



Mapa de ACTIVOS DE SALUD del barrio del Polígono, Toledo

خريطة الموارد الصحية في حي البوليجونو
Harta activelor de sănătate din cartierul Polígono, Toledo

YO SOY
Polígono

¿Qué es y cómo funciona este MAPA?

Éste es un Mapa donde se muestran los **ACTIVOS DE SALUD** del barrio del Polígono. Eso es: el conjunto de sitios y recursos que nos ayudan, como personas y como comunidad, a gozar de buena salud física y mental.

En esta cara, puedes encontrar muchos de éstos: centros de salud, farmacias, clínicas varias, entidades vinculadas a la salud mental, la atención temprana y la diversidad funcional o recursos para personas mayores, entre otros... En la otra cara del mapa, vas a encontrar espacios y recursos en el que cuidar tu salud a través de la **actividad física**: instalaciones y clubes deportivos, huertos urbanos, parques y paseos peatonales.

Este mapa es producto de la **Mesa de Salud del Polígono**, compuesta por Centro de Salud del Polígono, Servicios Sociales Municipales, Centro de Mayores del Polígono, Patronato Deportivo Municipal, UCLM, CRPSL (FSCLM), Farmacia del barrio, Asociación ABUCAMAN, Asociación Down Toledo, enfermera de los CEIP del barrio, y otros colaboradores puntuales. Destaca la contribución del alumnado de la UCLM, a través de las asignaturas de Enfermería Comunitaria y Estancias Prácticas, que se implicaron en el proceso de *Mapeo de los Activos en Salud*.

Finalmente, añadir que toda la información de este mapa, se refleja a su vez en el **Directorio de Recursos del Proceso Comunitario del Polígono**: un espacio online que recoge no solo los recursos de salud, sino también los de educación, vivienda, empleo, convivencia...

Encuentra ese directorio, y más información sobre cada recurso del mapa, en la web **ConstruccionComunitaria.es** o consúltalo directamente a través de este código QR:



CENTRO DE SALUD Y HOSPITAL

- Centro de Salud de Santa Mª de Benquerencia**
c/ Río Guadarrama, s/n
Centralita: 925 23 23 01 / Urgencias: 925 23 01 04
- Hospital General Universitario de Toledo**
Av. Río Guadiana, s/n

FARMACIAS

- Farmacia Alberche Uno**
c/ Río Alberche Nº 1, 925 23 34 94
- Farmacia Carbajo**
Av. Río Boladiez Nº 52, 953 33 73 87
- Farmacia Díaz García**
c/ Río Guadarrama Nº 24, 925 23 03 18
- Farmacia Fresnedoso**
c/ Río Fresnedoso Nº 11, 925 33 73 30
- Farmacia Lozoya**
c/ Río Guadarrama Nº 34, Local 5, 925 24 03 58
- Farmacia M. Victoria Moraleda**
c/ Río Valdeyernos Nº 4, 925 24 56 03
- Farmacia Jorge Capitán Sánchez**
Centro Comercial Luz del Tajo, 925 24 58 87
- Farmacia Pérez Pérez**
c/ Río Alberche Nº 25, 925 23 00 01
- Farmacia Elena Bueno Vera**
c/ Río Alberche Nº 50, 925 24 10 01

ADMINISTRACIÓN Y ORGANISMOS PÚBLICOS

- Centro de la Mujer Toledo**
c/ Alemania Nº 139 bis, 45005 Toledo, 925 33 03 99
- Servicios Sociales de Atención Primaria, Polígono**
Centro Social del Polígono
c/ Río Bullaque Nº 24, 925 33 23 90

ENTIDADES RELIGIOSAS (salud espiritual)

