



# XI Outubro UDC Saudable 2025

## 2 de outubro: Programa

### Día nacional das universidades saudables



Vicerreitoría do Campus de Ferrol e Responsabilidade Social



2025

Universidades comprometidas co benestar



Campaña de doazón de sangue e médula ósea

UDC Saudable

Reparto de froitas nos campus

#DíaUnisaudables  
#Re10.000





# XI Outubro UDC Saudable 2025

## 2 de outubro: Programa

### Día nacional das universidades saudables



Vicerreitoría do Campus de Ferrol e Responsabilidade Social





# XI Outubro UDC Saudable 2025

## 2 de outubro: Programa

### Día nacional das universidades saudables



Vicerreitoría do Campus de Ferrol e Responsabilidade Social

## A FACULTADE DE DEREITO NO XI OUTUBRO UDC SAUDABLE, DÍA NACIONAL DAS UNIVERSIDADES SAUDABLES:

**“NON VAI DE MODA, VAI DE COIDARTE”**

**Xoves 02 Outubro 2025 “Día das Universidades Saudables”**

**🕒 10:00h Sala de Graos-FACULTADE DE DEREITO:  
PRESENCIAL+ONLINE**

**Ponencia: “Nutrición saudable e Ciclo Menstrual”**

Emma Enríquez Merayo.

Directora de Nutrición, Dietética e Nutrición.





# XI Outubro **UDC Saudable** 2025

## 2 de outubro: Programa

### Día nacional das universidades saudables



Vicerreitoría do Campus de Ferrol e Responsabilidade Social

**Xoves 08 Outubro 2025, 12.00 horas.**

**10:00h Sala de Graos-FACULTADE DE DEREITO:  
PRESENCIAL+ONLINE**

**INAUGURACIÓN OUTUBRO SAUDABLE**

**Ponencia: "Enfermidades de transmisión sexual"**

Dr. Eduardo Fonseca.

Universidade de Santiago de Compostela.

**Xoves 30 Outubro 2025, 19.00 horas.**

**10:00h Sede REAL ACADEMIA DE MEDICINA DE GALICIA, C/Durán Loriga, Número 10, A Coruña, PRESENCIAL**

**CLAUSURA OUTUBRO SAUDABLE**

**Ponencia: "Saúde Pública e Saúde Individual"**

Profesor José Antonio Seoane Rodríguez.

Universidade da Coruña.





# XI Outubro **UDC Saudable** 2025

## 2 de outubro: Programa

### Día nacional das universidades saudables



Vicerreitoría do Campus de Ferrol e Responsabilidade Social

## Programa Nacional da Rede Española de Universidades Promotoras de Saúde (REUPS)

- **ADOS/SERGAS. Participa!**
  - Reto 10.000 de ámbito universitario nacional: Doazón de sangue no mes de outubro
    - Facultades de Ciencias da Educación e de Dereito, 1 de outubro e últimos días de setembro
    - Facultade de Filoloxía e Facultade de Turismo, 9 de outubro
    - Facultade de Economía e Empresa, 13 e 14 de outubro
    - ETS de Náutica e Máquinas, 14 de outubro
    - Facultade de Informática, 20 a 24 de outubro
    - Campus da Zapatería (Facultade de Ciencias, ETSAC e EUATAC), 29 e 30 de outubro
  - Doazón de médula ósea de ámbito universitario nacional, ADOS/SERGAS
    - Facultade de Dereito, 29 de setembro
    - Facultade de Ciencias da Educación, 1 de outubro
- Campus sen Fume, Asociación Española contra o Cancro (AECC)





