

# OCTUBRE 2025



## Código de colores

- Taller
- Actividad
- Evento

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
30	31	01	02	03	04	05
06	07	08	09	10 Actividad en carpa PROSAM, día mundial de conscientización de SM y conversatorio.	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20 Taller: Herramientas para fomentar la resiliencia durante la carrera.	21	22	23	24 Taller "Dar malas noticias en el ámbito docente"	25	26
27	28	29	30 Ofrenda de "Salud mental en conmemoración al día de muertos"	31 Taller "Dar malas noticias en el ámbito docente"	01	02

**IIINICIA** Campaña de Salud Mental en el Aula  
Espera la visita del equipo PROSAM. a tu aula



Ofrenda de "Salud mental en conmemoración al día de muertos"



## Más información

### Taller

**20 de Octubre el 2025:**  
Herramientas para fomentar la resiliencia durante la carrera.

**YouTube** Modalidad sincrónica a través de YouTube live.

10:00-12:00 H  
14:00-16:00 H

### Actividades

**10 de octubre de 2025:**  
Día Mundial de conscientización de la salud mental y conversatorio "Salud mental, nuestro derecho universal: conversaciones para el bienestar". Actividades de la carpa PROSAM.

### Taller

**24 y 31 de octubre**

Dar malas noticias en el ámbito docente

# NOVIEMBRE 2025



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

DOMINGO

27

28

29

30

31

01

02

03

04

05

06

07

08

09

Continúa campaña de Salud Mental en el Aula

Espera la visita del equipo PROSAM. a tu aula

10

11

12

13

14

15

16

Taller: Estrategias de aprendizaje.

Taller: Estrategias de aprendizaje.

17

18

19

20

21

22

23

Taller: El arte de las emociones I

Taller: El arte de las emociones II

24

25

26

27

28

29

30

Taller: Comunicación efectiva I

Taller: Comunicación efectiva I

## Más información

### • Taller

- 11 de Noviembre el 2025: "Estrategias de aprendizaje. No estudies más, estudia mejor."

Modalidad híbrida

Sala de terapia uno del DPSM.

10:00-12:00 H  
14:00-16:00 H

### • Talleres

- 06,07 Surfear las crisis I y II
- 19,20 El arte de las emociones I y II
- 26,27 Comunicación efectiva I y II

Modalidad presencial.

Sala de terapia uno del DPSM.

10:00-12:00 H  
14:00-16:00 H

# DICIEMBRE 2025



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES


VIERNES

SÁBADO


DOMINGO

01

02

03  
  
Taller: Atención plena y Cierres

04

05  
  
Día de la prevención en Salud Mental

06

07

08

09



10  
Cápsula Navideña PROSAM

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

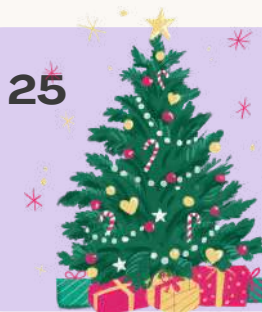
21

23

24



25



26

27

28

29

30

31



01

02

03

04

05

## Más información

### Jornada

Día de la prevención de la Salud Mental

Actividades de fortalecimiento para afrontar la vida

Modalidad presencial.



Letras de la FACMED



12:00 a 14:00

### Taller

Atención plena y cierres



Modalidad híbrida.



Sala de terapia uno del DPSM.



10:00-12:00 H  
14:00-16:00 H

# ENERO 2026



MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

DOMINGO

30

31

01

02

03

04

06

07

08

09

10

11

Continua la campaña de Salud Mental en el Aula

Espera la visita del equipo PROSAM. a tu aula

13

14

15

Taller:  
Procrastinación.

16

17

18

20

21

22

23

24

25

27

28

29

Taller:  
Comunicación  
efectiva.

30

31


01


## Más información

### • Taller


**15 de Enero del 2026:**  
"Procrastinación. No lo dejes para mañana".


 Modalidad sincrónica.

 YouTube live

 10:00-12:00 H  
14:00-16:00 H

**29 de Enero del 2026:**  
"Comunicación efectiva y resolución de conflictos: herramientas para el aula y la clínica".

 Modalidad presencial.  
10:00-12:00 H  
14:00-16:00 H

 Tallerista: Diego Coronel

# FEBRERO 2026



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

DOMINGO

26

27

28

29

30

31

01

02

03

04

05

06

09

10

11

12

13

16

17

18

19

20

23

24

25

26

27

## Más información

### Taller

**11 de Febrero del 2026:**  
"Escucha, habla y conecta: cómo mejorar la comunicación con tu pareja o con amigxs".

- Modalidad presencial.
- Sala de terapia uno del DPSM.
- 10:00-12:00 H  
14:00-16:00 H

**19 de Febrero del 2026:**  
"Manejo de la rumia. Estrategias para cuándo pensar de más de ayudarte".

- Modalidad sincrónica.
- YouTube live.

- 09:00-11:00 H  
14:00-16:00 H

**26 de Febrero del 2026:**  
"Formación de guardianes para la prevención del suicidio".

- Modalidad presencial.
- 10:00-12:00 H

## Más información

### Jornada

#### Día de la prevención de la Salud Menal

Actividades de fortalecimiento para afrontar la vida

- Modalidad presencial.

