

BOLETIN

Bienestar Universitario



GIMNASIA LABORAL:

Propuesta innovadora en la UdelaR

Mejora la efectividad y la eficiencia de los trabajadores. Quienes participan en el programa se sienten aliviados de molestias musculares y con el ánimo necesario para enfrentar la rutina diaria.

GREGORY RANDALL:

Pro Rector de Investigación y presidente de la Comisión Coordinadora del Interior

“Se viene acelerando el proceso de avance de la UdelaR en el Interior del país”

Boletín Bienestar Universitario

_Edición y redacción: Marcelo Bustamante

_Diagramación: Sofía Scheps

Contacto:

boletin.bienestar@gmail.com

www.bienestar.edu.uy

SCBU
bienestar
universitario

SUMARIO

- Página 02: Gimnasia Laboral en la UdelaR
- Página 05: Entrevista: Gregory Randall
- Página 08: Bienestar Universitario:
Talleres de Cultura 2013
- Página 11: Bienestar Universitario:
Deporte 2013
- Página 13: Uni Radio, la radio Universitaria
- Página 11: Fondo de Ayuda a Funcionarios
- Página 15: Noticias Breves

Gimnasia laboral para funcionarios

Propuesta innovadora en la Udelar



La Comisión Permanente de Salud Mental de la Udelar impulsará a partir del mes de mayo la práctica de gimnasia laboral entre los funcionarios universitarios. La propuesta es innovadora dentro de la institución y es de las primeras dentro del ámbito público.

La realización de gimnasia laboral para la Universidad de la República surge como respuesta a los resultados de la encuesta que efectuara Salud Mental entre los funcionarios docentes y no docentes universitarios. A partir de este trabajo, se detectó una serie de componentes como el acoso laboral, el síndrome de desgaste laboral, el síndrome de violencia en los espacios de trabajo, la discriminación, que no es sólo de género sino también étnica o de conductas sexuales.

En ese marco, los propios trabajadores explicitaron que tienen problemas de sedentarismo y de patologías prevalentes como la hipertensión, colesterol, problemas cardíacos, obesidad o sobrepeso.

“Si bien, desde las políticas de Bienestar Universitario, hay propuestas pensadas para la Udelar que contemple el sedentarismo, las personas que concurren a estos espacios ya tienen una rutina, a través de la práctica de algún deporte”, explicó la presidenta de la Comisión de Salud Mental, Lic. T. S. Teresa Dornell.

En tal caso, las autoridades pensaron instrumentar una propuesta basada en la realización de rutinas, por parte de los funcionarios, en lugares focalizados.

La iniciativa surgió del Área de Deporte, dijo Dornell, *“planteando en no citar a la gente a concurrir sino ir con la propuesta a un determinado espacio.”*

Previamente se hizo un sondeo para conocer si algún Servicio ya realizaba una experiencia similar de gimnasia laboral, y sólo se encontraron casos excepcionales, en convenio con las Cosset y la Pcet-Malur explicó.

Por tal motivo, se decidió efectuar un llamado interno para docentes y egresados del ISEF a fin de que hicieran una propuesta de gimnasia laboral para los funcionarios. Finalmente, el profesor que se encargará de las clases será Iván Duarte. En una primera instancia, la rutina se llevará a cabo en Montevideo, con una periodicidad de dos veces a la semana, en espacios que fueron coordinados con AFFUR. Habrá un foco en la zona del Cordón y otro en el Parque Batlle, teniendo en cuenta que precisamente allí se concentran varios centros universitarios.

Se manejó la posibilidad de realizar la gimnasia en espacios abiertos. Sin embargo se definió en una primera etapa que las clases se hagan en el local del comedor universitario nº2 del Parque Batlle y en el gimnasio del IAVA, en el Cordón. También las autoridades gestionan en otras Facultades la disponibilidad de un espacio para llevar la gimnasia a otros centros. La propuesta contempla la realización de clases a media mañana y media tarde con una duración de 15 minutos cada una de ellas. El profesor, además de hacer los ejercicios, enseña los mismos para que el funcionario pueda repetirlos en el resto de la semana en su lugar de trabajo. Es que algunos de los movimientos consisten en movimientos de manos, pies y cintura.

Según Dornell, la experiencia estaría comenzando a mediados de mayo. Además de los dos lugares ya mencionados, existe la posibilidad de aplicar el proyecto en el Hospital de Clínicas y la Facultad de Odontología. También se tiene interés de presentar el proyecto a Ciencias Sociales y Psicología, *“que tienen espacios abiertos importantes, además de que estos centros integran la Comisión Ampliada de Salud Mental.”*

En los próximos días, la Comisión de Salud Mental hará una recorrida por los distintos centros presentando la propuesta a las autoridades y evaluando extender la experiencia a otros lugares, según la demanda de los funcionarios.

“La encuesta realizada por el Programa de Salud Mental, demuestra que los funcionarios de la UdelaR se comportan de forma similar al resto de la población uruguaya. Pero sí preocupa, la presencia de determinadas patologías, como el sobrepeso y la hipertensión que aparece con algunos niveles superiores a la media”, indicó.

Dornell relacionó la experiencia de la gimnasia laboral con la propuesta que nace con la Escuela de Nutrición, (que aún está en debate) conjuntamente con los Comedores Universitario de Bienestar, de pensar realizar una guía de alimentación procurando lograr una dieta saludable para los universitarios. *“Es así que se puede sumar la gimnasia laboral, con una dieta saludable, y también agregar la posibilidad de ampliar el servicio de comedores para funcionarios de la UdelaR, más allá del convenio con Oficinas Centrales”,* explicó.

Antecedentes

La Intendencia de Flores desde mediados de 2011 viene implementando con éxito la gimnasia laboral para sus funcionarios. En forma periódica, todos los viernes, una docente recorre las diferentes dependencias del gobierno departamental, “cultura, tránsito, oficinas centrales”, instruyendo a los funcionarios en la gimnasia laboral.

