



## MES DE *Calidad* DE VIDA CALENDARIO DE EVENTOS

FECHA	ACTIVIDAD	CONEXIÓN
5 abril 10:00 am - 11:00 am	<b>Apertura del Mes de Calidad de Vida en la UPR</b>  <b>Teatro Foro Be Gutsy</b> ❖ Productora: Sra. Norwill Fragoso ❖ Obra basada en la epidemia de opioides con historias reales. ❖ Conversatorio en vivo con los actores de la pieza teatral.	<b>Zoom</b>  <a href="http://bit.ly/3li0YXL">http://bit.ly/3li0YXL</a> Meeting ID: 302 890 2424 Passcode: Lp3auW
	<b>Podcast: UPR Bienestar</b> Promoción de estilos de vida saludables Recurso: Dra. Minerva Collazo Hernández Coordina: UPR Bayamón	<b>Podcast Apps   Spotify</b>  <a href="http://spoti.fi/38BtVsu">http://spoti.fi/38BtVsu</a>
	<b>Canal de YouTube: Calidad de Vida UPR Bayamón</b> Contenido sobre estilos de vida seguros y saludables Recurso: Dra. Minerva Collazo Hernández Coordina: UPR Bayamón	<b>YouTube</b>  <a href="http://bit.ly/3cSScLM">http://bit.ly/3cSScLM</a>
6 abril 9:00 am – 10:00 am	<b>Zumba   Día Mundial de la Actividad Física</b> Recurso: Sra. Aileen Acevedo Coordina: UPR Aguadilla	<b>Facebook Live</b>  @UPRAguadilla1
	10:30 am – 11:30 am <b>Charla: La importancia de la actividad física para mejorar la calidad de vida Día Mundial de la Actividad Física</b> Recurso: Dr. Amílcar Colón Coordina: UPR Arecibo	<b>Microsoft Teams</b>  <a href="http://bit.ly/2NrM8kS">http://bit.ly/2NrM8kS</a>
	10:30 am – 11:30 am <b>Taller: Take Back: como respuesta a la crisis del abuso y mal uso de medicamentos</b> Recurso: Sr. Samuel Esquilín Carrero, División de Control de Desvío, DEA Coordina: UPR Aguadilla	<b>Microsoft Teams</b>  <a href="http://bit.ly/3cKZJwj">http://bit.ly/3cKZJwj</a>
10:30 am – 11:30 am	<b>Charla: Prevención en el uso de drogas psicoactivas en los jóvenes universitarios</b> Recurso: Dr. Gustavo G. Cortina Rodríguez Coordina: UPR Mayagüez	<b>Facebook Live</b>  @calidaddevidauprm
7 abril 11:00 am – 12:00 m	<b>Taller: Hablemos de actividad física y pausa activa</b> Recurso: Sra. Annette Jiménez Collet, VidaSalud Coordina: UPR Administración Central	<b>Zoom</b>  <a href="http://bit.ly/3q1ZIOJ">http://bit.ly/3q1ZIOJ</a> Meeting ID: 288 345 6368 Passcode: 29wDra
8 abril 10:00 am – 11:30 am	<b>Taller: ¿Alimentación, balance y universidad?: 5 truquitos para tener una alimentación saludable en tus días universitarios</b> Recurso: Lcda. Kaysha Carrer Burgos, Departamento de Salud de PR Coordina: UPR Río Piedras	<b>Microsoft Teams</b>  <a href="http://bit.ly/3cKmBvL">http://bit.ly/3cKmBvL</a>
	10:30 am – 11:30 am <b>Charla: Importancia del alcance comunitario</b> Recurso: Dr. Gustavo G. Cortina Rodríguez Coordina: UPR Mayagüez	<b>Facebook Live</b>  @calidaddevidauprm
	10:30 am – 11:30 am <b>Conferencia: El abuso de las drogas recetadas y las crisis de los opiáceos en PR</b> Recurso: Sr. Samuel Esquilín Carrero, División de Control de Desvío, DEA Coordina: UPR Administración Central	<b>Microsoft Teams</b>  <a href="http://bit.ly/38Qq9M7">http://bit.ly/38Qq9M7</a>
12 abril 2:00 pm – 3:00 pm	<b>Charla: Si te quieres, te cuidas: conoce sobre las infecciones de transmisión sexual</b> Recurso: Dra. Suheil M. Torres Pabón, Dpto. Enfermería, UPRA Coordina: UPR Arecibo	<b>Microsoft Teams</b>  <a href="http://bit.ly/3qWZFyK">http://bit.ly/3qWZFyK</a>
