

XII Semana Municipal de la **SALUD**



del 17 al 22 de abril 2023

Una **SEMANA**

para aprender,

DOCE meses

para crecer



AYUNTAMIENTO DE

Móstoles



**Móstoles,
como
nuevo.**

*Folleto divulgativo de la
XII SEMANA MUNICIPAL DE LA SALUD 2023
Depósito Legal: M-4101-2023*

ESCUELA MUNICIPAL DE SALUD

*Concejalía de Derechos Sociales y Mayores.
Ayuntamiento de Móstoles
C/ Juan XXIII 6. Centro de Mayores Juan XXIII
28938 Móstoles*

91 664 76 22/91 664 76 16

escuelasalud@mostoles.es

www.mostoles.es/mostoles/cm/EspacioSaludable





XII Semana Municipal de la **SALUD**

Queridas vecinas, queridos vecinos,

Como cada año, Móstoles acoge este mes de abril nuestra tradicional Semana Municipal de la Salud. Con esta son ya doce las ediciones que celebramos.

Ofrecer a nuestras vecinas y vecinos talleres y herramientas que os ayuden a mejorar vuestro estado físico y emocional es uno de nuestros objetivos como Gobierno. A lo largo de todo el año ponemos en marcha diferentes programas que promuevan actividades saludables, pero esta semana de la salud que se celebrará del 17 al 22 de abril, será además una semana de divulgación en la que trabajaremos sobre diferentes temas que creemos pueden resultaros de interés.

El programa que hemos elaborado desde la Escuela de Salud del Ayuntamiento de Móstoles, en colaboración con las Entidades Socio-sanitarias del municipio, incluye además mesas y conferencias sobre algunas enfermedades crónicas, sobre diversidad funcional o sobre la labor que realizan y los recursos que ofrecen estas entidades socio-sanitarias de la ciudad.

Me gustaría invitaros a que participéis en esta iniciativa para el cuidado de la salud y que podáis acceder a toda la información que los profesionales que participan en esta edición os pueden ofrecer. Estoy segura de que puede ayudaros a mejorar vuestro estado físico y emocional.

Noelia Posse Gómez
Alcaldesa de Móstoles



XII Semana Municipal de la **SALUD**



Programa de actividades

LUNES 17 DE ABRIL

TALLER “IMAGEN PERSONAL Y COACHING”

Con la colaboración de Leo Millares, el tatuador de las estrellas, nos enseñará cómo tatuar una cicatriz y dejarla casi imperceptible

Hora: De 09,30 h. a 13,30 h.

Lugar: Centro de Participación Ciudadana C/ San Antonio nº 2. Salón de Actos

Organiza: **Asociación contra el Cáncer Gástrico y Gastrectomizados. ACCGG**

Entrada libre hasta completar aforo

RUTA DE SENDERISMO “DISFRUTA CAMINANDO”

Hora: De 09,30 h. a 12,30 h.

Lugar: Salida 09,30 h. desde Plaza del Pradillo

Organiza: **Escuela Municipal de Salud. Concejalía de Derechos Sociales y Mayores. Ayuntamiento de Móstoles**

Requiere inscripción

TALLER “ESPALDA SANA”

Hora: De 11,00 h. a 12,00 h.

Lugar: Sede de AMDEA. C/ Río Bidasoa nº 7

Organiza: **Asociación Mostoleña de Espondilitis y Artritis AMDEA**

Requiere inscripción



CONFERENCIA “LA SALUD BUCODENTAL EN LAS PERSONAS MAYORES”

Hora: De 12,00 h. a 13,00 h.

Lugar: Centro de Mayores Juan XXIII. C/Juan XXIII nº 6. Sala Espejos 4ª planta

Organiza: **Colegio Profesional de Higienistas Dentales de Madrid**

Entrada libre hasta completar aforo

CONFERENCIA “EMOCIONES Y ENFERMEDADES CRÓNICAS”

Hora: De 19,00 h. a 20,30 h.

