



# MI BIENESTAR



Universidad de Sucre  
INCLUYENTE, INTEGRADA Y PARTICIPATIVA

BOLETÍN 15

NOVIEMBRE



Archivo Unisucre

## EQUIPO EDITORIAL

**EDITOR:** María Victoria Maldonado Burgos

**EDITORIAL:** Universidad de Sucre, Colombia

**DEPENDENCIA:** Bienestar Social Universitario

**EQUIPO EDITORIAL:** Angélica Olivero, Jorge Aguas, Rolando Álvarez, María Bustamante, Sandra Hernández, Laura Paternina, Ibis Vides y Mildred López.

**EQUIPO TÉCNICO:** Ediber Correa Feria

## TABLA DE CONTENIDO

EDITORIAL .....	2
FRASE CÉLEBRE .....	2
CULTURA .....	3
ENCUENTRO REGIONAL DE COROS ENTREVOCES - CORO UNISUCRE .....	3
DEPORTES.....	3
JUEGOS SINTRAUNICOL.....	3-4
PROGRAMAS ESPECIALES .....	4
ENTÉRATE .....	4
PROGRAMA JÓVENES EN ACCIÓN .....	4-5

# EDITORIAL

Por: María Victoria Maldonado Burgos

Quien no vive para servir no sirve para vivir, dijo el célebre escritor indio Rabindranath Tagore. En estos tiempos donde los periodos de vida humana se vienen reduciendo, a esa frase antes habría que acotarle algunos por menores. En ese orden, quien no vive lo suficiente no podrá servir, así esté interesado en hacerlo y de la misma forma, quien no tiene salud lo más probable es que reduzca su tiempo para vivir y servir.

En el sentido de lo anterior, la frase sería: "si quieres vivir para servir tu salud debes asistir". Esto solo se logra con unos hábitos de vida saludables y aunque todos probablemente los conocemos al momento de ponerlos en prácticas se nos hace muy fácil buscar excusas.

Así, por ejemplo:

Para no hacer ejercicio diario nos excusamos en falta de tiempo, cuando solo basta restarle espacio a actividades menos importantes como el uso de tecnologías y redes sociales, recuerden que estas no existieron durante toda la historia de la humanidad y aunque ahora son muy útiles hay que recordar que antes se podía vivir perfectamente sin ellas.

Para no comer sano y a las horas adecuadas; nos justificamos algunas veces en el alto costo de dietas saludables, cuando antes no existían tantos condimentos y salsas artificiales. Para comer a la hora vasta con organizar un poco nuestras actividades labores, recuerden que ningún empleo legalmente podría interferir con las horas de la alimentación, salvo en algunos casos y eso esporádicamente.

Para no dormir el tiempo suficiente, nos excusamos generalmente en el exceso de trabajo. Aunque no descansar lo necesario puede ser realmente por esa razón, cabe la reflexión, ¿es más importante el dinero que gano con mi trabajo que la salud para poder seguir trabajando? Me permito recordar que con salud también podemos disfrutar de otras cosas como de los seres queridos, de la naturaleza, de viajar y demás cosas que considere placenteras.

Finalmente, y no menos trascendental, no hay excusas para no tener salud mental. De nuestra vida tenemos que retirar radicalmente personas, hobbies, vicios, pasiones, trabajos y todo lo que nos pueda afectar la tranquilidad.

Recuerda que desde la División de Bienestar Social Universitario más cerca de ti, continuamos aportando al bien-estar de nuestra comunidad Unisucreña.

## FRASE CELEBRE

*"La salud es el mejor regalo, la satisfacción la mayor riqueza, la fidelidad la mejor relación."* - **(Buda)**

# CULTURA

## ENCUENTRO REGIONAL DE COROS ENTREVOCES - CORO UNISUCRE

El Encuentro Regional de Coros Entrevoces se realiza año tras año en la ciudad de Montería. Para la selección de los coros participantes, inicialmente se abre una convocatoria abierta a nivel de todos los coros de la región caribe, los cuales deben inscribirse y postularse adjuntando información del grupo tales como reseñas, audios, videos y fotografías del mismo. Luego, la junta directiva del mismo, se reúne analiza los datos de los coros postulados y seleccionan las agrupaciones que bajo su criterio merecen participar en las versiones del evento.

