

Actividades y Servicios

Qué BIEN ESTAR

Noviembre

IU Digital
de Antioquia



www.iudigital.edu.co

ORD No 74 de 2017 VIGILADA MinEducación

Qué
BIEN
ESTAR

IU Digital
de Antioquia

INSTITUCIÓN
UNIVERSITARIA
DIGITAL
DE ANTIOQUIA



GOBERNACIÓN DE ANTIOQUIA



UNIDOS


Desde Bienestar Institucional trabajamos desde diferentes componentes por el desarrollo integral, mejoramiento de la calidad de vida y éxito académico de toda la comunidad universitaria.

Prográmate y participa en las actividades y encuentros programados desde los componentes de **Arte y Cultura, Salud Integral, Permanencia, Educación Inclusiva y Promoción Socioeconómica.**

**Miércoles
1 de noviembre**

Webinar: Acoso sexual: Énfasis en espacios públicos y virtuales

Hora: 4:00 a 5:00 p. m.

 [Soyiudigital](#)

 [@iudigitaldeantioquia3630](#)



Webinar


Acoso sexual: Énfasis en espacios públicos y virtuales

Miércoles, 1 de noviembre.
4:00 a 5:00 p. m.
Plataforma: Youtube y Facebook.

[www.iudigital.edu.co](#) IU Digital INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA DIGITAL DE ANTIOQUIA GOBERNACIÓN DE ANTIOQUIA UNIDOS

Curso práctico: Expresión Oral para el Éxito Académico

Hora: 4:00 a 5:30 p. m.

 [Enlace de inscripción](#)
[Enlace de conexión](#)



Curso práctico

Expresión Oral Para el Éxito Académico

Bienestar Institucional te invita este curso que tiene como objetivo proporcionarte herramientas prácticas que faciliten la comunicación clara y efectiva. A través de una variedad de ejercicios, trabajaremos en el fortalecimiento de tus capacidades de expresión oral, permitiéndote comunicar tus ideas de manera precisa y contundente.

Miércoles (del 1 al 29 de noviembre)
4:00 p. m. - 5:30 p. m.
Plataforma Meet.
formacionartes@iudigital.edu.co

[www.iudigital.edu.co](#) IU Digital INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA DIGITAL DE ANTIOQUIA GOBERNACIÓN DE ANTIOQUIA UNIDOS

**Jueves
2 de noviembre**

Círculo de palabra: Cosmovisión de los grupos étnicos

Hora: 4:00 a 5:30 p. m.

 [Enlace de conexión](#)



Círculo de Palabra

Reconociéndonos desde nuestra pluralidad étnica

Desde el sistema de Bienestar Institucional los invitamos a este gran espacio donde compartiremos experiencias y saberes sobre nuestras cosmovisiones étnicas.

 Google Meet

Más información: liinclusiva@iudigital.edu.co

[www.iudigital.edu.co](#) IU Digital INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA DIGITAL DE ANTIOQUIA GOBERNACIÓN DE ANTIOQUIA UNIDOS

**Viernes
3 de noviembre**

Premiación Concurso de Fotografía Étnico

Hora: 3:00

 [Soyiudigital](#)

 [@iudigitaldeantioquia3630](#)



Mes de la Diversidad Étnica

Premiación concurso de fotografía

Viernes, 3 de noviembre.
3:00 p. m.
Plataforma, Facebook live y Youtube.
Auditorio Antioquia, hall Vigía del Fuerte.

[www.iudigital.edu.co](#) IU Digital INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA DIGITAL DE ANTIOQUIA GOBERNACIÓN DE ANTIOQUIA UNIDOS

**Viernes
3 de noviembre**

Aula Abierta Permanencia

Hora: 4:00 a 5:00 p. m.



[Enlace de conexión](#)

Aula Abierta de Permanencia

¿Tienes dudas sobre el manejo de las plataformas Canvas, Triple AAA y Educatic? ¿Tienes preguntas sobre los procesos administrativos y/o académicos del semestre?

¡Te esperamos en el Aula Abierta de Permanencia para resolverlas juntos!

Plataforma: **Google meet**



**Miércoles
8 de noviembre**

Curso práctico Expresión Oral para el Éxito Académico

Hora: 4:00 a 5:30 p. m.



[Enlace de inscripción](#)

[Enlace de conexión](#)

Curso práctico Expresión Oral Para el Éxito Académico

Bienestar Institucional te invita este curso que tiene como objetivo proporcionarte herramientas prácticas que faciliten la comunicación clara y efectiva. A través de una variedad de ejercicios, trabajaremos en el fortalecimiento de tus capacidades de expresión oral, permitiéndote comunicar tus ideas de manera precisa y contundente.

- 📅 Miércoles (del 1 al 29 de noviembre).
- 🕒 4:00 p. m. - 5:30 p. m.
- 📍 Plataforma Meet.
- ✉️ formacionartes@iudigital.edu.co



Aula Abierta Permanencia

Hora: 4:00 a 5:00 p. m.



[Enlace de conexión](#)

Aula Abierta de Permanencia

¿Tienes dudas sobre el manejo de las plataformas Canvas, Triple AAA y Educatic? ¿Tienes preguntas sobre los procesos administrativos y/o académicos del semestre?

¡Te esperamos en el Aula Abierta de Permanencia para resolverlas juntos!

Plataforma: **Google meet**



**Jueves
9 de noviembre**

Fortalecimiento de habilidades para la vida en la era digital y del conocimiento.

Taller N° 2: Aprendiendo a respetar las diferentes formas de pensar

Hora: 4:00 a 5:00 p. m.



