



Campus[®]

Periódico Universidad de La Sabana Empleados

Técnicas profesionales de cocina colombiana
CERCA DE GANAR UN "ÓSCAR" GASTRONÓMICO

Escrito por el chef Carlos Gaviria y editado por la Universidad de La Sabana, el libro *Técnicas profesionales de cocina colombiana* fue nominado a los Gourmand World Cookbook Awards 2017, como uno de los cinco mejores libros de cocina y vino impresos o digitales del mundo.

Pág. 4

SER SABANA ES +	2
+ ACADEMIA	5
+ DOCENCIA	8
+ FAMILIA	8
+ BIENESTAR	9

CONVOCATORIA PARA RECONOCER A LOS GRUPOS DE INVESTIGACIÓN Y A LOS INVESTIGADORES 2017

Para generar conocimiento sobre las fortalezas y potencialidades de quienes integran el Sistema Nacional de Ciencia, Tecnología e Innovación, Colciencias abrirá la convocatoria el 30 de junio.



Pág. 5

Portafolio de INVESTIGACIÓN
Universidad de La Sabana

CONOCE A LOS NUEVOS REPRESENTANTES AL CONSEJO SUPERIOR Y AL CONSEJO DEL CLAUSTRO

Pág. 2

"LA UNIVERSIDAD DE LA SABANA ME ENSEÑÓ A SER LÍDER Y BUENA GERENTE"

Haber nacido en Colombia fue el primero de los factores que le permitió convertirse en embajadora de la cultura de los negocios en Latinoamérica. La Universidad de La Sabana, en Holanda, aprovecha el talento de Gloria Sánchez, graduada del programa de Administración de Negocios Internacionales; ella aprendió en su país cómo formar a los futuros administradores sobre el contexto del mercado en nuestra región.

Alumni Sabana
Comunidad de Graduados

Pág. 3

NUEVOS REPRESENTANTES ANTE EL CONSEJO SUPERIOR

En desarrollo de lo previsto en los Estatutos de la Universidad, el Consejo del Claustro Universitario eligió a la profesora Ana Ximena Halabi Echeverri y al estudiante Juan Pablo Soche Sandoval como representantes ante el Consejo Superior para el 2017.

La profesora Ana Ximena es ingeniera industrial, Especialista en Sistemas de Control Organizacional, Magíster en Hidrosistemas y Doctora en Ciencias Computacionales. Hace nueve años, se vinculó a la Universidad de La Sabana, donde ha participado en distintos escenarios académicos. Actualmente, es directora de la Maestría en Gerencia de Operaciones; su docencia se ha concentrado en áreas afines a la logística y la sostenibilidad estratégica. Su trabajo

investigativo ha sido reconocido nacional e internacionalmente.

Por su parte, Juan Pablo es estudiante becado del programa de Ingeniería Industrial. Se ha desempeñado durante seis semestres como monitor de Matemáticas. Es estudiante Pharos y PAT. En el año 2015, se hizo acreedor de la mención Estudiante Meritorio, debido a su alto rendimiento académico. Además, hace parte del Coro Universitario, como jefe de Tenores.

En caso de ausencia de los representantes ante el Consejo Superior, María Amalia Quevedo Jaramillo, profesora de la Facultad de Filosofía y Ciencias Humanas, y María Pilar Gastelbondo, estudiante de Administración de Negocios Internacionales, serán quienes suplan los cargos, respectivamente.



De izquierda a derecha: María Amalia Quevedo Jaramillo, Ana Ximena Halabi Echeverri, el rector Obdulio Velásquez Posada, Juan Pablo Soche Sandoval y María Pilar Gastelbondo.

ESTE ES EL CONSEJO DEL CLAUSTRO PARA EL AÑO 2017

El actual Consejo del Claustro, elegido por la comunidad universitaria a través del voto electrónico en diciembre del 2016, está conformado por Obdulio Velásquez Posada, presidente rector; Liliana E. Ospina Gómez, representante de vicerrectores; María Carolina Serrano Ramírez, representante de los directivos; Elizabeth Cabra Rojas, representante de decanos, directores de instituto o de unidad académica de carácter especial; Edwin Roberto González y José Armando Ramírez, representantes de empleados administrativos; Neila Stella Díaz Bahamón, María

Amalia Quevedo Jaramillo, Carlos Manuel Jiménez Aguilar, Ana María Halabi Echeverri y Nohora Mercedes Angulo, representantes de los profesores; y Juan Pablo Soche Sandoval, Mauricio Roa García y María Pilar Gastelbondo, representantes de los estudiantes.

Este órgano representativo de la comunidad universitaria, que viene sesionando desde el 9 de febrero del 2004 de manera continua, actúa como canalizador, asesor y proponente de diversas iniciativas para el desarrollo y fortalecimiento de la Universidad.

ENTRE SUS PRINCIPALES FUNCIONES ESTÁN:

1. Presentar iniciativas al Consejo Superior.
2. Revisar y aprobar en primera instancia los reglamentos de los profesores, empleados y estudiantes, antes de que sean sometidos al Consejo Superior.
3. Elegir, dentro de su seno, por el sistema del cuociente electoral, a sus representantes al Consejo Superior, los cuales deberán tener las calidades previstas en el numeral primero del artículo séptimo de estos estatutos.

4. Revisar y aprobar en primera instancia los reglamentos de los fondos de bienestar que se creen en la Universidad, antes de someterlos al Consejo Superior.
5. Revisar y aprobar en primera instancia los programas de estímulos laborales o académicos que vayan a ser sometidos al Consejo Superior.
6. Darse su propio reglamento.

El Consejo del Claustro invita a la comunidad universitaria enviar sus iniciativas al correo consejo.claustro@unisabana.edu.co



Miembros del Consejo del Claustro 2017.



NUEVOS COORDINADORES EN LA DIRECCIÓN DE ADMISIONES

Después de un riguroso proceso de selección, se nombró al profesional Andrés Felipe Díaz Blanco, administrador de empresas de nuestra Universidad, como coordinador logístico de Promoción Nacional e Internacional. Andrés Felipe estará encargado de impulsar la promoción de los programas de pregrado y de avanzar en el relacionamiento con colegios en el ámbito nacional. Sobre su nombramiento, expresó: “La idea es llevar el nombre de la Universidad a lugares donde no ha llegado, penetrar mercados nuevos y lograr que los mejores estudiantes de Colombia y de otros países piensen en La Sabana como la mejor opción de universidad”.

Como coordinador de Becas Excelencia y *Scouting*, fue nombrado Juan Fernando Bernal Mejía, comunicador social y periodista también de La Sabana, quien en su nuevo cargo tendrá la misión de conseguir que los estudiantes de colegio y los profesionales de empresas con las más altas condiciones académicas y humanas concursen en el programa “Becas Excelencia”, a nivel de pregrado y posgrado. Sobre su nuevo cargo, Juan Fernando afirmó: “Al iniciar esta nueva etapa, quiero contribuir a que los mejores estudiantes y profesionales del país realicen su carrera en la Universidad de La Sabana. Para esto, habrá que trabajar de la mano con todas las unidades y que este trabajo contribuya acertadamente a lograr las metas de la Universidad”.

La Dirección de Desarrollo Humano y la Dirección de Admisiones, de acuerdo con el artículo 18 del Escalafón Administrativo, que indica que “los cargos vacantes, en lo posible, deberán cubrirse

por medio de un concurso interno entre las personas que ocupen cargos de categorías inferiores”, llevaron a cabo la convocatoria interna.

Estas coordinaciones responden a planes estratégicos para consolidar el mercadeo de la oferta académica de pregrado y posgrado, el relacionamiento con colegios y empresas del más alto nivel y el posicionamiento del concepto de excelencia académica.



Andrés Felipe Díaz Blanco, coordinador logístico de Promoción Nacional e Internacional.



Juan Fernando Bernal Mejía, coordinador de Becas Excelencia y *Scouting*.