En la versión 2021, se postularon alrededor de quince (15) agrupaciones corales, entre universitarias, infantiles, juveniles, coros de cámara, ensambles y coros mixtos independientes. Los coros que finalmente fueron seleccionados pertenecen a los departamentos de Córdoba entre ellos coro de la caja de compensación familiar de Córdoba Comfacor, coro de la Universidad Pontificia Bolivariana seccional Montería, coro San Rafael Arcángel de Chinú y coro Entrevoces de Montería. Por el departamento de Sucre fueron seleccionados tres grupos corales a decir: coro de la caja de compensación familiar de Sucre Comfasucre, coro VocElite y coro de la Universidad de Sucre. Para un total de siete (7) agrupaciones en escena.

En el caso particular del coro de nuestra Alma Mater, la agrupación puso en escena a veinticuatro (24) miembros del coro distribuidos en veinte (20) voces y cuatro (4) percusionistas. La selección del coro se hizo de tal forma que estuviese conformado por estudiantes activos y egresados de la misma, además de ser personas con grandes actitudes para interpretar el repertorio que se enseñó de forma virtual desde inicios del semestre académico II del año 2021. El repertorio fue variado, empezando por Stabat Mater (Sacro), Yo no quiero cantar (Bullerengue del folclor caribe) y Betelehemu (Popular Nigeriano).

Al final del evento, se destacó la participación del grupo por su muestra y por ser uno de los coros que más ha sido seleccionado en las versiones anteriores del encuentro.



# DEPORTES

## JUEGOS SINTRAUNICOL

Después de varios años sin participar en los encuentros deportivos y culturales de SINTRAUNICOL Nacional, la Universidad de Sucre y el Sindicato Nacional de Trabajadores y Empleados Universitarios- Seccional Sucre, suscribieron el acuerdo colectivo para empleados públicos en donde la Universidad de Sucre y la Subdirectiva Sincelejo (SINTRAUNICOL), manifestaron su intención de brindar reconocimientos y beneficios. En este sentido nuestros trabajadores afiliados a SINTRAUNICOL, Universidad de Sucre, participarán en el marco de los XX JUEGOS DEPORTIVOS Y IV ENCUENTRO CULTURAL SINTRAUNICOL 2021, a desarrollarse en el municipio de San Antero, Córdoba.

Nuestra Universidad de Sucre, estará representada por una delegación de 40 personas, entre integrantes de la Junta Directiva Sintraunicol Subdirectiva Universidad de Sucre y trabajadores afiliados que estarán participando en distintas disciplinas como: Fútbol Sala Masculino, Ranita Femenino, Parques Mixto, Mini tejo Masculino y Dominó Mixto. Para reforzar la habilidades y destrezas de nuestros participantes, la Coordinación de Deporte realiza prácticas deportivas con nuestros trabajadores, con el objetivo de realizar la mejor presentación posible en cada disciplina.

Estos juegos se desarrollaron durante la semana del 16 al 21 de noviembre en donde, nuestra delegación tuvo una excelente representación en cada una de las disciplinas.



Archivo Unisucre



Archivo Unisucre



Archivo Unisucre

Para el cierre de este gran evento, nuestro Rector Jaime de la Ossa Velasquez, manifestó ante la Junta Nacional de SINTRAUNICOL, su intencion de ser sede para los proximos juegos a realizarse durante el año 2022, las palabras de nuestro rector fueron muy bien recibidas ante los integrantes de la Junta Nacional, por lo que esperamos que para el próximo encuentro nuestra Universidad de Sucre, Incluyente, Integrada y Participativa sea la anfitriona Nacional de los juegos SINTRAUNICOL.



Archivo Unisucre

## PROGRAMAS ESPECIALES ENTÉRATE PROGRAMA JÓVENES EN ACCIÓN

Para el mes de noviembre se inició con la difusión en las redes sociales de nuestra alma mater, con el enfoque diferencial de discapacidad en el marco del componente de Bienestar Comunitario de la Dirección de Transferencias Monetarias Condicionadas del programa jóvenes en acción, y alguno de sus objetivos fueron encaminados a promover espacios de reflexión al interior de las familias y la comunidad sobre la discapacidad como un tema presente en la cotidianidad de la sociedad y de las comunidades, así como difundir y promover a través de las redes sociales propias del territorio como WhatsApp, Facebook y correos electrónicos entre otros, información general sobre discapacidad y el acceso a la información sobre la ruta, para realizar el nuevo registro de discapacidad.