[Enlace de conexión](#)

Ciclo de Talleres Fortalecimiento de habilidades para la vida en la era digital y del conocimiento

- Taller N°1**
Relaciones interpersonales en la virtualidad.
- Taller N°2**
Aprendiendo a respetar las diferentes formas de pensar.
- Taller N°3**
¿Por qué son importantes las habilidades para la vida en el entorno?
- Taller N°4**
Manejo de emociones en el entorno académico.

- 📅 2 al 23 de noviembre.
- 📍 Plataforma: **Google Meet**.



Atención preferente e incluyente a personas en condición de discapacidad física o con movilidad reducida

Hora: 3:00 a 4:00 p. m.



[Enlace de conexión](#)

Plan Institucional de Capacitación PIC 2023

Ciclo de talleres en temas de discapacidad

Atención preferente e incluyente a personas en condición de discapacidad física o con movilidad reducida.

- 📅 **Miércoles, 8 de noviembre**
- 🕒 **3:00 p.m a 4:00 p.m.**
- 📍 **Plataforma: Google Meet**



**Jueves
9 de noviembre**

Curso corto: Herramientas Digitales para el Éxito Académico

Hora: 4:00 a 5:30 p. m.



[Enlace de inscripción](#)

[Enlace de conexión](#)

Curso corto
Herramientas Digitales para el Éxito Académico

Bienestar te invita a este curso en donde explorarás herramientas digitales gratuitas que te ayudarán a sobresalir en tus estudios. Desde la colaboración sin esfuerzo en Google Docs y el almacenamiento inteligente en Google Drive hasta la edición de videos y fundamentos esenciales de diseño.

- Jueves (del 6 al 27 de noviembre).
- 4:00 p. m. - 5:30 p. m.
- Plataforma Meet.
- formacionartes@iudigital.edu.co

www.iudigital.edu.co | IU Digital | GOBIERNO DE ANTIOQUIA | UNIDOS

Ciclo para el éxito académico Los cambios en la educación y el éxito académico : Tema 1: Experiencias de transformación en la educación de la IU Digital

Hora: 10:00 a 11:30 a. m.



[Enlace de conexión](#)

Ciclo para el éxito académico
Los cambios en la educación y el éxito académico

Acompáñanos en este ciclo para construir espacios de reflexión y debate en las siguientes temáticas:

- Experiencias de transformación en la educación de la IU Digital.
- Identidad de la IU Digital de Antioquia.

Plataforma, **Google Meet**.

¡Te esperamos!

www.iudigital.edu.co | IU Digital | GOBIERNO DE ANTIOQUIA | UNIDOS

**Viernes
10 de noviembre**

TORNEOS UNIVERSITARIOS ABIERTOS ASCUN-DAF NODO ANTIOQUIA - DE AJEDREZ

Hora: 2:00 p.m. a 8:00 p.m.

Lugar: Nodo Subregional Valle de Aburrá, piso 2.

La IU Digital es la casa del Ajedrez Universitario

Volveremos a ser la sede del Torneo Universitario Abierto de Ajedrez 2023-2. Nuestros estudiantes están listos para representarnos y dejar en alto nuestra institución. Acompáñanos y aprende sobre esta disciplina deportiva.

Viernes, 10 de noviembre.
4:00 p. m.

www.iudigital.edu.co | IU Digital | GOBIERNO DE ANTIOQUIA | UNIDOS

Círculo de palabra: Mujeres libres de violencias

Hora: 4:00 a 5:30 p. m.



[Enlace de conexión](#)

**Martes
14 de noviembre**

Taller: Equilibrio entre la salud física, mental y la virtualidad

Hora: 3:00 a 4:00 p. m.



[Enlace de conexión](#)

Taller:
Equilibrio entre la salud física, mental y la virtualidad


Cuida de tu cuerpo alimentándolo con actividad física y amor propio, descubre en este taller recomendaciones acerca de las prácticas de autocuidado para una vida más saludable y llena de energía.

martes 14 de noviembre
3:00 p.m a 4:00 p. m.
Plataforma: Google Meet.

www.iudigital.edu.co | IU Digital | GOBIERNO DE ANTIOQUIA | UNIDOS

Martes
14 de noviembre

Encuentro Renovación Generación E

 Hora: 3:30 a 4:30 p. m.
[Enlace de conexión](#)



Encuentro Renovación Generación E
Componente Promoción Socioeconómica


Te invitamos a participar de este encuentro en el que hablaremos de la **importancia de la renovación del beneficio** de Generación E y así poder mantenerlo.

 **Martes**, 14 de noviembre.
 3:30 a 4:30 p. m.
 Plataforma: **Google Meet**.

www.iudigital.edu.co  Educación  UNIDOS

Miércoles
15 de noviembre

Encuentro Aula Abierta Promoción Socioeconómica

 Hora: 3:30 a 4:30 p. m.
[Enlace de conexión](#)



Encuentro Aula Abierta
Componente Promoción Socioeconómica 2023-2

Te invitamos a participar de nuestros encuentros donde podrás **aclarar dudas e inquietudes** con respecto a becas, auxilios económicos, matrículas, devoluciones, entre otros, en articulación con el área de Admisiones y Financiera.

 **Miércoles**, 15 de noviembre.
 3:30 a 4:30 p. m.
 Plataforma: **Google Meet**.

www.iudigital.edu.co  Educación  UNIDOS

La masculinidad en dialogo con derechos sexuales y reproductivos de las mujeres

Hora: 4:00 a 5:00 p. m.

 [Soyiudigital](#)
 [@iudigitaldeantioquia3630](#)



Webinar
La masculinidad en diálogo con los derechos sexuales y reproductivos de las mujeres

Te invitamos a participar de este espacio de formación que nos permitirá aprender y desaprender sobre este tema.

