

FACULTAD DE INGENIERÍA



**FORTALECE TUS HABILIDADES
HOY PARA LOGRAR LO QUE
MAÑANA TE DARÁ ORGULLO.**



**PARTICIPA EN LOS CURSOS
INTERSEMESTRALES COPADI**



Inscripciones: <http://copadi.fi-c.unam.mx/cursos.jsp?c=inscripcion>

*La plataforma para impartir el curso, se indica en la hoja de inscripción en la página de la COPADI

CURSOS INTERSEMESTRALES EN LÍNEA



Fecha:
5 al 9 de
enero

AUTOLIDERAZGO Y ASESORÍA DE PROYECTO DE VIDA

- **OBJETIVO:** CONOCER LAS HERRAMIENTAS DEL AUTOLIDERAZGO, APLICARLAS EN EL DÍA A DÍA Y DESARROLLAR UN PROYECTO DE ORGANIZACIÓN DE VIDA
- **CUPO:** 25 ESTUDIANTES
- **HORARIO:** 19:00 A 22:00 HORAS
- **EXPOSITORES:** JOSE CARRASCO-ZANINI BARCLAY

Fecha:
12 y 13
de enero

ESTRÉS UNIVERSITARIO: CÓMO MANEJARLO

- **OBJETIVO:** RECONOCER QUÉ CAUSA ESTRÉS Y PRACTICAR HERRAMIENTAS PARA REDUCIR SU IMPACTO ACADÉMICO.
- **CUPO:** 20 ESTUDIANTES
- **HORARIO:** 10:00 A 12:00 HORAS
- **EXPOSITORES:** MAGDALENA GONZÁLEZ CASTILLO

Fecha:
12 de
enero

IDENTIFICACIÓN DE COMPETENCIAS PROFESIONALES PARA EL EMPLEO

- **OBJETIVO:** RECONOCER LAS COMPETENCIAS PROFESIONALES PROPIAS Y CÓMO REFORZARLAS PARA MEJORAR LA EMPLEABILIDAD.
- **CUPO:** 30 ESTUDIANTES
- **HORARIO:** 11:00 A 13:00 HORAS
- **EXPOSITORES:** YAZMÍN BARRALES ZARZA

Fecha:
13 de
enero

CURRÍCULUM EFECTIVO CON IA

- **OBJETIVO:** ELABORAR UN CURRÍCULUM CLARO Y COMPETITIVO UTILIZANDO HERRAMIENTAS DE IA PARA OPTIMIZAR SU CONTENIDO Y PRESENTACIÓN.
- **CUPO:** 30 ESTUDIANTES
- **HORARIO:** 11:00 A 13:00 HORAS
- **EXPOSITORES:** YAZMÍN BARRALES ZARZA

Fecha:
14 de
enero

ENTREVISTA DE TRABAJO

- **OBJETIVO:** DESARROLLAR HABILIDADES PRÁCTICAS PARA RESPONDER PREGUNTAS CLAVE Y DESENVOLVERSE CON SEGURIDAD EN ENTREVISTAS LABORALES.
- **CUPO:** 30 ESTUDIANTES
- **HORARIO:** 11:00 A 13:00 HORAS
- **EXPOSITORES:** RUTH MÉNDEZ HERNÁNDEZ

Fecha:
15 de
enero

ADMINISTRACIÓN DEL TIEMPO CON IA

- **OBJETIVO:** APLICAR HERRAMIENTAS DE IA PARA ORGANIZAR TAREAS, PRIORIZAR ACTIVIDADES Y MEJORAR LA GESTIÓN DEL TIEMPO.
- **CUPO:** 30 ESTUDIANTES
- **HORARIO:** 11:00 A 13:00 HORAS
- **EXPOSITORES:** OLIVIA SOLÍS SÁNCHEZ



Inscripciones: <http://copadi.fi-c.unam.mx/cursos.jsp?c=inscripcion>

*La plataforma para impartir el curso, se indica en la hoja de inscripción en la página de la COPADI

CURSOS INTERSEMESTRALES EN LÍNEA



Fecha:
12 al 16
de enero



¿Y SI LA INGENIERÍA NO ES PARA MÍ?

