

IV SEMANA DE LA SALUD 2026

DEL 6 AL 9 DE OCTUBRE

Organizado por:
GERENCIA DE ATENCIÓN PRIMARIA DE
VALLADOLID ESTE



PORQUE COMPARTIR TIEMPO ES REGALAR BIENESTAR

DESDE TODOS LOS CENTROS DE SALUD DEL ÁREA,
NOS UNIMOS A LA LUCHA CONTRA LA SOLEDAD
CON UNA INFINIDAD DE ACTIVIDADES GRATUITAS
DISEÑADAS PARA TI

INFÓRMATE AQUÍ
ESCANEANDO EL QR



CONSULTA A TU PROFESIONAL SANITARIO
DE REFERENCIA

TU SALUD,
SIEMPRE SERÁ NUESTRA PRIORIDAD.

IV SEMANA DE LA SALUD

DEL 6 AL 9 DE OCTUBRE 2026



PROGRAMACIÓN



Centros de salud URBANOS

CS. Rondilla I y II

CS. La Victoria

CS. Barrio España

CS. Magdalena

CS. Canterac y CS Gamazo

CS. Pilarica y CS Circular

CS. Circunvalación y CS Tórtola

CS. San Pablo

Centros de salud RURALES

CS. Alaejos

CS. Olmedo

CS. Cigales

CS. Peñafiel

CS. Esguevillas

CS. Portillo

CS. Íscar

CS. Serrada

CS. Medina del Campo Rural

CS. Tudela de Duero

CS. Medina del Campo Urbano

CS. Valladolid Rural I

Centro de Hemoterapia

IV SEMANA DE LA SALUD

DEL 6 AL 9 DE OCTUBRE 2026

Organizado por:
GERENCIA DE ATENCIÓN PRIMARIA
DE VALLADOLID ESTE



ÍNDICE DE PROGRAMACIÓN

ÍNDICE DE PROGRAMACIÓN

PÁGINA

Centros de salud URBANOS

CS Rondilla I y II	4
CS. Barrio España	5
CS. Canterac y CS Gamazo	6
CS. Circunvalación y CS Tórtola	7
CS. La Victoria	8
CS. Magdalena	9
CS. Pilarica y CS. Circular	10
CS. San Pablo	11

Centros de salud RURALES

CS Alaejos	12
CS. Cigales	13
CS. Esguevillas	14
CS. Íscar.....	15
CS. Medina del Campo Rural.....	16
CS. Medina del Campo Urbano.....	17
CS. Olmedo.....	18
CS. Peñafiel.....	19
CS. Portillo	20
CS. Serrada	21
CS. Tudela de Duero	22
CS. Valladolid Rural I	23

IV SEMANA DE LA SALUD

DEL 6 AL 9 DE OCTUBRE 2026

Organizado por:
GERENCIA DE ATENCIÓN PRIMARIA
DE VALLADOLID ESTE



PROGRAMACIÓN:

Centro de Salud Rondilla.

MARTES 6

18,00 H.- 18,25 H. APERTURA INSTITUCIONAL.

- Gerencia de atención primaria del Área de salud de Valladolid Este

18,25 H.- 18,55 H. PRESENTACIÓN IV SEMANA DE LA SALUD DE LA GAP VALLADOLID-ESTE

- D. Jose A. Espeso Hernández
Responsable de Enfermería - CS. Rondilla II

18,55 H.- 19,30 H. ENREDANDO LA RONDILLA, MAPEANDO BIENESTAR.

- Dña. Esther Gómez González
EIR FyC - - CS. Rondilla II

MIÉRCOLES 7

18,00 H.- 19,00 H. SOLEDAD NO DESEADA

- Dña. Lucía Delgado Ruiz
EIR FyC, - CS. Rondilla I
- Dr. Carlos David Gómez Rojano
MIR FyC - CS. Rondilla II



Centro Cívico
Rondilla
Pza. Alberto Fdez. 3

Acceso gratuito a toda la población
hasta completar aforo

JUEVES 8

18,00 H. GRAN GYMкана SALUDABLE

- Profesionales sanitarios de los
Centros de Salud Rondilla I y II

***Esta actividad se realizará en el
Centro de Vida Activa Rondilla
C/Cardenal Torquemada 52***

VIERNES 9

11.00 H. CAMINATA SALUDABLE.

- Terminaremos con nuestra tradicional caminata saludable, un viernes más, te esperamos en la puerta del centro de salud.
- Además, nos uniremos a otras caminatas de los barrios adyacentes para compartir experiencias.

Colabora:
Ayuntamiento de Valladolid.
Asociación Vecinal Rondilla.
Asociación de Mujeres "La Rondilla".

IV SEMANA DE LA SALUD

DEL 6 AL 9 DE OCTUBRE 2026

Organizado por:
GERENCIA DE ATENCIÓN PRIMARIA
DE VALLADOLID ESTE



PROGRAMACIÓN:

Centro de Salud Barrio España.

MIÉRCOLES 7

10,00 - 11,00 H. SOLEDAD NO DESEADA
(CEAS)

- Dña. Laura Rodríguez Samaniego
Enfermera FyC - CS. Bº España
- Dña. Clara San Felipe González
Enfermera FyC - CS. Bº España

11,00 H.-12,00 H. CUIDANDO AL CUIDADOR
(CEAS)

- Dña. Clara San Felipe González
Enfermera FyC - CS. Bº España
- Dña. Laura Rodríguez Samaniego
Enfermera FyC - CS. Bº España
- D. Mario Alejos Izquierdo
EIR FyC - CS. Bº España

JUEVES 8

12,00 H.-14,00 H. TALLER R.C.P BÁSICA
(CENTRO DE SALUD B.ESPAÑA)

- D. Guillermo Matheus Alonso
MIR FyC - CS. Bº España

ABUSO DE PANTALLAS : EN EL CEIP
MIGUEL ISCAR.

