

Septiembre 2025

¡Impulsa tu bienestar este mes!

Participa en un curso o actividad y aprovecha los recursos que tenemos para ti.

Puedes registrarte en las actividades dando click en el enlace correspondiente.



-  Dimensión Social
-  Dimensión Física
-  Dimensión Ocupacional
-  Dimensión Espiritual
-  Dimensión Emocional
-  Dimensión Intelectual
-  Dimensión Medioambiental
-  Dimensión Financiera

☐ Martes y viernes de Espacio de Calma

LU	MA	MI	JU	VI	SA
1	2	3	4	5	6
		Capacitación - Testigo Activo		¿Sabes qué es la ecoansiedad? 	Taller - Inversiones sin lío
		Taller - Universitario DEUS			Taller - Defensa personal
					Campamento - Santos c/ mochila
8	9	10	11	12	13
Evento - Aniversario UDEM - DEUS		Evento - Día Mundial de la Prevención del Suicidio III Encuentro Interuniversitario de la Red Neolonesa de Universidades Promotoras de la Salud 			Taller - Senderismo
					Taller - Expresión
15	16	Capacitación - QPR para Prevenir el Suicidio	18	19	20
				Taller - BIP. Estudiantes. S1.	Taller - EmpeSAT
					Taller - Resiliencia
22	23	17 Red de Apoyo Colab			
		Capacitación - Testigo Activo			
			25	26	27
		24 Capacitación - QPR para Prevenir el Suicidio		Taller - BIP. Estudiantes. S2.	Taller - Retiro de Mindfulness
					Taller - Expresión
29	30				

El equilibrio es
clave: estudiar,
descansar,
repetir.