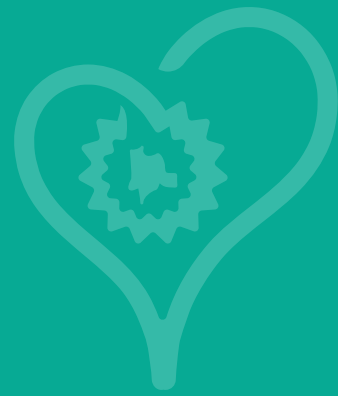




UCUNDINAMARCA
FAMILIARMENTE
RESPONSABLE

CATÁLOGO DE MEDIDAS *efr*





El Modelo Entidad Familiarmente Responsable (efr) es una iniciativa internacional que promueve el balance entre la vida personal, familiar y laboral en aras del desarrollo de un proyecto de vida más equilibrado y pleno para los funcionarios administrativos, directivos y profesores.

Este balance es también conocido como conciliación. Esta iniciativa cobra sentido a partir de la Dimensión Familia del Modelo Educativo Digital y Transmoderno - MEDIT.

¿Qué es efr?

Entidad Familiarmente Responsable (efr) se basa en una norma internacional certificable que forma parte de la Responsabilidad Social Universitaria, además, es un modelo de gestión orientado a la conciliación de la vida personal, familiar y laboral, basado en la mejora continua y orientada a la obtención de resultados.

¿Qué son las medidas efr?

Son el conjunto de acciones, iniciativas y/o planes que cada entidad comprometida con el modelo efr han adoptado e implantado con el fin de posibilitar el equilibrio o balance entre las distintas dimensiones de la vida de los colaboradores.

Características:



Van más allá de la legislación vigente.



Se orientan a responder gradualmente a las necesidades de la comunidad universitaria.



Se sustentan sobre el compromiso de la alta dirección y de un liderazgo ejemplarizante.



Ponen al servicio de toda la comunidad universitaria, los beneficios que la institución brinda y cómo acceder a estos.



Las medidas son revisables y en su caso pueden ser suspendidas e incluso retiradas.



Son viables, medibles y cuantificables.

Funcionarios administrativos y Profesores

La UCundinamarca cuenta con: 7 unidades regionales, 2 vicerrectorías y 7 facultades que están a disposición de toda la comunidad universitaria y que constantemente generan iniciativas, planes, programas y servicios que propenden por satisfacer las necesidades de todos los actores de la Universidad, estos se encuentran contenidos en el siguiente catálogo de beneficios. Desde las distintas dependencias se busca asegurar un desarrollo integral de los estudiantes y colaboradores, con base en el Modelo Educativo Digital Transmoderno.

Grupos de interés:

Funcionarios administrativos

Gestores del conocimiento y el aprendizaje (Profesores)

Estudiantes

En el 2022 se han realizado alrededor de 50 acciones que propenden por el bienestar, felicidad, desarrollo personal y aprovechamiento del tiempo de calidad de la comunidad UCundinamarca.



1 **PRÁCTICAS DEPORTIVAS Y RECREATIVAS**

La Universidad ofrece prácticas deportivas formativas y competitivas en las diferentes unidades regionales y los implementos necesarios para su práctica.

Fusagasugá: Hay un orientador deportivo para cada modalidad en baloncesto, fútbol sala, fútbol, voleibol, porrismo, tenis de mesa, tenis de campo, rugby, ultimate, taekwondo, karate y atletismo.

Para cada una de las seccionales y extensiones se cuenta con un orientador deportivo según la demanda de inscritos en cada uno de los deportes.

Más información:

Bienestar Universitario: deportebienestar.fusagasuga@ucundinamarca.edu.co

Para acceder a los servicios ofertados, se debe inscribir en las convocatorias al iniciar cada semestre a través de los diferentes medios de comunicación masiva (se oferta para todos).

2 **SERVICIOS DE PSICOLOGÍA Y FISIOTERAPIA**

En psicología la realización de talleres donde se abordan temas de mejoramiento de hábitos de vida saludable con el acompañamiento de profesionales en psicología y salud. Orientación psicológica, primer auxilio psicológico, consejerías individuales y colectivas.

