



Universidad de
CUNDINAMARCA

2026

Catálogo de Medidas de la Conciliación efr



Dirección Interacción
Social Universitaria

fundación
másfamilia
www.masfamilia.org

Modelo para la Gestión de la Conciliación de la Vida Personal, Familiar, Académica y Laboral efr

La Conciliación promueve el equilibrio ente la vida personal, académica, laboral y familiar en una organización que construye relaciones armoniosas y solidarias en el contexto socioeducativo, cultural y ambiental.

El modelo efr incentiva la productividad laboral y equilibra la vida personal con la familiar

Presentación

El documento incluye las medidas efr del personal docente y no docente; personal directivo, personal administrativo, Gestores del Conocimiento y el Aprendizaje, Creadores de Oportunidades y familia. A continuación, se relacionan las medidas efr, por grupo poblacional, según lineamiento anexo normativo efr 3000-11 de 2021 de Másfamilia

Grupo poblacional

- Personal docente y no docente; directivos, personal administrativo, Gestores del Conocimiento y el Aprendizaje.

Medidas efr

- Calidad en el empleo
- Flexibilidad temporal y espacial
- Apoyo a la familia de los empleados
- Desarrollo personal y profesional
- Igualdad de oportunidades-diversidad
- Estudiantes; Creadores de Oportunidades

- Estudiantes; Creadores de Oportunidades

- Calidad en la educación
- Flexibilidad temporal y espacial
- Desarrollo personal y profesional
- Igualdad de oportunidades
- Otras medidas específicas

- Familia

- Conmemoración Día de la Familia
- Universidad para la familia
- Día Dulce



La Universidad de Cundinamarca enmarca sus lineamientos estratégicos a través de postulados o referentes esenciales que definen la naturaleza e identidad institucional, caracterizándola como agente transmodernidad, en el ámbito académica, científica, visible, dinámica, abierta, reflexiva, crítica, sustentable, capaz de incorporar en su razón de ser todos los consensos de la humanidad para darle respuesta efectiva y de impacto.

De igual forma, la UCundinamarca como organización social del conocimiento, se dinamiza por medio del Campo de Aprendizaje Multidimensional (CAM) que incorpora las siete (7) dimensiones del Modelo Educativo Digital Transmoderno (MEDIT); persona, aula, naturaleza, familia, sociedad, institución y cultura, mediante el uso de la metodología CMA desplegada en nueve (9) fases vivencia-

das en la construcción del plan desarrollo estratégico, proyecto educativo institucional y otros documentos normativos.

Desde luego; la UCundinamarca concibe la **conciliación** como el balance o equilibrio entre la vida personal, familiar, académica y laboral en el contexto sociocultural. Y el Modelo para la Gestión de la Conciliación efr promueve el equilibrio en los distintos ámbitos de la vida de las personas; el profesional con el personal y familiar, sin perder de vista la productividad, los resultados, la competitividad laboral y la formación académica.

Es decir, la **conciliación** se armoniza, se apropia y se dinamiza, desde la construcción dialógica y formativa que fomenta la formación y el bienestar integral de la persona transhumana para la vida, los valores democráticos, la civilidad y la libertad, a través de la práctica de los valores efr

Valores del Modelo de la Conciliación efr



Compromiso de la organización con el bienestar y el desarrollo integral del personal administrativo, Gestores del Conocimiento y el Aprendizaje y estudiantes

RESPONSABILIDAD

Organización del tiempo y del espacio laboral incorporando la productividad

FLEXIBILIDAD

Armonía de la vida personal, profesional, académica, laboral y familiar

EQUILIBRIO

Objetivo

Dar a conocer a la comunidad universitaria; directivos, gestores administrativos, Gestores del Conocimiento, Creadores de Oportunidades y familia de los estudiantes, las medidas a desarrollar durante la vigencia 2026, con el fin de presentar el contenido y alcance de los beneficios para cada una de las unidades regionales de la UCundinamarca; sede Fusagasugá, seccionales Ubaté y Girardot, extensiones Facatativá, Chía, Soacha, Zipaquirá y oficina Bogotá.



Premisas

Conciliar es construir bienestar integral para el personal docente y no docente

En la UCundinamarca reconocemos el valor de la conciliación como un pilar fundamental para el desarrollo integral de nuestra comunidad.

Conciliar es equilibrar la vida laboral, personal y familiar, como parte de nuestra visión de ser una empresa familiarmente responsable, donde el bienestar de las personas es el centro de cada acción.

En el quehacer académico-administrativo se construyen entornos que promueven el respeto, la empatía y la armonía, fortaleciendo no solo el crecimiento profesional, sino también la calidad de vida de quienes hacen parte de nuestra Institución.

Conciliar es avanzar juntos hacia una comunidad más humana, consciente y sostenible.

Medidas efr para el personal docente y no docente

Personal Administrativos - Gestores del Conocimiento y el Aprendizaje.

Calidad en el Empleo

Medidas o beneficios de conciliación que promueven el bienestar del trabajador en el contexto laboral.

Salud y Bienestar

Se consolidan todas aquellas medidas que de modo directo mejoran o incrementan el nivel de la salud tanto física como psíquica de los empleados



Capacitaciones y Campañas

Experiencia de promoción, prevención, riesgos, peligros, emergencias, intervención psicosocial, actividad física y pausas activas

Beneficiarios

Personal Administrativo, Gestores del Conocimiento y el Aprendizaje

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facatativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

Duración

Se realiza la experiencia o actividad mensualmente durante la vigencia 2026

Medios de difusión y comunicación

Encuentros presenciales con los Gestores del Conocimiento, gestores administrativos por oficinas, virtual y campañas publicitarias por medios de difusión de la oficina de comunicaciones, página web UCundinamarca y correos masivos

Responsable

Salud Ocupacional sst@ucundinamarca.edu.co



Actividad física y recreativa SST



Prevención de riesgos SST



Pausas activas SST

Conmemoración Día Mundial de la Salud Mental

Experiencias que buscan fomentar hábitos de autocuidado, educar sobre trastornos mentales y visibilizar la salud mental como un derecho humano fundamental

Beneficiarios

Personal administrativo, Gestores del Conocimiento y el Aprendizaje

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facatativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

Duración

Mes de octubre de 2026

Medios de difusión y comunicación

Redes sociales institucionales y correos institucionales

Responsable

Dirección Bienestar Universitario

direccionbienestarudec@ucundinamarca.edu.co



Conmemoración

Día de la Prevención del Suicidio

Sensibilizar sobre la importancia de la salud mental para prevención del suicidio y autocuidado

Beneficiarios

Personal administrativo, Gestores del Conocimiento y el Aprendizaje

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facatativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

Duración

Mes de septiembre de 2026

Medios de difusión y comunicación

Redes sociales institucionales y correos institucionales

Responsable

Dirección Bienestar Universitario

direccionbienestarudec@ucundinamarca.edu.co

Semana de la Salud Universitaria

Líneas de equilibrio hacia tu bienestar. Experiencias para promover el autocuidado, prevenir enfermedades y conocer sobre hábitos de vida saludable

Beneficiarios

Personal Administrativo, Gestores del Conocimiento y el Aprendizaje

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facatativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

Duración

Febrero y agosto de 2026

Medios de difusión y comunicación

Redes sociales institucionales y correos institucionales

Responsable

Dirección Bienestar Universitario

direccionbienestarudec@ucundinamarca.edu.co



Beneficios Sociales / Compensación Flexible

Prestaciones no retribuidas, que ofrece la universidad al personal administrativo de forma directa o través de un tercero, con la finalidad de mejorar la eficacia retributiva

Día del Cumpleaños

Circular No 014 de 2024, en el marco del Sistema de Estímulos e Incentivos, la Universidad de Cundinamarca, con el propósito de elevar los niveles de eficiencia, satisfacción, desarrollo y bienestar de los servidores públicos en el desempeño de su labor y para contribuir al cumplimiento efectivo de los resultados institucionales y en la armonización de la vida laboral con la familia, conforme a lo dispuesto en el artículo 2.2.10.1 del Decreto Nacional 1083 de 2015, que dispone que los programas de Bienestar Social diseñados y adoptados, dentro de las entidades públicas hacen referencia al conjunto de prácticas y programas orientados a mejorar el ambiente físico, emocional, cultural y social de sus servidores que, se encuentran contemplados en el Plan de Estímulos e Incentivos para la vigencia 2024, incluido en el componente denominado "Salario Emocional", como beneficio de este tipo de salario, se concederá un (1) día de permiso remunerado con ocasión de su cumpleaños, el cual podrán disfrutar dentro de los treinta (30) días calendario posteriores a la fecha.

Beneficiarios

Personal Administrativo

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facatativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

Duración

vigencia 2026

Medios de difusión y comunicación

Correos institucionales

Responsable

Vicerrectoría Administrativa y Financiera /
Talento Humano - Bienestar Social

bienestarsocial@ucundinamarca.edu.co



Flexibilidad Temporal y Espacial

Medidas orientadas a la organización y distribución del tiempo de trabajo de forma no lineal pero productiva, normatizada a través del reglamento de trabajo y documentos anexos

Flexibilidad Jornada Laboral Diaria

Medidas que flexibilizan la jornada laboral para el personal no docente

Revisar Proyecto de Flexibilidad Laboral

En proceso de revisión propuesta de Proyecto de Flexibilidad Laboral - Dirección de Talento Humano

Beneficiarios

Personal Administrativo

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

Duración

vigencia 2026

Medios de difusión y comunicación

Correos institucionales

Responsable

Vicerrectoría Administrativa y Financiera / Talento humano a un clic talentohumanoaunclic@ucundinamarca.edu.co

