

UNIVERSIDAD INTERAMERICANA DE PUERTO RICO
RECINTO DE PONCE
TRIGÉSIMO SEGUNDO SENADO ACADÉMICO

PLAN DE TRABAJO
2022-2023

COMITÉ ESPECIAL DE BIENESTAR Y CALIDAD DE VIDA

MISIÓN: El Comité de Bienestar y Calidad de Vida, se enfoca en fomentar el bienestar y mejorar la calidad de vida de todos los miembros de la comunidad universitaria. Así mismo, fomenta la coordinación y utilización de todos los recursos internos y externos para facilitar los procesos y la comunicación inclusiva, centrándose en la programación e implantación de estrategias para fomentar buenas prácticas de salud, así como la divulgación de información que apoyen y mejoren la salud física, emocional, mental, ocupacional y espiritual de todos los miembros de la comunidad universitaria.

VISIÓN: El Comité de Bienestar y Calidad de Vida, visualiza posicionar la salud y el bienestar como parte integral del éxito del proceso de enseñanza–aprendizaje de la comunidad universitaria.

ASUNTO	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	ACTIVIDADES/ESTRATEGIAS	RECURSOS	FECHA	RESULTADOS ESPERADOS
1	Desarrollar una cultura que promueva el bienestar, la adquisición de competencias en el autocuidado y la resiliencia, y eliminar el estigma de las condiciones de salud.	Talleres: Manejo de estrés	Dra. Virgenmina Torres Dr. Erick Miletti	enero 2023	Desarrollo de conocimiento Control del estrés, ansiedad
		Taller: Planificación financiera personal	Dr. Ronald Hernández	febrero 2023	Manejo efectivo de las finanzas
		Conversatorio: Cómo crear una cultura de bienestar desde la perspectiva de estudiantes, facultad y personal no docente	Un estudiante, un miembro de facultad y un empleado no docente Prevención	marzo 2023	Desarrollo de una cultura de bienestar en la comunidad universitaria
		Cápsulas informativas El estigma de la Salud Mental Manejo de Ansiedad Manejo de Tristeza	Dra. Virgenmina Torres	octubre 2022	Orientación por las redes sociales

ASUNTO	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	ACTIVIDADES/ESTRATEGIAS	RECURSOS	FECHA	RESULTADOS ESPERADOS
2	Desarrollar actividades de prevención y promoción que fomenten el bienestar entre estudiantes, personal administrativo y la facultad.	Ferias de Salud	Recursos de la Comunidad (Unidades Móviles)	enero a mayo 2023	Comunidad universitaria saludable y control de enfermedades
		Clínica de Vacunación (COVID)	Sen. Benjamín López Torres Sen. Olga Arroyo Dr. Pedro Vargas Prof. Ricardo Castillo Sra. Yinaira Santiago	octubre 2022 febrero 2023	
3	Integrar estrategias extracurriculares innovadoras encaminadas a mejorar el conocimiento de buenas prácticas de bienestar que redunden en el mejoramiento de la calidad de vida de la comunidad universitaria.	Actividad Educativa sobre acondicionamiento físico y nutricional Cápsulas informativas – Rutina de Ejercicios	Director Atlético Prof. Ricardo Castillo Estudiantes del Programa de Entrenador Personal	enero a mayo 2023	Uso efectivo de buenas prácticas de salud

Preparado por:
 Sen. Benjamín López Torres
 Sen. Virgenmina Torres
 Sen. Olga Arroyo
 Dr. Pedro Vargas Ortiz
 Prof. Ricardo Castillo
 Sra. Yinaira Santiago Ortiz