

360y5.es

Revista informativa Municipal

Tres Cantos / Ejemplar gratuito

Actividades
de Ocio, Cultura,
Deporte...

nº **195**



AYUNTAMIENTO
TRES CANTOS

SEP
'26

Ayuntamiento

91 293 80 10	Atención al vecino
91 293 80 00	Centralita
91 293 80 57	Consumo (OMIC)
91 293 80 38	Contratación
91 293 82 12	Discapacidad
91 293 81 86	Empleo
91 293 80 43	Gestión Tributaria
91 293 80 99	Inmigración
91 293 80 66	Voluntariado
91 293 80 41	Inspección tributaria
91 293 80 42	Intervención
91 293 80 67	Mujer
91 293 80 40	Recaudación
91 293 80 44	Recursos humanos
91 293 80 25	Sanidad
91 293 81 91	Servicios sociales

Emergencias

91 803 11 60	Bomberos
91 360 96 20	Cruz Roja Tres Cantos
91 807 39 00	Guardia Civil (062)
91 293 80 92	Policia Local (092)
91 293 82 10	Protección Civil
112 / 061	Summa 112 (Urgencias)

Otros centros

91 845 85 10	Agencia Tributaria
91 847 44 47	Juzgados
91 803 48 94	Juzgado de Paz
91 804 72 98	Seguridad Social
91 293 80 40	Tesorería
91 293 80 45	Urbanismo

Otros servicios municipales

91 293 81 31	Biblioteca Municipal
91 293 81 25	Centro Cultural
91 293 81 50	Casa de la Juventud
91 173 05 85	Centro de Mayores
91 293 80 70	Deportes
91 804 74 11	Escuela de Danza
91 293 81 33	Escuela de Música
91 806 11 97	Medio Ambiente



**'OLA
SEP'**



JUE 17 - DOM 20

Burger Cup

El Recinto Ferial acoge una nueva edición de este evento gastronómico con una amplia selección de hamburgueserías, música y ambiente para todos los públicos.

RECINTO FERAL

Tres Cantos despide el verano con una nueva edición de **OLA Septiembre**, cuatro días de música, gastronomía y actividades para disfrutar en familia y con amigos.

VIE 18

Verbena ibicenca de Mayores

Una noche de música, baile y convivencia para despedir el verano (ven vestido de blanco).

PLAZA PABLO IGLESIAS
20:00 a 23:00 horas

Gala de Fuego

EMBARCADERO LAGO
21:45 a 23:00 horas

OLA Jóvenes

RECINTO FERAL
23:00 horas. DJ Local
00:30 horas. DJ Ballesteros
02:00 horas. DJ Local



Ola '26 SEPTIEMBRE

DOM 20

Fiesta de la espuma

Una gran fiesta familiar con actividades para todas las edades, juegos, animación y muchas sorpresas para disfrutar del domingo al aire libre.

RECINTO FIERAL

11:00 a 14:00 horas

SÁB 19

Gran Verbena con la Orquesta Anaconda

Una de las orquestas más populares del panorama nacional pondrá ritmo a la noche con un espectáculo lleno de música y diversión.

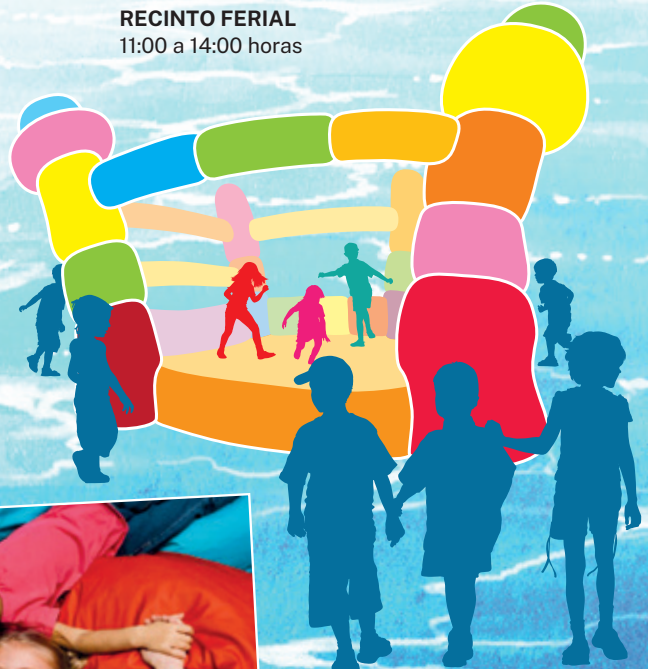
RECINTO FIERAL

23:00 horas. Orquesta Anaconda

02:00 horas. DJ Local



AYUNTAMIENTO
TRES CANTOS



MERCADO FAR WEST



AYUNTAMIENTO
TRES CANTOS



12 SEP

MAÑANA

- 11:00 h El mercado cobra vida
- 12:00 h Música Wild West
- 12:30 h Forajidos de leyenda
- 13:00 h Música Wild West
- 13:30 h El tahúr
- 14:00 h Hora del buen yantar
- 14:30 h Intermedio

TARDE

- 17:30 h Reapertura
- 18:30 h Música Wild West
- 19:00 h ¡Por favor, no maten al pianista!
- 19:30 h The Mountain Family
- 20:00 h Espacio Country Dance
- 20:30 h ¡Por favor, no maten al pianista!

NOCHE

- 21:00 h The Barn Dance
- 21:30 h Música Wild West
- 22:30 h El mercado cierra sus puertas

13 SEP

MAÑANA

- 11:00 h El mercado cobra vida
- 12:00 h Música Wild West
- 12:30 h Duelo O.K. Corral
- 13:00 h Música Wild West
- 13:30 h Jeremías el predicador
- 14:00 h Hora del buen yantar
- 14:30 h Intermedio

TARDE

- 17:30 h Reapertura
- 18:30 h Música Wild West
- 19:30 h El enterrador
- 20:00 h Música Wild West
- 20:30 h Hora del buen yantar

NOCHE

- 21:15 h Pasacalles de despedida.
- 21:30 h El mercado cierra sus puertas.

