

# BIENESTAR UNIVERSITARIO

T U B I E N E S T A R C O N T I C ' S

¡COMPROMETIDOS CON TU BIENESTAR!





**“Juntos”** podemos  
superar esta crisis



Recuerda quedarte en casa y seguir todas las indicaciones de lavado de manos, desinfección y auto cuidado.

Cuando requieras algún servicio de bienestar, ¡¡¡ cuenta con nosotros!!!

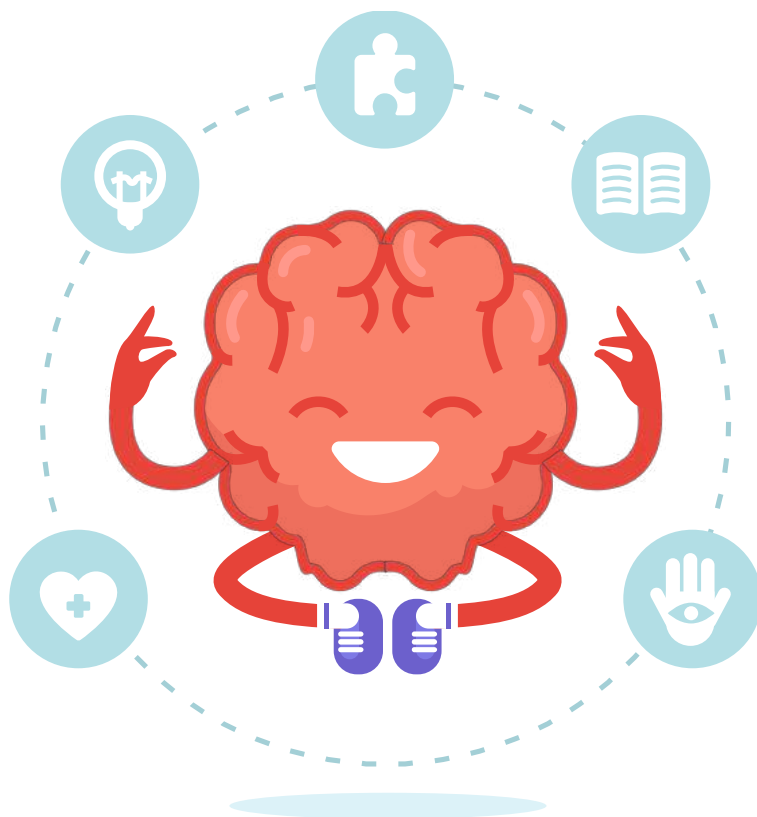
Servicios y medios de Bienestar  
**DISPONIBLES EN LINEA.**



Continuamos prestando nuestros servicios en los horarios habituales:

De lunes a viernes de **8:00 a.m. a 12:00 m.** de **2.00 p.m. a 5:00 p.m.**





# Departamento Desarrollo Humano Integral

ACOMPAÑANDOTE Y ASESORANDOTE  
A TRAVÉS DE LAS TICS

---

## Servicios de Bienestar **con las TIC's**

### Tips De Cultura Ciudadana Y Derechos Humanos.

Publicados página web  
[www.uniatlantico.edu.co](http://www.uniatlantico.edu.co)

y redes institucionales

**Instagram y Twitter:**

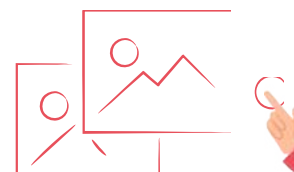
@udeatlantico

**Facebook:**

Universidad del Atlántico sitio oficial.

### Atención De La Sala De Apoyo al Aprendizaje Y Estimulación Cognitiva (SAEC)

- Asesoría y Consejería Psicológica para estudiantes, docentes y administrativos
- Talleres de Formación Integral
- Talleres SAEC
- Talleres de Orientación Académica
- Acompañamiento psicosocial remitido por las diferentes secciones.



## Servicio De Asesoría y Consejería Psicológica

Las citas se estarán agendando con el psicólogo asignado a través del correo electrónico de la SAEC

[saladeaprendizaje@mail.uniatlantico.edu.co](mailto:saladeaprendizaje@mail.uniatlantico.edu.co)

o a través del teléfono: 3045773062

**En los horarios habituales  
(de lunes a viernes de 8:00 am a  
12:00 m y de 2:00 a 5:00 p.m.).**

La solicitud de la cita podrá hacerse por iniciativa propia o a través de remisión de los docentes y coordinadores misionales.