SALUD MENTAL, ATENCIÓN TEMPRANA Y DIVERSIDAD FUNCIONAL

- ABUCAMAN** (*Trastornos de la conducta alimentaria*)
c/ Alemania Nº 137, 45005 Toledo, 925 25 48 47
- ADEMT0 - Asociación de Esclerosis Múltiple de Toledo**
Av. Río Boladiez Nº 62 A, 925 33 55 85
- AFAEM Despertar**
Av. Río Boladiez Nº 62 A, 925 33 71 91
- AFIBROTOL, Asociación de Enfermos y Familiares de Fibromialgia y Fatiga Crónica de Toledo**
Centro Social del Polígono, c/ Río Bullaque Nº 24, 671 211 223
- APACE - Asociación de Ayuda a la Parálisis Cerebral**
Av. Río Boladiez Nº 32, 925 23 40 23
- APANAS - Asociación Provincial de Familias de Personas con Discapacidad Intelectual y del Desarrollo**
c/ de Oslo Nº 20, 45003 Toledo, 925 22 02 21
- APAT - Asociación de Personas con Autismo de Toledo**
c/ Escalerillas de la Vega Nº 1, bª dcha, 45004 Toledo, 925 97 43 85
- FACLM - Federación Autismo Castilla-La Mancha**
c/ Escalerillas de la Vega Nº 1, 45004 Toledo, 925 97 00 73
- Centro de Rehabilitación Psico-social y Laboral – CRPSL Fundación Sociosanitaria de CLM**
Av. Purísima Concepción Nº 31, 45006 Toledo, 925 28 40 34
- Asociación D'mentes abiertas Toledo**
Av. Purísima Concepción Nº 31, 45006 Toledo, 682 596 676 y 671 620 873
- Larcama - Ludópatas Asociados en Rehabilitación de CLM,**
Av. Purísima Concepción Nº 31, 45006 Toledo, 655 347 692
- Asociación Down Toledo**
c/ Río Marches Nº 44, 925 23 41 11
- Asociación TDAH**
Centro Social del Polígono, c/ Río Bullaque Nº 24, 671 764 460
- Centro Crecer**
c/ Laguna de arcas Nº 6, 925 10 21 99
- CLM Inclusiva - COCEMFE en Toledo**
Av. del Río Boladiez Nº 64 A, 925 11 50 41
- Erre que erre - Logopedia**
c/ Río Guadarrama Nº 71, 601 284 727
- Essential Toledo**
Paseo Río Guadiela, s/n, 672 174 048
- Federación Salud Mental Castilla La Mancha**
Av. Río Boladiez Nº 62, 925 28 43 76
- Plena Inclusión Castilla La Mancha**
c/ Dublín, 1 - 1ª, 45003 Toledo, 925 21 58 03
- Pretox - Asociación para la Prevención y Ayuda al Toxicómano**
Av. Gral. Villalba, E.C.E.F. Pabellón 3, 45003 Toledo, 925 21 42 30
- Teléfono de la Esperanza**
Av. Gral. Villalba, E.C.E.F. Pabellón 8, 45003 Toledo, 925 23 95 25
- UCA, Unidad de Conductas Adictivas - Toledo**
Hospital Provincial de la Misericordia
c/ Subida San Servando, 45006 Toledo, 925 26 92 00 ext. 43062
- Unidad de Salud Mental - Toledo**
Hospital Provincial de la Misericordia
c/ Subida de San Servando, 45006 - Toledo, 925 22 38 51