 **Miércoles**, 15 de noviembre.
 4:00 a 5:00 p. m.
 Plataforma: Youtube y Facebook.

www.iudigital.edu.co  Educación  UNIDOS

Curso práctico Expresión Oral para el Éxito Académico

Hora: 4:00 a 5:30 p. m.

 [Enlace de inscripción](#)
[Enlace de conexión](#)



Curso práctico
Expresión Oral Para el Éxito Académico

Bienestar institucional te invita este curso que tiene como objetivo proporcionar **herramientas prácticas** que faciliten la comunicación clara y efectiva. A través de una variedad de ejercicios, trabajaremos en el **fortalecimiento de tus capacidades de expresión oral**, permitiéndote comunicar tus ideas de manera precisa y contundente.

 **Miércoles** (del 1 al 29 de noviembre).
 4:00 p. m. - 5:30 p. m.
 Plataforma: Meet.
 formacionartes@iudigital.edu.co

www.iudigital.edu.co  Educación  UNIDOS

Jueves
16 de noviembre

Técnicas de estudio preparación de exámenes y ansiedad a la evaluación

Hora: 11:00 a 12:00 m.

 [Enlace de inscripción](#)
[Enlace de conexión](#)



Talleres en Técnicas de Estudio

¡Potencia tus habilidades y mejora tus hábitos de estudio, así cumplirás todas tus metas académicas!

Aprende sobre:

- Gestión y planeación del tiempo.
- Preparación de exámenes y ansiedad a la evaluación.
- Alternativas para personalizar sus técnicas de estudio.

¡Inscríbete y participa!

 **Más información en:**
florencia.permanencia@iudigital.edu.co

www.iudigital.edu.co  Educación  UNIDOS

**Jueves
16 de noviembre**

Fortalecimiento de habilidades para la vida en la era digital y del conocimiento.

Taller N° 3: ¿Por qué son importantes las habilidades para la vida en el entorno académico?



Hora: 4:00 a 5:00 p. m.

[Enlace de conexión](#)

**Curso corto:
Herramientas Digitales para el éxito Académico**

Hora: 4:00 a 5:30 p. m.



[Enlace de inscripción](#)

[Enlace de conexión](#)

Círculo de palabra: Cosmovisión de los grupos étnicos



Hora: 4:00 a 5:30 p. m.

[Enlace de conexión](#)

WEBINAR: Los secretos de la radio comunitaria

Hora: 10:00 a. m.



[Soyiudigital](#)

**Viernes
17 de noviembre**

**Martes
21 de noviembre**

Encuentro Renovación de las Becas Gobernación del Magdalena



Hora: 3:30 a 4:30 p. m.

[Enlace de conexión](#)

Ciclo de Talleres
Fortalecimiento de habilidades para la vida en la era digital y del conocimiento

Taller N°1
Relaciones interpersonales en la virtualidad.

Taller N°2
Aprendiendo a respetar las diferentes formas de pensar.

Taller N°3
¿Por qué son importantes las habilidades para la vida en el entorno?

Taller N°4
Manejo de emociones en el entorno académico.

📅 2 al 23 de noviembre.
📍 Plataforma: Google Meet.

Curso corto
Herramientas Digitales Para el Éxito Académico

Bienestar te invita a este curso en donde explorarás herramientas digitales gratuitas que te ayudarán a sobresalir en tus estudios. Desde la colaboración en un documento en Google Docs y el almacenamiento inteligente en Google Drive hasta la edición de videos y fundamentos esenciales de diseño.

📅 Jueves (del 6 al 27 de noviembre).
🕒 4:00 p. m. - 5:30 p. m.
📍 Plataforma Meet.
✉ formacionartes@iudigital.edu.co

Círculo de Palabra
Reconociéndonos desde nuestra pluralidad étnica

Desde el sistema de Bienestar Institucional los invitamos a este gran espacio donde compartiremos experiencias y saberes sobre nuestras cosmovisiones étnicas.

[Google Meet](#)

Más información: iuinclusiva@iudigital.edu.co

Componente promoción socioeconómica
Encuentro Renovación Becas Corporación Gilberto Echeverri Mejía

Te invitamos a participar de este encuentro, para la Renovación de las Becas Corporación Gilberto Echeverri Mejía, en el cual hablaremos de la importancia de su renovación y así poder mantener la Beca.

📅 **Martes, 21 de noviembre.**
🕒 3:30 a 4:30 p. m.
📍 Plataforma: **Google Meet.**

Miércoles
22 de noviembre

Curso práctico Expresión Oral para el Éxito Académico

Hora: 4:00 a 5:30 p. m.



[Enlace de inscripción](#)

[Enlace de conexión](#)

Curso práctico
Expresión Oral
Para el Éxito Académico

Bienestar Institucional te invita este curso que tiene como objetivo proporcionarte herramientas prácticas que faciliten la comunicación clara y efectiva. A través de una variedad de ejercicios, trabajaremos en el fortalecimiento de tus capacidades de expresión oral, permitiéndote comunicar tus ideas de manera precisa y contundente.

- Miércoles (del 1 al 29 de noviembre).
- 4:00 p. m. - 5:30 p. m.
- Plataforma Meet.
- formacionartes@iudigital.edu.co

www.iudigital.edu.co | IU Digital | GOBIERNO DE ANTOQUIA | UNIDOS

Jueves
23 de noviembre

Ciclo para el éxito académico: Los cambios en la educación y el éxito académico Tema 2: Identidad de la IU Digital de Antioquia.

Hora: 10:00 a 11:30 a. m.



