

3^a JORNADA INTERINSTITUCIONAL

CONFERENCIAS Y TALLERES SUAYED - FCA

EL BIENESTAR DEL DOCENTE UNIVERSITARIO:
estrategias de autocuidado

20
jueves

21
viernes

junio
2024

10:00 a 14:00 y de 16:00 a 20:00 hrs.



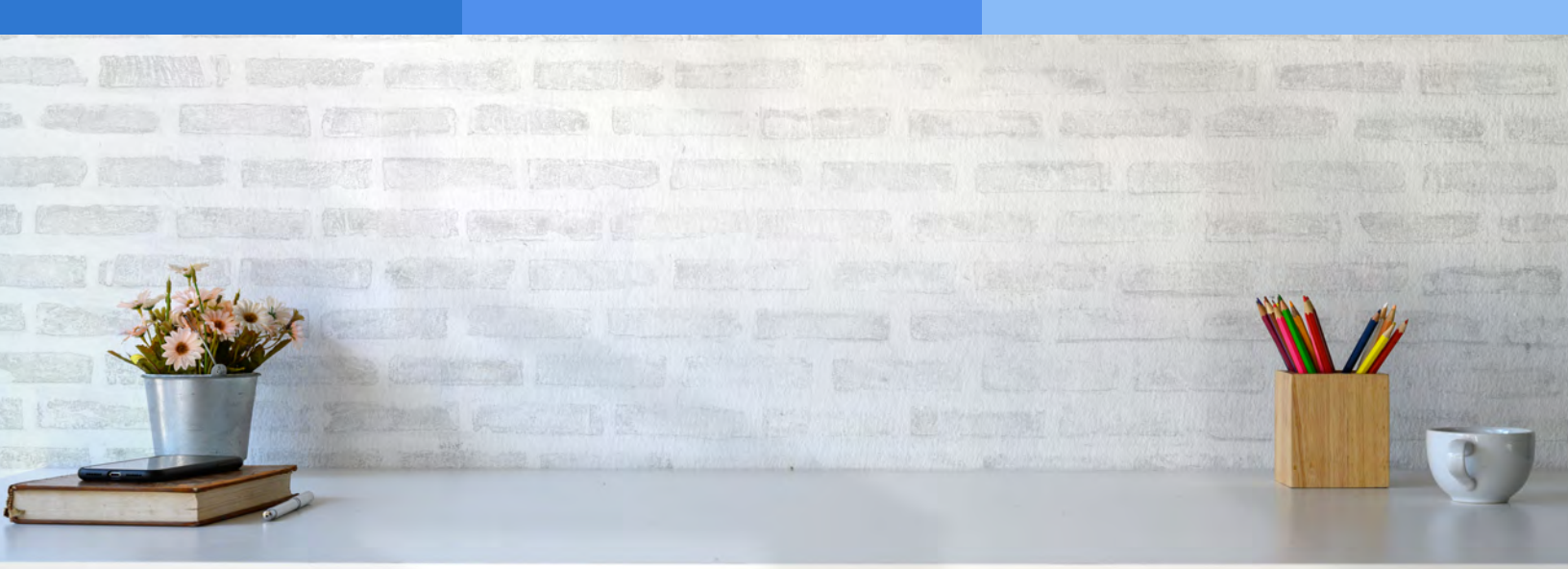
MODALIDAD VIRTUAL
TRANSMISIÓN VÍA ZOOM

Evento sin costo, previa inscripción



Registro en
<https://bit.ly/3aJornadaSUAYED-FCA>





OBJETIVO:

Sensibilizar a los docentes universitarios sobre el impacto de su bienestar en el desarrollo de su práctica docente en las modalidades no presenciales.



DIRIGIDO A:

Docentes del Sistema Universidad Abierta y Educación a Distancia de la UNAM.



INSCRIPCIÓN:

La asistencia a la Jornada es gratuita previo registro en:
<https://bit.ly/3aJornadaSUAYED-FCA>



REQUISITOS:

Equipo de cómputo con Internet, micrófono y cámara que pueda tener encendida durante el evento.



MODALIDAD:

VIRTUAL: Transmisión por Zoom. Los vínculos para su conexión, se enviarán a su correo electrónico dos días antes del evento.



