



ACTIVIDADES DE AJEA ENERO A DICIEMBRE DE 2025

PRIMER TRIMESTRE 2025

JUEVES 9 DE ENERO 2025	INICIACIÓN AL USO DE INTERNET	Primeros pasos en el uso del ordenador o el móvil, desde descargar una app, hacer una video llamada o enviar un correo electrónico	Fundación Cibervoluntarios	17:00 a 19:00 horas	Sala de informática CC. Viñagrande
JUEVES 16 DE ENERO 2025	INTERNET SEGURO	Aprende a configurar tus dispositivos y a conectarte a internet de forma segura para prevenir y detectar robo de datos y estafas	Fundación Cibervoluntarios	17:00 a 19:00 horas	Sala de informática CC. Viñagrande
JUEVES 23 DE ENERO 2025	CORREO ELECTRÓNICO, PRIMEROS PASOS	Aprende a usar el correo electrónico y todas las funciones que tiene para transmitir información, programarla, etc	Fundación Cibervoluntarios	17:00 a 19:00 horas	Sala de informática CC. Viñagrande
JUEVES 30 DE ENERO 30 de enero 2025	HERRAMIENTAS DE GESTIÓN Y ORGANIZACIÓN	Se verán las mejores herramientas online para comunicarnos, mandar archivos, hablar con el equipo, etc. También las herramientas organizativas para ayudar a ordenar tu espacio, tiempo y	Fundación Cibervoluntarios	de 17.00 a 19.00	Sala de informática CC. Viñagrande

		tareas, con el objetivo de ayudarte.			
JUEVES 6 DE FEBRERO 2025	RRSS: WHATSAPP E INSTAGRAM SEGURIDAD Y BUENAS PRÁCTICAS	Te enseñamos a manejar las principales redes sociales paso a paso y a sacarles todo el partido, tanto a nivel personal como profesional.	Fundación Cibervoluntarios	de 17.00 a 19.00	Sala de informática CC. Viñagrande
JUEVES 13 DE FEBRERO 2025	CONTINUACIÓN SESIÓN INSTAGRAM, CERTIFICADO ELECTRÓNICO Y CLAVE	Se verá el funcionamiento de Instagram y se orientará para la identificación con CLAVE, DNI y CERTIFICADO ELECTRÓNICO Preparación de la sesión siguiente sobre la Carpeta Ciudadana.	Fundación Cibervoluntarios	de 17.00 a 19.00	Sala de informática CC. Viñagrande
JUEVES 20 DE FEBRERO 2025	APPS ADMINISTRACIÓN PÚBLICA: MI CARPETA CIUDADANA	Carpeta Ciudadana es un espacio personal on-line que te facilita la relación con las Administraciones Públicas. requiere que te identifiques mediante Cl@ve. Puedes utilizar el DNI-electrónico, cualquier certificado electrónico reconocido y también los sistemas de claves concertadas clave PIN y clave Permanente.	Fundación Cibervoluntarios	de 17.00 a 19.00	Sala de informática CC. Viñagrande
VIERNES 21 DE FEBRERO 2025	VISITA GUIADA POR MADRID	MONCLOA, PARQUE DEL OESTE Recorrido Plaza Moncloa,	Guías Paco y Román	De 10:30 a 13:30	Ruta por Madrid Inicio: Metro Moncloa, Salida

