

SEMANA POR LA Salud mental Y EL Bienestar emocional

OCTUBRE

2026



COLLADO
Villaalba
CAPITAL DE LA SIERRA
ÁREA DE SERVICIOS SOCIALES



Comunidad
de Madrid

Viernes 2 Octubre

●●Organiza: **FUNDACIÓN PITA LÓPEZ**

→**Título:** **Bienestar emocional y salud mental**

→**Público:** Actividad abierta a pacientes, familiares, profesionales y población general.

→**Duración:** 2 horas.

→**Fecha:** Viernes 2 de octubre de 16:00h a 18:00h.

→**Lugar:** C/ Matalpino s/n.

☑**Inscripción previa:** Hasta el 25 de septiembre:
coordinacion@fundacionpl.onmicrosoft.com

Domingo 4 Octubre

●●Organiza: **SERVICIOS SOCIALES**

→**Título:** **Marcha Popular por la Salud Mental y el bienestar emocional.**

→**Público:** Población general.

→**Duración:** 2 horas.

→**Fecha:** Domingo 4 de octubre de 10:00h a 12:00h.

→**Lugar:** Punto de encuentro Parque de las Bombas.
Parking público entre la Calle la Venta y C. Paseo del Río Guadarrama.

☑**Inscripción previa:** No se necesita.

Lunes 5 Octubre

●●Organiza: **ASOCIACIÓN CANDELITA**

→**Título:** **Bienestar emocional: Clases de español “Mamá aprende español”**

→**Público:** Mujeres migrantes con dificultades con el idioma español.

→**Duración:** 90 minutos/sesión.

→**Fecha:** Lunes 5 de octubre de 9:30h a 11:00h.

→**Lugar:** C/ Husillo, 71.

☑**Inscripción previa:** 630240532 / 635056712

●●Organiza: Red de Recursos de salud mental de la zona noroeste- **GRUPO 5-**

→**Título:** **“Al otro lado de la mirada”**. Un diálogo sobre prejuicio, estigma y salud mental a partir del cortometraje «Votamos».

→**Público:** Jóvenes de los I.E.S de Collado Villalba. Población de Collado Villalba. Personas usuarias de recursos y profesionales de la red asistencial.

→**Duración:** Entre 90 minutos a 2 horas.

→**Fecha:** Lunes 5 de octubre de 11:30h a 13:30h.

→**Lugar:** Casa de la Cultura.

☑**Inscripción previa:** A través de invitación a Institutos de Collado Villalba y difusión por redes.

Lunes 5, Miércoles 7 y Jueves 8 Octubre

●●Organiza: **CEPI-COLLADO VILLALBA**

→**Título:** **Taller de Mindfulness**

→**Duración:** 1 hora.

→**Fecha:** Lunes 5 de octubre de 12:00h a 13:00h
Miércoles 7 de octubre de 18:00h a 19:00h.

→**Título:** **Cuidar la Mente también es un derecho**

→**Duración:** 2 horas.

→**Fecha:** Miércoles 7 de octubre de 18:00h a 19:00h.

→**Título:** **Ritmos de bienestar. El cuerpo en movimiento**

→**Duración:** 90 minutos.

→**Fecha:** Jueves 8 de octubre de 17:00h a 18:30h.

TODAS LAS ACTIVIDADES:

→**Público:** Público en general.

☑**Inscripción previa:** En el CEPI y telefónica (919 91 74 41) a partir del 15 de septiembre.

→**Lugar:** C/Camino del Berrocal, 6.

Lunes 5, Martes 6 y 9 Octubre

●●Organiza: **CENTRO DE SALUD VILLALBA -ESTACIÓN**

→**Título:** **Introducción a la meditación** /mindfulness como herramienta para mejorar la salud y el bienestar.

→**Público:** Personas de 16 a 65 años.

→**Duración:** 2 horas/sesión.

→**Fecha:** Lunes 5 y martes 6 de octubre de 18:30h a 20:30h./ Martes 9 de octubre de 11:30h a 13:30h.