[Enlace de conexión](#)

Ciclo para el éxito académico
Los cambios en la educación y el éxito académico

Acompáñanos en este ciclo para construir espacios de reflexión y debate en las siguientes temáticas:

- Experiencias de transformación en la educación de la IU Digital.
- Identidad de la IU Digital de Antioquia.

Plataforma, **Google Meet**.

¡Te esperamos!

www.iudigital.edu.co | IU Digital | GOBIERNO DE ANTOQUIA | UNIDOS

Encuentro Renovación de la Política de Gratuidad (Matrícula Cero)

Hora: 3:30 a 4:30 p. m.



[Enlace de conexión](#)

Fortalecimiento de habilidades para la vida en la era digital y del conocimiento.

Taller N° 4: El manejo de emociones te da la capacidad de enfrentarte a los diferentes desafíos de tu proceso académico de una manera asertiva.

Hora: 4:00 a 5:00 p. m.



[Enlace de conexión](#)

Ciclo de Talleres
Fortalecimiento de habilidades para la vida en la era digital y del conocimiento

- Taller N°1**
Relaciones interpersonales en la virtualidad.
- Taller N°2**
Aprendiendo a respetar las diferentes formas de pensar.
- Taller N°3**
¿Por qué son importantes las habilidades para la vida en el entorno?
- Taller N°4**
Manejo de emociones en el entorno académico.

2 al 23 de noviembre.

Plataforma, **Google Meet**.

www.iudigital.edu.co | IU Digital | GOBIERNO DE ANTOQUIA | UNIDOS

Curso corto: Herramientas Digitales para el Éxito Académico

Hora: 4:00 a 5:30 p. m.



[Enlace de conexión](#)

Curso corto
Herramientas Digitales
Para el Éxito Académico

Bienestar te invita a este curso en donde explorarás herramientas digitales gratuitas que te ayudarán a sobresalir en tus estudios. Desde la colaboración sin esfuerzo en Google Docs y el almacenamiento inteligente en Google Drive hasta la edición de videos y fundamentos esenciales de diseño.

- Jueves (del 6 al 27 de noviembre).
- 4:00 p. m. - 5:30 p. m.
- Plataforma Meet.
- formacionartes@iudigital.edu.co

www.iudigital.edu.co | IU Digital | GOBIERNO DE ANTOQUIA | UNIDOS

Martes
28 de noviembre

Encuentro Renovación de las Becas Corporación Gilberto Echeverri Mejía



Hora: 3:30 a 4:30 p. m.

[Enlace de conexión](#)

Componente promoción socioeconómica
Encuentro Renovación Becas Corporación Gilberto Echeverri Mejía

Te invitamos a participar de este encuentro, para la Renovación de las Becas Corporación Gilberto Echeverri Mejía, en el cual hablaremos de la importancia de su renovación y así poder mantener la Beca.

Martes, 28 de noviembre.
3:30 a 4:30 p. m.
Plataforma, Google Meet.

Webinar: Defensa del territorio e incidencia política de mujeres Nasa: Movimiento de Mujeres Nasa Hilando Pensamiento – MMNHP de Toribío, Cauca

Hora: 4:00 a 5:00 p. m.



[Soyiudigital](#)

YouTube [@iudigitaldeantioquia3630](#)

Webinar
Defensa del territorio e incidencia política de mujeres Nasa: Movimiento de Mujeres Nasa Hilando Pensamiento – MMNHP de Toribío, Cauca

Te invitamos a participar de este importante espacio formativo, una oportunidad para incorporar reflexiones sobre la diversidad de nuestro país.

Martes, 28 de noviembre.
4:00 a 5:00 p. m.
Plataforma: Youtube y Facebook.

Circulo de palabras – Mujeres Libres de Violencias

Hora: 3:00 a 4:00 p. m.



[Enlace de conexión](#)

Círculo de palabra
Mujeres libres de violencias

Te invitamos a participar de este espacio de conversación, una oportunidad para reconocernos e intercambiar ideas sobre este tema de gran relevancia para nuestra Institución.

28 de noviembre.
3:00 a 4:00 p. m.
Plataforma: Youtube y Facebook.

Miércoles
29 de noviembre

Curso práctico Expresión Oral para el Éxito Académico

Hora: 4:00 a 5:30 p. m.



[Enlace de inscripción](#)

[Enlace de conexión](#)

Curso práctico
Expresión Oral Para el Éxito Académico

Bienestar Institucional te invita este curso que tiene como objetivo proporcionarte herramientas prácticas que faciliten la comunicación clara y efectiva. A través de una variedad de ejercicios, trabajaremos en el fortalecimiento de tus capacidades de expresión oral, permitiéndote comunicar tus ideas de manera precisa y contundente.

Miércoles (del 1 al 29 de noviembre).
4:00 p. m. - 5:30 p. m.
Plataforma Meet.
formacionartes@iudigital.edu.co

Jueves
30 de noviembre

Webinar Grabación de audio - Primeros pasos

Hora: 11:00 a. m.




[Soyiudigital](#)

YouTube [@iudigitaldeantioquia3630](#)

**Jueves
30 de noviembre**

Mesa LGBTQI+: STATUTOS DE LA MESA IU DIGITAL

 Hora: 3:00 a 4:00 p. m.
[Enlace de conexión](#)

Somos IU diversa

Mesa LGBTQI+: Estatutos de la mesa

 Jueves, 30 de noviembre.
 De 3:00 a 4:00 p. m.
 Plataforma: **Google meet.**

www.iudigital.edu.co   

Encuentro Renovación Becas SAPIENCIA

 Hora: 3:30 a 4:30 p. m.
[Enlace de conexión](#)

Componente promoción socioeconómica


Encuentro Renovación Becas SAPIENCIA

Te invitamos a participar de este encuentro, para la Renovación de Becas SAPIENCIA, en el cual hablaremos de la importancia de su renovación y así poder mantener la Beca.