		cuartel gral del ejército del aire Arco de Triunfo, paseo moreg, de Camoens, Monumento al maestro, cementerio 2 mayo, monumento a Goya, ermitas San Antonio y casa mingo			Paseo Moret. Interiores: Cementerio 2 mayo, Ermita de Goya
JUEVES 27 DE FEBRERO 2025	GOOGLE WORKSPACE: CHAT, MEET, GMAIL, CALENDAR	Googhe workspace es un conjunto de soluciones que te ayudan a organizarte y comunicarte. En esta sesión están previstas Chat, Meet, Gmail y Calendar	Fundación Cibervoluntarios	de 17.00 a 19.00	Sala de informática CC. Viñagrande
MIÉRCOLES 5 DE MARZO	LA LEYENDA DEL TITANIC, EXPOSICIÓN INMERSIVA	Una experiencia inmersiva para recorrer los camarotes de tercera y primera clase, escuchar la orquesta en su última canción y explorar las profundidades del Atlántico hasta el naufragio.	Madrid Artes Digitales. Reservado con Laura, 26 entradas. Fecha límite de pago 12 febrero	17:30	Matadero. Nave16 Metro Legazpi. Plaza Legazpi 8 15€ Con Laura
JUEVES 6 DE MARZO 2025	GOOGLE WORKSPACE: DRIVE Y DOCUMENTOS	En esta sesión se verán las herramientas de workspace de Drive y Documentos	Fundación Cibervoluntarios	de 17.00 a 19.00	Sala de informática CC. Viñagrande
JUEVES 13 DE MARZO 2025	GOOGLE FOTOS	En esta sesión se enseñará a gestionar las fotos en tus dispositivos.	Fundación Cibervoluntarios	de 17.00 a 19.00	Sala de informática CC. Viñagrande
JUEVES 20 DE MARZO 2025	PÁGINA WEB	Veremos cómo abrir una página web y la forma más fácil de actualizarla y organizar la información	Fundación Cibervoluntarios	de 17.00 a 19.00	Sala de informática CC. Viñagrande

VIERNES 21 DE MARZO 2025	VISITA GUIADA POR MADRID	ORTEGA Y GASSET Y MUSEO ARQUEOLÓGICO	Guías Paco y Román	De 10:30 a 13:30	Ruta por Madrid De 10:30 a 13:30
JUEVES 27 DE MARZO 2025	FUSIÓN, LLEVANDO LA ENERGÍA DEL SOL A LA TIERRA	Introducción al plasma, el cuarto estado de la materia, y a la fusión nuclear, la fuente de energía de las estrellas. Cómo se planea desarrollar la fusión nuclear como fuente de energía en la Tierra. Reactores ITER en el sur de Francia y el español TJ-II ubicado en el Ciemat, Madrid.	Dr. Kieran McCarthy Laboratorio Nacional de Fusión, Ciemat, kieran.mccarthy@ciemat.es	de 17.00 a 19.00	Sala de conferencias CC Viñagrande
VIERNES 28 MARZO	VIAJE CULTURAL DE DOS DÍAS	Por determinar	Por determinar		
JUEVES 03 DE ABRIL 2025	ASISTENCIA AL MUSICAL GYPSY	GYPSY, EL MUSICAL Basado en las memorias de Gypsy Rose Lee, su trama gira en torno al personaje de Rose, la madre de Gypsy, una mujer implacable que busca convertir a sus hijas en estrellas del vodevil a cualquier precio.	Antonio Banderas. Este musical de referencia de Arthur Laurents explora el mundo del espectáculo con humor, corazón y sofisticación. Fecha límite reserva 1 febrero	de 17.00 a 19.00	Teatro Nuevo Apolo 47 entradas Reservadas 31€ Con Laura
JUEVES 10 DE ABRIL 2025	GLUTACIÓN, LA MOLÉCULA REGENERADORA	La Glutación ayuda a la protección celular, la desintoxicación, el fortalecimiento del sistema inmunológico	Maite Areces	de 17.00 a 19.00	Sala de conferencias CC Viñagrande

JUEVES 24 DE ABRIL	TALLER SOBRE ATENCIÓN PLENA (MINDFULNESS)	Meditación guiada , Diálogo en grupos pequeños, Presentación del curso. Preguntas	Consuelo Cabero, profesora de MBSR (Reducción del estrés basado en mindfulness.	De 17:00 a 19:00	Sala de conferencias CC Viñagrande
--------------------	---	---	---	------------------	------------------------------------



SEGUNDO TRIMESTRE DE 2025

VIERNES 25 DE ABRIL 2025	VISITA GUIADA POR MADRID	GALDÓS	Guías Paco y Román	De 10:30 a 13:30	Ruta por Madrid Inicio: 10:30
JUEVES 7 DE MAYO	TEATRO: QUE DIOS NOS PILLE CONFESADOS	El padre Beltrán visita a la marquesa Pilar que posee un valioso cuadro del siglo XVII. El inspector ha chequeado las medidas de seguridad y descarta que un ladrón pueda llevárselo . Pero al sacerdote no se le escapa una, y sospecha que el fontanero Floren está planeando un robo. Chapucero, sí, pero robo al fin y al cabo...	El padre Beltrán (Josema Yuste) visita a la marquesa Pilar (Esther del Prado), El inspector (Santiago Urrialde) el fontanero Floren (Javier Losán)	19:00	Teatro Muñoz Seca, Plaza del Carmen 1 Metro: Sol 21 entradas Reservadas 22€ con Laura