- Centro Médico Ntra Sra de Lourdes**
c/ Río Alberche Nº 50, 925 23 31 89
- Centro Fismasport**
c/ Laguna de arcas Nº 4 - Local 6, 615 615 739
- Clínica de Fisioterapia Rodman**
Av. Río Boladiez Nº 46, 925 05 37 33
- Fisioterapia Miguel Ángel**
Centro Comercial Tiendas G, c/ Río Alberche Nº 25, 654 551 183
- Fisioterapia y Masajistas Eva Sanz y Alberto Sánchez**
Av. Río Boladiez Nº 34, 925 23 10 52
- Fisioterapia Osteopatía Lanchares**
Av. Río Guadarrama nº 6, 925 05 48 76
- Clínica Dental Arala**
c/ Río Mesa Nº 1, 925 23 11 28
- Clínica Dental Areiba**
c/ Río Fuentebrada Nº 5, 925 23 36 36
- Clínica Dental Caballero**
Av. del Río Boladiez Nº 40, 925 23 07 12
- Clínica Dental Sedi**
c/ Río Guadarrama Nº 71, 925 33 70 32
- Clínica Dental Tavira**
c/ Río Boladiez Nº 52, 925 62 22 07
- Clínica Polident**
c/ Río Miño Nº 11, 925 23 38 07
- Taller Dental Alba**
c/ Río Fresnedoso Nº 12
- Centro Óptico Avanzado**
Av. Río Boladiez Nº 38, 925 23 12 14
- Opticalia Garcilent Toledo**
c/ Río Alberche Nº 50, 925 23 27 06
- Ortopedia 24**
c/ Río Guadarrama Nº 25, 925 62 56 25
- TOECO. Imágenes Prenatales**
c/ Río Guadarrama Nº 34, 925 62 23 71

MAYORES: ASOCIACIONES, CENTROS Y RESIDENCIAS

- Asociacion Pensionistas de Alcatel**
Centro Social del Polígono, c/ Río Bullaque Nº 24, 925 23 06 65
- Asociación Vereda**
Centro Social del Polígono, c/ Río Bullaque Nº 24, 925 23 06 39
- Centro Municipal de Mayores Santa María de Benquerencia**
c/ Río Bullaque Nº 22, 925 33 03 27
- Residencia de Mayores Benquerencia**
Av. Río Boladiez Nº 1, 925 24 56 97
- Sepap - Mejorat (ADEMT0)**
Av. Río Boladiez Nº 62 A, 925 33 55 85

RECURSOS ASISTENCIALES Y OTRAS ASOCIACIONES DE SALUD

- ADITO - Asociación de Diabéticos de Toledo**
Centro Civico Santa Barbara
c/ Ciudadano Nº 7, 1ª Pl. Oficina 27, 45006 Toledo, 648 975 625
- Cáritas Diocesana de Toledo**
Centro de Formación Sta Teresa de Calcuta
c/ Río Alberche Nº 29, 925 24 05 58
- Cruz Roja**
Cuesta de los Capuchinos Nº 4, 45001 Toledo, 925 21 60 60
- Médicos del Mundo**
Plaza de Santa Bárbara Nº 3, 45006 Toledo, 925 22 23 12
- Protección Civil**
Av. Salto del Caballo Nº 1, 45003 Toledo, 630 217 943

CLINICAS VETERINARIAS

- Centro Veterinario Dobican**
Av. Río Boladiez Nº 34, 925 24 09 28
- Clínica Veterinaria 100 Dalmatas**
Centro Comercial Tiendas G, c/ Río Alberche Nº 28, 925 23 39 10
- Clínica Veterinaria de la Fuente**
Av. Río Boladiez Nº 40, 925 05 34 83

HERBOLARIOS Y CONSUMO RESPONSABLE

- CARACOLEs, Grupo de consumo responsable**
c/ Azacanes Nº 21, 45003 Toledo, 651 543 595
- Herbolario "La Ventana Natural"**
Paseo Federico García Lorca Nº 1, 925 24 10 68



Patronato Deportivo Municipal
Avenida General Villalba, E.C.E.F., Pabellón 11,
925 25 48 38

El Patronato Deportivo Municipal es sin lugar a duda el principal activo de salud en cuanto a promoción de la actividad física en Toledo. Creado en 1969, busca facilitar la práctica deportiva a todos y todas, fomentar hábitos de vida saludable y contribuir al bienestar general de la población.

El Patronato gestiona en toda la ciudad un importante conjunto de infraestructuras deportivas y ofrece un programa muy variado de actividades, con aproximadamente 6.500 plazas en + de 40 disciplinas diferentes.