Talento Humano - Bienestar Social

bienestarsocial@ucundinamarca.edu.co



Teletrabajo

Medidas que faciliten la posibilidad de trabajar desde un lugar distinto al centro de trabajo, acceso a la plataforma desde cualquier dispositivo, equipamiento tecnológico necesario para trabajar desde un lugar distinto al puesto de trabajo, entre otros

Revisar Proyecto de Teletrabajo

En proceso de revisión propuesta de Proyecto de Teletrabajo -Dirección de Talento Humano

Beneficiarios

Personal Administrativo

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

Duración

vigencia 2026

Medios de difusión y comunicación

Correos institucionales

Responsable

Vicerrectoría Administrativa y Financiera / Talento humano a un clic talentohumanoaunclic@ucundinamarca.edu.co

Talento Humano - Bienestar Social

bienestarsocial@ucundinamarca.edu.co





Personal administrativo

Trabajo de Proximidad

Acercamiento del puesto de trabajo al domicilio familiar

Caracterización del Personal Administrativo

Aplicación del instrumento de caracterización del personal administrativo.
(En proceso)

Beneficiarios

Personal administrativo

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facatativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

Duración

vigencia 2026

Medios de difusión y comunicación

Correos institucionales

Responsable

Vicerrectoría Administrativa y Financiera / Talento Humano - Bienestar Social
bienestarsocial@ucundinamarca.edu.co

Permiso Retribuido

Permiso por mudanza o calamidad personal

Día del Cumpleaños

Circular No 014. de 2024, en el marco del Sistema de Estímulos e Incentivos, la Universidad de Cundinamarca, Plan de Estímulos e Incentivos para la vigencia 2024, incluido en el componente denominado "Salario Emocional", como beneficios de salario emocional, se concederá un (1) día de permiso remunerado con ocasión de su cumpleaños, el cual podrán disfrutar dentro de los treinta (30) días calendario posteriores a la fecha.

Beneficiarios

Personal administrativo

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facatativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

Duración

vigencia 2026

Medios de difusión y comunicación

Correos institucionales

Responsable

Vicerrectoría Administrativa y Financiera / Talento Humano - Bienestar Social
bienestarsocial@ucundinamarca.edu.co

Reducción de Jornadas

Actividades de formación y capacitación que contribuyen al desarrollo personal

Cumplimiento Programa de Capacitación Institucional

Realización de talleres, cursos, encaminados al crecimiento del SER y el desarrollo profesional (SABER - HACER)

Beneficiarios

Personal administrativo, Gestores del Conocimiento y el Aprendizaje GCA

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facatativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

Duración

vigencia 2026

Medios de difusión y comunicación

Correos institucionales

Responsable

Vicerrectoría Administrativa y Financiera /
Talento Humano - Bienestar Social
bienestarsocial@ucundinamarca.edu.co

Experiencias de formación



Apoyo a la familia de los empleados

Son todas aquellas medidas concebidas y diseñadas específicamente para respetar, facilitar y fomentar las relaciones de los colaboradores con su entorno familiar.

Familia

Medidas relacionadas con la familia de forma directa, ejemplo permisos para asistir a las reuniones en los centros educativos de los hijos, permisos por enfermedad grave o funeral de un familiar.

Conmemoración Día de la Familia

Estrategia para la integración de las familias de la UCundinamarca en espacios de arte, cultura, deporte, así como en experiencias que buscan fortalecer vínculos, resaltando la importancia de la familia en el entorno social.

Beneficiarios

Personal administrativo, Gestores del Conocimiento y el Aprendizaje

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facatativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

