



FUNDACIÓN
UNIVERSITARIA
DE POPAYÁN



PORTAFOLIO DE PROGRAMAS Y SERVICIOS DE BIENESTAR INSTITUCIONAL - FUNDACIÓN UNIVERSITARIA DE POPAYÁN

Sede administrativas: Claustro San José Calle 5 No. 8-58 - Los Robles Km 8 vía al sur
Sede Norte del Cauca: Carrera 13 # 1sur-51, Santander de Quilichao - Cauca

Popayán, Cauca, Colombia
PBX [57-2] 8320225 | www.fup.edu.co | Fundación Universitaria de Popayán



FUNDACIÓN
UNIVERSITARIA
DE POPAYÁN



Bienestar Institucional en la Fundación Universitaria de Popayán trabaja por el desarrollo armónico e integral de la comunidad universitaria. Propicia una mejor calidad de vida para todos a través de la gestión de programas y actividades que promueven el fomento y estímulo de las capacidades humanas en diferentes etapas de desarrollo personal, generando espacios de reflexión y convivencia

¡BIENVENIDOS!



FUNDACIÓN
UNIVERSITARIA
DE POPAYÁN



MISIÓN

La misión del área de Bienestar Institucional es mejorar la calidad de vida de todas las personas que integran la comunidad universitaria a través de servicios de apoyo en las áreas social, humana, cultural y espiritual. Promueve la igualdad de oportunidades y el respeto por los valores éticos y morales.

VISIÓN

Bienestar Institucional será reconocido por generar en su comunidad universitaria un alto sentido de pertenencia hacia la FUP mediante la implementación de la política de bienestar, que está encaminada a la formación integral de ser humano, la calidad de vida universitaria y la construcción de comunidad.



PROMOCIÓN DE LA SALUD INTEGRAL Y EL AUTOCUIDADO

Planifica, orienta, ejecuta, monitorea y promueve acciones en el campo de la prevención de enfermedades y la promoción de la salud física, mental y en el manejo de situaciones que alteren y deterioren la salud de los miembros de la comunidad universitaria mediante estrategias y programas formativos y preventivos que incidan en la calidad de vida y hábitos saludables.

PROGRAMAS Y ESTRATEGIAS

FUP Saludable

Impulsa y fortalece el entorno y cultura del autocuidado con el fomento de la salud física y mental de los miembros de la comunidad universitaria. El objetivo es generar adecuados ambientes psicológicos, físicos, ambientales y sociales a través de la promoción de hábitos de vida saludable a través de estrategias pedagógicas con enfoque preventivo que contribuyen al bienestar integral.

• Bienestar Psicológico.

- ✓ Actividades de contención emocional
- ✓ Actividades de prevención de enfermedades mentales
- ✓ Promoción de estilos saludables desde el área psicológica

• Muévete y actíivate.

- ✓ Actividades recreativas y de fomento del deporte
- ✓ Actividades para manejo de tiempo libre
- ✓ Páusate

• Cuidándonos Prevenimos.

- ✓ Actividades de promoción de la salud física y prevención de enfermedades
- ✓ Alimentación saludable y nutrición
- ✓ Sexualidad con responsabilidad



FUNDACIÓN
UNIVERSITARIA
DE POPAYÁN



- **Sana Convivencia**

- ✓ Convivencia sin violencia – Perspectiva Género y Diversidad
- ✓ Resolución de conflictos
- ✓ Entornos saludables

Semana de la Salud Integral FUP

Jornadas de salud semestrales que incentivan a la comunidad universitaria al fomento de estilos de vida saludable mediante actividades de prevención de enfermedades y promoción de la salud integral.

SERVICIOS

Prestación de servicios de salud “Centro de Bienestar y Salud: Padre Diego Jaramillo Cuartas”

Estos servicios están a disposición de estudiantes, administrativos y docentes de la institución.

- **Medicina General**
- **Odontología e Higiene Oral**

Agendar cita previa en la enfermería o por correo electrónico

auxiliar.enfermeria1@fup.edu.co

auxiliar.enfermeria2@fup.edu.co

Claustro San José

Calle 5 N° 8-58 Patio 1

- **Fisioterapia**

Agendar cita previa en la enfermería o por correo electrónico

cosultorio.fisioterapia@fup.edu.co

Claustro San José

Calle 5 N° 8-58 Patio 1

- **Psicología Clínica**

Agendar cita previa al correo electrónico adjuntando fotocopia de cédula y certificado de EPS.



