



INSCRIPCIONES CURSOS:

Inscripciones del 19 de enero al 4 de febrero de 2026 de forma on line.

Inicio de los cursos para jóvenes a partir del 9 de febrero de 2026.

Siempre que queden plazas libres, se podrá 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 realizar de forma on line a través de la nueva aplicación disponible en la sede electrónica en el apartado de juventud.

Más información 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



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



centrojovensanse



centrojovensanse



@centrojovensanse



@Sansejuventud



centrojovensanse



696 780 141



PROGRAMA DE ACTIVIDADES FORMATIVAS Y DE OCIO

FEBRERO A MAYO 2026

PARA JÓVENES de 14 a 30 años
Actividades gratuitas





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.

DINAMIZACIÓN MUSICAL

DJ

Del 13 de febrero al 15 de mayo 2026.

Viernes de 18 a 20 h.

EJE DE DESARROLLO

PERSONAL Y COMUNITARIO

LENGUA DE SIGNOS NIVEL MEDIO

Del 3 de febrero al 19 de mayo 2026.

Martes de 17:30 a 19:30 h.

CONVERSACIÓN EN INGLÉS

Del 4 de febrero al 20 de mayo 2026.

Miércoles de 18:30 a 20 h.

BEAT BOX, LOOPS Y PRODUCCIÓN

Jueves 7 y 14 de mayo 2026.

17:30 a 20:30 h.

HERRAMIENTAS PARA EL TRABAJO VOLUNTARIO: MUSICOTERAPIA, RISOTERAPIA, BIODANZA...

24 y 25 de febrero 2026. 8h.

10:00 A 14:00 h.

PIV San Sebastián de los Reyes Centro Joven "DANIEL RODRIGUEZ"(Presencial)

VOLUNTARIADO CON MAYORES EN RESIDENCIAS

24 y 25 de marzo 2026. 8h.

10:00 A 14:00 h.

PIV San Sebastián de los Reyes. Centro Joven "DANIEL RODRIGUEZ"(Presencial)

CENTRO DE INFORMACIÓN JUVENIL

ASESORÍA JURÍDICA

Martes de 17:30 a 20:30 h

Servicio gratuito de asesoramiento y orientación sobre cuestiones legales, como multas, sanciones o requerimientos, cuestiones laborales, alquiler o compra de vivienda,...

ASESORÍA DE ESTUDIOS Y PROFESIONES

Jueves de 17:30 a 20:30 h

Servicio de asesoramiento y orientación sobre itinerarios educativos, formación ocupacional, alternativas formativas y laborales, salidas profesionales,...

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, intercambiar ideas e informar sobre temas de interés juvenil, en un ambiente distendido, acompañado 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.

ACTIVIDADES ABIERTAS GRATUITAS PARA JÓVENES DE 14 A 30 AÑOS

Programa de ocio con actividades lúdicas, conciertos, talleres, juegos, salidas de ocio,...

Sesiones de DJ - Viernes 30 de enero y 13 de marzo de 2026 de 20 a 22 h.

Social Dance - Sábados 7 de febrero y 7 de marzo de 2026 de 19 a 20:30 h.

Cocina Internacional: Masterclass - Viernes 20 de febrero, 20 de marzo, 17 de abril y 8 de mayo de 2026 de 18 a 20 h.

Encuentro de Freestyle- Viernes 10 de abril de 19 a 22 h.

Sanse Urbano 22 y 23 de mayo 2026. Festival de Cultura Urbana con concursos Baile, Rap, Basket 3x3 y Artes visuales.

Cine juvenil - viernes de 19 a 21:30 h.

16 de enero " El maestro que prometió el mar". No recomendada a menores de 12 años.

27 febrero: "La infiltrada". No recomendada para menores de 12 años.

27 marzo: "A different man". No recomendada para menores de 16 años.

24 abril: "Sorda". Todos los públicos.

29 mayo: "Pobres criaturas". No recomendada para menores de 16 años.

ESPACIO ABIERTO

Viernes y sábados de 19 a 21 h.

Espacio de encuentro y participación para jóvenes de 14 a 30 años, con actividades de ocio propuestas por los propios jóvenes, con una programación variada: talleres artísticos, baile, musicales, torneos de juegos y deportivos, gymkhanas, etc. Cuenta con recursos lúdicos como juegos de mesa, fútbolín, tenis de mesa, consolas, música...

¿Qué te apetece hacer? Te asesoramos para llevar a cabo tus propuestas, ya que ¡éste es tu espacio! Consulta la programación semanal.

OTRAS ACTIVIDADES GRATUITAS PARA JÓVENES DE 14 A 30 AÑOS

RADIO JOVEN En buena Onda

Programa de radio En Buena Onda, que se emite in streaming en Twitch "CentroJoven-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 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

RUTA RAQUETAS DE NIEVE

Sábado 21 de febrero de 2026

8 a 14 h.

Incluye: guía de montaña, raquetas, bastones, transporte y seguros. Necesario llevar: mochila con almuerzo media mañana y botella de agua, calzado de montaña y ropa de abrigo cómoda para caminar, guantes impermeables y gorro.

VISITA CULTURAL A LA CIUDAD DE CUENCA

Sábado 18 de abril de 2026

8:30 a 17:30 h.

Incluye: entradas a la catedral y a las casas colgadas transporte, guía y seguros. Necesario llevar: comida, bebida, ropa de abrigo y calzado cómodo.

AULA DE ESTUDIO

Espacio para estudiar con servicio Wifi.

De lunes a viernes de 8:30 a 14 h y de 15:30 a 21 h, sábados de 9:30 a 15 h y de 16:30 a 21 h y domingos de 16:30 a 21 h.

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