VI SEMANA MUNICIPAL DE LA SALUD

TOD@S EN MOVIMIENTO POR LA SALUD



DEL 20 AL 24 DE ABRIL DE 2015

PROGRAMA DE ACTIVIDADES

móstoles
el acento en las personas

ESCUELA Municipal de SALUD Móstoles

La Suma de Todos
Comunidad de Madrid
www.madrid.org



La Salud Pública es una competencia municipal que tiene como misión "trabajar para mejorar la salud de la población" y el esfuerzo organizado de la sociedad es una de las herramientas con las que se cuenta para conseguirlo.

Dentro de ese esfuerzo, la sociedad mostoleña tiene un amplio recorrido en el ámbito asociativo y dentro del mismo, las asociaciones socio-sanitarias han conformado un núcleo de trabajo que lucha denodadamente para mejorar las condiciones de todas aquellas personas que sufren determinadas patologías crónicas, disminuyendo las condiciones de desigualdad, evitando la exclusión social de ellas y sus familias y buscando la coordinación con las instituciones sanitarias.

Como demostración del trabajo que este tejido social realiza, se celebra la **VI edición de la SEMANA DE LA SALUD,** que se ha convertido en nuestra ciudad en un importante hito en el que, año a año, instituciones públicas y asociaciones trabajan conjuntamente para aportar a nuestra ciudadanía información y formación con el fin de prevenir la enfermedad, promover la salud y conseguir años de vida saludables.

Para todas las personas que hemos colaborado en su organización es un placer, de nuevo este año, invitarles a participar en las actividades programadas con el objetivo de promover conductas y estilos de vida saludables y disminuir el riesgo de pérdida de la salud, creando entre todos y todas las condiciones de vida más favorecedoras para la salud de nuestra población.

Esperamos que la programación les resulte interesante.

Gema Zamorano Romo
Concejal Delegada de Familia y Bienestar Social
Ayuntamiento de Móstoles

LUNES 20 DE ABRIL

- **Conferencia: "Poderes Preventivos, Autotutela y Proceso de Incapacitación para Personas con Enfermedad de Alzheimer"**
  Hora: 9:30 a 11:00
  Lugar: C.C. Villa de Móstoles. Sala de Conferencias. 4ª pl.
  Organiza: AFAMSO, en colaboración con Fundación Aequitas

- **Técnicas de Estiramientos y de Relajación** ***(Requiere inscripción)***
  Hora: 10:00 a 11:30
  Lugar: C.C. Villa de Móstoles. Sala Polivalente B
  Organiza: AMDEA, en colaboración con Hospital Universitario de Móstoles

- **Conferencia: "¿Sabemos lo que comemos?"**
  Hora: 10:00 a 12:00
  Lugar: C.C. Villa de Móstoles. Aula 2. 3ª pl.
  Organiza: Área de Sanidad. Escuela Municipal de Salud

- **Charla-Coloquio: "Hábitos y Estilo de Vida Saludables"**
  Hora: 11:00 a 13:00
  Lugar: Centro de Emergencia Social. C/ E, 20 (Polig. Ind. 1)
  Organiza: ONG Punto Omega

- **Taller Abierto "Sexualidad en Personas con Capacidades Diferentes"** ***(Requiere inscripción)***
  Hora: 11:30 a 13:30
  Lugar: C.C. Villa de Móstoles. Sala de Conferencias. 4ª pl.
  Organiza: GRUPOAMÁS

- **Mesa Redonda: "Salud y Exclusión Social"**
  Hora: 17:00 a 18:30
  Lugar: C.C. Villa de Móstoles. Sala de Conferencias. 4ª pl.
  Organiza: RAIS Fundación

- **Aguagym y Spa: "Trabajando por tu Salud"** ***(Requiere inscripción)***
  Hora: 19:30 a 21:30
  Lugar: Escuela de Natación Spa Gimnasio Cuesa Sport. C/ Pintor Picasso, s/n
  Organiza: Accede a Respiro, en colaboración con Gimnasio Cuesa Sport.

MARTES 21 DE ABRIL

- **Charla: "Beneficios del Masaje Sacro-Craneal"**
  Hora: 10:30 a 11:30.
  Lugar: C. Participación Ciudadana. Salón de Actos. C/ San Antonio, 2
  Organiza: AFINSYFACRO.

- **Charla-Coloquio: "Alimentación Infantil y Obesidad"**
  Hora: 11:30 a 13:00.
  Lugar: Centro de Salud Barcelona. C/ Barcelona, 31
  Organiza: Centro de Salud Barcelona. D.A. Oeste. SERMAS

- **Mesa Redonda: "Buen uso de las TIC. Fomentar el protagonismo del alumnado. Proyecto de ayudantes TIC en Móstoles"**
  Hora: 12:00 a 14:00
  Lugar: C.C. Villa de Móstoles. Sala de Conferencias. 4ª pl.
  Organiza: Comisión Interinstitucional de Educación y Promoción de la Salud en el Ámbito Educativo de Móstoles.