**Nuestro servicio de asesoría y consejería psicológica para estudiantes, docentes y administrativos se realizará online a través de la aplicación Google Meet.**



Meet de Hangouts



## Talleres

Estos contarán con actividades que **los estudiantes deberán desarrollar y enviar al correo del psicólogo asignado a su Facultad**

01

**PASO 1:** Pedir cita

02

**PASO 2:**

Siga las indicaciones de los consejeros

**SAEC.** Teléfono de contacto: 3045773062

- Solicitud y asignación de citas de asesoría y consejería Psicológica

**STEFFI BOLÍVAR.** [steffibolivar@mail.uniatlantico.edu.co](mailto:steffibolivar@mail.uniatlantico.edu.co). Teléfono de contacto: 3234805455

- Facultad de Educación (Lic. Educación Infantil, Lic. en Educación Especial, Lic. en Recreación y Deporte, Lic. en Lengua Castellana)
- Facultad de Ciencias Humanas

**BÁRBARA BALLESTEROS.** [barbaraballesteros@mail.uniatlantico.edu.co](mailto:barbaraballesteros@mail.uniatlantico.edu.co), Teléfono de contacto: 3014717002

- Facultad de Química y Farmacia, Facultad de Ingeniería
- Facultad de Ciencias Jurídicas

**MARÍA DE LOS ÁNGELES PEÑA.** [mariapena@mail.uniatlantico.edu.co](mailto:mariapena@mail.uniatlantico.edu.co). Teléfono de contacto: 3105092149

- Facultad de Nutrición y Dietética
- Facultad de Ciencias Básicas

**HELIANA CORRO.** [helianacorro@mail.uniatlantico.edu.co](mailto:helianacorro@mail.uniatlantico.edu.co). Teléfono de contacto: 3043732896

- Facultad de Bellas Artes

**DILMA HERNÁNDEZ.** [dilmahernandez@mail.uniatlantico.edu.co](mailto:dilmahernandez@mail.uniatlantico.edu.co). Teléfono de contacto: 3232108983

- Facultad de Educación (Lic. Ciencias Sociales, Lic. en Matemáticas, Lic. en Biología y Química, Lic. en Lenguas Extranjeras, Lic. en Educación Artística)
- Facultad de Arquitectura

**SABRINA SANTODOMINGO.** [sabrinasantodomingo@mail.uniatlantico.edu.co](mailto:sabrinasantodomingo@mail.uniatlantico.edu.co). Teléfono de contacto: 3052230735

- Facultad de Ciencias Económicas

**VALERY ECHEVERRIA.** [valeriecheverria@mail.uniatlantico.edu.co](mailto:valeriecheverria@mail.uniatlantico.edu.co). Teléfono de contacto: 3003190820

- Docentes y Administrativos

**CIELO PEDRAZA.** [cielopedraza@mail.uniatlantico.edu.co](mailto:cielopedraza@mail.uniatlantico.edu.co). Teléfono de contacto: 3007810133

- Estudiantes Sede Regional Suan

**ISAURA RIVEIRA.** [isaurariveira@mail.uniatlantico.edu.co](mailto:isaurariveira@mail.uniatlantico.edu.co). Teléfono de contacto: 3008760440

