

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: ADOr003
	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL	VERSIÓN: 10
	CIRCULAR	VIGENCIA: 2024-09-02
		PAGINA: 1 de 2

33.

CIRCULAR No.012

DE: MYRIAM LUCIA SÁNCHEZ GUTIÉRREZ

CARGO: VICERRECTORA ADMINISTRATIVA Y FINANCIERA.

PARA: PERSONAL ADMINISTRATIVO.

CIUDAD Y FECHA: FUSAGASUGÁ, 2025-06-16.

ASUNTO: ASIGNACIÓN DE UNA (1) HORA SEMANAL PARA ACTIVIDADES FÍSICAS Y DE ESPARCIMIENTO

Respetados (as) Señores (as):

En el marco del compromiso institucional con la salud y el bienestar de nuestros funcionarios, y dando cumplimiento a las acciones contempladas en el Plan de Acción del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo (SG-SST), la Universidad ha dispuesto la asignación de una (1) hora semanal para la realización de actividad física y/o actividades de esparcimiento.

Estas actividades se desarrollarán en el marco del Gimnasio Transmoderno, como una estrategia orientada al fortalecimiento de los hábitos de vida saludables y al manejo del estrés.

Para hacer uso de este beneficio, se deben tener en cuenta las siguientes indicaciones:

1. Consultar los cronogramas y actividades vigentes en el SG-SST y en Bienestar Universitario de cada unidad regional.
2. Concertar con su jefe inmediato el día y la hora en que se tomará este espacio.
3. Reportar dicha información (día y hora) a la Oficina de Seguridad y Salud en el Trabajo (SST).

Recuerde que el autocuidado es una actitud fundamental para preservar la salud y el bienestar personal.

Las jornadas deben tomarse de forma individual, en las instalaciones de la universidad, y sin que afecten la prestación del servicio ni el funcionamiento de las oficinas.

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: ADOr003
	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL	VERSIÓN: 10
	CIRCULAR	VIGENCIA: 2024-09-02
		PAGINA: 2 de 2

Reiteramos que esta iniciativa busca aportar positivamente a la salud física y mental de todos los funcionarios, en un entorno que promueve el equilibrio entre el trabajo y el bienestar personal.

Cordialmente,

MYRIAM LUCÍA SÁNCHEZ GUTIÉRREZ
Vicerrectora Administrativa y Financiera

Proyectó: coordinadora SG-SST

VoBo Seguridad y Salud en el Trabajo - Olga Lucia Perilla Salamanca 

VoBo Dirección de Talento Humano - Luz Etelvina Lozano Soto 

30.12