

Acciones	Descripción
En Armonía contigo	Proyecto articulado al Programa Universidad saludable y feliz, enfocado en la salud mental de la comunidad académica, el cual desde acciones de formación y orientación a nivel grupal promueve la apropiación de herramientas para la salud mental.
Proyecto Nahomí	Nos hemos hecho la promesa de hacer todo lo posible para que nuestros(as) estudiantes no se sientan solos o solas; sabemos que en muchas ocasiones no será tan fácil; por ello, desde el Proyecto de voluntariado Nahomí los y las estudiantes que tienen su familia lejos son acompañados por estudiantes dispuestos a facilitar tu adaptación a la vida universitaria y la ciudad donde te encuentras.
Talleres en habilidades para la vida y Resiliencia	<p>A través de estos se brindan herramientas prácticas orientadas al desarrollo de estrategias de afrontamiento.</p> <p>Estos se desarrollan con el apoyo de los consultorios psicológicos y Bienestar de cada campus -aquellos que no cuenten con consultorios participan de los talleres de forma virtual de los programados por otros campus.</p>
Material psicoeducativo para la promoción de la resiliencia	Píldoras informativas y recursos educativos basados en TIC para promover estrategias resilientes en la comunidad universitaria.
Talleres en competencias para la vida	<p>Comprende una serie de talleres enfocados en el fortalecimiento de las competencias blandas, mejor exponenciales, pues son aquellas que se demuestran en la ejecución del trabajo, y no están relacionadas únicamente, con los conocimientos, sino con la puesta en práctica de una combinación de habilidades sociales y de comunicación, aptitudes y capacidad de acercamiento con los demás.</p> <p>Las empresas reconocen que estas competencias “facilitan la interacción con otras personas, generando un ambiente de trabajo</p>

	más grato y un clima organizacional de entendimiento y cooperación". (Universia, 2022).
Arte y cultura con sentido	Talleres de formación en arte y cultura enfocados en el desarrollo del sentido ético y estético mediado por el reconocimiento de las emociones y del espacio, es decir, talleres que fortalecen tu inteligencia emocional. Articulado: Programa Arte y Cultura con Sentido.
Actividad física en armonía con tus retos	Desde el programa Re-Creando se promueve el fortalecimiento de competencias relacionadas con el trabajo cooperativo en el aula y fuera de ella, desde el deporte, la actividad física, la recreación y la lúdica.
Jornadas de inducción y reinducción	Espacios a través de los cuales conocerás y reforzaras lazos con algunas personas con las cuales te sentirás acompañado. Conocerás las ventajas que tienes como estudiante, los recursos que tienes a tu disposición para tu proceso educativo y las oportunidades de pertenecer a la Universidad Cooperativa de Colombia.