

Bienestar Institucional



VICERRECTORÍA DE DESARROLLO HUMANO
Compartiendo un ambiente sano
Bienestar Institucional



UNIVERSITARIA AGUSTINIANA
UNIAGUSTINIANA
Es creer en ti

CONTENIDO

• Presentación.....	1
• Música.....	2
• Teatro.....	3
• Danza.....	4
• Cuentería.....	5
• Actividades de promoción y prevención.....	6
• Punto de atención primario.....	7
• Servicio de psicología.....	8
• Deportes y actividad física.....	9
• Torneos internos.....	10
• Actividad física.....	11



BIENESTAR INSTITUCIONAL

Bienestar Institucional asume dentro de sus criterios la necesidad de proyectar el servicio educativo que brinda más allá de la actividad académica, por lo cual se compromete con el desarrollo de estrategias de formación para el tiempo libre, mediante actividades culturales, deportivas y recreativas, campañas de promoción y prevención en salud. Nuestro objetivo es contribuir a la formación integral y a la calidad de vida de todos los miembros de la Institución, de tal forma que dicho beneficio impacte positivamente su vida y se convierta en un factor que contribuya a su desarrollo personal.



GESTIÓN CULTURAL

Desarrolla programas y actividades que fomentan la apreciación de diferentes manifestaciones artísticas y culturales, promoviendo un uso creativo y formativo del tiempo libre, que además permite fortalecer intereses y potencialidades.

MÚSICA

Buscamos fomentar la sensibilidad artística y favorecer el desarrollo de talentos, destrezas y habilidades propios del estudiante a través de guías y tutoriales que le permitan conocer y reforzar su talento.

- **Orquesta sinfónica**

Lugar: **Salón de música**

Lunes 1:00 a 4:00 p.m.
Miércoles 2:00 a 5:00 p.m.
Jueves 4:00 a 7:00 p.m.
Viernes 9:00 a 1:00 p.m.

- **Gramática**

Lugar: **Salón de música**

Martes 11:00 a 12:00 p.m.
Viernes 3:00 a 4:00 p.m.

- **Pop**

Lugar: **Salón de música**

Miércoles 5:00 a 7:00 p.m.
Jueves 1:00 a 3:00 p.m.

- **Nocturna y administrativos**

Lugar: **Salón de música**

Lunes 5:00 a 8:00 p.m.

- **Rock**

Lugar: **Salón de música**

Martes 1:00 a 3:00 p.m.

- **Jazz**

Lugar: **Salón de música**

Martes 3:00 a 5:00 p.m.

- **Tropical**

Lugar: **Salón de música**

Viernes 1:00 a 3:00 p.m.



CONTACTO:

Franck Rodríguez
4193200 Ext. 1045

musica@uniagustiniana.edu.co





TEATRO

El objetivo es contribuir a la formación integral de la comunidad universitaria y para ello se utilizan las herramientas escénicas como vía de enriquecimiento intelectual y diálogo permitiendo a los estudiantes explorar personajes y vivir el escenario creando nuevas versiones de ellos mismos.

- **Sede Tagaste**

Lugar: **Camerino auditorio**

Martes 2:00 a 6:00 p.m.

Jueves 2:00 a 6:00 p.m.

- **Sede Suba**

Lugar: **Auditorio**

Miércoles 12:30 a 3:30 p.m.



CONTACTO:
Manuel de León Willis
4193200 Ext. 1045
teatro@uniagustiniana.edu.co



DANZA

Es una forma de comunicación y expresión orientada al desarrollo de la creatividad del estudiante contribuyendo con su formación integral desarrollando la sensibilidad, la formación de actitudes, valores y una expresión auténtica.

- **Sede Tagaste**

Lugar: **Salón de los espejos**

Lunes	2:00 a 6:00 p.m.
Martes	2:00 a 6:00 p.m.
Miércoles	2:00 a 6:00 p.m.
Jueves	2:00 a 6:00 p.m.

- **Sede Suba**

Lugar: **Auditorio**

Viernes 2:00 a 6:00 p.m.



CONTACTO:

Stephanie Rayo

4193200 Ext. 1045

danza@uniagustiniana.edu.co



CUENTERÍA

Conscientes de la importancia de que nuestros estudiantes tengan un adecuado aprovechamiento del tiempo libre y de la necesidad de que salgan de la rutina con actividades de esparcimiento que aporten un rato de disfrute y reflexión, Bienestar Institucional cada semestre establece unas fechas donde nos visitan un grupo de cuenteros que a través de sus historias transmiten toda la magia de los mundos fantásticos, de situaciones absurdas y cotidianas, en un viaje constante por la tradición, la literatura y el ingenio de sus integrantes.

