



CRONOGRAMA

IX SEMANA DE LA SALUD

TOMASINA



MENTE, CUERPO
Y ENTORNO

LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
9:00 a.m. a 10:00 a.m. Dance Funcional. https://zoom.us/j/92672683573	9:00 a.m. a 10:00 a.m. Manejo de relaciones de pareja. https://zoom.us/j/92672683573	9:00 a.m. a 10:00 a.m. Huella ambiental o ecológica. https://zoom.us/j/92672683573	9:00 a.m. a 10:00 a.m. Concurso ruleta saludable. https://zoom.us/j/92672683573	9:00 a.m. a 10:00 a.m. Pausa activa masiva. https://n9.cl/e02z
10:00 a.m. a 11:00 a.m. Tamizaje de visometría y audiometría. https://n9.cl/e02z	10:00 a.m. a 11:00 a.m. Espacio de Mindfulness (Equilibrio en el presente). https://n9.cl/e02z	10:00 a.m. a 11:00 a.m. ¿Quién quiere ser sostenible? https://n9.cl/e02z	10:00 a.m. a 11:00 a.m. Código del camino tomasino. https://n9.cl/e02z	10:00 a.m. a 11:00 a.m. Prevención de enfermedades de transmisión sexual. "A calzón quitao" https://zoom.us/j/92672683573
11:00 a.m. a 12:00 m. Sueño, alimentación y ejercicio https://zoom.us/j/92672683573	11:00 a.m. a 12:00 m. Cómo aprendemos, cómo enseñamos. https://zoom.us/j/92672683573	11:00 a.m. a 12:00 m. Cambio climático y la gestión del riesgo. https://zoom.us/j/92672683573	11:00 a.m. a 12:00 m. Muestra artística. USTA Cultura. https://zoom.us/j/92672683573	11:00 a.m. a 12:00 m. Clase de zumba latina. https://n9.cl/e02z
2:00 p.m. a 3:00 p.m. Higiene postural del estudio en casa. https://n9.cl/e02z	2:00 p.m. a 3:00 p.m. Afectividad Online. ¿Qué papel juegan las redes sociales en nuestras relaciones? https://n9.cl/e02z	2:00 p.m. a 3:00 p.m. Manejo de residuos y conciencia ambiental. https://n9.cl/e02z	2:00 p.m. a 3:00 p.m. Muestra artística. USTA Cultura. https://n9.cl/e02z	2:00 p.m. a 3:00 p.m. Prevención de cancer de cuello uterino. https://zoom.us/j/92672683573
3:00 p.m. a 4:00 p.m. Promoción y prevención en la actividad física https://zoom.us/j/92672683573	3:00 p.m. a 4:00 p.m. Relajación cuerpo y mente. https://zoom.us/j/92672683573	3:00 p.m. a 4:00 p.m. El enigma de reciclar. https://zoom.us/j/92672683573	3:00 p.m. a 4:00 p.m. Bingo saludable. Previa inscripción en el link Cupos limitados. https://n9.cl/qej8g	3:00 p.m. a 4:00 p.m. Nutrición para la salud en tiempos de pandemia. https://n9.cl/e02z
4:00 p.m. a 5:00 p.m. Charla nutrapédica https://n9.cl/e02z	4:00 p.m. a 5:00 p.m. Manejo del aislamiento https://n9.cl/e02z	4:00 p.m. a 5:00 p.m. Inicio en el mundo del Bonsai y huertos. https://n9.cl/e02z	4:00 p.m. a 5:00 p.m. Bingo saludable. Previa inscripción en el link Cupos limitados. https://n9.cl/qej8g	4:00 p.m. a 5:00 p.m. Taller de belleza y maquillaje. https://zoom.us/j/92672683573
6:00 p.m. a 7:00 p.m. Bioseguridad en casa https://zoom.us/j/92672683573	6:00 p.m. a 7:00 p.m. Pausas activas mentales https://zoom.us/j/92672683573	6:00 p.m. a 7:00 p.m. De la generación de residuos a la economía circular. https://zoom.us/j/92672683573	6:00 p.m. a 7:00 p.m. Rockola Aquina Multicampus https://zoom.us/j/92672683573	5:00 p.m. a 6:30 p.m. Cierre Multicampus. Invitado especial. https://n9.cl/e02z

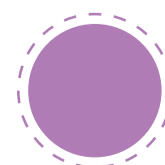
LOS COLORES ESPECIFICAN LAS SEDES/SECCIONALES QUE LIDERAN LAS ACTIVIDADES



SEDE BOGOTÁ - DUAD



SECCIONAL BUCARAMANGA



SECCIONAL TUNJA



SEDE MEDELLÍN



SEDE VILLAVICENCIO