JUEVES 08 DE MAYO 2025	CELEBRACIÓN DEL DÍA DE EUROPA	SESIÓN INFORMATIVA SOBRE LA UNIÓN EUROPEA	Susana Aguilar Arauzo Centro de Documentación Europea / Dirección General de Cooperación con el Estado y la Unión Europea Consejería de Presidencia, Justicia y Administración Local ' 912761216 / 14	de 17.00 a 18.30	Sala de conferencias CC Viñagrande
JUEVES 15 DE MAYO 2025	CHARLA CULTURA	INFLUENCIA DE LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN EN LA CULTURA	José Luis Arribas, socio de AJEA	de 17.00 a 19.00	Sala de conferencias CC Viñagrande
JUEVES 22 DE MAYO 2025	VISITA GUIADA POR MADRID	PARQUE JUAN CARLOS I	Guías Paco y Román	De 10:30 a 13:30	Ruta por Madrid
JUEVES 29 DE MAYO 2025	TALLER COLABORACION APRENDIZAJE-SERVICIO CON UCM	TEMA DE SALUD (a concretar)	UCM	de 17.00 a 19.00	Sala de conferencias CC Viñagrande
JUEVES 05 DE JUNIO 2025	VIAJE CULTURAL	A DETERMINAR	A DETERMINAR	A FIJAR	A DETERMINAR
SÁBADO 7 DE JUNIO 2025	HOMENAJE A LOS PROFESORES JUBILADOS EN LOS 3 ÚLTIMOS CURSOS	RECONOCIMIENTO A LOS PROFESORES QUE SE HAN JUBILADO Y ENTREGA DE DIPLOMAS	CONCEJALÍA DE EDUCACIÓN DEL AYTO DE ALCORCÓN	12:00ELE	ESCUELA DE MÚSICA
JUEVES 12 DE JUNIO 2025	COMIDA FIN DE CURSO	CELEBRACIÓN DE FIN DE CURSO	AJEA	14:00	Restaurante a determinar
VIERNES 20 DE	ZARZUELA	LUISA FERNANDA	Fue estrenada en el Teatro	20:00	Teatro Amaya



JUNIO 2025		Una zarzuela, comedia lírica en tres actos, de Federico Moreno Torroba y libreto de Federico Romero Sarachaga y Guillermo Fernández-Shaw Iturralde. o	Calderón de Madrid el 26 de marzo de 1932. Es la cuarta zarzuela de Moreno Torroba, y su primer gran éxito		10 butacas y 30 entreplanta 35€ Fecha límite reserva
-------------------	--	---	--	--	--





ACTIVIDADES DE AJEA: CURSO 2025 – 2026 1º TRIMESTRE
ASOCIACIÓN DE JUBILADOS DE LA ENSEÑANZA DE ALCORCÓN
 (La programación podrá tener cambios y adaptaciones....)



DÍA	TÍTULO	DESCRIPCIÓN	PONENTE/S	HORA	LUGAR
JUEVES 02 OCTUBRE 2025	BIENVENIDA Y PRESENTACIÓN DE LA COMUNICACIÓN EN AJEA CURSO 2025-2026	Bienvenida y Presentación de las comunicaciones con AJEA por Whatsapp, correo electrónico, Instagram y página web de AJEA. Presentación del programa de actividades del PRIMER trimestre del curso 2025-2026 y los Proyectos con la UCM, Cibervoluntarios, Concejalía de Salud, etc	Lola Rodríguez y Teresa Garrote	17:00 a 19:00	Sala de Conferencias de AJEA en CC Viñagrande
JUEVES 9 OCTUBRE 2025 (TODOS LOS JUEVES DEL	INGLÉS NIVEL O	Clases de inglés nivel O. Los interesados contactarán con la profesora quien les explicará los contenidos y todo lo referente a las clases	Blanca Ferrero, profesora	09:15-10:15 horas	Sala de AJEA CC Viñagrande

