



MES DE *Calidad* DE VIDA

CALENDARIO DE EVENTOS

FECHA	ACTIVIDAD	CONEXIÓN
5 abril 10:00 am - 11:00 am	Apertura del Mes de Calidad de Vida en la UPR Teatro Foro Be Gutsy ❖ Productora: Sra. Norwill Frago ❖ Obra basada en la epidemia de opioides con historias reales. ❖ Conversatorio en vivo con los actores de la pieza teatral.	Zoom http://bit.ly/3li0YXL Meeting ID: 302 890 2424 Passcode: Lp3auW
	Podcast: UPR Bienestar Promoción de estilos de vida saludables Recurso: Dra. Minerva Collazo Hernández Coordina: UPR Bayamón	Podcast Apps Spotify http://spoti.fi/38BtVsu
	Canal de YouTube: Calidad de Vida UPR Bayamón Contenido sobre estilos de vida seguros y saludables Recurso: Dra. Minerva Collazo Hernández Coordina: UPR Bayamón	YouTube http://bit.ly/3cSScLM
6 abril 9:00 am - 10:00 am	Zumba Día Mundial de la Actividad Física Recurso: Sra. Aileen Acevedo Coordina: UPR Aguadilla	Facebook Live @UPRAguadilla1
10:30 am - 11:30 am	Taller: Take Back: como respuesta a la crisis del abuso y mal uso de medicamentos Recurso: Sr. Samuel Esquilín Carrero, División de Control de Desvío, DEA Coordina: UPR Aguadilla	Microsoft Teams http://bit.ly/3cKZJwj
10:30 am - 11:30 am	Charla: Prevención en el uso de drogas psicoactivas en los jóvenes universitarios Recurso: Dr. Gustavo G. Cortina Rodríguez Coordina: UPR Mayagüez	Facebook Live @calidaddevidauprm
7 abril 11:00 am - 12:00 m	Taller: Hablemos de actividad física y pausa activa Recurso: Sra. Annette Jiménez Collet, VidaSalud Coordina: UPR Administración Central	Zoom http://bit.ly/3q1ZIOJ Meeting ID: 288 345 6368 Passcode: 29wDra
8 abril 10:00 am - 11:30 am	Taller: ¿Alimentación, balance y universidad?: 5 trucos para tener una alimentación saludable en tus días universitarios Recurso: Lcda. Kaysha Carrer Burgos, Departamento de Salud de PR Coordina: UPR Río Piedras	Microsoft Teams http://bit.ly/3cKmBvL
10:30 am - 11:30 am	Charla: Importancia del alcance comunitario Recurso: Dr. Gustavo G. Cortina Rodríguez Coordina: UPR Mayagüez	Facebook Live @calidaddevidauprm
9 abril 10:30 am - 11:30 am	Conferencia: El abuso de las drogas recetadas y las crisis de los opiáceos en PR Recurso: Sr. Samuel Esquilín Carrero, División de Control de Desvío, DEA Coordina: UPR Administración Central	Microsoft Teams http://bit.ly/38Qq9M7
12 abril 2:30 pm - 3:30 pm	Charla: Si te quieres, te cuidas: conoce sobre las infecciones de transmisión sexual Recurso: Dra. Suheil M. Torres Pabón, Dpto. Enfermería, UPRA Coordina: UPR Arecibo	Microsoft Teams http://bit.ly/3qWZFYk
13 abril 10:30 am - 12:00 m	Conferencia: Violencia sexual y su alcance por el internet Recurso: Sa. Wignie Torres Hernández y Sa. Yesenia Román Rosa Centro de Servicio Psicológico Nueva Vida Coordina: UPR Utuado	Zoom https://bit.ly/3d7YKXb
10:30 am - 11:30 am	Charla: La importancia de ejercitarse para mejorar los estudios Recursos: Prof. Clarisa Z. Rosado y Prof. Migdalia Moctezuma Coordina: UPR Humacao	Portal Calidad Vida UPRH http://bit.ly/3txK5em
11:00 am - 12:00 m	Charla: Enfermedad de Crohn y colitis ulcerativa Recurso: Sra. Cristina LoPresti, Abbvie Patient Advocate Program Coordina: UPR Bayamón	Microsoft Teams http://bit.ly/3rJmozf