- Dña. Nuria Bueno Massa
Enfermera Pediatría- CS. Bº España
- Dña. Natalia Pérez Rábano
EIR FyC - CS. Bº España
- D. Mario Alejos Izquierdo
EIR FyC - CS. Bº España

VIERNES 9

10:30H TALLER DE ESCUELA DE
ESPALDA

Dña. Rosario Calleja Camarero
Fisioterapeuta - CS Bº España

11.00 H. CAMINATA SALUDABLE.

- Volveremos a repetir nuestra caminata saludable como fiesta fin de Semana. Tras finalizar realizaremos ejercicios de movilidad, estiramiento y equilibrio.

Te esperamos en la puerta principal de tu centro de salud.



Centro de iniciativas
ciudadanas
"Conde Ansures"
C/ Batuecas, 24
CEIP Miguel Iscar
C/Cantabria

Acceso gratuito a toda la población
hasta completar aforo

Colabora:
Ayuntamiento de Valladolid.

IV SEMANA DE LA SALUD

DEL 6 AL 9 DE OCTUBRE 2026

Organizado por:
GERENCIA DE ATENCIÓN PRIMARIA
DE VALLADOLID ESTE



PROGRAMACIÓN:

Centros de Salud Canterac - Gamazo.

MIÉRCOLES 7

10,00 H.- 10,30 H. SOLEDAD NO DESEADA.

- Dña. Cristina Fernández Gay
Enfermera FyC - CS. Gamazo

10,30 H.- 11,00 H. HIGIENE DEL SUEÑO.

- Dña. Lucía González Corroto
EIR FyC - CS. Gamazo

11,00 H.- 11,30 H. APRENDE A COMER SALUDABLE.

- Dña. Esther García García
Responsable de Enfermería - CS. Gamazo
- Dña. Inés Velasco Maté
Enfermera - CS. Gamazo

VIERNES 9

10,30 H. VIDA ACTIVA:
MÁS FUERTE MÁS INDEPENDIENTE.

- Dña. Inmaculada Sagarra Gervas
EIR FyC - CS. Gamazo

11.00 H. CAMINATA SALUDABLE.

- Volvemos a repetir nuestra caminata saludable como fiesta fin de Semana.
- Te esperamos en la puerta principal de tu centro de salud.



JUEVES 8

10,00 H.- 10,30 H. HACIA UNA MAYOR AUTONOMÍA: EJERCICIOS ADAPTADOS PARA MANTENER Y MEJORAR LA MOVILIDAD.

- Dña. Silvia Molpecerews Iglesias
EIR FyC - CS. Canterac

10,30 H.- 11,00 H. PROGRAMAS DE VACUNACIÓN Y CRIBADOS EN EL ADULTO.

- Dña. Sara González Fernández
Enfermera FyC - CS. Canterac

11,00 H.- 11,30 H. DEFICIENCIAS NUTRICIONALES EN HOMBRES Y MUJERES DE EDAD AVANZADA.

- Dña. Beatriz Alonso Mañueco
EIR FyC - CS. Canterac

Asociación Vecinal
"Caño Argales" de
San Andrés
C/ Vega , 18

Acceso gratuito a toda la población
hasta completar aforo

CS. Gamazo - Pso- de Filipinos 15. 47007 Valladolid

Colabora:
Asociación Vecinal "Caño Argales"
de San Andrés

IV SEMANA DE LA SALUD

DEL 6 AL 9 DE OCTUBRE 2026

Organizado por:
GERENCIA DE ATENCIÓN PRIMARIA
DE VALLADOLID ESTE



PROGRAMACIÓN:

Centros de Salud Circunvalación - Tórtola.

MIÉRCOLES 7

10,00 H.- 10,20 H. PRESENTACIÓN SEMANA DE LA SALUD 2026

- Dña. Andrea Martín Recio - Enfermera FyC

10,30 H.- 10,50 H. USO DE APP "SACYL CONECTA"

- Dña. Paula Parra Mediavilla - Enfermera FyC- GAP VAE

11,00 H.- 11,20 H. USO Y ADMINISTRACIÓN DE MEDICAMENTOS

- Dr. Guillermo Aragón Etio- Médico AP- C.S. Tórtola
- Dña. Ana Seco De Miguel - Enfermera FyC - C.S. Tórtola

11,30 H.- 11,50 H. ENVEJECIMIENTO ACTIVO

- D. Alberto Simarro Martín - Fisioterapeuta - C.S. Circunvalación
- Dra. Marina Gómez Andrés -MIR FyC - C.S. Circunvalación

12,15 H.- 13,00 H. SOLEDAD NO DESEADA

- Dña. Andrea Martín Recio - Enfermera FyC

VIERNES 9

09,00 H.- 10,00 H. ESTIRAMIENTOS Y CAMINATA SALUDABLE

- Profesionales de ambos centros de salud.