En horario activo:

- Villa de artesanos
- Exposición de aperos del Oeste
- Espacio infantil

11 SEP

TARDE

- 17:30 h El mercado cobra vida
- 18:30 h Inauguración y pasacalles festivo
- 19:30 h Música Wild West
- 18:30 h El charlatán del Oeste

NOCHE

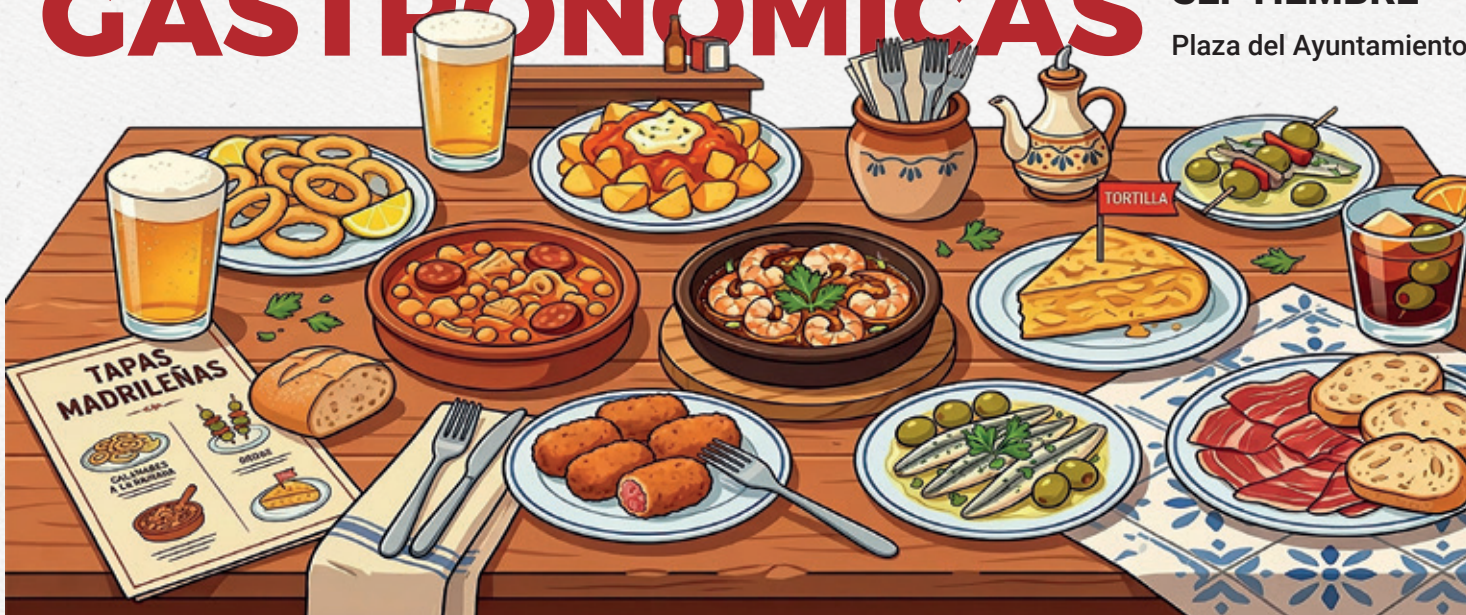
- 21:00 h Música Wild West
- 21:30 h Hora del buen yantar
- 22:30 h El mercado cierra sus puertas



XXV JORNADAS , TRES CANTOS GASTRONÓMICAS

25, 26 y 27
SEPTIEMBRE

Plaza del Ayuntamiento



VIERNES 25

18.00 h. Apertura de Jornadas
Gastronómicas

19.00 h. Hora especial
Tapa y caña "Madrileñas"

21.00 h. Actuación del coro
rociero Entre Amigos
de la Casa Cultural
Andalucía

22.00 h. Actuación "Galima"
Grupo Tricantino

01.00 h. Cierre

* ACTUACIONES DE CASAS
REGIONALES

* DEGUSTACIÓN Y VENTA
DE PRODUCTOS REGIONALES

* ACTIVIDADES INFANTILES
GRATUITAS: TÍTERES Y TALLERES

* Región Invitada:
COMUNIDAD DE MADRID

SÁBADO 26

10.00 a 22.00 h. Muestra de artesanía
Asociación Art 3c

11.30 h. Inicio de actividad

13.00 h. Actuación del grupo de la Casa
Regional de Extremadura

13.00 h. Tapa y Caña "Madrileñas".
Ofertas especiales en las casetas

13.30 h. Desfile de Trajes Regionales
y Cante a capela de las Casas

20.00 h. Actuación grupos Estaferia
y El Garabatu del Centro Asturiano

21.15 h. Actuación del grupo "Donaire
Castellano" de la Casa Regional
de Castilla y León

22.30 h. Actuación Grupo "FlamencoPatia"

01.00 h. Cierre

DOMINGO 27

11.30 h. Inicio de actividad

11.45 h. Actuación del grupo de la
Casa Regional de Aragón

12.30 h. Actuación del grupo Arde-llo-eixo
del Centro Gallego de Tres Cantos

12.00 h. Actividades Infantiles. Hinchables
y juegos tradicionales

12.00 h. Feria del Voluntariado

12.00 h. Tapa y Caña "Madrileñas".
Ofertas especiales en las casetas

13.00 h. Cierre de las jornadas por
el alcalde de Tres Cantos

13.30 h. Actuación Grupos de Madrid

14.30 h. Actuación de Miguel Ansio
"Hombre Orquesta"

16.00 h. Fin de las Jornadas



AYUNTAMIENTO
TRES CANTOS



CULTURA

Bibliotecas

Municipales

STORY TIME

The Magic Machine

CULTURA. BIBLIOTECAS MUNICIPALES

Chameleon Theatre presenta un cuentacuentos en inglés protagonizado por Mike y una misteriosa máquina mágica capaz de cambiar el tamaño de cualquier objeto. Una divertida aventura para aprender inglés de forma lúdica.

12 DE SEPTIEMBRE

BIBLIOTECA LOPE DE VEGA

11:00 a 11:45 horas

22 DE SEPTIEMBRE

BIBLIOTECA FUNDACIÓN CAJA MADRID

18:00 a 18:45 horas

Información complementaria:

Recomendado a partir de 6 años. Entradas gratuitas en Giglon. Máximo 4 entradas por persona.

PRESENTACIÓN DEL LIBRO

Pasión entre líneas

CULTURA. BIBLIOTECAS MUNICIPALES

La autora tricantina Marta Muñoz Calvo presenta su primer poemario, una obra íntima que reúne emociones, recuerdos y reflexiones sobre el amor, la pérdida y la vida, invitando al público a descubrir la poesía como forma de expresión.