En su web, patronatodeportivotoledo.com, se encuentra la información sobre las instalaciones deportivas, la oferta de actividades de las Escuelas Deportivas, un listado completo de Clubes deportivos de la ciudad y Federaciones deportivas, así como un gran calendario anual de eventos deportivos. Pronto estará disponible también una guía de las rutas de senderismo para ayudar a cada quien a recorrerlas de forma autónoma.

Así, que no lo dudes ¡anímate, haz deporte y *empatrónate!*...

A continuación, este mapa recoge la información de las principales infraestructuras deportivas del barrio y de los clubes deportivos con sede oficial en el Polígono o con fuerte relación con este barrio.



INFRAESTRUCTURAS DEPORTIVAS

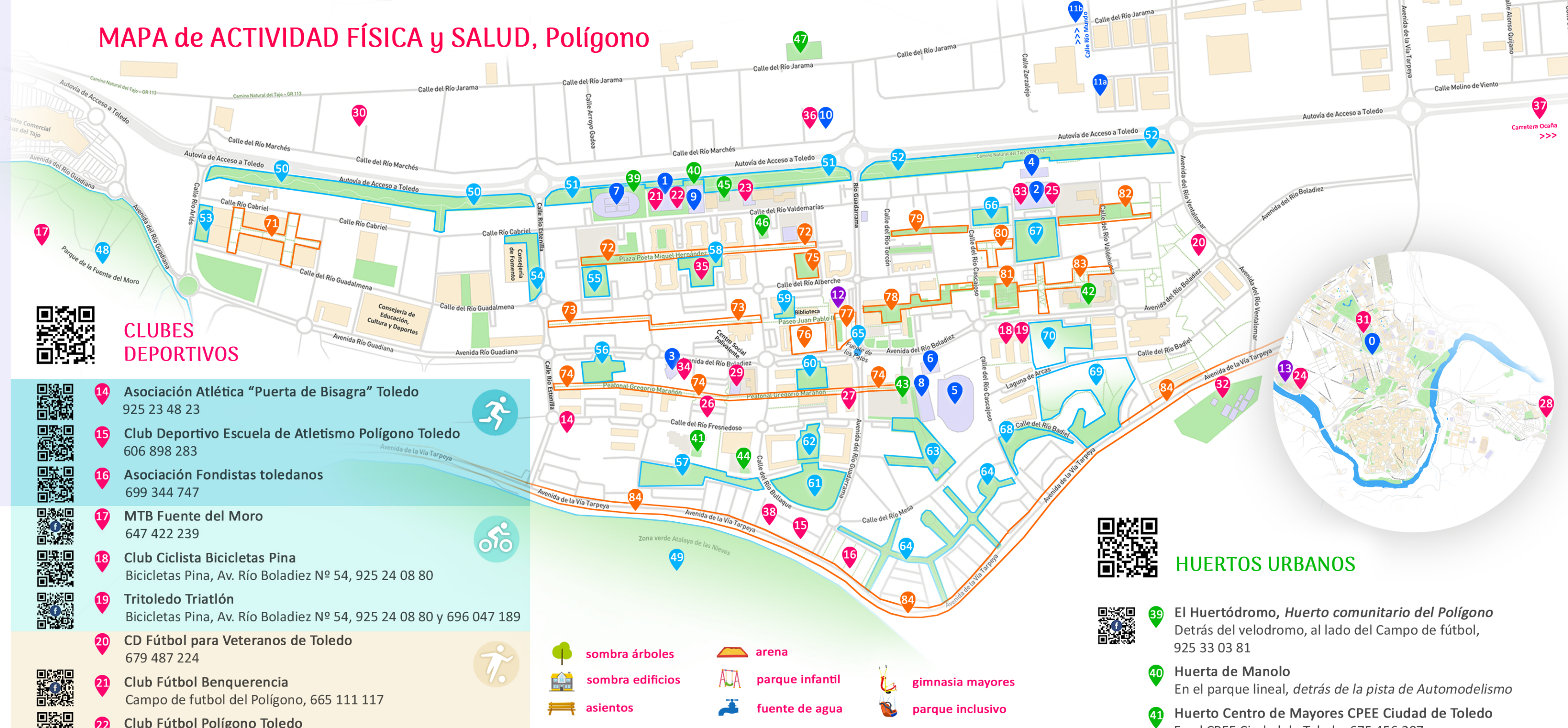
- Campo de Fútbol y Pista exterior polideportiva**
c/ Río Valdemarías Nº 15, 925 21 08 13
- Pabellón polideportivo del Polígono y Pistas exteriores**
c/ Río Guajaraz Nº 1, 925 23 26 46
- Piscina Cubierta**
Av. Río Boladiez Nº 62, 925 24 12 24
- Piscina Descubierta**
c/ Guajaraz Nº 1, 925 23 26 46
- Pista de Atletismo**
c/ Cascajoso s/n, 925 21 08 13
- Parkour y Street Workout**
c/ Cascajoso s/n, 925 21 08 13
- Pistas de tenis / Imperial Club de Tenis**
c/ Río Valdemarías s/n, 648 715 319
- Pistas de tiro con arco / CD Tiro con Arco "Aguila Imperial"**
c/ Cascajoso s/n, 925 23 26 46
- Pistas de automodelismo / Club Automodelismo Toledo**
c/ Valdemarías s/n, entre campo de futbol e IES Juanelo Turriano
925 23 11 87 y 657 279 578
- Espacio Ikigai**
c/ Río Marches Nº 77, 925 71 20 98 y 646 971 888
- Rocódromo - Puente de Roca**
c/ Río Jarama Nº 132 - nave 9, 670 588 849
- Arte Toledo Parkour**
c/ Río Mundo Nº 18, 609 777 889

