

**UFLO**  
UNIVERSIDAD

PROGRAMA  
**Escuela Saludable**



## SOBRE UFLO UNIVERSIDAD

**UFLO Universidad** fue fundada en 1995 con el objetivo de formar ciudadanos, profesionales, técnicos e investigadores que integren su actualidad disciplinar con las necesidades sociales y ambientales. Opera en la Ciudad de Buenos Aires, en la ciudad de San Miguel (Provincia de Buenos Aires) y en la región Patagonia con edificios en Cipolletti (Provincia de Río Negro) y Ciudad de Neuquén (Provincia del Neuquén).

**Con más de 5000 alumnos en todo el país,** nuestra propuesta formativa innovadora incluye carreras de pregrado, grado, posgrados, maestrías, doctorados y formación continua abierta para la comunidad en modalidades presencial, virtual e híbridas.

Contamos además con 8 laboratorios de investigación y desarrollo propios, financiando más de 100 proyectos de investigación en todo el país.



[uflo.edu.ar](http://uflo.edu.ar)

PROGRAMA **Escuela Saludable**



## SOBRE EL PROGRAMA ESCUELA SALUDABLE

La escuela es el espacio propicio para la generación de hábitos y estilos de vida saludables. **“Escuela Saludable”** favorece el desarrollo del bienestar físico-corporal, mental, social y ambiental de nuestros niños, niñas y adolescentes, en un clima de inclusión, facilitando el uso de sus potencialidades.

Para ello, **UFLO Universidad cuenta con un programa integral para colegios** que, de manera interdisciplinaria, ofrece talleres totalmente gratuitos y planes de intervención.

El Programa Escuela Saludable **brinda diferentes herramientas de capacitación** a las escuelas sobre diversos temas de interés actual, dirigidos a los estudiantes, a sus familias y al personal docente y no docente, entre otros.



[uflo.edu.ar](https://uflo.edu.ar)

PROGRAMA **Escuela Saludable**



## > **Proyectando el futuro. Orientación Vocacional y Ocupacional**



**Tipo de actividad**  
Taller



**Duración**  
80 minutos



**Destinatarios**  
Estudiantes



**Modalidad**  
Presencial o virtual

### **Descripción**

Se pretende trabajar el proyecto como Plan de Ruta, el tiempo en la elección, como proceso y como tiempo de expectativa social. Reflexionar sobre temores y fantasías con respecto al futuro

### **Objetivos**

Tener un primer acercamiento sobre las elecciones. Desplegar para visualizar temores y situaciones que pueden funcionar como obstáculo. Descubrir facilitadores y posibles estrategias de afrontamiento.

## > **Eligiendo caminos: taller de orientación vocacional y ocupacional**



**Tipo de actividad**  
Taller



**Duración**  
6 encuentros  
80 minutos c/u



**Destinatarios**  
Estudiantes



**Modalidad**  
Presencial en  
instalaciones UFLO  
o virtual

### **Descripción**

A través de dinámicas grupales y atendiendo a la particularidad de los participantes, se propone generar una conciencia activa sobre la elección como proyecto de vida, descubriendo los propios intereses. Desmitificar los prejuicios sobre el campo vocacional y laboral. Espacio de reflexión e intercambio grupal. Se realizará una devolución personalizada a cada estudiante.

### **Objetivos**

Desarrollar un proceso de orientación vocacional y ocupacional como modo de proyecto de vida y no sólo como una elección de carrera universitaria. Exploración de intereses a través de la reflexión sobre obstáculos.



[uflo.edu.ar](http://uflo.edu.ar)



## > Presentación de UFLO y panel de profesionales



**Tipo de actividad**  
Charla



**Duración**  
80 minutos



**Destinatarios**  
Estudiantes



**Modalidad**  
Presencial o virtual

### Descripción

A medida que se acerca el último año de colegio, muchos/as estudiantes tienen la misma pregunta: ¿Y después qué? Es por ello, que mediante un panel de profesionales y graduados/as de distintas carreras, buscamos contribuir y acompañar en la toma de decisión de su futura carrera, a aquellos/as estudiantes que están terminando el secundario.

### Objetivos

El objetivo es que las y los estudiantes puedan conocer la propuesta educativa de UFLO Universidad, despejar dudas sobre determinadas carreras y aproximarse a las experiencias profesionales y estudiantiles, a través del relato de sus propios/as protagonistas.

