

PROGRAMA DE ACTIVIDADES GRATUITAS

2025 - 2026

PARA JÓVENES de 14 a 30 años



DINAMIZACIÓN MUSICAL

En las clases de dinamización musical aprenderás a tocar el instrumento o instrumentos elegidos. Los profesores te enseñarán, asesorarán y apoyarán. Además, tendrás compañeros con los mismos intereses con los que compartirás momentos muy divertidos.

BAJO

Del 6 de octubre al 18 de mayo.
Lunes de 17.30 a 20.30 h clases cada hora.

(Clases por niveles)

BATERÍA

Del 7 de octubre al 19 de mayo.
Martes de 18.00 a 21.00 h clases cada hora.

(Clases por niveles)

GUITARRA ESPAÑOLA

Del 8 de octubre al 20 de mayo.
Miércoles de 18.00 a 21.00 h clases cada hora.

(Clases por niveles)

GUITARRA ELÉCTRICA

Del 9 de octubre al 21 de mayo.
Jueves de 18.00 a 21.00 h clases cada hora.

(Clases por niveles)

EJE DE CULTURA URBANA, NUEVAS TECNOLOGÍAS, ARTES ESCÉNICAS Y CREATIVIDAD

CURSO HOJAS DE CÁLCULO EN LIBRE OFFICE CALC COMMUNITY.

Del 7 octubre al 25 noviembre 2025
Martes 18.00 a 20.30 h

CURSO CÓMO CREAR CON- TENIDO EN REDES SOCIALES

Del 10 de octubre al 15 de mayo.
Viernes 17.00 a 19.00 h

CURSO INTELIGENCIA ARTIFICIAL

Del 10 de octubre al 15 de mayo.
Viernes 19.00 a 20.00 h

TEATRO EN INGLÉS

Del 7 de octubre al 19 de mayo.
Martes 19.30 a 21.00 h

CURSO DE BAILE URBANO: LET'S DANCE

Del 7 de octubre al 19 de mayo.
Martes 19.00 a 20.30 h

TALLER DE CREACIÓN DE GUIONES Y DE INICIACIÓN DE CREACIÓN DE CORTOMETRA- JES: "NO ME CUENTES PELÍCULAS, HAZLAS"

Del 7 de octubre al 21 de mayo.
Martes y jueves de 18.00 a 20.00 h

EJE DE DESARROLLO PERSONAL Y COMUNITARIO

TALLER DE DESARROLLO DE HABILIDADES PERSONALES

7, 9, 14 y 16 de octubre.
Martes y jueves de 17.00 a 20.30 h

TALLER DE EDUCACIÓN FINANCIERA

21, 23, 28 Y 30 de octubre.
Martes y jueves de 17.00 a 20.30 h

CÓMO BUSCAR EMPLEO UTILIZANDO HERRAMIENTAS DIGITALES

Del 6 octubre al 1 diciembre
Lunes de 17.30 a 20.30 h

HATHA YOGA

Del 8 de octubre al 20 de mayo.
Miércoles de 19.00 a 20.30 h

PRIMEROS AUXILIOS

9 y 11 de diciembre.
Martes y jueves de 17.00 a 20.00 h

PREVENCIÓN Y ACTUACIÓN FRENTE EL EDADISMO: DIS- CRIMINACIÓN POR EDAD EN JÓVENES Y MAYORES

En colaboración con la Escuela de
Voluntariado de la CAM
14 y 15 de octubre
Martes y miércoles de 17.00 a 20.00 h
A partir de 16 años

RELAJACIÓN Y MINDFULNES PARA AYUDAR AL BIENESTAR DE LOS VOLUNTARIOS

En colaboración con la Escuela de
Voluntariado de la CAM
29 y 31 de octubre
Miércoles y viernes de 10.00 a 13.00 h
A partir de 16 años

CÓMO AFRONTAR LAS DEMANDAS EMOCIONALES EN EL VOLUNTARIADO. INTE- LIGENCIA EMOCIONAL

En colaboración con la Escuela de
Voluntariado de la CAM
19 y 21 de noviembre
Miércoles y viernes de 10.00 a 13.00 h
A partir de 16 años