10,15 H.- 11,15 H. RCP Y USO DE DESA

- Talleres impartidos por profesionales de ambos Centros de Salud e Instructores en Reanimación Cardiopulmonar



JUEVES 8

10,00 H.- 10,20 H. ALIMENTACIÓN SALUDABLE

- Dra. M^a Concepción Domingo Luque - Médica AP - C.S. Tórtola
- Dña. Marta Sierra Rodríguez EIR FyC - C.S. Tórtola
- Dña. Sara Castaneda Vega EIR FyC - C.S. Tórtola

10,30 H.- 10,50 H. PREVENCIÓN Y CRIBADOS DISPONIBLES EN SACYL

- Dra. Laura Herguedas Herguedas - Médica AP - C.S. Tórtola
- Dña. Sonia del Olmo Núñez -Enfermera - C.S. Tórtola

11,00 H.- 11,20 H. CUIDAR AL CUIDADOR

- Dña. Lidia Hernández Crespo - Enfermera FyC - C.S. Circunvalación
- Dña. María Gómez Andrés - EIR FyC - C.S. Circunvalación

11,30 H.- 11,50 H. TABACO

- Dña. Susana Morillo Blanco - Responsable de enfermería - C.S. Circunvalación
- Dña. Azahara Sánchez Velasco EIR FyC - C.S. Circunvalación
- Dra. Isabel García MAP - C.S. Circunvalación

12,15 H.- 13,00 H. "CLAVES PARA UNA SONRISA SALUDABLE"

- D. Fernando Cuadra Gómez - Higienista bucodental
- Dña. Miriam Rodríguez Paredes - Odontóloga
- Dña. María Couñago Taibo - Odontóloga

Colabora:
Ayuntamiento de Valladolid.



Centro Integrado
Zona Este
Plaza Biólogo José
Antonio Valverde, 1

Acceso gratuito a toda la población
hasta completar aforo

IV SEMANA DE LA SALUD

DEL 6 AL 9 DE OCTUBRE 2026

Organizado por:
GERENCIA DE ATENCIÓN PRIMARIA
DE VALLADOLID ESTE



PROGRAMACIÓN:

Centro de Salud La Victoria.

JUEVES 8

MIÉRCOLES 7

12,00 H.-13,00 H SOLEDAD NO DESEADA.

- D. Jose Luis Sahagún Palencia
Responsable de enfermería - CS. La Victoria

12,00 H.-12,40 H SEGUNDOS QUE SALVAN VIDAS. SEÑALES QUE NO PUEDES IGNORAR

- Dña. Lorena Piquero Esteban
EIR FyC - CS. La Victoria

12,40 H.-13,10 H ENVEJECIMIENTO SALUDABLE. SUMA VIDA A LOS AÑOS.

- D. Jose Luis Sahagún Palencia
Responsable de enfermería - CS. La Victoria
- Dña. Eva Domingo González -
Enfermera Cs. La Victoria

VIERNES 9

09.30 H. CAMINATA SALUDABLE.

- Terminaremos con nuestra tradicional caminata saludable, un viernes más, te esperamos en la puerta del centro de salud.
- Además, nos uniremos a otras caminatas de los barrios adyacentes para compartir experiencias.

Pº Jardín Botánico, S/N
47009 Valladolid



Centro Cívico
Canal de Castilla
Pº Jardín Botánico, 4

Acceso gratuito a toda la población
hasta completar aforo

Colabora:
Ayuntamiento de Valladolid

IV SEMANA DE LA SALUD

DEL 6 AL 9 DE OCTUBRE 2026

Organizado por:
GERENCIA DE ATENCIÓN PRIMARIA
DE VALLADOLID ESTE



PROGRAMACIÓN:

Centro de Salud Magdalena.

MIÉRCOLES 7

12,30 H.-13,30 H. PREVENCIÓN DEL
DETERIORO COGNITIVO: CULTURISMO
COGNITIVO

- D. César de Pedro García
Enfermero FyC - CS. Magdalena
- Dña. Marina Giribet Fernándezpacheco
EIR FyC - CS. Magdalena

JUEVES 8

12,30 H.-13,30 H SOLEDAD NO
DESEADA

- Dña. Marta Lobato Abril
Enfermera - CS. Magdalena
- Dña. Raquel Castillo Martinez
EIR FyC - CS. Magdalena

VIERNES 9

11,00 H. CAMINATA SALUDABLE.

- Al finalizar el recorrido, nuestro
fisioterapeuta ofrecerá una charla
práctica sobre ergonomía y cuidado
postural: escuela de espalda.
- Te esperamos en la puerta principal
de tu centro de salud.



VIERNES 9

12,00 H.-13,00 H ESCUELA DE
ESPALDA: PEQUEÑOS CAMBIOS,
GRANDES RESULTADOS

- Dña. Vanesa Aladro Abad
Fisioterapeuta - CS. Magdalena
- Dña. Isabel Arribas
Responsable de enfermería
CS. Magdalena

Centro de salud
Magdalena
Cno. Cementerio S/N

Acceso gratuito a toda la población
hasta completar aforo

IV SEMANA DE LA SALUD

DEL 6 AL 9 DE OCTUBRE 2026

Organizado por:
GERENCIA DE ATENCIÓN PRIMARIA
DE VALLADOLID ESTE



PROGRAMACIÓN:

Centros de Salud Pilarica-Circular.

MIÉRCOLES 7

Plaza
de
La Danza.

Actividad gratuita a toda la población

10,00 H.- 13,00 H. JORNADA DE ACTIVIDADES COMUNITARIAS.

- Los diferentes activos comunitarios del barrio estarán presentes con mesas informativas, explicando y difundiendo sus actividades.
- Centros de salud Pilarica-Circular, Fundación Intras, ConBici, Centro de vida activa San Juan, Asociación de afrontamiento activo del dolor, Grupo Salud AV Barrio Belén, Consejo social Belén-Pilarica

11,00 H.- 12,00 H. TALLER TEXTIL

- Fundación Intras nos enseñará a elaborar elementos decorativos.

12,00 H.- 13,00 H. BAILE, JUEGOS DE PLASTICIDAD CEREBRAL Y DANZA MEDITATIVA

- Esta combinación de actividades ofertada por la Asociación de afrontamiento activo del dolor, constituye un enfoque integral muy potente para mejorar la salud cognitiva, física y emocional.

18,00 H.- 19,00 H. SOLEDAD NO DESEADA.