14 DE SEPTIEMBRE

BIBLIOTECA LOPE DE VEGA

19:00 horas

Información complementaria:

Dirigido a jóvenes y adultos.

LA HORA DE LOS CUENTOS

Menú degustación de cuentos

CULTURA. BIBLIOTECAS MUNICIPALES

Virginia Gris propone un divertido viaje lleno de personajes sorprendentes, aventuras y mucho humor. Un cuentacuentos para disfrutar en familia de un auténtico "menú" de historias llenas de imaginación.

10 DE SEPTIEMBRE

BIBLIOTECA LOPE DE VEGA

18:00 a 18:45 horas

23 DE SEPTIEMBRE

BIBLIOTECA FUNDACIÓN CAJA MADRID

18:00 a 18:45 horas

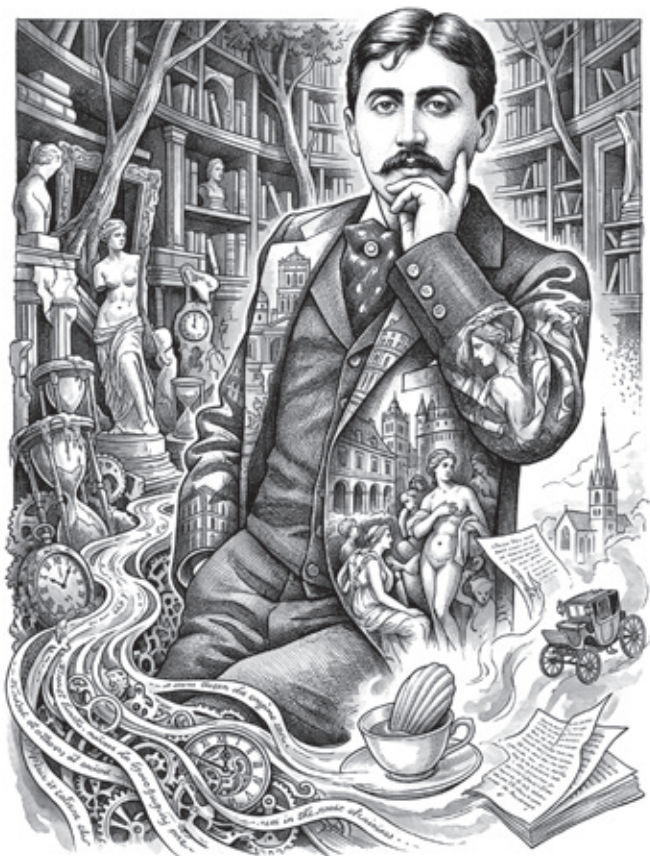
Información complementaria:

Recomendado a partir de 4 años.

Entradas gratuitas en Giglon.

Máximo 4 entradas por persona.





CHARLA LITERARIA A la búsqueda de la identidad en el tiempo recuperado

CULTURA. BIBLIOTECAS MUNICIPALES

Fernando Sánchez-Beato acercará al público la figura de Marcel Proust y el legado de *En busca del tiempo perdido*, explorando el papel de la memoria, el tiempo y el arte en la construcción de nuestra identidad.

17 DE SEPTIEMBRE
BIBLIOTECA LOPE DE VEGA
19:00 horas

Información complementaria:
Actividad dirigida a jóvenes y adultos.

BEBECUENTOS Balanceo

CULTURA. BIBLIOTECAS MUNICIPALES

Un espectáculo sensorial para la primera infancia que, a través de la música, el movimiento y los elementos de la naturaleza, invita a descubrir el mundo con todos los sentidos.

19 DE SEPTIEMBRE
BIBLIOTECA LOPE DE VEGA
11:00 a 11:30 horas y de 12:00 a 12:30 horas

Información complementaria:
Para bebés de 1 a 3 años. Entradas gratuitas en Giglon. Es necesaria entrada para el bebé y el adulto acompañante.

PRESENTACIÓN DEL LIBRO Mis amigos los simios

CULTURA. BIBLIOTECAS MUNICIPALES

Pedro Pozas presenta un libro infantil que acerca a los más pequeños al mundo de los grandes simios, fomentando el respeto por la naturaleza, la biodiversidad y el cuidado del planeta.

24 DE SEPTIEMBRE
BIBLIOTECA LOPE DE VEGA
18:00 horas

Información complementaria:
Actividad para familias.
Entrada libre hasta completar aforo.



UNA NOCHE DE CUENTO

Las sin voz, escritoras olvidadas

CULTURA. BIBLIOTECAS MUNICIPALES

Maísa Marbán ofrece una sesión de narración oral que recupera la memoria y la obra de grandes escritoras olvidadas por la historia, combinando literatura, emoción y divulgación.

25 DE SEPTIEMBRE
BIBLIOTECA LOPE DE VEGA
20:30 a 21:20 horas

Información complementaria:
Dirigido a jóvenes y adultos. Entradas gratuitas en Giglon.
Máximo 4 entradas por persona.

TEATRO DE LA SALUD

Dientes brillantes como el sol radiante

CULTURA. BIBLIOTECAS MUNICIPALES

Colabora: Concejalía de Salud Pública y Bienestar

Un divertido taller teatral con títeres para aprender, en familia, la importancia de una buena higiene bucodental y de mantener hábitos de alimentación saludables.

28 DE SEPTIEMBRE
BIBLIOTECA LOPE DE VEGA
17:30 a 18:15 horas

Información complementaria:
Recomendado a partir de 4 años. Entradas gratuitas en Giglon. Máximo 4 entradas por persona.



Tengo gente en el cuerpo

CULTURA

Compañía: Ultramarinos de Lucas

Dos hombres invitan al público a imaginarse compartiendo una cena en una noche de primavera, mientras ellos pasean por un mundo lleno de palabras, saltando del pasado al presente, de la Guerra Civil a nuestros días.

Conoceremos a héroes con mayúsculas y a héroes de pacotilla, a héroes del día a día, a cobardes y a ángeles con todas las letras.

27 DE SEPTIEMBRE
TEATRO
19:30 a 21:05 horas

Información complementaria:
Entrada: Patio de butacas: *€. Anfiteatro: *€
Venta de entradas: en horario habitual de taquilla y en www.giglon.com

Agenda Joven





**CUERPO
EUROPEO
DE SOLIDARIDAD**

CUERPO EUROPEO DE SOLIDARIDAD Proyectos Solidarios

Sesión online dirigida a asociaciones y grupos de jóvenes interesados en presentar un Proyecto Solidario del Cuerpo Europeo de Solidaridad. Descubre cómo impulsar iniciativas que mejoren el entorno, fomenten la participación juvenil y cuenten con financiación europea.