Espera lo que
Open Campus!
Unisabana
trae para ti



Graduada en la Universidad de La Haya, vocera de cómo funcionan los negocios en Latinoamérica

Viene de portada

“LA UNIVERSIDAD DE LA SABANA ME ENSEÑÓ A SER LÍDER Y BUENA GERENTE”

Luego de cursar en esa universidad un Master in Business Administration (MBA), programa del cual era la única estudiante latina, la administradora, de 31 años, fue reconocida por sus resultados académicos y recibió la responsabilidad de coordinar un nuevo proyecto para la institución. Debía trabajar en el desarrollo de una especialización llamada *Doing business in Latin America*. Así, desde agosto del 2016, hace parte del equipo de profesores de la Facultad de Negocios Internacionales de esa universidad.

“Ser profesora es un reto en mi carrera profesional, y creo que puede abrirme grandes puertas en el futuro”, expresa Gloria, quien dicta seis asignaturas relacionadas con el mercadeo y los recursos humanos. “El mejor aporte que le estoy dando a mis estudiantes es el conocimiento que tengo sobre Latinoamérica. Les transmito, conforme a mi experiencia, cuál es el perfil de los negocios en la región”, agrega.

Ese conocimiento resultó de su trabajo como secretaria privada en el Ministerio de Transporte, en el 2010. “Atendí a muchos inversionistas internacionales del sector de la ingeniería que querían invertir en infraestructura. De esa experiencia, adquirí una visión macro de los negocios”, asegura Gloria. Además, aprendió de ello en su estadía en Barcelona, donde hizo un *dual degree* con el Foro Europeo de la Escuela de Negocios Internacionales y se desempeñó como reclutadora de una multinacional belga.

Como producto del trabajo de Gloria en la Universidad de La Haya, la decana de la Escuela Internacional de Ciencias Económicas y Administrativas (EICEA), Hilda Arango de Ortega, viajó recientemente a Holanda para firmar un convenio con esa institución. El acuerdo permitirá que estudiantes de esa universidad y de La Sabana desarrollen intercambios académicos, con el fin de profundizar en el estudio de los negocios en Europa y América Latina.



Sin importar en qué rincón del mundo se encuentre, Gloria mantiene presente a su Universidad en los proyectos que emprende. “La Universidad de La Sabana me enseñó a ser líder y buena gerente. Eso ha sorprendido a los directivos de La Haya”, afirma con contundencia. “Mi Universidad me enseñó a tener la mente en

De izquierda a derecha: Susana Menéndez, vicepresidenta de la Universidad de La Haya; Gloria Sánchez, graduada de Administración de Negocios Internacionales; e Hilda Arango de Ortega, decana de la EICEA.

varias cosas, a ser multifacética, y eso me ha permitido abrir puertas en el ámbito profesional”, concluye.

Técnicas profesionales de cocina colombiana

CERCA DE GANAR UN “ÓSCAR” GASTRONÓMICO

Con el apoyo de la Escuela Internacional de Ciencias Económicas y Administrativas (EICEA), a través del programa de Gastronomía, el autor Carlos Gaviria se presentó a estos premios, en los que se dan cita los más destacados cocineros del mundo y editores de este sector.

Algunas personas dicen que estos premios son como los Grammy en la música o los Óscar en el cine, puesto que son los premios más importantes para los libros de cocina en el mundo. Cada año, estos reconocimientos acogen, aproximadamente, 21.000 publicaciones de gastronomía de 200 países. Se hace una preselección y, por último, se anuncian los seis nominados finales por las diferentes categorías, desde la A hasta la D.

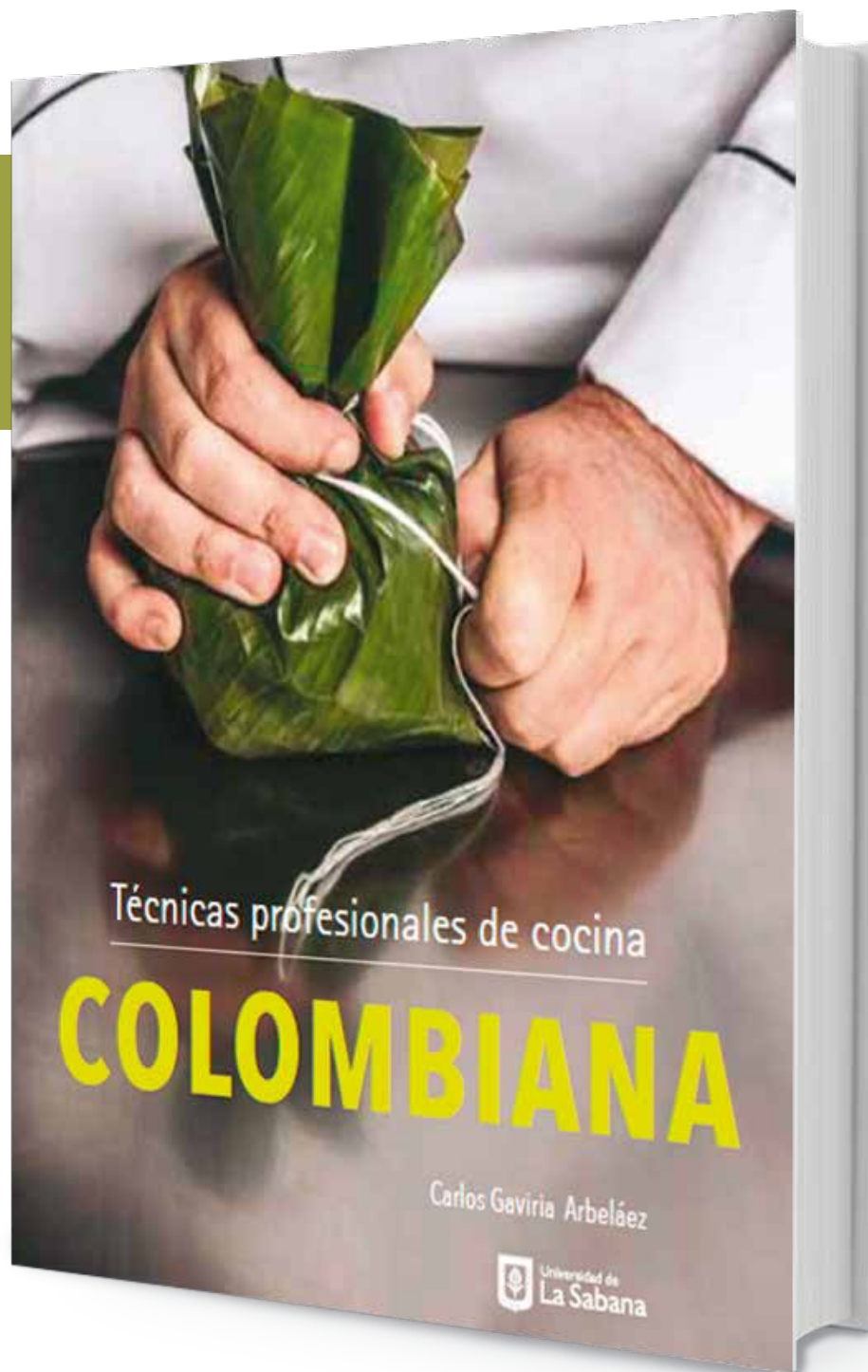
El libro está nominado en las categorías Autor profesional y Autor de textos académicos o de libros gastronómicos de academia. La premiación será el 28 de mayo en Yantian, China.

En el ámbito editorial, *Técnicas profesionales de cocina colombiana* responde a los altos estándares de calidad exigidos en este sector. De hecho, es un plus que bajo el sello de la Universidad de La Sabana da cuenta de excelencia.

El libro es fruto del trabajo de un equipo humano, en cabeza de la Dirección de Publicaciones, que se dedicó a su producción, se apropió del contenido y supo interpretar el conocimiento del autor Carlos Gaviria.

Las imágenes logradas por Felipe Pizano van más allá de lo meramente fotográfico y ahondan en la esencia de la cocina colombiana. El diseño de Miguel Gerardo Ramírez combina y proyecta de manera magistral textos con imágenes, apreciados en el mundo editorial como arte verdadero, que logra su plenitud a la hora de la impresión, con la acertada selección de papeles importados e impresión (a cargo de Nomos Editores) con tintas y las nuevas técnicas de la industria editorial.

