

# Campus<sup>®</sup>

Periódico Universidad de La Sabana **Estudiantes**



“Una universidad es una experiencia de vida, una experiencia vital, y esa experiencia vital se hace en un campus tan lindo como el de la Universidad de La Sabana, pero sobre todo en una comunidad de personas, de maestros, de profesores, de estudiantes, de personal administrativo, quienes los van a acompañar en su formación.

Muchos graduados y estudiantes siempre tienen en común una cualidad: cuando se les dice que son de la Universidad de La Sabana, ellos se sienten muy orgullosos, como deben sentirse ustedes de ser de la Universidad de La Sabana, porque, como ellos lo dicen con gran cariño, con fortaleza y emoción:

***¡Ser Sabana vale la pena!***”

**Obdulio Velásquez Posada**  
Rector

**Un campus a  
Escala Humana**

## Dirección Central de Estudiantes

### ¿Cuál es la importancia del asesor académico durante mi proceso en la universidad?

La Asesoría Académica personalizada busca ofrecerte acompañamiento y apoyo con el fin de promover una formación con excelencia académica y humana.

Tu asesor es tu aliado incondicional, es la persona que te orientará cuando tengas dudas o inconvenientes, y te dirá a quién acudir según tus necesidades. Adicionalmente, te ayudará en tu proceso de aprendizaje, creando estrategias que pueden ayudarte a llevar la vida universitaria con éxito.

### ¿Cómo puedo saber quién es mi asesor académico?

Durante la inducción, la Dirección de Estudiantes de tu facultad te notificará quién es tu asesor académico. Así mismo, te brindarán información básica de contacto, como la ubicación de su oficina o su correo electrónico, para que te comuniques con facilidad. Una vez asignado tu asesor se planean reuniones quincenales durante las cuales se hablará de los temas de formación y acompañamiento que necesites.



### ¿Qué servicios puedo encontrar en la Dirección Central de Estudiantes?

La Dirección Central de Estudiantes es la unidad de la Universidad encargada de velar por el éxito académico de los estudiantes y su formación integral. Para cumplir con dicho objetivo, ofrece los siguientes servicios:

**Centro de recursos para el éxito académico**

**Talleres de éxito académico**

**Jornadas universitarias**

**Congresos y eventos**



### Si soy beneficiario del programa Ser Pilo Paga, ¿qué puedo encontrar en la Dirección Central de Estudiantes?

Si eres beneficiario del Programa Ser Pilo Paga, puedes dirigirte a la coordinación del programa para resolver todas tus dudas en relación con los trámites, auxilio de manutención, ICETEX, reglamento del Programa Ser Pilo Paga, entre otra información. Adicionalmente, puedes apoyarte en la Dirección Central de Estudiantes para cualquier asunto relacionado con tu adaptación a la Universidad o desempeño académico.

### Si soy estudiante becado, ¿qué puedo encontrar en la Dirección Central de Estudiantes?

Si eres estudiante de primer semestre y entraste con algún tipo de beca puedes pertenecer al Programa Tutoría para Becarios (PTB). Este programa te facilitará la adaptación a la vida universitaria y te ofrecerá apoyo integral para tu inicio de carrera profesional por medio de tutores, que son estudiantes de segundo semestre en adelante y quienes tienen un excelente rendimiento académico.

Adicionalmente, en la coordinación del programa puedes encontrar acompañamiento personalizado, estrategias de estudio y aprendizaje que te ayudarán a tener buenos resultados académicos y desarrollo personal y profesional.

#### Mayor información:

Casa Profesional frente al Edificio B

Correo: [direccioncentralestudiantes@unisabana.edu.co](mailto:direccioncentralestudiantes@unisabana.edu.co)

## Relaciones Internacionales

### ¿Qué es internacionalización para un estudiante de La Sabana?

Es la forma en que la Universidad incluye actividades, procesos y proyectos para desarrollar un perfil personal y profesional que prepara al estudiante para el mundo. Eso se vivirá en cada clase, en los eventos académicos y culturales en el campus, en la interacción con estudiantes y profesores internacionales, en el aprendizaje de otros idiomas y en programas especiales, que podrás tomar en otros países.

### ¿Qué ventajas tiene construir un perfil internacional durante mi etapa universitaria?

Aprovechando todos los recursos y actividades que la Universidad tiene para ti, irás desarrollando las competencias internacionales que toda organización busca en sus colaboradores y que podrás incluir en tu hoja de vida.

También te van a permitir ser un ciudadano global, abierto a nuevas experiencias y con capacidades para trabajar en equipos multiculturales.

### ¿Qué experiencias académicas puedo vivir en el exterior?

Semestre universitario en el exterior, programas de articulación (doble grado, doble titulación o estudios coterminales), salidas académicas o de formación integral, cursos de idiomas en el exterior, cursos de verano, prácticas internacionales.