Lugar: C.C. Villa de Móstoles. Plaza de la Cultura s/n. Sala Conferencias 4ª planta

Organiza: **CAID de Móstoles. Asociación Punto Omega**

Entrada libre hasta completar aforo

MARTES 18 DE ABRIL

CHARLA DE SENSIBILIZACIÓN “ACERCÁNDONOS AL TRASTORNO DEL ESPECTRO AUTISTA”

Dirigida: Policía Local y Protección Civil

Fechas: 18, 20 y 26 de abril, en sus sedes

Organiza: **Asociación para Promover y Proteger la calidad de vida de las personas con Trastorno del Espectro Autista. ProTGD**

TALLER DEPORTE INCLUSIVO ¿TE ATREVES?”



Hora: De 10,00 h. a 12,00 h.

Lugar: Parque Finca Liana, explanada donde ponen el escenario

Organiza: **Asociación para la Integración Social de las personas sordas de Móstoles. JULUMACA**

Requiere inscripción

ACTIVIDAD “SESIÓN DE MUSICOTERAPIA”

Hora: De 10,30 h. a 12,00 h.

Lugar: Centro de Participación Ciudadana. C/ San Antonio nº 2. Salón de Actos

Organiza: **Asociación Parkinson de Móstoles**

Entrada libre hasta completar aforo



CONFERENCIA “CÓMO LA FARMACIA PUEDE AYUDARTE EN EL CONTROL DE TU MEDICACIÓN”

Hora: De 11,00 h. a 13,00 h.

Lugar: C. C. Villa de Móstoles. Plaza de la Cultura s/n. Sala de Conferencias 4ª planta

Organiza: **Farmacias de Móstoles**

Entrada libre hasta completar aforo

TALLER PRÁCTICO REFLEXIVO “SOLEDAD Y SALUD MENTAL EN LAS PERSONAS MAYORES”

Hora: De 11.30 h. a 13,00 h.

Lugar: Centro de Mayores “La Princesa”. C/ Francisco Javier Sauquillo s/n

Organiza: **Centro de Día y Residencia de Móstoles. INTRESS**

Entrada libre hasta completar aforo

CONFERENCIA-COLOQUIO “ACTIVIDAD FÍSICA PARA UN ENVEJECIMIENTO ACTIVO Y SALUDABLE”

Hora: De 12,00 h. a 13,00 h.

Lugar: Hospital Universitario Rey Juan Carlos. C/ Gladiolo s/n. Salón de Actos

Organiza: **Hospital Universitario Rey Juan Carlos**

Entrada libre hasta completar aforo

CONFERENCIA “ANTICIPATE AL CÁNCER, COMO PREVENIR Y DETECTAR DE MANERA PRECOZ EL CÁNCER DE CERVIX Y EL CÁNCER DE COLON”

Hora: De 12,00 h. a 13,00 h.

Lugar: Espacio activo contra el cáncer. C/ San Marcial 1

Organiza: **Asociación Española contra el Cáncer. AECC**

Requiere inscripción, en el correo madrid@contraelcancer.es

poner Asunto: **Taller Semana de la Salud de Móstoles o presencialmente en la sede de la Calle San Marcial 1 (Móstoles)**

Fecha límite de inscripción: 12 de abril de 2023



“TALLER DE PILATES TERAPÉUTICO”

Hora: De 12,00 h. a 13,00 h.

Lugar: Centro de Participación Ciudadana. C/ San Antonio nº 2. Sala de Ensayos

Organiza: **Asociación de Discapacitados Físicos de Móstoles. ADISFIM**

Requiere inscripción

TALLER “PARA EVOCAR LA MEMORIA Y PSICOMOTRICIDAD EN EL ADULTO MAYOR”

Hora: De 13,00 h. a 14,00 h.

Lugar: C.C. Villa de Móstoles. Plaza de la Cultura s/n. Sala Polivalente 3, 3ª planta

Organiza: **Fundación Clínica Universitaria de la Universidad Rey Juan Carlos**

Entrada libre hasta completar aforo

TALLER “FISIOTERAPIA EN SUELO PÉLVICO”

Hora: De 16,00 h. a 17,30 h.

