



De izda. a dcha., Laura Herrera y Manuel Torres, revisan el nuevo blog

G.C./R.A.

***Con la puesta en marcha del nuevo blog "Actívate" en el que se informará de los beneficios de una dieta saludable y de la práctica deportiva***

El vicerrector de Coordinación, Estudiantes y Cultura de la Universidad de Córdoba, Manuel Torres, ha presentado al Consejo de Estudiantes, representado por Laura Herrera, el nuevo blog del Vicerrectorado para informar y promocionar la Vida Activa y el Deporte en la UCO. El [blog](#), bajo el eslogan "Actívate" presenta importante información sobre los beneficios de la actividad física y el Deporte, y de una dieta saludable, así como la transferencia de los valores educativos y las habilidades propias que la práctica deportiva puede reportar a la vida estudiantil y profesional. El blog fomentará igualmente la práctica deportiva en la Universidad de Córdoba, que dentro de su programa de Deporte Universitario oferta variadas

posibilidades, tanto de actividades dirigidas para la salud, como de uso recreativo de instalaciones e incluso competiciones y eventos deportivos.

Además del blog y las redes sociales, el proyecto de Vida Activa y Deporte desarrollará actividades de información y promoción, como charlas, talleres, exhibiciones deportivas y otras encaminadas a que la comunidad universitaria se active y obtenga beneficios para su salud tanto física como mental; así como para su desarrollo profesional y que se viva la universidad también en el tiempo de ocio. Tanto Manuel Torres como Laura Herrera coincidieron en el interés de la iniciativa y los beneficios que puede reportar para los estudiantes y comunidad universitaria, y en colaborar, junto al Gabinete de Comunicación, el Deporte Universitario y otros servicios, para impulsar esta labor de mejora de la salud a través de la vida activa y la práctica deportiva en la Universidad de Córdoba.

El proyecto está gestionado por el área de información y promoción de Ucodeporte, y puede accederse directamente al blog Vida Activa y Deporte en la UCO en la dirección [www.uco.es/activate](http://www.uco.es/activate) ;

también desde la sección “

[otras webs y blogs de interés](#)

” en la

[web principal de la UCO](#)

, o a través de

[www.uco.es/deporteuniversitario](http://www.uco.es/deporteuniversitario)

El blog tendrá una importante presencia en las redes sociales, para estar más cercano a la comunidad universitaria a través de sus cuentas de Twitter: [@activate\\_uco](#) y Facebook: [Univcordoba Activate](#)

.