

Nº 1 - 2021

**Participemos
TODOS**

DIVISIÓN DE
**Bienestar
Universitario**

Tunja – Sogamoso

Jueves 11 de Febrero

Actividad: Convocatoria de grupo:
"Jóvenes empoderados"

Hora: 2:00 p.m.

Vía: Recibirás una invitación a tu correo electrónico institucional.

Jueves 18 de Febrero

Actividad: Taller para padres
"Como hablar de SPA"

Hora: 5:00 p.m.

Vía: Facebook live

Viernes 12 de Febrero

Actividad: Convocatoria grupos culturales: Música Vallenata, Música Colombiana, Música , Orquesta de Cámara, Música Andina y Guitarra Básica.

Hora: 4:00 p.m.

Vía: Facebook live

Jueves 18 de Febrero

Actividad: Taller "Voces y silencios: reconociendo el síndrome de Asperger"

Hora: 10:00 a.m.

Vía: Google meet

Viernes 12 de Febrero

Actividad: "Receta Saludable"
Cocinando en casa.

Hora: 3:00 p.m.

Vía: Redes sociales

Viernes 19 de Febrero

Actividad: "A la mano las tengo"

Hora: 10:00 a.m.

Vía: Redes sociales

Recibirás un enlace a tu correo electrónico institucional que te permitirá participar de estas actividades.



Tunja
Sogamoso

DIVISIÓN DE
**Bienestar
Universitario**

Viernes 19 de Febrero

Actividad: Torneo de Ajedrez modalidad Blitz (Ranking UdB)

Vía: Online plataforma Lichess.org

Hora: 5:30 p.m.

23 de Febrero al 3 de Marzo

Actividad: Torneo de Habilidades para el Voleibol

Vía: Recibirás la información a tu correo electrónico institucional.

Viernes 19 y 26 de Febrero

Actividad: Curso habilidades Psicológicas "Afrontamiento y resiliencia".

Hora: 4:00 p.m.

Vía: Google meet

23 de Febrero al 3 de Marzo

Actividad: Torneo de Dominadas en Fútbol

Vía: Recibirás la información a tu correo electrónico institucional.

Martes 23 de Febrero

Actividad: El rincón de la salud virtual. Conversatorio. Fortalece tu sistema inmunológico.

Hora: 9:00 a.m.

Vía: Facebook live

Miércoles 24 de Febrero

Actividad: Buzón de la salud: "Cuando la cabeza alerta"

Hora: 5:00 p.m.

Vía: Google meet

Recibirás un enlace a tu correo electrónico institucional que te permitirá participar de estas actividades.



Tunja
Sogamoso

DIVISIÓN DE
**Bienestar
Universitario**

Viernes 26 de Febrero

Actividad: Organización del tiempo
Hora: 4:00 p.m.
Vía: Google meet

Todo el mes

Actividad: Asesorías virtuales en Salud
Puedes resolver tus inquietudes en los siguientes correos:
dagalan@uniboyaca.edu.co
geobayona@uniboyaca.edu.co
wfalbarracin@uniboyaca.edu.co

Todo el mes

Actividad: Asesorías virtuales en Vacunación y Planificación Familiar
Puedes resolver tus inquietudes en los siguientes correos:
yesyelrodriguez@uniboyaca.edu.co
nypirajon@uniboyaca.edu.co

Todo el mes

Actividad: Asesorías virtuales Psicología y tutorías
Puedes resolver tus inquietudes en el siguiente correo:
mcrussy@uniboyaca.edu.co
mparra@uniboyaca.edu.co
mpperez@uniboyaca.edu.co

Todo el mes

Invitamos a la comunidad universitaria a que nos visite en <https://www.uniboyaca.edu.co/es/micrositio/deportes-bienestar-universitario> allí encontrarán las últimas noticias del deporte de la Universidad, eventos, sesiones para hacer ejercicio, test para evaluar su condición física, retos motrices, pasatiempos, juegos de ingenio y muchos más.