

**UNIVERSIDAD VERACRUZANA**  
**CENDHIU**  
**CATÁLOGO PARA CONTINGENCIA COVID 19**  
**TALLERES VIRTUALES, CHARLAS Y CÁPSULAS INFORMATIVAS**

Inscripciones: 9 y 10 de noviembre 2020

Inicio de talleres: 11 de noviembre 2020

Final de talleres: 11 de diciembre 2020

TALLER	MODALIDAD	PLATAFORMA	OBJETIVO	TEMAS	FECHAS	DURACIÓN	LIMITE DE PARTICIPANTES	FACILITADOR/AS
1. Valores	<p style="text-align: center;"><b>TALLER VIRTUAL</b></p> <p>En la plataforma EMINUS, el estudiante realizará las actividades de forma independiente y en el transcurso de dos días. El curso puede encontrarse como:            En TEAMS se llevará a cabo una sesión sincrónica de media hora de duración, en la que se realizarán 3 actividades en dicha sesión.</p> <p><b>Requisitos:</b>            La facultad enviará la lista de estudiantes interesados en participar en la actividad, al correo <a href="mailto:laurhernandez@uv.mx">laurhernandez@uv.mx</a> incluyendo nombre completo, correo electrónico y matrícula, carrera, región y taller solicitado.</p>	EMINUS	Conocer la definición de valores y su significado e identificar sus propios valores para reflexionar sobre ellos.	*Definición de valores *Valores Fundamentales *Significado de los valores	18 de noviembre 12:00 hrs.  Y  25 de noviembre 12:00 hrs.	30 minutos	30	Mtra. Leticia Rodríguez Audirac. <a href="mailto:lerodriguez@uv.mx">lerodriguez@uv.mx</a>  Mtra. Laura Eugenia Hernández Capitanachi. <a href="mailto:laurhernandez@uv.mx">laurhernandez@uv.mx</a>
2. Violencia en el noviazgo	<p style="text-align: center;"><b>TALLER VIRTUAL / CURSO ASINCRÓNICO</b></p> <p>Este tema se puede trabajar de dos formas:</p> <p><b>CURSO ASINCRÓNICO</b>            En la plataforma EMINUS 3, el estudiante realizará las actividades de forma independiente en un plazo de 24 horas y recibirá su retroalimentación en un lapso de 72 horas. El curso puede encontrarse como: Violencia en el noviazgo. Se requiere un mínimo de 2 inscritos.</p> <p><b>TALLER VIRTUAL</b>            En ZOOM se llevará a cabo una sesión sincrónica de 40 minutos, en la que se realizarán algunas actividades. Se necesita un mínimo de 10 y un máximo de 30 inscritos. Subir a Eminus 3 las evidencias correspondientes.</p> <p><b>Requisitos:</b>            Inscribirse previamente al correo <a href="mailto:laurhernandez@uv.mx">laurhernandez@uv.mx</a> dejando los siguientes datos: nombre completo, carrera, región y modalidad deseada (curso asincrónico o taller virtual). Tener a la mano hojas, lápiz y colores o plumones.</p> <p><b>NOTA:</b> La facultad enviará la lista de estudiantes interesados en participar en la actividad, incluyendo nombre completo y cuenta de correo UV, carrera y región (grupos armados).</p>	ZOOM EMINUS 3	Reflexionar acerca de las manifestaciones básicas de la violencia en el noviazgo.	*Definición de violencia *Tipos de violencia y sus manifestaciones.	13 Noviembre 10 am  23 noviembre 10 am	40 minutos	ZOOM: de 10 a 30 participantes  EMINUS 3: mínimo 2 participantes.	Dra. Manoella Alegría Del Ángel. <a href="mailto:maalegría@uv.mx">maalegría@uv.mx</a>

**UNIVERSIDAD VERACRUZANA**  
**CENDHIU**  
**CATÁLOGO PARA CONTINGENCIA COVID 19**  
**TALLERES VIRTUALES, CHARLAS Y CÁPSULAS INFORMATIVAS**