FUNDACIÓN
UNIVERSITARIA
DE POPAYÁN



Bienestar Popayán

psicologia.clinica@fup.edu.co

Claustro San José
Calle 5 N° 8-58 Patio 1

Bienestar Santander de Quilichao

profesionalbienestar2@fup.edu.co

Campus Universitario Álvaro Ulcué Chocué
Carrera 13 N° 1 Sur -51

- Enfermería

Bienestar Popayán

auxiliar.enfermeria1@fup.edu.co

auxiliar.enfermeria2@fup.edu.co

Claustro San José
Calle 5 N° 8-58 Patio 1

Bienestar Santander de Quilichao

auxiliar.enfermeria3@fup.edu.co

Campus Universitario Álvaro Ulcué Chocué
Carrera 13 N° 1 Sur -51



FOMENTO A LA ACTIVIDAD FISICA, EL DEPORTE Y LA RECREACIÓN

Genera espacios para el deporte y la recreación, orientado en el desarrollo de la corporeidad y la condición física de las personas, mediante el desarrollo de actividades de carácter deportivo y recreativo con un enfoque formativo, competitivo y el manejo del tiempo libre.

ESTRATEGIAS

Deporte formativo y competitivo

Actividades deportivas formativas y competitivas que facilitan la iniciación o el perfeccionamiento de las habilidades en disciplinas deportivas mediante el fomento de competencias teórico - prácticas que permiten la conformación de equipos competitivos para la representación institucional.

- **Deportes en Conjunto**
 - ✓ Fútbol sala femenino y masculino
 - ✓ Fútbol masculino
 - ✓ Baloncesto masculino
 - ✓ Vóleibol femenino y masculino
- **Deportes en individuales**
 - ✓ Levantamiento de pesas femenino y masculino
 - ✓ Karate Do femenino y masculino

Información de horarios e inscripción

Profesional de apoyo en deporte

Claustro San José

deportes@fup.edu.co



FUNDACIÓN
UNIVERSITARIA
DE POPAYÁN



Recreación y manejo de tiempo libre

En pro de la sana convivencia, promoción de hábitos saludables y el disfrute del tiempo libre se generan actividades de carácter recreativo al servicio de la comunidad universitaria en general que aporten al uso saludable del tiempo libre.

- Campeonatos inter facultades
- Actividades de integración y esparcimiento
- Actividades recreativas
- Exhibiciones deportivas y eventos
- Ciclopaseos

Participación en eventos locales, regionales y nacionales

Se promueve la participación de grupos representativos institucionales en torneos de carácter competitivo como representación de la Fundación Universitaria de Popayán.

- Participación en Juegos regionales y nacionales ASCUN Deportes
- Competencias íter universitarias
- Torneos deportivo locales

SERVICIOS

Actividades formativas deportivas

Espacios para el desarrollo de aptitudes personales y de la creatividad a través de cursos.

- ✓ Fútbol sala femenino y masculino
- ✓ Fútbol masculino
- ✓ Tenis de mesa
- ✓ Baloncesto mixto
- ✓ Vóleybol mixto
- ✓ Artes marciales mixtas
- ✓ Acondicionamiento físico
- ✓ Aero rumba
- ✓ Ajedrez

Horarios e inscripción a las actividades formativas artísticas y culturales a través del micro sitio de Bienestar en la página web institucional

Profesional de apoyo en deporte

Claustro San José

deportes@fup.edu.co



EXPRECIÓN CULTURAL Y ARTÍSTICA

Permite establecer los lineamientos organizacionales en el desarrollo de las actividades culturales y artísticas en concordancia con la estructura administrativa y académica de formación integral para la comunidad universitaria. Esta acción posibilita la continua planeación de actividades culturales y artísticas dentro de la música, danza, teatro, artes plásticas y artes visuales; de acuerdo a las políticas de gestión institucional y bienestar para el mejoramiento de las políticas de investigación, innovación, creación artística y cultural. De esta forma, se contribuye a la exitosa ejecución en la administración y práctica de los espacios físicos o virtuales y favorece el apoyo en las labores formativas, académicas docentes, científicas, investigativas, monitorias y de extensión, dando paso al cumplimiento y una total proyección y misión de contribuir a la formación integral de personas comprometidas al desarrollo sostenible de la región y el país.

PROGRAMAS Y ESTRATEGIAS

Fomento y Fortalecimiento Artístico y Cultural

Actividades organizadas por la Coordinación de Cultura a través de las unidades Académico administrativas de la institución en articulación con entidades públicas a nivel departamental y municipal.

- **Formación Cultural y Artística.**

Prácticas académicas orales en articulación con diferentes áreas e instituciones privadas y gubernamentales.

