



saludable.unizar.es 

El 8 de octubre se celebró, por 5º año consecutivo, el *Día de las Universidades Saludables* en todo el territorio nacional. Se trata de un día en el que todas las universidades españolas adheridas a la Red Española de Universidades Saludables (REUS) tratan de dar visibilidad de manera conjunta al trabajo que se hace en la promoción de la salud, organizando una serie de **actividades comunes** para toda España, así como otras **actividades propias** de cada universidad.

## EL EVENTO

### #RETO5MIL

Consecución de 5.000 donaciones de sangre en una jornada entre todas las universidades españolas.

Desde *Unizar Saludable* nos sumamos a la celebración de este día **en los 3 campus (Huesca, Teruel, Zaragoza)**.

### REPARTO DE FRUTA

En todas las universidades españolas.

Así, se llevaron a cabo tanto las actividades comunes a todas las universidades españolas [*#Reto5mil donaciones de sangre*] [*Reparto de fruta*], como otras actividades propias, adaptadas a cada campus.

### OTRAS ACTIVIDADES

Pausa Activa, Quiz Saludable, Tests de Aptitud física, Juegos deportivos.

La jornada contó con una **gran acogida** entre el alumnado y personal universitario, que se implicó y participó masivamente en todas las actividades, consiguiendo así que el impacto del evento superara al obtenido en años anteriores.



## EN CIFRAS

3  
Campus

Huesca  
Pabellón y  
Facultad  
Empresariales

Teruel  
FCSH,  
Vicerrectorado y  
EUPT

Zaragoza  
Facultad  
Educación  
(C.S.Francisco)

3  
Programas presentados

- Concurso de Arte, Salud y Sostenibilidad
- Premio Teruel Campus Saludable
- Programa Envejecimiento Saludable +55



145

Donaciones Sangre



400

Participantes

13

Equipos médicos

85

Nuevos donantes

### ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y SALUDABLES

Pausa Activa | Escuelas Deportivas |  
Juegos de habilidad | Quiz Saludable |  
Tests de Aptitud Física

## ORGANIZACIÓN



Universidad  
Zaragoza



Coordinación nacional:



Evento que promueve y difunde los

**OBJETIVO 3 DE DESARROLLO SOSTENIBLE**

[deportes.unizar.es/ods](https://deportes.unizar.es/ods)



3 SALUD Y BIENESTAR



12

Actividades saludables

700

Piezas de fruta repartidas

17 ALIANZAS PARA LOGRAR LOS OBJETIVOS



8

Entidades implicadas

35

Universidades a nivel nacional