

PRESENTACIÓN

«Ser mejores hombres y mujeres para los demás».

P. Pedro Arrupe, S. J.

Bienestar Landivariano, es la revista digital del Centro Landivariano de Salud Integral (Celasi) «Pedro Arrupe, S. J.», de la Universidad Rafael Landívar. Bajo el lema «100 % actitud = 100 % salud», se relanza con un nuevo formato, donde se proporcionan herramientas y estrategias para estimular un estilo saludable de vida. Al mismo tiempo concientiza, educa e informa, sobre la importancia y los beneficios de tener una salud integral.

Este primer número de la revista, está dividido en cuatro secciones, con información, estadísticas y consejos sobre salud.

La sección *Universidad saludable* contiene información sobre las gestiones y acciones que la universidad realiza, a través del Celasi, y con el apoyo de la Vicerrectoría de Integración Universitaria (VRIU), para promover en la Comunidad Landivariana y con el público en general, un estilo de vida saludable.

Otra sección, *100% actitud = 100% salud*, destaca las actividades que el Celasi realiza para promover la salud integral y prevenir el desarrollo de enfermedades comunes y a largo plazo.

Salud integral, es un espacio donde podemos encontrar artículos formativos e informativos, enfocados en el cuidado de la salud física (incluyendo la nutricional) y mental.

Finalmente, en la sección *Vida saludable*, se proporcionan estrategias específicas (recetas, dinámicas, consejos, etc.), para provocar cambios que permitan ser una persona más saludable.

Para más información, síganos en Facebook: URL, Celasi.

100 % ACTITUD = 100 % SALUD

LCDA. PAULINA SAMAYOA M.

Psicóloga Clínica

Coordinadora del Área de Psicología

Celasi