 Jueves, 30 de noviembre.
 3:30 a 4:30 p. m.
 Plataforma: **Google Meet.**

www.iudigital.edu.co    

Curso corto: Herramientas Digitales para el Éxito Académico

Hora: 4:00 a 5:30 p. m.
 [Enlace de conexión](#)

Curso corto

Herramientas Digitales Para el Éxito Académico

Bienestar te invita a este curso en donde explorarás herramientas digitales gratuitas que te ayudarán a sobresalir en tus estudios. Desde la colaboración sin esfuerzo en Google Docs y el almacenamiento inteligente en Google Drive hasta la edición de videos y fundamentos esenciales de diseño.

 Jueves (del 6 al 27 de noviembre).
 4:00 p. m. - 5:30 p. m.
 Plataforma Meet.
 formacionartes@iudigital.edu.co

www.iudigital.edu.co   

El deporte es la puerta abierta al bienestar

La IU Digital te brinda varias opciones para la práctica deportiva, en toda la ciudad y a horarios convenientes.

Consulta horarios y ubicaciones para el deporte que más te interese.

Recuerda el convenio con Smart Fit

Mayores informes: deportes@iudigital.edu.co



www.iudigital.edu.co
ORD No 74 de 2017 VIGILADA MinEducación

IUDigital
de Antioquia INSTITUCIÓN
UNIVERSITARIA
DIGITAL
DE ANTOQUIA

GOBERNACIÓN DE ANTOQUIA

UNIDOS

Anímate y participa de estos convenios que nos ayudan a promover la práctica de actividad física, la salud y prevenir enfermedades.

smart **fit**



Beneficios:

- ✓ No Pago de Inscripción, representa un ahorro de \$90.000
- ✓ No Pago de Mantenimiento Anual, representa ahorro de \$89.000.
- ✓ No Cláusula de Permanencia.
- ✓ Ingreso ilimitado a todas nuestras sedes a nivel nacional e internacional
- ✓ Ingresos gratuitos para invitar a familiares o amigos a entrenar.
 - a. Uso de la silla de masajes
 - b. Asesoría en fisioterapia, nutrición y deportología
 - c. Acceso a la plataforma Smart Fit Go
 - d. Acceso a clases grupales.

¡Solicita el código promocional! Yaneth.fernandez@iudigital.edu.co

Te compartimos los días, horas y escenarios en los que realizamos los procesos recreativos, formativos y competitivos en las diferentes disciplinas deportivas.

¡Inscríbete y pertenece a los equipos IU Deportes 2023!



¡Hagamos deporte!

Acepta el reto y únete a IU Deportes. Horarios a tu medida, entrenadores expertos.

Entrenamientos de Atletismo

- Lunes y Jueves
- Politécnico Colombiano JIC, Carrera 48 No. 7-151 El Poblado
- 6:00 p. m. a 8:00 p. m.

Más Información:

- atletismo@iudigital.edu.co
- 320 622 76 89

www.iudigital.edu.co | IU Digital de Antioquia | INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA DIGITAL DE ANTIOQUIA | GOBERNACIÓN DE ANTIOQUIA | UNIDOS

Enlace de Inscripción:

<https://forms.gle/CRJ5cRqzVfEY8k5m6>



Acercamos el Voleibol Piso y Voleibol Arena para que disfrutes del deporte

Acepta el reto y únete a IU Deportes **Voleibol Piso** y **Voleibol Arena**, una disciplina dinámica y divertida.

Entrenamientos:

- Martes a Viernes**
- Universidad Nacional de Antioquia
- 6:30 p. m. a 8:30 p. m.

Más Información:

- voleibol@iudigital.edu.co
- 320 622 76 89

www.iudigital.edu.co | IU Digital de Antioquia | INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA DIGITAL DE ANTIOQUIA | GOBERNACIÓN DE ANTIOQUIA | UNIDOS

Enlace de Inscripción:

<https://forms.gle/8X8UtZaAATsVWJXy6>



¡Nos vemos en la cancha!

Acepta el reto y únete a IU Deportes: Juega fútbol con nosotros, disfruta esta oportunidad.

Entrenamientos de fútbol

- Miércoles**
6:00 p. m. a 8:00 p. m.
Tecnológico de Antioquia
- Viernes**
12:00 p. m. a 2:00 p. m.
Politécnico Colombiano Jaime Isaza Cadavid
- Sábado**
4:00 a 6:00 p. m.
Tecnológico de Antioquia

Más Información:

- futbol@iudigital.edu.co
- 320 622 76 89

www.iudigital.edu.co | IU Digital de Antioquia | INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA DIGITAL DE ANTIOQUIA | GOBERNACIÓN DE ANTIOQUIA | UNIDOS

Enlace de Inscripción:

<https://forms.gle/JmnqeBzNksDFA4cF7>



Taekwondo

Fuerza Interior Y Armonia Exterior

Taekwondo es cortesía, integridad, perseverancia, autocontrol y espíritu indomable.

Entrenamientos de Taekwondo

- Martes y Jueves**
6:00 p. m. a 8:00 p. m.
IU, Digital Nodo del Valle Aburrá, Carrera 55 No 42-90 Int 101
- Miércoles y Viernes**
12:00 m. a 2:00 p. m.
Modalidad Virtual.
- Sabados y Domingos**
8:00 a. m. a 10:00 a. m.
IU, Digital Nodo del Valle Aburrá, Carrera 55 No 42-90 Int 101

Más Información:

- taekwondo@iudigital.edu.co
- 320 622 76 89

www.iudigital.edu.co | IU Digital de Antioquia | INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA DIGITAL DE ANTIOQUIA | GOBERNACIÓN DE ANTIOQUIA | UNIDOS

Enlace de Inscripción:

<https://forms.gle/4RYSg5gz6htvuQqK7>

¡Ponte sobre ruedas!