→**Lugar:** C/ Los Madroños 5 (Centro de Salud)

☑**Inscripción previa:** Presencial en el mostrador del Centro de Salud Collado Villalba Estación o por teléfono: 91 850 60 96

Martes 6 Octubre

●●Organiza: **CONCEJALÍA DE SERVICIOS SOCIALES**

→**Título:** **II Jornadas Profesionales sobre salud mental y Bienestar Emocional**

→**Público:** Profesionales de diferentes ámbitos comunitarios que trabajan en la promoción de la salud mental.

→**Duración:** 5 horas.

→**Fecha:** Martes 6 de octubre de 10:00h a 14:00h.

→**Lugar:** Centro Cultural Peñalba.

☑**Inscripción previa a través del QR**→



●●Organiza: **ASOCIACIÓN CANDELITA**

→**Título:** **Prevención de Riesgos laborales. Salud y trabajo.**

→**Público:** Personas en búsqueda activa de empleo.

→**Duración:** 2 horas.

→**Fecha:** Martes 6 de octubre de 11:00h a 13:00h.

→**Lugar:** C/Husillo, 71.

☑**Inscripción previa:** 630 240 532

Martes 6, Miércoles 7 y Jueves 8 Octubre

●●Organiza: **ASOCIACIÓN La Iaia**

→**Título:** **Tejiendo Salud y emociones.**

→**Público:** Personas de todas las edades.

→**Duración:** Entre 90 minutos y 2 horas.

→**Fecha:** Martes 6 de octubre de 16:30h a 18:30h.

Miércoles 7 de octubre de 16:30 h a 18:30 h.

Jueves 8 de octubre de 16:30h a 18:30 h.

→**Lugar:** C/Real, 30.

☑**Inscripción previa:** 611 848 282

Jueves 8 Octubre

●●Organiza: **CRUZ ROJA**

→**Título:** **Taller de Gestión emocional**

→**Público:** Población en general.

→**Duración:** 2 horas.

→**Fecha:** Jueves 8 de octubre de 11:30h a 13:30h.

→**Lugar:** Asamblea Comarcal Cruz Roja Collado Villalba.

☑**Inscripción previa:** Lgarciag@cruzroja.es

Whatsapp: 678 544 634

Viernes 9 Octubre

●●Organiza: **COMITÉ DE SALUD MENTAL Y BIENESTAR EMOCIONAL**

→Título: **Marcha de entidades por la Salud Mental**

→Público: Asociaciones y fundaciones del ámbito social, sanitario y educativo de Collado Villalba.

→Duración: 90 minutos.

→Fecha: Viernes 9 de octubre de 11:00h a 12:30h.

→Lugar: Dehesa Boyal.

☑Inscripción previa: A través del responsable del Comité de cada entidad.

●●Organiza: **CONCEJALÍA DE SERVICIOS SOCIALES**

→Título: **Teatro "Queda pendiente perdonarme"**

→Público: Población adulta.

→Duración: 1 hora.

→Fecha: Viernes 9 de octubre de 19:30h a 20:30h.

→Lugar: Casa de la Cultura. ACTIVIDAD GRATUITA.

☑Recogida de entradas: Desde el 1 de octubre en la Casa de la Cultura (9:30h a 13:30h y 14:30h a 20:00h)

Jueves 8 y 15 Octubre Lunes 19 y 26 Octubre

●●Organiza: **CONCEJALÍA DE LA MUJER**

→Título: **Taller "Caminantas haciendo salud"**

→Público: Mujeres.

→Duración: 2 horas.

→Fecha: Jueves 8 y 15 octubre de 10:00h a 11:30h.

Lunes 19 y 26 octubre de 10:00h a 11:30h.

→Lugar: Edificio Polifuncional.

Plaza Príncipe de España s/n.

☑Inscripción previa: 91 851 97 45



Del lunes 5 al Viernes 9 Octubre

●●Organiza: **ADISGUA**

→Título: **Bienestar emocional en Educación Primaria.**

→Público: Niñas y niños de 5º y 6º de primaria.

→Duración: 90 minutos.

→Fecha: A convenir con los Centros Educativos.

→Lugar: Centros Educativos de Collado Villalba.

☑Inscripción previa: Consultar a Adisgua.

Collado Villalba
CAPITAL DE LA SIERRA
ÁREA DE SERVICIOS SOCIALES

Pl. Príncipe de España, s/n.
Teléfono: 918 50 69 11