



LA UCO CELEBRARÁ EL DÍA DE LAS UNIVERSIDADES SALUDABLES, CON ACTIVIDADES QUE SE VAN A DESARROLLAR EL MES DE OCTUBRE

La Universidad de Córdoba, desde el **Vicerrectorado de Salud y Bienestar** del que depende la Dirección General de Salud y la Dirección de Prevención, sigue apostando por conseguir una “Universidad Saludable”, para que tanto la comunidad universitaria, como la sociedad cordobesa en su conjunto, aumente en bienestar físico, psíquico y social.

Como cada año, en la primera semana del mes de octubre se celebra el Día de las Universidades Saludables, con actividades impulsadas desde la Red Española de Universidades Promotoras de la Salud (REUPS) que este año celebra ya su IX Edición.

La UCO participa un año más con dos claros objetivos en estas actividades:

- Promover hábitos de vida saludables y tratar de controlar los factores de riesgo.
- Informar y sensibilizar a la comunidad universitaria cordobesa sobre el beneficio que supone llevar una vida saludable, tener una alimentación variada, equilibrada y moderada complementada con la práctica de actividad física diaria.

Campaña “Come fruta y disfruta”.

En la **primera semana de octubre** se van a instalar en distintos centros de la Universidad, mesas informativas, ofreciendo fruta fresca de temporada e informando a la comunidad universitaria sobre el beneficio que supone el consumo de fruta en la mejora de la calidad de vida.

Fecha	Horario	Centro UCO
02-oct	11:00	Escuela Politécnica Superior de Belmez
03-oct	9:00	Facultad de Ciencias del Trabajo
	12:00	Facultad de Derecho y Ciencias Económicas y Empresariales
04-oct	9:00	Campus Universitario de Rabanales. Aulario Averroes
	12:00	Aulario Campus Menéndez Pidal
05-oct	9:00	Facultad de Medicina y Enfermería
	12:00	Facultad de Ciencias de la Educación y Psicología
06-oct	9:00	Facultad de Filosofía y Letras
	12:00	Rectorado



Para esta actividad contamos con el apoyo y colaboración de empresas locales como son Copistería Don Folio, S.L, Interpack Embalajes Al-Ándalus, S.L y Frutas Valverde Córdoba, S.L.

Desde la REUPS nos animan a toda la comunidad universitaria a subir una foto consumiendo fruta a nuestras redes sociales con el hashtag [#RetofrutaREUPS](#) con el objetivo de promocionar su consumo.

Participaremos en el “Reto 10000” donaciones de sangre.

Durante **todo el mes de octubre** todas las universidades tendremos como objetivo conseguir 10.000 donaciones de sangre a nivel nacional, para ello, la UCO se suma a este reto en colaboración con el Centro de Transfusión, Tejidos y Células de Córdoba y nos marcamos como objetivo particular superar las 208 donaciones efectivas que conseguimos en la edición del pasado año.

Las donaciones de sangre tendrán lugar en el **Aulario Averroes** del Campus de Rabanales, los días 2, 3, 4 y 5 de octubre y durante todo el mes de octubre en el **Centro de Transfusión de Tejidos y Células de Córdoba** (C. San Alberto Magno, 14004 Córdoba).

Actividad	Fecha	Horario	Lugar
COLECTA DE SANGRE	2 octubre	10:00 - 14:00	Aulario Averroes. Campus de Rabanales (En el distribuidor interior)
	3 octubre	10:00 - 14:00 / 17:00 - 20:30	
	4 octubre	10:00 - 14:00 / 17:00 - 20:30	
	5 octubre	10:00 - 14:00	
	Todo octubre	Lunes a viernes: De 8.30-14.30 Sábados: De 8.30-14.30	Centro de Transfusión Tejidos y Células de Córdoba (Avda. San Alberto Magno, s/n)

Desde el Servicio de Prevención y Protección, deseamos que todas estas actividades tengan una gran acogida entre la comunidad universitaria y **os animamos a todos a participar.**



Fotos de archivo. Actividades REUPS 2022.