### ¿Dónde puedo consultar los convenios de intercambio y el proceso para postularme?

<http://www.unisabana.edu.co/menu-superior-2/internacional/estudiantes-de-pregrado-y-posgrado/estudiantes-de-pregrado/>

Además, te invitamos a que sigas nuestras cuentas en redes sociales en las que publicamos constantemente información que puede interesarte.



Mayor información: [internacionales@unisabana.edu.co](mailto:internacionales@unisabana.edu.co)

**¡Únete a nuestras redes sociales!**

[Internacionales La Sabana](#)

[@LaSabanaAbroad](#)

# Biblioteca



## ¿Qué horarios tiene la Biblioteca?

La Biblioteca Octavio Arizmendi Posada atiende en el siguiente horario:

Lunes a viernes, de 6:00 a.m. a 8:00 p.m.  
Sábados, de 7:00 a.m. a 6:00 p.m.

La Biblioteca Studium atiende en el siguiente horario:

Lunes a viernes de 8:00 a.m. a 5:00 p.m.

## Si necesito asesoría en el uso de los servicios, en la búsqueda de información en colecciones físicas y electrónicas, ¿a quién puedo acudir?

Encontrarás asesoría por los siguientes canales:



**Personalmente en la Biblioteca.**



**Pregúntele al bibliotecario:** Accesible desde la página web de la Biblioteca, obtendrás respuesta por correo electrónico dentro de las siguientes 24 horas.



**Vía chat:** De forma rápida, podrás conectarte con un bibliotecario y solucionar tus inquietudes. Horario de atención: lunes a viernes de 9:00 a.m. a 11:00 a.m., y de 3:00 p.m. a 5:00 p.m. Accesible desde la página web de la Biblioteca.



**Vía WhatsApp:** Comunícate con nosotros a través de este medio, al número 310-2212065. Horario de atención: lunes a viernes de 7:00 a.m. a 6:00 p.m. Sábados de 8:00 a.m. a 1:00p.m.



## ¿La Biblioteca tiene recursos en línea?

Sí. Como estudiante podrás acceder a los libros electrónicos, revistas electrónicas y bases de datos nacionales e internacionales en todas las áreas del conocimiento. Podrás consultarlos desde la Universidad o desde tu casa. Solo necesitas conexión a internet. Recuerda que para acceder a ellos deberás acudir a tu usuario y contraseña de correo institucional.

## ¿Qué espacios físicos tiene la Biblioteca para trabajar en grupo o individual?

De acuerdo con tu necesidad, la Biblioteca te ofrece espacios para el estudio individual y el trabajo en grupo. En el tercer y cuarto piso, encontrarás un espacio tranquilo, sin ruido, donde podrás estudiar solo. Pero si necesitas estudiar con tus compañeros, podrás acudir al primero o segundo piso. Adicionalmente, te ofrecemos salas de estudio en grupo, las cuales podrás reservar desde la página web de la Biblioteca.

## ¿Cómo y dónde puedo pedir prestado material de la Biblioteca?

Para solicitar en préstamo material bibliográfico debes presentar tu carné de estudiante y acercarte a los puntos de préstamo ubicados en las distintas salas de la Biblioteca.

## ¿Puedo extender el tiempo de préstamo del material que tengo prestado? ¿Cómo?

Sí. Podrás realizar hasta cuatro renovaciones de material de colección general a través de nuestro catálogo Eureka!, el cual podrás consultar desde cualquier dispositivo conectado a internet.

## Si no estoy en la Universidad, ¿puedo renovar el préstamo de un libro?

Sí. Desde tu casa o simplemente desde tu dispositivo móvil podrás renovar tus préstamos.

## ¿Qué pasa si olvido entregar o renovar un libro?

Se aplicará un recargo por mora en la devolución según la tarifa establecida en la Dirección Financiera. Para este año, será de \$2.100 por día y, si es un libro de colección reserva, será de \$2.100 por hora o fracción.

## ¿Cuántos materiales puedo llevar en préstamo y cuánto tiempo puedo tenerlos?

Colección	Número de materiales	Tiempo de préstamo (días calendario)
<b>General*</b>	10 títulos	8 días
*Los libros con préstamo restringido por su alta demanda se prestan por tres días sin opción de renovación. *La Colección de LITERATURA se presta por 30 días. *La renovación podrá realizarse siempre y cuando el material no tenga reserva de otro usuario.		
<b>Reserva</b>	2 títulos	1 día. Se presta de lunes a viernes a partir de las 5:00 p.m., y a las 9 a.m. del siguiente día hábil.
<b>Hemeroteca</b>	5 fascículos	8 días. El último fascículo se presta por 3 días.
<b>Recursos Especiales</b>	5 títulos	3 días
<b>Recursos Digitales</b>	2 títulos	8 días