- Charla impartida por profesionales del Centro de Salud Pilarica-Circular.

Centro Cívico
Bailarín Vicente
Escudero
C/ Travesía de la
Verbena nº 1

Acceso gratuito a toda la población
hasta completar aforo

Colabora:
Ayuntamiento de Valladolid.



JUEVES 8

10,00 H.- 13,00 H. JUEGOS INTERGENERACIONALES

- Alumnado del colegio Las Huelgas acudirá al Centro de Vida Activa San Juan para compartir tiempo de juegos clásicos de mesa.
- Alumnado del colegio SAFA-Grial duplicará la misma actividad en el Centro de Día de San Juan.

VIERNES 9

09,30 H. CAMINATA SALUDABLE.

- Dirigida por las compañeras de la Unidad de afrontamiento al dolor, nos uniremos con otro Centro de Salud y con alumnos de 5º de Primaria del CEIP Federico Gª Lorca para compartir experiencias entre generaciones.
- Te esperamos en la puerta principal de tu centro de salud.

Calle del Doctor Montero, 2
47005 Valladolid

10,00 H.- 13,00 H. MURAL COMUNITARIO.

- Espacio de participación, creatividad y encuentro intergeneracional entre el alumnado IES La Merced y los usuarios del Centro de Vida Activa Rio Esgueva.

Pl. Encuentro de los pueblos S/N
47005 Valladolid

IV SEMANA DE LA SALUD

DEL 6 AL 9 DE OCTUBRE 2026

Organizado por:
GERENCIA DE ATENCIÓN PRIMARIA
DE VALLADOLID ESTE



PROGRAMACIÓN:

Centro de Salud de San Pablo.

MIÉRCOLES 7

11,00 H.-12,00 H SOLEDAD NO DESEADA

- D. Antonio Álvarez González
Enfermero FyC - CS. San Pablo

Centro de Salud
San Pablo
C/ Cardenal
Torquemada, S/N

Acceso gratuito a toda la población
hasta completar aforo

VIERNES 9

10.45 H. CAMINATA SALUDABLE.

- Terminaremos con nuestra tradicional caminata saludable de fin de fiesta en la que nos uniremos a otras caminatas de los barrios adyacentes para compartir experiencias.
- Te esperamos en la puerta de tu centro de salud.

C/ Cardenal Torquemada S/N
47010 Valladolid



JUEVES 8

10,30 H.-11,30 H TU PUEDES AYUDAR.
PRIMEROS AUXILIOS PARA LA VIDA COTIDIANA.

- Dña. Mónica Naranjo Redondo
Enfermera - PAC Urbano
- Dña. Elena Martínez García
Enfermera - PAC Urbano

11,30 H.-12,30 H ANTE MI FRAGILIDAD
QUE ME ACONSEJA MI FISIOTERAPEUTA

- Dña. Noemi Díaz Nieto
Fisioterapeuta - CS. San Pablo
- D. Antonio Álvarez González
Enfermero FyC - CS. San Pablo

12,30 H.-13,30 H LA IMPORTANCIA DE
DONAR SANGRE: EL TRATAMIENTO QUE
NO SE PUEDE FABRICAR

- Dña. María Luisa Siles Calderón
Responsable de Promoción del Centro
de Hemoterapia de CyL.
- Dña. Patricia Balboa Losada
Responsable de Programación del Centro
de Hemoterapia de CyL.

Biblioteca de
Castilla y León
Pl. de la Trinidad, 2

Acceso gratuito a toda la población
hasta completar aforo

IV SEMANA DE LA SALUD

DEL 6 AL 9 DE OCTUBRE 2026

Organizado por:
GERENCIA DE ATENCIÓN PRIMARIA
DE VALLADOLID ESTE



PROGRAMACIÓN: Centro de Salud Alaejos.

SOLEDAD NO DESEADA

MARTES 6, DE 12,30 H.- 14,00 H. - CASTREJÓN DE TRABANCOS.

- Dña. Paula Isabel Pascual Vegas
Responsable de enfermería - CS. Alaejos

MIÉRCOLES 7, DE 12,30 H.- 14,00 H.- TORRECILLA DE LA ORDEN.

- Dña. Guadalupe Coronel Mansilla
Enfermera - CS. Alaejos

MIÉRCOLES 7, DE 12,30 h.- 14,00 h.- ALAEJOS

- Dña. Paula Isabel Pascual Vegas
Responsable de enfermería - CS. Alaejos

JUEVES 8, DE 09.30 H.- 11,30 H.- CASTRONUÑO

- Dña. Guadalupe Coronel Mansilla
Enfermera - CS. Alaejos

JUEVES 8, DE 12.30 H.- 14,00 H.- VILAFRANCA

- Dña. Guadalupe Coronel Mansilla
Enfermera - CS. Alaejos

JUEVES 8, DE 12.30 H.- 14,00 H.- SIETEIGLESIAS

- Dña. Paula Isabel Pascual Vegas
Responsable de enfermería - CS. Alaejos

Salas de actividad
comunitaria de cada
localidad.

Acceso gratuito a toda la población
hasta completar aforo

JUEVES 8

12,30 H.- 14,00 H. MENOPAUSIA:
ENTENDIENDO LOS CAMBIOS

- Dña. Irene Britapaja Andrés
Matrona - CS. Alaejos

VIERNES 9

09,30 H. CAMINATA SALUDABLE.

• Haremos una caminata por las zonas más pintorescas del pueblo para seguir afianzando la integración del ejercicio físico en nuestro día a día.

Te esperamos en la puerta principal de tu centro de salud.

Plaza Sta. María, 1
47510 Alaejos



IV SEMANA DE LA SALUD

DEL 6 AL 9 DE OCTUBRE 2026

Organizado por:
GERENCIA DE ATENCIÓN PRIMARIA
DE VALLADOLID ESTE



PROGRAMACIÓN:

Centro de Salud Cigales.