13 abril 10:30 am – 12:00 m	<b>Conferencia: Violencia sexual y su alcance por el internet</b> Recurso: Sa. Wignie Torres Hernández y Sa. Yesenia Román Rosa Centro de Servicio Psicológico Nueva Vida Coordina: UPR Utuado	<b>Zoom</b>  <a href="https://bit.ly/3d7YKXb">https://bit.ly/3d7YKXb</a>
	10:30 am – 11:30 am <b>Charla: La importancia de ejercitarse para mejorar los estudios</b> Recursos: Prof. Clarisa Z. Rosado y Prof. Migdalia Moctezuma Coordina: UPR Humacao	<b>Portal Calidad Vida UPRH</b>  <a href="http://bit.ly/3txK5em">http://bit.ly/3txK5em</a>
	11:00 am – 12:00 m <b>Charla: Enfermedad de Crohn y colitis ulcerativa</b> Recurso: Sra. Cristina LoPresti, Abbvie Patient Advocate Program Coordina: UPR Bayamón	<b>Microsoft Teams</b>  <a href="http://bit.ly/3rJmozf">http://bit.ly/3rJmozf</a>
10:00 am – 11:30 am	<b>Conferencia: A un año de la pandemia: vacunación y medidas preventivas</b> Recurso: Dra. Ivys A. Figueroa, SEA/RUM Coordina: UPR Bayamón	<b>Microsoft Teams</b>  <a href="http://bit.ly/3cRiYEH">http://bit.ly/3cRiYEH</a>
16 abril 10:30 am – 11:30 am	<b>Charla: Hablemos de VIH en tiempo de pandemia (Covid-19)</b> Recurso: Sr. Carlos Marín, NeoMed Coordina: UPR Carolina	<b>Microsoft Teams</b>  <a href="http://bit.ly/38Qre6D">http://bit.ly/38Qre6D</a>
19-23 abril	<b>Campaña Seguridad en las carreteras y medidas preventivas sobre seguridad vial</b> Recurso: ACAA Coordina: UPR Bayamón	<b>Facebook</b>  <a href="https://bit.ly/3smOHnr">https://bit.ly/3smOHnr</a>
20 abril 10:30 am – 11:30 am	<b>Charla: Trabajo y estudio ¿cómo cumplir con ambas metas?</b> Recurso: Prof. Rolando Pérez, CPL Coordina: UPR Humacao	<b>Microsoft Teams</b>  <a href="http://bit.ly/38TzySZ">http://bit.ly/38TzySZ</a>
11:30 am – 12:30 pm	<b>Conferencia: Relaciones saludables, ama conSentido</b> Recurso: Sra. Jarinet López Torres, TIX/PAE/UPRB Coordina: UPR Bayamón	<b>Microsoft Teams</b>  <a href="http://bit.ly/3ewPcr7">http://bit.ly/3ewPcr7</a>
21 abril 11:00 am – 12:00 m	<b>Charla: Psoriasis</b> Recurso: Sra. Cristina LoPresti, Abbvie Patient Advocate Program Coordina: UPR Bayamón	<b>Microsoft Teams</b>  <a href="http://bit.ly/3qLR2qE">http://bit.ly/3qLR2qE</a>
22 abril 10:00 am – 11:30 am	<b>Taller: Respuesta rápida ante situaciones de comportamiento suicida</b> Recurso: Dra. María Isabel Coss Guzmán, Comisión para la Prevención del Suicidio, DSPR Coordina: UPR Administración Central	<b>Microsoft Teams</b> <b>Requiere inscripción en</b>  <a href="https://bit.ly/2Nwcr9z">https://bit.ly/2Nwcr9z</a>
23 abril 10:00 am – 11:30 am	<b>Conferencia: Contrabando humano y trata humana</b> Recurso: Sr. Milton R. Miranda, Homeland Security Investigation Coordina: UPR Utuado	<b>Zoom</b>  <a href="https://bit.ly/2P0WYzh">https://bit.ly/2P0WYzh</a>
28 abril 11:00 am – 12:00 m	<b>Charla: Personaliza tu plato: alternativas para lograr tu salud y bienestar</b> Recurso: Prof. Luz A. Ruiz Sánchez, Programa de Nutrición, UPR/RCM Coordina: UPR Ciencias Médicas	<b>Microsoft Teams</b>  <a href="http://bit.ly/2QhXc5e">http://bit.ly/2QhXc5e</a>
29 abril 2:30 pm – 3:30 pm	<b>Charla: La esclavitud sexual, indicadores y maneras de prevenirla</b> Recurso: Dra. Marta Rodríguez, DCODE/UPR/RRP Coordina: UPR Arecibo	<b>Microsoft Teams</b>  <a href="http://bit.ly/3cH9Vpy">http://bit.ly/3cH9Vpy</a>
<b>Contacto: <a href="mailto:calidaddevida.ac@upr.edu">calidaddevida.ac@upr.edu</a></b>		
<b>Aviso: Calendario está sujeto a cambio por imprevistos fuera del control de los organizadores.</b>		