Acepta el reto y únete a IU Deportes.

Patina con nosotros, disfruta de la pista.

Entrenamientos de Patinaje

Lunes, Miércoles y Viernes

5:00 p. m. a 7:00 p. m.

Parques del Río.

Martes y Jueves

7:30 p. m. a 9:30 p. m.

Unidad Deportiva María Luisa Calle
Carrera 70 No 1 - 180

Más Información:

✉ patinaje@iudigital.edu.co

☎ 320 622 76 89



www.iudigital.edu.co

ORD No 74 de 2017 VIGILADA MinEduación

IUDigital
de Antioquia

INSTITUCIÓN
UNIVERSITARIA
DIGITAL
DE ANTOQUIA

GOBERNACIÓN DE ANTOQUIA

UNIDOS

Enlace de Inscripción:

<https://forms.gle/ZqorBZWGhDTzyBsD7>

Hazle jaque mate a la inercia

Acepta el reto y únete a IU Deportes:

Ajedrez Únete a la práctica del deporte que fortalece tu mente.

Entrenamientos de Ajedrez Virtual

Martes y Miércoles	8:00 p. m. a 10:00 p. m.
Jueves y Viernes	7:00 p. m. a 9:00 p. m.
Sábados	11:00 a. m. a 1:00 p. m.

¡Somos IU Digital, conéctate por Google Meet!

Más Información:

✉ ajedrez@iudigital.edu.co

☎ 320 622 76 89



www.iudigital.edu.co

ORD No 74 de 2017 VIGILADA MinEduación

IUDigital
de Antioquia

INSTITUCIÓN
UNIVERSITARIA
DIGITAL
DE ANTOQUIA

GOBERNACIÓN DE ANTOQUIA

UNIDOS

Enlace de Inscripción:

<https://forms.gle/23UbW1gX2DbmAKkXA>

Al agua, rompe la rutina

El programa de IU Deportes te ofrece natación, un deporte que revitaliza cuerpo y mente

Entrenamientos de Natación

Miércoles y Viernes
6:00 p. m. a 8:00 p. m.

Piscina de los Alcázares

Sábados
3:30 p. m. a 5:30 p. m.

Tecnológico de Antioquia

Unidad Deportiva María Luisa Calle

Más Información:

✉ natacion@iudigital.edu.co

☎ 320 622 76 89

www.iudigital.edu.co

ORD No 74 de 2017 VIGILADA MinEduación

IUDigital
de Antioquia

INSTITUCIÓN
UNIVERSITARIA
DIGITAL
DE ANTOQUIA

GOBERNACIÓN DE ANTOQUIA

UNIDOS

Enlace de Inscripción:

<https://forms.gle/dJCXNcqGV4kg21FN6>

Lanza canastas de buena energía

Acepta el reto y únete a IU Deportes:

Baloncesto, una disciplina de ganadores.

Entrenamientos de Baloncesto

Lunes
Liceo Salazar y Herrera
6:00 p. m. a 9:00 p. m.

Miércoles
Universidad Nacional
6:00 p. m. a 9:00 p. m.

Más Información:

✉ baloncesto@iudigital.edu.co

☎ 320 622 76 89

www.iudigital.edu.co

ORD No 74 de 2017 VIGILADA MinEduación

IUDigital
de Antioquia

INSTITUCIÓN
UNIVERSITARIA
DIGITAL
DE ANTOQUIA

GOBERNACIÓN DE ANTOQUIA

UNIDOS



Enlace de Inscripción:

<https://forms.gle/2KCXi5RKggfCzNDy7>

¡Toma la raqueta y nos vemos en la cancha!

Acepta el reto y únete a IU Deportes
Horarios a tu medida, entrenadores expertos.

Entrenamientos de Tenis de Campo

Lunes y Miércoles

Unidad Deportiva de Belén
Carrera 66B No 31A 15

12:00 m. a 2:00 p. m.

Más Información:

tenisdecampo@iudigital.edu.co

320 622 76 89

www.iudigital.edu.co
ORD No 74 de 2017 VIGILADA MINEDUCACIÓN

IUDigital
de Antioquia

INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA DIGITAL DE ANTIOQUIA
GOBERNACIÓN DE ANTIOQUIA
UNIDOS

¿Quieres entrar a la Selección?

Te invitamos a participar en el equipo de fútbol de salón.
Acepta el reto y únete a IU Deportes

Entrenamientos de fútbol sala

Martes a viernes

Universidad Nacional sede Volador.

7:00 p.m. a 9:00 p.m.

Más Información:

futbolsala@iudigital.edu.co

320 622 76 89

www.iudigital.edu.co
ORD No 74 de 2017 VIGILADA MINEDUCACIÓN

IUDigital
de Antioquia

INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA DIGITAL DE ANTIOQUIA
GOBERNACIÓN DE ANTIOQUIA
UNIDOS

Enlace de Inscripción:

<https://forms.gle/Q2F4NZAMKEv7r97M7>

Enlace de Inscripción:

<https://forms.gle/W8guohsPa2JHiTy47>

PARTICIPA DE NUESTRAS CLASES GRUPALES VIRTUALES

Continuamos promoviendo la práctica de la actividad física, promoción de la salud y prevención de la enfermedad.

Anímate, participa y mejora tu condición física, mental y emocional.

Martes, miércoles y jueves.

5:00 a 6:00 p. m.