Duración

Mayo de 2026

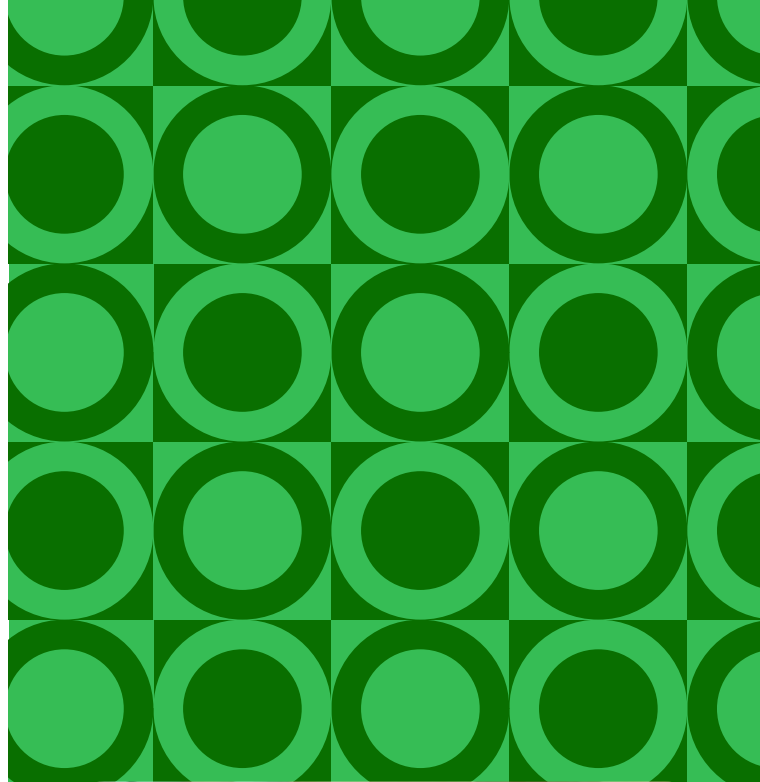
Medios de difusión y comunicación

Correos institucionales

Responsable

Dirección Bienestar Universitario

direccionbienestarudec@ucundinamarca.edu.co



Hijos

Medidas que fomenten la parentalidad positiva, protejan e incentiven la responsabilidad en el cuidado de los hijos, así como todas aquellas acciones que sean dirigidas especialmente para ellos.

Jornadas de Aprendizaje Recreativo

Experiencia vivencial dirigida a los hijos de los Gestores del Conocimiento y administrativos de la Universidad de Cundinamarca, donde por medio de las artes y la recreación dirigida se logra que los niños desarrollen habilidades, aprendan a interactuar con los demás, y se fomente la interacción social

Beneficiarios

Hijos del Personal administrativo, Gestores del Conocimiento y el Aprendizaje

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

Duración

Junio y diciembre de 2026

Medios de difusión y comunicación

Redes sociales institucionales y correos institucionales

Responsable

Dirección Bienestar Universitario

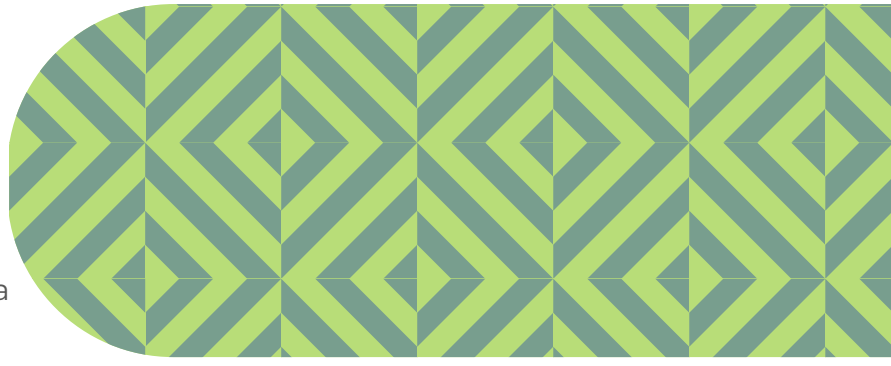
direccionbienestarudec@ucundinamarca.edu.co



Desarrollo Personal y Profesional

Son aquellas medidas diseñadas para concebir un desarrollo profesional de largo recorrido compatible con la vida privada de los colaboradores, así como aquellas enfocadas en el respeto y fomento de la autorrealización personal y la búsqueda de la felicidad





Ocio, Cultura y Deporte

Medidas relacionadas con el fomento de la cultura, ocio y deporte en todas sus dimensiones (arte, pintura, lectura, fotografía, cine, música, entre otras)

Encuentro Cultural y Deportivo de Fin de Año Generación Siglo 21

Experiencia que brindar un espacio de esparcimiento y diversión por su labor a través de la cultura y el deporte para fortalecer el ambiente laboral y la integración entre los equipos de trabajo

Beneficiarios

Personal administrativo, Gestores del Conocimiento y el Aprendizaje

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facativá, Zipaquirá, Socha y oficina de Bogotá

Duración

Diciembre de 2026

Medios de difusión y comunicación

Redes sociales institucionales y correos institucionales

Responsable

Dirección Bienestar Universitario

direccionbienestarudec@ucundinamarca.edu.co

Semana de la Cultura y el Deporte

Espacios de integración cultural y deportiva, por medio de los cuales se busca visibilizar la oferta artística y recreativa ofrecida por el área de bienestar universitario

Beneficiarios

Personal administrativo, Gestores del Conocimiento y el Aprendizaje

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

Duración

Octubre de 2026

Medios de difusión y comunicación

Redes sociales institucionales y correos institucionales

Responsable

Dirección Bienestar Universitario

direccionbienestarudec@ucundinamarca.edu.co



Proyectos de Impacto Regional (culturales y deportivos)

Espacios de intercambio cultural y deportivo, en los cuales se desarrollan encuentros, torneos, festivales, entre otros.

