TABLA COMPLETA DE TALLERES CENDHIU 2019-2

TALLER	PROPÓSITO	DURACIÓN	FACILITADOR/AS.
PROMOCIÓN A LA SALUD	Ejercitar el juicio crítico en temas relacionados con la promoción de la salud mediante una metodología interactiva-participativa, para favorecer una adecuada toma de decisiones.	2 HORAS	M.D.H.. LAURA E. HERNÁNDEZ CAPITANACHI DRA. MANOELLA ALEGRÍA DEL ÁNGEL LIC. EN ENF. ELIZABETH ROMERO RINCÓN PSIC. MA. GUADALUPE ÁVILA ROSAS
INICIACIÓN AL DESARROLLO HUMANO	Propiciar la reflexión que facilite la comprensión de sus experiencias, sentimientos y emociones y lo capacite para realizar las acciones necesarias para su desarrollo personal y social.	2 HORAS	M.D.H.. LAURA EUGENIA HERNÁNDEZ CAPITANACHI.
AUTOESTIMA	Desarrollar en los participantes, estrategias efectivas para elevar el concepto de Sí mismo y por ende, su bienestar mental, estableciendo óptimas conexiones entre el estado de autoestima y su conducta en la Universidad y en las relaciones humanas.	2 HORAS	PSIC. CLÍNICA EMA RAMOS GÓMEZ
VIOLENCIA EN EL NOVIAZGO	Identificar las manifestaciones de la violencia en el noviazgo y reflexionar acerca de los factores protectores.	2 HORAS	DRA. MANOELLA ALEGRÍA DEL ANGEL
AUTOCUIDADO Y USO CORRECTO DEL CONDÓN	Crear herramientas que permitan a los jóvenes apropiarse de sus potencialidades y desarrollar las habilidades necesarias para su cuidado	2 HORAS.	LIC. EN ENF. ELIZABETH ROMERO RINCÓN LIC. EN ENF. ANTONIA VALDIVIESO AQUINO
MANEJO ADECUADO DEL STRESS	Ejercitar la relajación como una estrategia de afrontamiento para controlar o reducir los síntomas físicos y psicológicos provocados por el estrés, con la finalidad de mejorar y mantener un estilo de vida saludable.	2 HORAS.	PSIC. MARÍA GUADALUPE AVILA ROSAS. M.D.H.. LAURA EUGENIA HERNÁNDEZ CAPITANACHI.
MITOS Y REALIDADES DEL CONSUMO DE TABACO, ALCOHOL Y OTRAS DROGAS.	Propiciar en el joven la toma de conciencia sobre la influencia que los mitos y falsas creencias tienen sobre el consumo de tabaco, alcohol y otras drogas.	2HORAS.	PSIC. MARÍA GUADALUPE AVILA ROSAS. PSIC. CONCEPCIÓN ITA ANDEHUI HERNANDEZ SOSA
HABILIDADES PARA LA VIDA PARA PREVENIR EL CONSUMO DE TABACO, ALCOHOL Y OTRAS DROGAS	Desarrollar competencias psicosociales, que le permita manejar en forma eficaz los problemas, exigencias y retos de la rutina diaria, sin necesidad de recurrir al consumo de drogas	2 HORAS.	PSIC. MARÍA GUADALUPE AVILA ROSAS. PSIC. CONCEPCIÓN ITA ANDEHUI HERNÁNDEZ SOSA

educación para la salud integral /m.d.h laura eugenia hdez. capitanachi.
laurhernandez@uv.mx
tel. 8 42-17-00 ext. 10 345