CURSO)					
JUEVES 9 OCTUBRE 2025 (TODOS LOS JUEVES DEL CURSO)	INGLÉS NIVEL 1	Clases de inglés nivel 1. Los interesados contactarán con la profesora quien les explicará los contenidos y todo lo referente a las clases.	Blanca Ferrero, profesora	10:15 - 11:15 horas	Sala de AJEA CC Viñagrande
JUEVES 9 OCTUBRE 2025	PÁGINA WEB DE AJEA	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación de la página web de AJEA: https://www.ajea.com.es/ • Inicio-Sobre nosotros-Proyecto anual-Actividades: calendario-charlas/talleres-culturales-viajes-museos y monumentos-celebraciones-reservas online-fotogalería-testimonios-contacto 	José Félix Barrio, presidente de AJEA	17:00 a 19:00	Sala de AJEA del C. C. Viñagrande
LUNES 13 OTUBRE 2025	CURSO REDUCCIÓN DE ESTRÉS BASADO EN MINDFULNESS	<p>CURSO DE REDUCCIÓN DE ESTRÉS BASADO EN MINDFULNESS</p>  <p>Lunes: de 17.00 a 19.30 horas Del 13 de octubre al 22 de diciembre</p> <p><i>Realizaremos meditaciones guiadas, actividades en grupo, prácticas y movimientos conscientes.</i></p> <p>Facilita: M^º Consolación Cabero</p>  <p>ASOCIACIÓN AJEA. Viñagrande. Parque Ordesa, 5, Alcorcón. Metro Joaquín Vilumbrales.</p>	Consuelo Cabero	17:00 A 19:30 horas 4 semanas hasta diciembre 2025	Sala de AJEA del C. C. Viñagrande



JUEVES 16 OCTUBRE 2025	RUTA CULTURAL: PARQUE JUAN CARLOS I	<p>LUGAR DE CITA: 10:30 H en el METRO Feria de Madrid. Línea 8 10:45 h en la ENTRADA TERMINACIÓN: 13:00 H RECORRIDO: Entrada por plaza de Don Juan, vuelta al redondo, rías y puentes. 5 Pirámides y 19 Esculturas. Olivares. Jardín de las Tres Culturas. Estufa fría.</p>	<p>Guías Paco y Román</p> <p>Nota: “Llevar zapatos cómodos y Agua y gorras para el camino”</p>	10:00 – 13:00 horas	Metro Feria de Madrid. Parque Juan Carlos I
LUNES 20 OTUBRE 2025	CURSO REDUCCIÓN DE ESTRÉS BASADO EN MINDFULNESS	<p>CURSO DE REDUCCIÓN DE ESTRÉS BASADO EN MINDFULNESS</p>  <p>Lunes: de 17.00 a 19.30 horas Del 13 de octubre al 22 de diciembre</p> <p><i>Realizaremos meditaciones guiadas, actividades en grupo, prácticas y movimientos conscientes.</i></p> <p>Facilita: M^a Consolación Cabero</p>  <p>ASOCIACIÓN AJEA. Viñagrande. Parque Ordesa, 5, Alcorcón. Metro Joaquín Vilumbrales.</p>	Consuelo Cabero	17:00 A 19:30 horas 4 semanas hasta diciembre 2025	Sala de AJEA del C. C. Viñagrande
JUEVES 23 DE OCTUBRE 2025	CIBERVOLUNTARIOS	Expert click: herramientas de ocio creativo y comunicación	Voluntario de la Fundación Cibervoluntarios	17:00 a 19:00 horas	Aula de Informática
VIERNES 24 OCTUBRE 2025 CANCELADA POR POCAS INSCRIPCION	EXCURSIÓN A PUY DE FOU	Parque de día Puy Du Fou El precio Incluye: Autocar + Entrada Parque de día PUY DE FOU + Seguro	58€	Puy de Fu	Puy de fu