- **Visita a la Cocina del Hospital: "Alimentación Segura y Saludable"** ***(Requiere inscripción)***
  Hora: 12:00 a 13:00 y de 16:00 a 17:00
  Lugar: Hospital Universitario de Móstoles
  Organiza: Hospital Universitario de Móstoles

- **REIKI**
  Hora: 17:00 a 19:00.
  Lugar: Plaza de la Cultura, s/n
  Organiza: AUSMEM y Accede a Respiro, en colaboración con Asoc. El Roble

- **Conferencia: "Cuidar al Cuidador"**
  Hora: 17:00 a 18:00.
  Lugar: C. Participación Ciudadana. Salón de Actos. C/ San Antonio, 2
  Organiza: Asoc. Parkinson de Móstoles.

- **Teatro: "Quién va: Destino Hamlet"** ****Ver recogida de invitación al final del folleto***
  Hora: 18:00 a 19:30
  Lugar: C.S.C. Joan Miró. C/ París, 5
  Organiza: ONCE

MIÉRCOLES 22 DE ABRIL

- **Camina por tu Salud** (*Requiere inscripción*)
  Hora: 09:00 a 11:00
  Lugar: Las Lagunas del PAU-4
  Organiza: Área de Sanidad. Escuela Municipal de Salud

- **Conferencia: "La Importancia del Apoyo Familiar en el Paciente Oncológico"**
  Hora: 10:00 a 11:30
  Lugar: C. Participación Ciudadana. Salón de Actos. C/ San Antonio, 2
  Organiza: AECC

- **Taller de Logopedia** (*Requiere inscripción*)
  Hora: 11:00 a 12:00
  Lugar: C.C. Villa de Móstoles. Sala Múltiple. 4ª pl.
  Organiza: Asoc. Parkinson Móstoles

- **Charla-Coloquio: "Hábitos y Estilo de Vida Saludables"**
  Hora: 11:00 a 13:00
  Lugar: Centro de Emergencia Social. C/ E, 20 (Polig. Ind. 1)
  Organiza: ONG Punto Omega

- **Charla-Taller: "Prevención de la Enfermedad Cardiovascular"**
  Hora: 12:00 a 14:00
  Lugar: C.C. Villa de Móstoles. Sala de Conferencias. 4ª pl.
  Organiza: APACOR, en colaboración con el Hospital Universitario de Móstoles

- **Conferencia: "Cuida tus Ojos, tienes muchas cosas por ver"**
  Hora: 17:00 a 18:30
  Lugar: C.C. Villa de Móstoles. Sala de Conferencias. 4ª pl.
  Organiza: Hospital Univ. Rey Juan Carlos. Servicio de Oftalmología

- **"Concierto entre Bambalinas"**
  (Ensayo General de la Orquesta del Conservatorio)
  Hora: 19:30 a 21:00
  Lugar: Conservatorio Rodolfo Halffter. C/ Canarias, 10 post.
  Organiza: Accede a Respiro, en colaboración con el Conservatorio Profesional de Música Rodolfo Halffter de Móstoles

- **Aguagym y Spa: "Trabajando por tu Salud"** (*Requiere inscripción*)
  Hora: 19:30 a 21:30.
  Lugar: Escuela de Natación Spa Gimnasio Cuesa Sport. C/ Pintor Picasso, s/n
  Organiza: Accede a Respiro, en colaboración con Gimnasio Cuesa Sport.

JUEVES 23 DE ABRIL

- **Conferencia: "La Importancia de la Terapia Ocupacional en las Personas con Enfermedad Mental"**
  Hora: 10:00 a 11:30
  Lugar: C.C. Villa de Móstoles. Sala de Conferencias. 4ª pl.
  Organiza: AUSMEM

- **Conferencia: "Calidad de Vida y Bienestar en la Salud Mental"**
  Hora: 12:00 a 13:00
  Lugar: C.C. Villa de Móstoles. Sala de Conferencias. 4ª pl.
  Organiza: Centro de Rehabilitación Salud Mental

- **Conferencia: "Iniciación a la Atención Plena (MINDFULNESS)"**
  Hora: 17:30 a 19:00.
  Lugar: C.C. Villa de Móstoles. Sala de Conferencias. 4ª pl.
  Organiza: Universidad Autónoma de Madrid. Facultad de Psicología.