En fisioterapia se lleva a cabo el programa osteomuscular para prevención de enfermedades, fomento de hábitos y estilos saludables, como los Jueves de Bienestar donde se realizan pausas activas físicas y cognitivas (rumbaterapia). Así mismo, con el apoyo de la Secretaría de Salud Municipal, se realiza tamizaje cardiovascular, bucal, visual y auditivo.

Más información:

Bienestar Universitario: bu_orienta@ucundinamarca.edu.co y budigitalfusa@ucundinamarca.edu.co

Aplica para todas las unidades regionales*

3 **BIENESTAR SALUDABLE**

Orientaciones en salud, fomento de hábitos de vida y alimentación saludable, salud sexual y reproductiva, entre otras.

Semana de la salud (abril y octubre): Stands y actividades de salud mental, tamizajes cardiovasculares y en optometría, capacitaciones en primeros auxilios, vacunación, donación de sangre y bioseguridad.

Más información:

Bienestar Universitario: saludbienestar.fusagasuga@ucundinamarca.edu.co

Aplica para todas las unidades regionales*

4 **VOLUNTARIADO SOCIAL Y PEDAGÓGICO**

La Universidad ofrece opciones de voluntariado y servicio a la comunidad bajo las modalidades presencial y virtual, así como la opción de voluntariado internacional.

Más información:

Interacción Social Universitaria: voluntariadoisu@ucundinamarca.edu.co

5 **FECHAS ESPECIALES**

En las sedes, seccionales y extensiones de la Universidad, se hace la entrega de reconocimientos con ocasión de días especiales, Día de la Secretaria, Día del Gestor del conocimiento y del aprendizaje, Día del servidor público, Día dulce, Día de la mujer, Día del hombre, Encuentro cultural y deportivo GS21, entre otros.

Más información:

Dirección Bienestar Universitario: direccionbienestarudec@ucundinamarca.edu.co

Aplica para todas las unidades regionales*

9 **FORMACIÓN Y CAPACITACIÓN**

- Jornada de capacitación y exaltación de la labor como servidor público de la Universidad en donde se destacará su trayectoria y función desempeñada.
- Taller de asesoramiento legal sobre temas relacionados con la pensión, asesoramiento en temas de nutrición, ejercicio, salud física y sesión de asesoramiento en temas de salud mental y proyecto de vida.
- Estrategias para el fortalecimiento de competencias de los líderes (jefes de oficina y directivos). Se trabaja a partir de sesiones grupales de coaching teórico-prácticas.
- Taller experiencial de 4 a 8 horas en el que se trabaja áreas de mejoramiento identificadas en la medición del clima organizacional del año 2022.
- Curso de arte y materiales para profesores.

Más información: Talento Humano
bienestarsocial@ucundinamarca.edu.co

10 **FESTIVAL DE VIENTOS**

Alrededor de una tradición, como lo es el mes de las cometas, se realiza el evento en el Centro Académico y Deportivo (CAD) en la Sede Fusagasugá.

Para poder concursar, se debe inscribir en la convocatoria entre julio y agosto a través de los diferentes medios de comunicación masiva (se oferta para todos).

Más información:
Bienestar Universitario: deportebienestar.fusagasuga@ucundinamarca.edu.co

Aplica para todas las unidades regionales*

11 **DÍA DE LA FAMILIA**

Actividad cultural que incluye presentación artística y espacio de integración dirigida a cada integrante de personal administrativo y gestor del conocimiento y del aprendizaje. Se realiza el último domingo del mes de mayo.

Más información:
Bienestar Universitario: direccionbienestarudec@ucundinamarca.edu.co

Aplica para todas las unidades regionales*

12 **ESCUELA DE ARTES**

Acceso y disfrute de clases gratuitas de artes plásticas guiadas por un profesional (incluye materiales).

Más información:
Bienestar Universitario: culturabienestar.fusagasuga@ucundinamarca.edu.co

Solo aplica para Fusagasugá*

13 **ENCUENTRO CULTURAL Y DEPORTIVO GENERACIÓN SIGLO 21**

Espacio de esparcimiento para docentes y administrativos, con actividades culturales, grupos musicales, sorteos, recordatorios. (Se realiza cada fin de año en el mes de diciembre).