- ✓ Diplomados, seminarios y talleres en música, danza, arte dramático, artes plásticas y artes visuales.

- **Encuentros Culturales Bienestar FUP**

Actividades y eventos que contribuyen con la construcción de la identidad cultural y artística desde la conservación de los valores culturales en la comunidad universitaria.

- ✓ Muestras artísticas de música, arte dramático, artes plásticas y artes visuales.



FUNDACIÓN
UNIVERSITARIA
DE POPAYÁN



- ✓ Conciertos
- ✓ Exposiciones de fotografía, pintura y otras expresiones artísticas

- **Muestras y prácticas de arte moderno y tradicional**

Articulación de procesos con ferias y mercados culturales desarrollados con otras instituciones públicas y privadas que permiten visibilizar el arte de una manera articulada desde nuestra ciudad y la comunidad universitaria.

- ✓ Popayán Ciudad Libro
- ✓ ASCUN Cultura
- ✓ Red ASIES Cauca
- ✓ Participación en festivales y encuentros nacionales e internacionales de cultura

Agenda Cultural

La agenda cultural universitaria es un ejercicio de articulación de las Instituciones de Educación Superior de la ciudad organizado y liderado por la FUP. Permite crear una agenda cultural conjunta, donde cada expresión será protagonista de su propio espacio. De esta forma, se da paso a la inclusión de distintas formas de arte expuestas en nuestro entorno histórico y moderno para llevarlos a diferentes escenarios de la ciudad a través de diferentes actividades; permitiendo así que el ejercicio académico expresado en arte y cultura pueda ser reconocido por la comunidad en general.

- ✓ Conciertos
- ✓ Exposiciones
- ✓ Conversatorios
- ✓ Talleres
- ✓ Muestras artísticas

Actividades formativas culturales

Espacios para el desarrollo de aptitudes personales y de la creatividad a través de cursos.

- ✓ Cerámica para el bienestar emocional
- ✓ Narrativa oral
- ✓ Pintura en acuarela
- ✓ Origami
- ✓ Dibujo
- ✓ Plastilina
- ✓ Conversación básica en inglés



FUNDACIÓN
UNIVERSITARIA
DE POPAYÁN



- ✓ Danza latina
- ✓ Danza folclórica
- ✓ Batería – Percusión popular y moderna
- ✓ Guitarra popular y moderna
- ✓ Piano popular y moderno
- ✓ Canto popular y moderno

Horarios e inscripción a las actividades formativas artísticas y culturales a través del micro sitio de Bienestar en la página web institucional

Coordinación de Deporte y cultura.

Claustro San José

bienestar.cultura@fup.edu.co

Ensamblés y grupos representativos culturales

Conformación de grupos representativos para promover la cultura desde la formación y perfeccionamiento de las habilidades artísticas.

- ✓ Ensamble popular y moderno
- ✓ Ensamble de música colombiana y latina
- ✓ Taller armonías
- ✓ Taller voz y percusión
- ✓ Danza latina
- ✓ Teatro
- ✓ Danzas folclóricas

Información de horarios e inscripción a las actividades formativas artísticas y culturales a través del micro sitio de Bienestar en la página web institucional

Coordinación de Deporte y cultura.

Claustro San José

bienestar.cultura@fup.edu.co



DESARROLLO HUMANO

Promover el desarrollo y potencial existente en las personas de la comunidad académica, administrativa y de docentes de la Fundación Universitaria de Popayán; así mismo, del aumento de sus posibilidades y del disfrute de la libertad para vivir la vida que valoran.

PROGRAMAS Y ESTRATEGIAS

FUP+ Incluyente

Este programa integra a la población con alguna capacidad diversa o necesidad educativa. Realiza acciones que impactan y sensibilizan de manera directa a la comunidad universitaria que aporta a la construcción de una cultura inclusiva en cumplimiento de los principios institucionales, especialmente al principio de la equidad, que permite constituir un enfoque particular.

- ✓ Talleres de sensibilización en inclusión
- ✓ Formación en acciones inclusivas
- ✓ Sensibilización en habilidades para la vida
- ✓ Prevención de casos de violencias
- ✓ Talleres psicosociales

Grupo estudiantil “ESTULIDER”

ESTULIDER permite a los estudiantes consolidar su proyecto de vida desde un enfoque estratégico con énfasis en el desarrollo de competencias en comunicación asertiva, liderazgo personal, trabajo en equipo y toma de decisiones. Igualmente, en temas prácticos como habilidades de manejo de público, inteligencia, habilidades sociales, entre otros.

