

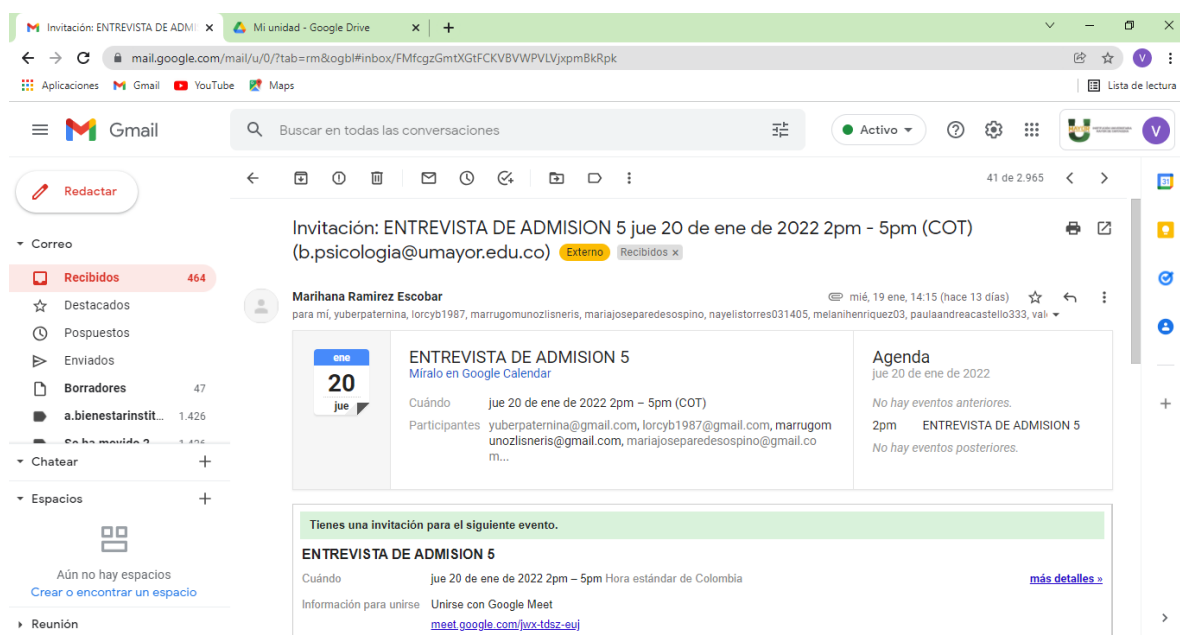
## INFORME DE ACTIVIDADES DEL MES DE ENERO

### DIRECCIÓN DE BIENESTAR UNIVERSITARIO

#### SESIÓN DE PSICOLOGÍA

En el mes de enero se planificaron y organizaron los cronogramas correspondientes de cada programa que desde bienestar universitario se desarrolla en el area de Desarrollo Humano y con articulacion a Talento Humano.

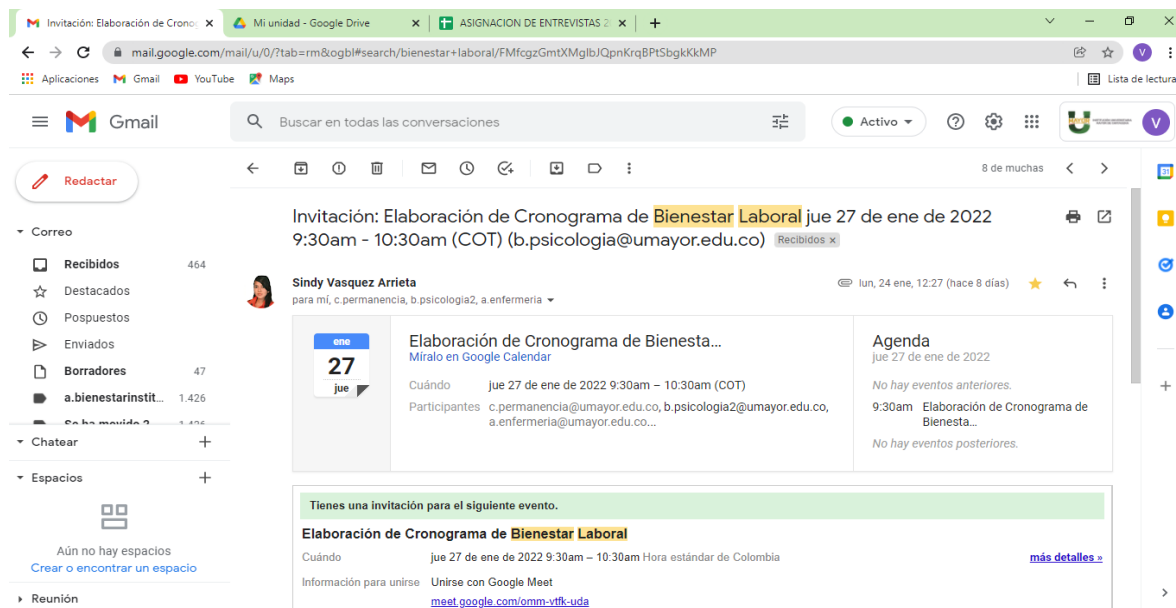
En primer lugar, se llevaron a cabo las entrevistas de admisiones para aspirantes para el IP 2022, la cuales comenzaron desde el 25 de octubre de 2021 y culminaron el 21 de enero del presente año, se realizaban las entrevistas aquellos estudiantes con citacion previa a través de la plataforma google meet o a quienes presentaban dificultades se realizaba mediante una llamada telefonica segun la disponibilidad.

