



# ¡LA JORNADA DE LA SALUD HA LLEGADO!

**MENTE SANA, VIDA PLENA**

Descubre el poder del autocuidado  
**¡Prepárate para participar del  
9 al 11 de Abril!**

**HORA**

**MARTES 9 DE ABRIL**

8:00 a.m.  
1:00 p.m.

Donatón de cabello Niños con cáncer  
**Fundación mi querido Emmanuel**  
Primer piso Sede A

9:00 a.m.  
6:00 p.m.

Jornada de salud visual - Primer piso Sede A  
**Óptica Creación Visual**

11:00 a.m.  
8:00 p.m.

Jornada de donación de sangre - Primer piso Sede A  
**Hemolife**

5:00 p.m.  
8:00 p.m.

Donatón de cabello Niños con cáncer  
**Fundación mi querido Emmanuel**  
Primer piso Sede A

6:00 p.m.  
7:00 p.m.

Clase de crossfit - Salón de acondicionamiento físico  
**4 piso Sede A - Profesor Iván Álvarez**

Todo el día

Muestra fotográfica - Primer piso Sede E Cartelera  
**Profesor Yader Pérez**



**HORA**

**MIÉRCOLES 10 DE ABRIL**

8:00 a.m.  
12:00 p.m.

Prueba rápida de VIH - Primeros auxilios Sede D  
**Enfermera Laura Ariza**

8:00 a.m.  
1:00 p.m.

Mente Sana, Vida Plena - Descubre el Poder del Autocuidado  
Primer piso Sede A

9:00 a.m.  
2:00 p.m.

Jornada de salud visual - Primer piso Sede A  
**Óptica Creación Visual**

10:00 a.m.  
11:00 a.m.

Prevención de consumo de tabaco, alcohol y otras sustancias  
**Hemolife - Sede A Salón A103**

10:00 a.m.  
11:00 a.m.

Meditación Mindfulness - Teatro Trabajo Social  
**Profesor Miguel Hernández**

10:00 a.m.  
11:00 a.m.

Torneo interno de ajedrez - Sede de Ingeniería  
**Profesor Jhon Jairo Cifuentes**

11:00 a.m.  
11:45 a.m.

Presentación musical - Primer piso Sede A  
**Profesor Julián Andrés Alonso**

4:30 p.m.  
5:00 p.m.

Programa de radio: Empatía en la inclusión social  
**Psicóloga María Camila Corredor**

5:00 p.m.  
9:00 p.m.

Prueba rápida de VIH - Primeros Auxilios Sede D  
**Enfermera Karen Brand**

6:00 p.m.  
6:30 p.m.

Muestra en escena Taekwondo - Primer piso Sede A  
**Profesor José Martínez**

6:00 p.m.  
8:30 p.m.

Mente Sana, Vida Plena - Descubre el Poder del Autocuidado  
Primer piso Sede A

Todo el día

Muestra fotográfica - Primer piso Sede E Cartelera  
**Profesor Yader Pérez**

**HORA**

**JUEVES 11 DE ABRIL**

8:00 a.m.  
1:00 p.m.

Prueba rápida de VIH - Primeros auxilios Sede D  
**Enfermera Laura Ariza**

8:00 a.m.  
1:00 p.m.

Mente Sana, Vida Plena - Descubre el Poder del Autocuidado  
Primer piso Sede A

9:00 a.m.  
10:00 a.m.

Meditación - Habitar y amar el presente  
**Profesora Diana Triana - Sede A Salón A103**

5:00 p.m.  
6:00 p.m.

Acondicionamiento físico - Teams: inscripciones  
**Profesor Miguel Montes 3153528002**

5:00 p.m.  
6:00 p.m.

Clase de rumba - Primer piso Sede A  
**Profesora Arleny Walteros**

6:00 p.m.  
8:00 p.m.

Prueba rápida de VIH - Primeros auxilios Sede D  
**Enfermera Karen Brand**

6:00 p.m.  
8:00 p.m.

Mente Sana, Vida Plena - Descubre el Poder del Autocuidado  
Primer piso Sede A

6:15 p.m.  
7:45 p.m.

Película: Atrapado sin salida - Teatro Trabajo Social  
**Profesor Franklin Silva**

Todo el día

Muestra fotográfica - Primer piso Sede E Cartelera  
**Profesor Yader Pérez**