Beneficiarios

Personal administrativo, Gestores del Conocimiento y el Aprendizaje

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

Duración

Marzo

Abril

Mayo

Agosto

Septiembre

Octubre

Noviembre

Medios de difusión y comunicación

Redes sociales institucionales y correos institucionales

Responsable

Dirección Bienestar Universitario

direccionbienestarudec@ucundinamarca.edu.co



Experiencias culturales

Reconocimientos

Medidas destinadas a premiar o reconocer los valores, desempeño, compañerismo, buenas prácticas del personal docente y no docente

Conmemoración Día del Gestor del Conocimiento y el Aprendizaje

Espacio en el cual se reconoce la labor de los Gestores del Conocimiento, por medio de una jornada de integración, esparcimiento, cultura y deporte

Beneficiarios

Gestores del Conocimiento y el Aprendizaje

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

Duración

Mayo de 2026

Medios de difusión y comunicación

Redes sociales institucionales y correos institucionales

Responsable

Dirección Bienestar Universitario

direccionbienestarudec@ucundinamarca.edu.co



Formación para el Liderazgo

Medidas dirigidas a poner en marcha, mantener o mejorar el estilo de dirección que promueva la conciliación de la vida personal, familiar y laboral

Taller Liderazgo

El liderazgo organizacional desde la conciliación

Beneficiarios

Directivos

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facatativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

Duración

Octubre - noviembre de 2026

Medios de difusión y comunicación

Correos institucionales

Responsable

Talento humano a un clic

talentohumanoaunclic@ucundinamarca.edu.co

Efr UCundinamarca

efr@ucundinamarca.edu.co



Liderazgo organizacional

Evaluación del Desempeño y Planes de Carrera

Medidas que fomentan el desarrollo profesional a través de la evaluación individual y de programas específicos en los que tengas en cuenta el crecimiento personal y calidad de vida laboral

Actividades Académicas en Modalidad Virtual

Beneficio de apoyo posgradual para el personal administrativo, conforme la Resolución 235 de 2016 y demás normas internas vigentes

Beneficiarios

Personal administrativo

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facatativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

Duración

Vigencia 2026

Medios de difusión y comunicación

Correos institucionales

Responsable

Vicerrectoría Administrativa y Financiera / Talento humano a un clic talentohumanoauncl@ucundinamarca.edu.co
Talento Humano - Bienestar Social bienestarsocial@ucundinamarca.edu.co

Igualdad de Oportunidades

Medidas que fomentan la igualdad y la inclusión de todas las personas de la comunidad universitaria en el desarrollo personal, profesional y laboral

Género

Medidas que eliminan estereotipos de género e incentivan la igualdad de competencias y oportunidades

Conmemoración Internacional Día de la Mujer

Conmemoración para reconocer su valor, importancia y liderazgo en la sociedad.

Beneficiarios

Personal administrativo, Gestores del Conocimiento y el Aprendizaje

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facatativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

Duración

Marzo de 2026

Medios de difusión y comunicación

Redes sociales institucionales y correos institucionales

Responsable

Dirección Bienestar Universitario direccionbienestar@ucundinamarca.edu.co



III Congreso Translocal de Prevención de Violencias

Prevención de violencias sexuales y/o basadas en género y no discriminación

Beneficiarios

Personal administrativo, Gestores del Conocimiento y el Aprendizaje

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facatativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

Duración

Agosto de 2026

Medios de difusión y comunicación

Redes sociales institucionales y correos institucionales

Responsable

Dirección Bienestar Universitario

direccionbienestarudec@ucundinamarca.edu.co

Equidad Y Diversidad Institucional

equidadydiversidad@ucundinamarca.edu.co

II Congreso Translocal de Prevención de Violencias

Prevención de violencias sexuales y/o basadas en género y no discriminación

Beneficiarios

Personal administrativo, Gestores del Conocimiento y el Aprendizaje

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facatativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

Duración

Octubre de 2026

Medios de difusión y comunicación

Redes sociales institucionales y correos institucionales

Responsable

Dirección Bienestar Universitario

direccionbienestarudec@ucundinamarca.edu.co

Equidad Y Diversidad Institucional

equidadydiversidad@ucundinamarca.edu.co





Campaña de Derechos y Oportunidades - Sexualidad y Género

Prevención e identificación de casos de violencias basadas en género y de 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

Beneficiarios

Personal administrativo, Gestores del Conocimiento y el Aprendizaje

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

Duración

Marzo y agosto de 2026

Medios de difusión y comunicación

Redes sociales institucionales y correos institucionales

Responsable

Dirección Bienestar Universitario

direccionbienestarudec@ucundinamarca.edu.co

Equidad Y Diversidad Institucional

equidadydiversidad@ucundinamarca.edu.co

UCUNDINAMARCA
UCUNDINAMARCA
UCUNDINAMARCA

Medidas efr para los estudiantes

Creadores de Oportunidades
-Estudiantes

Calidad en la Educación

Medidas de conciliación que promueven el bienestar y desarrollo integral

Salud y Bienestar

Se consolidan todas aquellas medidas que de modo directo mejoran o incrementan el nivel de la salud tanto física como psíquica de los estudiantes



Conmemoración Día Mundial de la Salud Mental

Experiencias que buscan fomentar hábitos de autocuidado, educar sobre trastornos mentales y visibilizar la salud mental como un derecho humano fundamental