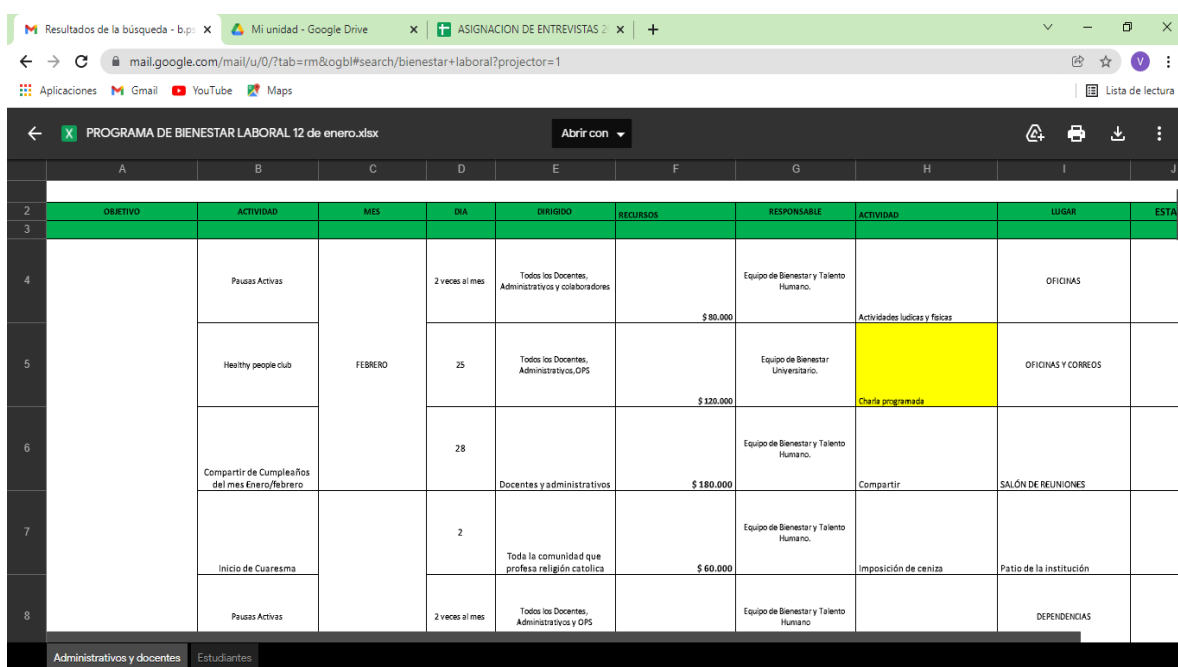


The screenshot shows a Gmail interface with an email invitation for an admission interview. The email is from Marihana Ramirez Escobar to b.psicologia@umayor.edu.co. The subject is 'Invitación: ENTREVISTA DE ADMISION 5 jue 20 de ene de 2022 2pm - 5pm (COT)'. The invitation details include the date (January 20, 2022), time (2pm - 5pm COT), and participants (yuberpaternina@gmail.com, lorcyb1987@gmail.com, marrugomunozlisneris@gmail.com, mariajoseparedesospino@gmail.com). The agenda shows the event on January 20, 2022, at 2pm. The email also includes a link to the Google Meet event: [meet.google.com/jwx-tdsz-euj](https://meet.google.com/jwx-tdsz-euj).

