

26.1.

Fusagasugá, 2024- 00- 00.

Monitor
NOMBRE DEL MONITOR
Universidad de Cundinamarca
Ciudad

Asunto y/óRef: Plan de Trabajo Monitoria 2024-2

Respetado monitor:

Me dirijo a usted con el fin de informar su plan de trabajo para el desarrollo de las estrategias, experiencias o encuentros que realizará en el periodo 2024-2 en la tipología de Bienestar Universitario.

PLAN DE TRABAJO.	
Objeto del plan de trabajo:	Gestionar procesos de fortalecimiento en la promoción de la salud mental y prevención de la enfermedad, a través de una serie de estrategias de talleres formativos de habilidades blandas, espacios de sensibilización sobre el consumo de sustancias psicoactivas, suicidio, violencia sexual y/o basada en género.
Programa académico requerido:	Bienestar Universitario – Formación para la Vida
Obligaciones:	<p>Obligación 1.</p> <p>Construcción y ejecución de un proyecto para la promoción de la salud mental y la prevención de trastornos mentales, teniendo en cuenta los siguientes temas:</p> <ul style="list-style-type: none"> * Inteligencia Emocional *Habilidades Blandas *Habilidades Sociales * Primeros Auxilios Psicológicos *Estrategias de Afrontamiento *Prevención de Consumo de Sustancias Psicoactivas * Prevención de la conducta suicida * Prevención de violencia sexual y/o basado en género. *Convivencia (Comunicación Asertiva, resolución de conflictos, toma de decisiones) <p>Obligación 2:</p>

Diagonal 18 No. 20-29 Fusagasugá – Cundinamarca
Teléfono: (601) 8281483 Línea Gratuita: 018000180414
www.ucundinamarca.edu.co E-mail: info@ucundinamarca.edu.co
NIT: 890.680.062-2

	<p>Realizando entre 2 - 3 talleres, experiencias o estrategias mensuales individuales y grupales con un alcance de mínimo de 100 personas donde se evidencia la participación de docentes, estudiantes y administrativos, teniendo como entrega de productos informes y estadísticas.</p> <p>Obligación 3: Apoyo al desarrollo del programa de involucramiento de la familia en los CAD (fortalecimiento vínculos parentales, etapas de ciclo vital familiar, interacción familiar) con al menos 2 estrategias o experiencias por semestre presentando informe y estadísticas.</p> <p>Obligación 4: Creación de material digital relacionado con temáticas de formación para la vida en relación con la promoción de la salud mental y prevención de la enfermedad. - Salud Mental - Estigmas o Mitos de Salud Mental - Estrategias de Afrontamiento - Primeros Auxilios Psicológicos - Manejo de Emociones - Habilidades Blandas - Ansiedad, Estrés y Depresión - Orientación Vocacional</p> <p>Obligación 5: Realizar una experiencia formativa en conjunto diseñada e implementada con los compañeros/as monitores</p>
<i>Tiempo ejecución (días):</i>	<p><u>Fecha inicio:</u> 2024-00-00. <u>Fecha fin:</u> 2024-00-00.</p>
<i>Lugar donde se requiere el monitor:</i>	<u>Fusagasugá (presencial y remoto)</u>
<i>Cantidad de monitores:</i>	<u>2</u>

Cordialmente,

Diagonal 18 No. 20-29 Fusagasugá – Cundinamarca
Teléfono: (601) 8281483 Línea Gratuita: 018000180414
www.ucundinamarca.edu.co E-mail: info@ucundinamarca.edu.co
NIT: 890.680.062-2

Documento controlado por el Sistema de Gestión de la Calidad
Asegúrese que corresponde a la última versión consultando el Portal Institucional

FIRMA DEL REMITENTE
NOMBRE Y APELLIDOS COMPLETOS (Mayúscula sostenida).
Cargo

Anexo:

Copia:

Transcriptor: XXXXXXX (Nombres y Apellidos Completos).

Proyectó: XXXXXXX (Nombres y Apellidos Completos). (Cuando se requiera).

Código Serie Documental (Ver Tabla de Retención Documental).