Plataforma Google Meet.

saludintegral@iudigital.edu.co
320 622 76 89

www.iudigital.edu.co
ORD No 74 de 2017 VIGILADA MINEDUCACIÓN

IUDigital
de Antioquia

INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA DIGITAL DE ANTIOQUIA
GOBERNACIÓN DE ANTIOQUIA
UNIDOS

UNETE A NUESTRAS CLASES GRUPALES VIRTUALES

Continuamos promoviendo la práctica de actividad física, promoción de la salud y prevención de la enfermedad. Anímate, **participa y mejora tu condición física, mental y emocional.**



[Enlace de conexión](#)

¡Salud Integral para todos y todas!

Oferta de Servicios Salud Integral
Línea de salud mental Sexual y Reproductiva
 ☎ 314 828 67 21

- Acompañamiento psicosocial
- Charlas de autocuidado de salud sexual y reproductiva
- Ciclos de talleres formativos

✉ apoyopsicosocialbienestar@iudigital.edu.co



www.iudigital.edu.co | IUDigital INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA DIGITAL DE ANTIOQUIA | GOBERNACIÓN DE ANTIOQUIA | UNIDOS

¡Separa un espacio, y recibe todo el acompañamiento que necesites!
¡Tu salud mental te lo va a agradecer!

Oferta de Servicios Salud Integral
Línea de salud psicofísica
 ☎ 320 622 76 89

- Atención personalizada en higiene postural y autocuidado
- Talleres Formativos en Promoción de la salud y prevención de la enfermedad.

✉ saludintegral@iudigital.edu.co



www.iudigital.edu.co | IUDigital INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA DIGITAL DE ANTIOQUIA | GOBERNACIÓN DE ANTIOQUIA | UNIDOS

LA ACTIVIDAD FÍSICA, UN HÁBITO PARA CULTIVAR

Realizar algún tipo de ejercicio o actividad física con frecuencia ayuda a tu salud integral, permite mantener controlado el aumento de peso corporal y regular los niveles de estrés.

¡Promovemos las prácticas de auto cuidado!

Nos vamos a conectar contigo para realizar pausas activas y darte a conocer servicios que te ayudan a equilibrar la academia y el bienestar.

¡Toma un descanso, llénate de energía has una Pausa Activa!

Bienestar Institucional llega a tus encuentros sincrónicos
 a tus encuentros sincrónicos

Nos vamos a conectar contigo para realizar pausas activas y darte a conocer servicios que te ayudarán a equilibrar la academia y el bienestar.

¡Toma un descanso, llénate de energía, has una Pausa Activa!



www.iudigital.edu.co | IUDigital INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA DIGITAL DE ANTIOQUIA | GOBERNACIÓN DE ANTIOQUIA | UNIDOS

De lunes a viernes
 Entre las 6:00 p. m. y las 10:00 p. m.

Información de contacto:

Saludintegral@iudigital.edu.co

Teléfono: 320 622 76 89

CURSOS DE MÚSICA: Una oportunidad para desarrollar tus habilidades, para interpretar instrumentos y por supuesto, aprender a cantar haciendo un uso adecuado de la voz.



Ciclo de talleres de Música

Técnica vocal, guitarra, teclado y gramática musical

Gramática musical Jueves 7:00 a. m. a 9:00 m.	Teclado Jueves 4:00 a. m. a 6:00 m.
Técnica vocal avanzado Viernes 10:00 a. m. a 12:00 m.	Guitarra Sábados 12:00 p. m. a 2:00 m.
Iniciación Técnica Vocal Sábados 10:00 a. m. a 12:00 m.	

Google Meet

www.iudigital.edu.co
 ORD No 74 de 2017 VIGILADA MinEduación

IU Digital de Antioquia
 INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA DIGITAL DE ANTIOQUIA

GOBERNACIÓN DE ANTIOQUIA
 UNIDOS

GRAMÁTICA MUSICAL: nivel de iniciación para aprender los conceptos básicos del lenguaje musical y su aplicación al instrumento. **Todos los jueves de 7:00 a. m. a 9:00 a. m. Encuentro virtual. Edad mínima para participar 12 años.**

TECLADO: nivel de iniciación para aprender los conceptos básicos para la ejecución del instrumento y su aplicación en ritmos populares. Se requiere contar con el instrumento. **Todos los jueves de 4:00 p. m a 6:00 p. m. Encuentro virtual. Edad mínima para participar 12 años.**

TÉCNICA VOCAL AVANZADO: nivel para aficionados al canto en el cual aprenderán el manejo del instrumento vocal a partir de la práctica como solistas. **Todos los viernes de 10:00 a. m a 12:00 p. m. Encuentro Virtual. Edad mínima para participar 16 años.**

TÉCNICA VOCAL INICIACIÓN: nivel para aficionados al canto en el cual aprenderán los conceptos básicos de fisiología de la voz, respiración y técnicas del canto. **Todos los sábados de 10:00 a. m a 12:00 p. m. Encuentro virtual. Edad mínima para participar 16 años.**

GUITARRA: nivel de iniciación para aprender los conceptos básicos para la ejecución del instrumento y su aplicación en ritmos populares. Se requiere contar con el instrumento. **Todos los sábados de 12:00 p.m a 2:00 p.m. Encuentro virtual. Edad mínima para participar 12 años.**

Tipo de público: toda la comunidad universitaria, docentes, estudiantes, egresados, funcionarios, contratistas o cualquier familiar de algún miembro de la IU Digital que cumpla con el requisito de la edad mínima para participar.