JUEVES 8

MIÉRCOLES 7

10,00 H.- 12,00 H. CADA MINUTO CUENTA. PRIMER TALLER DE RCP.

12,00 H.- 14,00 H. CADA MINUTO CUENTA. SEGUNDO TALLER DE RCP.

- Talleres impartidos por Instructores en Reanimación Cardiopulmonar
- Es necesaria reserva de plaza previa.

Centro de salud
Cigales.
Calle Del Río, 7

Acceso gratuito a toda la población hasta completar las plazas.

10,00 H. - 11,00 H. DESMONTANDO MITOS SOBRE LA SALUD

- Dña. Andrea Garcia
Enfermera - CS.Cigales

11,00 H. - 12,00 H. TIEMPO PARA TI, SALUD PARA TU MENTE.

- Dña. Carmen Fernández.
Enfermera - CS. Cigales

12,00 h. - 13,00 h. VIVIR LA MADUREZ CON SALUD Y ORGULLO. LA MENOPAUSIA NECESITA OTRO RELATO.

- Dña. M^a Jose Carbajo
Matrona - CS. Cigales.

Casa de cultura
Vacceos-Encheta.
C/ Campillo S/N

Acceso gratuito a toda la población hasta completar aforo

VIERNES 9

09,30 H. CAMINATA SALUDABLE.

- Al finalizar el recorrido, nuestra fisioterapeuta ofrecerá una charla práctica sobre ergonomía y cuidado postural: escuela de espalda.

Dña. Almudena Bombín Sanz
Fisioterapeuta - CS.Cigales

Centro de salud
Cigales.
Calle Del Río, 7

Acceso gratuito a toda la población hasta completar aforo

Colabora:
Ayuntamiento de Cigales.

IV SEMANA DE LA SALUD

DEL 6 AL 9 DE OCTUBRE 2026

Organizado por:
GERENCIA DE ATENCIÓN PRIMARIA
DE VALLADOLID ESTE



PROGRAMACIÓN:

Centro de Salud Esguevillas.

MIÉRCOLES 7

11,00 H. VIVIR CON INSUFICIENCIA
CARDIACA.

- Dña. Amada Recio Platero
Enfermera - CS. Esguevillas

12,00 H. SOLEDAD NO DESEADA.

- Dña. Nuria Llorente Soriano
Responsable de enfermería - CS. Esguevillas

VIERNES 9

12,00 H. COMO LLEGAR BIEN A LOS 90.

- Dña. Amada Recio Platero
Enfermera - CS. Esguevillas

Centro de salud
Esguevillas
C/ Democracia, 2

Acceso gratuito a toda la población
hasta completar aforo

MIÉRCOLES 7

09,15 H. LA AVENTURA DE
COMER BIEN.

- Dña. Amada Recio Platero
Enfermera - CS. Esguevillas



CEIP - CRA
LA ESGUEVA
AV. de Ramón y
Cajal, 29

Colabora:
Ayuntamiento de Esguevillas.

IV SEMANA DE LA SALUD

DEL 6 AL 9 DE OCTUBRE 2026

Organizado por:
GERENCIA DE ATENCIÓN PRIMARIA
DE VALLADOLID ESTE



PROGRAMACIÓN: Centro de Salud Íscar.

MIÉRCOLES 7

Ayuntamiento
de Íscar
Plaza Mayor, 1

10,00 H.- 11,00 H. SOLEDAD NO DESEADA.

- Dña. Laura Callejo González
Responsable de enfermería
- CS. Íscar
- Dña. Esther Hernando Sánchez
Enfermera - Cs. Íscar

11,00 H.- 12,00 H. MANEJO DE LAS
URGENCIAS EN LOS NIÑOS

- Dra. Silvia Abad Arevalillo
Pediatra - CS. Íscar

12,00 H.- 13,00 H. EDUCAR SIN PERDER LA
CALMA: CLAVES DEL COMPORTAMIENTO
INFANTIL Y ADOLESCENTE

- Dra. Rebeca Da Cuña Vicente
Pediatra - CS. Íscar

VIERNES 9

Ayuntamiento
de Íscar
Plaza Mayor, 1

09,00 H. CAMINATA SALUDABLE.

- Haremos una caminata por las zonas
más pintorescas de los pueblos para
compartir experiencias.
- Te esperamos en la puerta principal
del centro de salud

13,00 H.- 14,00 H. INFECCIÓN RESPIRATORIA
Y USO DE ANTIBIÓTICO

- Dr. Mauricio Chavez Ríos
Médico - CS. Íscar

MIÉRCOLES 7

Centro de Día
de Pedrajas
C/ Las
Escuelas, 6

12,00 H.- 13,00 H. SOLEDAD NO DESEADA.

- Dña. Laura Callejo González
Responsable de enfermería
- Dña. Esther Hernando Sánchez
Enfermera - Cs. Íscar

JUEVES 8

Centro de
Jubilados de
Íscar.
C/ Antero Gº, 1

10,00 H.- 11,00 H. ALIMENTACIÓN
SALUDABLE.

- D. Carlos J. Recio Sanz
Enfermero - Cs. Íscar

11,00 H. -12,00 H. VACUNAS...¿Y SI
ES VERDAD QUE SALVAN VIDAS?

- Dña. Soraya Martín De La Calle
- Dña. Silvia Arranz Garmilla
Enfermeras - CS. Íscar

MIÉRCOLES 14

Ayuntamiento
de Íscar
Plaza Mayor, 1

18,00 H. -19,00 H. USO DE
MEDICAMENTOS EN RAMADÁN.