ES					
LUNES 27 OCTUBRE 2025	CURSO REDUCCIÓN DE ESTRÉS BASADO EN MINDFULNESS		Consuelo Cabero	17:00 A 19:30 horas 4 semanas hasta diciembre 2025	Sala de AJEA del C. C. Viñagrande
MARTES 28 DE OCTUBRE 2025	TEATRO		Arrabal Tango Club. 50 entradas reservadas a 13€	Teatro Fígaro.	20:00 horas Teatro Fígaro
MIÉRCOLES 29 OCTUBRE CANCELADA POR FALTA DE INSCRIPCION ES	VIAJEA MADRIDEJOS	A		Viaje publicitario a Madridejos	Todo el día Madridejos

					
JUEVES 30 OCTUBRE 2025	CIBERVOLUNTARIOS	Expert click: herramientas para realizar trámites y compras seguras	Voluntario de la Fundación Cibervoluntarios	17:00 a 19:00 horas	Aula de Informática
LUNES 3 NOVIEMBRE 2025	CURSO REDUCCIÓN DE ESTRÉS BASADO EN MINDFULNESS		Consuelo Cabero	17:00 A 19:30 horas 4 semanas hasta diciembre 2025	Sala de AJEA del C. C. Viñagrande
JUEVES 06 NOVIEMBRE 2025	CIBERVOLUNTARIOS	GMAIL, MEET Y WHATSAPP, IA, HERRAMIENTAS DE COMUNICACIÓN	Ponente de Cibervoluntarios Daniel	17:00 – 19:00 horas	Aula de Informática en CC Viñagrande



JUEVES 06 NOVIEMBRE 2025	I ENCUENTRO DE ASOCIACIONES DE PERSONAS MAYORES DE CONFEMAC	Celebración el 6 de noviembre en Dos Hermanas (Sevilla) de una jornada una jornada para aprender, compartir y seguir construyendo juntas un movimiento asociativo fuerte y activo.	Asistió Teresa Garrote	Todo el día	Sevilla
LUNES 10 NOVIEMBRE 2025	CURSO REDUCCIÓN DE ESTRÉS BASADO EN MINDFULNESS	<p>CURSO DE REDUCCIÓN DE ESTRÉS BASADO EN MINDFULNESS</p>  <p>Lunes: de 17.00 a 19.30 horas Del 13 de octubre al 22 de diciembre</p> <p><i>Realizaremos meditaciones guiadas, actividades en grupo, prácticas y movimientos conscientes.</i></p> <p>Facilita: M^{ra} Consolación Cabero</p>  <p>ASOCIACIÓN AJEA. Viñagrande. Parque Ordesa, 5, Alcorcón. Metro Joaquín Vilumbrales.</p>	Consuelo Cabero	17:00 A 19:30 horas 4 semanas hasta diciembre 2025	Sala de AJEA del C. C. Viñagrande
JUEVES 13 NOVIEMBRE 2025	CONCEJALÍA DE SALUD. AYUNTAMIENTO DE ALCORCÓN	Oferta y recursos para mayores ofrecidos por la Concejalía de Salud del Ayuntamiento de Alcorcón	Trabajadoras de la Concejalía de Salud	17: a 19:00 h	Sala de Conferencias de AJEA en CC Viñagrande
JUEVES 13 DE NOVIEMBRE DE 2025	REUNIÓN JUNTA DIRECTIVA	<p>El Presidente de la Junta Directiva de AJEA CONVOCA reunión extraordinaria en la Sala de Conferencias del CC Viñagrande el jueves 13-11-2025 a las 16:00 h con el siguiente ORDEN DEL DÍA:</p> <p>1.- Funcionamiento de la Junta Directiva</p> <p>2. Revisión y evaluación de las actividades programadas de</p>	Todos los miembros de la Junta Directiva	16:00 – 17:00 horas	Sala de conferencias Cc Viñagrande