Más información:
Bienestar Universitario: direccionbienestarudec@ucundinamarca.edu.co

Aplica para todas las unidades regionales*

14 **TORNEO DE LA AMISTAD**

Forma parte de la experiencia el deporte como medio para trascender hacia el futuro, se busca que toda la comunidad universitaria interactúe, que el estudiante sea el principal protagonista de su proceso de aprendizaje, desarrollando habilidades y valores democráticos, a través de experiencias deportivas y de aprovechamiento del tiempo libre.

Para poder concursar, se debe inscribir en la convocatoria en el primer periodo académico a través de los diferentes medios de comunicación masiva (se oferta para estudiantes, profesores y administrativos). Los campeones participarán en el Campeonato Intersedes

Más información:
Bienestar Universitario: direccionbienestarudec@ucundinamarca.edu.co

Aplica para todas las unidades regionales*



15 **JUEGOS DEPORTIVOS UNIVERSITARIOS GS21**

Los juegos deportivos universitarios G21 tienen como finalidad integrar la población universitaria de la región en unas competencias deportivas específicas, las cuales coadyuvan a crear lazos de interacción y amistad entre funcionarios y administrativos de entidades públicas. Se desarrolla específicamente en la modalidad de fútbol sala femenino.

Más información:

Bienestar Universitario: deportebienestar.fusagasuga@ucundinamarca.edu.co

Solo aplica para Fusagasugá*

16 **BRIGADAS DE EMERGENCIAS**

Se realizan capacitaciones en diferentes temas asociados a atención de emergencias, según convocatoria mediante boletín interno, correo masivo, redes sociales, entre otras.

Más información:

Seguridad y Salud en el Trabajo: sst@ucundinamarca.edu.co

Aplica para todas las unidades regionales*

17 **PAUSAS ACTIVAS**

Es una forma de promover la actividad física como hábito de vida saludable, por lo cual se desarrollan pausas activas en las diferentes oficinas de la UCundinamarca sobre la importancia y los beneficios de la actividad física regular.

Más información:

Seguridad y Salud en el Trabajo: sst@ucundinamarca.edu.co

Aplica para todas las unidades regionales*

18 CLUB DEPORTIVO DE FÚTBOL

Formación en fútbol para niñas y niños mayores de 5 años en las instalaciones del CAD, profesores y asesorías deportivas especializadas, servicio de enfermería y gimnasio multifuerza, 2 campos de fútbol propio y 1 campo sintético.

Descuentos: 20% para graduados, administrativos y docentes. 10% por familiaridad.

Más información:

Centro Académico Deportivo: clubdeportivo@ucundinamarca.edu.co

Solo aplica para Fusagasugá*

19 CLUB DEPORTIVO DE PATINAJE

Formación en patinaje para niñas y niños mayores de 5 años en las instalaciones del CAD, profesores y asesorías deportivas especializadas, servicio de enfermería y gimnasio multifuerza, patinódromo y pista de ruta.

Descuentos: 20% para graduados, administrativos y docentes. 10% por familiaridad.

Más información:

Centro Académico Deportivo: clubdeportivo@ucundinamarca.edu.co

Solo aplica para Fusagasugá*

20 CLUB DEPORTIVO DE NATACIÓN

Formación en natación para niñas y niños mayores de 5 años en las instalaciones del CAD, profesores y asesorías deportivas especializadas, servicio de enfermería y gimnasio multifuerza, piscina semi olímpica y recreativa.

Descuentos: 20% para graduados, administrativos y docentes. 10% por familiaridad.

Más información:

Centro Académico Deportivo: clubdeportivo@ucundinamarca.edu.co

Solo aplica para Fusagasugá*

21 CLUB DEPORTIVO DE TENIS

Formación en tenis para niñas y niños mayores de 5 años en las instalaciones del CAD, profesores y asesorías deportivas especializadas, servicio de enfermería y gimnasio multifuerza, 8 campos de tenis propios.

Descuentos: 20% para graduados, administrativos y docentes. 10% por familiaridad.

Más información:

Centro Académico Deportivo: clubdeportivo@ucundinamarca.edu.co

Solo aplica para Fusagasugá*

22 CLUB DEPORTIVO POLIMOTOR

Formación deportiva para niñas y niños de 3 a 5 años en las instalaciones del CAD, profesores y asesorías deportivas especializadas, servicio de enfermería y gimnasio multifuerza,

Descuentos: 20% para graduados, administrativos y docentes. 10% por familiaridad.

