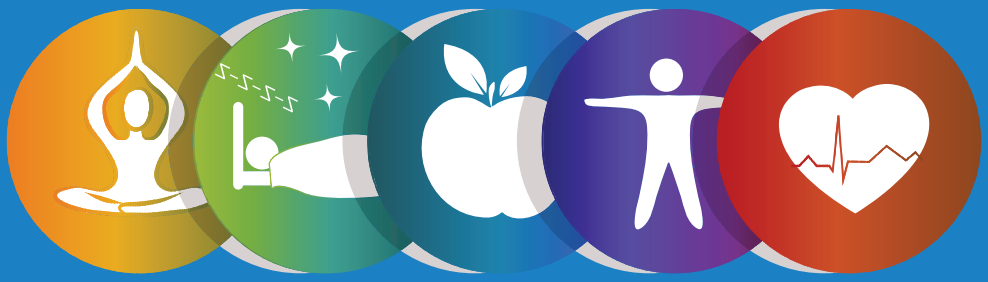

Torrejón de Ardoz
AYUNTAMIENTO

SEMANA DE LA SALUD

Del 19 al 26 abril 2026

PROGRAMACIÓN

DOMINGO 19 DE ABRIL

11:00-14:00 h.
PASEO SALUDABLE PARQUE EUROPA + STAND DE TODAS LAS ASOCIACIONES
Lugar: Parque Europa (salida Puerta Brandemburgo)

LUNES 20 DE ABRIL

10:30-11:30 h.
DESAYUNO SALUDABLE GIMNASIA
Organiza: Concejalia de Mayores. Lugar: Parque de Veredillas

11:00-12:00 h.
ESCUELA DE CUIDADORES
Imparte: Hospital Universitario de Torrejón. Lugar: Centro Polivalente Abogados de Atocha (C/ Londres, 11B)

11:30-12:30 h.
INSUFICIENCIA CARDÍACA
Imparte: Unidad de Atención a las residencias UAR
Lugar: Residencia Edalia (C/ Milán, 6)

12:30-13:30 h.
ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN FAMILIA
Imparte: Asociación Española contra el Cáncer Madrid
Lugar: Escuela De Adultos (C/ Leandro Fernández Moratín, 6)

11:30-13:00 h.
ALFABETIZACIÓN DIGITAL EN LA SALUD
Imparte: Centro de Salud La Plata. Lugar: Centro de Salud La Plata (Avda. de la Unión Europea, 4)

17:30-18:30 h.
EPILEPSIA
Imparte: Asociación ANPE. Lugar: Centro Polivalente Abogados de Atocha (C/ Londres, 11B)

18:30-19:30 h.
DANZATERAPIA
Imparte: Hospital Universitario de Torrejón. Lugar: Centro Polivalente Abogados de Atocha (C/ Londres, 11B)

18:30-20:00 h.
ALIMENTACIÓN SALUDABLE
Imparte: Centro de Salud Brújula. Lugar: Centro Cultural El Parque (C/ Hilados s/n)

19:30-20:30 h.
LA SALUD MENTAL Y LA NUTRICIÓN
Imparte: Asociación PLATA (Plataforma de Ayuda a Afectados por Trastornos Alimentarios). Lugar: Centro Polivalente Abogados de Atocha (C/ Londres, 11B)

LUNES 20 DE ABRIL

17:00-21:00 h.
"DONA SANGRE" AUTOBÚS CRUZ ROJA
Colabora: Cruz Roja Unidad de Donantes. Lugar: Plaza de España

MARTES 21 DE ABRIL

10:30-11:00 h.
TALLER ALZHEIMER
Imparte: TORRAFAL (Asociación de familiares de enfermos de Alzheimer de Torrejón de Ardoz). Lugar: Parque Campiña (Barrio Verde)

11:00-12:00 h.
ESCUELA DE PADRE SEXUALIDAD
Imparte: Isabel Martínez, enfermera Concejalía Unidad Prevención e Inclusión Social. Lugar: Centro Polivalente Abogados de Atocha (C/ Londres, 11B)

11:00-13:00 h.
MENOPAUSIA SALUDABLE
Imparte: Centro de Salud La Plata. Lugar: Centro de Salud La Plata (Avda. de la Unión Europea, 4)

11:30-13:00 h.
ALFABETIZACIÓN DIGITAL
Imparte: Centro de Salud La Plata. Lugar: Centro de Salud La Plata (Avda. de la Unión Europea, 4)

