

## ***¡Ya viene! Festival UCR SALUDABLE 2016***

La primera edición del **Festival UCR SALUDABLE** se realizaría este jueves 25 de agosto, en la Sede Rodrigo Facio Brenes, en Montes de Oca.

Durante todo el día tendremos actividades gratuitas al aire libre, talleres, ciclo de miniconferencias y charlas informativas. Esta actividad está declarada con interés institucional por la Rectoría (**Resolución R-190-2016**).

“El Festival de la Salud representa un espacio dentro de la cotidianidad de la Universidad, en donde las personas pueden tener la oportunidad de adquirir conocimientos, interrelacionarse con personas que trabajan en proyectos de salud, evacuar sus dudas, entre otras”, explicó el jefe de la **Unidad de Promoción de la Salud**, Dr. Saúl Aguilar.

De acuerdo con el médico Aguilar, este evento recoge los mejores proyectos y quehaceres de diferentes unidades de nuestra universidad, no es de corte comercial ni participa ningún ente con fines lucrativos, es decir, recoge la esencia del quehacer de la Universidad respecto al mejoramiento de la salud comunitaria.

Según el experto en Arte, Pablo Molina, “en relación con la oferta de actividades, habrán cuatro modalidades en las que las personas podrán participar y disfrutar: Miniconferencias, Talleres, Sala de Exhibición y Actividades al aire Libre. Cada espacio cuenta con intervenciones de profesionales expertos en temas relacionados con la salud y el bienestar, bajo un formato muy participativo, interactivo y dinámico”.

**El Festival UCR Saludable** es impulsado por la Unidad de Promoción de la Salud de la Oficina de Bienestar y Salud **UPS-OBS**.

**Algunas actividades** \*Sí desea consultar todo el cronograma de actividades puede ingresar a nuestro sitio web: y en el Facebook: Unidad de Promoción de la Salud obs-ucr.

- **Mini Conferencias. Miniauditorio de la Facultad de Derecho (Antiguo Edificio Ciencias Sociales)**

9:00 a.m. Lección Inaugural: La Salud en la UCR.

10:00 a.m. Aprendiendo a escuchar el cuerpo: ¿Obesidad, qué mensaje tenés para mí?.

11:00 a.m. Salud Mental en Tiempos de WhatsApp.

12:30 a.m. Salud Mental y Salud Integral.

1:30 p.m. ¿Cuándo me enfermo, me automedico?.

4:30 p.m. ¿Qué es la Agroferia?.

- **Aire Libre. Plaza del 50 Aniversario de la Escuela de Estudios Generales (Girasol) y Plazoleta Rodrigo Facio (frente a la Biblioteca Carlos Monge). Previa inscripción al teléfono: 2511-6828.**

11:00 a.m. Safari a las Instalaciones Deportivas.

12:00 m.d. Yoga+Pilates.

12: 00 m.d. Picnic Saludable.

5:00 p.m. Cardiobaile+Electrizararte.

- **Sala de exhibición. Salón Multiuso de la Escuela de Estudios Generales**

10:00 a.m. Consúltale al Farmacéutico: Todo sobre mis medicamentos.

12:00 m.d. Prevención del Cáncer de Cérvix.

2:00.p.m. Principios de programación, animación y juegos.

4:00 p.m. Jóvenes compartiendo Salud con Jóvenes: Bonus Vitae UCR.

- **Talleres. Previa inscripción al teléfono: 2511-6828.**

10:00 a.m. Taller de baile popular: Plaza 50 Aniversario (Girasol).

10:00 a.m. Taller de Máscaras y Títeres: Plaza 50 Aniversario (Girasol).

10:00 a.m. Cuidando nuestra espalda: Auditorio Biblioteca Luis Demetrio Tinoco Sala N.1.

1:00 p.m. Lactancia Materna en estudiantes y trabajadoras madres: ¡Sí es posible!: Biblioteca Carlos Monge.

1:00 p.m. Yo reutilizo los residuos: Biblioteca Carlos Monge.

1:00 p.m. Taller Mecánica Básica para ciclistas: Plaza 50 Aniversario (Girasol).

3:00 p.m. Somos UCR y creemos en el amor en cada gota: Lactancia Materna: Posicionamiento para el amamantamiento. Biblioteca Carlos Monge.

**La Unidad de Promoción de la Salud se encuentra en:**

\* Web:

\* Canal YouTube: Unidad de Promoción de la Salud obs-ucr

\* Twitter: UPSalud\_UCR

\* Facebook: Unidad de Promoción de la Salud obs-ucr

➤ **Contacto**

**Karol Alfaro Ceciliano/ Mónica Valverde Luna**

**Unidad de Promoción de la Salud UPS**

**E-mail:**

**Celular: 8998-4949**