**La Biblioteca te desea muchos éxitos en tus actividades académicas de este nuevo semestre.**



### Mayor información:

referencia.biblioteca@unisabana.edu.co  
8615555 Ext. 45308

### ¡Únete a nuestras redes sociales!

Biblioteca Octavio Arizmendi  
@BiblioSabana

BiblioSabana  
WhatsApp: 3102212065

## Alumni



## Mayor información:

- ✉ Alumni@unisabana.edu.co
- ☎ 8615555 Ext. 11421-11430
- ☎ 3104785587

## ¡Únete a nuestras redes sociales!

- Facebook Alumni Sabana
- @alumnisabana
- @alumnisabana

## ¿Qué es Alumni?

Alumni Sabana es el programa de vinculación con graduados de la Universidad de La Sabana que busca mantener activa la relación de la Universidad con los graduados de pregrado y posgrado, y de estos entre sí. Para ello, se crean espacios de interacción permanente que den continuidad a la formación integral, impactando a la sociedad con la impronta institucional. De igual manera, se generan iniciativas de cooperación de los graduados hacia la Universidad, que contribuyan al desarrollo institucional, afianzando su sentido de pertenencia.

## Tu bienestar y el de tu familia

- ▶ **Exoneración del pago de la inscripción** en los programas académicos de la Universidad.
- ▶ **Tarifas preferenciales en servicios** de asesoría familiar y personal.
- ▶ **Descuento del 50% en la suscripción a la revista Apuntes de Familia**, en la edición física, y 40% en la edición virtual.
- ▶ **Tarifas preferenciales** en el portafolio de servicio de Colsánitas.
- ▶ **10% de descuento en servicios seleccionados** de la Clínica Universidad de La Sabana:
  - Consulta de Urgencias.
  - Consulta Externa.
  - Laboratorio clínico.
  - Imagenología.
  - Servicio de Cirugía.
  - Servicio de Hospitalización.
  - Exámenes de apoyo, diagnóstico ambulatorio.
  - Servicios de rehabilitación.

- ▶ Brindamos espacios en los que los graduados podrán **compartir y complementar su desarrollo profesional en el país o el extranjero.**
- ▶ **Tarifa preferencial para terapia individual**, en pareja o familiar.
- ▶ **Bienestar Universitario:**
  - **Escuelas deportivas y artísticas** para los hijos de los graduados
  - **Torneos para graduados** (fútbol masculino, bolos mixto...)
 Para estar siempre en contacto, consulta toda nuestra información en el boletín Alumni Sabana, de nuestra página web y de nuestras redes sociales. Página web: Alumni.unisabana.edu.co, Facebook: /AlumniSabana, Twitter: @alumnisabana, LinkedIn: AlumniSabana.
- ▶ **Servicios de asesoría, orientación jurídica y representación legal**, además de un centro de conciliación gratuito que ayuda a solucionar conflictos legales.
- ▶ **Encuentra objetos promocionales** de la Universidad y de Alumni en nuestras Librerías Universitarias.

# CONOCE LAS VENTAJAS DE SER ALUMNI SABANA

## Actualidad en temas académicos

- ▶ **Jornadas de Actualización Académica por facultad**, que incluyen conferencias de actualidad y son certificadas.
- ▶ **Descuento del 15%** en maestrías, especializaciones, diplomados y cursos.
- ▶ **Postulación a la Beca Excelencia de Posgrados.**
- ▶ **Descuento del 7% en el PID** (Programa Integral de Dirección).
- ▶ **Educación Continua** (Cursos, preparación para exámenes internacionales, etc.).
- ▶ **Studium** (Centro de Recursos Audiovisuales y de Aprendizaje).
- ▶ **Descuento del 5%** sobre la tarifa total del programa MBA.
- ▶ **Cursos enfocados:** descuento del 15%.
- ▶ **Beneficios en Biblioteca Octavio Arizmendi Posada:**
  - Préstamo externo.
  - Préstamo a domicilio.
  - Consulta en sala.
  - Consulta y préstamo en otras bibliotecas.
  - Capacitación.
  - Asesoría en búsqueda de información.

## Acompañamiento en el desarrollo profesional de los graduados

- ▶ **Espacios de conocimiento e interacción.**
  - ▶ Charlas corporativas.
- ▶ Formación en **fortalecimiento empresarial.**
- ▶ **Conversatorios** con graduados emprendedores.
- ▶ **Capacitación en emprendimiento.**
- ▶ **Visibilidad ante la comunidad universitaria.**
- ▶ **Espacios interactivos** para la estructura del proyecto laboral:
  - Hoja de vida.
  - Entrevista.
  - Estrategias para la búsqueda de empleo.
- ▶ **Networking laboral.**
- ▶ **Planes de carrera** o programas de **trainee.**
- ▶ **Bolsa de empleo.**
- ▶ **Encuentros con graduados** que trabajan en recursos humanos.
- ▶ **Programas de formación y acompañamiento** para el desarrollo profesional.