12:30-13:30 h.
TUS MEDICAMENTOS CUIDAN DE TI
Imparte: Servicio de Farmacia. Lugar: Centro Polivalente Abogados de Atocha (C/ Londres, 11B)

12:00 - 13:30 h.
TALLER DE RELAJACIÓN
Imparte: Centro de Salud Brújula. Lugar: Centro de Salud Los Fresnos (C/ Zeus s/n)

11:30-12:30 h.
INSUFICIENCIA CARDÍACA
Imparte: Unidad de Atención a las Residencias (UAR). Lugar: Residencia Vitalia (Avda. Carmen Laforet, 1)

13:00-14:00 h.
HIGIENE DE MANOS
Imparte: Centro de Salud Los Fresnos. Lugar: Centro de Salud Los Fresnos (C/ Zeus s/n)

17:00-18:00 h.
ACTÍVATE
Imparte: Hospital Universitario de Torrejón. Lugar: Centro Polivalente Abogados de Atocha (C/ Londres, 11B)

18:15-19:15 h.
CONTAMINACIÓN CRUZADA, ALIMENTACIÓN SIN GLUTEN
Imparte: Asociación Celiacos de Torrejón de Ardoz
Lugar: Centro Polivalente Abogados de Atocha (C/ Londres, 11B)

19:45-20:45 h.
INTELIGENCIA EMOCIONAL
Imparte: Espacio Aura. Lugar: Centro Polivalente Abogados de Atocha (C/ Londres, 11B)

MIÉRCOLES 22 DE ABRIL

11:00-12:00 h.
RISOTERAPIA
Imparte: Hospital Universitario de Torrejón. Lugar: Centro Polivalente Abogados de Atocha (C/ Londres, 11B)

11:30-13:30 h.
EXPOSICIÓN DE MANDALAS
Día de puertas abiertas
Imparte: Fundación Manantial. Lugar: C/ Boyeros, 3

12:00-13:00 h.
MANEJO DE RECURSOS SANITARIOS ONLINE, CARPETA DE SALUD, CONSULTA ONLINE Y TARJETA SANITARIA VIRTUAL
Imparte: Centro de Salud Las Veredillas. Lugar: Centro de Salud Las Veredillas (C/ Turín, 37)

12:00-13:30 h.
TALLER RELAJACIÓN
Imparte: Centro de Salud Brújula. Lugar: Centro de Salud Los Fresnos (C/ Zeus s/n)

17:00-18:00 h.
CUANDO LA VIDA PESA: SEÑALES TEMPRANAS QUE NO PODEMOS IGNORAR
Imparte: Concejalía Bienestar ASME. Lugar: Centro Polivalente Abogados de Atocha (C/ Londres, 11B)

18:30-19:30 h.
SERVICIO DE FERTILIDAD
Imparte: Asociación Provida. Lugar: Centro Polivalente Abogados de Atocha (C/ Londres, 11B)

19:30-20:30 h.
CÓMO DISFRUTAR DE LA MENOPAUSIA
Imparte: Rotary Club del Henares. Lugar: Centro Polivalente Abogados de Atocha (C/ Londres, 11B)

JUEVES 23 DE ABRIL

10:00-11:00 h.
DIABETES: CONOCERLA, PREVENIRLA Y CUIDARSE
Imparte: Cruz Roja Española. Lugar: Centro Polivalente Abogados de Atocha (C/ Londres, 11B)

11:00-12:00 h.
TALLER TEÓRICO-PRÁCTICO SOBRE LAS DIETAS MÁGICAS
Imparte: Laura Sánchez Anguita, nutricionista.
Lugar: Hospital Quirón (Avda. de la Constitución, 249)

11:30-13:00 h.
INSTRUCCIONES PREVIAS-TESTAMENTO VITAL
Imparte: Centro de Salud La Plata. Lugar: Centro de Salud La Plata (Avda. de la Unión Europea, 4)

12:00-13:00 h.
SUELO PÉLVICO
Imparte: Hospital Universitario de Torrejón. Lugar: Centro Polivalente Abogados de Atocha (C/ Londres, 11B)

13:00-13:30 h.
ENFERMEDAD DE PARKINSON
Imparte: Asociación Parkinson Torrejón. Lugar: Centro Polivalente Abogados de Atocha (C/ Londres, 11B)

11:00-18:00 h.
APRENDE CON NOSOTROS CÓMO TENER UNA VIDA SEXUAL SALUDABLE PRUEBAS VIH/SÍFILIS
Imparte: Centro de Salud Fronteras. Lugar: Estación de Cercanías Plaza España