		octubre a diciembre 2025 3.- Previsión de actividades para 2026 6.- Ruegos y preguntas			
JUEVES 13 DE NOVIEMBRE DE 2025	CIBERVOLUNTARIOS	<p>“Creador IA: diseña textos, imágenes y vídeos con Inteligencia Artificial”</p> <p>Os dejo el link que se copia en el buscador para acceder a la formación. meet.google.com/qoi-stsh-rbq</p> <p>Duración: 1 hora</p> <p>Curso introductorio y práctico para aprender a generar textos, imágenes y vídeos con herramientas de IA generativa como ChatGPT, Gemini, DALL·E, PixVerse o Synthesia. Incluye pautas para crear prompts eficaces y orientaciones de uso ético.</p> <p>Qué aprenderás</p> <ul style="list-style-type: none"> • Principios básicos de IA generativa y sus aplicaciones. • Creación de contenido automatizado: generación de textos, imágenes y vídeos. • Buenas prácticas: derechos de autor, privacidad y responsabilidad en el uso de IA. <p>Dirigido a</p> <p>Personas interesadas en explorar la creatividad digital con IA, sin necesidad de conocimientos técnicos, y que deseen producir contenidos de forma más ágil y con calidad.</p>	Voluntario: José Martín Molina Ramírez	17:00- 18:00 horas	Online

LUNES 17 NOVIEMBRE	CURSO REDUCCIÓN DE ESTRÉS BASADO EN MINDFULNESS	<p>CURSO DE REDUCCIÓN DE ESTRÉS BASADO EN MINDFULNESS</p>  <p>Lunes: de 17.00 a 19.30 horas Del 13 de octubre al 22 de diciembre</p> <p><i>Realizaremos meditaciones guiadas, actividades en grupo, prácticas y movimientos conscientes.</i></p> <p>Facilita: M^a Consolación Cabero</p>  <p>ASOCIACIÓN AJEA. Viñagrande. Parque Ordesa, 5, Alcorcón. Metro Joaquín Vilumbrales.</p>	Consuelo Cabero	17:00 A 19:30 horas 4 semanas hasta diciembre 2025	Sala de AJEA del C. C. Viñagrande
MIÉRCOLES 19 NOVIEMBRE 2025	EXCURSIÓN A SEGOVIA – LA GRANJA	<p>La excursión es de un día y hay que apuntarse y pagar. Se crea un grupo en Whatsapp para gestionar la excursión</p> 	Excursión organizada por el equipo directivo de AJEA con la Agencia...	08:00- 19:00 horas	Segovia – La Granja
MIÉRCOLES 19 NOVIEMBRE 2025	VISITA A TELEMADRID	Programa “la Tarde de Telemadrid”, un programa de entretenimiento. Los asistentes actúan como público del programa dirigido por Christian Gálvez	25 personas asisten como Público	14:00 horas a 18:00 horas	Telemadrid. Recogida del autobús en el Recinto Ferial
JUEVES 20	CIBERVOLUNTARIOS	ADMINISTRACIÓN	Ponente de	17:00 –	Aula de




**CANCELADA
POR POCAS
INSCRIPCION
ES**


NOVIEMBRE 2025		CERTIFICADOS Y PROCEDIMIENTOS DIGITALES	cibervoluntarios	19:00 horas	Informac en CC Viñagrande
VIERNES 21 NOVIEMBRE 2025	MUSEO DEL PRADO	Visitaremos y explicará Román “LOS TESOROS DEL DELFÍN. «Alhajas del Delfín» , es un conjunto de vasos preciosos que, procedentes de la riquísima colección de Luis, gran delfín de Francia, vinieron a España como herencia de su hijo Felipe V. El gran delfín era, a su vez, hijo de Luis XIV.	Guía Román	16:30 horas	Estar en la puerta de Murillo, enfrente del Botánico a las 16:15 h
SÁBADO 22 NOVIEMBRE 2025	RUTA POR MADRID PARQUE “EL CAPRICHÓ”	HORA DE COMIENZO: a las 10:30 horas EN PUNTO HORA DE FINALIZACIÓN: a las 13:30 horas RECORRIDO: METRO EL CAPRICHÓ. Salida Parque el Capricho. VISITA : Línea de entrada hasta el palacio. Exedra, laberinto, fuentes, palacio, estanques, zona de juegos, embarcadero, W:C. casino, jardín de flores, casa vieja, ermita VISITA INTERIOR: NO, El bunker solo es visitable en mayo y junio. DOS ENTREMESES: Confesiones de los Emperadores y el Misterio de la Maja.	Guías Paco y Román	De 10:30 a 13:30 horas	LUGAR DE INICIO:




LUNES 24 NOVIEMBRE	CURSO REDUCCIÓN DE ESTRÉS BASADO EN MINDFULNESS	<p>CURSO DE REDUCCIÓN DE ESTRÉS BASADO EN MINDFULNESS</p>  <p>Lunes: de 17.00 a 19.30 horas Del 13 de octubre al 22 de diciembre</p> <p><i>Realizaremos meditaciones guiadas, actividades en grupo, prácticas y movimientos conscientes.</i></p> <p>Facilita: M^a Consolación Cabero</p>  <p>ASOCIACIÓN AJEA. Viñagrande. Parque Ordesa, 5, Alcorcón. Metro Joaquín Vilumbrales.</p>	Consuelo Cabero	17:00 A 19:30 horas 4 semanas hasta diciembre 2025	Sala de AJEA del C. C. Viñagrande
DÍA DEL MAESTRO	COMIDA Y TEATRO	Celebración del día del MAESTRO Restaurante a determinar VICTORIA	de Marc Angelet y Cristina Clemente, con un reparto excepcional: Ampar o Larrañaga, Iñaki Miramón, Mar Abascal y Juli Fàbregas.	13:00 horas 14:15 horas 20:00 horas	Sagrado Corazón Teatro Fígaro
JUEVES 27 NOVIEMBRE 2025	Una comedia pasional y guerrera de Marc Angelet y Cristina Clemente, con un reparto excepcional: Amparo Larrañaga, Iñaki Miramón, Mar Abascal y Juli Fàbregas. Victoria es una comedia tierna, feroz y muy actual sobre padres, hijos, sueños				


heredados y la libertad de equivocarse. Porque a veces, para ganar, hay que saber perder.



DÍA	TÍTULO	DESCRIPCIÓN	PONENTE/S	HORA	LUGAR
LUNES 1 DICIEMBRE 2025	CURSO REDUCCIÓN DE ESTRÉS BASADO EN MINDFULNESS	<p>CURSO DE REDUCCIÓN DE ESTRÉS BASADO EN MINDFULNESS</p>  <p>Lunes: de 17.00 a 19.30 horas Del 13 de octubre al 22 de diciembre</p> <p><i>Realizaremos meditaciones guiadas, actividades en grupo, prácticas y movimientos conscientes.</i></p> <p>Facilita: M^{ra} Consolación Cabero</p>  <p>ASOCIACIÓN AJEA. Viñagrande. Parque Ordessa, 5, Alcorcón. Metro Joaquín Vilumbrales.</p>	Consuelo Cabero	17:00 A 19:30 horas 4 semanas hasta diciembre 2025	Sala de AJEA del C. C. Viñagrande
JUEVES 4 DICIEMBRE 2025	CHARLA “TALLER” 	<p>“ CLAVES PARA UNA BUENA VIDA” ¿Qué puede hacer que no me sienta bien o que haciéndome sentir bien, vaya a tener consecuencias negativas en mi vida?</p> <p>Grupo 1: Todo lo que no depende de nosotros es mala suerte o destino, Esto nos sirve para estar muy agradecidos por todo lo bueno que hay en nuestras vidas, porque sólo es cuestión de tiempo perderlo todo.</p> <p>Grupo 2: Lo que depende en su totalidad o parcialmente de nosotros. Merece la pena dedicar tiempo a identificar las cosas de esta lista y hacer lo posible por evitarlas. Este ejercicio es bastante sencillo de realizar.</p>	Augusto Barrionuevo, economista con 27 años de experiencia en dirección financiera, y escritor	17:00 horas	Sala de Conferencias de AJEA en CC Viñagrande
VIERNES 5 DICIEMBRE	ENCUENTRO CON LA CONCEJALA DE	Encuentro con la Concejala de Cultura del Ayto de Alcorcón, para reforzar la	Concejala de Cultura	17:00 horas	Sede de la Concejalía