**23 DE SEPTIEMBRE
ONLINE**

18:00 a 18:30 horas

Información complementaria:

Inscripciones a través del formulario disponible en la web de Juventud.

INFOEXPRÉS:

Mi primer contrato de trabajo. Derechos básicos

Aprende los aspectos esenciales de tu primer empleo: tipos de contrato, periodo de prueba, becas, prácticas y derechos laborales básicos. Una sesión práctica para resolver dudas antes de incorporarte al mundo laboral.

**23 DE SEPTIEMBRE
ONLINE**

18:00 a 18:30 horas

Información complementaria:

Inscripciones a través del formulario de juventud.
trescantos.es. Más información:
juridica.joven@trescantos.es.



Programa de Colaboración con Centros de Educación Secundaria

El Ayuntamiento presenta a los institutos de Tres Cantos el programa de actividades y proyectos educativos para el curso 2026-2027, acercando nuevas propuestas de formación, prevención, participación y ocio dirigidas a la comunidad educativa.

DESDE EL 15 DE SEPTIEMBRE CENTROS DE EDUCACIÓN SECUNDARIA DE TRES CANTOS

Según programación de cada centro

Información complementaria:
Inscripciones a través del formulario de juventud.
trescantos.es. Más información:
juridica.joven@trescantos.es.



FINDE JOVEN Fiesta de Apertura 2026-2027

El nuevo curso del FINDE JOVEN comienza con una gran fiesta al aire libre con música, talleres, juegos, perritos calientes y refrescos gratuitos para disfrutar de una tarde de encuentro entre jóvenes.

25 DE SEPTIEMBRE EXTERIORES DEL CENTRO JOVEN VÉRTICE 17:00 a 21.00 horas

Información complementaria:
Para jóvenes a partir de 1º de ESO.
Inscripción en el momento.

TALLER DE COCINA PARA JÓVENES Hacemos Sushi

Aprende a preparar diferentes variedades de sushi de forma sencilla y divertida. Un taller práctico para descubrir nuevas técnicas culinarias y disfrutar cocinando en grupo.

25 DE SEPTIEMBRE CENTRO JOVEN VÉRTICE 18:00 a 20.00 horas

Información complementaria:
Dirigido a jóvenes de 16 a 25 años. Actividad gratuita.
Inscripciones hasta el 20 de septiembre en juventud.
trescantos.es.



JAPAN WEEKEND MADRID

Japan Weekend Madrid

Viaje a uno de los mayores encuentros dedicados al manga, el anime, los videojuegos y la cultura japonesa. Una jornada para disfrutar de concursos, conciertos, cosplay, talleres, videojuegos y muchas más actividades.

26 DE SEPTIEMBRE
ESTADIO RIYADH AIR METROPOLITANO
Desde las 11:00 horas

Información complementaria:
Entradas dobles disponibles a partir del 14 de septiembre en juventud.trescantos.es



Inicio de la Escuela de Montaña y Naturaleza 2026-2027

Comienza una nueva temporada de la Escuela de Montaña, un proyecto dirigido a niños y jóvenes de 6 a 17 años que combina actividades en la naturaleza, educación ambiental, desarrollo emocional y trabajo en equipo mediante una metodología activa y participativa.

26 Y 27 DE SEPTIEMBRE
ESPACIOS NATURALES DE TRES CANTOS
10:30 a 13:30 horas

Información complementaria:
Inscripciones del 2 al 12 de septiembre en juventud.trescantos.es. Cuota mensual desde 35 €.



Curso de Monitores de Ocio y Tiempo Libre 2026

Formación oficial homologada por la Comunidad de Madrid para obtener el título de Monitor de Ocio y Tiempo Libre. Una oportunidad para acceder al ámbito del ocio educativo y desarrollar habilidades como el liderazgo, la comunicación y el trabajo en equipo.

26 DE SEPTIEMBRE AL 19 DE DICIEMBRE
ESPACIO FERIA DE TRES CANTOS
Y CENTRO JOVEN VÉRTICE

Sábados de 10:00 a 14:00 horas y de 15:00 a 19:00 horas

Información complementaria:

Dirigido a jóvenes a partir de 17 años con ESO.

Inscripciones del 2 al 16 de septiembre en juventud.

trescantos.es

Precio: 230 € empadronados / 280 € no empadronados.



Grupo de Participación Juvenil

Un espacio para jóvenes de 18 a 25 años donde desarrollar proyectos para el municipio, compartir ideas, crear nuevas iniciativas y participar activamente en la vida de Tres Cantos.

29 DE SEPTIEMBRE
CENTRO JOVEN VÉRTICE

19:00 a 20:00 horas

Información complementaria:

Inscripciones abiertas desde el 15 de septiembre en juventud.trescantos.es

Nuevo curso de la COPIA

Se abre el plazo de inscripción para las Comisiones de Participación Infantil y Adolescente (COPIA), un espacio donde niños, niñas y jóvenes pueden aportar propuestas para mejorar Tres Cantos y participar activamente en la defensa de los derechos de la infancia y la adolescencia.

30 DE SEPTIEMBRE
CENTRO JOVEN VÉRTICE

COPIA Infantil: de 17:30 a 18:30 horas
(4.º a 6.º de Primaria).

COPIA Adolescente: de 19:00 a 20:00 horas
(1.º ESO a 2.º Bachillerato).

Información complementaria:

Inscripciones abiertas desde el 15 de septiembre en juventud.trescantos.es





Grupos de Apoyo Mutuo

FAMILIA, IGUALDAD

Espacio de encuentro para personas que atraviesan momentos de dificultad emocional y desean compartir experiencias, encontrar apoyo mutuo y desarrollar herramientas para afrontar situaciones de desesperanza y fortalecer su proyecto de vida.

7 Y 21 DE SEPTIEMBRE (lunes alternos)

CENTRO DE SERVICIOS SOCIALES 21 DE MARZO

17:00 horas

Información complementaria:

Inscripción previa en prevencionsuicidio@trescantos.es



Caminando en Red

FAMILIA, IGUALDAD

Te invitamos a compartir una ruta donde caminar, conectar con otras personas y dedicar un tiempo al bienestar emocional. Al finalizar la actividad, nos uniremos a la lectura del Manifiesto por el Día Mundial para la Prevención del Suicidio.

