



CAPACITACIONES BIENESTAR

Social 2023-2024



1644

Asistentes a todas
las capacitaciones

27

Capacitaciones
en total

EVENTO → HÍBRIDO



CHARLA HÍBRIDA

La línea delgada

30 AGOS. 2023 | **15h00**
GALÁPAGOS 14h00 | CASA BLANCA
ZOOM: 851 0613 2036

 **PONENTE:**
IRENE BUSTAMANTE

REGÍSTRATE ✨

Con el apoyo del: **BIENESTAR RECURSOS HUMANOS**
DECANATO DE ESTUDIANTES

USFQ | UNIVERSIDAD
SAN FRANCISCO
DE QUITO



Actores :
**Decanato y Recursos
Humanos USFQ**

35 Asistentes
al evento

EVENTO → HÍBRIDO



CHARLA HÍBRIDA

Nutrición para
diabéticos e
hipertensos

07 SEP. 2023 | **15h00**
GALÁPAGOS 14h00 | SALÓN AZUL
ZOOM: 81769086230

PONENTE:
MA. BELÉN OCAMPO

REGÍSTRATE

Con el apoyo del: RECURSOS HUMANOS
CARRERA DE NUTRICIÓN
Y DIETÉTICA

USFQ | UNIVERSIDAD
SAN FRANCISCO
DE QUITO



Actores :

Recursos Humanos
y Nutrición USFQ

16 Asistentes
al evento

EVENTO → HÍBRIDO



CHARLA HÍBRIDA

Disfruta tu vida
laboral, familiar,
personal

21 SEP. 2023 | 15h00
GALÁPAGOS 14h00 | AULA CB 101
ZOOM:87293605365

PONENTE:
MARÍA BELÉN VÁSQUEZ

REGÍSTRATE

Con el apoyo del: BIENESTAR RECURSOS HUMANOS
DECANATO DE ESTUDIANTES

USFQ | UNIVERSIDAD
SAN FRANCISCO
DE QUITO



Actores :

Bienestar y Recursos
Humanos USFQ

42 Asistentes
al evento

EVENTO → HÍBRIDO



CHARLA HÍBRIDA

Cuida de ti; Enfermedad cerebro vascular

26 OCT. 2023	15h00 GALÁPAGOS 14h00	SALÓN AZUL ZOOM: 85667542777
------------------------	------------------------------------	---------------------------------

 **PONENTE:**
EDUARDO ARIZAGA

[REGÍSTRATE](#)

Con el apoyo del: BIENESTAR RECURSOS HUMANOS
DECANATO DE ESTUDIANTES

USFQ UNIVERSIDAD
SAN FRANCISCO
DE QUITO



Actores :
**Recursos Humanos
y Decanato USFQ**

18 Asistentes
al evento

EVENTO → VIRTUAL



CHARLA VIRTUAL

Manipulación, higiene
y conservación de
alimentos

09 NOV. 2023 | 16h00
GALÁPAGOS 15h00 | ZOOM:
87615814089

PONENTE:
MARIBEL CHISAGUANO

REGÍSTRATE

Con el apoyo del: BIENESTAR RECURSOS HUMANOS
CARRERA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

USFQ | UNIVERSIDAD
SAN FRANCISCO
DE QUITO



Actores :
Recursos Humanos y
Nutrición USFQ

07 Asistentes
al evento

EVENTO → VIRTUAL



CHARLA VIRTUAL

Mindfulness para ser más efectivo

01 FEB. 2023	12h00	ZOOM: 85943320188
	GALÁPAGOS 11h00	

PONENTE:
Esthefany Landívar

[REGISTRATE](#)

Con el apoyo del:
BIENESTAR RECURSOS HUMANOS
DECANATO DE ESTUDIANTES

USFQ 35 años | UNIVERSIDAD
SAN FRANCISCO
DE QUITO



Actores :
**Recursos Humanos
y Decanato USFQ**

39 Asistentes
al evento

EVENTO → VIRTUAL



CHARLA VIRTUAL

Bienestar económico y financiero

01 MAR. 2023 **12h00**
GALÁPAGOS 11h00 **ZOOM:**
89720497610

PONENTE:
Candy Abad

[REGÍSTRATE](#)

Con el apoyo del:
DECANATO DE ESTUDIANTES

USFQ RECURSOS
HUMANOS



Actores :
Decanato

52 Asistentes
al evento

EVENTO → PRESENCIAL

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO

SNACK & LEARN

El camino de nuestra vida

Te invitamos a participar de este programa de autocuidado para ti y tus seres queridos.