## Librería Universitaria

### ¿Dónde se encuentra la Librería Universitaria?

Nos encontramos en el primer piso de los edificios A, E, B y la Biblioteca.

### ¿Cuál es el horario de la Librería Universitaria?

De lunes a jueves de 7:30 a. m. a 5:00 p. m., viernes de 7:30 a. m. a 6:00 p. m. en las Librerías de los edificios A y E; en las Librerías del edificio B y Biblioteca de 8:00 a.m. a 5:00 p.m. y los sábados de 8:00 a. m. a 1:00 p. m. en la Librería del edificio E.

### ¿Qué productos se encuentran en la Librería Universitaria?



Libros de distintos sellos editoriales al mejor precio del mercado: libros de texto y libros de literatura, así como los libros publicados por la Universidad de La Sabana



Productos de papelería



Batas, elementos de protección para laboratorio y uniformes de las distintas facultades



Productos de diagnóstico médico



Componentes electrónicos



Productos institucionales



Confitería



Accesorios



Tarjetas Prepago

### ¿Qué servicios ofrece la Librería Universitaria?

Servicio	Edificio A	Edificio A	Edificio B	Biblioteca
Alquiler de casilleros	◆			
Alquiler de portátiles			◆	
Escáner	◆	◆	◆	
Impresión de documentos a blanco y negro	◆	◆	◆	◆
Impresión de documentos a color		◆		
Impresión de label para CD	◆			
Minutos a cualquier operador	◆	◆		
Quemado de CD	◆	◆	◆	
Tiquetes para el servicio de tren	◆	◆		



## Capellanía Universitaria



### ¿Qué tipos de asesorías ofrece Capellanía Universitaria para los católicos y los no católicos?

Los capellanes atienden espiritualmente a todas las personas, creyentes y no creyentes, ofreciendo espacios de diálogo personales y comunitarios.



### ¿En qué horarios?

El horario de atención es de 9:00 a. m. a 5:00 p. m., en las oficinas anexas a los oratorios del campus (y de las otras sedes).



### ¿Cómo puedo reunirme con alguno de los sacerdotes?

Puedes agendar una cita directamente con los capellanes. Por ejemplo, escribiendo a sus correos electrónicos o cuando te cruces con ellos; también, por medio de la secretaria de Capellanía, Carmen Cecilia, extensión 10095.



### En el campus, ¿dónde puedo encontrar oratorios?

Puedes encontrar sitios de oración en la Plaza de los Balcones, donde está el Oratorio principal; también en el edificio A, en el edificio E, y próximamente en el edificio Ad Portas.



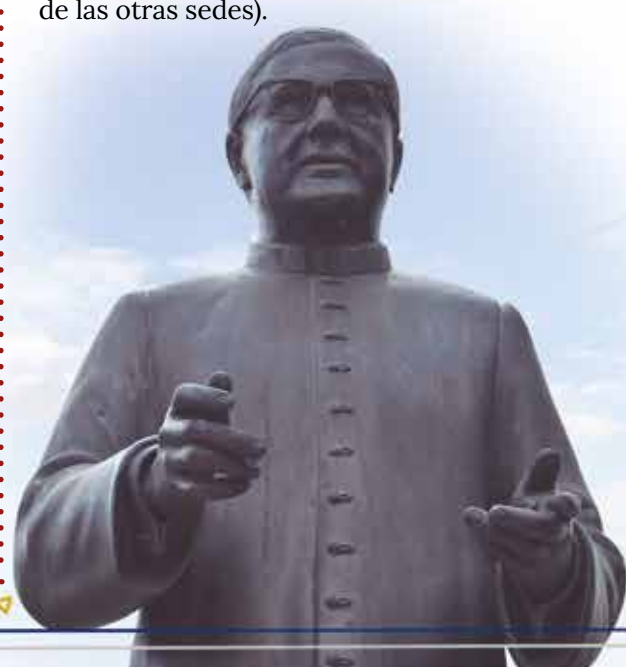
### ¿Qué servicios ofrecen? ¿En qué horarios?

En el Oratorio principal se celebra la Santa Misa todos los días a las 7:20 a. m. y 12:20 p. m., en las que puedes pedir que se rece por intenciones concretas. Puedes confesarte desde las 11:30 a. m. y durante la Misa. Semestralmente, hay ceremonia de Confirmaciones. Y siempre podrás tener un espacio para hablar con Dios.