17:00-18:00 h.
MANEJO DE RECURSOS SANITARIOS ONLINE, CARPETA DE SALUD, CONSULTA ONLINE Y TARJETA SANITARIA VIRTUAL
Imparte: Centro de Salud Las Veredillas. Lugar: Centro de Salud Las Veredillas (gimnasio TSV) (C/ Turín, 37)

17:00-18:00 h.
YOGA
Imparte: Espacio Aura. Lugar: Centro Polivalente Abogados de Atocha (C/ Londres, 11B)

17:00-19:00 h.
TALLER LACTANCIA
Imparte: LACTARD (Grupo de Apoyo a la Lactancia y Crianza). Lugar: Centro Polivalente Abogados de Atocha (C/ Londres, 11B)

18:30-19:30 h.
ESCUELA DE MIGRAÑA
Imparte: Hospital Universitario de Torrejón. Lugar: Centro Polivalente Abogados de Atocha (C/ Londres, 11B)

VIERNES 24 DE ABRIL

10:00-14:00 h.
CIRCUITO
Imparte: Farmacéuticos. Lugar: Centro Polivalente Abogados de Atocha (C/ Londres, 11B)

10:00-11:00 h.
DAÑO CEREBRAL
Imparte: AFADACS (Asociación de Familias Afectadas de Daño Cerebral Sobrevenido). Lugar: Centro Polivalente Abogados de Atocha (C/ Londres, 11B)

11:00-12:00 h.
SUMA AÑOS A TU VIDA
Imparte: Hospital Quirón. Lugar: Hospital Quirón (Avda. de la Constitución, 249)

11:00-18:00 h.
RCP BÁSICA ADULTO NIÑOS
Imparte: Área Asistencial. Lugar: Centro de Salud Fronteras (C/ Puerto de Navacerrada, 4)

11:30-12:30 h.
SER DONANTE MÉDULA Y PLASMA CHARLA
Imparte: Donación de Médula y Plasma. Lugar: Centro Polivalente Abogados de Atocha (C/ Londres, 11B)

12:30-13:30 h.
PRIMEROS AUXILIOS
Imparte: Hospital Universitario de Torrejón. Lugar: Centro Polivalente Abogados de Atocha (C/ Londres, 11B)

12:00-13:00 h.
ALIMENTACIÓN SALUDABLE
Imparte: Área Asistencial. Lugar: Centro de Salud Fronteras (C/ Puerto de Navacerrada, 4)

16:00-17:00 h.
EL SEDENTARISMO Y LA OBESIDAD
Imparte: Urbanfitplace. Lugar: Centro Polivalente Abogados de Atocha (C/ Londres, 11B)

17:00-18:00 h.
BINGO SALUDABLE DE COGNITIVIDAD
Imparte: Enfermería Universidad de Alcalá de Henares
Lugar: Centro Polivalente Abogados de Atocha (C/ Londres, 11B)

19:00-20:00 h.
BOLLYWOOD
Imparte: Espacio Aura. Lugar: Centro Polivalente Abogados de Atocha (C/ Londres, 11B)

DOMINGO 26 DE ABRIL

10:00-19:00 h.
AUTOBÚS DROGAS O TÚ
Lugar: Parking público Parque Europa

OTRAS ACTIVIDADES

JUGAR CON CONFIANZA
HUMAN PSICOLOGÍA
Colaboracion de la Concejalia de Deportes

MESAS INFORMATIVAS ASOCIACIONES DE TORREJÓN
Torrafal, Parkinson, Grutear, Lactard, Accesdeluz, Fibromialgia, con la colaboracion especial de Aladina

IMASDENT RATÓN PÉREZ
De lunes a viernes en los colegios.

RCP (REANIMACIÓN CARDIOPULMONAR) EN CENTROS ESCOLARES
Colaboración Protección Civil

LA IMPORTANCIA DE LA SALUD AUDITIVA (SCRENING)
De lunes a viernes en Sonoclinic (Calle Virgen Paloma, 11)

asociación española contra el cáncer en Torrejón de Ardoz · BEZOYA · Aladina Fundación · Dent · Drogas O Tú · Human Psicología · Espacio Aura · asme · Pascual · Movit · Pascual Dinamic Protein · Hospital Quirónsalud Valle del Henares · Hospital Universitario de Torrejón · Centro de Transfusión