

SERVICIOS PARA EL CUIDADO Y FORTALECIMIENTO DE LA SALUD FÍSICA Y MENTAL

PLAN DE
**FORMACIÓN Y
DESARROLLO**
para colaboradores de uninorte
y sus familias



Oferta abierta de

FORMACIÓN VIRTUAL

relacionada con salud mental, manejo del stress, y ansiedad, familia, yoga, ergonomía y otros, en distintos horarios.

ATENCIÓN PSICOLÓGICA PARA CÓNYUGE E HIJOS



Si presentan dificultades emocionales, problemas de comportamiento, y/o trastornos de ansiedad o desarrollo.

Los colaboradores que lo requieran comunicarse con: *Laura Cardona*
lcardona@uninorte.edu.co

ASESORIA NUTRICIONAL

Se ofrece consejería nutricional. Los colaboradores que lo requieran comunicarse con:

Yilda Frago – Cel: 3103670856



ASESORIA EN ERGONOMÍA

Se ofrece consejería en ergonomía e higiene postural. Los colaboradores que lo requieran, comunicarse con:

Angela Gómez – Cel: 3145692675

MENTORIA INSTITUCIONAL

Acompañamiento para el desarrollo de competencias profesionales con el apoyo de un Mentor Institucional. Los colaboradores que lo requieran,

comunicarse con: *Ella Vergara* –
ellav@uninorte.edu.co

ASISTENCIA MEDICA EN CASA



Durante el trabajo remoto, ante una situación de emergencia y/o urgencia el colaborador de Uninorte podrá solicitar el servicio de AMI a su casa.

[Consulté aquí detalles del servicio Ami](#)

Mayores informes: *Dalis Castillo* –
dtcastillo@uninorte.edu.co



PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS

Si usted presenta ansiedad o estrés elevado y requiere apoyo inmediato, puede comunicarse con la Psicóloga

Marcela Jiménez – Cel: 3005482286

ATENCIÓN PSICOLÓGICA PARA COLABORADORES

Colaboradores que deseen apoyo psicológico por crisis como divorcio, enfermedades crónicas, duelo por fallecimiento de familiar, trastornos de nutrición, manejo de ansiedad y stress, situaciones emocionales, solicitar el servicio a:



• *Beatriz Vergara* –
bvergara@uninorte.edu.co

• *Laura Cardona* –
lcardona@uninorte.edu.co

ASESORÍA PENSIONAL Y CÍRCULO DE ORO

Para colaboradores en sus dos últimos años para cumplir requisitos para su pensión, pueden recibir asesoría técnica y específica para su proceso y acompañamiento psicológico para asumir positivamente esta nueva etapa. Contactar a: *Dalis Castillo* –
dtcastillo@uninorte.edu.co

Laura Cardona
lcardona@uninorte.edu.co

Nuevas Estrategias 2021

- Uninorte te acompaña SIEMPRE
 - Psicorientación para colaboradores con enfermedades crónicas y/o terminales y sus familias
- Programa psicosocial para colaboradores en condición cabeza de hogar

Mayores informes:

Laura Cardona
lcardona@uninorte.edu.co