- ✓ Taller de Inteligencia emocional habilidades sociales, comunicación asertiva, resolución de conflictos
- ✓ Formación en gobernanza estudiantil
- ✓ Fomento de la participación activa de la comunidad universitaria FUP ante las problemáticas sociales de nuestra región



FUNDACIÓN
UNIVERSITARIA
DE POPAYÁN



SERVICIOS

Acompañamiento Espiritual desde la Pastoral

Desde la Pastoral de la Fundación Universitaria de Popayán se brindan espacios de escucha que aportan al desahogo emocional y logran que el estudiante se sienta comprendido. Al mismo tiempo, podrá percibir que hay una comunidad que lo apoya, sentirá el perdón y el amor que Dios y, así alcanzará la armonía en auto-concepto y autoestima para que pueda alcanzar su meta de ser profesional.

- ✓ Encuentros con Jesús
- ✓ Caminatas ecológicas
- ✓ Encuentro de solos y solas
- ✓ Retiro de parejas

Estos servicios están a disposición de estudiantes, administrativos y docentes de la institución. Para mayor información comunicarse al siguiente correo:

Director de Pastoral Universitaria FUP

Claustro San Camilo

pastoral@fup.edu.co

Prestación de servicios de Psicorientación

Espacio de escucha a los estudiantes, administrativos y docentes que lo requiera con el fin de construir respuestas a las dificultades con la vida. De esta forma se proporciona orientación emocional y permite que los miembros de la comunidad universitaria logren un equilibrio en su vida para enfrentar retos y dificultades personales. Y, por medio del acompañamiento, contribuir a potenciar sus fortalezas.

- ✓ Talleres grupales de apoyo en contención emocional y respiración consciente
- ✓ Asesoría psicológica individual
- ✓ Asesorías psicológicas grupales

Agendar cita previa al correo electrónico:

Coordinación de Desarrollo Humano

Claustro San José

desarrollo.humano@fup.edu.co



FUNDACIÓN
UNIVERSITARIA
DE POPAYÁN



Zona de Orientación Universitaria FUP

Es un espacio diseñado para atender necesidades específicas de la comunidad académica de la Fundación Universitaria de Popayán. Brinda herramientas de afrontamiento que permitan abordar de manera empoderada posibles factores de riesgo existentes en el día a día de los mismos.

La sensibilización es un área fundamental en la Zona de Orientación Universitaria (ZOU), que busca generar consciencia colectiva respecto a posibles consecuencias del consumo y/o abuso de sustancias psicoactivas. A la vez, forma en cómo se concibe el apoyo que se puede generar triangulando vínculo primario de apoyo, sociedad y universidad para que los daños y riesgos sean mínimos.

- **Siempre Para Adelante**

Es una estrategia que hace parte de la ZOU. Fortalece los aspectos claves para la identificación de factores de protección existentes en nuestra comunidad académica a través de campañas que dan a conocer su funcionamiento. De esta forma, vincula de manera positiva su entorno y, así mismo, promueve la salud mental y emocional de quienes participan.

Estos servicios están a disposición de estudiantes, administrativos y docentes de la institución. Para mayor información comunicarse al siguiente correo.

Coordinación de Desarrollo Humano

Claustro San José

desarrollo.humano@fup.edu.co



PERMANENCIA Y GRADUACIÓN ESTUDIANTIL

Genera estrategias para el ingreso, permanencia y graduación estudiantil. Establece procesos como el apoyo integral desde la detección e identificación temprana del riesgo de deserción con un enfoque preventivo que contribuya en la continuidad y culminación exitosa de la educación superior.

PROGRAMAS Y ESTRATEGIAS

Programa de Permeancia y Graduación QUÉDATE

El programa “QUÉDATE” se basa en un modelo preventivo enfocado en la generación de estrategias encaminadas a garantizar el ingreso con criterio de equidad; la permanencia de los estudiantes con un enfoque preventivo de los riesgos de la deserción y; el cumplimiento de los requisitos académicos para la graduación en el tiempo previsto de duración del programa. Todo a través del acompañamiento integral durante su paso por la educación superior.

- **Orientación vocacional**

Procesos de articulación con Instituciones de Educación Media con el fin de identificar las aptitudes y competencias que poseen los bachilleres, las cuales permiten tomar la decisión más adecuada en el momento del ingreso a la Educación Superior.

- **Semana de inducción estudiantes primer semestre**

Durante la primera semana académica, los estudiantes de primer semestre asisten a jornadas complementarias que facilitan el proceso personal de adaptación a la vida universitaria.