Lugar: Hospital Universitario Rey Juan Carlos. C/ Gladiolo s/n. Sala nº8

Organiza: **Hospital Universitario Rey Juan Carlos**

Requiere inscripción

TALLER “GESTIÓN DE EMOCIONES. APRENDIENDO AUTOCUIDADO EMOCIONAL I”

Hora: De 16,30 h. a 18,30 h.

Lugar: C.C. Villa de Móstoles. Plaza de la Cultura s/n. Sala Polivalente 1, 2ª planta

Organiza: **Hospital Universitario de Móstoles**

Requiere inscripción

CONFERENCIA “INFORMACIÓN SOBRE ALCOHOLISMO”

Hora: De 19,30 h. a 21,00 h.

Lugar: Sede de APAM. C/ Ávila, esq. C/ Baleares s/n. (piso piloto)

Organiza: **Asociación para la Prevención del Alcoholismo. APAM**

Entrada libre hasta completar aforo



MIÉRCOLES 19 DE ABRIL

CHARLA/COLOQUIO “HABLANDO DE BIENESTAR EN SALUD MENTAL”

Hora: De 10,00 h. a 12,00 h.

Lugar: C.C. Villa de Móstoles. Plaza de la Cultura s/n. Sala de Conferencias, 4ª planta

Organiza: **Centro de Rehabilitación de Salud Mental de Móstoles: CRPS, CRL y EASC. Grupo EXTER**

Entrada libre hasta completar aforo

CONFERENCIA “RECOMENDACIONES LEGALES PARA EL PRESENTE Y FUTURO DE PERSONAS CON DETERIORO COGNITIVO”

Hora: De 11,00 h. a 12. 30 h.

Lugar: Centro de Participación Ciudadana. C/ San Antonio nº 2. Salón de Actos

Organiza: **Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer. AFAMSO**

Entrada libre hasta completar aforo

TALLER “¿SE PUEDE MEJORAR NUESTRA MEMORIA? REALIDAD O FICCIÓN”

Hora: De 11,30 h. a 13,30 h.

Lugar: C.C. Villa de Móstoles. Plaza de la Cultura s/n. Sala Polivalente 1, 2ª planta

Organiza: **Fundación Clínica Universitaria de la Universidad Rey Juan Carlos**

“TALLER DE MEMORIA”

Hora: De 16,00 h. a 17,30 h.

Lugar: C.C. Villa de Móstoles. Plaza de la Cultura s/n. Aula 3, 3ª planta

Organiza: **Asociación de Discapacitados Físicos de Móstoles. ADISFIM**

Requiere inscripción

TALLER “PSICOLOGÍA Y ALIMENTACIÓN: IMPORTANCIA DE LOS FACTORES PSICOLÓGICOS EN RELACIÓN CON LA COMIDA”

Hora: De 17,00 h. a 18,30 h.

Lugar: Sede de la asociación. C/Azorín 3

Organiza: **Asociación de Fibromialgia y Síndrome de Fatiga Crónica de Móstoles. AFINSYFACRO**

Requiere inscripción, en el correo afinsifacro@hotmail.com



TALLER DEPORTE INCLUSIVO ¿TE ATREVES?"



Hora: De 17,00 h. a 19,00 h.

Lugar: Parque Finca Liana, explanada donde ponen el escenario

Organiza: **Asociación para la Integración Social de las personas sordas de Mostoles. Asociación JULUMACA**

Requiere inscripción

TALLER - COLOQUIO

“TÉCNICAS DE COACHING PARA AFRONTAR LA ENFERMEDAD”

Hora: De 17,30 h. a 19,30 h.

Lugar: Centro de Participación Ciudadana. C/ San Antonio nº 2. Salón de Actos

Organiza: **Asociación Mostoleña de Esclerosis Múltiple. AMDEM**

Requiere inscripción

CONFERENCIA “AVANCES EN LA ENFERMEDAD DE PARKINSON”

Hora: De 18,00 h. a 19,30 h.

Lugar: C.C. Villa de Mostoles. Plaza de la Cultura s/n. Sala de Conferencias, 4ª planta

Organiza: **Asociación Parkinson de Mostoles**

Entrada libre hasta completar aforo

JUEVES 20 DE ABRIL

CONFERENCIA “ALIMENTACIÓN, EMOCIONES Y AUTOESTIMA”

Hora: De 09,30 h. a 10,30 h.

Lugar: C. C. Villa de Mostoles. Plaza de la Cultura s/n. Sala de Conferencias, 4ª planta

Organiza: **Asociación de Usuarios de Salud Mental de Mostoles. AUSMEM**

Entrada libre hasta completar aforo

CHARLA “USO O ABUSO DE LOS TRANQUILIZANTES I”

Hora: De 11,00 h. a 13,00 h.

Lugar: C.C. Villa de Mostoles. Plaza de la Cultura s/n. Sala Conferencias 4ª planta

Organiza: **CAID de Mostoles. Asociación Punto Omega**

Entrada libre hasta completar aforo



CONFERENCIA/CHARLA “DE CORAZÓN, DE PACIENTE A PACIENTE”

Hora: De 12,00 h a 14,00 h.

Lugar: C. C. Villa de Móstoles. Plaza de la Cultura s/n. Sala Polivalente 3, 3ª planta

Organiza: **Asociación de Pacientes Coronarios. APACOR**

Entrada libre hasta completar aforo

TALLER “PREVENCIÓN Y CUIDADOS DEL PIE DIABÉTICO”

Hora: De 16,00 h. a 17,00 h.

Lugar: Hospital Universitario Rey Juan Carlos. C/ Gladiolo s/n. Salón de Actos

Organiza: **Hospital Universitario Rey Juan Carlos**

Entrada libre hasta completar aforo

TALLER “GESTIÓN DE EMOCIONES. APRENDIENDO AUTOCUIDADO EMOCIONAL II”

Hora: De 16,30 h. a 18,30 h.

Lugar: Centro de Participación Ciudadana. C/ San Antonio nº 2. Salón de Actos

Organiza: **Hospital Universitario de Móstoles**

Requiere inscripción

CHARLA “USO O ABUSO DE LOS TRANQUILIZANTES II”

Hora: De 18.00 h. a 20,00 h.

Lugar: C.C. Villa de Móstoles. Plaza de la Cultura s/n. Sala Conferencias, 4ª planta

Organiza: **CAID de Móstoles. Asociación Punto Omega**

Entrada libre hasta completar aforo

VIERNES 21 DE ABRIL

TALLER DE MEMORIA Y ESTIMULACIÓN COGNITIVA I

Hora: De 10,00 h. a 11,00 h.

Lugar: C.C. Villa de Móstoles. Plaza de la Cultura s/n. Sala de Conferencias, 4ª planta

Organiza: **Asociación Parkinson de Móstoles**

Requiere inscripción



MESA INFORMATIVA “HÁBITOS SALUDABLES”

Hora: De 10,00 h. a 12,00 h.

Lugar: C/ Órganos con Avenida Dos de Mayo

Organiza: Cruz Roja Española

TALLER DE MEMORIA Y ESTIMULACIÓN COGNITIVA II

Hora: De 11,00 h. a 12,00 h.

Lugar: C.C. Villa de Móstoles. Plaza de la Cultura s/n. Sala de Conferencias, 4ª planta

Organiza: Asociación Parkinson de Móstoles

Requiere inscripción

MESA INFORMATIVA “LA LENGUA DE SIGNOS TE NECESITA”



Hora: De 11,00 h. a 13,00 h.

Lugar: C. C. Villa de Móstoles, Plaza de la Cultura s/n. Zona de entrada

Organiza: Asociación para la Integración Social de las personas sordas de Móstoles. JULUMACA

TALLER “MOVIMIENTO CONSCIENTE PARA MAYORES”

Hora: De 11,00 h. a 12,00 h.