Beneficiarios

Estudiantes

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facatativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

Duración

Octubre de 2026

Medios de difusión y comunicación

Redes sociales institucionales y correos institucionales

Responsable

Dirección Bienestar Universitario

direccionbienestarudec@ucundinamarca.edu.co

Conmemoración Día de la Prevención del Suicidio

Sensibilizar sobre la importancia de la salud mental para prevención del suicidio y autocuidado

Beneficiarios

Estudiantes

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facatativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

Duración

Septiembre de 2026

Medios de difusión y comunicación

Redes sociales institucionales y correos institucionales

Responsable

Dirección Bienestar Universitario

direccionbienestarudec@ucundinamarca.edu.co

Semana de la Salud Universitaria

Líneas de equilibrio hacia tu bienestar. Experiencias para promover el autocuidado, prevenir enfermedades y conocer sobre hábitos de vida saludable

Beneficiarios

Estudiantes

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facatativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

Duración

Febrero y Agosto de 2026

Medios de difusión y comunicación

Redes sociales institucionales y correos institucionales

Responsable

Dirección Bienestar Universitario

direccionbienestarudec@ucundinamarca.edu.co

Actividad física



Sensibilizaciones en salud mental y física



Semana de la Salud



Flexibilidad Temporal y Espacial

Medidas orientadas hacia la distribución y organización del tiempo del estudiante.

De acuerdo con el Modelo Educación Digital Transmoderno MEDIT, la formación del ser en la UCundinamarca se aleja de los modelos rígidos, proporcionando al estudiante la posibilidad de generar estrategias que le permitan dar cumplimiento a los resultados de aprendizaje esperados.

Desarrollo Personal y Profesional

Son aquellas medidas diseñadas para concebir un desarrollo profesional de largo recorrido compatible con la vida privada de los estudiantes, así como aquellas enfocadas en el respeto y fomento de la autorrealización personal y la búsqueda de la felicidad.

Formación para la Empleabilidad

Medidas que contribuyen a mejorar el perfil profesional del estudiante para su desarrollo integral en aspectos como trabajo en equipo, emprendimiento, liderazgo y otros aspectos.

Oportunidades que Transforman

Talleres y/o capacitaciones de inserción al mundo laboral en articulación con entidades externas

Beneficiarios

Estudiantes

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facatativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

Duración

Octubre de 2026



Viviendo el MEDIT

Medios de difusión y comunicación

Redes sociales institucionales y correos institucionales

Responsable

Dirección Bienestar Universitario

direccionbienestarudec@ucundinamarca.edu.co

Equidad Y Diversidad Institucional

equidadydiversidad@ucundinamarca.edu.co



Actividad deportiva

Ocio, Cultura y Deporte

Medidas relacionadas con el fomento de la cultura, ocio y deporte en todas sus dimensiones; arte, pintura, fotografía, cine, música, lectura, entre otras experiencias.

Semana de la Cultura y el Deporte

Espacios de integración cultural y deportiva, por medio de los cuales se busca visibilizar la oferta artística y recreativa ofrecida por el área de bienestar universitario.

Beneficiarios

Estudiantes

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facatativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

Duración

Octubre de 2026

Medios de difusión y comunicación

Redes sociales institucionales y correos institucionales

Responsable

Dirección Bienestar Universitario

direccionbienestarudec@ucundinamarca.edu.co

Proyectos de Impacto Regional -Culturales y Deportivos

Espacios de intercambio cultural y deportivo, en los cuales se desarrollan encuentros, torneos, festivales, entre otros

Beneficiarios

Estudiantes

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facatativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

Duración

Marzo

Abril

Mayo

Agosto

Septiembre

Octubre

Noviembre

Medios de difusión y comunicación

Redes sociales institucionales y correos institucionales

Responsable

Dirección Bienestar Universitario

direccionbienestarudec@ucundinamarca.edu.co

III Encuentro de Deportivo de Universidades Translocales. Encuentro deportivo entre IES

En proceso de revisión propuesta de Proyecto de Flexibilidad Laboral - Dirección de Talento Humano

Beneficiarios

Estudiantes

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

Duración

Octubre de 2026

Medios de difusión y comunicación

Redes sociales institucionales y correos institucionales

Responsable

Dirección Bienestar Universitario

direccionbienestarudec@ucundinamarca.edu.co

Igualdad de oportunidades

Medidas que fomentan la igualdad y la inclusión de todas los estudiantes en la comunidad universitaria en el desarrollo personal y profesional

Igualdad de oportunidades



Proyectos académicos

Género

Medidas referentes a la eliminación de los elementos de discriminación por género, buscando el equilibrio entre ambos sexos.