Más información:

Centro Académico Deportivo: clubdeportivo@ucundinamarca.edu.co

Solo aplica para Fusagasugá*



Estudiantes

23 **CAMPAÑA IGUALDAD DE DERECHOS Y OPORTUNIDADES PARA MUJERES Y HOMBRES (VIOLENCIA DE GÉNERO)**

Busca prevenir e identificar la violencia basada en género y la violencia sexual con el fin de promover el libre desarrollo, la igualdad, la libertad y el buen trato que les permita formarse como personas empáticas alejadas de estereotipos por medio de talleres de sensibilización, socialización del protocolo de violencia de género, ruta de atención y seguimiento a casos particulares.

Más información:

Vicerrectoría Académica: equidadydiversidad@ucundinamarca.edu.co

Bienestar Universitario: formacionintegralbu.fusagasuga@ucundinamarca.edu.co

Aplica para todas las unidades regionales*

24 **SEMANA UNIDOS EN LA DIVERSIDAD**

Escenarios propuestos para la promoción de diálogos constructivos en torno a la identidad cultural, prácticas y saberes ancestrales a partir del tejido, la danza, los cuentos y demás formas de comunicación, reconociendo la importancia de la interculturalidad en el contexto universitario.

Más información:

Vicerrectoría Académica: equidadydiversidad@ucundinamarca.edu.co

25 **PROGRAMA SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA**

Gestión con los diferentes entes territoriales, Secretaría de Salud, Alcaldía, EPS, IPS y aseguradoras, para invitar a la comunidad universitaria a involucrarse en la temática de sexualidad como una estrategia integral del desarrollo humano cuyo conocimiento en base a la evidencia científica, potencia las habilidades y conductas de autocuidado en los jóvenes de la Universidad de Cundinamarca.

Más información:

Bienestar Universitario: saludbienestar.fusagasuga@ucundinamarca.edu.co

Aplica para todas las unidades regionales*

26



PROGRAMA SALUD VISUAL Y AUDITIVA:

Actividades desarrolladas en las sedes, seccionales y extensiones de la Universidad donde se recomiendan buenos hábitos para el cuidado del oído, contamos con el apoyo de entidades externas como Seguros Bolívar, entre otros. Así mismo, se realizan tamizajes visuales para minimizar y poder brindar alternativas de cuidado y prevención para la salud visual.

Más información:

Bienestar Universitario: saludbienestar.fusagasuga@ucundinamarca.edu.co

Aplica para todas las unidades regionales*

27



PROGRAMA HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE

Gestión con la secretaria de Salud municipal para el apoyo de tamizaje de riesgo cardiovascular en las diferentes, sedes, seccionales y extensiones donde se establece un punto estratégico (Oficina de Bienestar Universitario).

Más información:

Bienestar Universitario: saludbienestar.fusagasuga@ucundinamarca.edu.co

Aplica para todas las unidades regionales*

28



EXONERACIÓN DE MATRÍCULA

Incentivos económicos a los estudiantes con situaciones socio-económicas vulnerables, determinados así:

· **Tipo A:** consiste en la exoneración del pago del 100% del valor de la matrícula.

· **Tipo B:** consiste en la exoneración del pago del 50% del valor de la matrícula.

· **Medallería:** Refiere que se reconoce distinción de matrícula tipo A, a los estudiantes que reciban reconocimiento en campeonatos nacionales, internacionales, olímpicos o mundiales, reconocidos por Coldeportes en categorías oro, plata o bronce, individualmente o por equipos. Para tener derecho a esta distinción el estudiante antiguo

debe haber obtenido un promedio semestral mínimo de tres punto cinco (3.5) en el semestre respectivo, y registrado no menos del 60% del total de los créditos correspondientes al semestre cursado.

· **Matrícula de Honor:** reconocerá exoneraciones en el 100% de la matrícula a los dos mejores estudiantes con mayor promedio en cada uno de los programas académicos.

Requisitos: Promedio mínimo de tres punto cinco (3.5), cero materias perdidas, no tener sanciones disciplinarias y contar con la caracterización estudiantil actualizada.