De esta manera, la Dirección de Publicaciones logró producir este *coffee table book*, que responde no solo a su definición como “libro de gran formato y tapa dura, donde su diseño y una exquisita edición lo convierten en una pieza ideal para regalos y como elemento decorativo”, sino que presenta de manera artística la producción intelectual lograda en la academia, con fines de proyección social.



NOMINADOS EN LA CATEGORÍA A05 – PROFESSIONAL

COLOMBIA

Técnicas profesionales de cocina colombiana, Carlos Gaviria (Universidad de La Sabana).

ECUADOR

El pequeño Escoffier, Antonio Pérez (Gallo Press).

ITALIA

Cottura, Franco Luise (Bibliotheca Culinaria).

PERÚ

Futuro Gastronomía Peruana, Mariano Valderrama (Apega).

FILIPINAS

Proof (Philippine Society of Baking).

ESTADOS UNIDOS DE AMÉRICA

Latin@s' presence in the food industry, Meredith E. Abarca (University of Arkansas).

“SI NOSOTROS HACEMOS GRANDE NUESTRA GASTRONOMÍA, HACEMOS GRANDE NUESTRO PAÍS”

Campus Periódico habló con el autor Carlos Gaviria. Esto fue lo que nos contó del libro, de la nominación y de su pasión: la cocina colombiana.

¿QUÉ SIGNIFICA ESTA NOMINACIÓN PARA LA GASTRONOMÍA EN COLOMBIA Y PARA EL PROGRAMA DE GASTRONOMÍA DE LA UNIVERSIDAD DE LA SABANA?

Para la gastronomía colombiana significa la posibilidad de que salgamos del anonimato, tenemos una cocina igual o

mejor que la cocina peruana, que hoy en día es muy reconocida. Empieza a llegar el auge de la cocina latina y es una oportunidad para que nosotros como colombianos nos hagamos visibles ante el mundo, esto ayudará al desarrollo del país en diversos aspectos. Si nosotros hacemos grande nuestra gastronomía, hacemos grande nuestro país. Para el programa de Gastronomía, significa recoger los frutos de muchos años que llevamos luchando

y teniendo como objetivo principal la cocina colombiana como uno de los pilares de formación de nuestros estudiantes. Es el resultado de un buen trabajo por parte de la EICEA y de nuestro programa de Gastronomía.

SI COMPRAMOS EL LIBRO Y SEGUIMOS LAS RECETAS, ¿LAS PREPARACIONES SÍ NOS QUEDARÁN BIEN?

Sí, el libro está hecho de una manera profesional. Todas las recetas que están allí hechas, son estandarizadas, o sea, han pasado por una balanza. Si las hacemos al pie de la letra, salen perfectamente. Son recetas estándar, no recetas de interpretación. La profundidad del libro está en las definiciones, la clasificación en los inventarios de cada una de las técnicas culinarias colombianas, que están divididas por capítulos, de acuerdo a los productos, entre ellos tamales, sopas, quesos, etc.

¿CUÁL ES SU PLATO FAVORITO?

Mi plato favorito son las empanadas. Yo me como cualquier empanada desde que tenga buen ají. Tenemos muchas variedades de empanadas, aproximadamente, 30 tipos en Colombia.

SI LO INVITAN A COMER... ¡QUÉ MIEDO LA CRÍTICA!

Nosotros los cocineros somos más sencillos de lo que la gente cree, siempre

tenemos el mismo problema, la gente siempre trata de hacernos platos muy sofisticados y allí es donde viene el problema. Para mí no hay cocina más rica que la cocina de mi esposa, la cocina de la casa es maravillosa, la cocina de todas las madres es única. Yo en mi casa no trabajo, allá trabaja mi mujer y, gracias a Dios, ella cocina para todos.

¿QUÉ HACE CUANDO PIENSA QUE UN PLATO ESTÁ “HORRIBLE”?

Depende del sitio en donde esté, realmente procuro no comérmelo. Afortunadamente, tengo una cómplice muy buena, que es mi esposa, y me ha ayudado mucho en ese tipo de situaciones.

¿CUÁLES SON SUS CINCO CONSEJOS PRÁCTICOS PARA TENER EN CUENTA EN LA COCINA?

El primero, tenga un cuchillo bien afilado; segundo, sea muy ordenado y muy limpio, la cocina requiere de esto. Tercero, tenga una metodología y un método de preparación, no empiece a prender los fuegos antes de tener todo listo para comenzar la cocción, a esto nosotros le llamamos “puesta en mesa”. Por último, más es menos, no por echarle más cosas a un plato va a quedar más rico, las cosas más simples son más refinadas y más ricas.



LA COMA ANTES O DESPUÉS DE LA “Y”

Sorprende, y a veces confunde, hallar una coma muy cerca de la ye. En ocasiones, este signo aparece antes de esta letra, y un incontable número de lectores ha notado en infinidad de oportunidades que figura después. Muchas personas suponen que es un error, y otras más admiten que desconocen el motivo por el cual se marca este signo junto a esta letra, que sola funciona como una conjunción; es decir: une dos ideas o dos palabras.

“Sofía practica el baloncesto y Juan Esteban se dedica al fisicoculturismo”, para el caso de la unión de dos oraciones. También esa conjunción enlaza palabras: “Me trajo chocolates y tulipanes”. En esos dos casos, hay enumeraciones de ideas y de palabras, respectivamente. Por supuesto, los elementos enumerados pueden aumentar: “Sofía practica el baloncesto, Juan Esteban se dedica al fisicoculturismo, Natalia juega tenis y Laura se concentra en el ajedrez”, para el caso de la sucesión de oraciones (ideas). También pueden añadirse más palabras: “Me trajo chocolates, tulipanes, helados, perfumes, libros y canciones”.

Con base en estos ejemplos, tenemos una primera norma: nunca se marcan comas antes ni después de la “y” en una enumeración de palabras o de oraciones. Y este uso de la coma es quizás el más sencillo para la mayoría de escribientes.

Sin embargo, ya los lectores avezados habrán advertido que se marcaron en el primer párrafo algunas comas junto a esta letra, pero también percibieron que esas marcaciones no corresponden a una enumeración de elementos en una serie, sino que hacen parte de otros casos. Y esos son los que trataremos a continuación.

Partamos de un ejemplo que permitirá, por sí solo, dar las pistas para que los lectores descubran con facilidad dónde va la coma (que, claro, he omitido a propósito): “En el mar encontramos delfines, tiburones, medusas y cachalotes y jirafas, elefantes y cebras deambulan por las llanuras africanas”. Hasta aquí, hay dos grupos de animales, unos marinos y otros mamíferos terrestres. Estos conforman una oración que, por supuesto, está estructurada así para precisar ese caso particular de la coma, que debe marcarse después de la palabra “cachalotes”. No

obstante, siempre resultará más clara la idea si para cada ambiente (mar y llanura) se redacta una oración aparte: “En el mar encontramos delfines, tiburones, medusas y cachalotes. Por su parte, en las llanuras africanas deambulan jirafas, elefantes y cebras”.

Otro caso parecido: “En el acto de premiación, las damas más aplaudidas fueron Mariana, Marcela, Mariela, Marcia y Marta y Jaime, Pedro, Salomón, Rodrigo y Edmundo hicieron parte del grupo de caballeros distinguidos”. La coma, es claro, se marca después de la palabra “Marta”.

La coma y el dato aclaratorio

Un dato aclaratorio insertado en una oración se enmarca entre comas. Tomemos una oración: “Los pollos de mi cazuela sirven para comer”. En esta idea completa ahora insertemos un dato aclaratorio: “Los pollos de mi cazuela, según dijo la abuela, sirven para comer”. ¿Y qué pasa con la coma junto a la “y”? Aquí va el ejemplo: “Los pollos de mi cazuela, y la abuela lo sabe muy bien, sirven para comer”. Solo es un dato que empieza por “y”, pero el motivo para marcar la coma no es esta letra.

A veces, se inserta un dato aclaratorio en medio de una enumeración: “Las telenovelas se titulan Calandria, Alondra, Paloma y, como recordó alguien, Perdiz”. El dato aclaratorio es “como recordó alguien”, y por este se marca la coma, no por la presencia de la “y”.

