

AGÉNDATE

— CON BIENESTAR —

Programación sujeta a cambios*



CONMEMORACIÓN DÍA DE LA MUJER 8M

Es una jornada de sensibilización para toda la comunidad tomasina, con actividades y espacios de formación, que resaltan la importancia de Conmemorar el Día Internacional de la Mujer

Consulta la programación haciendo [clíc aquí](#)



JORNADA DE PYP SENSIBILIZACIÓN SUSTANCIAS PSICOACTIVAS

Busca sensibilizar a los miembros de la comunidad tomasina frente al consumo de sustancia psicoactivas.

Del 11 al 15 de marzo
Zonas comunes

CAMPAÑA DE PYP CUIDA TU CUERPO HIPERTENSIÓN Y OBESIDAD

Fortalece la cultura del autocuidado de la salud física relacionados con la hipertensión y la obesidad.

Del 18 al 22 de marzo
Zonas comunes



RETOS EN EL GYM “SUPERA TUS LÍMITES”

Son retos semanales que promuevan la actividad física para la salud, incentivando el bienestar y buen uso del gimnasio.

Del 5 al 31 de marzo



VIERNES CULTURAL

Promover el bienestar y la felicidad de los tomasinos mediante espacios de integración, participación y esparcimiento con actividades que fomentan la cultura, la salud y el deporte.

12:00 m. a 2:00 p.m.
Campus San Alberto Magno
y Campus El Aquinate

PARADAS DE ATLETISMO Y ALTA INTENSIDAD

Fomentar la práctica del atletismo con los estudiantes y generar un impacto en la participación de la selección de atletismo y de la Carrera de Cross Contry en la Universidad Santo Tomas.

20-21 de marzo