Esta práctica es denominada como “pausa activa laboral” y la ejercen poco más de un centenar de trabajadores durante 15 a 30 minutos de la Intendencia de Flores.

Ya, el ex ministro de Salud Pública, Jorge Venegas, a poco de asumir su cargo, anunció que impulsaría la salud laboral entre los funcionarios de esa cartera.

En la ocasión hizo una exhortación a mejorar la salud a través del ejercicio físico, y destacó que cuatro de cada diez niños uruguayos tienen sobrepeso y uno de cada diez sufre de obesidad.

En tal caso, el Programa de Salud Mental de la UdelaR, implementará este año un convenio para realizar gimnasia laboral en los distintos centros universitarios. El encargado del Área de Deporte de Bienestar Universitario, prof. Marcelo Palumbo explicó los funcionarios pueden detinar un tiempo en su horario de trabajo para realizar ejercicios de estiramiento y movilidad a fin de descontraer los músculos. *“El tiempo para hacer los ejercicios puede ser el equivalente al destinado algunos funcionarios para fumar o comer”,* indicó.

Señaló que existen algunas experiencias aisladas en tal sentido, como ser en la Escuela de Nutrición y el hospital de Clínicas.

La Gimnasia Laboral es un conjunto de ejercicios físicos realizados en la oficina y/o empresa durante el horario laboral. Se efectúan con la misma ropa de trabajo ya que son movimientos de corta duración y no produce desgaste físico ni sudor excesivo.

La Gimnasia Laboral hace mejorar la efectividad y la eficiencia de los trabajadores, debido a que los empleados que participan en el programa se sienten aliviados de molestias musculares y con el ánimo necesario para enfrentar la rutina diaria.



El Lic. Iván Duarte, docente del Taller de Gimnasia Laboral, enfatizó que la propuesta está dirigida a mejorar la salud de los funcionarios de la UdelaR. Destacó que el escaso tiempo que conlleva las clases favorecerá la participación de los trabajadores. Adelantó que en las clases se enseñará las rutinas para poder repetirlas en su ámbito laboral.

Equipo de Recepción y pasantes

En tanto, el Programa de Salud Mental planifica para este año implementar pasantías curriculares de estudiantes en trabajo social y en psicología por un período de dos años. La propuesta es que estos pasantes se vayan insertando en el Equipo de Recepción de los funcionarios, y en tareas de promoción y sensibilización del Programa.

En mayo también comenzará la actividad del Equipo de Recepción, que tendrá como componentes a psicólogos, asistentes sociales y psiquiatras. Funcionarán en el local de la División Universitaria de la Salud (DUS), dos veces a la semana. En ese espacio no hará asistencia sino derivación y articulación con otros organismos. Este Equipo realizará un seguimiento de cómo evoluciona el estado sanitario del funcionario. En los tres días restantes de la semana, los profesionales estarán atendiendo en distintos institutos y facultades.

La derivación de un funcionario con problemas al Programa de Salud Mental lo pueden hacer los propios espacios gremiales, así como las autoridades y comisiones de los distintos centros universitarios.



Trabajadores de la Intendencia de Flores participando en una clase de Gimnasia Laboral

Fotos gentileza de Andrea Montes de Oca, Profesora de Gimnasia Laboral en Intendencia de Flores.



Gregory Randall, Pro Rector de Investigación, y presidente de la Comisión Coordinadora del Interior (CCI) afirmó que el proceso de avance de la UdelaR en el Interior se viene acelerando. Enfatizó que la política descentralizadora que aplica la Universidad de la República se traduce en una participación superior a los 10 mil estudiantes, con más de 60 carreras, cientos de docentes y funcionarios radicados en los departamentos donde funcionan los distintos centros de estudio.

En el marco de la conformación de la Universidad Tecnológica (UTEC) y su instalación en el Interior del país, el presidente de la CCI, explicó el relacionamiento que viene desarrollando la UdelaR con esta nueva institución. También informó de los avances que obtuvo la Universidad de la República con la ampliación de ofertas educativas en distintos puntos del país y de los proyectos a desarrollar en el corto y mediano plazo.

Sobre la colaboración que ofrecerá la UdelaR a la UTEC, el Pro Rector Randall explicó que se está esperando conocer una propuesta específica de esta nueva universidad. Ya se tuvo un primer encuentro donde la UdelaR se puso a las órdenes, pero aún no se tiene conocimiento del proyecto académico ni de las carreras que impartirá.

“El CDC ha declarado dos veces que la UdelaR tiene la disposición de colaborar con la UTEC y con otras instituciones de la educación pública en la construcción de un sistema integrado complementario, donde realmente haya una relación bidireccional”, sostuvo Randall.

Aclaró que ese camino ya lo empezó a recorrer en un trabajo conjunto con la UTU, *“donde tenemos distintos tecnólogos conjuntos, con formación docente.”* En la política de colaboración y de maximización de los recursos, la UdelaR comparte locales y predios con el INIA en Tacuarembó y en Treinta y Tres.

Enfatizó que se viene planteando una lógica de construcción conjunta con distintas instituciones, avanzando en el desarrollo en lo que se denomina campus educativo. *“Hay un ejemplo hermoso en Tacuarembó. En el mismo predio funciona la UdelaR, la UTU y el INIA. Allí hoy funciona la carrera de Tecnólogo en Carne, un laboratorio del INIA y los docentes son comunes a la UTU y la Universidad. Lo mismo ocurre en la estación Mario Cassinoni en Paysandú, donde se desarrollan actividades de Tecnólogo Químico dentro del predio de la UdelaR.”*

Mencionó que la UdelaR mantuvo conversaciones con la ANEP en Rivera, que tiene un predio donde funciona el Centro Regional de Formación de Profesores (CERFP) y en el que está instalada la UTU y una escuela agraria. Hay intención por parte de la UdelaR en construir allí su sede regional. De concretarse, habría un campus educativo múltiple. *“En esa lógica es en la que nos estamos moviendo”.*

“Se viene acelerando el proceso de avance de la UdelaR en el Interior del país”



“La gente sabe lo que está pasando con la UdelaR en el Interior. Si se va a Tacuarembó, Rocha y Paysandú, y se habla con la gente, sabe, porque lo ve todos los días. Hace tres años, Tacuarembó no tenía ninguna oferta educativa terciaria, salvo formación docente. Este año, tenía 350 estudiantes de los cuales 60 provenían de otros departamentos que se mudaron para estudiar en la UdelaR.”