TALLER	MODALIDAD	PLATAFORMA	OBJETIVO	TEMAS	FECHAS	DURACIÓN	LIMITE DE PARTICIPANTES	FACILITADOR/AS
3. Elección de pareja	<p style="text-align: center;"><b>TALLER VIRTUAL / CURSO ASINCRÓNICO</b></p> <p>Este tema se puede trabajar de dos formas:</p> <p><b>CURSO ASINCRÓNICO</b>            En la plataforma EMINUS 4, el estudiante realizará las actividades de forma independiente en un plazo de 24 horas y recibirá su retroalimentación en un lapso de 72 horas. El curso puede encontrarse como: Elección de pareja. Se requiere un mínimo de 2 inscritos.</p> <p><b>TALLER VIRTUAL</b>            En ZOOM se llevará a cabo una sesión sincrónica de 40 minutos, en la que se realizarán algunas actividades. Se necesita un mínimo de 10 y un máximo de 30 inscritos. Subir a Eminus 4 las evidencias correspondientes.</p> <p><b>Requisitos:</b>            Inscribirse previamente al correo <a href="mailto:laurhernandez@uv.mx">laurhernandez@uv.mx</a> dejando los siguientes datos: nombre completo, carrera, región y modalidad deseada (curso asincrónico o taller virtual). Tener a la mano hojas, lápiz y colores o plumones.</p> <p><b>NOTA:</b> La facultad enviará la lista de estudiantes interesados en participar en la actividad, incluyendo nombre completo y cuenta de correo UV, carrera y región (grupos armados).</p>	ZOOM EMINUS 4	Identificar el tipo de elección de pareja que realiza cada participante.	*Mi pareja ideal *La pareja real *Mis elecciones	1 diciembre 10 am	40 minutos	ZOOM: de 10 a 30 participantes  EMINUS 4: mínimo 2 participantes.	Dra. Manoella Alegría Del Ángel. <a href="mailto:maalegría@uv.mx">maalegría@uv.mx</a>
4. Manejo adecuado del estrés	<p style="text-align: center;"><b>CURSO ASINCRÓNICO</b></p> <p>En la plataforma EMINUS, el estudiante realizará las actividades de forma independiente en un plazo de cinco días. El curso puede encontrarse como: Estrategias para afrontar el estrés. La facultad enviará la lista de estudiantes interesados en participar en la actividad, incluyendo nombre completo y cuenta de correo UV o pueden inscribirse de manera individual. Al final del curso se pone a disposición el correo institucional de las Maestras para los que estén interesados en conocer otras estrategias de relajación.</p> <p><b>Requisitos:</b>            Inscribirse al correo <a href="mailto:laurhernandez@uv.mx">laurhernandez@uv.mx</a>            Ingresar a la plataforma de EMINUS 4, la cual estará disponible del 11 de noviembre al 11 de diciembre</p>	EMINUS 4	Identificar las principales fuentes de estrés y ejercitar la relajación como una estrategia de afrontamiento	*Definición de estrés *Tipos de respiración *Ejercicio de visualización	La plataforma estará disponible del 11 de noviembre al 11 de diciembre	Dependiendo del ritmo del estudiante	Sin límite	Psic. María Guadalupe Ávila Rosas. <a href="mailto:guavila@uv.mx">guavila@uv.mx</a>  Mtra. Laura Eugenia Hernández Capitanachi. <a href="mailto:laurhernandez@uv.mx">laurhernandez@uv.mx</a>

**UNIVERSIDAD VERACRUZANA**  
**CENDHIU**  
**CATÁLOGO PARA CONTINGENCIA COVID 19**  
**TALLERES VIRTUALES, CHARLAS Y CÁPSULAS INFORMATIVAS**