Más información:

Bienestar Universitario: permanenciabienestar.udec@ucundinamarca.edu.co

29



GENERACIÓN E

Los requisitos para ser parte de este programa son: ser colombiano, tener entre 14 y 28 años, tener un puntaje de SISBÉN igual o inferior a C1, no contar con título profesional universitario, estar matriculado en primer semestre, no tener otro beneficio de un fondo administrado por el Ictetex que cubra costos de matrícula en educación superior.

Más información:

Bienestar Universitario: gestionconvenioexternos@ucundinamarca.edu.co

Aplica para todas las unidades regionales*

30



JÓVENES EN ACCIÓN

Los requisitos para acceder a este beneficio son: ser bachiller, tener entre 14 y 28 años, tener un puntaje de SISBÉN 4 igual o inferior a C1 y no haber pertenecido antes al programa.

Se realiza convocatoria durante el semestre, la inscripción es autónoma o guiada por un profesional de Bienestar Universitario.

Más información:

Bienestar Universitario: gestionconvenioexternos@ucundinamarca.edu.co

Aplica para todas las unidades regionales*

31



CONVENIO TRANSFORMANDO VIDAS

Es un programa de la Gobernación de Cundinamarca, que tiene como finalidad promover el ingreso y la permanencia de los Cundinamarqueses a la Educación superior, a través de la adjudicación de créditos condonables con estrategias como gratuidad, matrícula, excelencia académica, mérito deportivo y cultural.

Adicional con la asignación de subsidios como sostenimiento o transporte y admisión, el fondo busca la disminución de la deserción en la educación superior.

Más información:

Bienestar Universitario: gestionconvenioexternos@ucundinamarca.edu.co

Aplica para todas las unidades regionales*

32



PROGRAMAS SOCIOECONÓMICOS

La oficina de Bienestar Universitario y el procedimiento permanencia han implementado los programas socioeconómicos que buscan satisfacer las necesidades de los estudiantes que se encuentran en situaciones económicas y sociales vulnerables con el propósito de mejorar su calidad de vida y evitar el abandono de los procesos académicos.

- **Hogar universitario:** El estudiante tendrá la posibilidad de tener alojamiento y alimentación (desayuno, almuerzo y cena) en época de estudio, así como acceso a internet en una vivienda con la cual la Universidad tenga convenio; horario de domingo a domingo.
- **Restaurante universitario:** El estudiante beneficiado recibirá su almuerzo en época de estudio; el horario va de lunes a viernes.
- **Plan día:** El estudiante beneficiado recibirá su desayuno, almuerzo y cena en época de estudio; el horario va de lunes a viernes.
- **Plan complementario:** El estudiante beneficiado recibirá un refrigerio en época de estudio; el horario va de lunes a viernes. Aplica para Chía y Ubaté.

Requisitos: Promedio mínimo de tres punto cinco (3.5), cero materias perdidas, no tener sanciones disciplinarias y contar con la caracterización estudiantil actualizada.

Más información:

Bienestar Universitario: permanenciabienestar.udec@ucundinamarca.edu.co

Aplica para todas las unidades regionales*

33



CONECTIVIDAD MÓVIL

El programa Conectividad Móvil es un programa socioeconómico que surgió de la necesidad que se evidenciaba por parte de los estudiantes al no contar con Internet (algunos) por su ubicación (zona de vivienda, no contaban con cobertura ni conexión a internet) que les permitiera entrar a sus clases mediadas por la tecnología, todo esto a partir de la situación de salud pública que se presentó a nivel mundial, es así como el programa se estableció para mejorar la situación de conectividad de nuestros estudiantes y continua vigente.

Requisitos: Promedio mínimo de tres punto cinco (3.5), cero materias perdidas, no tener sanciones disciplinarias y contar con la caracterización estudiantil actualizada

Más información:

Bienestar Universitario: permanenciabienestar.udec@ucundinamarca.edu.co

Aplica para todas las unidades regionales*

34



FORMACIÓN PARA LA VIDA

El propósito de este proceso consiste en asegurar que cada acto realizado, sea mejorado para la vida, la persona y la sociedad. En este sentido, la visión de la Universidad de Cundinamarca es dialógica y formativa, con el fin de gestar un sujeto actuante, transformador y libre, desde esta óptica se realizan diferentes eventos y se ejecutan programas psicosociales como: manejo de emociones, prevención en consumo de sustancias psicoactivas, desarrollo de habilidades individuales y grupales como trabajo en equipo, comunicación asertiva, prevención frente a conducta suicida, entre otros.