Busca en redes sociales las fechas de la programación para **Tagaste y **Suba**.**

¡No faltes!

COORDINACIÓN DE PREVENCIÓN Y SALUD INTEGRAL

Promueve en la comunidad Uniagustiniana estilos de vida saludables fomentando conductas de autocuidado y desarrollando procesos de promoción de la salud y prevención de la enfermedad física y mental.

ACTIVIDADES DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN (PYP)

La promoción de la salud y la prevención de la enfermedad son todas aquellas acciones, procedimientos e intervenciones integrales cuyo propósito es brindar herramientas para mejorar las condiciones de todos los agentes que constituyen el bienestar de la comunidad educativa Uniagustiniana.

Actividades:

- **100% libre de humo:**

Sensibilizar a la comunidad educativa sobre los efectos perjudiciales para la salud y el ambiente del consumo de cigarrillo.

- **Prevenir está en Ti:**

Promover en la comunidad educativa el cuidado por y para la mujer, brindando herramientas de promoción, prevención y alerta que permitan crear cultura de protección y bienestar al interior de la comunidad.

- **Muévete por la vida:**

Brindar espacios de esparcimiento en donde la comunidad educativa reconozca la importancia del deporte y la actividad física dentro de la rutina diaria para el fortalecimiento de la salud física y mental.

- **¡Elige la vida! Cuida tu comida:**

Promover en la comunidad educativa hábitos alimentarios saludables, como herramienta para la prevención de enfermedades metabólicas, así como la promoción de la cultura del cuidado.

- **Fuera Estrés:**

Crear espacios de relajación y esparcimiento que le permitan a la comunidad educativa la liberación de estrés, tensión, exceso de trabajo y fatiga.

- **Belleza y salud:**

Brindar espacios de cuidado personal que propendan por el autoestima, el sentirse bien, mejorando el entorno y la percepción del autocuidado.

- **Por mi Futuro NO me lo fumo:**

Crear conciencia en la comunidad educativa del consumo de sustancias psicoactivas y sus efectos sobre el individuo y la sociedad.

- **Vida sana – Corazón Contento:**

Promover en la comunidad educativa la importancia del cuidado y promoción de la salud y prevención de la enfermedad.

- **Explorarte ES cuidarte:**

Concientizar a la comunidad educativa sobre la importancia del autoexamen como herramienta para la detección temprana de patologías tratables que atenten contra la integridad física y mental de los individuos.

- **Porque Tú Eliges:**

Promover en la comunidad educativa una sexualidad inteligente y responsable, que no ponga en riesgo la salud física.





PUNTO DE ATENCIÓN PRIMARIO

Realiza atención inmediata y oportuna en caso de presentarse un accidente o complicación de Salud que

- ponga en riesgo la vida de la persona.

Sede Tagaste y Suba

Lunes a viernes de 6:30 a.m. a 10:00 p.m.

Sábados de 8:00 a.m. a 1:00 p.m.

SERVICIO DE PSICOLOGÍA

Brinda atención y orientación a estudiantes, docentes, administrativos y padres de familia que presentan algún malestar psicológico durante su ciclo vital.

Servicios:

• Atención individual

Propicia el mejoramiento de la calidad de vida de los estudiantes a partir de la atención y orientación psicológica evaluando su estado emocional y afectivo durante su ciclo vital en los diferentes contextos.

• Talleres grupales

Espacio terapéutico en el que se manejan diferentes temáticas ofreciendo a los participantes herramientas necesarias para afrontar diferentes situaciones y exigencias que se presentan en su vida diaria.

• Cápsulas mentales y juegos mentales

Estrategia de sensibilización que permite promocionar factores protectores de la salud mental a través del abordaje de las diferentes problemáticas consultas en psicología.