Un ejemplo más: “El estudiante se entretuvo con su cadena digital: mirando fotos, enviando mensajes, dando likes, leyendo ficciones y grabando audios, y el distinguido profesor de matemáticas y cálculo en la universidad esperaba aún el ejercicio de clase”. Si no se marcara la coma después de la palabra “audios”, se correría el riesgo de entender que el estudiante se entretuvo también con “el distinguido profesor de matemáticas y cálculo en la universidad...”, que es una idea aparte.

Confío en que se lea, y se repase, y se entienda, y se comprenda, y se aplique, y se comparta esta explicación del uso de la coma junto a la “y”, y eso es todo por hoy.

Con vuestro permiso.

+ ACADEMIA

Viene de portada

CONVOCATORIA PARA RECONOCER A LOS GRUPOS DE INVESTIGACIÓN Y A LOS INVESTIGADORES 2017



El 30 de junio, Colciencias abrirá la Convocatoria de reconocimiento de grupos de investigación e investigadores 2017, con el propósito de generar conocimiento sobre las capacidades, fortalezas, debilidades y potencialidades de quienes integran el Sistema Nacional de Ciencia, Tecnología e Innovación y así contar con información actualizada sobre los grupos de investigación, el desarrollo tecnológico o de la innovación, y de los investigadores del país, sus actividades y sus resultados.

Título	Fecha de apertura
Convocatoria para proyectos de ciencia, tecnología e innovación en salud – 2017.	31 de marzo del 2017
Convocatoria para fomentar la generación de conocimiento a través de proyectos de CTel, que afronten retos de país y que deriven en productos con potencial de transferencia de resultados a diferentes grupos de interés.	
Convocatoria ecosistema científico para la conformación de un banco de programas de I+D+i elegibles, que contribuyan al mejoramiento de la calidad de las instituciones de educación superior colombianas – 2017.	

BENEFICIOS DE SER RECONOCIDOS POR COLCIENCIAS

- Hacer parte de la Red ScienTI.
- Incrementar nuestra visibilidad nacional e internacional.
- Dar a conocer a la comunidad científica y académica las áreas de interés y los resultados obtenidos a partir de los proyectos de investigación.
- Oportunidad para compartir ideas, desarrollar proyectos y, en general, interactuar con otros investigadores e instituciones.

- Posibilidad de participar en convocatorias de Colciencias.
- Participación y establecimiento de redes de conocimiento.

La Dirección General de Investigación les recuerda sobre el acompañamiento que se ofrece para orientar a los investigadores y grupos de investigación en el proceso de aplicación a las diferentes convocatorias, asimismo, en la capacitación de los aplicativos SDIN-OLIS,

CvLAC y GrupLAC, plataformas necesarias para presentarse a la convocatoria.

Mayor información

Contacto: Paula Andrea Caicedo, jefe de Fomento a la Investigación
Ext.: 13011
Correo electrónico: paula.caicedo@unisabana.edu.co



Portafolio de INVESTIGACIÓN
Universidad de La Sabana

COLCIENCIAS BRINDA ALTERNATIVAS PARA FINANCIAR PROYECTOS DE CIENCIA, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN

El Departamento de Ciencia, Tecnología e Innovación (Colciencias), para favorecer la generación de conocimiento y fortalecer las capacidades de investigación y desarrollo del país, publicó el Plan Anual de Convocatorias 2017, con el fin de financiar programas o proyectos de ciencia, tecnología e innovación.



Para conocer más detalles, escanea el código QR:



COLCIENCIAS

TODOS POR UN NUEVO PAÍS
M.D. EQUIDAD EDUCACIÓN

Una herramienta para ti

¿QUIERES HACER UN VIDEO TUTORIAL O CLASES VIRTUALES?

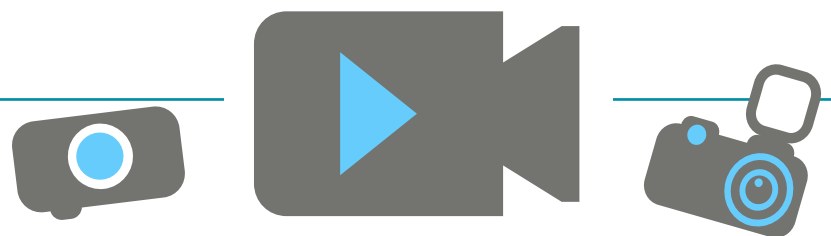
Desde el Centro de Tecnologías para la Academia (CTA), y teniendo en cuenta la influencia de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) en el proceso pedagógico, se recomienda el uso de la herramienta ScreenCast-O-Matic, de uso gratuito hasta cierta duración, que permite grabar de la pantalla del computador o dispositivo móvil y producir un video, agregando la narración del profesor o de cualquier otra fuente, ideal para la realización de videotutoriales o de clases virtuales.

Desde el 2012, Miguel Ángel Cárdenas, profesor del CTA, ha realizado todos los videotutoriales de asignaturas como: Competencias Básicas Digitales y Excel Empresarial, sumando más de 23 piezas audiovisuales subidas en YouTube, ayudando a las personas interesadas en estas temáticas. "La herramienta permite crear recursos digitales que

apoyan los procesos de aprendizaje en el aula; así promuevo la metodología del *aula invertida*, haciendo que el estudiante sea el protagonista de su formación", expresó.

Por otra parte, el profesor Ronald Gutiérrez, de la Maestría en Informática Educativa y uno de los investigadores enfocados en robótica, considera que "el uso de la herramienta es excelente, pues se puede mostrar lo que se está trabajando en el mundo real exponiéndolo desde el virtual; por ejemplo, en el caso de la plataforma de ficción SecondLife. Esta conexión es importante porque se espera que los trabajos en el mundo virtual generen resultados visibles en el aprendizaje de los estudiantes en el mundo real".

De acuerdo con el diagnóstico de la Competencia en Informática Educativa, ScreenCast-O-Matic es una de las herramientas más utilizadas por los profesores de la Universidad.



COLUMNA Columnista invitado

Por José Fernando Duque, profesor del Departamento de Negociación y Comercio Internacional



Claves en la estrategia competitiva de las organizaciones

GLOBALIZACIÓN, INTERNACIONALIZACIÓN Y MOVILIDAD

Partamos de una acepción: la globalización o mundialización significa la ruptura del enclaustramiento de los países y, por tanto, de una sociedad mundial con ciudadanos que quieren movilizarse por uno u otro país, asimismo, en la que la tecnología rompe fronteras y nos permite comunicarnos en tiempo real entre cualquier punto, localidad o región de la tierra. La tendencia consecuente con este fenómeno o proceso es que tanto empresas como jóvenes se internacionalicen, lo cual incluye negocios con diferentes países y regiones del mundo, y una comunicación en diversos idiomas.

Por lo tanto, empresas y jóvenes requieren de facilidades para que los

intercambios (lentos y condenados a la tramitología) se realicen de manera expedita, y que se establezcan tratados multilaterales de libre comercio (de ahí la Organización Mundial del Comercio, entre otros convenios internacionales); que las trabas a la circulación de mercancías, servicios y trabajadores ya no estén sujetas a las prácticas características de

"La libertad de mercado incluye la necesidad de aperturas económicas..."

los Estados renuentes a los flujos económicos, culturales y de trabajadores de todos los países, quienes ahora compiten de forma más igualitaria, dado que la sociedad del conocimiento y el acceso generalizado a las tecnologías (y por tanto a valores y principios universales) así lo propician.

La empresa nacional gana en competitividad y eficiencia al verse inducida a la competencia internacional, de modo que los consumidores obtienen productos de mejor calidad a menores precios.

La libertad de mercado incluye la necesidad de aperturas económicas, la modernización general de los Estados y la movilidad real de los trabajadores

(sobre todo jóvenes) en el contexto universal. Así, se aplica el principio de la ventaja comparativa de cada país y las ventajas competitivas.

