La UGR celebra el «Día de la Fruta» en la Biblioteca con motivo de la Semana Saludable

Desde el Mié, 07/10/2026 - 23:59

La UGR celebra el «Día de la Fruta» en la Biblioteca con motivo de la Semana Saludable

El miércoles 7 de octubre, la Biblioteca Universitaria de la Universidad de Granada acogerá una nueva edición del «Día de la Fruta», una iniciativa enmarcada en la Semana Saludable UGR que invita al alumnado y a la comunidad universitaria a llevarse una fruta de temporada al pedir un libro en préstamo.

Bajo el lema «Cultiva el hábito, fruta de temporada, sin límites. Lee y cuida tu cuerpo», esta actividad busca promover hábitos de vida saludables entre la comunidad universitaria, combinando el fomento de la lectura con la promoción de una alimentación equilibrada y sostenible.

Una acción para fomentar hábitos saludables

La propuesta es sencilla: acercarse a la Biblioteca, tomar un libro en préstamo y recibir una fruta de temporada como obsequio. Con este gesto simbólico, la Universidad de Granada quiere recordar que el bienestar físico y el cuidado personal también forman parte de la vida académica, y que pequeños cambios en la rutina diaria pueden tener un impacto positivo en la salud.

La actividad se desarrolla en el marco de la **Semana Saludable UGR**, un programa

Copyright© 2026 Universidad de Granada

impulsado por la Delegación del Rector para la Salud y las Relaciones con el Sistema Sanitario, que a lo largo del curso organiza distintas acciones orientadas al autocuidado, la alimentación saludable y el bienestar emocional de la comunidad universitaria.

Información de la actividad

DATO	DETALLE
Fecha	Miércoles, 7 de octubre
Lugar	Biblioteca Universitaria (UGR)
Dinámica	Pedir un libro en préstamo y recibir una fruta de temporada
Dirigido a	Toda la comunidad universitaria

Promoción de una alimentación sostenible

Además de promover el consumo de fruta fresca, la iniciativa pone en valor la importancia de elegir productos de temporada y de proximidad, en línea con los principios de la alimentación ecológica y sostenible. La actividad cuenta con la colaboración de entidades como **REUPS** (Red Española de Universidades Promotoras de Salud) y el sello de **Alimentación Ecológica** gracias a nuestros compañeros/as de Valle y Vega (Granada)

Con acciones como el Día de la Fruta, la Universidad de Granada refuerza su compromiso con la salud integral de su comunidad, entendiendo el bienestar como un eje transversal de la experiencia universitaria.

Copyright© 2026 Universidad de Granada