



26/06/2020  
Boletín No.228

### **Proyecto de Vinculación con la Sociedad invita a la comunidad a combatir el estrés**

La Facultad de Cultura Física desde la página de Facebook denominada “Proyecto Actividad Física para la Comunidad U.C.E”, invita a integrarse a partir de las 16:00 a la reunión vía zoom para el BAILE DEPORTIVO-ACTIVIDAD FISICA dirigida a la comunidad universitaria y familiares.

En entrevista, Efrén Palacios, docente de la Facultad de Cultura Física y coordinador del Proyecto, realizó una descripción del mismo como un proyecto de Vinculación con la Sociedad, que consiste en brindar un servicio gratuito de clases de baile en diferentes ritmos para miembros de la comunidad de la Universidad Central del Ecuador, así como también a sus familias con el objetivo de mejorar su calidad de vida. Destacó que se iniciaron las gestiones para articularlo al Programa Universidad Saludable, que se encuentra en desarrollo.

De acuerdo con Palacios, se fomentó la actividad física en empleados de la Universidad, en su primera fase, pero luego se hizo extensivo a toda la comunidad universitaria. Antes de la pandemia por el coronavirus, estas clases se desarrollaban en el gimnasio de la Universidad y en el salón de actos que se adecuó para dos grupos de trabajo. Sin embargo, en la actualidad se las realiza mediante enlace virtual que les permite llegar no solo a los miembros de la comunidad, sino que es accesible a quien guste ejercitarse.

Este servicio de apoyo a la sociedad lo efectúan los estudiantes de la Facultad que cumplen sus horas de Vinculación con la Sociedad y que tienen la condición de presentar clases guiadas, actividad en la que se toma en cuenta el aspecto pedagógico para instruir en varios ritmos y los movimientos físicos, a través del baile. Las clases se imparten de martes a viernes a partir de las 16:00, con un promedio de asistencia de 60 personas por clase de diferentes grupos etarios.

Palacios considera que la Vinculación con la Sociedad nace desde el interior de la misma Universidad de ahí que extiende una cordial invitación a docentes, estudiantes y trabajadores para que se sumen a este espacio recreativo que aporta a combatir el estrés y promueve la integración de la comunidad universitaria. El único requisito es unirse a la página de Facebook y solicitar el link de la invitación para acceder a la plataforma zoom.