Más información:

Bienestar Universitario: formacionintegralbu.fusagasuga@ucundinamarca.edu.co

Aplica para todas las unidades regionales*



35 JORNADAS DE INDUCCIÓN

Jornadas donde los estudiantes de nuevo ingreso, se encuentran con sus pares y conocen la propuesta de la Universidad de Cundinamarca, se lideran actividades dirigidas a estudiantes que ingresan a primer semestre de los diferentes programas, con apoyo de todas las oficinas administrativas y la academia, promoviendo la adaptación a la vida universitaria.

Más información:

Bienestar Universitario: formacionintegralbu.fusagasuga@ucundinamarca.edu.co

Aplica para todas las unidades regionales*

36 ENCUESTRO INTERINSTITUCIONAL DE HISTORIAS DE VIDA

Esta estrategia busca el fortalecimiento de los procesos de autosuficiencia para enfrentar retos donde se realiza un Conversatorio de Historias de Vida como instrumento de aprendizaje dirigido a los estudiantes de la Universidad de Cundinamarca con el objetivo de motivarlos y evitar la deserción.

Más información:

Bienestar Universitario: permanenciabienestar.udec@ucundinamarca.edu.co

Aplica para todas las unidades regionales*

37 GRUPOS DE FORMACIÓN CULTURALES Y DEPORTIVOS

Se realizan diferentes convocatorias para el aprovechamiento del tiempo libre y desarrollo de las habilidades culturales y deportivas en los estudiantes.

Más información:

Bienestar Universitario: deportebienestar.fusagasuga@ucundinamarca.edu.co

Aplica para todas las unidades regionales*

38 BUENAS PRÁCTICAS DEPORTIVAS PARA EL BIENESTAR

Se reúnen representantes deportivos de diferentes Instituciones de Educación Superior, para compartir su experiencia y conocimiento respecto de sus prácticas exitosas, particularmente en la “reinención” o “reactivación” en los ámbitos deportivos dentro del contexto universitario. Implementar nuevas prácticas deportivas en el campus universitario*

Más información:

Bienestar Universitario: deportebienestar.fusagasuga@ucundinamarca.edu.co

Aplica para todas las unidades regionales*

39 TRIATLÓN

Actividad para toda la comunidad universitaria y comunidad externa, se divide en dos categorías, 2 km y 5 km, durante el congreso técnico se establecen parámetros de participación, se destaca la incorporación de herramientas tecnológicas para mostrar el recorrido y tiempo, se desarrolla con el fin de generar un ambiente familiar deportivo recreativo y competitivo.

Más información:

Bienestar Universitario: deportebienestar.fusagasuga@ucundinamarca.edu.co

Aplica para la Sede Fusagasugá*

40 ENCUESTRO DE TAEKWONDO

El campeonato va dirigido para todas las instituciones de educación superior a nivel nacional, instituciones técnicas, tecnológicas, clubes y deportistas que deseen participar de la actividad. Se realiza una carta de invitación para las diferentes universidades, clubes deportivos, ligas y federaciones, a este se le anexará el reglamento, autorización de tratamiento de datos, link de inscripción, link de participación y la planilla de inscripción para cada la modalidad.

Más información:

Bienestar Universitario: deportebienestar.fusagasuga@ucundinamarca.edu.co

Aplica para la Sede Fusagasugá*



41 ACTIVIDADES DEL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE

Los talleres de hábitos de vida saludable combinan las prácticas de yoga, spinning y rumba, con el fin de crear espacios de desarrollo motor que contribuyan a la mejora de los estados de ánimo, la salud, manejo de las emociones, control de la respiración, mejora de la postura corporal y desarrollo de buenos hábitos de vida. Se articula con las oficinas de SST, Bienestar Saludable y Deporte y Cultura.

