

# ¡BIENESTAR CONTIGO!



## AGENDA DIGITAL Del 1 al 15 de marzo de 2023

### ARTE Y CULTURA

8  
MAR

#### Micrófono abierto Conmemoración Día de la Mujer

Sede 4 - Plazoleta 11:00 a.m.

Despertar el espíritu creativo a través de diferentes áreas artísticas.

Dirigido a: Estudiantes Pregrado y Posgrado

Inscríbete aquí

8  
MAR

#### Concierto de Rock - Día de la Mujer

Sede 4 - Plazoleta 1:00 p.m.

Visibilizar el trabajo artístico de los estudiantes en la Conmemoración del Día de la Mujer.

Dirigido a: Comunidad Universitaria

Inscríbete aquí

8  
MAR

#### Ronda nocturna de la Tuna en la Conmemoración del día de la mujer

Sede 4 - Plazoleta 7:30 p.m. en adelante

Recorrido musical en toda la comunidad universitario.

Dirigido a: Comunidad Universitaria

Inscríbete aquí

8  
MAR

#### Nuestra vida en una historieta (Arquitecta Juliana Murcia - Actividad Experiencial)

Sede 4 - Plazoleta 10:00 a.m.

“ La invitación es en este día a mirarnos de una manera diferente y entretenida, olvidándonos de nuestras limitaciones. Cuando tenemos un plan creemos tener el control, es un sofisma, pero al perder el control nos perdemos a nosotras mismas, déjate sorprender por la magia que tiene el mirar atrás y plantearnos nuevos desafíos en el presente, venciendo las diferencias desde el pasado como un camino hacia el futuro, cuando no estamos seguros de saber cuál es nuestro camino o propósito, siempre será útil retomar el camino de la fe en nosotras mismas. ”

Dirigido a: Comunidad Universitaria

Inscríbete aquí

8  
MAR

#### La mujer: Una obra de arte / Taller experiencial

Sede El Claustro 10:00 a.m.

Simbología a través del cuerpo.

Dirigido a: Comunidad Universitaria

Inscríbete aquí

8  
MAR

#### Aéreo - Yoga (María del Pilar Quintero - Bailarina) - Sólo 5 cupos

Sede El Claustro - Gimnasio de la U. 8.00 a.m.

Trabajar sobre el cuerpo en movimiento.

Dirigido a: Comunidad Universitaria

Inscríbete aquí

10  
MAR

#### Lectura Colectiva. La voz de las mujeres, una expresión más allá de las letras.

Sede El Claustro - Plazoleta 4:00 p.m.

Se realizara un encuentro tipo café literario en un espacio no convencional para que los transeúntes casuales puedan escuchar poemas y escritos de mujeres o para mujeres.

Dirigido a: Comunidad Universitaria

### DEPORTES, RECREACIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA

6  
MAR

#### Inicio de Olimpiadas Católicas

Cancha Múltiple (Sobre la Carrera 13)

Olimpiadas Católicas 2023 – 1. Disciplinas deportivas: Fútbol sala Masculino, Baloncesto 3x3 Mixto, Voleibol cuartetos mixto, Tenis de mesa F y M y Ajedrez.

Dirigido a: Estudiantes Pregrado

MARZO

#### Inicio de los torneos Universitarios de Ascun Deportes y Grupo Cerros

Diferentes escenarios deportivos

Bienestar Universitario y su Coordinación de Deportes, Recreación y Actividad Física, invita a los Estudiantes nuevos y antiguos de pregrado a inscribirse a los diferentes grupos representativos de la Universidad en las siguientes disciplinas deportivas: Ajedrez, Tenis de Campo, Tenis de Mesa, Taekwondo, Baloncesto, Ultimate, Fútbol, Fútbol Sala, voleibol piso y arena.

Dirigido a: Estudiantes Pregrado

Más información: Bienestar Universitario  
Oficina de Deportes

FEBRERO  
A JUNIO

#### Gimnasio de la Universidad

Sede El Claustro

Invitamos a: (Docentes, Administrativos, estudiantes y Egresados) a disfrutar de sus instalaciones en las cuales contarán con: Máquinas cardiovasculares, Máquinas de musculación, Salón de Estiramientos y Abdominales, Valoración con el Especialista en medicina del deporte, Casilleros provisionales y duchas.

Dirigido a: Comunidad Universitaria

### PASTORAL Y CAPELLANÍA

MARZO

#### Reuniones formativas - Grupo Misioneros de la Alegría

Sede El Claustro - Salón Pastoral

Únete a esta gran familia, que tiene como finalidad trabajar en la construcción de valores con el objetivo de formar una sociedad justa, solidaria y fraterna. El grupo busca crear experiencias de formación integral y crecimiento espiritual para la comunidad.

Todos los jueves de 2:00 p.m. a 4:00 p.m.

Dirigido a: Estudiantes Pregrado

Inscríbete aquí

FEBRERO  
A MARZO

#### Campaña de solidaridad "Pan Compartido"

Participa en esta campaña con la entrega de diversos alimentos, que serán destinados a familias en condición de vulnerabilidad en el Municipio de la Calera - Cundinamarca.

Desde el 22 de febrero hasta el 27 de marzo.

Entrega de donaciones: Secretarías de Facultad Oficina de Pastoral Sede El Claustro - Azotea, piso 2.

Dirigido a: Comunidad Universitaria

Conoce más aquí

2  
MAR

#### Taller "Ordena tu vida, aprende a priorizar"

Sede El Claustro - Salón Pastoral 2:00 p.m.

¿Quieres llevar una vida ordenada? Entre los valores humanos, el orden es valor de los valores porque en él se sustentan todos.

Entrada libre

Dirigido a: Estudiantes Pregrado y Posgrado

### GESTIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD

13  
MAR

#### Jornada de Donación de Sangre Hospital San José

Sede 4 10:00 a.m. a 4:00 p.m.

Como con un acto de responsabilidad, ayudamos al otro.

Dirigido a: Comunidad Universitaria

6  
AL  
11  
MAR

#### Jornada de prevención de cáncer de mama

Sede 4, El Claustro, Carrera 13. Areas comunes

Orientada a incentivar el autoexamen de Mama.

De 10:00 a.m. a 7:00 p.m. Brigadas periódicas

Dirigido a: Comunidad Universitaria

1  
MAR

#### Taller Lactancia Materna

Sede El Claustro 3:00 p.m.

Sala de lactancia materna, Primeros Auxilios.

Dirigido a: Comunidad Universitaria