Conmemoración Internacional

Día de la Mujer

Conmemoración para reconocer su valor, importancia y liderazgo en la sociedad

Beneficiarios

Estudiantes

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

Duración

Marzo de 2026

Medios de difusión y comunicación

Redes sociales institucionales y correos institucionales

Responsable

Dirección Bienestar Universitario

direccionbienestarudec@ucundinamarca.edu.co

Equidad Y Diversidad Institucional

equidadydiversidad@ucundinamarca.edu.co





II Congreso Translocal de Prevención de Violencias

Prevención de violencias sexuales y/o basadas en género y no discriminación

Beneficiarios

Estudiantes

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

III Congreso Translocal de Prevención de Violencias

Prevención de violencias sexuales y/o basadas en género y no discriminación

Beneficiarios

Estudiantes

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

Duración

Agosto de 2026

Medios de difusión y comunicación

Redes sociales institucionales y correos institucionales

Responsable

Dirección Bienestar Universitario

direccionbienestarudec@ucundinamarca.edu.co

Equidad Y Diversidad Institucional

equidadydiversidad@ucundinamarca.edu.co

Duración

Octubre de 2026

Medios de difusión y comunicación

Redes sociales institucionales y correos institucionales

Responsable

Dirección Bienestar Universitario

direccionbienestarudec@ucundinamarca.edu.co

Equidad Y Diversidad Institucional

equidadydiversidad@ucundinamarca.edu.co

Medidas efr para la familia

Medidas que promueven el bienestar integral y la calidad de vida en el ambiente de la conciliación o equilibrio de la vida personal, laboral, académica y familiar

Ocio, Cultura y Deporte

Medidas que promueven experiencias de ocio, recreación, deporte y cultura a la familia de los estudiantes

Salud y Bienestar

Se consolidan todas aquellas medidas que de modo directo mejoran o incrementan el nivel de la salud tanto física como psíquica de los empleados



Conmemoración Día de la Familia

Estrategia para la integración de las familias de la UCundinamarca en espacios de arte, cultura, deporte, así como en experiencias que buscan fortalecer vínculos, resaltando la importancia de la familia en el entorno social

Beneficiarios

Toda la comunidad universitaria, hijos de Gestores del Conocimiento, administrativos y estudiantes

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facatativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

Duración

Mayo-junio de 2026

Medios de difusión y comunicación

Redes sociales institucionales y correos institucionales

Responsable

Dirección Bienestar Universitario

direccionbienestarudec@ucundinamarca.edu.co



Integración familiar

Jornadas de Aprendizaje Recreativo

Experiencia vivencial dirigida a los hijos de los Gestores del Conocimiento y administrativos de la Universidad de Cundinamarca, donde por medio de las artes y la recreación dirigida se logra que los niños desarrollen habilidades, aprendan a interactuar con los demás, y se fomente la interacción social

Beneficiarios

Hijos de Gestores del Conocimiento y administrativos

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facatativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

Duración

Junio - diciembre de 2026

Medios de difusión y comunicación

Redes sociales institucionales y correos institucionales

Responsable

Dirección Bienestar Universitario

direccionbienestarudec@ucundinamarca.edu.co

Día Dulce

Experiencia dirigida a hijos de los estudiantes, Gestores del Conocimiento, administrativos y funcionarios de la Universidad de Cundinamarca, en la cual, por medio de experiencias lúdico-recreativas, se busca integrar a la familia, brindando un espacio de recreación y esparcimiento, ya que a través de estos procesos se logra fortalecer habilidades emocionales y sociales.

Beneficiarios

Hijos de Gestores del Conocimiento y administrativos

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facatativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

Duración

Octubre de 2026

Medios de difusión y comunicación

Redes sociales institucionales y correos institucionales

Responsable

Dirección Bienestar Universitario

direccionbienestarudec@ucundinamarca.edu.co



Coro Navideño

Participación de los hijos de estudiantes, Gestores del Conocimiento y administrativos en el coro infantil navideño para el mes de Diciembre

Beneficiarios

Hijos de Gestores del Conocimiento y administrativos

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

Duración

Noviembre-diciembre de 2026

Medios de difusión y comunicación

Redes sociales institucionales y correos institucionales

Responsable

Dirección Bienestar Universitario

direccionbienestarudec@ucundinamarca.edu.co





Escuelas de Padres

Medidas que promueven y facilitan la conciliación de la vida personal, familiar y laboral de las familias del estudiante

Universidad para la familia

Encuentros con padres y madres, con el fin de fortalecer los lazos familiares y vincular a la familia en el proceso de formación de los estudiantes

Beneficiarios

familia de los estudiantes

Sedes

Todas las unidades regionales UCundinamarca; Fusagasugá, Girardot, Ubaté, Chía, Facatativá, Zipaquirá, Soacha y oficina de Bogotá