## > Los inicios de la vida universitaria



**Tipo de actividad**  
Taller



**Duración**  
120 minutos



**Destinatarios**  
Estudiantes



**Modalidad**  
Presencial o virtual

### Descripción

Espacio dirigido a estudiantes del último año de secundaria para generar un ambiente de diálogo y orientación sobre la vida universitaria.

### Objetivos

Lograr una aproximación global a la universidad: sus características, sus formas de gobierno, su funcionamiento, reglamentaciones, etc. Brindar herramientas que permitan a los estudiantes comenzar y avanzar con seguridad en el ciclo de formación superior



uflo.edu.ar

## > Prevención del bullying



**Tipo de actividad**  
Taller



**Duración**  
80 minutos



**Destinatarios**  
Estudiantes



**Modalidad**  
Presencial o virtual

### Descripción

Taller de trabajo grupal y exposición a partir de un video, relacionado al tema del bullying y cyberbullying y presentación de estrategias para una comunicación saludable y asertiva.

### Objetivos

Brindar herramientas a los/as estudiantes para una mejor comunicación ante situaciones de violencia.  
Enseñar estrategias de afrontamiento ante situaciones de crisis.

## > Prevención de la violencia en los noviazgos adolescentes



**Tipo de actividad**  
Taller



**Duración**  
40 minutos



**Destinatarios**  
Estudiantes



**Modalidad**  
Presencial o virtual

### Descripción

Se propiciará un espacio de diálogo con los estudiantes para responder y reflexionar sobre los interrogantes qué es la prevención, qué es la violencia, qué es un noviazgo saludable y los mitos del amor romántico.  
Finalmente se brindará información sobre asistencia ante casos de violencia de género.

### Objetivos

El objetivo general de la propuesta es contribuir a que los estudiantes afiancen actitudes, saberes, valores y prácticas que promuevan la prevención y la erradicación de la violencia de género, identificando las situaciones a fin de promover relaciones sanas, basadas en el respeto y la confianza.  
La promoción y prevención se abordará en el marco de la Educación Sexual Integral (ESI) que constituyen herramientas centrales para evitar conductas de riesgo que afecten a la salud, promoviendo patrones de comportamiento y hábitos positivos que apunten al bienestar y la calidad de vida.



uflo.edu.ar

## > Técnicas de estudio al rescate



**Tipo de actividad**  
Taller



**Duración**  
80 minutos



**Destinatarios**  
Estudiantes



**Modalidad**  
Presencial o virtual

### Descripción

Las técnicas de estudio, basadas en métodos aplicados al momento de estudiar, permitirán al estudiante estructurar el trabajo, tomar decisiones, planificar las tareas, organizar el tiempo y comprender lo que lee.

Brindará herramientas de noción básicas para que cada adolescente construya su propio plan con el objetivo de aplicarlas tanto en la escuela como a lo largo de su vida.

### Objetivos

El objetivo de este taller es que la y el estudiante aprenda a desarrollar las técnicas de estudio y pueda llevar a cabo las habilidades necesarias para distinguir cuándo utilizar una u otra, manejándose entonces desde un rol activo.

## > Escenarios para los líderes del futuro



**Tipo de actividad**  
Clase abierta



**Duración**  
40 minutos



**Destinatarios**  
Estudiantes



**Modalidad**  
Presencial o virtual

### Descripción

Estimular a las y los estudiantes como futuros líderes para repensar las estrategias que determinan la toma de decisiones en un contexto de incertidumbre.

### Objetivos

Identificar la propia complejidad que caracteriza a los líderes organizacionales. Presentar una metodología que exige la búsqueda de un análisis para tomar decisiones. Justificar la pertinencia de la prospectiva como una herramienta de gestión organizacional.



uflo.edu.ar

## > **Cómo acompañar a los/as hijos/as en la elección de una carrera** Orientación Vocacional y Ocupacional



**Tipo de actividad**  
Taller



**Duración**  
80 minutos



**Destinatarios**  
Padres,  
madres y tutores



**Modalidad**  
Presencial o virtual

### Descripción

El espacio permite pensar de qué se trata la elección, así como también el valor de la experiencia. Se trabajan en paralelo temas de actualidad educacional y laboral.

### Objetivos

Pensar en el significado de la elección para madres, padres y tutores y para sus hijos/as. Contextualizar el proyecto de vida en la actualidad.  
Conocer posibilidades y alternativas educacionales y laborales.