Sus resultados permitirán que la eficiencia y las innovaciones se dispersen de manera democrática, no solo en los países "desarrollados", sino también en los "emergentes", para el bien de sus ciudadanos.

Se trata de configurar una sociedad independiente que comparta los progresos generales y que promueva a la ciudadanía universal sobre la reclusión nacionalista, la cual condena al atraso a los países que la priorizan como objetivo de su desarrollo.

¿QUÉ TAL CURSAR UN POSGRADO EN NUEVA ZELANDA?

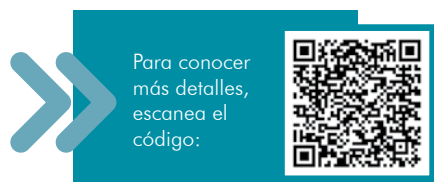
El Gobierno de Nueva Zelanda abre su convocatoria de becas para posgrados New Zealand Development Scholarships. El objetivo del programa es apoyar el desarrollo sostenible en países en vía de desarrollo y, asimismo, reducir la pobreza y contribuir a un mundo más equitativo y próspero. La convocatoria se dirige a profesionales nacionales de dichos países, interesados en realizar estudios de maestría y doctorado en las siguientes áreas:

- Desarrollo de la agricultura
- Energías renovables

Los beneficiarios recibirán:

- Matrícula completa.
- Apoyo económico para manutención.
- Contribución para vivienda, libros y materiales de estudio.
- Seguro médico y de viaje.
- Tiquetes aéreos de ida y regreso, desde el país de origen.

FECHA LÍMITE DE POSTULACIÓN:
30 DE MARZO DEL 2017



Para conocer más detalles, escanea el código:

Mayor información

Contacto: Alejandra González, jefe de Cooperación y Visibilidad Internacional
Correo electrónico: diana.gonzalez11@unisabana.edu.co

UNISABANARADIO SELLA SU UNIÓN CON RADIO FRANCIA INTERNACIONAL

El equipo de Unisabanaradio gestionó un nuevo acuerdo en el que tendrá acceso exclusivo a la parrilla y al banco de programación de Radio Francia Internacional (RFI). Sebastián Silva, recientemente designado como coordinador de Unisabanaradio, dijo: “Lo primero que vamos a implementar es la franja de noticias internacionales que rfi nos ofrece”.

La emisora virtual de La Sabana llegó a un acuerdo para acceder y transmitir el banco de programas radiales de esta multiplataforma europea

Para Silva, quien también es profesor de la Facultad de Comunicación, este acuerdo —que no es de carácter comercial— se logró desde que en enero pasado se tramitó la petición por parte de Unisabanaradio para ser socia de RFI. “Desde el 1º de febrero entró en vigencia esta colaboración”. Y añadió: “Como socios de RFI también tenemos acceso vía streaming a sus programas y al contenido exclusivo, en 15 idiomas”.

Inicialmente, la parrilla de programación que nutrirá la oferta auditiva de Unisabanaradio, vendrá en español, inglés y francés, desde RFI. Este proceso también se ejecutó a través de Pompeyo Pino, el director de distribución de Radio Francia Internacional para América.

“RFI es una de las plataformas mediáticas más influyentes en Europa y el mundo”, precisó Silva, para quien es “importante” que “nuestros estudiantes de La Sabana tengan acceso directo a los contenidos” elaborados por esta reconocida agencia informativa.



Unisabanaradio, emisora virtual de la Universidad, está al aire desde octubre del 2009.



NOTAS DE LA BIBLIOTECA

Biblioconsejos

SERVICIO DE PRÉSTAMO



A domicilio: para solicitar el envío de material bibliográfico a tu casa u oficina. El pago de este servicio se realiza de acuerdo con una tarifa establecida. Cubre a Bogotá (zona norte y centro) y a los municipios de Chía, Cajicá y Zipaquirá.



Externo: para consultar el material bibliográfico fuera de la Biblioteca durante un plazo limitado, según el usuario y el tipo de material.



Interbibliotecario: permite retirar material de otras bibliotecas en calidad de préstamo, a través de convenios interinstitucionales.



Renovación por internet: permite renovar el préstamo de libros a través del catálogo en línea Eureka!

Y A LA BIBLIOTECA... ¿QUÉ LIBROS HAN LLEGADO?



Sostenibilidad y ecoeficiencia en la empresa moderna
Encuétralo en el tercer piso con el código: **658.4083 A934s**



YouTube strategies
Encuétralo en el tercer piso con el código: **658.872 C699y**



Handbook of social media management. Value chain and business models in changing media markets
Encuétralo en el tercer piso con el código: **659.2 H23**

Diálogos en la Biblioteca PROGRAMACIÓN PARA FEBRERO

Viernes 17 de febrero, de 12:00 m. a 2:00 p. m.: 45ª sesión del Club de lectura de profesores. Libro: *Momentos estelares de la humanidad: catorce miniaturas históricas* (código: PL 833.912 Z97m), de Stefan Zweig.

Lugar: Sala de Juntas, 1er piso, Biblioteca.

INTEGRAR FAMILIA Y ESCUELA, UN RETO PARA LOS EDUCADORES

El profesor Iván Darío Moreno, investigador de la Facultad de Educación y del Instituto de La Familia, presentó la conferencia “Integrar familia y escuela, un reto para los educadores” el 30 de enero en el canal de YouTube de la Facultad de Educación. Este tema se promueve desde el análisis y la problematización de la primera parte de la investigación “Escuela y Familia” de la Facultad. Esta investigación tiene como objetivo pensar y potenciar el valor de la familia como actor clave, el cual desde sus prácticas cotidianas puede fortalecer o limitar el ideal educativo de cualquier sociedad.

En su conferencia, el profesor Moreno plantea cómo el fortalecimiento de los procesos de enseñanza y aprendizaje dependen de la sinergia entre las principales instituciones sociales y las personas que las componen; debe haber un constante equilibrio tanto en sus papeles como en las tareas

que cada una de ellas asume. Si hubiera un desfase de funciones y compromisos entre estas instituciones, el desarrollo de la acción educativa se vería entorpecido y su alcance limitado.

Al respecto, la profesora Clara Inés Segura, directora de la Maestría en Pedagogía e Investigación en el Aula (virtual), afirma: “La familia tiene un papel indiscutible en los procesos de formación de los niños y los jóvenes. La educación que se da a los menores de edad en la familia interactúa con la educación que reciben en los centros educativos. Esta relación familia-escuela implica, por un lado, el derecho-deber de participación de los padres en los centros educativos; y por otro lado, el reconocimiento por parte de los educadores de los procesos formativos en la familia. Es decir, hay una corresponsabilidad de los padres y los centros educativos en la formación de los niños y jóvenes”.



Crédito de la fotografía: diseñada por Pressfoto - Freepik.com

"La familia tiene un papel indiscutible en los procesos de formación de los niños y los jóvenes"

Hoy en día se cuestiona que la familia se ha “relegado” de este papel y, ya sea consciente o inconscientemente, ha ido dejando esta función en manos de la escuela. En ese contexto, para los educadores se convierte en un reto conocer y acercar a los padres para que juntos, escuela y familia, trabajen en la formación de valores y hábitos en pro del desarrollo personal, educativo y social de los niños y jóvenes; solo así podrá construirse una sociedad más justa y solidaria.

La conferencia se llevó a cabo en el desarrollo de la Maestría en Pedagogía e Investigación en el Aula (virtual).

LA SABANA PRESENTE

El 1^{er} de febrero, Ximena Campos, directora del programa de Administración & Servicio, participó en la Academia de Experiencia al Cliente “Customer PhD Academy” en Bogotá. Este evento reúne a diferentes profesionales del sector de los servicios para

consolidar y fortalecer los conocimientos en el trato al cliente. Ximena habló sobre la definición del servicio, entendido como “la acción de dar y aceptar libremente para satisfacer las necesidades humanas, que tiene como resultado el beneficio común”

(Programa de Administración & Servicio, 2016). Al encuentro también asistieron los estudiantes de primer semestre del programa, quienes conversaron con los profesionales del sector para intercambiar experiencias y conocimientos.



Ximena Campos habló sobre la definición del servicio en la Universidad de La Sabana.

