Universidad Saludable

La Universidad de Jaén es una institución comprometida y consciente de su responsabilidad social en materia de sensibilización y promoción del conocimiento sobre estilos de vida saludables que contribuyan a incrementar la calidad de vida de su comunidad universitaria.
La importancia de una Alimentación Sana y Equilibrada es esencial, constituyendo uno de los pilares clave del buen estado general y del rendimiento académico.

Si no encuentra la información que necesita en nuestra página, contacte con nosotros:

Teléfono: 953 21 19 63
E-mail: rsocial [arroba] ujaen [punto] es (rsocial[at]ujaen[dot]es)

Promoción de la Salud

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales

Secretariado de Actividades Físicas y Deportivas de la Universidad de Jaén

Gabinete de Psicología

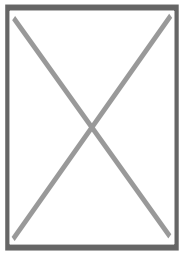
Gabinete Médico

UniRadio Jaén. Programación vinculada al ámbito de la salud

Acuerdo para el desarrollo del Programa de Promición de Salud en el lugar de trabajo entre la Universidad de Jaén y la Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales de la Junta de Andalucía.

Actividades de Formación y Sensibilización en Salud

- Día mundial de la salud. 7 y 8 de abril de 2014.

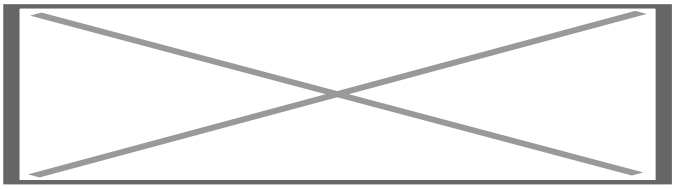


- Formación en prevención y salud en el lugar de trabajo (Universidad de Jaén)
- Seminario“Salud y Acceso a Medicamentos Esenciales”. 1 y 2 de abril de 2014 en Universidad de Jaén.

Más información en :

http://www.esencialesparalavida.org/agenda/

Red Universitaria de Universidades Saludables



Documentos

Materiales sobre:

Promoción de la alimentación equilibrada y la actividad física

- Menú semanal: Recetas equilibradas

- Recetas Saludables de la "Jornada de Alimentación y Nutrición Saludable"- V Semana Verde de la Universidad de Jaén (2013)

- Portal de intercambio de Recetas Saludables. Universidad de Jaén.

- Hora de comer: Sistema de comidad sana para ocho semanas
- Cómo alimentarse durante el embarazo
- Guía práctica para combatir el sedentarismo - Vida Activa
- Rutas para la vida sana

- Rutas saludables para ir a la Universidad de Jaén.

Prevención del Tabaquismo

- Guía para dejar de fumar
- Guías para dejar de fumar durante el embarazo

Salud Sexual

- Sexualidad

VIH

- Prevención en la transmisión del VIH

Enlaces Relacionados