

Oficina de Calidad de Vida

julio a diciembre 2023

Se llevaron a cabo las siguientes actividades:

- ✓ Se comenzó el año académico participando con una mesa informativo sobre los servicios que ofrecemos en la oficina de Calidad de Vida durante la semana de Orientación a estudiantes de Nuevo Ingreso en agosto .
- ✓ En septiembre nos unimos a la Campaña del Departamento de Salud a través de la Comisión para la Prevención del Suicidio: **Elige Vivir**. Se colocaron posters a lo largo de todo el recinto con la imagen oficial de la campaña de Prevención del Suicidio 2023.
- ✓ Desde agosto hasta noviembre la Oficina de Calidad de Vida coordinó la visita de un **quiropático** a nuestra institución por dos días al mes para atender a la comunidad universitaria **sin pago de deducible**
- ✓ Como representantes de la UPR (Universidad de Puerto Rico) ante la Movilización Comunitaria para Prevención del VIH en Puerto Rico promovemos y nos unimos las campañas preventivas de dicho organismo
- ✓ Se compartió por CARTERO videos sobre la prevención del suicidio entre jóvenes y entre adultos: ¡HABLEMOS! Para Salvar Vidas – CADA 26 HORAS Alguien se quita la vida
- ✓ Día Internacional de la Prevención del Suicidio: Se colocó una mesa con información escrita de prevención del suicidio y se repartió a la comunidad universitaria.
- ✓ Desde agosto hasta noviembre la Oficina de Calidad de Vida coordinó la visita de un **quiropático** a nuestra institución por dos días al mes para atender a la comunidad universitaria **sin pago de deducible**
- ✓ Como representantes de la UPR (Universidad de Puerto Rico) ante la Movilización Comunitaria para Prevención del VIH en Puerto Rico promovemos y nos unimos las campañas preventivas de dicho organismo.

- ✓ Campaña Movilízate, Edúcate y Hazte la Prueba: Pruebas Gratuitas de Enfermedades de Transmisión Sexual & de VIH (Se llevaron a cabo pruebas de ETS y VIH) Nos unimos a la Oficina de Servicios Médicos para estas actividades (una diurna y otra nocturna).
- ✓ Orientación Internado Legislativo Jorge A. Ramos Comas (17 de octubre 2023 TEAMS).
- ✓ Orientación Internado Córdova & Fernós (19 de octubre 2023 TEAMS).
- ✓ Se coordinó que de la óptica **Pro Visión** vinieran 2 unidades móviles para hacer exámenes de la vista **sin pago de deducible** a nuestra comunidad universitaria. Se atendieron alrededor de 65 personas. **Conseguimos que la óptica le regalara unos espejuelos de seguridad recetados a un estudiante de Mecánica Automotriz de bajos recursos el cual no podía costear los mismos. ¡El obsequio incluyó el examen de la vista, todo completamente gratis! (se hizo la entrega de espejuelos en noviembre)**
- ✓ Nos unimos a la **Campaña de la DEA National Take Back Day** de recogido de medicamentos prescritos y “OTC” tanto de humanos como de animales, para ayudar a que no se mal utilicen los mismos, desechándolos de forma segura
- ✓ El 1ro de diciembre nos uniremos al **Día Mundial de la Prevención del VIH en Puerto Rico** como colaboradores de la **Movilización para la Prevención del VIH en Puerto Rico**. Nuestra oficina coordinó que nuestra institución colaborará, utilizando los recursos de la Oficina del CREP (Centro de Recursos Educativos y Producción), en la toma de fotografías y grabación de “miniclips” (videos) para la promoción de una publicación electrónica especial: **Caras de Esperanza** donde varios cuidadores y/o familiares de personas que viven con VIH cuentan sus experiencias y vivencias en este particular, Además, mediante CARTERO promovimos la participación de la comunidad universitaria en varias actividades que se realizarán ese día.

Oficina de Calidad de Vida

enero-marzo 2024

Se llevaron a cabo las siguientes actividades:

- ✓ Durante el mes de enero, febrero y marzo ofrecimos los servicios de quiropráctico sin pago de deducible a nuestra comunidad universitaria
- ✓ Continuamos el segundo cuatrimestre anunciando a nuestros estudiantes la tradicional Venta de San Valentín, donde tanto estudiantes talentosos, organizaciones estudiantiles y atléticas tienen la oportunidad de levantar fondos. Tuvimos una participación de alrededor de 12 a 14 mesas de ventas.
- ✓ En esta semana nos unimos a la campaña de la Semana Nacional del Condón y Día Nacional del Condón, junto a nuestros colaboradores de la Movilización para la prevención del VIH en Puerto Rico y ASPIRA de Puerto Rico. Estos últimos nos acompañaron el martes 13 de febrero en una mesa durante la Venta de San Valentín y estuvieron repartiendo Condones y información de prevención
- ✓ La Oficina de Calidad de Vida hizo lo propio los días 12 y 14 de febrero. Entre ambos, del 12 al 14 de febrero, repartimos un total de 210 kits, equivalentes a:
 - 690+ condones,
 - 270 lubricantes y
 - 210 opúsculos de prevención de ETS.
- ✓ El Día de San Valentín, divulgamos la charla online: Es amor o no es amor: Identificando violencia de pareja a través de Cartero Carolina. En prevención de la violencia de género
- ✓ Durante el mes de marzo, celebramos El Mes de Calidad de Vida/ UPR: ¡Estamos Contigo!. Se comenzó con las actividades en la UPR Carolina el sábado 2 de marzo, compartiendo a través de cartero.carolina una competencia entre universidades auspiciada por la DEA. Dicha actividad consistió de una competencia de un video juego creado por la DEA entre 8 universidades, cuyo lema de campaña fue: "One Pill Can Kill!"
- ✓ Participamos del evento de apertura del Mes de Calidad de Vida, el cual se llevó a cabo en la UPR de Arecibo el martes 5 de marzo 2024.

- ✓ Ofrecimos a nuestra comunidad universitaria una ayuda federal, celulares libres de costo por un año, con llamadas e internet ilimitados. Se beneficiaron de este servicio sobre 30 personas entre empleados y estudiantes.
- ✓ Como parte de las actividades del Mes de calidad de Vida, se ofreció una charla: Prevención y Pruebas de Covid 19 en el teatro. Luego de la charla, se repartieron en una mesa en el pasillo pruebas caseras de Covid-19 a nuestros estudiantes y empleados interesados. Se repartieron alrededor de 100 pruebas caseras.
- ✓ El pasado 11 de marzo, estuvimos tomando una capacitación de ASSMCA sobre Drogas. La misma se ofreció en las oficinas centrales de esta entidad, en Bayamón.
- ✓ El martes 12 de marzo se ofreció la Capacitación virtual: El Impacto del Uso del Alcohol en el Desarrollo de Cáncer y otras Enfermedades. El recurso de la misma fue la Dra. Ivys Figueroa, Catedrática de la UPR Mayagüez. Estuvieron presentes alrededor de 28 personas.
- ✓ El martes 19 de marzo, 2024 a las 11:00 am, se ofrecerá la Charla híbrida: Hablemos de Drogas. El recurso de la misma será el Sr. Rafael Oxío, agente de la DEA. Presencial será en el salón C-104 y online por TEAMS. Se han registrado 55 personas.

Oficina de Calidad de Vida

abril a junio 2024

Se llevaron a cabo las siguientes actividades: Pendiente

- ✓ Ruta NARCAN en la UPR: Alianza Comunitaria con la ASSMCA 16 de abril.
- ✓ Taller virtual: Psicología Positiva 25 de abril
- ✓ Entrega de 90 kits de prevención ETS & VIH (incluyen: 360 Condomes, 180 Lubricantes y 90 panfletos de Información de Prevención) 24 al 28 de abril 2024
- ✓ Conferencia Virtual Infecciones de Transmisión Sexual: Un llamado a la acción 28 de abril
- ✓ Servicios Quiropráctico Dr. Loveland 29 de abril/1ro mayo 2024
- ✓ Hablemos de Sífilis y Sífilis Congénita en PR 30 de abril 2024
- ✓ Servicios Quiropráctico Dr. Loveland 13 y 15 de mayo 2024
- ✓ Donación y selección de Ropa de Graduación Gratuitas a estudiantes de escasos recursos (Escuela Intermedia, Superior y Universitarios): Mesón de Amor, Fe y Esperanza 10 de mayo 2024.
- ✓ ¡No solo es Vapeo! Mitos y Realidades del Vapeo 30 de mayo 2024
- ✓ Clínica de Salud de Global Vytronics 10 y 11 de junio 2024
- ✓ Servicios Quiropráctico Dr. Loveland 10 al 12 de junio 2024
- ✓ A través del Mesón de Amor, Fe y Esperanza, se obsequiaron 3 Tarjetas de Regalo valoradas en \$25.00 c/u auspiciados por MCS a graduandos que participan en organizaciones que combaten la seguridad alimentaria. Se beneficiaron las siguientes estudiantes: Berenice Rodríguez Rodríguez (DINT-Gerente Almacén Come Jaguar), Alysson Sánchez Rivera (DINT-Secretaria Come Jaguar), Isamar I. Rivera Vizcarrondo (CIFO-Vocal Come Jaguar). 6/26/2024.
- ✓ **Get Smart About Drugs** Revista virtual de la DEA (Drug Enforcement Administration) junio 28, 2024, información compartida por Cartero a toda la comunidad universitaria.