

AGENDA

SEMANA DEL 12 AL 16 DE ABRIL 2021



COREduc
SOMOS CCHC

12

- 09:00 h - Consejo directivo
- 13:00 h - Reunión Comité Paritario
- 15:30 h - Reunión secretarías académicas y CRA

14

- 12:00 h - Reunión Comité Bipartito de Capacitación
- 15:30 h - Tarde de trabajo docente
- 2° Reunión de Apoderados

15

- 14:30 h - Reunión USE con especialidad de Muebles y T. Madera
- 15:30 h - Reunión Bienestar con dirección



TURNOS ÉTICOS

Horario recepción: 09:00 a 13:00 h

Horario general: 09:00 a 13:30 h

ÁREA	LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
RECEPCIÓN	Sergio Moya	Gema Montecinos	Marcela Jara	Miguel Vargas	Jessica Garrido
ASEO			Jane Jaramillo		
SECRETARIAS	Rosa Escobar	Cecilia Hinojosa	María Teresa	Rocío Cortés	María Teresa
	María Teresa				
DIRECTIVOS	Adela Cornejo	Francisco Maulén	Adela Cornejo	Natalia Reyes	Adela Cornejo
	Natalia Reyes				
	Francisco Maulén				

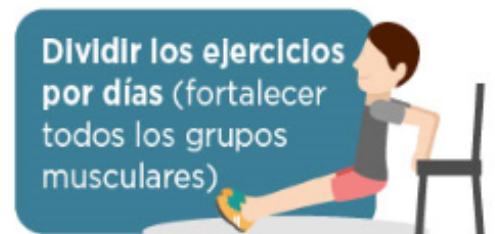
Nota: Michael Barahona y Sergio Moya, se les avisará el turno según requerimientos y necesidades.

HÁBITOS SALUDABLES EN TIEMPOS DE COVID



Actividad/ejercicio físico

- ▲ DIFERENCIAR ENTRE ACTIVIDAD FÍSICA (TAREAS COTIDIANAS) Y EJERCICIO FÍSICO (DEBE SER PROGRAMADO)
- ▲ PLANIFICAR UNA RUTINA DIARIA
- ▲ SI YA EXISTÍA UN PLAN DE ENTRENAMIENTO, INTENTAR CONTINUARLO EN EL DOMICILIO Y SI NO, ES BUEN MOMENTO PARA COMENZARLO
- ▲ TRAS EL ENTRENAMIENTO, ES MUY IMPORTANTE REALIZAR ESTIRAMIENTOS



¡Juntos nos cuidamos!