

La UJI celebra un día de actividades saludables - Mediterráneo - 22/11/2019

LA UJI CELEBRA UN DÍA DE ACTIVIDADES SALUDABLES

► La Red Valenciana de Universidades Públicas Saludables, de la que forma parte la Jaume I, organizó ayer actividades relacionadas con el bienestar para conmemorar el día de su constitución como colectivo. Con el lema *Muévete con la vida*, desarrollaron acciones formativas, de difusión y de intervención, centradas en la promoción de la vida activa. Durante el día se promovió el consumo de fruta de temporada, y se fomentó la participación en un programa que, desde el inicio de curso, fomenta la salud de la comunidad universitaria, mediante estiramientos y gimnasia suave. Además, las salas de estudio e informática incorporaron carteles informativos para facilitar pautas de higiene postural.