Horario de atención:

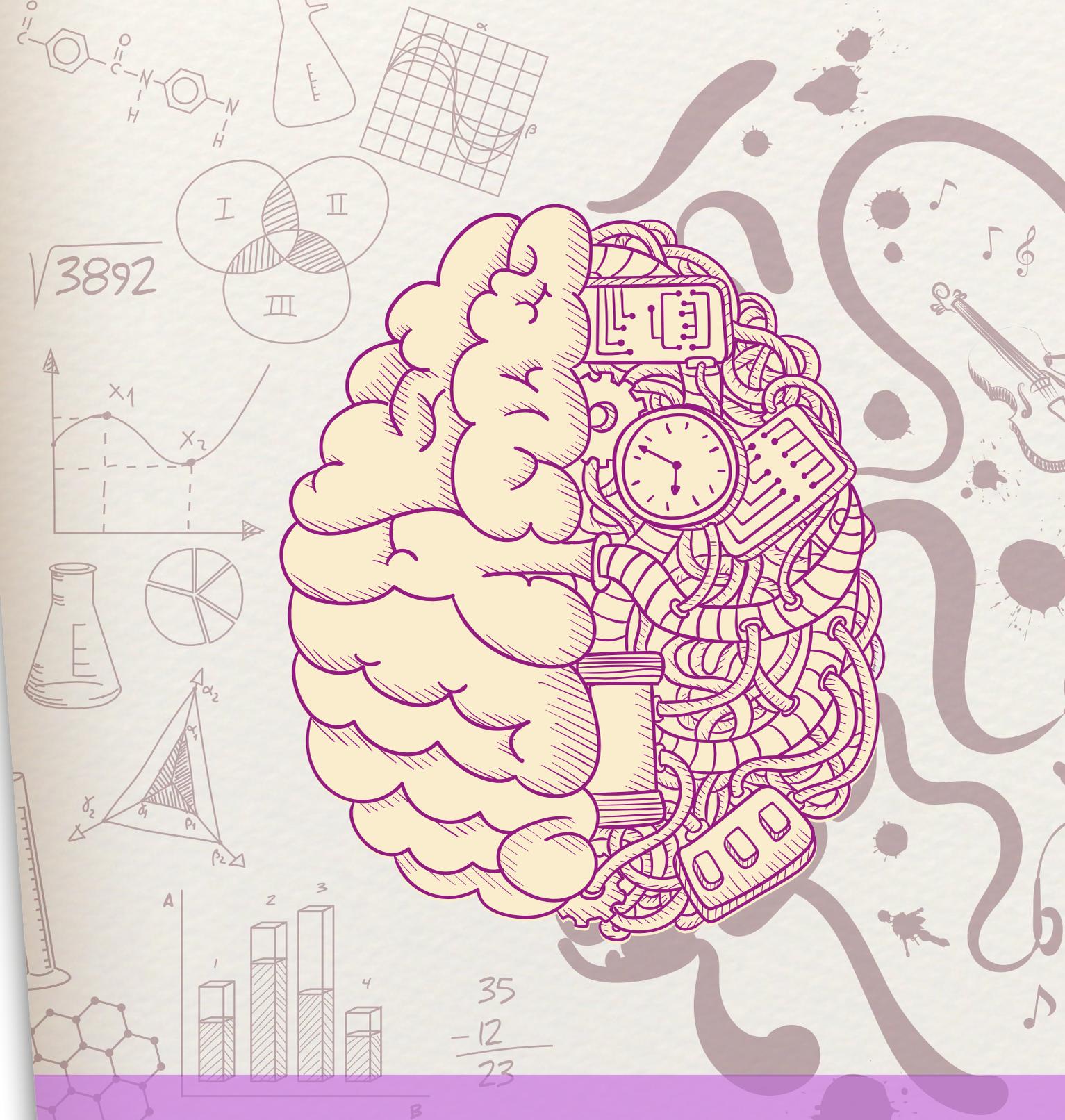
Ps. Liz Fernanda Moreno Cely

4193200 ext. 1055

saludintegral@uniagustiniana.edu.co

Sede Tagaste: Lunes a Jueves: 8:30 a.m. a 6:35 p.m.

Sede Suba: Viernes: 9:00 a.m. a 7:00 p.m.



Psicóloga en formación:

Estamos ubicados en el primer piso en la oficina "Prevención y Salud Integral".

DEPORTES Y ACTIVIDAD FÍSICA

Esta área es la encargada de desarrollar programas y actividades recreativas y deportivas que fomenten el buen aprovechamiento del tiempo libre en actividades físicas, orientadas a favorecer la formación integral de cada uno de sus participantes, creando un sentido de sana competencia en la comunidad universitaria.