Lugar: Sede de AMDEA. C/ Río Bidasoa nº 7

Organiza: Asociación Mostoleña de Espondilitis y Artritis. AMDEA

Requiere inscripción

“TALLER ESPACIOS EMOCIONALMENTE INTELIGENTES”

Hora: De 12,00 h. a 13,30 h.

Lugar: Centro de Participación Ciudadana. C/ San Antonio nº 2. Salón de Actos

Organiza: Fundación AMÁS Social

Requiere inscripción

SÁBADO 22 DE ABRIL

“TALLER TEÓRICO PRÁCTICO DEL JUEGO DE PETANCA”



Hora: De 11,00 h. a 12,30 h.

Lugar: Próximo a la asociación. Avenida del Dos de Mayo nº 83

Organiza: Asociación Cultural de Personas Sordas de Móstoles. ACPSM



ACTIVIDADES EN CENTROS EDUCATIVOS

CHARLA-TALLER “SONRISAS SALUDABLES”

Cursos: 3º Educación Infantil y 1º de Primaria

Organiza: Colegio Profesional de Higienistas Dentales de Madrid

TALLER “EXPERIENCIA DE DEPORTES A CIEGAS”

Cursos: 3º Y 4º de E.S.O

Organiza: Organización Nacional de Ciegos Españoles. ONCE

CHARLA-TALLER “GYMKANA PIRATA”

Cursos: 3º de Primaria

Organiza: Asociación de Discapacitados Físicos de Móstoles. ADISFIM

CHARLA “ACÉRCATE A LA LENGUA DE SIGNOS”



Cursos: De 1º a 6º de Primaria

Organiza: Asociación para la Integración Social de las personas sordas de Móstoles. JULUMACA

GYMKANA “HABILIDADES PARA LA VIDA”

Cursos: 4º Primaria

Organiza: Asociación Punto Omega

TALLER “TRIVIAL ¿CUÁNTO SABES SOBRE DROGAS?”

Cursos: Alumnado de UFIL Pablo Neruda

Organiza: Asociación Punto Omega y Plan de Adicciones de Móstoles PAM

TALLER “PREVENCIÓN CONSUMO DE TABACO”

Cursos: 6º Primaria

Organiza: Asociación Punto Omega


TALLER “¿SE PUEDE MEJORAR NUESTRA MEMORIA? REALIDAD O FICCIÓN”

Cursos: 4º E.S.O

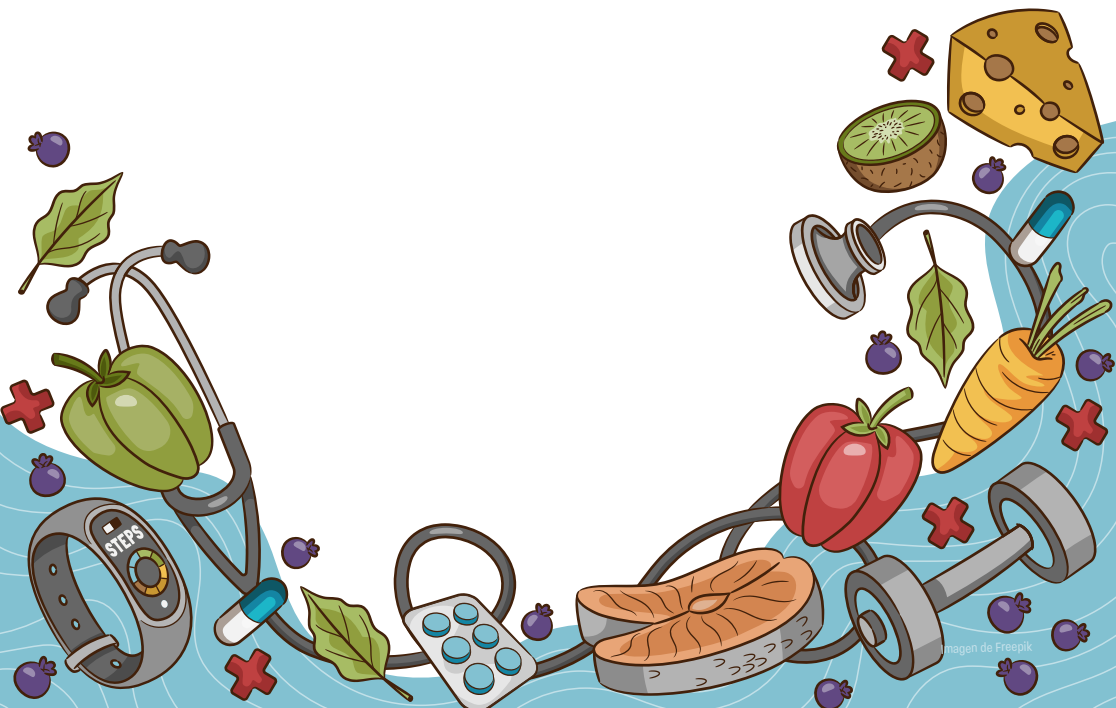
Organiza: Fundación Clínica Universitaria de la Universidad Rey Juan Carlos



