE SOCIO

#### CONDICIONES:

- Estar empadronado en Móstoles.
- Personas mayores de 60 años.
- Prejubilados a partir de 55 años.
- Funcionarios en la reserva activa a partir de 55 años.
- Viudos y Solteros desempleados, mayores de 55 años.
- Pensionistas con invalidez absoluta a partir de los 55 años
- Pensionistas de invalidez total permanente, siempre que no estén trabajando a partir de los 55 años.

#### TRAMITACIÓN:

Se solicita y tramita en el Centro Municipal de Mayores "LA PRINCESA", desde 15 de septiembre de 2015 a 28 de junio de 2016

HORARIO: Martes y jueves de 10,00 a 12,00 (entrega previa de números)



COCINA ECOLÓGICA, SANA  
Y NATURAL

Enero. Martes 12, 19, 26

COSMÉTICA NATURAL

Febrero. Miércoles: 3, 10, 17, 24

EL HUERTO ECOLÓGICO

Marzo. Martes 1, 8, 15

TU HUERTO EN LA TERRAZA

Abril. Miércoles 6, 13, 20

JARDINERÍA ECOLÓGICA

Mayo. Jueves 5, 12, 19, 26

PLANTAS AROMÁTICAS  
Y SILVESTRES: VIRTUDES  
Y UTILIDADES

Abril. Miércoles 1, 8, 15

HORARIO: 10:30-12:00 horas

GRATUITOS

NÚMERO DE ASISTENTES POR TALLER: 17



POSTRES CASEROS SALUDABLES  
PARA PEQUEÑOS Y MAYORES

18 de marzo

JABONES DE GLICERINA

21 de marzo

SIEMBRA, CUIDA Y COSECHA  
EN EL HUERTO

28 de marzo



NÚMERO DE ASISTENTES POR TALLER 17

HORARIO: 10:30-12:00 horas

GRATUITOS

NORMAS DE INSCRIPCIÓN:

- La admisión de los cursos se hará según el orden de entrada de la inscripción.
- Tendrán prioridad los que no hayan realizado ningún taller con anterioridad.
- Las plazas en cada curso son limitadas, pudiendo no realizarse si no existe un número mínimo de solicitudes.
- La admisión de los cursos se confirmará vía telefónica.
- Una vez realizado un curso, no se podrá realizar el mismo, a no ser que haya plazas libres.
- Si no se justifica la ausencia a un curso una vez confirmada la participación, se procederá a dar de baja a la persona en el mismo y a la pérdida de preferencia en el resto de cursos solicitados.
- Las actividades podrán estar sujetas a modificaciones en horarios y espacios por causas ajenas a esta Concejalía.

PERIODO Y LUGAR DE INSCRIPCIÓN:

Las inscripciones se entregarán en la Escuela de Educación Ambiental de Finca Liana de lunes a viernes en horario de 9,00 a 14,00 horas, el plazo estará abierto hasta cubrir las plazas.

Durante el mes de mayo se realizará un curso gratuito de iniciación a la micología, en colaboración con la Sociedad Micológica de Móstoles. Se celebrará en horario de tarde, días alternos (pendientes de confirmar) en el Centro Cívico Gran Capitán (C/ Gran Capitán, 22-24 posterior). Para ampliar información puede ponerse en contacto a través del número de teléfono 676 90 67 95 o del correo electrónico [aalonsosanz@hotmail.com](mailto:aalonsosanz@hotmail.com).



# M ó s t o l e s

---



AYUNTAMIENTO DE  
**Móstoles**