+ FAMILIA

COLUMNA Columnista invitada

Por Diana María Gómez Hoyos, profesora de la Facultad de Derecho y Ciencias Políticas



SALAS AMIGAS DE LA LACTANCIA: UNA REALIDAD EN EL PAÍS

El 14 de enero entró a regir la Ley 1823 de 2017 sobre salas amigas de la familia lactante del entorno laboral —título complejo—. Se cumple así la Recomendación 191 de la OIT (instalaciones para la lactancia en el lugar de trabajo, o cerca) y nos ponemos a la par de otros países latinoamericanos. En Ecuador, los negocios con más de 20 trabajadoras en edad fértil deben tener lactarios en sus puestos de trabajo (Ley de 2011); en Argentina, se promueve la creación de espacios amigos de lactancia en los centros de trabajo (Ley de 2013); y en Perú, desde 2016, las empresas privadas con un mínimo de 20 mujeres en edad fértil deben tener lactarios, so pena de multas.

La Ley 1823 señala que las salas amigas deben adaptarse en las entidades públicas y privadas, de acuerdo con el artículo 238 del Código Sustantivo del Trabajo (descanso remunerado durante la lactancia); el numeral 3° de este artículo,

que aludía a la obligación de los “patronos” de tener en un “local contiguo a aquel en donde la mujer trabaja, una sala de lactancia o un lugar apropiado para guardar al niño” fue sustituido por la Ley 27 de 1974, que creó los Centros de Atención Integral al Preescolar, para atender a los hijos menores de siete años de trabajadores del sector público y privado. El numeral 1° del artículo 238 hace referencia al descanso por lactancia, y el artículo 2° es sobre su incremento, si hay justificación médica. En cuanto al cuarto, referente a la posibilidad de que los empleadores contraten con las instituciones de protección infantil el servicio “de que trata el inciso anterior”, no se aplicó más desde la entrada en vigencia de la Ley 27, precisamente porque el numeral 3° desapareció del ordenamiento jurídico por la puesta en marcha de los centros mencionados, que nunca fueron suficientes.

El hecho de instalar lactarios en las empresas no exime al empleador de otorgar la hora de lactancia a la trabajadora en su sitio de trabajo o en su residencia. Se debe adaptar un lugar digno para que la mujer en periodo de lactancia extraiga su leche y asegure su preservación durante su jornada de trabajo, conforme a normas técnicas de seguridad. La obligación de las empresas privadas se atribuye a las que tienen capital igual o superior a 1.500 salarios mínimos; o menor, pero con menos de 50 trabajadoras. Consideramos que es prudente esta exigencia, teniendo en cuenta el capital y el número de empleadas vinculadas.

El Ministerio de Salud y Protección Social tiene la vigilancia y control de la implementación y funcionamiento de las salas, y en un plazo que no exceda de seis meses, deberá determinar los parámetros técnicos de higiene, salubridad y dotación; esperamos que dichas exigencias sean razonables para que puedan ser

asumidas sin contratiempos por el empleador. Asimismo, el Gobierno, en todo nivel, debe promover campañas y dar capacitación para impulsar la lactancia materna entre las trabajadoras, que seguramente tendrá como base el Plan Decenal de Lactancia Materna 2010-2020. Las empresas privadas que tengan más de 1.000 trabajadores, y las públicas, tienen dos años para efectuar las adecuaciones físicas. En cuanto a las organizaciones privadas con menos de 1.000 trabajadores, deben hacerlo en cinco años, tiempo algo excesivo para las implementaciones de rigor. El Ministerio de Hacienda establecerá los “beneficiarios, alivios o incentivos tributarios” para las empresas privadas que adopten las salas, aunque la ley no le impone plazo.

En Colombia, empleadores como la Universidad de La Sabana cuentan de tiempo atrás con lactarios.



EDUCANDO EN LA COMPETENCIA O EN EL RECONOCIMIENTO DEL OTRO

Hace un tiempo, cuando nos vimos en la obligación de buscarle colegio a mi hija (que en ese momento tenía cuatro años), vimos el documental *La educación prohibida*, el cual trata sobre el papel de la institución educativa en un sistema consumista y utilitario. Realmente, el video nos puso a reflexionar sobre el tipo de educación que requiere una persona, la cual exige que se le trate como fin y no como simple medio para un fin determinado.

En una de las escenas, un experto comentaba lo siguiente: “Todos hablan de paz, pero nadie educa para la paz (...) en el mundo educan para la competencia, y la competencia es el comienzo de cualquier guerra”. Y es que la competencia, como bien lo dice Humberto Maturana, es “constitutivamente la negación del otro, porque involucra un fenómeno en el que el éxito de uno se funda en el fracaso del otro” (Maturana, 2002, p. 76). Es decir, para que alguien gane, tiene que haber un perdedor; para que alguien sea el primero, tiene que haber uno que sea el segundo.

Podrá expresar alguno: “Bueno, pero en este mundo se necesita la competencia para que se mejoren muchas cosas, para que la gente no se conforme con lo que tiene o con lo que es”. O bien: “En este mundo se requiere ser competitivo, porque si no se lo devora la sociedad”. Puedo entender esas argumentaciones, aunque prefiero hablar de una competencia consigo mismo, en la que cada uno trata de ser lo mejor que puede ser, libremente, sin la presión de los demás.

Nick Vujicic —un orador motivacional que nació sin brazos ni piernas— lo explicaba en una entrevista: “Ahora me doy cuenta de que no tengo que ser como cualquier otra persona. La verdad es que mi valor no se determina sobre cómo me veo, o lo inteligente que soy, o la cantidad

de amigos que tengo. Tengo que ser el mejor que puedo ser”. Hay que sacar lo mejor de cada uno, las potencialidades y capacidades. De no ser así estaremos educando para una sociedad líquida (término utilizado por el recién fallecido Zygmunt

Bauman, para describir una sociedad cambiante, sin referentes y, por lo tanto, consumista y utilitarista).

¿Cómo se entiende una educación líquida? Es aquella educación en la que la persona termina convirtiéndose en un objeto útil al sistema, en el que debe asegurarse su utilidad por cualquier medio, con la consecuencia de evaluar al otro en cuanto al beneficio recibido por este. Dicho panorama conduce a una sociedad totalmente indiferente a las necesidades del otro.

Las personas en una sociedad líquida no tienen necesidad de mirar al que

tienen al lado —cada uno está inmerso en su mundo, muchas veces irreal—, y solo se fijarán en los otros para definirse, para saber cómo están ellos con respecto a los demás, y de esta manera obtener un valor líquido, cobrando sentido la competencia.

¿La forma como estamos educando a nuestros niños promueve una sociedad líquida? Es una pregunta digna de reflexión. Por eso afirma un sociólogo español que en la sociedad actual (y podríamos decir “sociedad líquida”) “se educa para triunfar, y triunfo es sinónimo de beneficio más que de servicio” (Pérez Adán, 2005, p. 59).

Referencias

- Maturana, H. (2002). *Transformación en la convivencia*. España: Dolmen Ediciones.
- Pérez Adán, J. (2005). *Repensar la familia*. Madrid: Ediciones Internacionales Universitarias.

"... prefiero hablar de una competencia consigo mismo, en la que cada uno trata de ser lo mejor que puede ser..."

+ BIENESTAR

RECONOCIMIENTO POR SERVICIOS PRESTADOS



MARGARITA GARZÓN ORJUELA SECRETARIA INSTITUTO DE LA FAMILIA 20 AÑOS DE SERVICIOS PRESTADOS

“Dos décadas con enormes satisfacciones. ‘Que 20 años no es nada’ dice un famoso tango... pero yo digo con total certeza: ¡son todo! Una sumatoria de aprendizajes, luchas, alegrías, tristezas, metas y muchas expectativas por superar.

Por eso, me siento orgullosa de compartir hoy una vida de transformación personal que comenzó hace 20 años, cuando inicié mi vida laboral en la Universidad de La Sabana. En efecto, en 1997, comenzó para mí un ejercicio laboral como secretaria en el Instituto de La Familia. Allí, he vivido experiencias de carácter humano y he aprendido de infinidad de sucesos, siempre guiada, acompañada y motivada por quienes durante este tiempo han ocupado la dirección del instituto.

