



Universidad de
América

Código SNIES 1715

BOLETÍN

BIENESTAR
INSTITUCIONAL

MARZO
2023

BIENESTAR INSTITUCIONAL MARZO

BALONCESTO MIXTO

Lunes
3:00 p.m. a 5:00 p.m.
Miércoles
10:00 a.m. a 12:00 m.
Viernes
10:00 a.m. a 12:00 m.
Cancha múltiple Varadero
EcoCampus de los Cerros

Universidad de América

BIENESTAR INSTITUCIONAL MARZO

VOLEIBOL FEMENINO

Miércoles
10:00 a.m. a 12:00 m.
Viernes
12:00 m. a 2:00 p.m.
Cancha múltiple Varadero
EcoCampus de los Cerros

Universidad de América

BIENESTAR INSTITUCIONAL MARZO

VOLEIBOL MASCULINO

Miércoles
12:00 m. a 2:00 p.m.
Viernes
10:00 a.m. a 12:00 m.
Cancha múltiple Varadero
EcoCampus de los Cerros

Universidad de América

BIENESTAR INSTITUCIONAL MARZO

FUTSALA MASCULINO

Martes
11:00 a.m. a 1:00 p.m.
Jueves
11:00 a.m. a 1:00 p.m.
Cancha múltiple Varadero
EcoCampus de los Cerros

Universidad de América

BIENESTAR INSTITUCIONAL MARZO

FÚTBOL MASCULINO

Miércoles
6:00 a.m. a 8:00 a.m.
Viernes
6:00 a.m. a 8:00 a.m.
Club Empresarial Celsibolán
Calle 193 # 48-35

Universidad de América

BIENESTAR INSTITUCIONAL MARZO

TAEKWONDO MIXTO

Lunes
10:00 a.m. a 12:00 m.
Jueves
11:00 a.m. a 1:00 p.m.
Aula Múltiple Área multiservicios
EcoCampus de los Cerros

Universidad de América

BIENESTAR INSTITUCIONAL MARZO

TENIS DE MESA MIXTO

Lunes
2:00 p.m. a 4:00 p.m.
Miércoles
2:00 p.m. a 4:00 p.m.
Copa multiservicios
EcoCampus de los Cerros

Universidad de América

BIENESTAR INSTITUCIONAL MARZO

TENIS DE CAMPO MIXTO

Sábado
1:00 p.m. a 3:00 p.m.
Domingo
12:00 m. a 2:00 p.m.
Club Empresarial Celsibolán
Calle 193 #48-35

Universidad de América

BIENESTAR INSTITUCIONAL MARZO

ÚLTIMATE MIXTO

Lunes
12:00 m. a 2:00 p.m.
Miércoles
11:00 a.m. a 1:00 p.m.
Cancha cuadril Área multiservicios
EcoCampus de los Cerros

Universidad de América

BIENESTAR INSTITUCIONAL MARZO

NATACIÓN

Martes
12:00 m. a 2:00 p.m.
Jueves
12:00 m. a 2:00 p.m.
El Cabo Coloberto
Av. Con. 39 # 62-77

Universidad de América

BIENESTAR INSTITUCIONAL MARZO

ENTRENAMIENTO PRESENCIAL

Lunes a viernes
6:00 a.m. a 9:00 p.m.
Sábados
8:00 a.m. a 4:00 p.m.
EcoCampus de los Cerros

Universidad de América

BIENESTAR INSTITUCIONAL MARZO

BAILE SALSA - BACHATA

Martes
11:30 a.m. a 1:30 p.m.
Jueves
1:00 p.m. a 3:00 p.m.
EcoCampus de los Cerros

Universidad de América

BIENESTAR INSTITUCIONAL MARZO

AJEDREZ MASCULINO Y FEMENINO

Miércoles
3:00 p.m. a 5:00 p.m.
Terrazas del Fito nivel
EcoCampus de los Cerros

Universidad de América

BIENESTAR INSTITUCIONAL MARZO

ACOMPANÉMONOS A NUESTROS DEPORTISTAS EN EL TORNEO CERROS ESTUDIANTES

EN LAS DISCIPLINAS DE:

1. Ajedrez Femenino y Masculino
2. Fútbol Masculino
3. Baloncesto Femenino y Masculino
4. Voleibol Masculino y Femenino
5. Taekwondo Masculino y Femenino
6. Tenis de Mesa Masculino y Femenino
7. Tenis de Campo Masculino y Femenino
8. Fútbol Masculino
9. Ultimate Mixto

Más información:
www.grupocerros.org

BIENESTAR INSTITUCIONAL MARZO

TORNEOS INTERNOS

Inscripciones abiertas

¡Anímate y participa!