Selecciones Deportivas:

Las selecciones de la Universitaria Agustiniana, ofrecen preparación integral (física, técnica, táctica y estratégica) a los participantes de cada uno de las disciplinas deportivas. Compiten en los torneos interuniversitarios organizados por "Cerros y Copa U" en representación de la institución. Cada selección está bajo la dirección técnica de un entrenador idóneo y calificado.

• Fútbol:

Disciplina deportiva donde se enfrentan dos equipos de 11 jugadores cada uno, desarrolla el trabajo en equipo y el respeto por las reglas.

Profesor: Andrés Acevedo Fonseca

• Rugby:

Es un deporte colectivo que se juega con dos equipos de 7 jugadores, promueve valores como la integridad, la pasión y la honestidad.

Profesor: Diego Cárdenas Beltrán

• Fútbol sala:

Disciplina deportiva donde se enfrentan dos equipos de 5 jugadores, desarrolla habilidades técnicas como dominio del balón, trabajo en equipo y trabajo bajo presión. (Masculino y femenino)

Profesor: Jeisson Blanco Arévalo

• Baloncesto:

Disciplina deportiva donde se enfrentan dos equipos de 5 jugadores, fomenta el trabajo en equipo y el respeto por el adversario. (Masculino y femenino)

Profesor: Felipe Buitrago Villafradez

• Voleibol:

Es un deporte que se juega con dos equipos de 6 jugadores cada uno, inculca valores como el respeto, el esfuerzo y la atención sostenida.

(Masculino y femenino) Profesor: Nataly Zuluaga Cuevas

• Ultimate:

Es una disciplina deportiva competitiva sin contacto entre los jugadores, se juega 7 contra 7 con un disco volador, fomenta valores como "Espíritu de Juego" o Principio del juego justo. (Masculino y femenino)

Profesor: Camilo Buitrago Zabala

• Tenis de mesa:

Deporte de raqueta que se practica entre dos jugadores o dos parejas, promueve valores como la concentración y habilidades como la agilidad y coordinación. (Masculino y femenino)

Profesor: Felipe Buitrago Villafradez

• Taekwondo:

Contribuye a mejorar la condición física de quien lo practique, potencializando las capacidades físicas condicionantes, fomenta valores como el autocontrol, coraje, disciplina, integridad personal y lealtad. (Masculino y femenino)

Profesor: Marco Ramírez Viuche



Mayores informes:

Jesús Álvarez Pérez

4193200 ext. 1098

coordeportes@uniagustiniana.edu.co

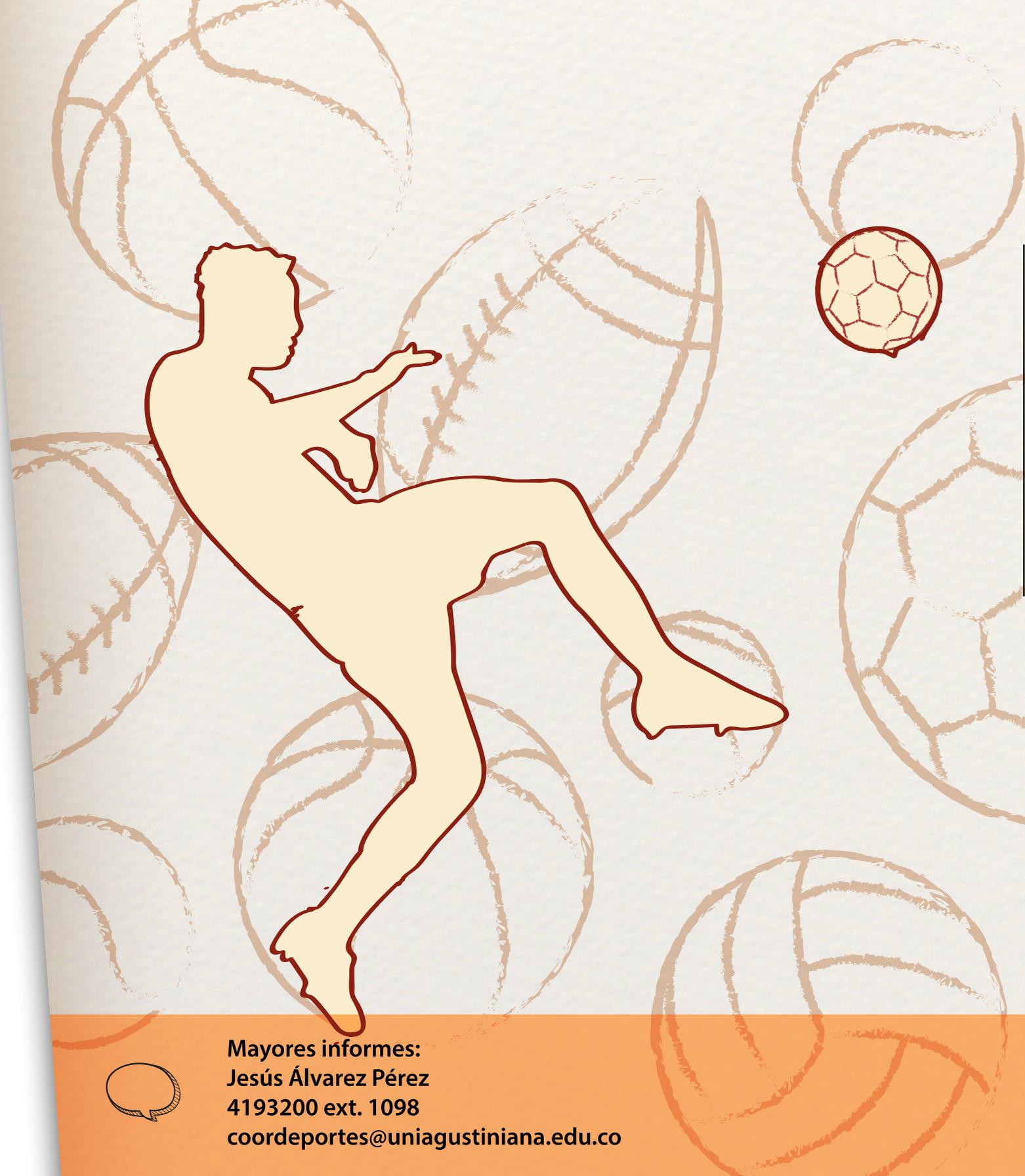


TORNEOS INTERNOS

Cada semestre el área de Deportes y Actividad Física realiza torneos internos en diferentes disciplinas deportivas, el objetivo es integrar a la comunidad en un ambiente de sana competencia, donde el deporte es utilizado como herramienta para favorecer la formación integral de cada uno de los participantes.

- **Fútbol 11.**
- **Fútbol 8.**
- **Fútbol sala.** (Masculino y femenino)*
- **Baloncesto por tríos.**
- **Voleibol mixto por cuartetos.***
- **Ultimate mixto.**
- **Tenis de mesa.** (Masculino y femenino)
- **Fútbol tenis.***

* Tagaste y Suba



Mayores informes:
Jesús Álvarez Pérez
4193200 ext. 1098
coordeportes@uniagustiniana.edu.co

ACTIVIDAD FÍSICA

El Área de deportes y Actividad física promueve diferentes actividades para la práctica deportiva con el fin de contribuir a la disminución del sedentarismo, mejorar la salud y prevenir enfermedades cardiovasculares.

- **Gimnasio** (Lunes a Viernes de 6:00 a.m. a 9:00 p.m.)
- **Carreras atléticas** (Night Race, media Maratón, Carrera de la Mujer, Unicef, Allianz entre otras).
- **UNIAGUSTINIANA activa** (Administrativos)
- **Caminatas ecológicas**
Cada semestre se realiza diferentes caminatas por territorios ambientales con el objetivo de promover la actividad física y el cuidado del medio ambiente, como complemento a la formación integral. Las caminatas abordan las siguientes temáticas: reciclaje, cultura, historia, reservas naturales y el cuidado del agua, también incluye actividades como yoga y stretching.
- **Préstamo de Juegos de Mesa y Elementos Deportivos**
El área de Deportes y Actividad Física ofrece el servicio de préstamo de diferentes juegos de mesa y elementos deportivos: Jenga, Domino, Damas Chinas, Pintographic, Rumi Q, Scrable, Twister, Uno, Charadas, Monopolio, Naipes, Parqués, Ajedrez, Bingo, Raquetas de Tenis de Mesa, Escalera, Balón de Fútbol, Balón de Fútbol Sala, Balón de Baloncesto, Balón de Voleibol, Balón de Rugby y Freesby Ultimate. Para acceder a los juegos de préstamo el estudiante debe acercarse a Gimnasio y presentar su carné.

Mayores informes:
Jesús Álvarez Pérez
4193200 ext. 1098
coordeportes@uniagustiniana.edu.co





UNIVERSITARIA AGUSTINIANA
UNIAGUSTINIANA

Es crear en ti