Jonathan R. Guillemot

Vicedecano de Medicina y Director del Instituto de Medicina Social & Desafío Globales de la USFQ.
Doctor en Salud Global, Medicina Social y Gerontología por King 's College London (Reino Unido). Inició su camino académico con un pregrado y un posgrado en Sociología Política en Université de Lille (Francia). Lleva a cabo proyectos de investigación y vinculación con la sociedad, en áreas de Gerontología y Pedagogía de la Investigación. También integra iniciativas como One Health.



Martes 12 de marzo/ Casa Blanca/ 12h50/ Snack incluido

Regístrate [AQUÍ](#)

USFQ | RECURSOS
HUMANOS



Actores :
Recursos Humanos
USFQ

69 Asistentes
al evento

EVENTO → VIRTUAL



CHARLA VIRTUAL

Cuidado y fortalecimiento de suelo pélvico

14 MAR. 2023	12h00 GALÁPAGOS 11h00	ZOOM: 87800194820
---------------------	------------------------------------	-----------------------------

PONENTE:
Daniela Suquilanda

[REGÍSTRATE](#)

Con el apoyo del:
DECANATO DE ESTUDIANTES

USFQ | RECURSOS HUMANOS



Actores :
Decanato de Estudiantes USFQ

51 Asistentes al evento

EVENTO → VIRTUAL



CHARLA VIRTUAL

La ansiedad y la salud mental

10 ABR. 2024	12h30 GALÁPAGOS 11h30	ZOOM: 81464162195
------------------------	------------------------------------	-----------------------------

PONENTE:
Mariel Paz y Miño

[REGÍSTRATE](#)

Con el apoyo del:
DECANATO DE ESTUDIANTES

USFQ  RECURSOS HUMANOS



Actores :
**Decanato de
Estudiantes USFQ**

14 Asistentes
al evento

EVENTO → VIRTUAL



CHARLA VIRTUAL

La desconexión requerida para mantener un balance en tu vida

11 ABR. 2023	12h00 GALÁPAGOS 11h00	ZOOM: 89264265406
---------------------	------------------------------------	-----------------------------

PONENTE:
Zuleyma Peña

[REGÍSTRATE](#)

Con el apoyo del:
DECANATO DE ESTUDIANTES

USFQ 35 años | RECURSOS HUMANOS



Actores :

**Decanato de
Estudiantes USFQ**

37 Asistentes
al evento

EVENTO → PRESENCIAL

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO

SNACK & LEARN

El camino de nuestra vida

Recorreremos juntos las diferentes etapas de nuestra vida con el fin de construir bases sólidas para poder disfrutar de nuevos proyectos después de los 60. En esta ocasión veremos:

Hábitos saludables después de los 30's



Paola Troya

Médico Ocupacional USFQ

- Especialista en medicina ocupacional por la Universidad del Rosario (Bogotá, Colombia).
- Graduada de medicina general por la PUCE (Universidad Católica del Ecuador)
- Diploma en políticas para prevención de fármaco dependencias por la Universidad de CLAEH (Montevideo Uruguay)



Martes 16 de abril / Salón Azul / 12h50/ Snack incluido

Regístrate [AQUÍ](#)



USFQ | RECURSOS HUMANOS



Actores :
Recursos Humanos
USFQ

49 Asistentes
al evento

EVENTO → VIRTUAL



CHARLA VIRTUAL

Buenas prácticas:
cerrando el paso al
acoso social y sexual

24 ABR. 2024	12h00 GALÁPAGOS 11h00	ZOOM: 83513798731
------------------------	------------------------------------	-----------------------------

PONENTE:
Gabriella Guerrero

[REGISTRATE](#)