Actividad	Fecha	Hora	Responsable
1. Sesión de sensibilización sobre el bienestar laboral	2022-01-27	9:30am - 10:30am	c.permanencia@umayor.edu.co
2. Taller de identificación de riesgos psicosociales	2022-01-27	9:30am - 10:30am	b.psicologia2@umayor.edu.co
3. Charla sobre el estrés y sus efectos	2022-01-27	9:30am - 10:30am	a.enfermeria@umayor.edu.co
4. Sesión de capacitación en primeros auxilios psicológicos	2022-01-27	9:30am - 10:30am	c.permanencia@umayor.edu.co
5. Taller de fortalecimiento de habilidades de afrontamiento	2022-01-27	9:30am - 10:30am	b.psicologia2@umayor.edu.co
6. Sesión de sensibilización sobre el uso de recursos de apoyo	2022-01-27	9:30am - 10:30am	a.enfermeria@umayor.edu.co
7. Taller de identificación de recursos de apoyo	2022-01-27	9:30am - 10:30am	c.permanencia@umayor.edu.co
8. Sesión de sensibilización sobre el uso de recursos de apoyo	2022-01-27	9:30am - 10:30am	b.psicologia2@umayor.edu.co
9. Taller de fortalecimiento de habilidades de afrontamiento	2022-01-27	9:30am - 10:30am	a.enfermeria@umayor.edu.co
10. Sesión de sensibilización sobre el uso de recursos de apoyo	2022-01-27	9:30am - 10:30am	c.permanencia@umayor.edu.co

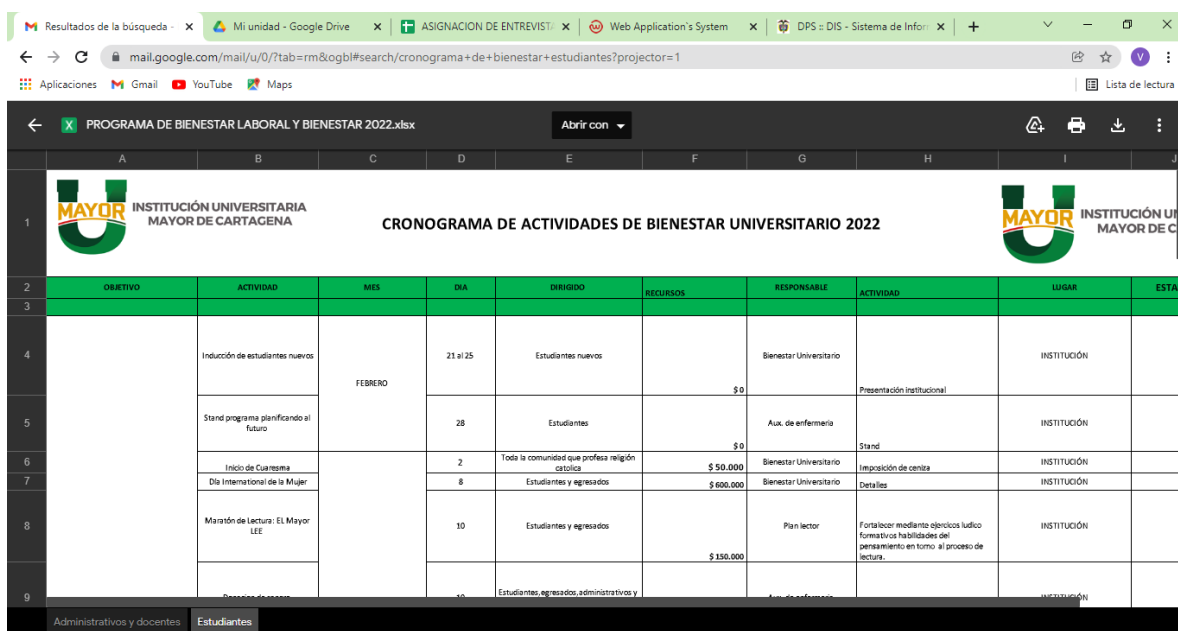
En segundo lugar, se trabajó el cronograma de bienestar laboral el cual se verificó en conjunto con Talento Humano para ajuste de actividades, recursos y los responsables de cada una de las actividades propuestas





OBJETIVO	ACTIVIDAD	MES	DIAS	DIRIGIDO	RECURSOS	RESPONSABLE	ACTIVIDAD	LUGAR	ESTAD
	Pausas Activas	FEBRERO	2 veces al mes	Todos los Docentes, Administrativos y colaboradores	\$ 80.000	Equipo de Bienestar y Talento Humano.	Actividades lúdicas y físicas	OFICINAS	
	Healthy people club		25	Todos los Docentes, Administrativos, OPS	\$ 120.000	Equipo de Bienestar Universitario.	Charla programada	OFICINAS Y CORREOS	
	Compartir de Cumpleaños del mes Enero/febrero		28	Docentes y administrativos	\$ 180.000	Equipo de Bienestar y Talento Humano.	Compartir	SALÓN DE REUNIONES	
	Inicio de Cuaresma		2	Toda la comunidad que profesa religión católica	\$ 60.000	Equipo de Bienestar y Talento Humano.	Imposición de ceniza	Patio de la institución	
	Pausas Activas		2 veces al mes	Todos los Docentes, Administrativos y OPS		Equipo de Bienestar y Talento Humano		DEPENDENCIAS	

En tercer lugar, se inicia la construcción del programa de formación integral que son actividades netamente con estudiantes, donde se organizan actividades para todas las áreas que conforman el bienestar universitario, estipulada una (1) por mes para cada una, respecto a recreación y deporte, arte y cultura, salud, permanencia y desarrollo humano.