En cuanto al programa de la UdelaR en el Interior, Randall aclaró que desde hace varios años se viene expandiendo y que el mismo va a seguir proyectándose *“con la misma fuerza o más.”*

Mencionó que la aparición de la UTEC, viene a sumarse al esfuerzo que desarrolla la UdelaR y que se traduce en más de 10 mil estudiantes, más de 60 carreras y cientos de docentes y funcionarios que ya están radicados en el Interior. *“Hay centenares de cargos que se vienen creando. No estamos hablando de quimeras. El CDC aprobó recientemente 6 nuevas carreras que se van a dictar desde marzo de 2014. También este año comenzarán cinco carreras nuevas que fueron aprobadas el año pasado”.*

Destacó que se radicaron 80 docentes del programa de Polo de Desarrollo Universitario de los cuales 50 tienen dedicación total. Fueron creados 145 cargos, y este año está prevista la creación de otras decenas de cargos de docentes con dedicación total radicados en el Interior, en grupos de investigación. En diciembre fue inaugurado el CURE de Rocha, y obras edilicias en Paysandú, conjuntamente con un laboratorio de primer nivel nacional, en Química Agrícola. Se espera iniciar las obras del edificio de la UdelaR en Tacuarembó.

“El proyecto sigue creciendo y va a seguir creciendo”, indicó. Manifestó que a fines de 2013, se van a elegir los claustros y los consejos del Centro Universitario del Noroeste y en 2015 del Centro Universitario del Este.

Contradicción entre la acción y el discurso

Randall informó sobre la percepción pública y el apoyo concreto que existe en las políticas de descentralización de la UdelaR. Comentó que existe una suerte de contradicción entre el discurso proveniente de la clase política y las acciones que luego se concretan a la hora de votar recursos por parte del Parlamento.

Reconoció que la UdelaR no ha llegado a divulgar las acciones descentralizadoras que viene desarrollando en todo el país, más allá que la sociedad donde están radicados los emprendimientos, conoce y reconoce la tarea que se viene haciendo.

“Pero pienso que hay una visión distorsionada e interesada - y lo digo con dolor -, de muchos actores políticos de todos los partidos, que saben perfectamente lo que está pasando. O no lo dicen, o no lo reconocen o hablan con ligereza”, indicó.

Agregó: *“Es imposible, que después de ir al Parlamento, a reunirnos con todos los partidos y de estar hablando más de dos horas con ellos, reunirnos con los diputados y senadores y que todos dicen: “¡Qué interesante, no lo sabía!” Y después ver que aparentemente no se sabe. Evidentemente, o hay una incapacidad para escuchar o hay un interés en no reconocer la existencia de esos hechos.”*

Randall señaló que en la UdelaR tienen que trazarse una serie de pasos para informar sobre lo hecho en el Interior. Señaló que el principal objetivo es llegar a la gente, *“que es a la que nosotros nos debemos”; pero también hay que hacerlo al sistema político; “que me cuesta trabajo llegarles por razones que para mí son inexplicables, pero debemos seguir explicando sin cansancio. Y que nos escuchen los medios de comunicación. “No pedimos que sean blandos con nosotros sino que se diga lo que está pasando”,* aclaró.

El presidente de la CCI, destacó que *“hasta el momento, el Parlamento ha sido sensible en el proyecto que está desarrollando la UdelaR en el Interior y lo valora positivamente. Ellos saben que existe el programa, lo valoran positivamente y lo apoyan”,* sostuvo.

Aclaró que en la práctica se apoya la descentralización, pero en el discurso *“aparece un desconocimiento de lo que hace la UdelaR, sosteniendo: Ustedes no tienen nada en el Interior. ¿Pero cómo que no hay nada?”,* se preguntó Randall.

“Todos nos conocen: desde el taxista al obispo”

“A nosotros nos falta mucho para comunicar lo que hacemos. Creo que igualmente la gente sabe lo que está pasando. Si se va a Tacuarembó, Rocha y Paysandú, y se habla con la gente, sabe, porque lo ve todos los días. Hace tres años, Tacuarembó no tenía ninguna oferta educativa terciaria, salvo formación docente. Este año, tenía 350 estudiantes de los cuales 60 provenían de otros departamentos que se mudaron para estudiar en la UdelaR. En la plaza se encontraban jóvenes universitarios que al mediodía salían a almorzar, en los boliches y en las casas que se están alquilando. Cuando vamos a Tacuarembó, desde el Jefe de Policía y el obispo, pasando por el intendente, hasta llegar al taxista, todos conocen lo que es el Centro Universitario.”

¿Se descentralizarán las políticas sociales?

Gregory Randall enfatizó que más allá de descentralizar la formación y la investigación, también se está dando un proceso gradual para llevar al interior las políticas sociales.

“Se está empezando a descentralizar también los aspectos sociales. Estamos haciendo algunas cosas y con respecto a la becas hicimos un acuerdo con el Fondo de Solidaridad para instalar oficinas en distintos lugares. Dialogamos con Bienestar para ver si se puede abrir un comedor en Paysandú, que es un proceso que está en discusión. En Salto tenemos bastantes cosas y queremos seguir dialogando con Bienestar para que en todas las sedes, en la medida en que estas tengan un desarrollo que lo amerite, se hagan distintos tipos de aproximaciones.