- **OBJETIVO:** AYUDAR AL ESTUDIANTADO A REFLEXIONAR Y RESOLVER SUS DUDAS RESPECTO A LA ELECCIÓN DE CARRERA ACTUAL Y PROYECTO DE VIDA.
- **CUPO:** 25 ESTUDIANTES
- **HORARIO:** 10:00 A 13:00 HORAS
- **EXPOSITORES:** ANA PAULINA CABRERA MEZA

TALLER BUSCANDO EL EQUILIBRIO

- **OBJETIVO:** DOTAR DE HABILIDADES QUE PERMITAN AFRONTAR DE MANERA EFECTIVA LOS ACONTECIMIENTOS COTIDIANOS Y POTENCIALIZAR SU DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL.
- **CUPO:** 10 ESTUDIANTES
- **HORARIO:** 14:00 A 15:30 HORAS
- **EXPOSITORES:** ANA GEORGINA GARCÍA Y COLOMÉ, ROSA MARÍA JUÁREZ CISNEROS

ESTRATEGIAS PARA LOGRAR UN APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO

- **OBJETIVO:** BRINDAR HERRAMIENTAS QUE LES PERMITAN MEJORAR SUS ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE, PARA LOGRAR UN MAYOR RENDIMIENTO ACADÉMICO
- **CUPO:** 30 ESTUDIANTES
- **HORARIO:** 9:00 A 13:00 HORAS
- **EXPOSITORES:** GRISELDA NÚÑEZ NÚÑEZ, MARÍA ESTHER ROSAS RODRÍGUEZ

CURSO TALLER DE CREATIVIDAD Y RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

- **OBJETIVO:** EXPLORAR LA CREATIVIDAD MEDIANTE ACTIVIDADES LÚDICAS QUE MUESTREN LA UTILIDAD DE LAS MATEMÁTICAS PARA APRENDER Y RESOLVER PROBLEMAS.
- **CUPO:** 30 ESTUDIANTES
- **HORARIO:** 10:00 A 12:00 HORAS
- **EXPOSITORES:** GENARO MUÑOZ HERNÁNDEZ

OPTIMIZA TU POTENCIAL: TÉCNICAS Y RECURSOS PARA MEJORAR TU DESEMPEÑO

- **OBJETIVO:** FAMILIARIZARSE CON HERRAMIENTAS Y RECURSOS ÚTILES PARA SU VIDA ACADÉMICA Y PROFESIONAL, ANALIZANDO SUS VENTAJAS Y DESVENTAJAS.
- **CUPO:** 20 ESTUDIANTES
- **HORARIO:** 15:00 A 17:00 HORAS
- **EXPOSITORES:** MIRIAM DEL CARMEN MEDINA LÓPEZ

DEJAR IR PARA CRECER: LA IMPORTANCIA DE CERRAR CICLOS

- **OBJETIVO:** REFLEXIONAR SOBRE LA IMPORTANCIA DE CERRAR CICLOS PARA EVITAR PATRONES DAÑINOS QUE AFECTAN LA SALUD Y EL DESEMPEÑO ESCOLAR.
- **CUPO:** 30 ESTUDIANTES
- **HORARIO:** 10:00 A 12:00 HORAS
- **EXPOSITORES:** MAGDALENA GONZÁLEZ CASTILLO



Inscripciones: <http://copadi.fi-c.unam.mx/cursos.jsp?c=inscripcion>

*La plataforma para impartir el curso, se indica en la hoja de inscripción en la página de la COPADI

CURSOS INTERSEMESTRALES EN LÍNEA

Fecha:
19 al 22
de enero

CONSTRUYENDO TU FUTURO PROFESIONAL: DE LA UNIVERSIDAD AL MUNDO LABORAL

- **OBJETIVO:** BRINDAR A LAS Y LOS JÓVENES LAS HERRAMIENTAS Y HABILIDADES NECESARIAS PARA AFRONTAR DE MANERA EFECTIVA EL DESAFÍO DE INTEGRARSE AL MUNDO LABORAL.
- **CUPO:** 20 ESTUDIANTES
- **HORARIO:** 11:00 A 13:00 HORAS
- **EXPOSITORES:** CLAUDIA LORETO MIRANDA, ANA LILIA MORA YÁÑEZ

Fecha:
19 al 23
de enero

CURSO CONOCE LAS REGLAS DE ORTOGRAFÍA

- **OBJETIVO:** PROPORCIONAR LOS ELEMENTOS NECESARIOS PARA HABLAR Y ESCRIBIR CORRECTAMENTE.
- **CUPO:** 20 ESTUDIANTES
- **HORARIO:** 13:00 A 15:30 HORAS
- **EXPOSITORES:** ANA GEORGINA GARCÍA Y COLOMÉ

Fecha:
19 al 23
de enero

TALLER REFLEXIVO: BUSCANDO EL EQUILIBRIO

- **OBJETIVO:** DOTAR DE HABILIDADES QUE PERMITAN AFRONTAR DE MANERA EFECTIVA LOS ACONTECIMIENTOS COTIDIANOS Y POTENCIALIZAR SU DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL.
- **CUPO:** 15 ESTUDIANTES
- **HORARIO:** 16:00 A 18:30 HORAS
- **EXPOSITORES:** GRISELDA NÚÑEZ NÚÑEZ, JAVIER GÓMEZ RODRÍGUEZ