- **Charla "Conciliación Enfermedades Crónicas y Empleo: Beneficios Psicológicos y Aspectos Legales "**
  Hora: 18:00 a 19:00.
  Lugar: C. Participación Ciudadana. Salón de Actos. C/ San Antonio, 2
  Organiza: AFINSYFACRO

VIERNES 24 DE ABRIL

- **Prueba de Ecografía: "Prevención Precoz de Enfermedades Reumatológicas"** ***(Requiere inscripción)***
  Hora: 9:00 a 13:30
  Lugar: C. Participación Ciudadana. C/ San Antonio, 2
  Organiza: AMDEA, en colaboración con Hospital Universitario de Móstoles

- **Mediciones de Glucosa, Optometría y Audición** ***(Requiere inscripción)***
  Hora: 10:00 a 13:00
  Lugar: C/ Juan XXIII, 6. Planta baja
  Organiza: ADM, en colaboración con Óptica Galei

- **Charla-Coloquio: "Para qué sirve el Neurólogo/a. ¿Qué es el Código Ictus?"**
  Hora: 10:00 a 11:00
  Lugar: C.C. Villa de Móstoles. Sala de Conferencias. 4ª pl.
  Organiza: Hospital Universitario Rey Juan Carlos. Servicio de Neurología

- **Taller de Memoria y Estimulación Cognitiva** ***(Requiere inscripción)***
  Hora: 11:00 a 12:30
  Lugar: C.C. Villa de Móstoles. Aula 2. 3ª pl.
  Organiza: Asociación Parkinson de Móstoles

- **Charla-Coloquio: "Hábitos y Estilo de Vida Saludables"**
  Hora: 11:00 a 13:00
  Lugar: Centro de Emergencia Social. C/ E, 20 (Polig. Ind. 1)
  Organiza: ONG Punto Omega

- **Charla-Coloquio: "Pautas para la Mejora de la Alimentación en Niños/as con Autismo. Presentación de la Guía de Alimentación de la Federación de Autismo de Madrid"** ***(Requiere inscripción)***
  Hora: 11:00 a 14:00
  Lugar: C.C. Villa de Móstoles. Sala de Conferencias. 4ª pl.
  Organiza: Asociación ProTGD, en colaboración con Fed. Autismo de Madrid

- **Taller Práctico: "El Baile como Actividad Saludable"** ***(Requiere inscripción)***
  Hora: 17:00 a 19:00
  Lugar: C. Participación Ciudadana. Salón de Actos. C/ San Antonio, 2
  Organiza: AMDEM

- **II Carrera Solidaria: "Aquí Cabemos Todos"** ***(Requiere inscripción)***
  Hora: 17:00 a 19:00
  Lugar: Parque Finca Liana
  Organiza: Accede a Respiro
  Inscripciones: Del 13 al 17 de Abril. Tel. 601276234 – 615348791
  E-mail: asociacion.accedearespiro@gmail.com
  Precio: 1 €

- **Conferencia: "Higiene Bucal en la Diabetes"**
  Hora: 17:30 a 19:00
  Lugar: C.C. Villa de Móstoles. Sala de Conferencias. 4ª pl.
  Organiza: ADM

DEL 20 AL 24 DE ABRIL

- **EQUINOTERAPIA** ***(Requiere inscripción)***
  Hora: 10:00 a 13:00
  Lugar: Venta "La Rubia". A-5 Ctra. Extremadura Km. 10,700 (Dirección Extremadura)
  Organiza: Accede a Respiro, en colab. con TEANIMA - Venta "La Rubia"

ACTIVIDADES EN CENTROS EDUCATIVOS

- **Taller "Usando las TIC responsablemente"**
  Dirigido a: profesionales y familias de alumnado de Escuelas Infantiles
  Organiza: Servicio de Prevención de Adicciones a las Nuevas Tecnologías (SPANT-Punto Omega)
  Fecha: 21 al 24 de Abril en horario de tarde

- **Taller "Sonrisas Saludables"**
  Dirigido a: Alumnado de 5º y 6º de Primaria
  Organiza: Colegio Profesional de Higienistas Dentales de Madrid
  Fecha: 21 de Abril en horario de mañana

- **Taller "Gymkhana para la prevención del tabaquismo"**
  Dirigido a: Alumnado de 5º y 6º de Primaria
  Organiza: Comisión Interinstitucional de Educación y Promoción de la Salud en el Ámbito Educativo de Móstoles
  Fecha: 21 al 24 de Abril en horario de mañana

- **Taller "Abriendo las Puertas a Internet"**
  Dirigido a: Alumnado de 5º y 6º de primaria
  Organiza: Servicio de Prevención de Adicciones a las Nuevas Tecnologías (SPANT-Punto Omega)
  Fecha: 22 al 24 de Abril en horario de mañana