## > **Disciplina positiva:** normas de convivencia y límites en el aula



**Tipo de actividad**  
Taller



**Duración**  
80 minutos



**Destinatarios**  
Docentes



**Modalidad**  
Presencial o virtual

### Descripción

Crear un espacio de reflexión y de deconstrucción en donde abordemos la definición de “límite”, sus alcances, la forma de establecerlos en el aula, a partir de la resignificación del concepto desde rol docente, ya sea de nivel inicial, primario o secundario.

### Objetivos

Reflexionar sobre el concepto y las connotaciones de la palabra “límite” para realizar un abordaje integral que permitan la construcción de un ambiente sano, fortaleciendo las relaciones en la sala y en el aula.  
Reconocer la importancia del rol docente y de la utilización adecuada de las palabras y del lenguaje corporal en el establecimiento de los límites. Descubrir la relación de los límites con la educación emocional.



uflo.edu.ar



## > El rol del/la orientador/a educativo/a en el ámbito escolar



**Tipo de actividad**  
Taller



**Duración**  
3 encuentros  
de 80 minutos



**Destinatarios**  
Docentes



**Modalidad**  
Presencial o virtual

### Descripción

Espacio de reflexión para poder vincular el rol del educador/a, maestro/a o profesor/a, con la problemática vocacional. Reconocer a los actores como facilitadores de solución a las problemáticas actuales de niños, niñas y adolescentes.

### Objetivos

Reflexionar e identificar los modos de expresión y manifestación de los niños, niñas y adolescentes en la actualidad. El espacio permitirá un intercambio de experiencias con el fin de optimizar los recursos y fortalecer la función del profesional en la orientación vocacional.

## > Primera Infancia: acompañando a quienes acompañan



**Tipo de actividad**  
Taller



**Duración**  
80 minutos



**Destinatarios**  
Madres, padres,  
tutores/as y docente



**Modalidad**  
Presencial o virtual

### Descripción

Taller teórico vivencial para madres, padres y tutores/as de niños y niñas que atraviesan evolutivamente la primera infancia, abordando las problemáticas vivenciadas en la edad. Además, se realizará un taller vivencial para docentes acerca de las formas de habitar espacios preparados para la primera infancia.

### Objetivos

Acompañar a madres, padres, tutores/as y docentes en cuestiones específicas de crianza y educación inicial. Brindar herramientas y pautas de acción ante problemáticas habituales en la temprana infancia.



uflo.edu.ar

## > Educando para la Sostenibilidad



**Tipo de actividad**  
Taller



**Duración**  
80 minutos



**Destinatarios**  
Estudiantes



**Modalidad**  
Presencial o virtual

### Descripción

Se presentan y abordan los 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) y sus implicancias en la sociedad mediante el tratado de problemáticas globales actuales, poniendo en práctica herramientas que a su vez serán de utilidad a los estudiantes para los años siguientes de formación en nivel superior.

### Objetivos

Que los estudiantes reconozcan las problemáticas a superar en el camino hacia la sostenibilidad. Identificar de qué maneras pueden como individuos formar parte de soluciones.

Desarrollar y fortalecer valores fundamentales como la empatía, la cooperación, el afecto y la concepción de unidad con otros individuos y con el entorno.

Desarrollar aptitudes en el trabajo de la información, mediante el tratamiento objetivo y crítico de la misma, para desarrollar ideas y proyectos propios. Identificar y poner en práctica recursos como análisis de datos en vínculo con acciones prácticas competentes.

## > EncontrArte, Naturaleza



**Tipo de actividad**  
Taller



**Duración**  
80 minutos  
+ exposición



**Destinatarios**  
Estudiantes



**Modalidad**  
Presencial o virtual

### Descripción

Se pretende propiciar un espacio de producción frente a una consigna específica para el grupo, orientada a que los niños y niñas dibujen lo que para ellos representa la “naturaleza”, pero situados en la ciudad. Como cierre de la actividad, se propone realizar una exposición de producciones en una muestra en la escuela.

La propuesta se llevará a cabo en un entorno urbano, preferentemente en la misma escuela, si ésta contara con espacio verde o con vistas a uno. De no ser así, la actividad puede llevarse a cabo en un parque o plaza próximo a la escuela.