10 DE SEPTIEMBRE (lunes alternos)

PLAZA DEL AYUNTAMIENTO

10:00 horas

Información complementaria:

Inscripción previa en prevencionsuicidio@trescantos.es

Grupo de Apoyo Emocional PARA MAYORES DE 65 AÑOS

FAMILIA, IGUALDAD MAYORES

Un espacio de encuentro para compartir experiencias, expresar emociones y adquirir herramientas que favorezcan el bienestar emocional y las relaciones personales.

18 DE SEPTIEMBRE (viernes alternos)

CENTRO MUNICIPAL DE MAYORES

10:30 horas

Información complementaria:

Información e inscripciones: prevencionsuicidio@trescantos.es



Grupo de Supervivientes de Suicidio

FAMILIA, IGUALDAD

Grupo de apoyo dirigido a personas que han perdido a un familiar o ser querido por suicidio. Un espacio seguro de escucha, acompañamiento y apoyo emocional.

11 Y 25 DE SEPTIEMBRE (viernes alternos)

CENTRO DE SERVICIOS SOCIALES 21 DE MARZO

12:30 horas

Información complementaria:

Inscripción previa en prevencionsuicidio@trescantos.es



LoSinFiltrados GRUPO ADOLESCENTE

FAMILIA, IGUALDAD Y SERVICIOS SOCIALES

Espacio de encuentro para jóvenes de 15 a 17 años donde compartir inquietudes, emociones y experiencias en un entorno de confianza, aprendiendo herramientas para gestionar el bienestar emocional.

TODOS LOS LUNES

CENTRO JOVEN VÉRTICE

19:00 horas

Información complementaria:

Inscripciones en juventud.trescantos.es.

Día Mundial para la Prevención del Suicidio LECTURA DEL MANIFIESTO

FAMILIA, IGUALDAD

Acto institucional para reafirmar el compromiso de Tres Cantos con la prevención del suicidio, la sensibilización y la promoción del bienestar emocional de toda la ciudadanía.

10 DE SEPTIEMBRE

AYUNTAMIENTO DE TRES CANTOS

12:00 horas

JORNADA "Deporte y Discapacidad"

FAMILIA E IGUALDAD DEPORTES

Jornada solidaria y participativa para conocer diferentes modalidades de deporte adaptado. Una propuesta abierta a toda la ciudadanía para fomentar la inclusión y sensibilizar sobre la discapacidad a través del deporte, con actividades para todas las edades y una rifa solidaria a beneficio de las entidades colaboradoras.

12 DE SEPTIEMBRE
PISTAS DEPORTIVAS DEL CEIP CIUDAD DE NEJAPA
11:00 a 13:00 horas

Información complementaria:
Actividad gratuita. Organizan: Clínica Finéu, Baja Visión, Atremo, AEPEF y El Motor de tus Pasos.



Family Party

FAMILIA E IGUALDAD

Una mañana de ocio al aire libre para disfrutar en familia con juegos, actividades, animación y muchas sorpresas. Una oportunidad para compartir tiempo juntos y seguir creando comunidad. ¡Y si el tiempo acompaña, habrá fiesta de la espuma!

20 DE SEPTIEMBRE
RECINTO FERIAL
11:00 a 14.00 horas

Información complementaria:
Actividad gratuita.

Punto Violeta y Arcoíris

FAMILIA E IGUALDAD

Espacio de información, sensibilización y atención frente a la violencia de género y otras violencias sexuales. Ofrece orientación, acompañamiento y apoyo durante las actividades festivas.

18 Y 19 DE SEPTIEMBRE
RECINTO FERIAL
Viernes 18: 22:30 a 2:00 horas
Sábado 19: 23:00 a 2:30 horas

Información complementaria:
Acceso libre y gratuito.





Taller de Educación Financiera y Económica PARA MUJERES

FAMILIA E IGUALDAD

Taller práctico de tres sesiones para aprender a gestionar la economía personal, elaborar presupuestos, comprender productos financieros y prevenir situaciones de violencia económica.

**25 DE SEPTIEMBRE. 2 Y 9 DE OCTUBRE
CENTRO MUNICIPAL 21 DE MARZO**

11:00 a 12.30 horas

Información complementaria:

Inscripciones a través del formulario habilitado.

MAGIA "¿Pito caballo?? Pues no hay más mus"

FAMILIA E IGUALDAD

CULTURA

Espectáculo solidario de magia y humor que invita a reflexionar sobre las contradicciones de la sociedad desde el ingenio y la ilusión. La recaudación se destinará íntegramente a las asociaciones Ami3 y CTNNB1.

**26 DE SEPTIEMBRE
TEATRO DEL CENTRO CULTURAL ADOLFO SUÁREZ**

19:00 horas

Información complementaria:

Entradas a la venta en Giglon.

Curso de Lengua de Signos Española (NIVEL A1.1)

FAMILIA E IGUALDAD

Curso gratuito de iniciación impartido por la Federación de Personas Sordas de la Comunidad de Madrid. Al finalizar, el alumnado obtendrá un certificado oficial de competencia lingüística en Lengua de Signos Española (nivel A1.1).