# XI Outubro **UDC Saudable** 2025

## 2 de outubro: Programa

### Día nacional das universidades saudables



#### Vicerreitoría do Campus de Ferrol e Responsabilidade Social

- Campus periféricos de A Coruña (Oza, Bastiaqueiro, Riazor e Reitoría), Luns 20 de outubro, 13.30 horas, Salón de Actos do Campus de Oza. Espazos sen Fume nos campus periféricos da Coruña
- Campus de Ferrol, Luns 27 de outubro, 12,30 h, Facultade de Enfermaría e Podoloxía, Campus de Ferrol, Adeus ao tabaco.
- Mesas informativas AECC nas facultades e escolas do Campus periféricos de A Coruña e do Campus de Ferrol
- Reparto de froita nos campus, proposta para facultades, escolas, oficinas, unidades e servizos das universidades españolas, a criterio

*Conferencia Inaugural XI Outubro UDC Saudable 2025, Enfermidades infecciosas de transmisión sexual, Doutor Eduardo Fonseca Capdevila, Facultade de Dereito, 8 de outubro, 12.00 horas, salón de Graos Aberto ao público*





# XI Outubro **UDC Saudable** 2025

## 2 de outubro: Programa

### Día nacional das universidades saudables



Vicerreitoría do Campus de Ferrol e Responsabilidade Social

### Programa XI Outubro UDC Saudable-2025, Facultade de Dereito, Campus de Elviña

- Exposicións sobre Alimentación Saudable na Facultade de Dereito, Outubro 2025: Plato de Harvard e Compra Saudable e Sostible, Oficina de Sustentabilidade/UDC Saudable
- Exposición sobre fitos históricos das persoas con discapacidade intelectual, Título propio Espazo Compartido

### *Programas das Facultades - Escolas UDC Saudable:*

Campus da Coruña

- Escola Técnica Superior de Arquitectura (Campus da Zapateira)
- Escola Técnica Superior de Enxeñaría de Caminos, Canais e Portos (Campus de Elviña)
- Escola Universitaria de Enfermaría A Coruña (Fibromialxia e mesa informativa AECC)
- Facultade de Ciencias (Campus de A Zapateira)





# XI Outubro **UDC Saudable** 2025

## 2 de outubro: Programa

### Día nacional das universidades saudables



#### Vicerreitoría do Campus de Ferrol e Responsabilidade Social

- [Facultade de Ciencias da Saúde \(Campus de Oza\)](#)
- [Facultade de Ciencias do Deporte e da Educación Física \(Campus de Bastiaqueiro\)](#)
- [Facultade de Fisioterapia \(Campus de Oza\)](#)
- [Facultade de Economía e Empresa \(Campus de Elviña\)](#)
- [Facultade de Turismo \(Campus de A Zapateira\)](#)

#### Campus de Ferrol

- [Facultade de Enfermaría e Podoloxía \(Campus de Ferrol\)](#)

#### Programas das Oficinas, Unidades, Servizos e Universidade Sénior

- [Oficina de Cooperación e Voluntariado \(OCV\): Cociña con sentido, alimentación saudable e residuo zero](#)
- [Oficina de Sustentabilidade, Cartaz](#)
- [Servicio de Prevención de Riscos Laborais \(SPRL\): A Lei de Prevención de Riscos Laborais cumpre 30 anos](#)





# XI Outubro UDC Saudable 2025

## 2 de outubro: Programa

### Día nacional das universidades saudables



Vicerreitoría do Campus de Ferrol e Responsabilidade Social

- [Universidade Sénior UDC Saudable: Campus da Coruña e Campus de Ferrol](#)

*Rede de Entidades UDC Saudable, infografías presentadas:*

- [Asfedro: Tecnoadicións, Facultade de Dereito.](#)
- [Affinor e Fibro Visibles \(Fibromialxia e Fatiga Crónica\)](#)
- [Agaela](#)
- [Asarga](#)
- [ASCM-Ferrol](#)
- [Lar Pro-Saúde Mental](#)



**UDC Saudable**  
UNIVERSIDADE DA CORUÑA



# XI Outubro **UDC Saudable** 2025

## 2 de outubro: Programa

### Día nacional das universidades saudables



Vicerreitoría do Campus de Ferrol e Responsabilidade Social

### Nutriciona, ciclo de conferencias Nutriciona UDC Saudable 2025-2026

- Facultade de Dereito, 2 de outubro, 10.00 horas, día nacional das universidades saudables, Alimentación saudable na menopausia
- Facultade de Enfermaría e Podoloxía, 14 de outubro, 16.00 horas, Alimentación saudable: Grupos e racións de alimentos
- Facultade de Economía e Empresa, 15 de outubro, 17.00 horas, Cociña para principiantes