CENTRO DE INFORMACIÓN JUVENIL

ASESORÍA JURÍDICA

Servicio gratuito de asesoramiento y orienta-
ción sobre cuestiones legales, como multas,
sanciones o requerimientos, cuestiones
laborales, alquiler o compra de vivienda...
Martes de 17.30 a 20.30 h

ASESORÍA DE ESTUDIOS Y PROFESIONES

Servicio de asesoramiento y orientación
sobre itinerarios educativos, formación
ocupacional, alternativas formativas y
laborales, salidas profesionales...
Jueves de 17.30 a 20.30 h

CÁPSULAS DE CONOCIMIENTO

¿Te tomas algo con nosotros?
A partir de octubre se programarán en el
Centro de Información Juvenil "Cápsulas de
conocimiento", mini jornadas o sesiones de
corta duración con invitados expertos y
jóvenes referentes, para hablar, intercam-
biar ideas e informar sobre temas de interés
juvenil, en un ambiente distendido, acompa-
ñado de música, mientras tomamos algo.
Se realizarán los jueves o viernes de la
tercera semana de cada mes en horario
de tarde, de 19 a 20 h.

Otras actividades gratuitas para
jóvenes.

ACTIVIDADES ABIERTAS

DJ Inicio de curso- 19 de septiembre
Torneo de Fútbol- 26 de septiembre.
Social Dance- 4 de octubre, 8 de
noviembre Y 13 de diciembre
Halloween juvenil- 31 de octubre.
A partir de las 21 h
Concurso Jóvenes talento- 12 de
diciembre

PROGRAMACIÓN XMAS

Programa de ocio en navidad con activida-
des lúdicas, conciertos, talleres, juegos,
salidas de ocio...

18 de diciembre Gala de Navidad.
19 de diciembre Dj Fiesta Notas
27 de diciembre patinaje sobre hielo
30 de diciembre Jornada de videojuegos.

PRESUPUESTOS PARTICIPA- TIVOS

16 de noviembre
Juegos acrobáticos sobre ruedas
Recinto Ferial La Marina
22 de noviembre.
At the Hall
Centro Joven



Tamara Barrientos Sierra
Concejala Delegada
de Infancia y Juventud



La realidad actual nos presenta nuevos retos cada día. Por ello, en un mundo tan cambiante, es imprescindible dotar a los jóvenes de las habilidades y destrezas necesarias para poder afrontar con las máximas garantías el presente y el futuro. Con ese objetivo, desde el Ayuntamiento de San Sebastián de los Reyes hemos desarrollado para vosotros un plan estratégico centrado en aquellos ámbitos que más os interesan. Queremos dotaros de las mejores herramientas, adaptadas a vuestras necesidades actuales.

En el ámbito de las **competencias lingüísticas** se ha programado teatro, así como conversación en inglés. También apostamos por la mejor formación en el **ámbito digital y tecnológico**. Además, desarrollaremos espacios de encuentro y diálogo para que los jóvenes compartáis vuestras ideas, experiencias y sueños a través del arte.

Entre las **novedades** destaca la **'cápsula de conocimiento'** para tratar temas de gran calado como la vivienda, el empleo o la salud mental. También destaca la **asesoría de estudios y profesiones**, fundamental para elegir con acierto vuestra futura ocupación.

Como no puede ser de otra manera, también se busca fomentar la **salud física y mental** a través de programas de prevención de riesgos; pondremos el foco en el fortalecimiento de las **relaciones intergeneracionales** entre jóvenes y mayores; y se fomentará el **voluntariado** para ofrecer la posibilidad de dar lo mejor de vosotros mismos a los demás de forma altruista.

En definitiva, en estas páginas encontraréis una variada oferta, trabajada con máximo detalle, mimo y rigor, pensada para seguir dándoos las mejores herramientas para construir entre todos la ciudad que queremos. Disfrutad y participad en cada propuesta. Porque los jóvenes sois una parte fundamental de San Sebastián de los Reyes. El presente y el futuro, que está a la vuelta de la esquina, es vuestro.