Más información:

Bienestar Universitario: deportebienestar.fusagasuga@ucundinamarca.edu.co

Culturabienestar.fusagasuga@ucundinamarca.edu.co

42 TORNEO TIDU

El Torneo TIDU (Torneo Interinstitucional de Universidades) es un espacio de fortalecimiento de actitudes deportivas, cognitivas y sociales, desarrollado para estudiantes, tiene como eje fundamental utilizar los principios de cada modalidad deportiva para generar estados de ambiente propicio en el cual se desarrolle los aprendizajes y se fundamenta en la modalidad de fútbol sala, voleibol y baloncesto, el ganador de cada de seccional y extensión representará en un torneo final, el cual buscará el gran campeón.

Más información:

Bienestar Universitario: deportebienestar.fusagasuga@ucundinamarca.edu.co

Aplica para todas las unidades regionales*

43 CARRERA ATLÉTICA

Carrera deportiva que incentiva la participación de las instituciones de educación superior a nivel nacional e internacional, instituciones técnicas, tecnológicas, clubes y deportistas que deseen participar de la carrera. Esta actividad la puede desarrollar cualquier persona, según su condición física, caminando, trotando o a un buen ritmo de carrera. Se articula con Bienestar Universitario.

Más información:

Facultad de Ciencias del Deporte y la Educación Física:

facultadcienciasdeldeporte@ucundinamarca.edu.co

Aplica para la Sede Fusagasugá*

44 ENCUENTRO INTERNACIONAL DE DANZAS POR PAREJA (FOLCLÓRICA Y URBANA)

Festival de Danzas de la UCundinamarca, dirigida a la comunidad universitaria creando los componentes competitivos de Danza Folclórica y Danza Urbana por pareja. Se llevan a cabo diferentes actividades como: Talleres teórico-prácticos en el ámbito dancístico, concurso, entre otros. Se cuenta con la participación de talleristas, jurados y artistas invitados.

Más información:

Bienestar Universitario: culturabienestar.fusagasuga@ucundinamarca.edu.co

Aplica para todas las unidades regionales*

45 FESTIVAL DE MÚSICA Y CANCIÓN

Espacio que permite el intercambio de saberes alrededor de las experiencias, la expresión, la creatividad y la música, aportando en la educación formadora para la vida, los valores democráticos, la civilidad y la libertad, consolidando a la institución del departamento como ente que propicia el rescate de la cultura del país en el desarrollo de su quehacer académico y cultural, procurando la construcción de la excelencia, resaltando en la comunidad la importancia de la música.

Más información:

Bienestar Universitario: culturabienestar.fusagasuga@ucundinamarca.edu.co

Aplica para todas las unidades regionales*

46 CONCURSO DE ORATORIA, CUENTO Y POESÍA

Con el objetivo de integrar a la niñez, la adolescencia y la juventud de la Generación Siglo 21 en espacios que permitan el intercambio de saberes alrededor de las experiencias, la narración, el cuento y la poesía, consolidando a las instituciones de la región como entes que propician el rescate de la cultura del país en el desarrollo de su quehacer académico y cultural, procurando la construcción de la excelencia, resaltando en la comunidad UCundinamarca y de la región la importancia de la escritura, la lectura y la expresión oral.

Para poder concursar, se debe inscribir en la convocatoria a través de los diferentes medios de comunicación masiva.

Más información:
culturabienestar.fusagasuga@ucundinamarca.edu.co

Aplica para todas las unidades regionales*

47 ENSAMBLE CULTURAL

La Universidad de Cundinamarca propicia este espacio cultural y artístico a su comunidad universitaria mediante expresiones artísticas como la música, el teatro, la danza folclórica, la danza urbana, las artes plásticas, la literatura, entre otros.

Más información:
Bienestar Universitario: culturabienestar.fusagasuga@ucundinamarca.edu.co

Aplica para todas las unidades regionales*

48 FESTIVAL DE TEATRO FUT Y ENCUENTRO INSTITUCIONAL

Encuentro para la comunidad estudiantil de la UCundinamarca con el propósito de propiciar un espacio para la expresión teatral, el desarrollo de la cultura y la integración artística. Es un proyecto de impacto regional, que se vincula con el encuentro institucional, en donde se reúnen los estudiantes que hacen parte de los grupos teatrales de todas las sedes para concursar y seleccionar al equipo que representará a la Universidad en los juegos ASCUN.

