



Boletín Informativo

Peer Mentoring Program - Proyecto Título V

Septiembre 2022

¿Sabías que?

En la plataforma "self service" puedes encontrar tus datos personales como estudiante, además de hacer tu matrícula. En la misma puedes encontrar:

- la fecha promedio para culminar tus estudios
- el progreso académico
- aviso de deudas (de tener alguna)
- proceso de pagos en línea
- transcripción de crédito (no oficial)
- planificación de matrícula para un próximo semestre y mucho más...



Consejos estudiantiles

1. Haz una lista de metas semanales y enuméralas en orden de prioridad.
2. Considera el tiempo de movilizarte, comer y dormir.
3. Divide tu material de estudio en "IndexCards" para una mejor retención.
4. Cuida tu hábitos de descanso y alimentación.
5. Recuerda que hacer un horario y cumplirlo es un ejercicio constante.



La importancia del desayuno



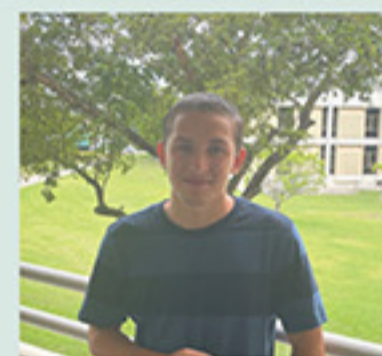
La primera comida del día es la más importante debido a que los alimentos que ingerimos es lo primero que recibe nuestro cuerpo después de un largo periodo de ayuno.

Los 5 beneficios de desayunar:

1. Activa nuestro metabolismo.
2. Estimula la memoria y la concentración.
3. Nos brinda energía.
4. Disminuye la ansiedad.
5. Mejora nuestro estado de ánimo.



Conoce a nuestro nuevo mentor:



Ricardo J. Cardona
Bachillerato en Administración de Empresas

⚡ RECORDATORIO ⚡

8, 15 y 29 de septiembre - iGrad: Plataforma financiera para universitarios



22 de septiembre - Conversatorio "Mirando hacia el futuro"

27 de septiembre- Charla: ¿Cómo alcanzar el equilibrio entre vida universitaria y trabajo?

5 de septiembre - Feriado: Día del Trabajo



14 de septiembre - Último día para remover incompletos, reclamaciones y cambio de notas

¡Visítanos!



📍 Edificio San Alberto Magno (Los 900), salón 925

☎ 787-786-3030 ext. 2033/2035/2037

Todo camino tiene sus obstáculos, procura aprender de ellos mientras los superas.

- Davis J. Pérez, Peer Mentor