- Postgrados

## Contactos De Coordinadores Misionales DE BIENESTAR UNIVERSITARIO

**ATENCIÓN HORARIO UNIVERSAL A TRAVÉS DE LAS TICS:  
LUNES 4:30 A 6:30 P.M. Y MARTES 10:30 A.M A 12:30 P.M**

FACULTAD	NOMBRE	CORREO	CEL
ARQUITECTURA	ESPERANZA LEÓN	<a href="mailto:ESPERANZALEON@MAIL.UNIATLANTICO.EDU.CO">ESPERANZALEON@MAIL.UNIATLANTICO.EDU.CO</a>	3152153620
CIENCIAS BÁSICAS	JOSÉ MEZA GALVIS	<a href="mailto:JOMEGAL14@HOTMAIL.COM">JOMEGAL14@HOTMAIL.COM</a> , <a href="mailto:JOSEMEZA@MAIL.UNIATLANTICO.EDU.CO">JOSEMEZA@MAIL.UNIATLANTICO.EDU.CO</a>	3114211653
CIENCIAS HUMANAS	DARLING AYALA FREITES	<a href="mailto:DARLINAYALA@MAIL.UNIATLANTICO.EDU.CO">DARLINAYALA@MAIL.UNIATLANTICO.EDU.CO</a> ,	316 7011110
CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN	MARCOS VENEGAS POLO	<a href="mailto:MARCOSVENEGAS@MAIL.UNIATLANTICO.EDU.CO">MARCOSVENEGAS@MAIL.UNIATLANTICO.EDU.CO</a>	3022917003
BELLAS ARTES	ROBERTO CAMARGO	<a href="mailto:ROBERTOCAMARGO@MAIL.UNIATLANTICO.EDU.CO">ROBERTOCAMARGO@MAIL.UNIATLANTICO.EDU.CO</a>	3015910034
NUTRICIÓN Y DIETÉTICA	MARGARITA FERNÁNDEZ	<a href="mailto:MARGARITAFERNANDEZ@MAIL.UNIATLANTICO.EDU.CO">MARGARITAFERNANDEZ@MAIL.UNIATLANTICO.EDU.CO</a>	3012868864
QUÍMICA Y FARMACIA	ROBERTO HERNÁNDEZ ESQUIAQUI	<a href="mailto:ROBERTOHERNANDEZ@MAIL.UNIATLANTICO.EDU.CO">ROBERTOHERNANDEZ@MAIL.UNIATLANTICO.EDU.CO</a>	3186435680
CIENCIAS JURÍDICAS	ROSALBA DUARTE RUEDA	<a href="mailto:ROSALBADUARTE@MAIL.UNIATLANTICO.EDU.CO">ROSALBADUARTE@MAIL.UNIATLANTICO.EDU.CO</a>	
CIENCIAS ECONÓMICAS	ANA MARÍA CAÑAVERA Z.	<a href="mailto:ANACANAVERA@MAIL.UNIATLANTICO.EDU.CO">ANACANAVERA@MAIL.UNIATLANTICO.EDU.CO</a> , <a href="mailto:BIENESTARCECONOMICAS@MAIL.UNIATLANTICO.EDU.CO">BIENESTARCECONOMICAS@MAIL.UNIATLANTICO.EDU.CO</a> ,	300 3054940
INGENIERÍA	LOURDES ISABEL MERIÑO STAND	<a href="mailto:LOURDESMERINO@MAIL.UNIATLANTICO.EDU.CO">LOURDESMERINO@MAIL.UNIATLANTICO.EDU.CO</a> , <a href="mailto:BIENESTARINGENIERIA@MAIL.UNIATLANTICO.EDU.CO">BIENESTARINGENIERIA@MAIL.UNIATLANTICO.EDU.CO</a>	3003676884





## Sección Desarrollo Estudiantil

PROGRAMAS DE APOYO ECONÓMICO





Asesoría y acompañamiento a los estudiantes de postgrado con créditos o solicitudes nuevas.



Grupos estudiantiles, acompañamiento en las actividades a través de las TIC de los grupos estudiantiles, asesorías y orientaciones.

Comunícate con nosotros **de lunes a viernes de 8:00 a.m. a 12:00 m. y de 2:00 p.m. a 5:00 p.m.**



Comunicación con la Sección e información general de pasos para solicitar apoyos estudiantiles.



[desarrolloestudiantil@mail.uniatlantico.edu.co](mailto:desarrolloestudiantil@mail.uniatlantico.edu.co)

Programa  
Jóvenes en Acción DPS





**ICETEX**  
*Invertimos en el talento de los colombianos*



CONTACTO:  
**CATHINA  
HERNANDEZ**  
TELÉFONO  
**3128899490**

Información  
general de  
pasos para  
solicitar  
créditos  
educativos,

Renovaciones  
de créditos  
nuevos,

Asesoría en  
general

Revisión de  
casos.

Solicitudes



## Sección Salud

CUIDA TU SALUD, AQUÍ TE ENSEÑAMOS COMO



Comunícate con nosotros **de lunes a viernes de 8:00 a.m. a 12:00 m. y de 2:00 p.m. a 5:00 p.m.** al siguiente correo y te orientaremos.

[saludbienestar@mail.uniatlantico.edu.co](mailto:saludbienestar@mail.uniatlantico.edu.co)





**Horario De Atencion  
Operador Logistico En Salud**

# Quédate en Casa, Bienestar Cuida De Ti

**Atención médica** será por vía telefónica, de lunes a viernes de 8:00 a.m. a 5:00 p.m. y los sábados de 8:00 a.m. a 12:00 m.



Tu médico en línea

Conmutador 3852266  
Extensión Centro Médico 1056



## Sección Docentes y Administrativos

---



01 ▶▶

Asesoría y consejería (por Google Meet) o al celular: 3003190820

Recepción de casos para acompañamiento psicosocial y de consejería

◀◀ 02

03 ▶▶

Comunicación con la Sección

Comunícate con nosotros **de lunes a viernes de 8:00 a.m. a 12:00 m. y de 2:00 p.m. a 5:00 p.m.** al siguiente correo y te orientaremos.