29 DE SEPTIEMBRE AL 29 OCTUBRE (martes y jueves)

SALA DE ALCALDES

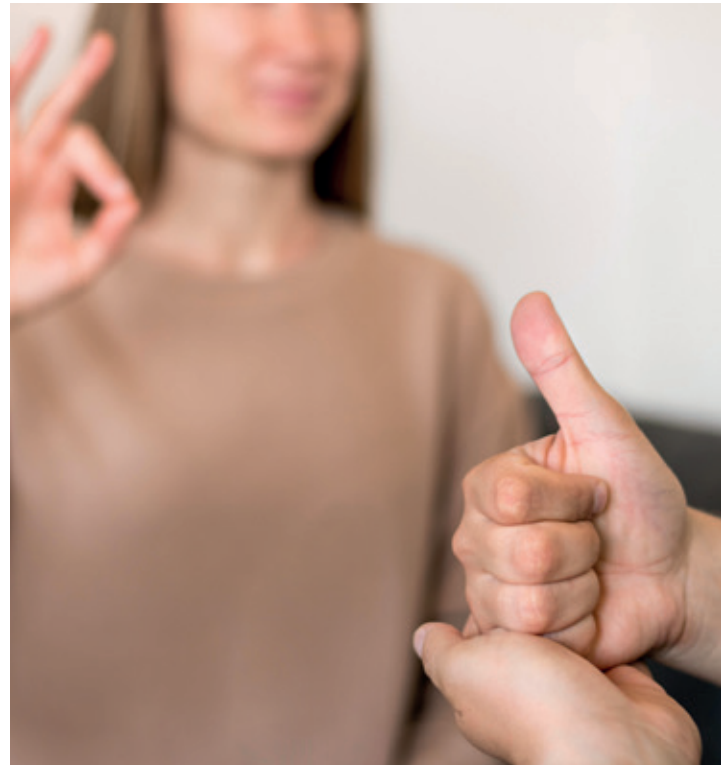
AYUNTAMIENTO DE TRES CANTOS

16:30 a 19:30 horas

Información complementaria:

Plazas limitadas.

Inscripciones en cursospiv@trescantos.es





AGENDA DE MAYORES

Talleres de Actividad Física

MAYORES

Programa de ejercicio físico adaptado para promover una vida activa saludable, mejorar la movilidad y favorecer el bienestar general a través de diferentes disciplinas.

DESDE EL 1 DE SEPTIEMBRE CENTRO MUNICIPAL DE MAYORES ANTONIO SOMALO BERNAL

Aquagym: lunes, miércoles o viernes. 10:15 o 11:15 horas
Estiramientos: martes o jueves. 12:15 horas
Mantenimiento físico (nivel bajo/medio): martes o jueves. 11:15 horas
Corrección postural: lunes o jueves · 18:15 h / miércoles. 12:15 horas
Taller de espalda: lunes · 12:15 h / miércoles. 18:15 horas
Movilidad reducida: martes y jueves. 10:15 horas
Atención individual: viernes. 12:15 horas

Información complementaria:
Inscripciones para Aquagym en
centro.mayores@trescantos.es



Área de Psicología

MAYORES

La psicóloga Marta Sevilla coordina un programa de actividades orientado a fomentar el bienestar emocional, el envejecimiento activo y la estimulación cognitiva. Incluye talleres grupales, apoyo a personas cuidadoras y atención psicológica individual.

DESDE EL 7 DE SEPTIEMBRE
CENTRO MUNICIPAL DE MAYORES
ANTONIO SOMALO BERNAL

Mente Activa: martes y miércoles. 9:15 o 10:15 horas

Mente Activa Bajo: viernes. 10:15 o 11:15 horas

Taller para Cuidadores: martes. 12:15 horas

Envejecimiento Activo: jueves. 12:15 horas

Atención individual: con cita previa

Información complementaria:

Actividades gratuitas hasta completar aforo. Cita previa para atención individual en la recepción del centro.

Actividades Físico-Sociales

MAYORES

Un completo programa de actividades para mantenerse activo, compartir tiempo de ocio y fomentar las relaciones sociales a través del baile, los juegos y los encuentros entre mayores.

DESDE EL 7 DE SEPTIEMBRE
CENTRO MUNICIPAL DE MAYORES
ANTONIO SOMALO BERNAL

Baile en línea (Iniciación): viernes. 10:15 horas

Baile en línea (Medio): lunes · 11:15 h | miércoles · 10:15 horas |
jueves · 11:15 horas

Baile en línea (Avanzado): viernes · 11:15 horas

Sevillanas (Medio): lunes · 10:15 horas

Baile de salón (Iniciación): martes · 11:15 horas

Baile de salón (Medio): martes · 10:15 horas

baile / social / castañuelas: lunes a viernes · 12:15 horas

Tarde de Juegos: martes y jueves · 17:00 horas

Tarde de Tertulia: lunes · 17:00 horas

Información complementaria:

Actividades gratuitas hasta completar aforo.

Talleres de Nuevas Tecnologías

MAYORES

Aprende a utilizar con seguridad y autonomía el móvil, la tablet o el ordenador en talleres prácticos adaptados a las necesidades de las personas mayores.

DESDE EL 7 DE SEPTIEMBRE
CENTRO MUNICIPAL DE MAYORES
ANTONIO SOMALO BERNAL

Móvil y tablet: de lunes a jueves. 10:15 a 11:45 horas

Ordenador: de lunes a jueves. 12:00 a 13:30 horas

Información complementaria:

Actividades gratuitas hasta completar aforo.



Taller de Sonido y Relajación

MAYORES

Descubre diferentes técnicas de relajación a través del sonido de cuencos tibetanos, pandero chamánico y otros instrumentos. Una sesión para desconectar, reducir el estrés y favorecer el bienestar.

24 DE SEPTIEMBRE
CENTRO MUNICIPAL DE MAYORES
ANTONIO SOMALO BERNAL
17:00 horas

Información complementaria:
Plazas limitadas. Se recomienda acudir con ropa cómoda, esterilla y manta. Inscripciones en centro.mayores@trescantos.es.

Fiesta OLA Septiembre Mayores

MAYORES

Despedimos el verano con una animada fiesta ibicenca llena de música, baile y buen ambiente. ¡Ven vestido de blanco y disfruta de una noche para compartir y celebrar!

18 DE SEPTIEMBRE
PLAZA PABLO IGLESIAS
(FRENTE AL CENTRO MUNICIPAL DE MAYORES)
20.00 horas

Información complementaria:
Actividad gratuita.



Baile en el Centro de Mayores

MAYORES

Una cita semanal para disfrutar del baile, compartir un buen rato y fomentar la convivencia en un ambiente distendido y participativo.

Todos los sábados
CENTRO MUNICIPAL DE MAYORES
ANTONIO SOMALO BERNAL
18:30 horas

Información complementaria:
Actividad gratuita hasta completar aforo.





FORMACIÓN,

EMPLEO

Y
TALENTO

PROGRAMA PARA LA PROMOCIÓN Igualdad de Oportunidades entre Mujeres y Hombres

DESARROLLO ECONÓMICO Y EMPLEO

FAMILIA E IGUALDAD

Programa de orientación laboral y asesoramiento dirigido a favorecer la igualdad de oportunidades en el acceso al empleo. Incluye acompañamiento personalizado, información sobre recursos, apoyo al emprendimiento, elaboración de currículum, preparación de entrevistas y herramientas para la búsqueda y el mantenimiento del empleo.