- Dr. Miguel A. Quintanilla Tabuyo
Médico - CS. Íscar

Colabora:
Ayuntamiento de Íscar.
Ayuntamiento de Pedrajas de San Esteban

IV SEMANA DE LA SALUD

DEL 6 AL 9 DE OCTUBRE 2026

Organizado por:
GERENCIA DE ATENCIÓN PRIMARIA
DE VALLADOLID ESTE



PROGRAMACIÓN:

Centro de Salud Medina del C. Rural

SOLEDAD NO DESEADA

MIÉRCOLES 7, DE 10,30 H.- 11,30 H. - NUEVAVILLA DE LAS TORRES

- Dña. Lourdes Olmedo Lozano
Responsable de enfermería - CS. Medina del C. Rural

MIÉRCOLES 7, DE 10,30 H.- 11,30 H. BOBADILLA

- Dña. Ivana Díez Trevejo
Enfermera FyC - CS. Medina del C. Rural

JUEVES 8, DE 12,00 H.- 13,00 H. - CARPIO

- Dña. Cristina Villaescusa Fulgencio
Enfermera - CS. Medina del C. Rural

JUEVES 8, DE 12,00 H.- 13,00 H. - NAVA DEL REY

- Dña. Sonia Fuentes Vidal
Enfermera FyC - CS. Medina del C. Rural

VIERNES 9,10,30 H.- 11,30 H. POZAL DE GALLINAS.

- Dña. Noelia Vázquez Hernangómez
Enfermera FyC - CS. Medina del C. Rural

Colabora:
Ayuntamiento de Bobadilla
Ayuntamiento de Carpio
Ayuntamiento de Nava del Rey
Ayuntamiento de Nuevavilla de las Torres
Ayuntamiento de Pozal de Gallinas

CAMINATA SALUDABLE

10,00 A 12,00 HRS

Haremos una caminata por las zonas más pintorescas de los pueblos para compartir experiencias.

Te esperamos en los diferentes puntos de salida de tu localidad:

CS. Nava del Rey - C/ Hospital S/N
Cs. Villaverde de Medina - C/ Medina 1 ,



En los locales
habilitados por los
respectivos
Ayuntamientos

Acceso gratuito a toda la población
hasta completar aforo

IV SEMANA DE LA SALUD

DEL 6 AL 9 DE OCTUBRE 2026

Organizado por:
GERENCIA DE ATENCIÓN PRIMARIA
DE VALLADOLID ESTE



PROGRAMACIÓN:

Centro de Salud Medina del C. Urbano

MIÉRCOLES 7

10,00 H.- 11,00 H. ENTRENA TU FUERZA PARA
GANAR BIENESTAR Y SALUD

- Dña. Silvia López Mendoza
Enfermera - CS. Medina del Campo

Hogar de los
jubilados de Medina
del Campo
Calle San Martín, 20.

Acceso gratuito a toda la población
hasta completar aforo

MIÉRCOLES 7

09,30 H.- 11,00 H. EDUCACIÓN
AFECTIVO SEXUAL PARA
PADRES/MADRES

- Dña. M.T Rioja y Dña. Irene Britapaja
Matronas - CS. Medina del Campo

11,00 H.- 12,00 H. USO SALUDABLE DE
PANTALLAS

- Dra. Teresa Cancho Soto
Pediatra- CS. Medina del Campo

17,30 H.- 18,30 H. SÍNDROME DE OVARIO
POLIQUÍSTICO. NUEVOS CONCEPTOS, NUEVAS
RESPUESTAS.

- Dras. Verenise Villegsa y Daniela Lucas.
MIR FyC- CS. Medina del Campo

Centro Cultural
Integrado
Isabel la Católica
C/ Juan de Alamos, 5

Acceso gratuito a toda la población
hasta completar aforo



Colabora:
Ayuntamiento de Medina del Campo

JUEVES 8

09,30 H.- 10,30 H. SOLEDAD NO DESEADA.

- Dña. Leticia Girón Ugidos
Trabajadora social - CS. Medina del Campo
- Dña. Alicia Rodríguez Rodríguez
EIR FyC- CS. Medina del Campo

11,00 H.- 12,00 H. ESTILO DE VIDA EN LA
PREVENCIÓN CONTRA EL CÁNCER.

- Dña. Alicia Rodríguez Rodríguez
EIR FyC- CS. Medina del Campo

Centro Cultural
Integrado
Isabel la Católica
C/ Juan de Alamos, 5

Acceso gratuito a toda la población
hasta completar aforo

VIERNES 9

12,30 H. CAMINATA SALUDABLE.

- Haremos una caminata dirigida por
nuestro fisioterapeuta en la que
disfrutaremos del ejercicio en
compañía.
- Te esperamos en la puerta principal
del centro de salud.



IV SEMANA DE LA SALUD

DEL 6 AL 9 DE OCTUBRE 2026

Organizado por:
GERENCIA DE ATENCIÓN PRIMARIA
DE VALLADOLID ESTE



PROGRAMACIÓN:

Centro de Salud Olmedo.

MIÉRCOLES 7

09,00 H.-14,00 H. SACYCONNECTA:
APRENDE A USAR TU APP

- Mesa informativa situada en el Centro de salud en la que el personal de administración te ayudará a conocer mejor la aplicación de Sacyl.

Centro de salud
Olmedo.
Calle Calabazas, 2

Acceso gratuito a toda la población
hasta completar aforo

MIÉRCOLES 7

11,00 H.-12,00 H. SOLEDAD NO
DESEADA.

- D. José García Saez
Enfermero - CS. Olmedo

Salón de plenos del
Ayto. de Olmedo
Plaza Santa María, 1.

Acceso gratuito a toda la población
hasta completar aforo

JUEVES 8

11,00 H.-12,00 H. GIMNASIA
PARA TU CEREBRO.