La respuesta es sí, en la medida en que nosotros crecemos es fundamental buenos servicios de Bienestar en sus distintas modalidades, tanto en actividades deportivas, culturales, comedores o cantinas, becas y salud en las distintas sedes.”

Formado en el exterior, con el foco en el interior

El ingeniero Gregory Randall, es doctor en Robótica, y se desempeñó como docente en Ing. Eléctrica. Nació en Estados Unidos. Vivió en México y Cuba (donde obtuvo su título de ingeniero en telecomunicaciones); residió 11 años en Francia, donde obtuvo su doctorado en robótica. Obtuvo un Diploma de Estudios Avanzados (DEA) en robótica en la Universidad de Paris VI en 1987 y el Doctorado de la Universidad de Paris XI en Informática Aplicada en 1991.

Entre 1988 y 1991 fue miembro del Equipo Robotvis en el INRIA, Francia, bajo la dirección del Prof. O. Faugeras.

Entre 1992 y 1994 trabajó en la empresa COSE, en Francia. En 1994 se radicó en Uruguay donde fundó el Grupo de Tratamiento de Imágenes del instituto de ingeniería Eléctrica. Fue Director del IIE (Instituto de Ingeniería Eléctrica) entre 1998 y 2004. En 2005 y 2006 fue Profesor Visitante en el Departamento de Ingeniería Eléctrica y Computación de la Universidad de Minnesota y miembro general del Institute for Mathematics and its Applications (IMA). Desde 2007 es Prorector de Investigación de la Universidad de la República y desde 2008 preside la Comisión Coordinadora del Trabajo en el Interior.

NUEVAS CARRERAS DE GRADO 2013

Cenur Noroeste Centro Universitario Regional Norte-Salto

- Diploma de Matemática
- Ciclo Inicial en Matemática
- Tecnicatura Universitaria de Interpretación
- LSU-español-LSU
- Licenciatura en Diseño Integrado

Cenur Noreste Centro Universitario de Rivera:

- Tecnicatura en Deportes. Opción Actividades Acuáticas y Fútbol

Cenur Este Centro Universitario Región Este Treinta y Tres

- Tecnólogo Minero

Talleres del Área de Cultura en alza: 900 inscriptos

“Teatro” y “Creación de Canciones” también en Agronomía

Los talleres del Área de Cultura de Bienestar Universitario tuvieron este año un notorio incremento en el número de inscriptos con respecto a los últimos años. Unas 900 personas fueron las que se inscribieron en algunas de las variadas propuestas culturales que ofrece el Servicio. Es de destacar que en sólo 10 días, período para la recepción de las inscripciones online, hubo 300 personas inscriptas más que durante todo el 2012.

Debido al interés por las propuestas, en la mayoría de los talleres se debió de realizar un sorteo para denificar los grupos.

Durante el mes de abril comenzó a funcionar los talleres de Teatro, Danza Contemporánea, Taller de Creación de Canciones, Coro para Niños y Jóvenes y Teatro de Títeres.

Los talleres se llevan a cabo en instalaciones de la Facultad de Artes (Avda. 18 de Julio 1772, esq. Gaboto).

En tanto, el Área de Cultura de Bienestar introduce este año una serie de novedades en cuanto a sus ofertas culturales. Algunos de sus talleres se descentralizan, llevándose a otras facultades en Montevideo e incluso, hay propuestas que se consolidan en el Interior del país en el marco de una nueva política integradora de la Universidad. Los talleres de “Teatro”, a cargo del director Bernardo Trías, y el de “Creación de Canciones”, con la coordinación de Washington Benavides, Numa Moraes y Mario Paz, se desarrollarán durante el 2013 también en instalaciones de la Facultad de Agronomía.

En el caso de los talleres en Agronomía, la primera reunión para el de “Creación de Canciones”, y “Teatro” será el 16 y 24 de abril respectivamente. En tanto el proyecto de Teatro en Salto se consolida durante el 2013 y está previsto su funcionamiento en el Auditorio El Andén. La primera reunión será el próximo 16 de abril.

En cuanto al Proyecto Ajedrez-UdelaR, que tiene la finalidad de llevar la práctica de este juego a diferentes centros de estudio, durante este año, además de desarrollarse en la Facultad de Artes, la propuesta itinerante llegará a la Facultad de Ingeniería.

Asimismo, se reafirma el proyecto de Teatro espontáneo en los Hogares Estudiantiles Municipales. En el mismo se explora un trabajo lúdico-artístico-expresivo, junto a un equipo multidisciplinario, dirigido a jóvenes residentes en hogares universitarios en situaciones de vulnerabilidad social.

ACTIVIDADES Y PROYECTOS DEL ÁREA DE CULTURA 2013

TEATRO

Teatro Universitario es el espacio, que a través de Bienestar Cultura, ofrece la Universidad de la República a sus estudiantes, docentes, egresados y funcionarios, para formarse y ejercitarse en la actividad teatral. Se estructura a través de tres niveles de experiencia, principiantes, niveles dos y tres. En todos los casos a fin de año se presenta una muestra del trabajo final realizado con los talleristas.

Principiantes

Se trabaja sobre una técnica específica de improvisación teatral denominada Improvisación Teatral Contemporánea, sustentada en los principios de la escucha, la aceptación, la espontaneidad, el juego, la capacidad de adaptación y la conciencia del trabajo en equipo.

Desarrollando la confianza en si mismo y en el otro, estimulando la imaginación creadora, entrenando la agilidad de reacción frente a cualquier estímulo, la atención, concentración, capacidad perceptiva y la preparación sensible del cuerpo adquiriendo plasticidad y libertad expresiva.

Se trabajará con el docente y músico Felipe Ortiz en la investigación del espacio sonoro.

Segundo Nivel

Se trabaja abordando la experiencia teatral desde la creatividad, adquiriendo habilidades y capacidades personales que tiendan a mejorar la conciencia y sensibilidad artística, aunque el objetivo final no sea convertirse en profesionales del teatro.