**CAPACIDAD PARA LA DISCAPACIDAD**

La discapacidad es una de las muchas condiciones que pueden afectar a las personas, pero no es una limitación para el desarrollo personal y profesional. La capacidad para la discapacidad es el conjunto de habilidades y conocimientos que permiten a las personas con discapacidad ejercer sus derechos y participar plenamente en la sociedad.

**Derechos a la Igualdad de oportunidades, libertades y participación**

Las personas con discapacidad tienen los mismos derechos que las demás personas. Estos derechos incluyen:

- Derecho a la Libertad:** Las personas con discapacidad tienen el derecho de tomar sus propias decisiones y vivir de acuerdo a sus valores, creencias y necesidades.
- Derecho a la Igualdad y la No-Discriminación:** Las personas con discapacidad tienen el derecho de ser tratados con igualdad y no ser discriminados por su condición de discapacidad.
- Derecho a la Salud:** Las personas con discapacidad tienen el derecho de acceder a servicios de salud y atención médica de calidad.
- Derecho a la Educación:** Las personas con discapacidad tienen el derecho de acceder a servicios educativos de calidad.
- Derecho a la Participación:** Las personas con discapacidad tienen el derecho de participar plenamente en la vida comunitaria y social.

**NO ES:**

- Una condición que afecta a todas las personas.
- Una limitación para el desarrollo personal y profesional.
- Una enfermedad que puede ser curada.
- Una condición que afecta a la vida comunitaria y social.
- Una condición que afecta a la dignidad de las personas.

**PARA:**

- Acceder a servicios de salud y atención médica de calidad.
- Acceder a servicios educativos de calidad.
- Participar plenamente en la vida comunitaria y social.
- Tomar sus propias decisiones y vivir de acuerdo a sus valores, creencias y necesidades.
- Ser tratados con igualdad y no ser discriminados por su condición de discapacidad.

**HORA DE COMPROMISOS EN ACCIÓN**

¿Qué compromiso te gustaría hacer para mejorar la vida de las personas con discapacidad en tu comunidad?

¿Qué compromiso te gustaría hacer para mejorar la vida de las personas con discapacidad en tu familia?

¿Qué compromiso te gustaría hacer para mejorar la vida de las personas con discapacidad en tu escuela?

¿Qué compromiso te gustaría hacer para mejorar la vida de las personas con discapacidad en tu trabajo?

¿Qué compromiso te gustaría hacer para mejorar la vida de las personas con discapacidad en tu ciudad?

¿Qué compromiso te gustaría hacer para mejorar la vida de las personas con discapacidad en tu país?

¿Qué compromiso te gustaría hacer para mejorar la vida de las personas con discapacidad en el mundo?

Además, se realizó el cargue definitivo correspondiente al reporte por permanencia y desempeño, del último ciclo de entregas programado por DPS, para la última semana de diciembre, teniendo en cuenta que el calendario académico estuvo sujeto a cambios que venían generados por la pandemia y el paro nacional del presente año.

A demás se realizó intervención de manera virtual, en las clases de cátedra vida universitaria en los programas de contaduría pública, Ingeniería en electrónica, Ingeniería civil, zootecnia y economía, donde se informó sobre el programa jóvenes en acción, sus funciones, su manual operativo, el proceso de ingreso o pre-registro, entre otros temas de suma importancia para los potenciales beneficiarios.

La equidad es de todos Prosperidad Social

# Joven en Acción

La oficina de Bienestar Social Universitario, informa a la comunidad Unisucreña, que el pasado viernes 26 de noviembre del 2021, se realizó el cargue definitivo de información para la verificación de compromisos del periodo académico 2021 – 1, permanencia y desempeño.

Ciclo No	Concepto de verificación	Fecha de cargue	Mes de entrega
6	Permanencia y desempeño 2020 - 1	Noviembre 26 del 2021	Última semana de diciembre

Recuerda que el cronograma interno para reporte, estuvo sujeto a cambios debido a la pandemia por Covid 19 y al paro nacional del presente año, que incidieron en la modificación de nuestro calendario académico.  
Es importante que estes muy atento a los canales informativos del programa y de la Universidad, de igual manera revisar constantemente el portal SIJA.

Jóvenes En Acción Colombia @JovenesAccionCo @JovenesaccionCo <https://prosperidadsocial.gov.co/generacion-e/> #Jóvenes EnAcción

Archivo DPS

# #ELBIENESTARESDETODOS



# MI BIENESTAR



BOLETÍN 14

NOVIEMBRE

## #ELBIENESTARESDETODOS