- Dra. M^a Luisa Fernández Gómez
Médico - CS. Olmedo

Salón de plenos del
Ayto. de Olmedo
Plaza Santa María, 1.

Acceso gratuito a toda la población
hasta completar aforo



VIERNES 9

10,30 H. -11,30 H. MUEVE LA CADERA,
MUEVE EL ESTERNÓN...SIEMPRE QUE
TENGAS OCASIÓN

- Dña. Yolanda Gómez Pérez
Fisioterapeuta - CS Olmedo

12,00 H. - CAMINATA SALUDABLE.

- Después de la sesión impartida por nuestra fisioterapeuta, haremos una caminata para compartir experiencias, dirigida por Isabel Alonso González.
- Te esperamos en la puerta principal de tu centro de salud.

IV SEMANA DE LA SALUD

DEL 6 AL 9 DE OCTUBRE 2026

Organizado por:
GERENCIA DE ATENCIÓN PRIMARIA
DE VALLADOLID ESTE



PROGRAMACIÓN:

Centro de Salud Peñafiel

MIÉRCOLES 7

13,00 H.- 14,00 H. SOLEDAD NO DESEADA.

- Dña. Teresa Maroto Martín
Responsable de enfermería - CS. Peñafiel
- Dña. Belén de Dios de la Fuente.
Enfermera - CS. Peñafiel

Biblioteca pública
de Peñafiel
C/ Conde Lucanor, 4

Acceso gratuito a toda la población
hasta completar aforo

JUEVES 8

13,00 H.- 14,00 H. CRUZ ROJA ESTA CONTIGO. SERVICIOS Y OPORTUNIDADES.

- Asamblea comarcal de Cruz Roja de Peñafiel

Biblioteca pública
de Peñafiel
C/ Conde Lucanor, 4

Acceso gratuito a toda la población
hasta completar aforo

JUEVES 8

17,00 H.- 18,00 H. CUIDA TU CORAZON: PEQUEÑOS CAMBIOS GRANDES BENEFICIOS

- Dña. Amada Recio Platero.
Enfermera - CS. Esguevillas.

Museo de la Piedra
de Campaspero
C/ Norte, 37

Acceso gratuito a toda la población
hasta completar aforo

Colabora:
Ayuntamiento de Peñafiel
Ayuntamiento de Campaspero



VIERNES 9

09,30 H. CAMINATA SALUDABLE.

Haremos una caminata por las zonas más pintorescas de los pueblos para compartir experiencias.

Te esperamos en los diferentes puntos de salida de tu localidad:

CS. Peñafiel - Av. Cruz Roja, S/N.
Cs. Valbuena-San Bernardo - Pl. Mayor s/n.
Cs. Cogeces del Monte - Pl. Constitución, 1

IV SEMANA DE LA SALUD

DEL 6 AL 9 DE OCTUBRE 2026

Organizado por:
GERENCIA DE ATENCIÓN PRIMARIA
DE VALLADOLID ESTE



PROGRAMACIÓN:

Centro de Salud Portillo.

MIÉRCOLES 7

09,30 H.- 10,30 H. PRIMEROS AUXILIOS.

- ARRABAL DE PORTILLO

10,30 H.- 12,30 H. SOLEDAD NO DESEADA.

- MONTEMAYOR DE PILILLA

10,30 H.- 11,30 H. HOGAR SEGURO.

- ALDEAMAYOR DE SAN MARTÍN

12,00 H.- 13,00 H. ALIMENTACIÓN SALUDABLE.

- MOJADOS

Talleres impartidos por profesionales de Sacyl en los consultorios de los pueblos

Utiliza tu Pasaporte de la Salud y acude a los diferentes talleres

Acceso gratuito a toda la población hasta completar aforo

VIERNES 9

10,40 H.- 11,15 H. PUENTE COMUNITARIO -CONEXIÓN INTERGENERACIONAL.

- RESIDENCIA EL COMPASCO
ALDEAMAYOR DE SAN MARTÍN



JUEVES 8

10,40 H.- 11,15 H. PUENTE COMUNITARIO -CONEXIÓN INTERGENERACIONAL.

- RESIDENCIA SAN RAMÓN Y SAN LUIS.
MOJADOS

11,00 H.- 12,00 H. CUIDAR MEJOR, CUIDÁNDONOS MÁS:
EL ARTE DE PONER LÍMITES

- PORTILLO

11,30 H.- 12,30 H. HIGIENE DEL SUEÑO, BIENESTAR EMOCIONAL.

- LA PEDRAJA DE PORTILLO

12,30 H.- 13,30 H. TALLER DE RCP.

- MONTEMAYOR DE PILILLA

13,15 H.- 14,15 H. BOTIQUÍN EN CASA.

- SAN MIGUEL DEL ARROYO

VIERNES 9

10,30 H. CAMINATA SALUDABLE.

Con actividad complementaria impartida por la fisioterapeuta del Centro de Salud.

Te esperamos en la puerta principal del consultorio de Adeamayor de San Martín.

Calle Nueva, 11

Colabora:
Residencia San Ramón y San Luis
Residencia El Compasco



IV SEMANA DE LA SALUD

DEL 6 AL 9 DE OCTUBRE 2026

Organizado por:
GERENCIA DE ATENCIÓN PRIMARIA
DE VALLADOLID ESTE



PROGRAMACIÓN:

Centro de Salud de Serrada.

MIÉRCOLES 7

10,40 A 11,15 H.-PUENTE COMUNITARIO,
CONEXIÓN INTERGENERACIONAL.