Se propone la búsqueda de un "actor creativo", concibiendo a éste como aquella persona capaz de accionar y reaccionar con iniciativa, imaginación y singularidad, una persona que ya posee una cultura propia, que tiene cosas que decir y nunca será neutro porque es un emisor de significados.

Trabajaremos sobre un enfoque actualizado y contemporáneo del Método de las Acciones Físicas de K.Stanislawsky, a través del cual el alumno intentará producir una actuación viva y orgánica.

La herramienta técnica fundamental del trabajo es la improvisación en un contexto determinado por lo que llamaremos "circunstancias dadas".

Tercer Nivel

Se trabajará en la construcción de la situación dramática partiendo de textos dramáticos de carácter realista.

Aplicando la metodología de trabajo aprendida en el segundo nivel el alumno podrá abordar el texto dramático e ir al descubrimiento y construcción de la situación dramática. Aquí la herramienta técnica es la "improvisación en los límites del texto".

El texto contiene lo que se dice y a veces también lo que se hace, pero lo que sucede es algo que hay que descubrir, y es esto que sucede a lo que le llamamos situación dramática. La forma de descubrirla es poniendo el cuerpo en acción. Trabajaremos en la puesta en escena abordando sus diferentes aspectos con diferentes textos de teatro realista.

Coordinación general: Bernardo Trías | **Colaboración docente:** Felipe Ortiz

TALLER DE CREACIÓN DE CANCIONES

El Taller de Canciones (Poesía y Música Popular), creado en 2008 por el Área de Cultura de Bienestar Universitario funcionará nuevamente en el local de la Escuela Universitaria de Música, como sede central.

La coordinación está a cargo de los destacados Washington Benavides, Numa Moraes y Mario Paz.

Está dirigido a la comunidad universitaria y sus integrantes trabajan en la creación de una producción literaria para luego de una selección, musicalizar poesías y textos.

Como resultante del trabajo del taller, fueron editados dos Cds, por el sello Sondor, que recopila algunas de las canciones creadas entre talleristas y docentes.

El formato del taller cuenta con una reunión semanal. Sin embargo, desarrolla otras actividades, como son las presentaciones públicas, como el histórico homenaje a los poetas Mario Benedetti e Idea Vilariño, musicalizando en escena textos de ambos, y las presentaciones de los dos CD: "Las canciones del taller Vol. I y II". Desde su inicio, el taller reúne semanalmente a unos 30 participantes (duplicando el número para este año) y ya musicalizó más de 300 textos de decenas de poetas. El exitoso Taller desde 2012 se traslada al Interior del país, generando tres nuevas sedes de poesía y creación: Salto, Maldonado y Rocha donde se asentaron los respectivos talleres. En 2013, el Taller también se desarrollará en la Facultad de Agronomía, conformando una nueva sede de trabajo creativo y constante.

Primer CD del taller:

<http://www.myspace.com/tallerdecanciones>

Ver videos del taller en la Galería Multimedia de bienestar.edu.uy



DANZA CONTEMPORÁNEA

Los talleres de Danza, están dirigidos a toda la comunidad Udelar y se presentan en 2 niveles.

Grupo Inicial: se desarrollará un intenso trabajo técnico y en el área de la improvisación, frecuentando ejercicios que engloban todas las dimensiones de la danza: el espacio, el tiempo, la relación con los otros y el entrenamiento de habilidades motoras. Este taller está destinado a estudiantes, docentes y funcionarios de la Udelar. Las personas que se anotan en nivel 1, tienen que escoger un horario de los grupos según su preferencia.

Las personas que se anotan en nivel 1, tienen que escoger un horario de los grupos según su preferencia.

Segundo Nivel: se trabajará en la profundización de estrategias de improvisación, para la realización de intervenciones urbanas, muestras al aire libre, ofreciendo conocimientos más específicos y acordes a sus particulares intereses. Sólo podrán participar de este taller aquellos que

hayan cursado un año entero del taller en ediciones anteriores o bien que, teniendo alguna experiencia previa en danza, no tengan disponibilidad en los horarios de nivel 1.

Si las inscripciones superan los cupos se realizará un sorteo. La lista definitiva de participantes será publicada en la web a más tardar el lunes 8 de abril.

Coordinadora: Carolina Silveira



TEATRO DE TÍTERES

Taller-Nivel I

Este taller propone una primera aproximación al teatro de títeres. Un encuentro semanal, donde interpretar, jugar, moverse, improvisar e investigar con diferentes materiales y objetos que hacen al mundo del teatro de títeres. Se trabajará en base a la experimentación escénica, combinando aspectos de dramaturgia, manipulación y construcción de muñecos. Se realizará un acercamiento teórico acerca de la historia de los títeres, promoviendo la reflexión de cuales son los alcances y limitaciones de su utilización. El objetivo principal del taller estará centrado en la animación de diferentes objetos (entre ellos los títeres), para esto se realizarán ejercicios de improvisación y se trabajará entorno a dos técnicas específicas; títeres de guante y títeres de manipulación directa. Se recrearán historias (situaciones

cotidianas) incluyendo elementos musicales y escenográficos. Se promoverá la realización de muestras o productos como forma de aprender las técnicas pero también como forma de involucrar a los participantes del taller en proyectos sociales.

Taller-Nivel II

Este taller esta dirigido a personas que ya tuvieron una acercamiento al teatro de títeres, (ya sea que participaron anteriormente de algún taller o que tienen experiencia previa) y que buscan seguir conociendo este arte. En este segundo módulo se trabajará en base a la realización y puesta en escena de algunas obras clásicas escritas para títeres. El objetivo de este segundo módulo es el montaje de la obra y su posterior vinculación con la comunidad, se buscara ampliar lo trabajado en el primer módulo y se incursionará en otras técnicas que hacen al mundo de los títeres, tales como luz negra y teatro de sombras.