2025	EDUCACIÓN DEL AYTO DE ALCORCÓN	cooperación			de Cultura en el Buero Vallejo
MARTES 9 DICIEMBRE	CONCIERTO DE NAVIDAD 	CONCIERTO DE NAVIDAD de la Orquesta y Coro de Filarmonía de Madrid del día 9 de diciembre a las 19:30 h en el Auditorio Nacional de Música, y quedan plazas libres en tribuna 29€, Patio de Butacas 51€ y primer anfiteatro 59€. El programa incluye un recorrido por algunas de las obras más emblemáticas y festivas de la música clásica,	elegante Obertura Eine Nacht in Venedig de Johann Strauss hasta la energía rítmica del Pájaro de fuego de Igor Stravinsky, pasando por el lirismo del Pavane Op. 50 de Gabriel Fauré	19:30	Auditorio Nacional
JUEVES 11 DICIEMBRE 2024	CONVOCATORIA REUNIÓN EXTRAORDINARIA JUNTA DIRECTIVA AJEA	ORDEN DEL DÍA: 1. Preparación de la Asamblea General del día 18 de diciembre: a. Análisis DAFO-CAME de AJEA (Corregir debilidades, mantener Fortalezas, afrontar amenazas y ex- plotar oportunidades) y Plan de Ac- ción de AJEA para 2026: colabora- dores, difusión, participación, etc. b. Gestión de la Junta Directiva. Acti- vidades realizadas en 2025 y previ- sión de Actividades para 2026.	Análisis DAFO y Estrategias CAME Plan de Acción Actividades Datos económicos Cuestionario opinión	12:00 horas	Sala de Conferencia s de AJEA en CC Viñagrande

		<p>c. Gestión económica y cuota anual para 2026. Subvención del Ayuntamiento de Alcorcón</p> <p>2.- Ruegos y preguntas</p>			
JUEVES 11 DICIEMBRE 2024	TALLER ACTIVO 	Dinámica grupal. Conocernos mejor Villancicos con Marcelino	Lola Rodríguez y Marcelino Díaz	17:00-19:00 horas	Sala de Conferencias de AJEA en CC Viñagrande
LUNES 15 DICIEMBRE 2025	CURSO REDUCCIÓN DE ESTRÉS BASADO EN MINDFULNESS	<p>CURSO DE REDUCCIÓN DE ESTRÉS BASADO EN MINDFULNESS</p>  <p>Lunes: de 17.00 a 19.30 horas Del 13 de octubre al 22 de diciembre</p> <p><i>Realizaremos meditaciones guiadas, actividades en grupo, prácticas y movimientos conscientes.</i></p> <p>Facilita: M^a Consolación Cabero</p>  <p>ASOCIACIÓN AJEA. Viñagrande. Parque Ordesa, 5, Alcorcón. Metro Joaquín Vilumbrales.</p>	Consuelo Cabero	17:00 A 19:30 horas 4 semanas hasta diciembre 2025	Sala de AJEA del C. C. Viñagrande
JUEVES 18 DICIEMBRE	ASAMBLEA GENERAL	ASAMBLEA ANUAL ORDINARIA ORDEN DEL DÍA: 1.- Análisis DAFO-CAME de AJEA(Corregir debilidades, mantener Fortalezas, afrontar amenazas y explotar oportunidades). Plan de Acción de AJEA para 2026. Nombrar colaboradores de la JD 2.- Aprobar la gestión de la Junta Directiva.	Todos los socios <u>Análisis DAFO y Estrategias CAME</u> <u>Plan de Acción:</u> Trabajar en equipo y atraer nuevos miembros Colaboradores para:	17:00 horas	Sala CC Viñagrande

		<p>Actividades realizadas en 2025 y previsión de Actividades para 2026.</p> <p>3.-Aprobar la gestión económica y fijar la cuota anual para 2026. Subvención del Ayuntamiento de Alcorcón</p> <p>5.- Ruegos y preguntas</p> <p>Despedida del año 2025 y FELIZ NAVIDAD con pastas.</p> <p>Nota: es muy importante su asistencia, pues su participación fortalece la Asociación</p>	<ul style="list-style-type: none">• Visitar Centros• Llamadas socios• Diseño publicidad• Contacto con asociaciones y entidades• Búsqueda financiación externa <p>Datos económicos Cuestionario de opinión</p>		