Más información:
Bienestar Universitario: culturabienestar.fusagasuga@ucundinamarca.edu.co

Aplica para todas las unidades regionales*

49 FESTIVAL DE CINE

Se integra a la comunidad universitaria y comunidad en general de manera híbrida (virtual y presencial) mediante un concurso de cortometrajes, filmminutos, expresiones artísticas y teatrales, donde se busca el intercambio de experiencias alrededor de talleres enfocados en las artes audiovisuales. En este Festival se realiza convocatoria a nivel territorial, y pueden hacerse partícipes niños, niñas, jóvenes y adultos, pertenecientes a organizaciones del territorio y/o instituciones educativas, con habilidades en la expresión audiovisual.

Más información:
Bienestar Universitario: culturabienestar.fusagasuga@ucundinamarca.edu.co

Aplica para todas las unidades regionales*

50 DESARROLLO DE SENTIDO DE PERTENENCIA EN LA COMUNIDAD UNIVERSITARIA

Se brinda acompañamiento a los diferentes espacios pedagógicos por medio de encuentros dinámicos de formación para la vida, mediante la ejecución de talleres con los estudiantes, en los cuales se tratan temáticas como los valores del MEDIT y el conocimiento de la Institución para fortalecer el sentido de pertenencia en cada uno de los miembros de la comunidad académica.

Más información:
Bienestar Universitario: formacionintegralbu.fusagasuga@ucundinamarca.edu.co

Aplica para todas las unidades regionales*

51 PROGRAMA PSICOSOCIAL

Se brinda acompañamiento a la comunidad estudiantil mediante la orientación en psicología, primer auxilio psicológico, acompañamiento en su proceso formativo para fortalecer habilidades y aptitudes individuales y grupales, así como el seguimiento a estudiantes identificados con algún tipo de vulnerabilidad, con el fin de brindar apoyo para que el estudiante pueda continuar su proceso formativo previniendo la deserción.

Más información:
Bienestar Universitario: formacionintegralbu.fusagasuga@ucundinamarca.edu.co

Aplica para todas las unidades regionales*

52 DÍA DE LA MUJER

Con diversos talleres y experiencias dinámicas se busca resaltar la importancia de la mujer en la construcción de la sociedad, mediante muestras artísticas, intercambio de experiencias e historias de mujeres que se han destacado en diferentes ámbitos laborales, académicos y sociales, para fortalecer las interrelaciones existentes dentro de la comunidad universitaria.

Más información:

Bienestar Universitario: formacionintegralbu.fusagasuga@ucundinamarca.edu.co

Aplica para todas las unidades regionales*

53 PRÁCTICAS ACADÉMICAS

Los estudiantes de diferentes programas académicos de la Universidad afines a temas de seguridad y salud, pueden realizar sus prácticas y acompañamientos en la oficina de SST. Se debe solicitar mediante oficio a la Oficina de Seguridad y Salud en el Trabajo.

Más información:

Seguridad y Salud en el Trabajo: sst@ucundinamarca.edu.co

Aplica para todas las unidades regionales*

Más información en los siguientes correos:

SST Ubaté: Ideaza@ucundinamarca.edu.co

SST Girardot: sst.girardot@ucundinamarca.edu.co

SST Soacha y Bogotá: dianamarcelacubillos@ucundinamarca.edu.co

SST Facatativá: juanaldana@ucundinamarca.edu.co

SST Chía y Zipaquirá: mdelgadod@ucundinamarca.edu.co

Bienestar Ubaté: budigitalubate@ucundinamarca.edu.co

Bienestar Soacha: budigitalsoacha@ucundinamarca.edu.co

Bienestar Chía: budigitalchia@ucundinamarca.edu.co

Bienestar Facatativá: budigitalfaca@ucundinamarca.edu.co

Bienestar Zipaquirá: budigitalzipa@ucundinamarca.edu.co

Bienestar Girardot: budigitalgirardot@ucundinamarca.edu.co

Bienestar Fusagasugá: budigitalfusa@ucundinamarca.edu.co

Para la consolidación de este Catálogo de Beneficios efr, participaron los siguientes procesos:

Bienestar Universitario
Vicerrectoría Académica-Equidad y Diversidad
Talento Humano-Bienestar Social
Salud y Seguridad en el Trabajo
Centro Académico Deportivo
Responsabilidad Social Universitaria



UCUNDINAMARCA
FAMILIARMENTE
RESPONSABLE