### ¿Qué relación tiene La Sabana con el Opus Dei?

La Universidad de La Sabana tiene con la Prelatura del Opus Dei un convenio para garantizar la debida inspiración cristiana que está en el fundamento de la Institución; por eso, se nombran unos sacerdotes católicos del Opus Dei como capellanes y ofrece los espacios que se han descrito para el bien de todos.



#### Mayor información:

Contacto: Carmen Cecilia Hernández Méndez, secretaria ejecutiva de la Capellanía Universitaria.

carmen.hernandez@unisabana.edu.co  
861 5555. Ext.: 10095.

## Clínica Universidad de La Sabana

La Clínica Universidad de La Sabana es un centro académico de salud de alta complejidad, dedicado a la asistencia, la formación de personas y la investigación biomédica, la cual busca la excelencia, la promoción de la vida y la calidez en el servicio, en el marco de la visión cristiana de la persona humana. Es la primera I.P.S. acreditada internacionalmente en Rehabilitación por la *Commission on Accreditation of Rehabilitation Facilities*, CARF ([www.carf.org](http://www.carf.org)). En el 2017 fue ratificada como institución acreditada en Salud por Icontec. En este mismo año, ocupó el puesto 23 entre las mejores clínicas y hospitales de América Latina, según el ranking de la revista América Economía.

### Si soy estudiante, ¿tengo algún tipo de convenio o beneficio con la Clínica de la Universidad de La Sabana?

Sí. Todos los estudiantes de la Universidad cuentan con beneficios en acceso y tarifas particulares para los servicios de consulta externa, con un descuento diferencial del 5% sobre la tarifa particular.

En el servicio de Urgencias, deben cumplirse los protocolos de atención establecidos por el Sistema General de Seguridad Social en Salud, como la clasificación del triage, el cual determina la prioridad de la atención y los tiempos de espera.

### ¿Con qué aseguradoras tiene convenio la Clínica?

La Clínica tiene convenios con las siguientes entidades:

**Particulares:** \*tarifas con descuentos especiales para estudiantes.

**Empresa Prestadora de Servicios, EPS:** Compensar, Sura, Famisanar, Nueva EPS, Sanitas, Aliansalud.

**Medicinas prepagadas:** Colsánitas, Colmédica, MedPlus, Sura, Axa Colpatria, Coomeva.

**Planes complementarios:** Compensar, Nueva EPS, Famisanar, Sura, Salud Total.

**Pólizas de salud nacionales e internacionales:** Allianz, Panamerican Life, Seguros Bolívar, Axa Colpatria, Generali, Mapfre, entre otras.

Por convenio, estas aseguradoras garantizan la atención integral en la Clínica.

Para la atención de los pacientes con un asegurador diferente a los mencionados, únicamente se cuenta con la atención inicial del servicio de urgencias y la continuidad de la atención se realizará en la red de hospitales y clínicas de la E.P.S.

### ¿Cómo puedo agendar una cita con especialistas o exámenes de diagnóstico y qué necesito para ello?

**El estudiante deberá comunicarse con nuestra línea de atención al 3077077.**

Por allí, un asesor le brindará información sobre disponibilidad de agendas médicas de nuestro equipo de salud y de los estudios de apoyo diagnósticos.

Recuerda que debes contar con los siguientes documentos para ser atendido por el especialista:

**Para atención particular:** Acceso directo, comunicándose al 3077077, opción 1. El estudiante tendrá un \*descuento del 5% sobre la tarifa particular presentando el carné de estudiante.

Si decides tomar la cita médica a través de tu Empresa Promotora de Salud (EPS), recuerda que debes traer la orden médica y la autorización vigente dirigida a la Clínica.

Para los pacientes afiliados a medicinas prepagadas, a planes complementarios o con pólizas de salud, se requiere la orden médica. Recuerda que la autorización se gestiona internamente entre la aseguradora y la Clínica, para tu comodidad.

### Si se presenta un accidente en las instalaciones de la Universidad, ¿qué debo hacer?

En caso de accidente, el estudiante podrá ingresar con su seguro estudiantil al servicio de urgencias de la Clínica. Recuerda que el servicio de Urgencias está disponible las 24 horas del día.

### ¿Cuáles estudiantes pueden realizar prácticas en la Clínica?

La Clínica es un escenario para la docencia, la asistencia y la investigación. Por ello, permite que los estudiantes del área de la salud, como Medicina, Enfermería, Fisioterapia y Psicología e incluso de otras áreas de formación, tengan un escenario propicio para su formación profesional y humana. Para mayor información, acércate a tu facultad.

### ¿Los estudiantes en práctica cuentan con un espacio de recreación y bienestar en la Clínica?

La Clínica Universidad de La Sabana ofrece un espacio de bienestar que consta de una sala de estar con sofás y televisores, un salón de clases, espacio para reuniones y salas de estudio grupal e individual. Todo, para los estudiantes que realicen sus procesos de práctica y rotación en nuestra institución

## Centro Médico



### ¿Dónde está ubicado?

En el Edificio F.