14 abril 10:00 am - 11:00 am	Charla: Violencia en el noviazgo y amor propio Recursos: Dra. Daritza Vélez y Sr. Richard Ramos, Proyecto Anímate ASSMCA Coordina: UPR Arecibo Departamento de Consejería y Servicios Psicológicos	Microsoft Teams https://bit.ly/2Qc1efk
15 abril 10:00 am - 11:30 am	Conferencia: A un año de la pandemia: vacunación y medidas preventivas Recurso: Dra. Ivys A. Figueroa, SEA/RUM Coordina: UPR Bayamón	Microsoft Teams http://bit.ly/3cRiYEH
10:30 am - 11:30 am	Taller: Técnicas de autocuidado para mejorar tu calidad de vida Recurso: Facilitadores de Salud Mental Proyecto Conéctate ASSMCA Coordina: UPR Arecibo Departamento de Consejería y Servicios Psicológicos	Microsoft Teams https://bit.ly/2Qaf1mP
16 abril 10:30 am - 11:30 am	Charla: Hablemos de VIH en tiempo de pandemia (Covid-19) Recurso: Sr. Carlos Marín, NeoMed Center Coordina: UPR Carolina	Microsoft Teams http://bit.ly/38Qre6D
19-23 abril	Campaña Seguridad en las carreteras y medidas preventivas sobre seguridad vial Recurso: ACAA Coordina: UPR Bayamón	Facebook https://bit.ly/3smOHnr
20 abril 10:00 am - 11:30 am	Charla: Manejo de ansiedad Recurso: Facilitadores de Salud Mental Proyecto Conéctate ASSMCA Coordina: UPR Arecibo Departamento de Consejería y Servicios Psicológicos	Microsoft Teams https://bit.ly/3t5ujb3
10:30 am - 11:30 am	Charla: Trabajo y estudio ¿cómo cumplir con ambas metas? Recurso: Prof. Rolando Pérez, CPL Coordina: UPR Humacao	Microsoft Teams http://bit.ly/38TzySZ
11:30 am - 12:30 pm	Conferencia: Relaciones saludables, ama conSentido Recurso: Sra. Jarinet López Torres, TIX/PAE/UPRB Coordina: UPR Bayamón	Microsoft Teams http://bit.ly/3ewPcr7
21 abril 11:00 am - 12:00 m	Charla: Psoriasis Recurso: Sra. Cristina LoPresti, Abbvie Patient Advocate Program Coordina: UPR Bayamón	Microsoft Teams http://bit.ly/3qLR2qe
22 abril 10:00 am - 11:30 am	Taller: Respuesta rápida ante situaciones de comportamiento suicida Recurso: Dra. María Isabel Coss Guzmán, Comisión para la Prevención del Suicidio, DSPR Coordina: UPR Administración Central Certificado de participación del Departamento de Salud Convalidación de horas de ética aprobadas.	Microsoft Teams Requiere inscripción en https://bit.ly/2Nwcr9z
23 abril 10:00 am - 11:30 am	Conferencia: Contrabando humano y trata humana Recurso: Sr. Milton R. Miranda, Homeland Security Investigation Coordina: UPR Utuado	Zoom https://bit.ly/2P0WYzh
28 abril 11:00 am - 12:00 m	Charla: Personaliza tu plato: alternativas para lograr tu salud y bienestar Recurso: Prof. Luz A. Ruiz Sánchez, Programa de Nutrición, UPR/RCM Coordina: UPR Ciencias Médicas	Microsoft Teams http://bit.ly/2QhXc5e
29 abril 2:30 pm - 3:30 pm	Charla: La esclavitud sexual, indicadores y maneras de prevenirla Recurso: Dra. Marta Rodríguez, DCODE/UPR/RRP Coordina: UPR Arecibo	Microsoft Teams http://bit.ly/3cH9Vpy
Contacto: calidaddevida.ac@upr.edu		
Aviso: Calendario está sujeto a cambio por imprevistos fuera del control de los organizadores.		