TALLER	MODALIDAD	PLATAFORMA	OBJETIVO	TEMAS	FECHAS	DURACIÓN	LIMITE DE PARTICIPANTES	FACILITADOR/AS
5. <b>Comunicación asertiva</b>	<b>CHARLA INFORMATIVA</b>  Se brindará una charla informativa sincrónica de la temática de interés por medio de la plataforma ZOOM.  Requisitos: 1.- Entrar puntuales a la hora asignada, se darán 5 minutos de prórroga para esperar a los participantes en la charla 2.- Se pide que tenga hojas blancas, recicladas o de libreta, un lápiz o pluma. 3.- Para mejor recepción de la charla usar auriculares.	UVZOOM	Analizará las herramientas sociales que posee y que puedan llegar a facilitarle la comunicación asertiva	*¿Para qué comunicarnos? *Diferentes tipos de comunicación *Actividad de escucha activa		40 minutos	15	Psic. Margarita Isela López Bustamante <a href="mailto:margalopez@uv.mx">margalopez@uv.mx</a>
6. <b>Aprendiendo tus emociones</b>	<b>CHARLA INFORMATIVA</b>  Se brindará una charla informativa sincrónica de la temática de interés por medio de la plataforma ZOOM.  Requisitos: 1.- Entrar puntuales a la hora asignada, se darán 5 minutos de prórroga de espera para que entren los participantes a la charla. 2.- Se pide que tengan hojas blancas, recicladas o de libreta, un lápiz o una pluma. 3.- Para mejor recepción de la charla usar auriculares.	UVZOOM	Llegar a una sensibilización de los participantes antes sus emociones y las de los que los rodean para que las puedan identificar	*¿Qué son las emociones? *¿Para qué sirven? *Actividad de sensibilización emocional	fechas serian: 24 de noviembre a las 12 del día 25 de noviembre a las 12 del día 2 de diciembre a las 12 del día	40 minutos	15	Psic. Martha Viridiana Portilla Méndez <a href="mailto:marportilla@uv.mx">marportilla@uv.mx</a>  Psic. Margarita Isela López Bustamante <a href="mailto:margalopez@uv.mx">margalopez@uv.mx</a>
7. <b>Alimentación saludable</b>	<b>CHARLA INFORMATIVA</b>  Se brindará una charla informativa sincrónica de la temática de interés por medio de la plataforma TEAMS.  Al finalizar la intervención se dará la información para que el estudiante en caso de requerirlo pueda contactar con el personal CENDHIU si requieren algún tipo de atención individualizada o requiere mayor información.  La facultad enviará la lista de los estudiantes interesados en participar en la actividad, incluyendo nombre completo y cuenta de correo institucional.	MICROSOFT TEAMS	Sensibilizar al alumno sobre la importancia de una alimentación saludable y la relación entre ésta y el estado de salud.	*plato del bien comer *plato inteligente *pirámide de actividad física	24/11/2020 9:00 h Se abrirán más fechas a demanda	40 minutos	30	L.N. David Alfonso Libreros Guevara <a href="mailto:dlibreros@uv.mx">dlibreros@uv.mx</a>

**UNIVERSIDAD VERACRUZANA**  
**CENDHIU**  
**CATÁLOGO PARA CONTINGENCIA COVID 19**  
**TALLERES VIRTUALES, CHARLAS Y CÁPSULAS INFORMATIVAS**

TALLER	MODALIDAD	PLATAFORMA	OBJETIVO	TEMAS	FECHAS	DURACIÓN	LIMITE DE PARTICIPANTES	FACILITADOR/AS
8. Autocuidado y vih	<b>CHARLA INFORMATIVA</b> Dar a conocer la acción preventiva y oportuna de la detección del VIH, mediante la demostración del proceso previo a la prueba, toma de la muestra, y orientación sobre cómo mantener la salud sexual. Localizable en plataforma YouTube.	YouTube	Conocer la importancia de la salud sexual y formas de prevención	*Pre consejería *Uso correcto del condón masculino y femenino	Disponible para el usuario	30 minutos	No aplica	Enf. Ma. Antonia Valdivieso Aquino. <a href="mailto:anvaldivieso@uv.mx">anvaldivieso@uv.mx</a>  Enf. Elizabeth Romero Rincón <a href="mailto:elromero@uv.mx">elromero@uv.mx</a>
9. Personalidad y autoestima.	<b>CÁPSULA INFORMATIVA</b> Implica un video previamente grabado y colgado en YouTube sin interacción con los facilitadores sobre la temática de interés.  Requisitos: Inscribirse al curso para poder acceder a la liga de la cápsula.	YouTube	Observar asociaciones entre ciertos factores de la personalidad y autoestima.	*Factores de personalidad *Definición autoestima. *Analizar las relaciones entre la autoestima y los cinco factores, así como las explicaciones para tales asociaciones.	La plataforma estará disponible del 11 de noviembre al 11 de diciembre	30 minutos	Sin límite	Psic. Emma Ramos Gómez <a href="mailto:emramos@uv.mx">emramos@uv.mx</a>
10. Mi estilo de aprendizaje	<b>TALLER VIRTUAL</b> En la plataforma EMINUS, el estudiante realizará las actividades de forma independiente en un plazo de dos días. El curso puede encontrarse como: En TEAMS se llevará a cabo una sesión sincrónica de 40 minutos, en la que se realizarán algunas actividades. La facultad enviará la lista de estudiantes interesados en participar en la actividad, incluyendo nombre completo y cuenta de correo UV.	EMINUS TEAMS	El estudiante realizará un ejercicio exploratorio sobre su estilo de aprendizaje.  Se presentará al estudiante información de estrategias que ayudan a aprender.	*Estrategias y estilos de aprendizaje  *Cuestionario auto exploratorio	18 de noviembre 17:00 Hrs.  Y  25 de noviembre 17:00 Hrs.	40 minutos	30	Mtra. Leticia Rodríguez Audirac <a href="mailto:lerodriguez@uv.mx">lerodriguez@uv.mx</a>  Nota: El registro a la charla puede ser realizado por el director o secretario de facultad.
11. Autocuidado ante COVID – 19	<b>RETRANSMISIÓN DE PROGRAMA DE RADIO “AUTOCUIDADO PARA UN RETORNO LABORAL SEGURO”</b>  Se brinda información para que los estudiantes universitarios conozcan las medidas de prevención y protección específica que coadyuvan al autocuidado ante el covid-19 para un entorno seguro y saludable en lo individual, familiar y colectivo	Implica un video previamente grabado de un programa de radio y colgado en <b>YouTube</b> sin interacción con los facilitadores sobre la temática de interés.	Que los estudiantes desarrollen cambios de conducta en el autocuidado para la prevención de COVID -19.	*Medidas de bioseguridad epp (equipo de protección personal)  *Autocuidado en ruta de salida y entrada a casa.	a su propio ritmo	30 minutos	Requisitos: Inscribirse al curso para poder acceder a la liga de la cápsula.	Mass. Matilde Angélica Reyes Juárez. <a href="mailto:matreyes@uv.mx">matreyes@uv.mx</a>  Enf. María Antonia Valdivieso Aquino <a href="mailto:anvaldivieso@uv.mx">anvaldivieso@uv.mx</a>  Nota: Si algún grupo desea un punto específico en relación al tema, estará disponible vía zoom.

