

Información de Jornada Politécnica: “Me cuido, te cuido, nos cuidamos”

Frase: Invitación a un día de actividades de bienestar, autocuidado y perspectiva de género en el IPN.

Descripción:

■ ¡ESCOMunidad! La Secretaría General, la Unidad Politécnica de Gestión con Perspectiva de Género y la Dirección de Difusión Cultural te invitan a la Jornada Politécnica “Me cuido, te cuido, nos cuidamos”, un espacio dedicado al autocuidado, la salud emocional y la construcción colectiva del bienestar.■ Fecha: Lunes 13 de octubre de 2025■ Sede: Centro Cultural Jaime Torres Bodet(Auditorio B, Vestíbulo C, Vestíbulo B Norte y Jardín Norte)■■■■ Actividades del díaConferencias • Meditaciones • Yoga • Danzaterapia • Talleres • Stands informativos(Todas enfocadas en bienestar, cuidado comunitario y perspectiva de género.)■ Programación detallada – Lunes 13 de octubre de 2025■ 10:00 – 11:30■ Conferencia Magistral“Rumbo a una sociedad de cuidados en México”■ Gracia Alfonsina Morales Alzaga – Secretaría de las Mujeres■ Auditorio B■ 11:30 – 14:30■■■■ Galería de Arte“Del capullo a las alas: sore-ser con VPH”■ Vestíbulo B Norte■ Cuenta Cuentos: La historia de Lola — Endometriosis México A. C.■ Auditorio B■ MuralTaller de Artes Plásticas – Difusión Cultural■ Vestíbulo B Norte■ 11:30 – 12:30■■■■ Sesión de Meditación – Adriana Martínez■ Sala Jaime Sabines■■■■ Clase de Yoga – “Yoga para cuidar nuestro descanso”■ Jardín Norte■ 12:30 – 13:30■ Panel“Horizontes del cuidado: diálogos hacia lo común, lo justo y lo sensible”■ Auditorio B■ Taller“Abrazando tu esencia: Un espacio de autodescubrimiento”■ Sala Jaime Sabines■■■■ Plática“Resistiendo en el cuidado” — Daniela Fuentes■ Jardín Norte■ Taller“Tejiendo Redes de Cuidado”■ Jardín Norte■ 13:30 – 14:30■■■■ Taller“Alas que me pesan, alas que me nombran” — Itzel Calderón■ Jardín Norte■ Biodanza — Paola Gutiérrez Cuevas■ Sala Jaime Sabines■ Taller“Escribiendo cuidados desde nuestras cuerpos: comunidad ante la violencia de género”■ Auditorio B■ 14:30 – 15:00■ Círculo de Cantos con TamborMedicina Tradicional Mexica■ Jardín Norte■ 10:00 – 14:30■ Stands Informativos y LúdicosMédicas: Mujeres cuidando mujeresRed de psicólogas con enfoque de géneroSecretaría de las MujeresEndometriosis México A.C.Servicios amigables CDMXINJUVTerapias de ajustes, masajes y másDIDACTIA A.C.■ Vestíbulo B Norte y D■■■■ Un día para cuidarnos en comunidad. Te esperamos.

Entidad: Actividades Culturales

Fecha inicio: 2025-10-13

Fecha fin: 2025-10-13