- **Encuentro de Familias**

Encuentros periódicos de padres y acudientes de los estudiantes de primer semestre para generar cercanía entre ellos y la Universidad y, fortalecer el compromiso de la familia con la formación profesional de sus hijos.



FUNDACIÓN
UNIVERSITARIA
DE POPAYÁN



- **“CONECTADOS” Apoyo a estudiantes**

Se promueven talleres que contribuyen a fortalecer los procesos académicos con el uso de herramientas que potencialicen los procesos cognitivos.

- ✓ Talleres en entrenamiento en hábitos y técnicas de estudio
- ✓ Talleres de desarrollo de habilidades sociales
- ✓ Talleres de gestión del tiempo libre
- ✓ Actividades de fortalecimiento de habilidades neuropsicológicas
- ✓ Identificación y fortalecimiento de los estilos de aprendizaje

- **Preparación al Mundo Laboral**

Espacios dirigidos a los estudiantes de los últimos semestres y egresados de los diferentes programas académicos que brindan herramientas para fortalecer las habilidades y aptitudes encaminadas a enfrentarse a la vida laboral.

SERVICIOS

Refuerzos Académicos

Espacios para las asesorías en temas de lecto-escritura y ciencias básicas orientadas por docentes y dirigidas a estudiantes con bajo rendimiento. Las actividades de apoyo tienen como finalidad promover instancias de acompañamiento que faciliten el aprendizaje.

Para mayor información para acceder a los servicios

Bienestar Popayán

Coordinación de Permanencia y Graduación

Claustro San José

permanencia@fup.edu.co

Bienestar Santander de Quilichao

Permanencia y Graduación

Campus Universitario Álvaro Ulcué Chocué

Carrera 13 N° 1 Sur -51

profesionalbienestar1@fup.edu.co



FUNDACIÓN
UNIVERSITARIA
DE POPAYÁN



Acompañamiento individual

Orientación académica para aquellos estudiantes que presenten algún riesgo de deserción.

Agendar cita previa con en la coordinación de Permanencias y Graduación

Bienestar Popayán

Coordinación de Permanencia y Graduación

Claustro San José

permanencia@fup.edu.co

Bienestar Santander de Quilichao

Campus Universitario Álvaro Ulcué Chocué

Carrera 13 N° 1 Sur -51

profesionalbienestar1@fup.edu.co



PROMOCIÓN SOCIOECONÓMICA

Desarrollar estrategias que contribuyan con el mejoramiento de la calidad de vida de la comunidad universitaria. Esto mediante programas de promoción socioeconómica que atiendan a la población social y económicamente vulnerable, y programas de estímulos al mérito académico y de cualificación y formación integral.

ESTRATEGIAS

La FUP para todos

Estrategia que contribuye a la mejora de la calidad de vida de la comunidad universitaria mediante programas de promoción socioeconómica que atienden a la población social y económicamente vulnerable. Se trabaja a través de estímulos al mérito académico, becas institucionales, becas ICETEX, convenios, aliados estratégicos externos que posibilitan el financiamiento de la educación superior, programas de cualificación y formación integral. Estos están orientados a favorecer la sostenibilidad de los estudiantes con alto índice de vulnerabilidad a la deserción para contribuir a la permanencia y culminación exitosa de sus estudios académicos.

- ✓ Estímulo al Mérito Académico
- ✓ Monitorias
- ✓ Fondo de Becas (académicas, institucionales, ICETEX)
- ✓ Convenios Institucionales
- ✓ Subsidio de Transporte y alimentación

SERVICIOS

Acompañamiento a población vulnerable

Acciones en pro de la permanencia y graduación de los estudiantes pertenecientes a grupos socioeconómicamente vulnerables (convenios con alcaldías, comunidades indígenas, ICBF, víctimas del conflicto armado, entre otros), por medio de talleres que



FUNDACIÓN
UNIVERSITARIA
DE POPAYÁN



fortalecen las habilidades sociales y les permiten afrontar de forma asertiva situaciones que se presentan en su diario vivir para el desarrollo de su proyecto de vida.

Para mayor información para acceder a los servicios.

Bienestar Popayán

promoción.socioeconomica@fup.edu.co

Claustro San José

Promoción de servicios financieros

Promoción de servicios de crédito educativo, cuyo objetivo es brindar opciones a los estudiantes para que financien sus procesos formativos en articulación con entidades bancarias y de financiación, los cuales ofrecen servicios de crédito para la población estudiantil.

Para mayor información para acceder a los servicios.

Bienestar Popayán

promoción.socioeconomica@fup.edu.co

Claustro San José