Coordinadoras: Cecilia Bruzzone, Maru Fernández

CORO DE NIÑOS Y JÓVENES UDELAR

Los familiares y amigos de funcionarios, estudiantes y egresados de la Universidad podrán integrar el Coro de Niños y Jóvenes de la Udelar. El único requisito es tener entre 8 y 16 años.

La coordinación está a cargo de la Directora Chiara Danielle y el Pianista Sebastián Larrosa.

La propuesta busca rescatar el juego como actividad existencial del ser humano y convertirlo en la mejor estrategia didáctica, valorando una actitud de la infancia y de la adolescencia, que interroga sin prejuicios, que permite y se permite el redescubrimiento e incluso el descubrimiento de su cuerpo-voz. Este año se continuarán profundizando algunos de los lineamientos ya trazados, como ser la apertura a diversas culturas en la elección de las músicas a interpretar; la búsqueda de un cuerpo vivo y cómplice con aquello que se intenta decir; el análisis de los textos; el desarrollo del oído polifónico; el reconocimiento y trabajo del cuerpo-voz; el trabajo grupal y solidario.

Dado el crecimiento desbordante del Coro, en 2013 se prevén audiciones para el ingreso. La solicitud se hará en la página web de bienestar marcando la opción de inscripción por primera vez o reinscripción, para los que ya han participado en años anteriores.

Directora Coral: Chiara Daniele

Piano: Sebastián Larrosa.



Campeonatos, prácticas y torneos en diferentes disciplinas

El Área de Deporte del Servicio Central de Bienestar Universitario (SCBU) informa sobre el inicio de las actividades deportivas correspondientes al presente año. La oferta está dirigida a estudiantes, funcionarios y docentes, en variadas disciplinas, desarrollando la práctica y la competencia en la interna de la UdelaR, así como con otras instituciones universitarias.

Este año se llevará a cabo la 6ª edición de la "Copa de Oro Interfacultades", destinados a estudiantes de distintos dentro universitarios; un nuevo "Campeonato de Básquetbol Masculino", práctica y competencia de "Voleibol", "Fútbol 8 Nocturno", destinado tanto a estudiantes, docentes y funcionarios; "Fútbol 7 para Funcionarios de la UdelaR" y una serie de actividades dirigidas a la población femenina: "Básquetbol", "Fútbol 11", "Handball", y "Futsal".

FÚTBOL 11 MASCULINO "COPA DE ORO INTERFACULTADES": se jugará los sábados y entre semana de noche en el Complejo Malvín Norte (frente a la Facultad de Ciencias). Está dirigido a estudiantes que armen equipos representativos de las respectivas carreras, y cuyo campeón representa a Udelar en la Copa Taylor a desarrollarse en la Universidad de San Andrés (Buenos Aires) en el mes de noviembre.

CAMPEONATO DE BÁSQUETBOL MASCULINO:

Los partidos se disputarán los días domingos en el ISEF y en el IAVA, y sábados en la Escuela Nacional de Policía. Se juega a dos ruedas, e integra a estudiantes, funcionarios, docentes, egresados de Udelar, y también a estudiantes de otras carreras terciarias públicas.

FÚTBOL 7 PARA FUNCIONARIOS DE UDELAR:

Los partidos se disputan los días sábados, y están dirigidos a todos los trabajadores de Udelar. Se juega en las canchas de Malvín Norte y dentro de la Facultad de Ciencias. Estará a cargo de la actividad el entrenador Ramiro Lemos.

BÁSQUETBOL FEMENINO:

Equipo que representa a Udelar en la FUBB, y que practica tres veces por semana en el gimnasio del Liceo Miranda (Hocquardt y Bacigalupi). De 19 a 21 horas practican las chicas que están comenzando, y a partir de esa hora y hasta las 23 el grupo que compite a mayor nivel. Ambos grupos están a cargo del entrenador Sebastián Vilardo.

VÓLEIBOL:

Lunes de 20.30 a 23 horas se desarrollará el vólei mixto social, para aquellos y aquellas que quieran aprender, participar, integrarse y divertirse practicando su deporte preferido. Martes y jueves a las 21 horas practica el grupo masculino que compite en la Livosur (afiliada a la FUVB), y miércoles y viernes a las 20.30 el grupo femenino. Todo se desarrolla en el IAVA (Guayabos casi Edo. Acevedo, detrás de la Fac. de Derecho), bajo las órdenes de la Prof. Carina Schinca.



FÚTBOL 11 FEMENINO:

Martes a las 20 horas se juntan las chicas que el año pasado lograron el triunfo en la Copa de Plata en la AUF, junto con todas las principiantes, bajo las órdenes del profesor Carlos Coronel y el entrenador Ramiro Lemos, en el Complejo Malvín Norte (frente a la Facultad de Ciencias). Las otras prácticas semanales se fijan ahí.

FÚTBOL 8 NOCTURNO PARA TODA UDELAR:

El ex Interhogares se muda este año al Complejo Malvín Norte, donde disponemos de 4 canchas chicas iluminadas. La actividad está bajo las órdenes del Prof. Carlos Coronel. Abierto a todos los integrantes del demos universitario.

HANDBALL FEMENINO:

Clases dictadas por la Prof. Carina Schinca en las canchas externas del Liceo IAVA. Se llevan a cabo todos los martes y miércoles a partir de las 20 horas. A partir de mayo se organiza un campeonato interno que ha nucleado históricamente a más de 16 equipos.

FUTSAL FEMENINO:

El equipo de Udelar comienza por 2do. año consecutivo los entrenamientos con vistas a encarar la actividad organizada por la AUF. Todas las aspirantes deben presentarse a partir de las 21 horas en el gimnasio del Liceo Miranda y ponerse en contacto con el entrenador Marcelo Navarro.

Para toda consulta, duda, sugerencia, contactarse al mail: deportesbienestaruniversitario@gmail.com o a través del blog de Deportes de Bienestar.