ESPACIO ABIERTO

Espacio de encuentro y participación para jóvenes de 14 a 30 años donde se trabaja la formación de grupo, el trabajo colaborativo y la programación de actividades de ocio. El espacio cuenta con recursos lúdicos como tenis de mesa, fútbolín, consolas, juegos de mesa y música. Con el grupo de jóvenes se programarán talleres artísticos, baile, musicales, torneos deportivos, gymkhanas, etc.

¿Qué te apetece hacer? Te asesoramos para llevar a cabo tus propuestas, ya que ¡Éste es tu espacio! Todas las actividades son gratuitas. Consulta la programación semanal.

Viernes y sábado de 19.00 a 21.00 h

RADIO JOVEN EN BUENA ONDA

Programa de radio En Buena Onda, que se emite in streaming en Twitch "Centro Joven Sanse" y en diferido a través del Canal "Radio Centro Joven Sanse" de YouTube. Si quieres participar elaborando un contenido, ven a grabar.

Jueves de 19.00 a 20.30 h.

AULA DE TIEMPO LIBRE

Servicio de préstamo de material de montaña (bastones de travesía, tiendas de campaña, crampones, raquetas de nieve...): **martes y jueves de 17:00 a 20.30 h**

Orientación sobre alojamientos y posibilidades de disfrute en el tiempo libre.

Orientación para trabajar en el sector del ocio y tiempo libre.

SALIDAS DE OCIO

SENDA DEL OTOÑO - JUEGOS, VELADAS Y OCIO LLENO DE DIVERSIÓN. PERNOCTA.

Jóvenes de 14 - 17 años

11 y 12 de octubre, sábado 9.30 h y domingo regreso a las 14.00h

Incluye: monitores, alojamiento y manutención, transporte y seguros.

RUTA ALTERNATIVA E INTERPRETATIVA POR EL HAYEDO DE MONTEJO

29 de noviembre, sábado. 10.00 a 14.00 h

Incluye: transporte, guías, seguros.

Necesario: ropa, calzado de montaña y ropa de abrigo.

PALACIO DE HIELO: PATINAJE SOBRE HIELO

27 de diciembre, sábado.

17.00 a 21.00 h

No incluye transporte. Incluye: seguro.

Necesario: guantes.

AULA DE ESTUDIO

Espacio para estudiar con servicio wifi.

De lunes a viernes de 8.30 a 14.00 y de 15.30 a 21.00 h, sábados de 9.30 a 15.00 y de 16.30 a 21.00 h y domingos de 16.30 a 21.00 h.

Ampliación de estos horarios en periodos especiales de apertura del aula de estudio (ver calendario en la web municipal)

INSCRIPCIONES CURSOS:

Inscripción para empadronados: del 16 al 24 de septiembre 2025.

Inscripción directa de plazas libres para empadronados y no empadronados: del 26 de septiembre al 1 de octubre 2025.

Inicio de los cursos para jóvenes a partir del 6 de octubre 2025.

Siempre que queden plazas libres, se podrán seguir realizando inscripciones hasta 2 semanas antes del comienzo de la actividad.

INFORMACIÓN DE LISTAS Y NORMAS: www.ssreyes.org

FORMA Y LUGAR INSCRIPCIÓN:

La inscripción en los cursos y actividades podrá realizarse de forma presencial u online a través del enlace que se publicará en la Sede electrónica y en nuestra página web. También podrá realizarse en el Servicio de Atención Ciudadana (SAC): solicitando cita previa, a través del link municipal:

(<https://www.ssreyes.org/QSIGE/apps/citaprevia/index.html#!/es/home>)

Inscripción presencial en:

Centro Joven Sanse

Avda. Valencia, 3

T 916 520 889

Horario: lunes a viernes de 9.00 a 14.00 y de 16.00 a 20.00 h

juventud@ssreyes.org



centrojovensanse

@centrojovensanse

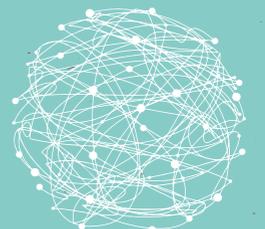
@Sansejuventud

centrojovensanse

696 780 141



**UN FUTURO
POR CREAR CONTIGO**
www.ssreyes.org



centrojovensanse