Fecha:
19 al 23
de enero

ADULTEZ: TIPS PARA SUFRIRLA MENOS

- **OBJETIVO:** BRINDAR HERRAMIENTAS PARA LA VIDA ADULTA, QUE EL ALUMNO ACLARE SUS METAS PERSONALES Y RECONOZCA SUS CUALIDADES.
- **CUPO:** 30 ESTUDIANTES
- **HORARIO:** 11:00 A 13:30 HORAS
- **EXPOSITORES:** DANIELA SÁNCHEZ CASTELLANOS

Fecha:
21 de
enero

MINI TALLER: COMUNICACIÓN EMOCIONAL

- **OBJETIVO:** BRINDAR HERRAMIENTAS PRÁCTICAS PARA IDENTIFICAR, EXPRESAR Y REGULAR LAS EMOCIONES DE MANERA ASERTIVA EN CONTEXTOS ACADÉMICOS Y PERSONALES.
- **CUPO:** 30 ESTUDIANTES
- **HORARIO:** 15:00 A 18:00 HORAS
- **EXPOSITORES:** CECILIA MOTA GONZÁLEZ

Fecha:
27 y 28
de enero

¿CÓMO SER UN ALUMNO O ALUMNA RESILIENTE?

- **OBJETIVO:** DESARROLLAR HABILIDADES DE AFRONTAMIENTO QUE FORTALEZCAN LA RESILIENCIA FRENTE A LOS DESAFÍOS ACADÉMICOS, PERSONALES Y EMOCIONALES.
- **CUPO:** 30 ESTUDIANTES
- **HORARIO:** 10:00 A 13:00 HORAS
- **EXPOSITORES:** LIBIA GÓMEZ ALTAMIRANO



Inscripciones: <http://copadi.fi-c.unam.mx/cursos.jsp?c=inscripcion>

*La plataforma para impartir el curso, se indica en la hoja de inscripción en la página de la COPADI

CURSOS INTERSEMESTRALES EN LÍNEA

INTRODUCCIÓN A LA ATENCIÓN PLENA PARA GESTIONAR LAS EMOCIONES

Fecha:
27 y 29
de enero

- **OBJETIVO:** FOMENTAR EL USO DE TÉCNICAS DE MINDFULNESS PARA RECONOCER, ACEPTAR Y GESTIONAR DE FORMA CONSCIENTE LAS EMOCIONES COTIDIANAS.
- **CUPO:** 30 ESTUDIANTES
- **HORARIO:** 16:00 A 18:00 HORAS
- **EXPOSITORES:** LUIS DOMINGO MÁRQUEZ RAMÍREZ, NELLY MEDINA SANMARTINO

Fecha:
28 y 30
de enero

AUTOESTIMA Y SEXUALIDAD

- **OBJETIVO:** PROMOVER UNA COMPRENSIÓN SOBRE LA AUTOESTIMA Y LA SEXUALIDAD PARA FORTALECER LA AUTOVALORACIÓN Y LA TOMA DE DECISIONES INFORMADAS.
- **CUPO:** 30 ESTUDIANTES
- **HORARIO:** 10:00 A 13:00 HORAS
- **EXPOSITORES:** EVELIA VALDOVINOS TAPIA

Fecha:
26 al 30
de enero

ADMINISTRACIÓN DEL TIEMPO

- **OBJETIVO:** DESARROLLAR HABILIDADES PARA GESTIONAR EL TIEMPO, PRIORIZAR TAREAS Y EQUILIBRAR LO ACADÉMICO, PROFESIONAL Y PERSONAL.
- **CUPO:** 20 ESTUDIANTES
- **HORARIO:** 10:00 A 12:00 HORAS
- **EXPOSITORES:** JAVIER GÓMEZ RODRÍGUEZ

Fecha:
26 al 30
de enero

AUTOLIDERAZGO Y ASESORÍA DE PROYECTO DE VIDA

- **OBJETIVO:** CONOCER LAS HERRAMIENTAS DEL AUTOLIDERAZGO, APLICARLAS EN EL DÍA A DÍA Y DESARROLLAR UN PROYECTO DE ORGANIZACIÓN DE VIDA
- **CUPO:** 25 ESTUDIANTES
- **HORARIO:** 19:00 A 22:00 HORAS
- **EXPOSITORES:** JOSE CARRASCO-ZANINI BARCLAY