De todos ellos, directoras, profesoras y el equipo administrativo que forma parte de esta unidad, siempre he recibido palabras de gratitud y apoyo, dejándome ver que cada día trae consigo enseñanzas, retos y desafíos por cumplir, con entusiasmo y actitud.

Agradezco a la Universidad de La Sabana, empresa maravillosa que siempre apoya, guía, promueve retos y valores e involucra a sus colaboradores para ser partícipes de la unidad familiar y laboral. Este camino me ha permitido tener un crecimiento personal y mejorar la calidad de vida de mi familia.

Hoy, al mirar hacia atrás, he podido constatar gratamente que he crecido no solo como persona, sino como madre y esposa, gracias a los planes de formación

para los colaboradores, los cuales hago extensivos a mi familia.

Para mí, ha sido de gran importancia hacer parte de esta comunidad educativa, donde el trabajo deja de ser una carga y se constituye en una tarea vivida desde la dinámica del servicio y la entrega, como un aporte a un ambiente laboral en el cual se respira un clima de cordialidad y afecto, y en el que los valores se evidencian en lo cotidiano de mi relación con los demás.

Agradezco infinitamente a Dios por la oportunidad de cumplir estos 20 años de vida laboral y de crecimiento personal. Mi gran anhelo es continuar sumando buenos momentos, alegrías y oportunidades como las que he tenido en esta mi familia de la Universidad. ¡20 años sí son todo!”

NAHYDÚ LUCÍA SÁNCHEZ SIERRA
SECRETARIA
FACULTAD DE ENFERMERÍA Y REHABILITACIÓN
20 AÑOS DE SERVICIOS PRESTADOS

“Después de estos 20 años de haber tenido la oportunidad de trabajar en la Facultad de Educación, en la Casa de Gobierno y ahora en la Facultad de Enfermería y Rehabilitación, puedo decir que gracias a la Universidad de La Sabana y a las maravillosas personas que he conocido soy una mejor persona, una persona que se

ha formado en valores, en responsabilidad y en búsqueda de la excelencia en cada labor realizada día tras día.

Me siento orgullosa de los logros que he alcanzado, pero aún más orgullosa me siento de haberlos alcanzado gracias a mi Universidad, que me ha brindado apoyo, comprensión e incentivos.

Hoy quiero agradecer a Dios y a todas las personas con las que he trabajado: jefes, compañeros, estudiantes, ya que gracias a ellos puedo decir con el corazón que Ser Sabana Vale la Pena”.



IVONNE SOTELO DÍAZ
AUXILIAR DE LABORATORIO
FACULTAD DE MEDICINA
20 AÑOS DE SERVICIOS PRESTADOS

“A lo largo de este tiempo, en el que he podido compartir con profesores, directivos, personal administrativo y estudiantes, he aprendido el verdadero valor del compromiso, el respeto y la amistad. Estos valores dentro de la Universidad han sido los lineamientos para la formación del educando y para el ejercicio de las labores que día tras día desempeñamos quienes tenemos el honor de servir a la Institución.

En estos 20 años de servicio he vivido momentos alegres, unos no tan gratos, muy difíciles, y otros que me han fortalecido como persona y como trabajador; pero todos ellos han hecho que desde el momento en que ingresé a esta Institución y hasta la fecha me sienta comprometida al máximo con ella, haciendo las cosas con el sentido de pertenencia necesario en la búsqueda de la calidad total.

Me es inmensamente grato saber que he contribuido a lo largo de este tiempo a la formación de profesionales de un altísimo nivel y que, además, he compartido sus experiencias de vida, sus adversidades y sus logros tanto personales como profesionales. Todo ello, en la culminación de un sinnúmero de promociones de las facultades de Medicina y Enfermería y Rehabilitación.

Hoy miro en retrospectiva y veo el camino recorrido contemplando todos los logros, los cuales no hubiese podido alcanzar sin el apoyo incondicional y la estabilidad laboral que la Universidad de La Sabana me ha brindado. Es así que esta Institución ha sido leal conmigo, y no puedo más que retribuir la confianza que ha depositado en mí, al darme la oportunidad de formar parte de ella.

Doy gracias a Dios, en primera instancia, a mi familia y a la Universidad, en segunda, por estar hoy en un lugar de privilegio. Es privilegiado por la estabilidad que me ha brindado, por los vínculos de amistad que he formado con muchos profesores, administrativos; pero, sobre todo, con muchos estudiantes que hoy en día son directivos de nuestra Institución y que siguen demostrando la calidad de los seres humanos que se han forjado dentro de las aulas de la Universidad de La Sabana. No queda más que parafrasear al escritor Álvaro Mutis: ‘Nunca es demasiado el agradecimiento cuando es más grande la retribución y cuando la gratitud es absoluta, las palabras sobran’”.

BREVES

▶ El 27 de enero, se realizó por primera vez una sesión de la Ruta de la Salud Emocional con estudiantes de la Maestría en Pedagogía en Extensión (La Guajira), durante una jornada de inducción virtual en la que se expusieron los servicios de Bienestar Universitario. En la sesión, dirigida por Tábata Cuervo, psicóloga de Tu Línea Amig@, participaron 70 estudiantes, quienes recibieron, a través de distintos ejercicios, herramientas para manejar el estrés en el trabajo y las relaciones humanas. Los estudiantes estuvieron acompañados por Claudia Silva, directora de Estudiantes de la Facultad de Educación.

➔ 70 estudiantes de la Maestría en Pedagogía en Extensión (La Guajira) participaron en la sesión de la Ruta de la Salud Emocional.



CONVOCATORIA DE INSCRIPCIÓN VOLUNTARIA EN LA BRIGADA DE EMERGENCIAS 2017

El Comité de Emergencias y la Jefatura de Seguridad y Salud en el Trabajo invitan a estudiantes, administrativos y profesores a inscribirse en la Brigada de Emergencias de la Universidad.

Recibe capacitación en primeros auxilios, planes de emergencia, extinción de conatos de incendio, manejo de camillas, inmovilización y atención primaria en emergencias de alto riesgo.

i Mayor información

Contacto: Edwin Roberto González, jefe de Seguridad y Salud en el Trabajo

Correo electrónico: edwingo@unisabana.edu.co



DEL COLEGIO A LA REHABILITACIÓN INTEGRAL

CLÍNICA UNIVERSIDAD DE LA SABANA

Génnifer Laverde Navarro, una joven de 17 años, cambió sus clases en el colegio, sus trabajos los fines de semana y el tiempo con sus amigos, por su rehabilitación diaria en la Clínica Universidad de La Sabana, tras sufrir una parálisis en el lado derecho de su cuerpo a causa de un ataque cerebrovascular.

“Un día llegué a mi casa después de asistir al colegio, fui al baño y, de repente, mi brazo y mi pie se durmieron, mi cara también. Me llevaron al hospital y me desmayé”, recuerda Génnifer, quien en aquel momento fue trasladada a una clínica en Bogotá, donde pasó varios días en la unidad de cuidados intensivos. Al salir de esa institución, Génnifer entró, el 1^{er} de junio del 2016, al Proceso Interdisciplinario de Rehabilitación (PIR[®]) de la Clínica Universidad de La Sabana.

“Cuando llegó a la Clínica, no podía moverse por sus propios medios y debía usar silla de ruedas; no podía comer por sí sola; no



Génnifer Laverde Navarro junto a su mamá, Olivia Navarro, tras seis meses de rehabilitación.

podía comunicarse adecuadamente. Ella no decía muchas palabras; se limitaba a decir ‘sí, no, bueno’. De ahí no pasaba”, recuerda su madre, Olivia Navarro Díaz.

Después de seis meses en el PIR[®], Génnifer ha tenido grandes avances. “En este momento, camina por sí sola sin dificultad y logra comunicarse. Lo más importante es que le gusta venir a la Clínica.

Se levanta feliz, viene feliz, todo el tiempo está feliz acá. Realmente, en este momento, ella es feliz”, agrega Olivia.