TABLA COMPLETA DE TALLERES CENDHIU 2019-2

VIH/SIDA Y USO CORRECTO DEL CONDÓN	Empoderar a la población universitaria para realizarse la prueba de detección de VIH de manera oportuna, que reconozca los comportamientos de riesgo a las que está expuesto cuando no toma las medidas específicas de protección.	2 HORAS	LIC. ENF. ELIZABETH ROMERO RINCÓN.
PROMOCIÓN Y DEMOSTRACIÓN DE MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS	Coadyuvar a alcanzar una vida sexual y reproductiva sana con el uso de anticonceptivos previniendo embarazos no planeados e ITS.	2 HORAS	LIC. ENF. ELIZABETH ROMERO RINCÓN.
INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL.	Promocionar salud en prevención y protección de infecciones de transmisión sexual orientada a que los universitarios adquieran comportamientos de autocuidado y detección oportuna.	2 HORAS	LIC. ENF. ELIZABETH ROMERO RINCÓN.
PROYECTO DE VIDA	Proporcionar las herramientas mínimas necesarias para la elaboración de un proyecto de vida a corto y mediano plazo que incluya aspectos relacionados con su propia persona, con su familia y con la universidad	2 HORAS	DRA. MANOELLA ALEGRÍA DEL ANGEL M.D.H. LAURA EUGENIA HERNANDEZ CAPITANACHI.
ELECCIÓN SALUDABLE DE PAREJA	Los jóvenes contrastarán su pareja ideal y real a través del ejercicio de autorreflexión, con la finalidad de favorecer que sus elecciones de pareja sean saludables	2 HORAS	DRA. MANOELLA ALEGRÍA DEL ANGEL
INTELIGENCIA EMOCIONAL	Formar seres humanos con alto nivel de inteligencia emocional en nuestra universidad, siendo capaces de percibir las necesidades individuales, aplicando la empatía.	2 HORAS	PSIC. EMMA RAMOS GÓMEZ
SEPARARSE: UN ARTE	Proponer soluciones realistas a los problemas cotidianos durante el rompimiento de pareja, apoyando la transición de un futuro que no se acepta, un pasado conocido a un futuro menos amenazante.	2 HORAS	PSIC. EMMA RAMOS GÓMEZ
DEPRESIÓN: HABLEMOS	Proporcionar a los estudiantes de las diferentes licenciaturas de la universidad veracruzana, los conocimientos básicos sobre el trastorno de depresión con el fin de sensibilizar sobre el tema y posibilitar una oportuna intervención en caso de ser requerida.	2 HORAS	PSIC. ADRIANA PEREA SÁNCHEZ PSIC. MARTHA VIRIDIANA PORTILLA MÉNDEZ
COMUNICACIÓN ASERTIVA	El universitario aprenderá y desarrollará herramientas que puedan llegar a facilitarle su forma de comunicación en la vida diaria y su trayectoria académica.	2 HORAS	PSIC. ADRIANA PEREA SÁNCHEZ PSIC. MARGARITA ISELA LÓPEZ USTAMANTE
APRENDIENDO SOBRE EMOCIONES	brindar estrategias para el reconocimiento de las emociones propias a los universitarios así como también des sus compañeros, maestros y las personas que sean partícipes de su vida diaria y para beneficio de su trayectoria académica.	2 HORAS	PSIC. MARGARITA ISELA LÓPEZ BUSTAMANTE PSIC. MARTHA VIRIDIANA PORTILLA MÉNDEZ.

educación para la salud integral /m.d.h laura eugenia hdez. capitanachi.
laurhernandez@uv.mx
tel. 8 42-17-00 ext. 10 345

TABLA COMPLETA DE TALLERES CENDHIU 2019-2

UNIVERSITARIA Y UNIVERSITARIO: TOLERANTE Y LA NO DISCRIMINACIÓN	Las universitarias y los universitarios practicarán el pensamiento crítico ante las diferentes manifestaciones de discriminación como la discriminación por género y diversidad sexual, con el fin de obtener y desarrollar habilidades que puedan ayudar a combatir cualquier tipo de discriminación que se puedan presenciar en su vida cotidiana.	2 HORAS	PSIC: SARAÍ ESTEFANIA DORANTES SANTISBON
APRENDIENDO CON Y EN EL CONFLICTO	Los y las estudiantes desarrollarán y fortalecerán herramientas para ejercer soluciones de conflictos alternativas con el fin que tengan una trayectoria universitaria y personal óptima además de promover diálogos y espacios pacíficos para reforzar la cultura de la paz.	2 HORAS	PSIC. SARAÍ ESTEFANIA DORANTES SANTISBON

educación para la salud integral /m.d.h laura eugenia hdez. capitanachi.
laurhernandez@uv.mx
tel. 8 42-17-00 ext. 10 345