[docentesadministrativos@mail.uniatlantico.edu.co](mailto:docentesadministrativos@mail.uniatlantico.edu.co)





## Sección Deporte

CONTINÚA DESDE CASA FORTALECIENDO TU  
RENDIMIENTO FÍSICO

---

## Horarios de entrenamiento de disciplinas deportivas para 2020-1.

Lunes a Viernes  
mediante Grupos  
en redes Sociales  
WhatsApp

### Inscripciones a disciplinas deportivas 2020-1

inscripción en  
línea mediante  
formulario Google

### Orientaciones de las clases y acondicionamiento físico

Programación de  
Clases en Vivo a  
través de  
Facebook  
Deportes  
Uniatlantico y  
Facebook  
Institucional

### Tips de preparación física para la salud.

Rutinas de  
Ejercicios en  
Casa mediante  
redes Sociales

### Entrenamiento selecciones desde casa

Grupos de  
trabajo por  
WhatsApp y  
Facebook

Deportistas y  
entrenadores:  
en el grupo  
interno de cada  
disciplina.

Comunicate con  
nosotros en los  
horarios  
habituales al  
siguiente correo y  
te orientaremos.

[deportebienestar@  
mail.uniatlantico.ed  
u.co](mailto:deportebienestar@mail.uniatlantico.edu.co)



## Sección Cultura

¡BUSCA TU PASIÓN, DESCUBRE TUS TALENTOS!

---



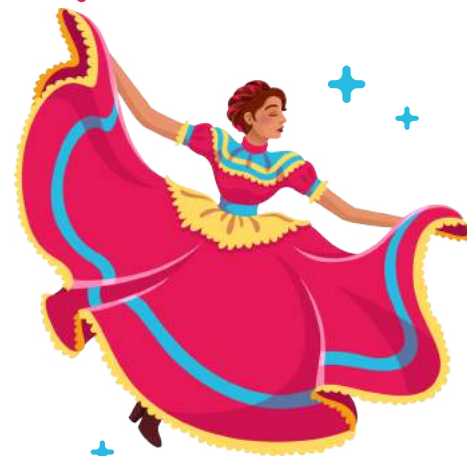
- Programación de clases abiertas (9:30 a.m. y 4: 30 p.m.) a toda la comunidad.
- A través del Facebook **Cultura UniAtlántico**



Trabajo interno de cada grupo cultural según plan de trabajo.



- Videos, imágenes, instrucción de un ejercicio, reflexión, Play List, sugerencia de apreciación artística (música, película, visita a museos con recorrido virtual)
- Redes sociales institucionales.



Comunícate con nosotros **de lunes a viernes de 8:00 a.m. a 12:00 m. y de 2:00 p.m. a 5:00 p.m.** al siguiente correo y te orientaremos.

[culturabienestar@mail.uniatlantico.edu.co](mailto:culturabienestar@mail.uniatlantico.edu.co)

# HORARIO DE CULTURA “EN VIVO”

S  
E  
C  
C  
I  
Ó  
N  
  
C  
U  
L  
T  
U  
R  
A

## LUNES

### RUMBUA

#### RUMBA TERAPIA UNIATLANTICENSE

9:30 AM A 10:30 AM

#### CLASES DE DANZA DIRIGIDAS DEL CARIBE COLOMBIANO

(Repetición de jueves)  
4:30 PM A 5:30 PM

## MARTES

#### YOGA PARA EL ALMA:

9:30 AM A 10:30 AM

#### SIGUE TU PASO UA

(Repetición del miércoles): CLASES DIRIGIDAS DE SALSA, MEREGUE, CHAMPETA, BACHATA, CHACHACHA

4:30 P.M A 5:30 AM

## MIÉRCOLES

#### SIGUE TU PASO UA

CLASES DIRIGIDAS DE SALSA, MEREGUE, CHAMPETA, BACHATA, CHACHACHA

9:30 AM A 10:30 AM

#### CLASE DE MÚSICA ROCK

4:30 PM A 5:30 PM

## JUEVES

#### CLASES DE DANZA DIRIGIDAS DEL CARIBE COLOMBIANO

9:30 AM A 10:30 AM

#### PREPARACIÓN PARA EL CANTO

4:30 PM A 5:30 PM

## VIERNES

#### YOGA PARA EL ALMA

(Repetición del martes):  
9:30 AM A 10:30 AM

#### CLASE DE MÚSICA ROCK

(Repetición del miércoles):

4:30 PM A 5:30 PM

• A través del Facebook Cultura UniAtlantico



# HORARIO DE TIPS Y MUCHO MÁS



Constarán de frases, videos, imágenes, instrucción de un ejercicio, reflexión, play list y sugerencia de apreciación artística (música, película, visita a museos que tengan recorrido virtual).





[www.uniatlantico.edu.co](http://www.uniatlantico.edu.co) | [#UniversidadDeTodos](https://twitter.com/UniversidadDeTodos) | VIGILADA MINEDUCACIÓN