# XI Outubro UDC Saudable 2025

## 2 de outubro: Programa

### Día nacional das universidades saudables



Vicerreitoría do Campus de Ferrol e Responsabilidade Social

Evento de Clausura XI Outubro UDC Saudable 2025-Facultade Dereito, Saúde comunitaria e saúde individual, Profesor Dr. José Antonio Seoane Rodríguez, Real Academia de Medicina de Galicia, 16 de outubro, 19.00 horas, C/ Durán Loriga, número 10, A Coruña. Aberto ao público





# XI Outubro **UDC Saudable** 2025

## 2 de outubro: Programa

### Día nacional das universidades saudables



Vicerreitoría do Campus de Ferrol e Responsabilidade Social

*Visibilización:*

*Campañas mensuais Outubro 2025 Rede Española de Universidades Promotoras de Saúde (REUPS) e UDC Saudable:*

- [10 de outubro, Día Mundial da Saúde Mental, Desconexión Dixital, Universidades de La Rioja e de Cádiz, Mensaxe Outubro REUPS Saudable](#)
- [31 de outubro, Día Galego sen Tabaco, bolseiras UDC Saudable](#)

*Radio CUAC-Enworking*

- [Radio CUAC-Enworking, Ven a coñecer Ferrolterra en lingua de signos con AXF, 7 outubro. Escóita o Programa!](#)
- [Radio CUAC-Enworking, Academia de Medicina e Mocidade. Divulgación fronte aos retos da saúde universitaria e da comunidade, Real Academia de Medicina de Galicia, 21 de outubro. Escóita o Programa!](#)



**UDC Saudable**  
UNIVERSIDADE DA CORUÑA



# XI Outubro **UDC Saudable** 2025

## 2 de outubro: Programa

### Día nacional das universidades saudables



Vicerreitoría do Campus de Ferrol e Responsabilidade Social

*Newsletter UDC Saudable número 16, 4ª semana*  
*Outubro 2025: Entrevistas ao Sr. Reitor UDC e a*  
*directora técnica de AFACO*



**Quérote+**



*Cigadix*



FUNDACIÓN **INGADA**



**agalure**



FEGADACE

**fita.**





# XI Outubro UDC Saudable 2025

## 2 de outubro: Programa

### Día nacional das universidades saudables



Vicerreitoría do Campus de Ferrol e Responsabilidade Social

UDC Saudable

31 de octubre  
Día gallego sin tabaco

"Respirar sin humo es vivir mejor.  
Dejar el tabaco y ganar en salud es bienestar."

hr HR EXCELLENCE IN RESEARCH

3 SALUD Y BIENESTAR

4 EDUCACIÓN DE CALIDAD

OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE





# XI Outubro **UDC Saudable** 2025

## 2 de outubro: Programa Día nacional das universidades saudables



Vicerreitoría do Campus de Ferrol e Responsabilidade Social





# XI Outubro UDC Saudable 2025

## 2 de outubro: Programa

### Día nacional das universidades saudables



Vicerreitoría do Campus de Ferrol e Responsabilidade Social

**#Hashtag-Etiquetas:**

**#DiaUniSaludables** (sen acento)  
**#UDCSaudable**  
**#ComunidadeUDC**  
**#UDC**  
**#unisaludables**  
**#unipromociónsalud** (con acento)  
**#somosunisaludables**

**Estratexia para facer máis visible a Promoción de Saúde Universitaria** nas diferentes redes sociais (Instagram, Facebook, Twitter).

**Recoméndase a súa utilización durante o XI Outubro UDC Saudable**, moi especialmente o día 2 de outubro de 2025, día nacional das universidades saudables.

UDC Saudable