Con el apoyo del:
DECANATO DE ESTUDIANTES

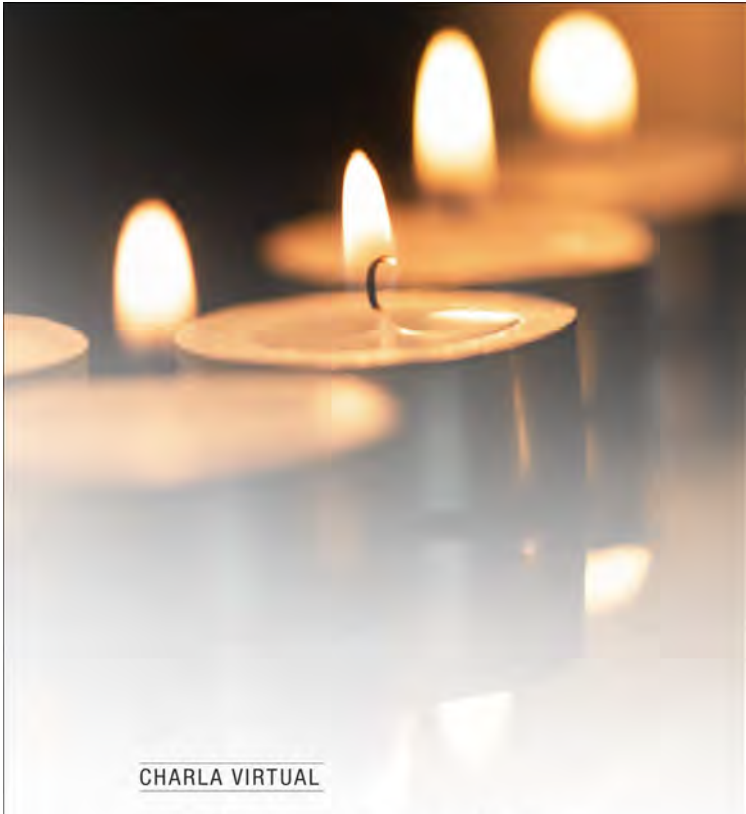
USFQ  RECURSOS HUMANOS



Actores :
**Decanato de
Estudiantes USFQ**

08 Asistentes
al evento

EVENTO → VIRTUAL



CHARLA VIRTUAL

¿Cómo manejar el duelo?

25 ABR. 2024	12h00 GALÁPAGOS 11h00	ZOOM: 86860940266
---------------------	------------------------------------	-----------------------------

PONENTE:
Daniela Ziritt

[REGÍSTRATE](#)

Con el apoyo del:
DECANATO DE ESTUDIANTES

USFQ 35 años | RECURSOS HUMANOS



Actores :
**Decanato de
Estudiantes USFQ**

21 Asistentes
al evento

EVENTO → PRESENCIAL



Spa Day
para

Mamás **EXTRA**ordinarias

9 MAYO 2024 | Patio Interno Da Vinci

¡Este es nuestro regalo para ti!
Servicio de Peluquería:
Escoge UN servicio que te gustaría realizarte y agéndalo.

- Manicure express
- Cepillado express de pelo
- Maquillaje express

15 minutos por servicio
Agenda tu turno

¡Están todas invitadas!
Master Class:
Cosmética natural y sus beneficios + almuerzo.

12:00 a 14:00

USFQ



Actores :
USFQ

112 Asistentes
al evento

SNACK & LEARN →

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO

SNACK & LEARN

El camino de nuestra vida

Recorreremos juntos las diferentes etapas de nuestra vida con el fin de construir bases sólidas para poder disfrutar de nuevos proyectos después de los 60. En esta ocasión veremos: **Adaptación a cambios y transiciones.**



Soledad Guerra:
Psicóloga Clínica y Máster en Psicogerontología; ha trabajado en diferentes carteras del estado ecuatoriano brindando atención a grupos prioritarios. Cuenta con varios años de experiencia en la práctica clínica con adultos y adultos mayores. Cofundadora de SAGI: servicio de atención gerontológica integral. Profesora USFQ.