- Dña. Noelia Muñiz López
Enfermera - CS. Serrada
- Dña. Elena Torres Vicente
Trabajadora social - CS. Serrada
- Asociación de vecinos de Valdestillas

Residencia
"El Paramo"
Travesía Real, 4
Valdestillas

Acceso gratuito a toda la población
hasta completar aforo

JUEVES 8

10,00 A 11,00 H.- SOLEDAD NO DESEADA.

- Dña. Mar Villarías Sánchez
- Dña. Sara Frías Pérez
- Dña. M^a José Huerta Sánchez
Enfermeras - CS. Serrada

Ayto. de Valdestillas
Plaza Mayor, 1
Valdestillas

Acceso gratuito a toda la población
hasta completar aforo

JUEVES 8

10,30 H.- 11,30 H. MUEVE LA CABEZA,
MUEVE EL ESTERNÓN... SIEMPRE QUE
TENGAS OCASIÓN.

- Dña. M^a Yolanda Gómez Pérez
Fisioterapeuta - CS. Serrada

Ayto. de Serrada
Plaza Mayor, nº 1
Serrada

Acceso gratuito a toda la población
hasta completar aforo



JUEVES 8

12,00 H. CAMINATA SALUDABLE.

- Después de la sesión impartida por nuestra fisioterapeuta, haremos una caminata para compartir experiencias y disfrutar de nuestro entorno.
- Te esperamos en la Plaza Mayor de Serrada.

Colabora:
Ayuntamiento de Serrada.
Ayuntamiento de Valdestillas.
Residencia El Páramo.

IV SEMANA DE LA SALUD

DEL 6 AL 9 DE OCTUBRE 2026

Organizado por:
GERENCIA DE ATENCIÓN PRIMARIA
DE VALLADOLID ESTE



PROGRAMACIÓN:

Centro de Salud Tudela de Duero.

JUEVES 8

9,00 H. CAMINATA SALUDABLE.

Haremos una caminata por las zonas más pintorescas de los pueblos para seguir afianzando la integración del ejercicio físico en nuestro día a día. Juntaremos ambas caminatas para disfrutar de un almuerzo saludable.

Te esperamos en los diferentes puntos de salida de tu localidad:

Sardón - Consultorio de Sardón de Duero (Carretera Soria S/n)
Quintanilla de Onésimo - Puente sobre el río Duero entre
Quintanilla y Olivares.



TU SALUD,
SIEMPRE SERÁ NUESTRA PRIORIDAD.

IV SEMANA DE LA SALUD

DEL 6 AL 9 DE OCTUBRE 2026

Organizado por:
GERENCIA DE ATENCIÓN PRIMARIA
DE VALLADOLID ESTE



PROGRAMACIÓN:

Centro de Salud Valladolid Rural I

VIVIR LA MADUREZ CON SALUD Y ORGULLO.
LA MENOPAUSIA NECESITA OTRO RELATO.

MIÉRCOLES 7, A LAS 09,00 H. RENEDO DE
ESGUEVA.

MIÉRCOLES 7, A LAS 11,00 H. CABEZÓN DE
PISUERGA.

MIÉRCOLES 7, A LAS 13,00 H. SANTOVENIA
DE PISUERGA.

- Dña. M^a Jose Carbajo Martínez
Matrona - CS. Va-Rural I

SOLEDAD NO DESEADA

MARTES 6, A LAS 11,00 H. RENEDO DE
ESGUEVA.

JUEVES 8, A LAS 11,00 H. CABEZÓN DE
PISUERGA.

- Dña. Eva Renedo Domínguez
Responsable de enfermería - CS. Va-Rural I
- Dña. Yolanda Arce García
- Dña. Laura De Miguel Gutierrez
Enfermeras CS. Valladolid Rural I

PRIMEROS AUXILIOS

VIERNES 9, A LAS 11,00 H. SANTOVENIA
DE PISUERGA.

VIERNES 9, A LAS 12,00 H. RENEDO DE
ESGUEVA.

VIERNES 9, A LAS 13,00 H. CABEZÓN DE
PISUERGA.

- Dña. Eva Renedo Domínguez
Responsable de enfermería - CS. Va-Rural I
- Dña. Yolanda Arce García
- Dña. Laura De Miguel Gutierrez
Enfermeras CS. Valladolid Rural I



Hogar del jubilado
de Cabezón de P.
Av. de Palencia,
Nº 44-46

Acceso gratuito a toda la población
hasta completar aforo

Centro de Salud de
Renedo de Esgueva.
Carretera de
Valladolid, S/N

Acceso gratuito a toda la población
hasta completar aforo

Centro Cívico
Santovenia de P.
C/ Real, 47

Acceso gratuito a toda la población
hasta completar aforo

Colabora:

Ayuntamiento de Cabezón de Pisuerga
Ayuntamiento de Renedo de Esgueva
Ayuntamiento de Santovenia de Pisuerga



IV SEMANA DE LA SALUD

DEL 6 AL 9 DE OCTUBRE 2026

Organizado por:
GERENCIA DE ATENCIÓN PRIMARIA
DE VALLADOLID ESTE



PROGRAMACIÓN:

Centro de Hemoterapia y Hemodonación

MIÉRCOLES 7

PLAZA
DE
SAN PABLO

Desde las 15,45 hrs
hasta las 21,15 hrs

JUEVES 8

PASEO
JARDÍN BOTÁNICO
S/N

Desde las 09,00 hrs
hasta las 14,00 hrs

VIERNES 9

PAC
RONDILLA
C/ Cardenal
Torquemada 54

Desde las 09,00 hrs
hasta las 13,30 hrs



El centro de hemoterapia y hemodonación de CyL ,
dispondrá puntos de recolecta de
sangre en las tres zonas señaladas
bajo el lema
"La vida también se dona en tu
barrio".

¡¡¡Acude y dona!!!