

## SEMANA DE LA SALUD FÍSICA Y MENTAL

### CONEXIÓN Y VIDA UNIMAYOR 2023 2P

El Sub-Proceso de Bienestar Institucional, a través de las Áreas de Intervención de Desarrollo Humano, Salud, Deporte, Cultura, Desarrollo Socioeconómico se complace en desarrollar la actividad en la semana de la salud física y mental del **15 al 17 de noviembre** del presente año, jornada denominada **“CONEXIÓN Y VIDA UNIMAYOR” bajo el slogan un espacio de Bienestar que se queda para siempre**, que se articulan a la programación de integración y acreditación i calidad al límite 2023 i en donde se llevaran a cabo actividades lúdicas y dinámicas fortaleciendo el cuidado de la salud física y mental desde espacios de psico-orientación, terapéuticos, stand de hábitos y estilos de vida saludable, brigadas y Jornadas de salud y belleza, baile deportivos, stand de ayudas socioeconómicas contando con el apoyo de las instituciones académicas, empresas públicas y privadas y entidades de salud vinculadas para realizar la actividad, fortaleciendo el bienestar físico, emocional y mental de la comunidad Institucional.

**Objetivo:** Motivar a la comunidad institucional UNIMAYOR a participar de un espacio de actividades que promueven la prevención de la enfermedad y promoción de la salud física y mental.

## UNIMAYOR Semana de la Salud Física y Mental

Un espacio de Bienestar,  
que se queda para siempre.



**BIENESTAR+PRO**  
• Permanencia • Graduación





## PROGRAMACIÓN SEMANA DE LA SALUD FÍSICA Y MENTAL DEL 15 AL 17 DE NOVIEMBRE

### Miércoles 15 de noviembre Sede Bicentenario y Casa Obando

hora	actividad	Lugar	Dirigido por
8:00 a.m. a 12 m. 4: 00 p.m. a 8: 00 p.m.	"mural importancia de la salud mental" Yo me cuido por	Sede Bicentenario	Área Desarrollo Humano
8:00 a.m. a 12 m. 4: 00 p.m. a 8:00 p.m.	Soy inclusivo cuando " el valor de la diversidad"	Sede Bicentenario	Área Desarrollo Humano
11:00 a.m. a 12:00 m.	Acto cultural	Sede Bicentenario	Área de cultura
8:00 a.m. a 2:00 p.m.	Jornada FIFA Unimayor y ajedrez	Sede Bicentenario	Área de deportes
6:00 p.m. a 9:00 p.m.	Salud visual, oral e integral	Sede Bicentenario	Área de salud

### Jueves 16 de noviembre Sede Encarnación y Casa Obando

hora	actividad	Lugar	Dirigido por
8:00 a.m. a 12 m. 4: 00 p.m. a 8:00 p.m.	"mural importancia de la salud mental" Yo me cuido por	Sede Encarnación	Área Desarrollo Humano
8:00 a.m. a 12 m. 4: 00 p.m. a 8:00 p.m.	Soy inclusivo cuando " el valor de la diversidad"	Sede Encarnación	Área Desarrollo Humano
11:00 a.m. a 12:00 m.	Acto cultural	Sede Encarnación	Área de cultura
8:00 a.m. a 2:00 p.m.	Jornada FIFA Unimayor y ajedrez	Sede Encarnación	Área de deportes
8:00 a.m. a 12:00 m.	Salud visual, oral e integral	Sede Encarnación	Área de salud



## Viernes 17 de noviembre Sede Bicentenario

hora	actividad	Lugar	Dirigido por
8:00 a.m. a 1:00 p.m.	“Un espacio terapéutico ”	Sede Bicentenario	Área Desarrollo Humano
8: 00 a.m. a 12: 00 m.	Jornada de Belleza	Sede Bicentenario	Área de salud
11:00 a.m. a 12:00 m.	Baile deportivo Areorumba	Sede Bicentenario	Área de deportes

### ACTIVIDADES DESARROLLO SOCIOECONOMICAS

FECHA: 17 de noviembre de 2023 Auditorio y Pasillos Sede Bicentenario	
HORA	ACTIVIDAD
09:30 a.m. 09:45 a.m.	Ingreso de estudiantes y registro de asistencia.
09:45 a.m. 10:00 a.m.	Bienvenida por parte del Líder Bienestar Institucional Mag. Leonardo Rojas.
10:00 a.m. 11:00 a.m.	Charla a cargo de profesional en psicología de la Caja de Compensación de COMFACAUCA- Agencia de Empleo.
11:00 a.m. 12:00 a.m.	Charla de Emprendimiento a cargo de Erica Ríos de la Unidad de Emprendimiento del Sena.
08:00 a.m. 12:00 a.m.	Invitación a los Stand: <ul style="list-style-type: none"><li>• Colpensiones.</li><li>• Sena: Agencia Nacional de Empleo</li><li>• Ejército Nacional</li></ul>