Formulario de inscripción: [CLICK AQUÍ](#)

Todos los Miércoles



[Soyiudigital](#)



[@iudigitaldeantioquia3630](#)

Todos los Jueves

A partir del 12 de octubre
Duración: 8 semanas
Hora: 2:00 p. m a 4:00 p. m
[Formulario de Inscripción](#)
Más información:
formacionartes@iudigital.edu.co

Webinar Literario

Desde el sistema de Bienestar Institucional y el componente de Arte y Cultura, invitamos a la comunidad educativa de la IUD a participar de los diferentes encuentros con el **escritor y docente William Rouge**, un espacio creativo donde tendremos invitados expertos.

Miércoles
 5:00 p.m.
 Plataforma
[YouTube IU Digital](#) [Facebook IU Digital](#)



Curso Básico Adobe Illustrator

En este curso conocerás las poderosas herramientas y capacidades de **Illustrator**, el software líder en diseño vectorial.

No importa si no tienes conocimientos previos en diseño, te guiaremos para que **aprendas a crear piezas gráficas desde cero**.

Jueves
 4:00 p. m. a 6:00 p. m.
 Plataforma Google Meet

Más información: formacionartes@iudigital.edu.co



Clases de artes plásticas

Desde el sistema de Bienestar Institucional y el componente de Arte y Cultura, invitamos a la comunidad educativa de la IUD a participar de los diferentes espacios para disfrutar de los cursos de Artes Plásticas.

ACTIVIDAD	CONTENIDO TEMÁTICO	DÍA	HORA
Pinta tu mundo con el pincel de grandes artistas	Estimular la creatividad, a partir de ejercicios exploratorios pictóricos, basados en las diferentes corrientes artísticas.	Miércoles	3:00 a 5:00 p. m.
Dibujo botánico	Reconocer la anatomía de las plantas, sus características principales: color, forma y tamaño, tomándolas desde diferentes ángulos y cortes.	Miércoles	1:00 p. m. a 2:30 a. m.
Lápiz y papel para la creatividad: creación de personajes en dibujo	Crear personajes partiendo de lecturas, frases, emociones y excesos de cada estudiante. Perfilando desde sus características físicas, hasta su psicología dando como resultado una creación artística.	Martes	2:00 a. m. a 4:00 p. m.

www.iudigital.edu.co
 ORD No 74 de 2017 VIGILADA MinEducación

IUDigital INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA DIGITAL DE ANTIOQUIA
 GOBERNACIÓN DE ANTIOQUIA UNIDOS

Invitamos a toda la comunidad educativa de la IU Digital de Antioquia a participar de los diferentes espacios para disfrutar de los **cursos de Artes Plásticas**, para aprender técnicas básicas de dibujo, crear grandes obras pictóricas en la presencialidad y virtualidad. Puedes elegir el que más te guste o participar de todos **¡Te esperamos!**

Formulario de inscripción:
[CLICK AQUÍ](#)

Arte y Cultura Catálogo de artistas

¿Tienes algún talento o expresión artística?
Reconozcámonos y construyamos juntos espacios de formación, fortalecimiento y participación en festivales, concursos regionales y nacionales para visibilizar los diversos talentos de todos los integrantes de la IUD.

Información de contacto
arteycultura@iudigital.edu.co - 302 266 27 58

Diligencia el formulario de inscripción

¿Animete a participar?



www.iudigital.edu.co
ORD No 74 de 2017 VIGILADA MINEDUCACIÓN

Qué BIEN ESTAR INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA DIGITAL DE ANTIOQUIA GOBERNACIÓN DE ANTIOQUIA UNIDOS

**¿Tienes algún talento?
INSCRÍBETE AQUÍ**

Hagamos música en la IU Digital de Antioquia

Un espacio para explorar y fomentar nuestro talento musical.

Miércoles
 4:00 p. m.
 Nodo Subregional Valle de Aburrá.
IU Digital de Antioquia.



www.iudigital.edu.co
ORD No 74 de 2017 VIGILADA MINEDUCACIÓN

Qué BIEN ESTAR INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA DIGITAL DE ANTIOQUIA GOBERNACIÓN DE ANTIOQUIA UNIDOS

EXPLORACIÓN MUSICAL: Con el fin de fomentar el talento artístico de la comunidad IU Digital, se realizará un **encuentro presencial** y semanal todos los **miércoles de 4:00 p.m. a 6:00 p.m. en el aula 213 – Guadalupe**, para la conformación de grupos artísticos que irán desde la etapa de exploración y formación musical hasta la proyección artística de nuestra institución.

Formulario de inscripción para el curso presencial: [CLICK AQUÍ](#)

Literatura

Participa de los diferentes encuentros sensibles y formativos desde la literatura con un enfoque estético, teórico y espiritual. Puedes elegir el taller virtual que más te guste o participar de todos.

ACTIVIDAD	CONTENIDO TEMÁTICO	DÍA	HORA
Taller de creación literaria a partir de las artes y los rescates emocionales.	Crear textos literarios rescatando emociones memorables a partir de recursos de las artes: música y artes visuales.	Jueves	7:00 p. m. a 9:00 p. m.
Club de Lectura: viaje por los momentos más bellos de la literatura y las artes.	Identificar y reconocer los pasajes más bellos de la literatura en diálogo con las artes.	Viernes	4:00 p. m. a 6:00 p. m.



www.iudigital.edu.co
ORD No 74 de 2017 VIGILADA MINEDUCACIÓN

Qué BIEN ESTAR INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA DIGITAL DE ANTIOQUIA GOBERNACIÓN DE ANTIOQUIA UNIDOS

Participa de los diferentes encuentros sensibles y formativos desde la literatura con un enfoque estético, teórico y espiritual. Puedes elegir el taller virtual que más te guste o participar de todos **¡Te esperamos!**

Formulario de inscripción permanente: [CLICK AQUÍ](#)