### Objetivos

Identificar elementos de la naturaleza en los espacios urbanos cotidianos mediante un juego de búsqueda con desafíos a superar. Representar mediante el dibujo los elementos de la naturaleza identificados.

Contrastar las diferentes ideas de “naturaleza” que vayan surgiendo durante las actividades. Compartir las creaciones mediante una muestra organizada a través de tarjetas postales para enviar por correo.



uflo.edu.ar



## > Escuela físicamente activa



**Tipo de actividad**  
Taller



**Duración**  
120 minutos



**Destinatarios**  
Estudiantes,  
docentes y/o  
directivos/as



**Modalidad**  
Presencial o virtual

### Descripción

Durante los encuentros se brindará información sobre la importancia de la práctica de actividad física para la salud, y también se trabajarán estrategias para promover e incorporar su realización.

### Objetivos

Promover la práctica de actividad física en relación con la salud en niños, niñas y adolescentes.

**Destinado a docentes:**

Se espera que a partir de la visibilización de la problemática, puedan repensar el desarrollo de los contenidos que enseñan, incorporando estrategias didácticas que involucren actividad física.

**Destinado a estudiantes:**

Se espera que puedan visibilizar la problemática en relación a la temática abordada y reflexionar sobre su práctica de actividad física diaria en vistas de cumplir con las recomendaciones mundiales.

## > Prevención de los Consumos Problemáticos



**Tipo de actividad**  
Taller



**Duración**  
80 minutos



**Destinatarios**  
Estudiantes



**Modalidad**  
Presencial o virtual

### Descripción

Taller teórico práctico sobre la prevención de los consumos problemáticos en adolescentes con el fin de concientizar sobre una problemática instalada en la sociedad.

### Objetivos

A través de un espacio de diálogo se busca visibilizar y generar conciencia sobre la problemática del consumo de sustancias y otras adicciones como la tecnología, el juego, el trabajo, etc.





## > Qué es el big data, la inteligencia artificial y los algoritmos sociales



**Tipo de actividad**  
Charla abierta



**Duración**  
40 minutos



**Destinatarios**  
Estudiantes



**Modalidad**  
Presencial o virtual

### Descripción

Nuevas tecnologías, como los macrodatos (o big data), el desarrollo de la inteligencia artificial, o la masificación de los algoritmos sociales están cambiando la manera en que interactuamos con los demás y con nuestro mundo, o incluso con nosotros mismos. Esta actividad busca reflexionar sobre el significado de estos desarrollos y sobre los desafíos y problemas que plantean.

### Objetivos

Introducir a los estudiantes a una mirada crítica de los fenómenos socio-tecnológicos actuales, tales como el big data, la inteligencia artificial o la irrupción de algoritmos sociales.

## > Qué es y qué hace un/a científico/a social



**Tipo de actividad**  
Charla abierta



**Duración**  
40 minutos



**Destinatarios**  
Estudiantes



**Modalidad**  
Presencial o virtual

### Descripción

No todos los/as científicos/as usamos batas y trabajamos en laboratorios. Algunos/as trabajamos con ideas, con problemáticas, con las personas y los grupos sociales. En esta charla presentamos el trabajo de los científicos sociales, sus principales disciplinas y profesiones, y los desafíos de la investigación social.

### Objetivos

Introducir a los estudiantes al campo de las ciencias sociales, sus principales preguntas y quehaceres.



[uflo.edu.ar](http://uflo.edu.ar)



## > Taller de introducción al análisis de datos con R y RStudio



**Tipo de actividad**  
Taller



**Duración**  
120 minutos



**Destinatarios**  
Estudiantes



**Modalidad**  
Presencial o virtual

### Descripción

La disponibilidad de datos resultante de la digitalización de varios aspectos de nuestra vida genera nuevas oportunidades para la generación de información y conocimiento. Introducción al lenguaje de procesamiento y análisis de datos “R” y a la herramienta “RStudio”. Se trata de un taller intensivo e interactivo en el que abordaremos un proyecto de análisis de datos desde cero, que cada estudiante podrá seguir desde su computadora.

### Objetivos

Introducir a los estudiantes al ciclo de vida de un proyecto de análisis de datos, y a algunas herramientas y técnicas en lenguaje R.