Martes 14 de mayo / Salón Azul / 12h50/ Snack incluido

Regístrate [AQUÍ](#)

USFQ RECURSOS HUMANOS



Actores :
Recursos Humanos
USFQ

54 Asistentes
al evento

EVENTO → VIRTUAL



CHARLA VIRTUAL

Estrategias actuales para prevenir y tratar el burnout en el trabajo

16 MAY. 2024	12h00 GALÁPAGOS 11h00	ZOOM: 88562462959
------------------------	------------------------------------	-----------------------------

PONENTE:
Diego Jácome

[REGÍSTRATE](#)

Con el apoyo del:
DECANATO DE ESTUDIANTES

USFQ 35 años | **RECURSOS
HUMANOS**



Actores :
**Decanato de
Estudiantes USFQ**

45 Asistentes
al evento

ENCUENTRO DRAGÓN →



Actores :
USFQ

594 Asistentes
al evento

EVENTO → VIRTUAL



CHARLA VIRTUAL

Tips de organización en el trabajo

06 JUN. 2023 | **12h00** GALÁPAGOS 11h00 | **ZOOM:** 89241857740

PONENTE:
Diana Coello

[REGÍSTRATE](#)

Con el apoyo del:
DECANATO DE ESTUDIANTES

USFQ | RECURSOS HUMANOS



Actores :
**Decanato de
Estudiantes USFQ**

57 Asistentes
al evento

SNACK & LEARN →

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO

SNACK & LEARN

El camino de nuestra vida

Te invitamos a participar de este programa de autocuidado para ti y tus seres queridos; en esta ocasión trataremos temas de:
Planificación Financiera.



Candy Abad

Coordinadora Académica
Administración de Empresas
(Galápagos)

Profesora Colegio de Administración de Empresas

•PH.D en Proyectos, Doctorado con especialización en Gestión Empresarial, UNINI, México.

•MBA en Economía Empresarial, INCAE, Costa Rica.

•Graduada en Economía Agrícola ISU, USA.



Martes 11 de junio / Salón Azul/ 12h50/ Snack incluido

Regístrate [AQUÍ](#)

USFQ | RECURSOS HUMANOS



Actores :
**Recursos Humanos
USFQ**

59 Asistentes
al evento

EVENTO → VIRTUAL



CHARLA VIRTUAL

Tomando conciencia de mi mundo emocional

12 JUN. 2024 | **12h00** GALÁPAGOS 11h00 | **ZOOM:** 86469875254

PONENTE: Ñusta Quishpe

[REGÍSTRATE](#)

Con el apoyo del:
DECANATO DE ESTUDIANTES

USFQ | RECURSOS HUMANOS



Actores :
**Decanato de
Estudiantes USFQ**

48 Asistentes
al evento

EVENTO → VIRTUAL



CHARLA VIRTUAL

Cuando las adicciones te rodean
(alcohol, tabaco y drogas)

20 JUN. 2024	12h00 GALÁPAGOS 11h00	ZOOM: 89857524027
---------------------	------------------------------------	-----------------------------

PONENTE:
Jacobo Recalde

[REGISTRATE](#)

Con el apoyo del:
DECANATO DE ESTUDIANTES

USFQ 35 años | **RECURSOS HUMANOS**



Actores :
Decanato de Estudiantes USFQ

22 Asistentes al evento

EVENTO → VIRTUAL



CHARLA VIRTUAL

**¿Cómo actuar frente
a una enfermedad
cerebro vascular?**

04 JUL. 2024	15h00 GALÁPAGOS 14h00	ZOOM: 82398889827
------------------------	------------------------------------	-----------------------------

PONENTE:
Daniela Di Capua

[REGÍSTRATE](#)

Con el apoyo del:
DECANATO DE ESTUDIANTES

USFQ | RECURSOS
HUMANOS



Actores :
**Decanato de
Estudiantes USFQ**

37 Asistentes
al evento

EVENTO → VIRTUAL



INVITACIÓN

BEST PRACTICES - AI EN LA USFQ

16 JULIO 2024 | 12:50 a 14:00 | Salón Azúl

¡Te invitamos a conocer las mejores prácticas de AI dentro de las áreas administrativas!

Presentaremos casos reales que muestran cómo se está aplicando.

Inscríbete en el siguiente LINK para coordinar temas logísticos
Ofreceremos un pequeño snack

USFQ | UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO



Actores :
USFQ

62 Asistentes
al evento