**UNIVERSIDAD VERACRUZANA**  
**CENDHIU**  
**CATÁLOGO PARA CONTINGENCIA COVID 19**  
**TALLERES VIRTUALES, CHARLAS Y CÁPSULAS INFORMATIVAS**

TALLER	MODALIDAD	PLATAFORMA	OBJETIVO	TEMAS	FECHAS	DURACIÓN	LIMITE DE PARTICIPANTES	FACILITADOR/AS
Drogas	<b>CHARLA INFORMATIVA</b> Se brindará una charla informativa sincrónica de la temática de interés por medio de la plataforma ZOOM.	ZOOM	Promover y proteger la salud, la seguridad y el bienestar desde una perspectiva de salud pública.	*Consumo de drogas *Actitud personal frente al consumo *Factores de riesgo y protección *Tipos de prevención	miércoles 25 de nov. en un horario de 12:00 a 12:40 pm	40 minutos	30	Psic. Concepción Ita Andehui Hernández Sosa <a href="mailto:cohernandez@uv.mx">cohernandez@uv.mx</a>
Diversión y consumo de drogas	<b>CHARLA INFORMATIVA</b> Se brindará una charla informativa sincrónica de la temática de interés por medio de la plataforma ZOOM. Al finalizar la intervención se dará la información para que el estudiante en caso de requerirlo pueda contactar con el personal CENDHIU si requieren algún tipo de atención individualizada o requiere mayor información. La facultad enviará la lista de los estudiantes interesados en participar en la actividad, incluyendo nombre completo y cuenta de correo institucional.	ZOOM UV	Identificar estilos de diversión saludables que promuevan la socialización sin recurrir al consumo de drogas.	*Toma de decisiones *Conductas asertivas *Manejo de la presión *Creatividad	martes 24 y viernes 27 de nov. en un horario de 11:00 a 11:40	40 minutos	30	Psic. Concepción Ita Andehui Hernández Sosa. <a href="mailto:cohernandez@uv.mx">cohernandez@uv.mx</a>  Psic. María Guadalupe Ávila Rosas <a href="mailto:guavila@uv.mx">guavila@uv.mx</a>
Universitario y Universitaria Tolerante y la No Discriminación	<b>CHARLA INFORMATIVA</b> La charla será en vivo donde se explicará generalidades del tema de tolerancia y la no discriminación, así como ejemplos de actos discriminatorios y tips para reconocerla y erradicarla.	ZOOM UV	Reconocer el tema tolerancia y la no discriminación. Identificar la discriminación en la vida cotidiana con el fin de poder erradicarla.	*Tolerancia *Discriminación *Empatía	16/10/2020 12:00 H  23/11/2020 10:00 H  30/11/2020 10:00 H	30 minutos	3 mínimo 8 máximo	Psi Saraí Dorantes <a href="mailto:sdorantes@uv.mx">sdorantes@uv.mx</a>
¿Soy resiliente en la escuela?	<b>TALLER VIRTUAL</b> En la plataforma EMINUS, el estudiante realizará las actividades de forma independiente en dos días (primer y tercer día). El curso puede encontrarse como: ¿Soy resiliente en la escuela? En TEAMS se llevará a cabo una sesión sincrónica de 40-50 minutos, en la que se realizarán algunas actividades el segundo día. La facultad enviará la lista de estudiantes interesados en participar en la actividad, incluyendo nombre completo y cuenta de correo UV.	EMINUS y TEAMS	Identificar el nivel de resiliencia académica y cómo desarrollarla	*Conoce tu nivel de resiliencia académica *Elementos de la resiliencia académica *Pautas para desarrollar resiliencia académica	17/11/2020 10 hrs.  23/11/2020  10 hrs.  04/12/2020 10 hrs.	40 minutos	5 mínimo 30 máximo	Dra. Rosa Dianeth Hernández aguilera <a href="mailto:dianhernandez@uv.mx">dianhernandez@uv.mx</a>