INAUGURARON RED LUMÍNICA EN COMPLEJO DE MALVÍN NORTE

La actividad contó con la participación de estudiantes argentinos

El Complejo Deportivo de Bienestar Universitario ubicado en la zona de Malvín Norte inauguró el pasado 6 de abril su red lumínica para beneficio de toda la comunidad universitaria. Para la ocasión fue organizada una actividad deportiva especial en la que se invitó a la Liga Jujeña de Fútbol Universitario a participar de un torneo junto con los estudiantes de la UdelaR. Fue así que durante esa tarde y noche, se llevaron a cabo partidos de fútbol femenino y masculino. Participaron unos 120 jóvenes argentinos que llegaron a Montevideo para integrarse en una competencia deportiva con sus pares uruguayos de las Facultades de Derecho, Ciencias Económicas, Ciencias Sociales, Agronomía, Psicología, Imagenología, Medicina e Ingeniería. En 2012 la Universidad adecuó un espacio en desuso, ubicado en Malvín Norte frente a la Facultad de Ciencias, donde se crearon dos canchas de fútbol que también pueden ser utilizadas para la práctica de baby-fútbol.

La inauguración de la red de iluminación contó con la presencia de Gabriela Fachola, coordinadora del Plan de Obras de Mediano y Largo Plazo (POMLP) de la Udelar.



TORNEO INTERNACIONAL de Fútbol Femenino y Masculino

Para festejar la inauguración de la red lumínica del Complejo Deportivo de Udelar

Sábado 6 de abril | 20 hs.
Iguá esq. Mataojo (frente a la Fac. de Ciencias)

PARTICIPAN:
Liga Jujeña de Fútbol Universitario | Facs. de Ingeniería | CCEE | Derecho | Medicina | Ciencias Sociales | Escuela de Imagenología | Udelar Fútbol Femenino

SCBU bienestar deporte

UniRadio, la radio universitaria, aumenta su cobertura en el departamento de Montevideo, gracias a la instalación de una antena sobre el hospital de Clínicas. Con esta modificación, la emisora está en condiciones de llegar potencialmente a un millón de personas.

Oscar Orcajo, director de UniRadio, (la radio universitaria) explicó que se tramitó la autorización para operar en el año 2006, la que se obtuvo en el 2007, en una frecuencia ubicada en el 89.1 FM. Se contaba con una gran limitación de potencia. La autorización otorgada fue de 10 vatios de potencia y una altura de antena de 30 metros. Explicó que a cualquier radio comercial se le adjudican mínimamente 1000 vatios. *“Uniradio cubre una parte del barrio Buceo y sus alrededores”,* aclaró. Hasta principios de abril se contaba con una gran limitante porque el espectro radiofónico metropolitano está saturado de frecuencias. *“Es toda una pelea porque nosotros entendemos de que es una radio pública, y me pregunto por qué no puede haber espacio para una emisora más, ya que se trata de una voz diferente: ser ni más ni menos que la voz de la Universidad. No estamos de acuerdo con la actual situación pero para cambiar se deben de modificar las leyes”,* sostuvo.

Orcajo señaló que en los últimos años se ha insistido en solicitar mayor potencia para la transmisión, pero finalmente se encontró una alternativa, en conjunto con docentes de la Facultad de Química. Para lograr una mayor cobertura se levantó la antena de transmisión.

“Esto significa ponerla en otro lugar y se logró la autorización para colocarla en el hospital de Clínicas a una altura superior a los 100 metros”, indicó el director.

Para concretar esta propuesta, UniRadio inició trámites ante la Ursec, (organismo que exigió determinados estudios), solicitó autorización a la Dirección Nacional de Aviación Civil y la Intendencia de Montevideo. Todo este proceso llevó un año, aclaró Orcajo. Recientemente concluyó la etapa de la instalación material de la antena ampliando la cobertura a barrios como Belvedere, Maroñas y El Prado.

Esto implicó llevar un mástil al hospital de Clínicas, e instalar un aparato de transmisión, así como colocar las antenas de enlace con el estudio que se mantienen en el local de la licenciatura de Ciencias de la Comunicación.

Con la elevación de la antena se amplía considerablemente la cobertura, cubriendo a gran parte de la ciudad. *“Posiblemente, por el momento no se cubran las áreas metropolitanas pero es altamente probable que se llegue a tener un potencial de audiencia de un millón de personas”,* aseveró Orcajo.

Entiende que no habría problemas de interferencia en la transmisión, a pesar que aún existen radios no autorizadas que están operando. Aclaró que si llegado el caso, alguna emisora ilegal interfiere con Uniradio, se estaría haciendo la denuncia correspondiente.

Finalmente la planificación se logró en tiempo y forma y la instalación de la antena se concretó a principio de abril, con una inversión de unos \$ 40 mil.

Carencias de recursos humanos

“Lo bueno de todo esto es que durante este tiempo en que se trabajó en estas condiciones nos permitió seguir un camino, obtener experiencia y mejorar la calidad de nuestras transmisiones tanto desde el punto de vista técnico como del lenguaje radiofónico”, manifestó.

Explicó que las mayores dificultades que enfrenta Uniradio están en la carencia de recursos humanos. Hay poco personal efectivo trabajando en la radio, que cuenta con un director, tres becarias (que se ocupan del programa institucional de la radio que se emite por la mañana), que tienen pocas horas, y dos operadores.



Del Buceo, a ser receptionados por un millón de montevideanos

Para funcionar correctamente, dijo Orcajo, la radio necesitaría el doble del personal, así como contratar periodistas y un nuevo operador. Señaló que la emisora, por su particularidad, debería trabajar más en la investigación y en la enseñanza.

La radio funciona las 24 horas todos los días, y tiene programas en vivo de 9 a 23 horas de lunes a viernes.