Duración

Enero-julio de 2026

Medios de difusión y comunicación

Redes sociales institucionales y correos institucionales

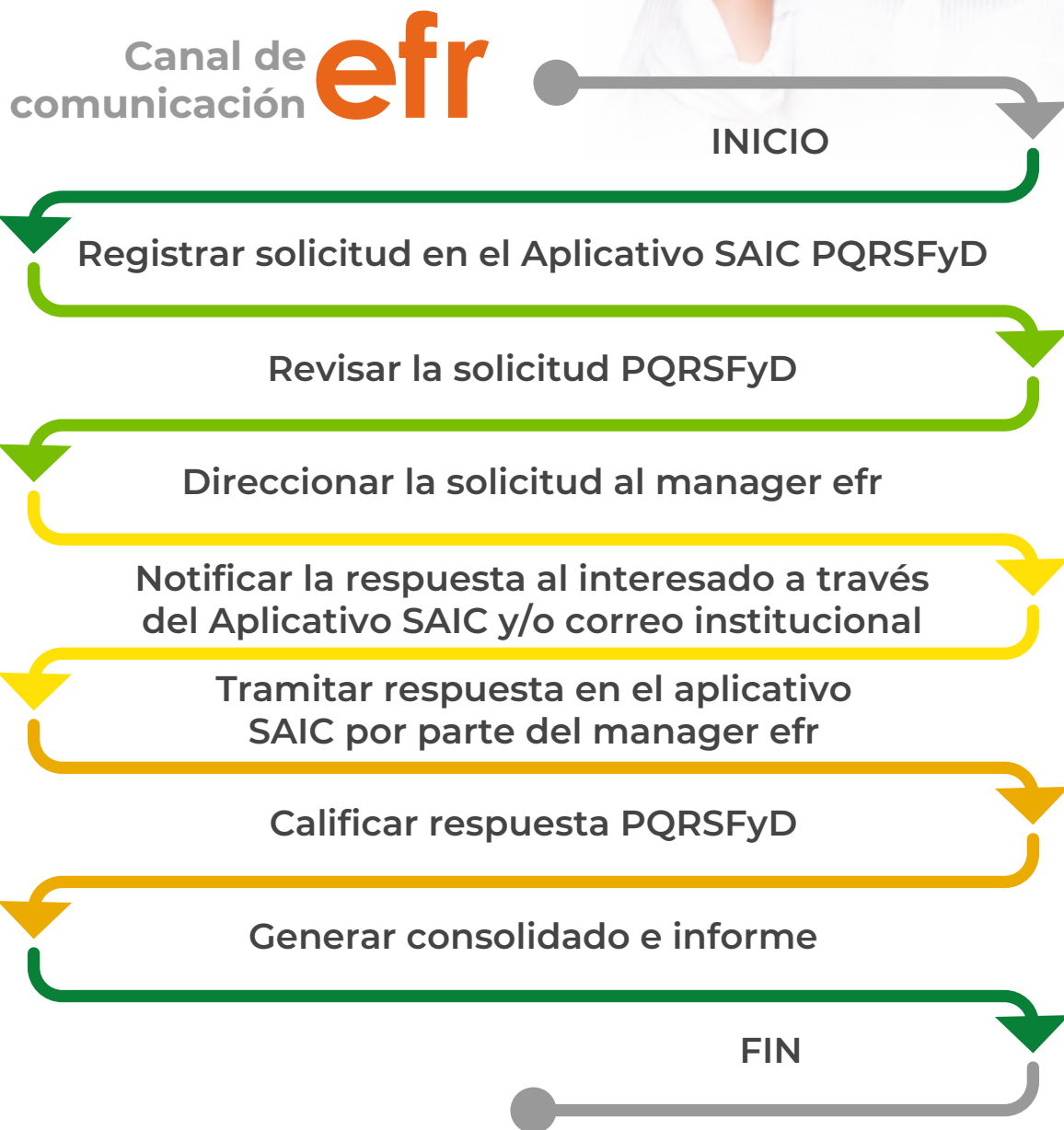
Responsable

Dirección Bienestar Universitario
direccionbienestarudec@ucundinamarca.edu.co



Pasos para el uso del
Aplicativo de

Atención al Ciudadano



Roles y Responsabilidades del Modelo para Gestión de la Conciliación efr

Comisión Familiarmente Responsable efr



Maria Nancy Garzón Soche
Vicerrectora Académica (F.A.)
Directora efr UCundinamarca



Jenny Alezandra Páramo Aragón
Directora de Interacción Universitaria, ISU- efr

Procesos que apoyan el desarrollo del Modelo efr:

- Bienestar Universitario - Equidad y Diversidad
- Talento Humano - Bienestar Social
- Oficina Asesora de Comunicaciones
- Seguridad Salud en el Trabajo (SST)
- Oficina Asesora de Comunicaciones
- Atención al Ciudadano

Documento normativo efr 3000-1 edición 2. de 2021, anexo normativo 3000-11 edición 2 de 2021, fundación másfamilia, españa. Micro-sitio efr;
<https://www.ucundinamarca.edu.co/index.php/isu-inicio/isu-modelo-de-gestion-de-la-conciliacion-efr>

Proyecto; Martha Zapata, profesional universitario II, ISU-efr