A pesar de que no pudo cursar completo el 11^{mo} grado, Génnifer se graduó simbólicamente, el 3 de diciembre del 2016, junto a sus compañeros del colegio y pudo compartir nuevamente con sus amigos.

Campaña para el manejo del estrés

VIVE EL 2017 SIN ESTRÉS

La Jefatura de Prevención y Salud de Bienestar Universitario te invita a participar semestralmente en la campaña para el manejo del estrés.

La próxima jornada se realizará del 14 al 18 de febrero en el campus.

LOS CINCO TIPS PARA MANEJAR EL ESTRÉS

DE LA SEMANA

Lunes

Céntrate en el aquí y ahora (deja de pensar en el futuro por un rato).

Martes

Enumera y organiza tus prioridades.

STOP AL ESTRÉS

Viernes

Elimina los pensamientos negativos.

Miércoles

Inhala profundamente y exhala lentamente.

Jueves

Haz ejercicio (camina, corre, baila).

Recuerda: debes dormir seis horas y comer cinco veces al día

Jerez-Mendoza, M. & Oyarzo-Barria, C. (2015). Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos, Océano. Revista chilena de neuro-psiquiatría, 53(1), 149-157. <https://doi.org/10.4067/S0711-52272015000100002>

Bienestar Universitario

PRIMER MARTES DE RECITAL DEL 2017

No te pierdas nuestro primer Martes de Recital del año en compañía de los maestros Diego Alexander Claros López y Ximena Pérez Mejía, quienes tocarán el piano y el saxofón, respectivamente.

El concierto tendrá una duración de 45 minutos.

¡TE ESPERAMOS!

Invita: Bienestar Universitario



Fecha: 14 de febrero

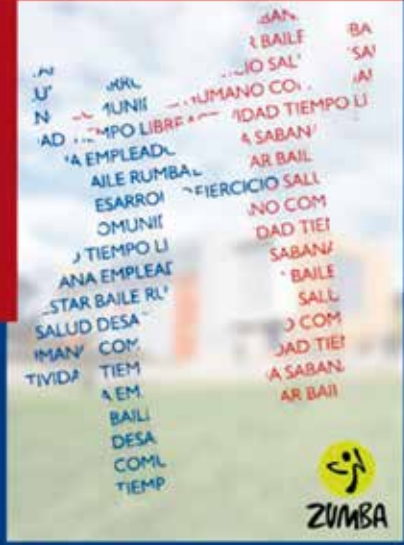
Hora: 1:00 p. m.

Lugar: Auditorio 1, Edificio K

ZUMBA

Jueves 16 de febrero
De 4:30 p. m. a 5:30 p. m.
Salón 14, sede calle 80

¡Practica Zumba y actívalte por tu salud!

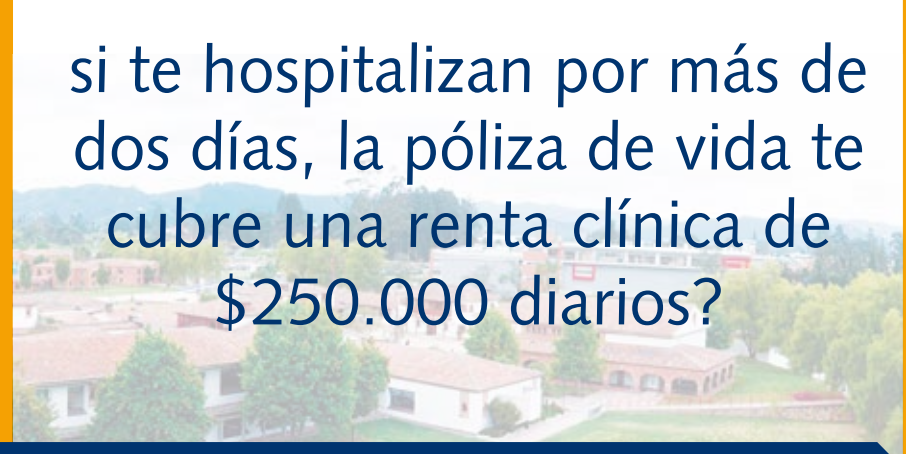


Dirección de Bienestar Universitario - Dirección de Desarrollo Humano
 Informes: Bienestar Empleados, extensiones 53051/53011

APLICAN CONDICIONES

¿SABÍAS QUE...

si te hospitalizan por más de dos días, la póliza de vida te cubre una renta clínica de \$250.000 diarios?



MAYOR INFORMACIÓN: BIENESTAR EMPLEADOS, EXTENSIÓN 53051

Cumpleaños

<p>13 DE FEBRERO Presbítero Luis Carlos Correa González Capellán Capellanía Universitaria</p> <p>Alberto Gómez Peña Jefe de Área Facultad de Comunicación</p> <p>Fredy Alexander Pulga Vivas Jefe de Departamento Escuela Internacional de Ciencias Económicas y Administrativas</p> <p>Elga Johanna Vargas Carreño Profesor Facultad de Medicina</p> <p>Carlos Daniel Bernal Cubillos Auxiliar de Cocina Júnior Alimentos y Bebidas</p> <p>Mateo Gutiérrez Melo Auxiliar de Cocina Júnior Alimentos y Bebidas</p>	<p>Marisol Rivera Rodríguez Auxiliar de Enfermería Clínica Universidad de La Sabana</p> <p>María del Pilar Rodríguez Calderón Auxiliar de Enfermería Clínica Universidad de La Sabana</p> <p>15 DE FEBRERO Olga Lucía Escobar Mejía Coordinador SEIS Visión OTRI</p> <p>Diana Pilar Suta Brausin Secretaria Auxiliar Facultad de Psicología</p> <p>Blanca Lilia Calderón de Pachón Auxiliar de Aseo Servicios de Aseo y Cafetería</p> <p>María Ayde Santamaría Rincón Auxiliar de Servicio Júnior Alimentos y Bebidas</p> <p>Érika Alejandra Martínez Vega Psicopedagogo Clínica Universidad de La Sabana</p> <p>Graciela Acosta Moreno Auxiliar de Enfermería Clínica Universidad de La Sabana</p> <p>Nancy Yamile Salazar Ariza Estudiante en Práctica Clínica Universidad de La Sabana</p>	<p>Edna Cristina Valencia Lopera Secretaria Auxiliar Dirección de Admisiones</p> <p>José Luis Mora Bernal Auxiliar de Cocina Sénior Alimentos y Bebidas</p> <p>Katherine Mojica Gómez Auxiliar de Enfermería Clínica Universidad de La Sabana</p> <p>17 DE FEBRERO José Andrés Martínez Silva Director Dirección de Currículo</p> <p>Rocío Del Pilar Miranda González Jefe Administrativo Facultad de Ingeniería</p> <p>Ángela Paola Jiménez Peña Secretaria Departamento de Lenguas y Culturas Extranjeras</p> <p>Óscar Alberto Bojacá Ruiz Auxiliar de Cocina Sénior Alimentos y Bebidas</p> <p>18 DE FEBRERO Angélica María Segura Restrepo Coordinador Jurídico Visión OTRI</p> <p>Cristián Conen Profesor Instituto de La Familia</p> <p>Íngrid Lorena Contreras Arguello Ingeniero de Soporte Dirección de Sistemas y Tecnologías de Información</p>	<p>Leydi Diana Gómez Pulgarín Profesional Visión OTRI</p> <p>David Andrés Burgos Jácome Tecnólogo de Seguridad y Salud en el Trabajo Clínica Universidad de La Sabana</p> <p>19 DE FEBRERO Mariana del Pilar Betancourt Urrutia Coordinador de Comunicaciones Escuela Internacional de Ciencias Económicas y Administrativas</p> <p>Andrés Felipe Téllez García Ingeniero de Soporte Dirección de Sistemas y Tecnologías de Información</p> <p>Yamile Alejandra Delgado Tacán Secretaria Facultad de Ingeniería</p> <p>Martha Isabel Jiménez Pulido Secretaria Facultad de Filosofía y Ciencias Humanas</p> <p>Adriana Tocasuche Sánchez Auxiliar Dirección de Registro Académico</p>
--	---	--	---