CONSTANCIAS:

De las conferencias:

Se otorgará por conferencia con una **asistencia mínima del 90%** de la duración de cada una.

De los talleres:

Se otorgará con una **asistencia mínima del 80%** de la duración de cada taller.



METODOLOGÍA:

Por la mañana, la Jornada se desarrollará con la presentación de conferencias con una duración aproximada de 50 minutos, 40 de exposición y 10 para preguntas y respuestas.

Por la tarde, se impartirán talleres, con duración de cuatro horas, distribuidas en los dos días que dura la Jornada.



FECHA LÍMITE DE INSCRIPCIÓN:

viernes 14 de junio de 2024

Cupo limitado.

JUNIO 2024

CONFERENCIAS MATUTINAS

SUAyED Facultad de Contaduría y Administración

20 JUNIO

RECEPCIÓN 09:30 HRS.

INAUGURACIÓN 09:40 HRS.

Dr. Armando Tomé González
Director de la FCA-UNAM

Dra. Anabel de la Rosa Gómez
Coordinadora de la CUAED-UNAM

Mtro. Alfonso Ayala Rico
Secretario General de la FCA-UNAM

Dra. Marlene Olga Ramírez Chavero
Jefa del SUAYED de la FCA-UNAM

CONFERENCIA MAGISTRAL
10:00 HRS.

Autocuidado y hábitos saludables
Dr. Juan José Sánchez Sosa

Moderadora:
Dra. Anabel de la Rosa Gómez

CONFERENCIA 11:30 HRS.

La microbiota y su relación con la salud
L.N. Gladys Ivett Álvarez López

Moderadora:
L.P. Gabriela Virginia Ceballos Martínez

21 JUNIO

RECEPCIÓN 09:50 HRS.

CONFERENCIA 10:00 HRS.

La felicidad como protectora de la salud
Dra. Claudia Patricia Cardona Triana

Moderadora:
Dra. Angélica Riveros Rosas

CONFERENCIA 11:30 HRS.

**Gratitud, salud mental y docencia
universitaria**
Dr. Guillermo Martínez Cuevas

Moderadora:
Dra. Marlene Olga Ramírez Chavero

**14:00 Cierre de las actividades matutinas
e invitación a los talleres vespertinos**

Registro a la Jornada 

SUAYEDFCA.UNAM.MX

jueves
20 y **21**
viernes

TALLERES VESPERTINOS

SUAyED Facultad de Contaduría y Administración

Registro a la Jornada 



La flexibilidad como herramienta psicológica en la salud

Instructora: Dra. Angélica Riveros Rosas
Modera: Dra. Marlene Olga Ramírez Chavero

01

16:00 -18:00



La atención plena compasiva para la salud del docente. Prevención y tratamiento

Instructora: Dra. Ana Beatriz Moreno Coutiño
Modera: L.P. Lilian Nayeli González Juárez

02

16:00 -18:00

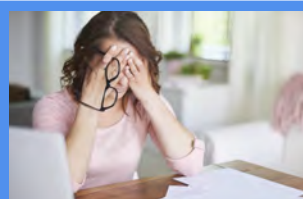


Vivir mejor con respiración consciente para docentes

Instructora: Mtra. Margarita E. Cerviño Bárcena
Modera: Dra. Martha Patricia García Chavero

03

16:00 -18:00



Desgaste emocional en el docente y estrategias para su manejo

Instructoras: L.P. Gabriela Virginia Ceballos Martínez
Dra. Claudia Patricia Rigalt González
Modera: Dr. Moisés López Pérez

04

18:00 -20:00

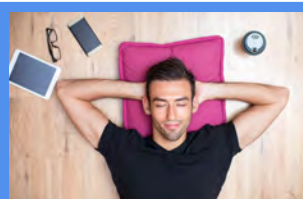


Estrategias de afrontamiento ante el estrés para docentes

Instructores: Mtra. Lorena Ishel Tinajero Chávez
Mtro. Julio César Guillén Sánchez
Modera: Mtra. Ivonne Flores de Santiago

05

18:00 -20:00



Importancia del ocio y las actividades recreativas y su impacto en la salud

Instructor: Dr. Christian Oswaldo Acosta Quiroz
Modera: Mtra. María del Carmen Márquez González

06

18:00 -20:00