

DÉBORA

TE INFORMA

8 de septiembre de 2021

BOLETÍN
DEBORIANO

04



Estudiante de Prácticas Musicales

Andrés Felipe Cabrera

¿Has participado en alguna actividad de salud que promoció Bienestar Institucional?

Andrés Felipe Cabrera: "He participado de las actividades de salud que han realizado en donde ha traído médicos, nutricionistas, odontólogos y también he utilizado el servicio de médico general porque se me hace más sencillo conseguir una cita con el médico de acá de la Débora que por EPS."

Susana Flórez: "Participé en una campaña de salud donde estaban varios especialistas y me pareció muy oportuno porque ellos le daban a uno unas charlas muy efectivas, por ejemplo para mí es muy importante saber de nutrición y el personal que me atendió me dejó claro muchas para mi alimentación y cómo debía llevarlas"

¿Qué actividades propondrías para que la oficina de Bienestar Institucional realice para los estudiantes?

Andrés Felipe: "Me gustaría que volvieran a realizar el cine arte y que realizáramos cada viernes tertulias o muestras musicales, no tiene que ser con todo el montaje para un evento grande, pero sí una actividad de los estudiantes para los estudiantes."

Susana: "Podríamos hacer una campaña para combatir la ansiedad ya que es un factor que afecta a todos los deborianos en especial a los músicos, pero que no sea únicamente con la psicóloga porque ella te va a dar herramientas para superarla pero cuando uno esté viviendo un episodio de ansiedad no va a saber cómo manejarlo. Por eso propongo campañas donde nos veamos en ejecución rompiendo y enfrentando la ansiedad en diferentes situaciones."



Estudiante de Prácticas Musicales

Susana Flórez



Haz una invitación para que tus compañeros participen en las actividades de Bienestar

Andrés Felipe: "Invito a los estudiantes deborianos a que los usen, son actividades que nos pueden sacar de la rutina y por lo menos yo que siempre estoy acá en la Débora me ha ayudado a despejar la mente de tanto estrés"

Susana: "Debemos aprovechar porque hay muchas actividades y programas que contribuyen a tener una mejor salud mental y salud en general que es bueno aprovechar ya que muchos estudiantes no cuentan con los recursos para acceder a ese tipo de servicios por su cuenta."