Letras de la FACMED

12:00 a 14:00

Continua la campaña de Salud Mental en el Aula  
Espera la visita del equipo PROSAM. a tu aula

**11**  
Taller: Escucha, habla y conecta.

**19**  
Taller: Manejo de la rumia.

**26**  
Taller: Formación de guardianes para la prevención del suicidio

**20**  
Día de la prevención en Salud Mental

# MARZO 2026



DOMINGO

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

01

02

03

04

05

06

07

Continúa la campaña de Salud Mental en el Aula  
Espera la visita del equipo PROSAM. a tu aula

08

09

10

11

12

13

14

Taller: Resistir la temporada de exámenes.

15

16

17

18

19

20

21

Taller: Aprende sobre los hábitos del sueño.

22

23

24

25

26

27

28

Taller: Resistir la temporada de exámenes.

29

30

31

01

02

03

04

## Más información

### Taller

10 de Marzo del 2026:

Resistir la temporada de exámenes "crear caminos ante las dificultades".

Modalidad sincrónica.

YouTube live.

10:00-12:00 H  
14:00-16:00 H

20 de Marzo del 2026:

"Aprende sobre los hábitos de sueño: mejora tu descanso y potencia tu aprendizaje"

Modalidad presencial.

En las letras de la FACMED.

10:00-12:00 H  
14:00-16:00 H

27 de Marzo del 2026:

Resistir la temporada de exámenes "crear caminos ante las dificultades".

Modalidad sincrónica.

YouTube live.

10:00-12:00 H

# ABRIL 2026



DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
05	06	07	08	09	10	11
12	13 Capacitación salud mental y PAP y profesores	14 Taller: Reforzamiento de intervenciones psicológicas en tiempos de exámenes	15	16	17	18
19	20 Capacitación salud mental y PAP y profesores	21 Taller: Reforzamiento de intervenciones psicológicas en tiempos de exámenes	22	23	24	25
26	27 Capacitación salud mental y PAP y profesores	28	29	30	01	02

**• Capacitación**

**13, 20 y 27 de Abril del 2026:**  
Capacitación sobre temas de salud mental y primeros auxilios psicológicos al profesorado e instructores de los departamentos.

Modalidad presencial.  
 Auditorio "Dr. Ramón de la Fuente"  
 10:00-12:00 H  
 16:00-18:00 H

**• Taller**

**14 y 21 de Abril del 2026:**  
Reforzamiento de intervenciones psicológicas en tiempos de exámenes

Modalidad presencial.  
 Aula de terapia 1, DPSM.  
 14:00-15:00 H  
 Talleristas: Diego Coronel y Joaquín Gutiérrez.

# MAYO-JUN 2026



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

Más información

**04**  
Capacitación salud mental y PAP y profesores

**05**

**06**

**07**

**08**

**09**

**11**  
Capacitación salud mental y PAP y profesores

**12**  
Taller: Reforzamiento de intervenciones psicológicas en tiempos de exámenes

**13**

**14**

**15**

**07**

**18**  
Capacitación salud mental y PAP y profesores

**19**

**20**

**21**

**22**  
Día de la prevención en Salud Mental

**23**

**25**  
Capacitación salud mental y PAP y profesores

**26**  
Taller: Reforzamiento de intervenciones psicológicas en tiempos de exámenes

**27**

**28**

**29**

**30**

**01**

**02**

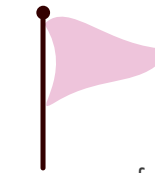
**03**

**04**

**05**

**28**  
**06**

## Día de la prevención de la Salud Mental



### Jornada

Actividades de fortalecimiento para afrontar la vida



Modalidad presencial



Letras de la FACMED



12:00 a 14:00

### Taller

**12 y 26 de Mayo del 2026:**  
Reforzamiento de intervenciones psicológicas en tiempos de exámenes



Modalidad presencial.



Aula de terapia 1, DPSM.



12 MAYO: 12:00 a 13:00  
26 MAYO: 14:00 a 15:00



Talleristas: Diego Coronel y Joaquín Gutiérrez.



**PODCAST: RECARGA TU ENERGÍA CON HIKARU, UN ESPACIO PARA RESPIRAR APRENDER Y CRECER**  
Emisión: Cada jueves de mayo a junio.

1. Autocompasión "Hikaru" tu aliado ante la adversidad
2. Salud de la imagen corporal "reconciliate contigo"
3. Aceptación al cambio y la apertura
4. Miedo a hablar en público "¿Cómo puedo hacerlo mejor?"
5. Mi yo del futuro, ¿Una especialidad médica es el camino que todos buscamos?
6. ¿Crees que lo sabes todo del cerebro? ¿Qué nos falta por aprender? - Invitación con experto
7. Todo bien en vacaciones, ¿Qué te depara el próximo año? 8. Cápsula del tiempo, lo aprendido, lo vivido y lo que viene

### Capacitación

**04, 11, 18, 25 de Mayo del 2026:**  
Capacitación sobre temas de salud mental y primeros auxilios psicológicos al profesorado e instructores de los departamentos".



Modalidad presencial.



Auditorio "Dr. Ramón de la Fuente"



10:00-12:00 H  
16:00-18:00 H