## > Mi primer empleo: consejos para tu primera oportunidad laboral



**Tipo de actividad**  
Charla abierta



**Duración**  
120 minutos



**Destinatarios**  
Estudiantes



**Modalidad**  
Presencial o virtual

### Descripción

Abordar los temores y prejuicios frente al proceso de búsqueda de empleo. Desarrollo del perfil propio para potenciar y conocer habilidades, fortalezas e intereses. Relación entre puestos de trabajo, competencias y empleabilidad. Brindar las principales herramientas y apoyos para la búsqueda de empleo: CV, cartas, entrevistas laborales, portales de empleo, bolsas de trabajo, entre otros.

### Objetivos

Los estudiantes podrán identificar aspectos importantes sobre la transición escuela-mercado laboral. Promover el autoconocimiento sobre el propio perfil e intereses de desarrollo. Brindar información general y herramientas para facilitar acciones específicas.



uflo.edu.ar

## > Vos también podés emprender



**Tipo de actividad**  
Charla abierta



**Duración**  
80 minutos



**Destinatarios**  
Estudiantes



**Modalidad**  
Presencial o virtual

### Descripción

Hoy se nos presenta la necesidad de poder contar con herramientas apropiadas para lo que entendemos por emprender, el mercado laboral es complejo y mucha gente considera el emprendedurismo como una salida de sostén familiar. Se pretende a través de esta charla introducir a los participantes en la metodología del modelo Canva para emprender, analizando los diferentes tópicos del mismo, provocando la reflexión y la duda.

### Objetivos

Despertar en los jóvenes la idea de emprender y brindar herramientas para que puedan llevar sus ideas a lo concreto. Trabajar las claves para potenciar el éxito y minimizar el fracaso. Incentivar el emprendedurismo y despejar dudas sobre la puesta en marcha de un plan de acción para desarrollar proyectos.

## > Taller de Educación Financiera



**Tipo de actividad**  
Charla abierta



**Duración**  
80 minutos



**Destinatarios**  
Estudiantes



**Modalidad**  
Presencial o virtual

### Descripción

Guía para el manejo del dinero: cómo presupuestar, cómo pagar, cómo usar medios electrónicos. Con el objetivo de mejorar las capacidades y conocimientos financieros de los individuos, se propone fomentar la confianza en el sistema financiero formal y crear buenos hábitos y comportamientos para la administración y planificación financiera.

### Objetivos

Comprender el mercado financiero y propiciar habilidades necesarias para asumir riesgos, ahorrar para tiempos de sequía y conocer las principales herramientas para lograr un futuro financiero próspero. Que los asistentes obtengan herramientas de gestión personal.




uflo.edu.ar

Cada institución educativa podrá contratar hasta dos actividades por semestre sin cargo.

Por pedidos o consultas sobre el Programa Escuela Saludable, podés escribirnos a [colegios@uflo.edu.ar](mailto:colegios@uflo.edu.ar)

**Si querés saber más sobre UFLO Universidad, podés visitar nuestros canales oficiales:**

 [uflo.edu.ar](http://uflo.edu.ar)

 Cursos y Diplomaturas de Formación Continua:  
[formacion.uflo.edu.ar](http://formacion.uflo.edu.ar)

 [@uflo.universidad](https://www.instagram.com/uflo.universidad)

 [@UFLOuniversidad](https://www.facebook.com/UFLOuniversidad)

 [@UFLOuniversidad](https://twitter.com/UFLOuniversidad)

 [@UFLO - Universidad de Flores](https://www.linkedin.com/company/UFLO-Universidad-de-Flores)

 UFLO Universidad



**En nuestro canal de YouTube encontrarás grabaciones de charlas, seminarios y webinars online de distintos temas que pueden llegar a interesarte.**



Además, UFLO Universidad cuenta con su propia editorial con el fin de divulgar conocimiento y promover desde sus libros los valores de la institución, que son la calidad de vida, la inclusión social y el cuidado del ambiente.

En su página web encontrarás contenido y recursos bibliográficos de descarga libre y gratuita para directivos y docentes.

Podés ver más en [editorialuflo.tiendas.coop](http://editorialuflo.tiendas.coop)



[uflo.edu.ar](http://uflo.edu.ar)

The background features a teal-to-blue gradient with decorative elements: a grid of white dots in the top-left and bottom-left corners, and several thin, white, curved lines that sweep across the middle and bottom of the page. The text is centered and rendered in white.

# UFLO

## UNIVERSIDAD

Programa **ESCUELA SALUDABLE**