

Bogotá D.C., 18 de septiembre de 2025

**CIRCULAR INFORMATIVA**  
**111 - 050**

**Dirigida a:** Toda la Plataforma Humana Unadista.

**De:** Gerencia de Talento Humano.

**Asunto:** Invitación - Semana de la salud 2025 "Salud Unadista, un compromiso contigo".

La Gerencia de Talento Humano se complace en invitar a toda la Plataforma Humana Unadista a participar activamente en la Semana de la Salud UNAD 2025, que se llevará a cabo del **22 al 25 de septiembre** de 2025 de manera presencial, debido a que la Semana de la Salud es un espacio diseñado para promover el bienestar integral de toda nuestra Plataforma Humana, fomentando la adopción de hábitos saludables y la prevención de enfermedades. Durante estos días mencionados, se desarrollarán actividades académicas, recreativas y de promoción de la salud, que buscan generar conciencia sobre la importancia del autocuidado, la salud física y mental, y la construcción de una mejor calidad de vida.

Por lo anterior, hemos preparado el siguiente cronograma, encaminado a compartir experiencias significativas con la Plataforma Humana Unadista, entorno a la salud, el bienestar y fomentando los programas de promoción y prevención de la UNAD:

SEMANA DE LA SALUD "Salud Unadista, un compromiso contigo"		
Día	Programa de Promoción y Prevención Asociado	Experiencia Significativa
Lunes 22 de septiembre	Programa "Corazón Unadista, tu bienestar nuestro latir".	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mercado saludable campesino.</li> <li>- Actividad Física.</li> <li>- Tamizaje IMC y Cardiovascular.</li> </ul>
Martes 23 de septiembre	Programa "No estrés mal, el equilibrio emocional tu super poder".	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Celebración Día azul Unadista.</li> </ul>

F-2-2-5  
3-05-02-2021

Miércoles 24 de septiembre	Programa “La UNAD se mueve, cada postura cuenta cada paso importante”.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Escuela terapéutica.</li> <li>- Recorrido ergonómico.</li> </ul>
Jueves 25 de septiembre	<p>Programa “Te veo bien - contágate, pero de alegría una mirada hacia tu bienestar”.</p> <p>Programa “Contágate, pero de alegría”.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pausas visuales.</li> <li>- Tamizaje – Optometría.</li> <li>- Prevención de cáncer de mama y testicular.</li> </ul>

Confiamos en que cada uno de ustedes participe activamente ya que representa una oportunidad para fortalecer el cuidado de la salud y consolidar nuestro compromiso con el bienestar.

¡Los esperamos del 22 al 25 de septiembre de 2025 en la Semana de la Salud UNAD!

Cordialmente,



**ALEXANDER CUESTAS MAHECHA**  
Gerente de Talento Humano.

Proyectó/ Grupo del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo y Grupo de Bienestar.