+club

OTROS RECURSOS DE PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD

- Rutas saludables e inclusivas**
Centro de Salud Benquerencia c/ Río Guadarrama s/n, 925 33 03 82
- UCLM - Grupo de Investigación "Promoción de la Actividad Física y Salud" (PAFS).** Facultad de ciencias del deporte.
Campus Fabrica de Armas, Av. Carlos III s/n, 925 26 88 00

MAPA de ACTIVIDAD FÍSICA y SALUD, Polígono



CLUBES DEPORTIVOS



- Asociación Atlética "Puerta de Bisagra" Toledo**
925 23 48 23
- Club Deportivo Escuela de Atletismo Polígono Toledo**
606 898 283
- Asociación Fondistas toledanos**
699 344 747
- MTB Fuente del Moro**
647 422 239
- Club Ciclista Bicicletas Pina**
Bicicletas Pina, Av. Río Boladiez Nº 54, 925 24 08 80
- Tritoledo Triatlón**
Bicicletas Pina, Av. Río Boladiez Nº 54, 925 24 08 80 y 696 047 189
- CD Fútbol para Veteranos de Toledo**
679 487 224
- Club Fútbol Benquerencia**
Campo de futbol del Polígono, 665 111 117
- Club Fútbol Polígono Toledo**
Campo de futbol del Polígono, 925 62 24 93
- Club Deportivo Ciudad de Toledo - Futbol Sala**
687 762 375
- UCLM - Club Baloncesto "Fábrica de valores"**
Campus Fabrica de Armas, Av. Carlos III s/n,
647 423 553 y 677 456 113
- Club Baloncesto Polígono Toledo**
925 23 37 11 y 669 806 139
- Bass Xtrem Team**
925 23 25 49
- Club Alpino de Gredos**
687 078 324 y 667 636 726
- Club Balonmano Ciudad Imperial**
672 412 653
- Club Deportivo Apace**
Avda. Boladiez Nº 32, 925 23 40 23
- Club Deportivo Asdown Toledo**
c/ Río Marchés, parcela 44 nave 2, 925 23 41 11 y 630 560 786
- Club Deportivo Realidad Toledo**
670 503 259
- Club Deportivo Social El Mirador**
Vía Tarpeya s/n, 925 23 14 84
- Club Deportivo Voleibol Polígono Toledo**
Pabellon Polideportivo del Polígono, 639 119 300 y 669 490 699
- Club de Natacion y Salvamento Oriol Imperial de Toledo**
Piscina Cubierta Polígono, Av. Boladiez s/n,
638 737 073 y 692 928 094
- Club de Petanca Santa María de Benquerencia**
Plaza Poeta Miguel Hernández, 658 914 847 y 925 23 08 46
- Club Judo Polígono - Escuela De Frutos**
Espacio Ikigai, c/ Río Marches Nº 77, 646 971 888
- Hípica de Toledo**
Carretera Ocaña Nº 7, 925 23 16 56
- Yoga - APYK Toledo**
Vía Tarpeya Nº 19, 699 390 755



