

# ¿Qué son los semilleros de Bienestar?

Son espacios de participación para estudiantes, docentes y empleados que nacen de sus intereses y necesidades y tienen como propósito promover la formación integral, la convivencia y el disfrute de la vida universitaria.

**Gestión desde:**  
El Grupo de Representantes Estudiantiles  
Y el Comité de Clima Laboral

Dichos espacios son creados  
**CON, PARA y POR**  
los estamentos.

## Líderes:



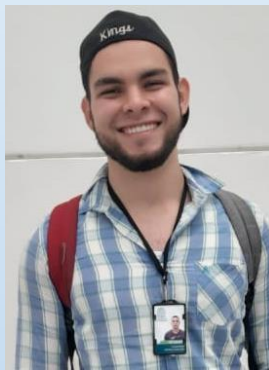
YOGA  
Verónica  
Monsalve



TEATRO  
Camila  
Rincón



MEDIO  
AMBIENTE  
Paula  
Zapata



DANZA  
Alejandro  
Bedoya



PINTURA  
Camilo  
Marín



MUSICA  
Camilo  
Tapasco

Apoyados por la  
administración  
mediante el  
reconocimiento  
al talento de los  
estudiantes líderes,  
a través de un  
reconocimiento  
económico simbólico.

# Participantes:

Semillero	Estudiantes Participantes (pregrado y posgrado)
Yoga	15
Música	9
Teatro	7
Pintura	8
Danza	16
Medio Ambiente	5



Contamos con 4 empleados  
participantes e invitamos a los  
profesores a que se animen.

Lunes de 10:00 a 12:00 del día

# Semilleros

La perspectiva  
de una usuaria  
estudiante de  
posgrado

**¿QUIÉN ERES?**  
Shirley Zapata  
Montoya, próxima  
Ortopedista  
Maxilar

**PARA TI, ¿QUÉ SON LOS  
SEMILLEROS?**  
Fueron un espacio que generó  
comunicación asertiva, manejo de  
inteligencia emocional y un lugar  
con fuente generadora de confianza  
y sentido de escucha.



**¿CÓMO HA SIDO TU EXPERIENCIA  
y APRENDIZAJES?**  
Yoga fue una oportunidad para  
sentirnos escuchadas valoradas,  
motivadas y las pautas para el manejo  
de la respiración nos ayudaba a liberar  
el estrés de la actividad académica