“El espacio radiofónico se debe asignar equitativamente”

Orcajo se refirió a la existencia de insumos para un proyecto de ley audiovisual, que tiene a su poder el gobierno nacional. El mismo establece que se deben reservar espacios para radios privadas, públicas y comunitarias. Señaló que ya con la legislación vigente está previsto que un tercio del espectro radiofónico debe destinarse al sector público. *“Sin embargo sigue sin cumplirse con la ley. El argumento dado es que ya hay emisoras funcionando, pero el espacio radiofónico fue declarado bien de la humanidad y el Estado debe administrar ese bien para la posibilidad de que todos estén en el aire. Pero como es un bien finito, hay que distribuirlo equitativamente. Pretendemos que la radio de la UdelaR tenga una frecuencia asignada con una potencia normal. Y si eso implica retirar alguna radio, que se haga”*, manifestó el director de Uniradio.

En Argentina, la ley prevé que cada universidad pública tenga asignada una frecuencia de radio y televisión, la use o no.



Bienestar Universitario habilitó en el mes de abril la recepción de solicitudes para el año 2013 del programa "Fondo de Ayuda para funcionarios de la Udelar". En la primera semana, el Servicio recibió un total de 46 pedidos.

El Proyecto "Fondo de Ayuda para funcionarios de la Udelar" tiene como objetivo atender aquellas situaciones de graves dificultades que afectan a los funcionarios (docentes y no docentes) y becarios universitarios que no pueden ser resueltas con los recursos socio-económicos propios, ni con los que le ofrecen los servicios comunitarios.

Como sucede en cada ejercicio se realiza una adecuación de los criterios que rigen el funcionamiento del Fondo, acorde a las disponibilidades económicas del presente ejercicio. Podrán ser beneficiarios los funcionarios que hayan cumplido un año de estar ejerciendo el cargo. En el 2013, a una semana de habilitarse los pedidos, se habían recibido 46 pedidos de funcionarios universitarios.

En el año 2012 se atendieron 274 solicitudes de funcionarios correspondiendo a :

170 lentes, 47 tratamientos odontológicos, 7 audi-prótesis, 1 cirugía-neurológica, 1 bomba de insulina con insumos por un año, 3 prótesis de mama, 9 tratamientos de hijos de funcionarios psicológico y psico-pedagógico, 4 cirugía por técnica laparoscopica, 4 C-Pap para las apneas nocturnas, 4 tratamientos odontológicos para estudiantes becarios de Bienestar y otros (plantares, medias de descanso, fajas, entre otros).

El propio secretario general de AFFUR, Alfredo Peña había dicho que este Fondo, *"ayuda mucho a mejorar la calidad de vida de los funcionarios algunos de los cuales tenían dificultades serias y que no hubieran podido superarlas sino fuera por este aporte."* Incluso destacó que con este Fondo se han salvado vidas.

Para solicitar el aporte del Fondo, los funcionarios o estudiantes becados, deberán presentar al Servicio Central de Bienestar Universitario la siguiente documentación:

Nota dirigida a la Encargada de Dirección del SCBU, Sra. María Julia Aguerre, fundamentando la solicitud, adjuntando la siguiente documentación:

- Orden médica estableciendo la pertinencia del artículo/examen solicitado
- 3 presupuestos de firmas especializadas de plaza, según corresponda el artículo a adquirir, se excluye de este requisito la solicitud de lentes.
- En el caso de los exámenes médicos especiales, (tomografías, resonancias magnéticas, centellogramas, etc) presentar justificativo medico de la solicitud y el presupuesto de la sociedad médica a la cual es afiliado el funcionario.
- Fotocopia de cédula de identidad,
- Fotocopia de último recibo de sueldo,

Recibos de sueldos u otros ingresos, de los integrantes del núcleo familiar.

Para gestionar la solicitud dirigirse a :

Servicio Central de Bienestar Universitario
Dirección: José E. Rodó 1839
Tel. 2408 5865 - 2408 2476 interno 133

Sra. Arlect Amaral "Fondo de Apoyo para Funcionarios" - amaral@bienestar.edu.uy

Atención: de lunes a viernes -10.00 a 14.00 hs.



TAI-CHI EN UDELAR

Comienza el lunes 29 de abril en el gimnasio del liceo IAVA (detrás de la Facultad de Derecho), de 19 a 20.30 horas
Tai Chi para funcionarios docentes y no docentes, estudiantes y egresados de Udelar a cargo del Prof. Julio César Antúnez. Asistencia gratuita.
Actividad enmarcada dentro del Programa de Salud Mental para la Udelar.



AJEDREZ EN INGENIERÍA

El Proyecto de Ajedrez-Udelar se descentraliza en Montevideo y suma un nuevo taller en el Parque Rodó. La práctica de este juego, destinada a toda la población universitaria se extiende hasta la Facultad de Ingeniería. El 25 de abril será la apertura de la actividad a desarrollarse todos los jueves a las 19 horas en el espacio "piso verde".



TALLERES DE ACOSO LABORAL

El miércoles 24 de abril, en la Facultad de Derecho se llevará a cabo la actividad: "Acoso Laboral en la Udelar: ¿Cómo intervenir?"
Durante dicha jornada se organizarán dos talleres: El primero será de 10 a 12 horas, y el segundo, de 14 a 16 horas. El evento es organizado por AFFUR y apoyado por el Programa de Salud Mental de la Udelar. En noviembre del año pasado, fue realizada una actividad de similares características en la Facultad de Arquitectura.



INVITACIONES COMEDIA NACIONAL PARA MAYO

Las invitaciones que entrega Bienestar Universitario para las obras de la Comedia Nacional volverán a estar disponibles en el transcurso del mes de mayo.
A principio de año fueron entregadas las invitaciones gratuitas para estudiantes y 2X1 para funcionarios de la Udelar de obras reeditadas del 2012 y que fueron presentadas en marzo de este año. Por el momento, se está a la espera de los nuevos trabajos de la Comedia Nacional perteneciente al presente año.
Cuando el Servicio acceda a las nuevas invitaciones lo dará a conocer a través de su página web:
bienestar.edu.uy

SCBU
bienestar
universitario

**Boletín Bienestar
Universitario**
abril | 2013