15 DE SEPTIEMBRE AL 15 DE DICIEMBRE

CONCEJALÍA DE DESARROLLO ECONÓMICO Y EMPLEO

Lunes, martes y miércoles. 10:00 a 13:00 horas

Información complementaria:

Inscripciones a través de Gestionándote Tres Cantos.

Programa cofinanciado por el Fondo Social Europeo+.



CICLO DE CONFERENCIAS

Talento TRES CANTOS



PASIÓN, ESFUERZO, APRENDIZAJE
El talento se aprende y se cultiva

FORMACIÓN, EMPLEO Y TALENTO

17 SEPTIEMBRE

TEATRO
CENTRO CULTURAL
ADOLFO SUÁREZ
20.00 horas



**¡RESERVA
TU SITIO!**
www.trescantos.es



David Meca

CAMPEÓN MUNDIAL NATACIÓN AGUAS ABIERTAS

PROGRAMA DE FORMACIÓN EN INGLÉS para Personas Desempleadas

DESARROLLO ECONÓMICO Y EMPLEO

Curso de inglés dirigido a personas desempleadas empadronadas en Tres Cantos para mejorar sus competencias lingüísticas y aumentar sus oportunidades de inserción laboral. La formación permite desarrollar la comprensión y expresión oral hasta alcanzar un nivel B2.

**29 DE SEPTIEMBRE AL 15 DE DICIEMBRE
CONCEJALÍA DE DESARROLLO ECONÓMICO Y EMPLEO**

Martes o jueves. 2 horas semanales.

Horarios según nivel:

10:00-12:00 horas, 12:00-14:00 horas,

16:00-18:00 horas o 18:00-20:00 horas

Información complementaria:

Inscripciones a través de Gestionándote Tres Cantos.



DE Y PROMOCIÓN COMERCIAL STOCK AJE TRES CANTOS

14 al 20 SEP



AYUNTAMIENTO
TRES CANTOS
CONCEJALÍA DE COMERCIO
Y CONSUMO



35 AÑOS
TRES CANTOS
1979-2014



AGENDA DEPORTIVA



Gala del Deporte

DEPORTES

Una noche para celebrar el talento, el esfuerzo y los logros del deporte tricantino. Con motivo del 35º aniversario de Tres Cantos, la Gala del Deporte rendirá homenaje a los deportistas, clubes y entidades que, con su dedicación y espíritu de superación, contribuyen a hacer de la ciudad un referente deportivo. Una cita cargada de emoción y reconocimiento al deporte local.

25 DE SEPTIEMBRE

TEATRO DEL CENTRO CULTURAL ADOLFO SUÁREZ

20:00 horas

Información complementaria:

Más información en www.trescantosdeporte.es



**Vive la
naturaleza...**

¡Vuelta al cole con el Aula de las Vaquerizas!

GESTIÓN AMBIENTAL

Comienza el curso de una forma creativa y sostenible elaborando un organizador escolar con materiales reciclados. Una actividad en familia para aprender, reutilizar y dar una segunda vida a los objetos cotidianos.

12 DE SEPTIEMBRE

AULA DE MEDIO AMBIENTE LAS VAQUERIZAS

Turno 1 (familias con niños de 3 a 6 años): 10:00 a 11:30 horas

Turno 2 (familias con niños a partir de 8 años): 11:40 a 13:10 horas

Información complementaria:

Inscripción previa mediante formulario online.

LABORES DEL HUERTO DE LAS VAQUERIZAS Nos preparamos para el otoño

GESTIÓN AMBIENTAL

El huerto inicia una nueva temporada y necesita la ayuda de pequeños y mayores. Participa en las labores de otoño, prepara los semilleros y descubre cómo cuidar los cultivos de forma sostenible.

19 DE SEPTIEMBRE

AULA DE MEDIO AMBIENTE LAS VAQUERIZAS

Turno 1 (3 a 6 años): 10:00 a 10:50 horas

Turno 2 (7 a 11 años): 11:00 a 11:50 horas

Turno 3 (a partir de 12 años y adultos): 12:00 a 12:50 horas

Información complementaria:

Inscripción previa mediante formulario online.





EXPOSICIÓN "CRAS Félix Rodríguez de la Fuente"

GESTIÓN AMBIENTAL

Una muestra dedicada al trabajo del Centro de Recuperación de Animales Silvestres de la Comunidad de Madrid, que acerca al visitante la labor de rescate, recuperación y conservación de la fauna autóctona, así como su importante papel en la educación ambiental y la protección de la biodiversidad.

1 DE JULIO AL 30 DE SEPTIEMBRE
AULA DE MEDIO AMBIENTE LAS VAQUERIZAS

Información complementaria:
Entrada libre.

Juegos de Otoño en el Parque Central

GESTIÓN AMBIENTAL

Una mañana para descubrir en familia los colores, sonidos y curiosidades del otoño a través de juegos, pruebas y actividades de educación ambiental.

26 DE SEPTIEMBRE
AULA DE MEDIO AMBIENTE LAS VAQUERIZAS

Turno 1 (familias con niños de 3 a 7 años):

10:00 a 11:30 horas

Turno 2 (familias con niños a partir de 8 años):

11:40 a 13:10 horas

Información complementaria:
Inscripción previa mediante formulario online.

Ruta Nocturna por Valdeloshielos

GESTIÓN AMBIENTAL

Descubre la naturaleza al anochecer en una ruta guiada para conocer la fauna que despierta cuando cae el sol. Rapaces nocturnas, insectos, reptiles y otros animales protagonizan esta experiencia para todos los amantes de la biodiversidad.

19 DE SEPTIEMBRE
VALDELOSHIELOS
20:00 a 23:00 horas

Información complementaria:
Inscripción previa mediante formulario online.
Se recomienda llevar linterna. Inscripciones en [iberozoa.app](mailto:iberozoa.madrid@gmail.com) o a través del correo iberozoa.madrid@gmail.com.

Ruta de la Berrea del Ciervo

GESTIÓN AMBIENTAL

Vive uno de los grandes espectáculos de la naturaleza ibérica acompañando a los guías en una ruta por el Monte del Pardo para observar y escuchar la berrea del ciervo durante el atardecer.



EXPOSICIONES

CULTURA



AYUNTAMIENTO
TRES CANTOS

Asociación fotográfica f22

11 - 27 septiembre

Inauguración: 11 septiembre, 19.00 h.