- sombra árboles
- sombra edificios
- asientos
- arena
- parque infantil
- fuelle de agua
- gimnasia mayores
- parque inclusivo

PARQUES

¿Cuánto verde tiene este barrio?
Pasea, disfrútalo y cuida tu salud.

- Parque de la Fuente del Moro
- Zona verde Atalaya de las Nieves
zona alderdor del Nuevo Hospital
- Parque lineal
Tramo 1: Río Arlés - Río Estenilla
- Parque lineal
Tramo 2: Río Estenilla - Río Guadarrama
- Parque lineal
Tramo 3: Río Guadarrama - Río Ventalaromar
- Parque infantil - c/ Río Arles
- Jardines de la Consejería de Fomento
- Parque Río Huso con Río Alberche
- Parque de las Pirámides
- Parque Poeta Manuel Machado
- Plaza Poeta Miguel Hernández
- Zona verde Biblioteca y Centro de Mayores
- Parque Boladiez del Hiper Usera
- Parque de Los Alcazares
- Parque de Los Alcazares
parte de abajo desde c/ Río Fresnedoso
- Parque Municipal:
c/ Río Mesa - c/ Río Tajuña
próximo al Ahorramas
- Zonas verde Río Mesa - Vía Tarpeya-
Río Cascajoso
- Rotonda de los patos
- Parque Río Valdespino - Cañamares
- Parque de la Luz
- Parque Río Cascajoso con Río Badiel
- Zona verde Laguna de Arcas -
Valdehuesa - Vía Tarpeya
- Parque Boladiez - Laguna de Arcas



HUERTOS URBANOS

- El Huertódromo, *Huerto comunitario del Polígono*
Detrás del velodromo, al lado del Campo de fútbol,
925 33 03 81
- Huerta de Manolo
En el parque lineal, *detrás de la pista de Automodelismo*
- Huerto Centro de Mayores CPEE Ciudad de Toledo
En el CPEE Ciudad de Toledo, 675 456 207
- Huerto Down Toledo - CEIP Alberto Sánchez
En el colegio, 925 23 41 11
- Huerto escolar Gregorio Marañón
En el colegio, 925 23 08 08
- Huerto Escuela Infantil Ana Mª Matute
En la escuela, 925 04 94 75
- Huerto educativo Painelo
En el Instituto Juanelo Turriano, 925 23 07 07
- Huerto Parroquia Santa Mª de Benquerencia
En la parroquia, 925 23 07 85
- Huertos de la Asociación de Vecinos El Tajo
c/ Río Jarama, *frente al Brico Garden*, 925 23 13 45

PASEOS PEATONALES

- Calles peatonales nueva zona residencial
Arroyo Cedrón, Río Azuer y Río Lezuza
- Paseo Poeta Gómez Manrique
- Paseo Río Guadiela
- Paseo Dr Gregorio Marañón
c/ Río Estenilla hasta Guadarrama y
contorno del colegio Gregorio Marañón
- Recinto ferial del Polígono
- Plaza Poeta García Lorca
- Plaza Boladiez con Guadarrama
- Paseo Federico García Lorca
- Calle Río Puentesecas
- Travesía Alberche
- Plaza Poeta Antonio Machado
- Paseo Prof. Julian Besteiro
- Paseo Escultor Alberto Sánchez
- Vía Tarpeya *

*no peatonal, pero muy paseado