### ¿Qué servicios presta?

Enfermería, Medicina General, Medicina Deportiva y Psicología.



### ¿Cuáles son sus horarios de atención?

De lunes a viernes,  
de 7:00 a. m. a 8:00 p. m. y,  
los sábados, de 8:00 a. m. a 6:00 p. m.



### ¿Qué pasa si me incapacitan?

Si te expiden una incapacidad, debes llevar el documento al Centro Médico para validarlo. Ten en cuenta que este trámite dura 24 horas y que, si fuiste atendido por un médico particular, debes anexar un resumen de atención. Posteriormente, debes entregarlo a tu facultad.

**Ten en cuenta:** Por ser estudiante de la Universidad, cuentas con una póliza contra accidentes, la cual puede utilizarse presentando el carné estudiantil vigente en los centros de salud con los cuales tenemos convenio.

Todos los estudiantes deben tener actualizada la afiliación a su EPS, medicina prepagada, Sisbén, etc., y portar el carné correspondiente.

**Tu Línea Amiga** (servicio de psicología) es un servicio de acompañamiento psicológico gratuito y confidencial que cuenta con diferentes medios de contacto.

### Mayor información:

Edificio F

Correo: [bienestar.universitario@unisabana.edu.co](mailto:bienestar.universitario@unisabana.edu.co)

Teléfono: 8615555 Ext:20222



## Bienestar Universitario

### ¿Quieres saber cómo aprovechar tu tiempo libre y desarrollar tu talento en la Universidad?

Participa en las diferentes alternativas musicales, artísticas y culturales que la Jefatura de Desarrollo Cultural ofrece para que puedas aprovechar tu tiempo libre:

-  **Martes de Recital**
-  **Flash Cultural**
-  **Maratón de Pintura**
-  **Concurso de Cuento**
-  **Concurso de Poesía**
-  **Concurso de Talentos Musicales**
-  **Festival de Rock**
-  **Festival de Danzas Folclóricas**
-  **Festival de Teatro**
-  **Festival de Tunas**
-  **Salidas Culturales**
-  **Concierto del Mes**



**Bienestar Universitario te ofrece programas, servicios y actividades que te permiten complementar tu formación personal y profesional en la Universidad.**

### \$ ¿Sabes que puedes recibir apoyo económico para realizar actividades extracurriculares que complementen tu formación?

El Fondo de Estudiantes te apoya con un porcentaje de los gastos para asistir a convivencias, congresos, seminarios y otras actividades no curriculares que aporten a tu formación integral.

### ¿Quieres aprender a trabajar?

El Programa Aprendamos a Trabajar (PAT) tiene carácter social y te ayudará a desarrollar las habilidades y competencias laborales y, a la vez, te otorgará un auxilio económico.

### ¿Eres nuevo en la ciudad y aún no sabes dónde vivir?

Si vienes de otra región del país, Vivienda Sabana te ofrece una opción de vivienda confiable, segura y con las condiciones necesarias de alojamiento en Bogotá, Chía y Cajicá.

### ¿Perdiste o encontraste algo dentro del campus?

Con el servicio de Objetos Perdidos podrás entregar los objetos extraviados que encuentres dentro de la Universidad, con el fin de darles la oportunidad a sus dueños de recuperarlos.

### ¿Te gustaría ayudar a otras personas?

Haz parte del grupo de voluntarios de Solidaridad Universitaria y participa en actividades con diferentes comunidades en condiciones de vulnerabilidad.

**¡Entrega tu tiempo a los más necesitados y construyamos una mejor sociedad!**

### ¿Te gustan el deporte, el arte y la música?

En la Unidad Cultural y Deportiva encontrarás los implementos para desarrollar las actividades culturales y deportivas:

- Únete a nuestras selecciones deportivas: fútbol, squash, natación, tenis, baloncesto, entre otras.
- Participa en las diferentes alternativas deportivas interescuelas e interfacultades.
- Forma parte de nuestros grupos representativos: danza, teatro, tuna, coro y grupos músico-vocales de diferentes géneros.

## ► Centro de Acondicionamiento Físico - CAF

### ¿Cuál es la diferencia entre un Centro de Acondicionamiento Físico y un gimnasio?

El CAF es diferente porque apunta al desarrollo físico de nuestros estudiantes, mucho más allá de lo meramente corporal, como parte de un todo, y contribuye a crecer en todas las dimensiones. Cuenta con un ambiente agradable e incluyente (es un espacio para estudiantes, empleados y profesores), y con un programa innovador enfocado al entrenamiento funcional.

