



Actividades de Bienestar Institucional SEPTIEMBRE 2021

Conoce el cronograma de actividades que hemos preparado especialmente para nuestra Comunidad Universitaria.



**Gimnasio
entrenamiento
presencial**
Lunes a viernes
7:00 a.m. a 3:00 p.m.
EcoCampus de
Los Cerros

Horarios de Entrenamiento deportivo presencial

DEPORTE	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
Baloncesto Mixto	9am - 11 am		9am - 11 am		9am - 11 am		
Voleibol Femenino		10am - 12m		10am - 12m			
Voleibol Masculino	10am - 12m		10am - 12m				
Fútbol Sala Femenino	11am - 1pm		11am - 1pm				
Fútbol Sala Masculino		11am - 1pm		11am - 1pm			
Fútbol			6am - 8am		6am - 8am		
Taekwondo	10am - 12m			1pm - 3pm			
Tenis de Mesa			1pm - 3pm		1pm - 3pm		
Tenis de Campo						1pm - 3pm	12m - 2pm
Últimate		12m - 2pm		12m - 2pm			

***Inscripción coordinación de deportes**
E-Mail: coordinacion.deportes@uamerica.edu.co
Tel: 3376680 Ext: 132

Horarios y escenarios sujetos a modificaciones



@Universidad.America



@F_UAmerica



@UniAmericaOficial



UniversidadAmerica



www.uamerica.edu.co



Capacitación:
Prevención de Consumo de Sustancias Psicoactivas

Septiembre 17
Google Meet
Hora 2:00 pm



Clase de Tango

Septiembre 16
Google Meet
Hora 7:00 pm



Día del Amor y la Amistad
Hidratación de piel y cuidado de cabello.

Septiembre 17
Google Meet
Hora: 8:00 am.



Taller Presencial de Alimentación saludable
EcoCampus de Los Cerros
Inscripciones:
coordinacion.deportes@uamerica.edu.co

Septiembre 7
Hora: 9:00 a.m.
Septiembre 9
Hora: 1:00 p.m.



Semana de la Salud

Los invitamos a consultar nuestra programación en las redes sociales de la Universidad

Septiembre del 6 al 10

Vigilada MinEduación

Cata de Café Presencial

Septiembre 10
Facultad Ciencias Económicas y Administrativas
9:00 am – Sede Norte.
Calle 106 # 19 - 18

Capacitación: Técnicas de Respiración

Septiembre 8
1:00 p.m.

Google Meet

Show con Narrador Oral

Septiembre 3
11:00 a.m.

Capacitación: Liberación Puntos de Estrés

Septiembre 10
11:00 a.m.

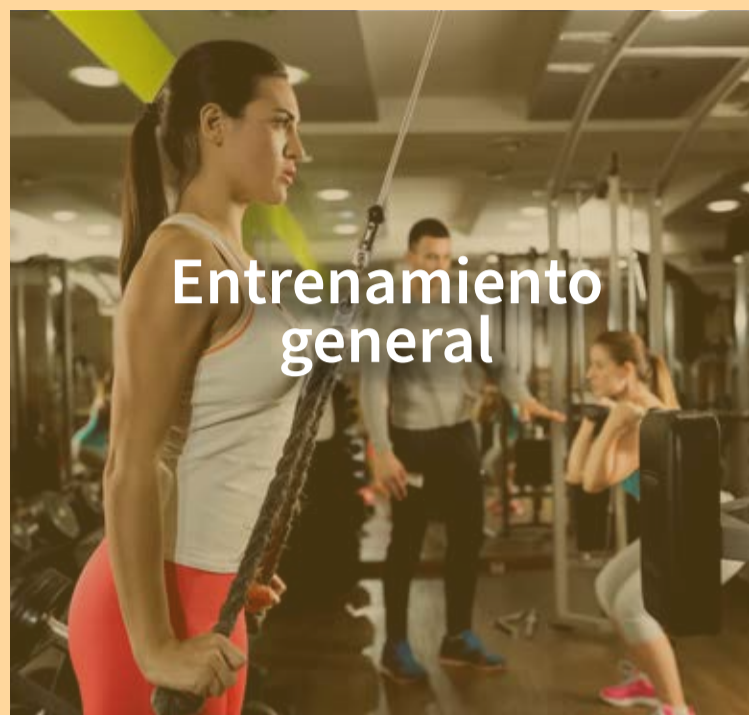
Google Meet



VIDEOS



Niños



Entrenamiento general

ATENCIÓN PSICOLÓGICA

Dificultades Académicas y Personales

Psicologia@uamerica.edu.co
Profesional.psicologia@uamerica.edu.co

Teléfono: 3376680 Ext. 147



TELEORIENTACIÓN MÉDICA

Línea Mediexpress

300 800 1500

Consultas médicas para usted y su núcleo familiar.

Lunes a sábado.

7:00 a.m. a 8:00 p.m.

Regresa preparado a la presencialidad con estos Psicotips y da lo mejor de ti en este semestre que



YA INICIÓ...

1. Conoce tu horario de clases y familiarízate con él.

2. Identifica posibles dificultades en temas, áreas o materias del semestre anterior. Anticípate y pide ayuda

3. Revisa tus apuntes, material compartido por tus profesores y **PREPÁRATE.**

4. Establece un horario con actividades de agrado, tiempos de estudio y **ORGANÍZATE.**

5. Crea un grupo de estudio donde puedas fortalecer habilidades.

6. Establece rutinas de sueño, actividad física y alimentación.



Inscripciones:

coordinacion.deportes@uamerica.edu.co



Seguro de accidentes

Póliza clase Bolívar

llama sin costo marcando el #322



Bienestar Institucional



Teléfono: 3376680 Ext:132



bienestar@uamerica.edu.co



@Universidad.America



@F_UAmerica



@UniAmericaOficial



UniversidadAmerica



www.uamerica.edu.co