BIENESTAR INSTITUCIONAL MARZO

TORNEOS INTERNOS

Disciplina deportiva	Participantes	Fecha realización
Baloncesto 3x3 Mixto	Máximo 4 por equipo en cancha	22 Abril
Fútbol Sala Masculino	Máximo 8 personas	1-2 Marzo al Junio
Voleibol Cuarteles Mixto	Máximo 5 personas 1 jugador en cancha	4-22 6-27 Marzo al abril Mayo

BIENESTAR INSTITUCIONAL MARZO

TORNEOS INTERNOS

Disciplina deportiva	Participantes	Fecha realización
Fútbol Tenis		19 Mayo
Rana		12 Mayo
Mini Tejo	Parajes	26 Mayo
Ultimate 3x3	Equipos	17 Marzo

BIENESTAR INSTITUCIONAL MARZO

TORNEOS INTERNOS

Disciplina deportiva	Participantes	Fecha realización
Tenis de mesa		29 Abril
Ajedrez Femenino y Masculino	Individual	14 Abril
Alta Intensidad		20 Mayo
FIFA 22		21 Abril

BIENESTAR INSTITUCIONAL MARZO

YOGA

15 de marzo
Hora: 4:30 pm
Sala M203 - Multiservicios
Repa cómoda

Universidad de América

BIENESTAR INSTITUCIONAL MARZO

SALUD

TELEORIENTACIÓN MÉDICA
Línea telefónica 8000100000
Consultas para salud y bienestar familiar.
Horarios: lunes a viernes (7:30 a.m. a 7:30 p.m.) y sábados (8:00 a.m. a 6:00 p.m.)
Teléfono: (001) 4414418 Ext. 2000.

CONSULTORIO MÉDICO:
EcoCampus 1 lunes a viernes: 7:00 a.m. a 8:00 p.m. y sábados: 9:00 a.m. a 12:00 m.
Sede Norte 2 jueves y viernes: 6:00 p.m. a 8:00 p.m. y sábados: 9:00 a.m. a 2:00 p.m.
Teléfono: (001) 4414418 Ext. 2000.

ORIENTACIÓN PSICOLÓGICA
Para la atención de estudiantes académicos y personales.
oficio.organi@uamerica.edu.co
psicologia@uamerica.edu.co

Atención presencial:
EcoCampus de los Cerros
Lunes a viernes: 8:00 a.m. a 5:00 p.m.
Sede Norte
Sábados: 8:00 a.m. a 12:00 m.

Universidad de América

BIENESTAR INSTITUCIONAL MARZO

CAPACITACIONES Y CHARLAS

Control de Presión Arterial
9, 17, 16, 18, 23, 25, 30 y 31 de marzo.
Alimentación Saludable - Nutricionista
7 de marzo hora: 10:00 am a 1:00 pm

Universidad de América

BIENESTAR INSTITUCIONAL MARZO

DÍA DEL HOMBRE Y LA MUJER

10 de marzo
Música en vivo
EcoCampus de los Cerros

Universidad de América

BIENESTAR INSTITUCIONAL MARZO

TALLER DE TEATRO

Los esperamos
Lunes: 3:00 pm a 12:00 pm
Sábados: 4:30 pm a 7:30 pm
Sala 808

Universidad de América

BIENESTAR INSTITUCIONAL MARZO

CUIDADO PERSONAL - CUIDADO DE MANOS

Informes e inscripciones: Oficina de Bienestar

1 y 29 de marzo

Universidad de América

BIENESTAR INSTITUCIONAL MARZO

Saludos desde el Servicio de Psicología

Algunas recomendaciones para un adecuado rendimiento académico:

1. Cuida tu salud física y mental.
2. Alimentate adecuadamente. ¡Mantén tus hábitos alimenticios!
3. Duermes entre 7 y 9 horas diarias.
4. Haz actividad física.
5. Estudia todos los días.
6. Deja un espacio disponible para tus pasatiempos.

Recuerda que en Psicología te esperamos para acompañarte, ayudarte y motivarte.

¡Éxitos!

BIENESTAR INSTITUCIONAL MARZO

PÓLIZA DE SEGUROS BOLÍVAR CLASE U

Cubrimiento: 24/7
Marcando desde su celular: #322

MÁS INFORMACIÓN

Dirección de Bienestar Institucional

✉ martha.medina@uamerica.edu.co

☎ (60 1) 3376680 ext. 2026

📍 EcoCampus de Los Cerros
Sector Multiservicios