EN SALA PEDRO NAVARES

Esta asociación comienza el curso cultural 2026-2027 inaugurando la exposición compuesta por las 40 fotografías premiadas y finalistas de su IX Concurso Fotográfico Ciudad de Tres Cantos, celebrado la pasada primavera. En el mismo acto se realizará la entrega de los premios a los ganadores de cada una de las categorías: Naturaleza, Viajes y Tres Cantos.



Asociación de Pintores de Tres Cantos

EN SALA GUTIÉRREZ MONTIEL

La Asociación de Pintores de Tres Cantos presenta una nueva exposición que reúne las obras más recientes de sus artistas. Una muestra que refleja la diversidad de estilos, técnicas y sensibilidades que conviven en el colectivo, ofreciendo al visitante la oportunidad de descubrir las últimas creaciones de unos autores comprometidos con la expresión artística y la creatividad contemporánea.

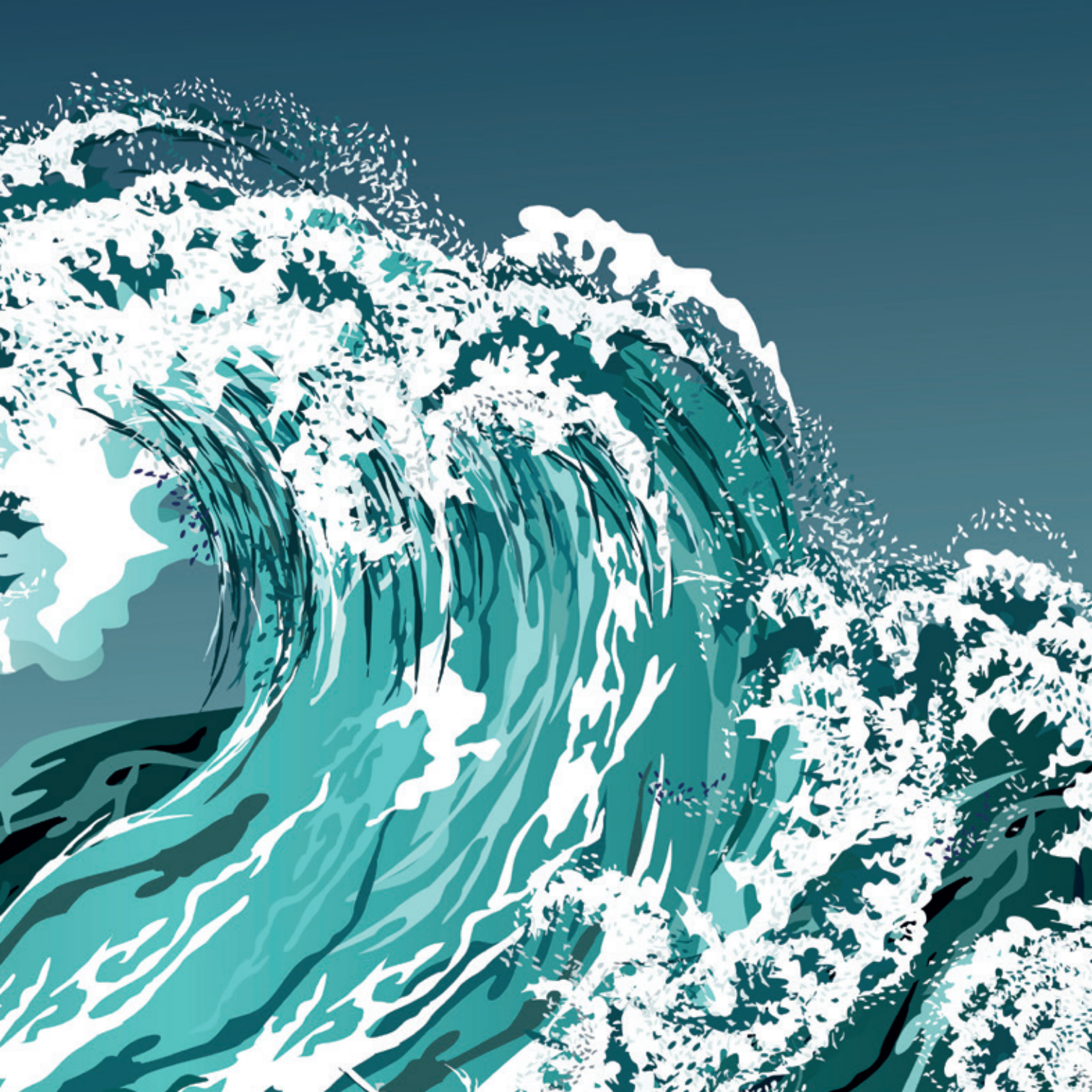


Asociación de Grabadores de Tres Cantos "Tarlataña"

EN SALA VAN DRELL

Cada grabado es la huella de un diálogo entre la materia, el tiempo y la mirada. TARLATANA presenta una selección de obras recientes en las que el papel conserva el rastro del gesto creador y la fuerza de una técnica que transforma la incisión, la tinta y la presión en emoción. Una invitación a detenerse, descubrir y recorrer un universo donde cada estampa revela una historia única.





Y EN OCTUBRE...

- Gala del Mayor
- Gala de Policía
- Día Fiesta Nacional
- Feria Medio Ambiente
- Pop Up Comercio

HORARIO DE TAQUILLA

Jueves y viernes: 17.00 - 20.00 h.

Sábados: 11.00 - 14.00 h.
y una hora antes del comienzo
del espectáculo

Domingos:
Una hora antes del comienzo
del espectáculo



Bonificaciones
existentes para
la adquisición de
localidades

CRÉDITOS

EDITA: Ayuntamiento de Tres Cantos

ALCALDE-PRESIDENTE: Jesús Moreno García

DIRIGE: Cristina Miguel Lasso

FOTOGRAFÍAS: Nacho Pardo

IMPRESIÓN: Producciones MIC, S.L.

DEPÓSITO LEGAL: M-25933-2008

Sugerencias/comentarios: 360y5@trescantos.es

Whatsapp Municipal



Guarda el **644 594 493**
y envía Hola



360y5.es

Revista informativa Municipal



Actividades
de Ocio, Cultura,
Deporte...

Pl. del Ayuntamiento, 1
28760 Tres Cantos
T: 912 93 80 00



AYUNTAMIENTO
TRES CANTOS