### ¿Cuál es el horario de atención?

Lunes a viernes, de 7:00 a. m. a 8:00 p. m.  
Sábados, de 8:00 a. m. a 1:00 p. m.

### ¿Cómo hago para inscribirme?

Descarga el formulario que está en nuestra página web, diligéncialo y entrégalo en las instalaciones del CAF. Te llegará un correo confirmando tu inscripción.

### ¿Con qué frecuencia puedo asistir semanalmente?

Puedes asistir una vez al día, de lunes a viernes.

### ¿Cuáles son las recomendaciones para las personas que quieran inscribirse?

Lo más importante es acompañar tu práctica física con otros hábitos de vida saludable. Además, es indispensable cumplir con el reglamento y seguir las rutinas que los especialistas te han sugerido.

### ¿Qué novedades ofrecerá el CAF para la comunidad universitaria en el 2018?

Para este año (2018), tendremos nuevos programas de entrenamiento. Además, iniciaremos actividades complementarias fuera de las instalaciones del CAF, que se llevarán a cabo en el campus, que también apuntan a construir un estilo de vida saludable.



### Mayor información:

Edificio O  
bienestar.universitario@unisabana.edu.co

### ¡Únete a nuestras redes sociales!

 @BienestarSabana  
 @Bienestar.Unisabana

## Dirección de Alimentos y Bebidas

### ¿Cuáles son los restaurantes y puntos de alimentos y bebidas de la Universidad?

La Dirección del Servicio de Alimentos y Bebidas cuenta con ocho restaurantes y ocho puntos de café.

#### ¿Dónde puedo consultar los menús de cada uno de los puntos de la Universidad?

En la App de la Universidad. El menú de día del Restaurante Escuela puede consultarse en el Campus virtual, medio de comunicación de la Universidad.

#### Soy vegetariano. ¿La Universidad tiene algún servicio especial para mí?

En cada uno de los diferentes restaurantes y puntos café de Alimentos y Bebidas encontrarás por lo menos una opción vegetariana. En la zona central Punto Verde se encuentra una gran variedad de platos saludables, bajos en grasa y calorías.

#### 1. Embarcadero Restaurante

Horario: lunes a sábado: 7:00 a.m. - 3:00 p.m.

Tipo de servicio:

Desayunos  
Platos a la carta  
Servicio de cafetería

#### 11. Café y Letras

Horario: lunes a viernes: 7:00

Tipo de servicio:

Servicio de cafetería

#### 13. Café Embarcadero

Horario: lunes a viernes: 7:00 a.m. - 7:00 p.m.

Tipo de servicio:

Servicio de cafetería

#### 14. FabLab

Horario: lunes a viernes: 6:30 a.m. - 5:30 p.m.  
sábado: 6:30 a.m. - 1:00 p.m.

Tipo de servicio:

Servicio de cafetería



### ¿Cuál es el precio promedio de los puntos de servicio de alimentos y bebidas de la Universidad?

**Puntos cafés:** en productos de panadería los precios oscilan entre \$1.900 y \$4.400 y las preparaciones de café entre \$1.900 y \$3.600.

**Platos a la carta:** Los precios oscilan entre \$4.300 y \$29.600.

**El menú del día** tiene un valor de \$10.200 en los autoservicios de Embarcadero y Mesón.

**El menú terraza** de Restaurante Escuela tiene un valor de \$15.000.

En la App de la Universidad. El menú de día del Restaurante Escuela puede consultarse en el Campus virtual, medio de comunicación de la Universidad.

### ¿Puedo calentar mi almuerzo en algún sitio de la Universidad?

Sí. En los siguientes puntos de venta puedes encontrar espacios para calentar el almuerzo (hornos microondas).

- Kioskos parrilla
- Zona central
- Embarcadero
- Mesón de la Sabana





**8. Punto Wok**  
 Horario: lunes a sábado: 7:00 a.m. - 4:00 p.m.  
 Tipo de servicio:  
 Desayunos  
 Platos al wok

**3. Arcos**  
 Horario: lunes a viernes: 6:30 a.m. - 8:00 p.m.  
 Tipo de servicio:  
 Platos a la carta

**2. Mesón de La Sabana**  
 Horario: lunes a sábado: 6:30 a.m. - 3:00 p.m.  
 Tipo de servicio:  
 Platos a la carta  
 Autoservicio  
 Menú del día

**10. Punto Café Zona Central**  
 Horario: lunes a viernes: 6:30 a.m. - 8:00 p.m.  
 sábado: 6:30 a.m. - 4:00 p.m.  
 Tipo de servicio:  
 Servicio de cafetería