INSCRIPCIONES

- Las actividades son gratuitas y con aforo limitado
- **Fechas:** Del 10 al 13 de abril de 2023
- **Horario:** De 10,00 h. a 12,00 h.
- **Lugar:** Centro de Mayores Juan XXIII. C/ Juan XXIII, nº 6, planta baja
- Las actividades accesibles para personas con discapacidad auditiva, llevan el símbolo 

**Las actividades en los Centros Educativos, se realizarán durante la celebración de la XII SEMANA MUNICIPAL DE LA SALUD, del 17 al 21 de abril, en los Centros que soliciten la actividad.*



ORGANIZA LA ESCUELA MUNICIPAL DE SALUD DEL AYUNTAMIENTO DE MÓSTOLES Y LAS SIGUIENTES ENTIDADES SOCIO-SANITARIAS

Asociación Accede a Respiro

C/ Casiopea 19-21, portal 4, 28938 Móstoles
619 55 69 33/91 617 50 63
presenabellan@hotmail.com
www.accedeaespiro.es

Asociación contra el Cáncer Gástrico y Gastrectomizados. ACCGG

C/ Almería 6, 3 C, 28935 Móstoles
645 80 00 78
información@accgg.es
www.accgg.es

Asociación de Diabéticos de Móstoles. ADM

C/ Juan XXIII 6 (Centro de Mayores Juan XXIII, Despacho 16), 28938 Móstoles
91 664 26 91/636 71 79 61
adm@admostoles.com
diabetesmostoles@gmail.com
www.admostoles.com

Asociación de Discapacitados Físicos de Móstoles. ADISFIM

C/ Libertad 14, bis. 28936 Móstoles.
91 647 60 28
adisfim@adisfim.es
www.adisfim.es

Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer. AFAMSO

C/Azorín 32-34, 28935 Móstoles.
91 614 07 07/673 19 72 96
afamostoles@hotmail.com
www.afamso.com



Asociación de Familias y Amigos a Favor de las Personas con Discapacidad Intelectual de Móstoles. Fundación AMAS

Avda. los Sauces 61, 28935 Móstoles
91 646 96 25 COFOIL Regordoño/ 91 647 84 08 COFOIL Parque Coímbra I y II
fundacionamas@fundacion-amas.org
fundación-amas.org

Asociación de Fibromialgia y Síndrome de Fatiga Crónica de Móstoles. AFINSYFACRO

C/ Azorín 3, 28935 Móstoles
91 613 47 90/663 74 66 26
afinsifacro@hotmail.com
www.afinsyfacro.es

Asociación de Pacientes Coronarios. APACOR

C/ Virgen de los Reyes 26, 28027 Madrid
91 405 31 83/649 69 97 92
apacor.coronarios@gmail.com
info@apacor.org
www.apacor.org