OBJETIVO	ACTIVIDAD	MES	DIAS	DIRIGIDO	RECURSOS	RESPONSABLE	ACTIVIDAD	LUGAR	ESTAD
	Inducción de estudiantes nuevos	FEBRERO	21 al 25	Estudiantes nuevos	\$ 0	Bienestar Universitario	Presentación institucional	INSTITUCIÓN	
	Stand programa planificando al futuro		28	Estudiantes	\$ 0	Aux. de enfermería	Stand	INSTITUCIÓN	
	Inicio de Cuaresma		2	Toda la comunidad que profesa religión católica	\$ 50.000	Bienestar Universitario	Imposición de ceniza	INSTITUCIÓN	
	Día Internacional de la Mujer		8	Estudiantes y egresados	\$ 600.000	Bienestar Universitario	Detalles	INSTITUCIÓN	
	Maratón de Lectura: El Mayor LEE		10	Estudiantes y egresados	\$ 150.000	Plan lector	Fortalecer mediante ejercicios lúdico formativos habilidades del pensamiento en torno al proceso de lectura.	INSTITUCIÓN	
				Estudiantes, egresados, administrativos y		Aux. de enfermería		INSTITUCIÓN	

En cuarto lugar, se cuadro la planificación de actividades que se desarrollaran en el semestre para el programa de inclusión, en el semestre pasado de manera virtual no se abordo mucho personal, por lo que se pretende en este Nuevo semestre abordar al menos el 70% de la Población. estudiantil

PROGRAMA DE INCLUSIÓN 2022 (1) - Word

casos reportados.	conformado	equidad.( Estudio de casos)
-------------------	------------	-----------------------------

**CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES**

ACTIVIDADES	MAR	ABRIL	MAYO	JUN
Socialización de documento				
<b>Implementación de la política institucional de inclusión y equidad desde un enfoque pedagógico y psicosocial.</b>	X			

Página 14 de 17 2689 palabras Inglés (Estados Unidos)

En quinto lugar, el programa de calidad de vida junto a healthy people club el cual se identifica en la institución por promover los estilos de vida saludables a los colaboradores, se distribuyeron temáticas mensuales para desarrollar con los mismos.

CRONOGRAMA HEALTHY PEOPLE CLUB 2022 - Excel

HEALTHY PEOPLE CLUB 2022			
MES	DIA	TEMA	ACTIVIDAD
FEBRERO	25	Cuerpo saludable - actividad física	
MARZO	21	Pensamientos positivos	
ABRIL	25 AL 29	Nutrición saludable	
MAYO	18	Armonía emocional - control de emociones	
JUNIO	24	Tamizaje talla y peso	
JULIO	27	Comunicación asertiva - relaciones interpersonales sanas	
AGOSTO	16	Promoción y prevención de enfermedades no transmisibles	
SEPTIEMBRE	16	Distribución de mi tiempo	
OCTUBRE	19	Eliminación de hábitos tóxicos	
NOVIEMBRE	24	Promoción de la salud	

Hoja1

En sexto lugar, se creó encuesta para el área de la salud, respecto con la recopilación de información de las enfermedades no transmisibles que padecen los colaboradores para así dar inicio a los seguimientos de aquellos que tienen enfermedades de base.

The screenshot shows a Google Forms interface for a survey. At the top, the browser tabs include 'Recibidos (464)', 'Recibidos (2,589)', 'Mi unidad - Go...', 'ENCUESTA SOB...', 'ASIGNACION DE...', 'Web Application', 'DPS = DIS - Siste...', and '5)6517451'. The address bar shows the URL 'docs.google.com/forms/d/1Ln3iudFsOtel9kOQzFuSyF8URek7x5\_jPmPfkj4/edit'. The form title is 'ENCUESTA SOBRE ENFERMEDADES NO TRANSMISIBLES EN LA INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA MAYOR DE CARTAGENA'. Below the title, there is a description: 'Esta encuesta tiene como propósito identificar las enfermedades prevalentes no transmisibles mas comunes entre los colaboradores de la institución.' The first question is labeled 'NOMBRE'. The interface includes a navigation bar with 'Preguntas', 'Respuestas 44', and 'Configuración'. A purple 'Enviar' button is visible in the top right corner. The background of the form features an image of various pills and capsules.

En septimo lugar, se organizo reunion junto con la Directora de Talento Humano y las psicologas para aplicacion de la escala **EDCO** como evaluacion de clima organizacional y se estara verificando los resultados de la encuesta de salud mental para plan de trabajo, esta se realizo a finales del año 2021.