**UNIVERSIDAD VERACRUZANA**  
**CENDHIU**  
**CATÁLOGO PARA CONTINGENCIA COVID 19**  
**TALLERES VIRTUALES, CHARLAS Y CÁPSULAS INFORMATIVAS**

TALLER	MODALIDAD	PLATAFORMA	OBJETIVO	TEMAS	FECHAS	DURACIÓN	LIMITE DE PARTICIPANTES	FACILITADOR/AS
<b>12. Aprendiendo en y para el Conflicto</b>	<b>TALLER VIRTUAL</b> Los participantes realizarán actividades individuales y grupales.	ZOOM UV	Identificar un conflicto Reconocer las actitudes antes el conflicto Conocer las soluciones de un conflicto	*Conflicto *Cooperación *Actitudes	8/11/2020 10:00 H  25/11/2020 15:00 H  02/12/2020 10:00 H	40 min	5 mínimo  10 máximo	Psi. Saraí Dorantes <a href="mailto:sdorantes@uv.mx">sdorantes@uv.mx</a>
<b>13. Braille, signografía básica</b>	<b>CURSO GRATUITO EN LÍNEA</b> Organización del curso: videos siempre disponibles. Sin horarios ni plazos: ve las lecciones y haz los ejercicios cuando quieras y aprende a tu ritmo. Usa la tecnología a tu favor: Utiliza aplicaciones especialmente diseñadas para que aprender sea como un juego. Disponible en plataforma digital Udemey  <b>Dirigido a:</b> Videntes, docentes, estudiantes y público en general.		El sistema de lectoescritura braille es una herramienta que facilita a las personas ciegas acceder con autonomía a la información, la educación y la cultura. Como docentes o estudiantes, estar familiarizados con él nos permite crear estrategias para una educación inclusiva.	*Leer y escribir textos braille en español *usando software o una regleta braille.  *Matemáticas básicas braille.  *Utilidad y limitaciones del sistema braille.				Mtra. Vianey Illescas de Felipe <a href="mailto:villescas@uv.mx">villescas@uv.mx</a>  Oliver Daniel Almaraz Hernández (Facultad de Música) <a href="mailto:zS13012510@estudiantes.uv.mx">zS13012510@estudiantes.uv.mx</a>  Inscripciones: <a href="mailto:puei@uv.mx">puei@uv.mx</a>

Educación para la Salud Integral y Orientación Psicopedagógica /M.D.H. Laura Eugenia Hdez. Capitanachi. [laurhernandez@uv.mx](mailto:laurhernandez@uv.mx) tel. 8 42-17-00 ext. 10345

**NOTA:**

**Charla informativa:** implica actividad sincrónica en zoom o teams donde se compartan actividades e información sobre la temática de interés.

**Curso asincrónico:** implica actividades de forma asincrónica en eminus sobre la temática de interés.

**Cápsula informativa:** implica un video previamente grabado y colgado en youtube sin interacción con los facilitadores sobre la temática de interés.

**Retransmisión de programa de radio:** se compartirá el contenido de un programa de radio previamente grabado sobre la temática de interés.

**Taller virtual:** implica actividad sincrónica en zoom o teams y actividades en eminus (donde se compartan documentos o actividades que realizar) sobre la temática de interés.