- **Taller "La Caja Mágica"**
  Dirigido a: Alumnado de 4º y 5º de Primaria
  Organiza: ADISFIM
  Fecha: 23 de Abril de 11:00 a 12:30

- **Taller "Iniciación a la Atención Plena (Mindfulness)"**
  Dirigido a: Alumnado de 3º, 4º, 5º y 6º de Primaria
  Organiza: Facultad de Psicología de la Universidad Autónoma de Madrid
  Fecha: 23 y 24 de Abril en horario de mañana

ENTIDADES SOCIO-SANITARIAS DE MÓSTOLES
PARTICIPANTES EN LA ORGANIZACIÓN DE LA VI SEMANA DE LA SALUD

Asociación Accede a Respiro	C/ Velázquez, 1-Esc..Iz.-3º D	619 55 69 33 620 13 36 80
Asociación de Diabéticos de Móstoles (ADM)	C/ Juan XXIII, 6 despch. 16	91 664 26 91
Asociación de Discapacitados Físicos de Móstoles (ADISFIM)	C/ Libertad, 14 bis	91 646 86 41 91 647 60 28
Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer (AFAMSO)	C/ Azorín, 32 - 34	91 614 07 07
Asociación de Familias y Amigos a Favor de las Personas con Discapacidad Intelectual de Móstoles (GRUPO AMÁS)	C/ Simón Hernández, 88	91 647 90 70 91 647 84 08
Asociación de Fibromialgia y Síndrome de Fatiga Crónica de Móstoles (AFINSYFACRO)	C/ Azorín, 32 - 34	91 613 47 90
Asociación de Pacientes Coronarios (APACOR)	C/ Virgen de los Reyes, 26 (Madrid)	91 405 31 83
Asociación de Usuarios de Salud Mental (AUSMEM)	C/ Azorín, 32 - 34	91 614 78 47
Asociación Española Contra el Cáncer (A.E.C.C.)	C/ San Antonio, 2 pl.bj, despch. 9	91 614 51 51
Asociación Mostoleña de Esclerosis Múltiple (AMDEM)	C/ Rubens, 6 posterior	91 664 38 80
Asociación Mostoleña de Espondilitis y Artritis (AMDEA)	C/ San Antonio, 2, 1ª pl. despacho 8	615 851 312 690 056 112
Asociación Parkinson de Móstoles	C/ Azorín, 32 - 34	91 614 49 08
Asociación Punto Omega	C/ Ricardo Medem, 20	91 613 23 36
Asociación ProTGD	C/ Juan XXIII, 6 despacho 7	91 014 57 21
Organización Nacional de Ciegos Españoles (ONCE)	C/ Colón, 2 bajo	91 617 50 33

COLABORAN:

UNED

Universidad Rey Juan Carlos

UNIVERSIDAD AUTONOMA DE MADRID

El Roble

apacor

RAISFundación

Fundación Æquitas

Telefónica FUNDACIÓN

OPTICA GALEI

lacasaquebuscas INMOBILIARIA

CUESA SPORT PISCINA, GIMNASIO Y SPA

INSOMNIO

Flash Esthetic Make up, Estética y Estilismo Y Fisioterapia. www.Flashesthetic.com

Colegio Profesional de Higienistas Dentales de Madrid

ProTGDle

ASOCIACIÓN CULTURAL DE BAILES DE SALÓN Y OTROS RITMOS

DHARMA

ORGANIZAN:

Escuela Municipal de Salud del Ayuntamiento de Móstoles

ADISFIM	ADM	APACOR
GRUPO AMÁS	ONCE	Asoc. Accede a Respiro
AFINSYFACRO	AMDEM	Asoc. Parkinson Móstoles
AFAMSO	Asoc. ProTGD	Centro de Rehabilitación de
A.E.C.C.	Punto Omega	Salud Mental. Comunidad de
AMDEA	AUSMEM	Madrid

NOTA: Actividades **GRATUITAS** y con **AFORO LIMITADO**

INSCRIPCIONES (para actividades que así lo requieran, excepto "Carrera Solidaria"):
Del 13 al 17 de Abril en horario de 10:00 a 13:00 de Lunes a Viernes en el Área de Sanidad: C/ Juan XXIII nº 6, planta baja (Móstoles)

* **TEATRO *"QUIÉN VA: DESTINO HAMLET"***
Recogida de invitaciones:
Fecha: del 6 al 17 de Abril.
Lugar: C/ Ricardo Medem nº 27, planta baja (Móstoles)
Horario: de Lunes a Jueves de 10:00 a 18:00 y Viernes de 10:00 a 14:00.