



La Dirección de Recursos Humanos

Invita al personal Docente y
Administrativo a participar en el



Programa BIBeS TU
Bienestar Integral en Beneficio de la Salud
del Trabajador (a) Universitario (a)

Convocatoria Especial Vacaciones de Verano 2025 Área de la Salud

Los cursos y actividades ofertados por el Programa BIBeS TU, fortalecen tu desarrollo personal y profesional, cuentan con valor curricular y son considerados para los programas de estímulos como PEDCA, PEPC, entre otros.



Convocatoria Vacaciones 2025



Programa BIBE S TU
Bienestar Integral en Beneficio de la Salud del
Trabajador (a) Universitario (a)

Lineamientos generales:

- La inscripción a los cursos / talleres u otras actividades del Programa BIBE S TU, debe realizarse durante el periodo especificado en la convocatoria correspondiente.
- El sistema permitirá únicamente la inscripción a un curso / taller / u otra actividad, que considere el empleo de 30 minutos de su jornada laboral al día (ya sea al ingreso o a la salida de su centro de trabajo).
- Para participar en los cursos / talleres u otras actividades, deberá aceptar los términos establecidos en la carta responsiva.
- La inscripción a los cursos / talleres u otras actividades no garantiza la participación en los mismos, ya que su apertura está sujeta a un cupo mínimo y al cumplimiento de los requisitos establecidos en la convocatoria.
- El cupo para cada curso / taller u otra actividad, se determina en función del espacio físico, el número de personas a las que pueda ofrecerse atención personalizada -indicada por el instructor/a- y el material disponible, con la finalidad de disminuir riesgos y garantizar la seguridad física de los/as participantes.
- Si en la plataforma el curso / taller u otra actividad muestra la leyenda "Cupo completo", podrá elegir otro de su interés, ya que no existe la posibilidad de ampliar los cupos, de acuerdo con la indicación señalada en el punto anterior.
- Para acreditar los cursos / talleres u otras actividades y recibir la constancia correspondiente, es necesario cumplir con la asistencia mínima establecida en el siguiente enlace: [Lineamientos Generales](#)



Convocatoria Vacaciones 2025



Programa BIBEStU
Bienestar Integral en Beneficio de la Salud
del Trabajador (a) Universitario (a)

Inscripción:

No.	Mes	Periodo de Inscripción
1	Julio	del 7 al 9 de Julio de 2025

- Acceder a la página de la Dirección de Recursos Humanos en el apartado del Programa BIBEStU, a través del siguiente enlace <https://bsu.buap.mx/exe>
- Seleccionar el curso o taller, considerando los requisitos establecidos.
- Llenar el formulario de inscripción.
- Descargar el comprobante de inscripción.

Para cualquier duda o comentario, marcar a la extensión 5897 o 5885, de lunes a viernes de 9:30 a 16:00 hrs o al correo electrónico bibestu.drh@correo.buap.mx



Programa BIBeS TU
Bienestar Integral en Beneficio de la
Salud del Trabajador (a) Universitario (a)

Convocatoria Vacaciones 2025

JULIO 2025

BUAP

Dirección de
Recursos Humanos



Cardio Box



Programa BIBeS TU
Bienestar Integral en Beneficio de la
Salud del Trabajador (a) Universitario (a)

Objetivo General:

Mejorar la condición física y reducir los niveles de estrés, a través del aprendizaje y práctica de ejercicios recreativos de box y actividades cardiovasculares, para fomentar el bienestar del personal universitario.



**CARDIO
BOX**

A

De: 08:00 a 09:00 hrs.

B

De: 15:00 a 16:00 hrs.

Martes y Jueves.
15, 17, 22, 24, 29 y 31
de Julio.

REQUISITO:

**HABER ACREDITADO EL CURSO DE BAJO IMPACTO
PARA INSCRIBIRSE AL CURSO DE ALTO IMPACTO.**

**CANCHA DE
ENFERMERÍA
CUPO LIMITADO**

LUGAR:



Baile fitness



Programa BIBeS TU
Bienestar Integral en Beneficio de la
Salud del Trabajador (a) Universitario (a)

Objetivo General:

Mejorar la condición física, a través del aprendizaje y práctica del baile, para contribuir al bienestar físico y emocional del personal universitario.



**BAILE
FITNESS**

A

De: 08:00 a 09:00 hrs.

B

De: 15:00 a 16:00 hrs.

Lunes y Miércoles.
14, 16, 21, 23, 28 y 30
de Julio.

REQUISITO:

**HABER ACREDITADO EL CURSO DE BAJO IMPACTO
PARA INSCRIBIRSE AL CURSO DE ALTO IMPACTO.**

**CANCHA DE
ENFERMERÍA
CUPO LIMITADO**

LUGAR: