

III SEMANA UDC SAUDABLE 2017
2-7 de Outubro de 2017

Actividades:

1.- **Mércores 4 de Outubro, na Facultade de Ciencias, Campus de A Zapateira**, celebraremos o acto central das actividades da Semá das Universidades Saudables 2017.

Ao longo da mañá teremos:

- **Talleres** relacionados con aspectos de Ciencia e saúde, realizados por alumnado da Facultade de Ciencias e coordinados pola Unidade de Divulgación da Cultura Científica, ubicados na zoa de vending (3º andar, zona central do edificio).

- Ás 11:00, no Salón de Actos, teremos unha charla de **Deborah García Bello**, antiga alumna da Facultade de Ciencias, actual doutoranda da EID-UDC e divulgadora multipremiada, sobre o tema **“Héroes y villanos de la alimentación”** (breve CV mais abaixo).

“Deborah García Bello es licenciada en Química por la Universidad de A Coruña. Actualmente está realizando el doctorado en divulgación científica a través de la relación entre la ciencia y el arte contemporáneo. Es la autora del blog Dimetilsulfuro.es, por el que fue galardonada con el premio Bitácoras, del canal de youtube Deborahciencia y del libro “Todo es cuestión de química”, premio Prismas 2017. Por su actividad divulgadora también ha recibido los premios Ciencia Jot Down y el Tesla 2016. Es la directora de las jornadas “Ciencia y Arte” del Museo Guggenheim de Bilbao y la Cátedra de Cultura Científica de la Universidad del País Vasco. Colabora con varios medios como El País, Lego, Onda cero, Radio Galega, Naukas, La Voz de Galicia, etc. Es escritora en el Grupo Planeta, en el Cuaderno de Cultura Científica y en el cultural El observador de la belleza de L’Oreal”.

2.- **Concurso “El reto de la fruta”** de la Red Española de Universidades Saludables (REUS): RETO #RetoFrutaREUS, un reto a través da rede social Twitter, que consiste en subir unha foto comendo froita durante o *“Día das Universidades Saudables”*, **celebrado a nivel nacional o día 5 de outubro de 2017 este ano**. Os gañadores obterán un diploma e unha inscrición gratuíta ao Congreso de Universidades Saudables que se celebrará en Mallorca os días 7-9 de novembro do 2018. **Adxúntanse bases do concurso**.

3.- **Actividades específicas relacionadas con hábitos, rutinas e estilos de vida saudable** a proposta de cada Facultade e Escola da Universidade da Coruña:

3.1- Facultade de Ciencias da Saúde, Campus de Oza:

Photocall e Merenda saudable no Edificio de Terapia Ocupacional onde toda a comunidade universitaria do centro participe dunha alimentación saudable.

Día: Xoves, 5 de outubro de 2017

Horario: 17.30 horas.

Lugar: sala de psicomotricidade do edificio do Grao de Terapia Ocupacional. A continuación:

Visita “Animais e Saúde” no que participaran cans de Terapia, finalizando cun paseo saudable polo Campus ata chegar á praia de Oza, a continuación do Photocall e a Merenda saudable.

3.2.- Facultade de Fisioterapia, Campus de Oza:

“Xornada Valora a túa Saúde: perspectiva funcional e calidade de vida”.

Descrición: Actividade aberta ao público en xeral e comunidade universitaria en particular, na que profesores e estudantes da Facultade, organizados en diferentes estacións, levarán a cabo avaliacións de tipo funcional a partir das cales se poderán establecer propostas saudables personalizadas para cada unha das persoas participantes.

Día: Xoves, 5 de outubro de 2017

Horario: de 12:00 a 13:30 horas

Lugar: vestíbulo da Facultade de Fisioterapia.

Conferencia: “Knee arthrosis: physiotherapy approach”

Descrición: Impartida pola profesora **Renata Vauhnik**, da Universidade de Ljubljana (Eslovenia), investigadora de recoñecido prestixio no ámbito das afeccións do xeonllo, que abordará dende a

perspectiva da Fisioterapia unha condición dexenerativa que fonte de gran discapacidade na nosa contorna. Aberta á comunidade universitaria e ao público en xeral.

Día: Xoves, 5 de outubro de 2017

Horario: as 19:30 horas

Lugar: Salón de Actos da Facultade de Fisioterapia

3.3.- Facultade de Enfermería e Podoloxía, Campus de Ferrol:

Photocall “SaludInstagram”.

Día: Luns, 2 de outubro de 2017

Horario: as 19:30 horas

Lugar: Facultade de Enfermería e Podoloxía.

Camiñada con aperitivo saudable.

Día: Mércores, 4 de outubro de 2017

Horario: as 11:00 horas

O hashtag (etiqueta), #DiaUniSaludables (sen acento), é unha estratexia para facer máis visible a Promoción de Saúde Universitaria nas diferentes redes sociais (Instagram, Facebook, Twitter) e recoméndase a súa utilización na próxima semana.

Convidámosvos a participar proactivamente na III Semana UDC Saudable 2017 e asistir aos eventos organizados na Facultade de Ciencias (Campus de A Zapateira) o día 4 de outubro e aos eventos organizados especificamente polas facultades e escolas da Universidade da Coruña.