Asociación de Usuarios de Salud Mental Móstoles. AUSMEM

C/Azorín 32-34, 28935 Móstoles
91 614 78 47
ausmem32@gmail.com
www.saludmentalmostoles.es

Asociación Española Contra el Cáncer. AECC

C/ San Marcial 1, 28931 Móstoles
91 838 09 24 / 900 10 00 36
espaciomadridsuroeste@aecc.es
www.aecc.es



Asociación Mostoleña de Esclerosis Múltiple. AMDEM

C /Rubens 6 posterior, 28933 Móstoles
91 664 38 80
asociacion@amdem.org
www.amdem.org

Asociación Mostoleña de Espondilitis y Artritis. AMDEA

C/Río Bidasoa 7, 28934 Móstoles
615 851 312
info@amdea.es
www.amdea.com

Asociación para la Integración Social de las personas sordas de Móstoles. JULUMACA

C/ Soria 7 posterior, 28934 Móstoles
91 617 24 50/674691581
asociación_julumaca@hotmail.com

Asociación para la Prevención del Alcoholismo. APAM

C/Ávila esq. C/Baleares (piso piloto), 28937 Móstoles
654 68 80 37 / 638 82 72 25
apammostoles@hotmail.com

Asociación para Promover y Proteger la calidad de vida de las personas con Trastorno del Espectro Autista. ProTGD

C/ Juan XXIII, nº 6 (Centro de Mayores Juan XXIII, Despacho 7),
28938 Móstoles
91 014 57 21 / 665 666 142
607 74 35 47
asociacionprotgd@gmail.com
www.protgd.org
Redes sociales: @PROTGD



Asociación Parkinson Móstoles

C/Azorín 32-34, 28935 Móstoles
91 614 49 08
parkmostoles@telefonica.net
www.parkinsonmostoles.org

Asociación Punto Omega

C/E 20, 28938 Móstoles
91 613 23 36
puntomega@puntomega.es

Centro de Atención Integral a Drogodependientes. CAID de Móstoles (Asociación Punto Omega) Centro de Servicio Público de SERMAS

Plaza Villafontana s/n, 28937 Móstoles
91 6452568
caidmostoles@salud.madrid.org

Centro de Día y Residencia de Móstoles. Intress

C/ Bécquer 2 posterior, 28932 Móstoles
91 613 10 13 / 91 811 44 75
Centro: cdmmostoles@intress.org
Residencia:res.mostoles@intress.org
www.intress.org

Centro de Rehabilitación de Salud Mental de Móstoles: CRPS,CRL y EASC

C/Juan de Juanes 2 posterior, 28933 Móstoles
91 664 38 75 / 91 614 55 19
mpatier@grupoexter.com
CRL: clrmmostoles@grupoexter.com
CRPS:crpsmostoles@grupoexter.com
EASC:eascmostoles@grupoexter.com



Cruz Roja Española

Avda. Carlos V 5, 28936 Móstoles
91 330 88 35
itziar.carretero@cruzroja.es

Organización Nacional de Ciegos Españoles. ONCE

Travesía Ricardo Medem 1 bis, 28936 Móstoles
91 617 50 33 / 91 617 51 15
agmostolesdtmadrid@once.es
www.once.es

Escuela Municipal de Salud

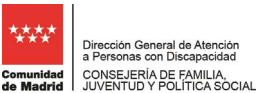
Concejalía de Derechos Sociales y Mayores. Ayuntamiento de Móstoles
C/ Juan XXIII 6. Centro de Mayores Juan XXIII
28938 Móstoles
91 664 7622/91 664 76 16
escuelasalud@mostoles.es
www.mostoles.es/mostoles/cm/EspacioSaludable



COLABORAN:



COMISIÓN ORGANIZADORA





AYUNTAMIENTO DE

Móstoles



**Móstoles,
como
nuevo.**

MÓSTOLES



ESTRATEGIA
PROMOCIÓN DE LA SALUD
Y PREVENCIÓN EN EL SNS