**12. Café Estudio**  
 Horario: lunes a viernes: 11:00 a.m. - 3:00 p.m.  
 Tipo de servicio:  
 Servicio de cafetería

**6. Punto Sandwich**  
 Horario: lunes a viernes: 11:00 a.m. - 4:00 p.m.  
 Sábado: 11:00 a.m. - 3:00 p.m.  
 Tipo de servicio:  
 Sándwiches

**7. Punto Verde**  
 Horario: lunes a viernes: 7:00 a.m. - 3:30 p.m.  
 Tipo de servicio:  
 Platos saludables y granizados

**9. Punto Cipreses**  
 Horario: lunes a viernes: 7:00 a.m. - 4:00 p.m.  
 Tipo de servicio:  
 Servicio de cafetería  
 Pizzas y perros calientes

**5. Kioskos Parrilla**  
 Horario: lunes a viernes: 7:00 a.m. - 3:00 p.m.  
 Tipo de servicio:  
 Desayunos  
 Platos a la carta  
 Crepes

**4. Restaurante Escuela**  
 Horario: lunes a viernes: 7:00 a.m. - 5:00 p.m.  
 Tipo de servicio:  
 Platos a la carta  
 Menú de día y terraza  
 Servicio de cafetería

a.m. - 7:00 p.m.

**16. Café de la Bolsa**  
 Horario: lunes a viernes: 7:00 a.m. - 7:00 p.m.  
 Tipo de servicio:  
 Servicio de cafetería

**15. Punto Café del L**  
 Horario: lunes a viernes: 7:00 a.m. - 7:00 p.m.  
 Tipo de servicio:  
 Servicio de cafetería

**Restaurante Escuela**

**¿Qué "combos" económicos ofrece el Restaurante Escuela?**

El restaurante Escuela tiene un menú del día a un precio muy económico, y el menú terraza en un promedio de \$15000. Entre las opciones del menú terraza se encuentran: la pizza, hamburguesa y mazorcada.

**¿Se pueden realizar celebraciones de fechas especiales?**

En el Restaurante Escuela puedes celebrar las fechas especiales con un servicio y producto sin igual.

**¿Con cuánto tiempo de antelación se deben realizar las reservas?**

El tiempo de reserva depende del número de personas. Si son menos de 10 personas, podrá reservarse con 24 horas de antelación. Si el número de invitados es mayor a 10, debe reservarse mínimo con tres días hábiles de antelación.

## La Sabana te mueve



La Universidad de La Sabana tiene a disposición diferentes alternativas de transporte para los estudiantes, las cuales constan de rutas de buses contratados; también está el Tren de la Sabana, y parqueadero de motos, bicicletas y carros.

## Información de rutas de buses de la Universidad:

### ¿Cómo funciona?

- El servicio se presta en buses contratados con la empresa CAJITUR.
- Los buses operan en 12 rutas diferentes en horarios de salida y entrada a la Universidad (ver tabla de rutas y horarios).

### ¿Cómo acceder al servicio?

- Para acceder al servicio deben adquirirse tiquetes, los cuales deben ser comprados con anticipación en la taquilla del puente de madera.
- La primera semana de clases, se recibirá efectivo por parte de los conductores. A partir del 31 de enero, solo se recibirán tiquetes. Consultar la tabla de precio en el vínculo o en la caseta de tiquetes de CAJITUR.

## TABLA DE RUTAS Y HORARIOS BUSES



A partir del 22 de enero el servicio de transporte se prestará en los siguientes horarios:

### HACIA EL CAMPUS



CLASE	INICIO DE RUTA	HORARIO
7:00 a. m.	Puente peatonal de Héroes	5:45 a. m.
		5:50 a. m.
		5:55 a. m.
	Calle 127-Autopista Norte	5:50 a. m.
		6:10 a. m.
	Portal del Norte (calle 170)	5:20 a. m.
		5:25 a. m.
		5:30 a. m.
		5:35 a. m.
	Av. Esperanza con Av. Boyacá	5:40 a. m.
		5:55 a. m.
	Calle 45 con carrera 7	5:35 a. m.
	Estación Transmilenio, barrio Minuto de Dios	5:05 a. m.
	Suba (ETB)	5:30 a. m.
		5:35 a. m.
	Avenida Esperanza con calle 68	5:30 a. m.
Calle 100 con carrera 9	5:45 a. m.	
Soacha, estación Transmilenio - Terreros	4:35 a. m.	
Zipaquirá, calle 17 con 10	6:10 a. m.	
Madrid - Mosquera	5:10 a. m.	

CLASE	INICIO DE RUTA	HORARIO
8:00:00 a. m.	Calle 94 con Autopista Norte	7:00 a. m.
	Calle 183 con Autopista Norte.	7:10 a. m.
	Av. Esperanza con Av. Boyacá.	6:15 a. m.
	Zipaquirá, calle 17 con 10 (entra a Cajicá).	7:10 a. m.

### ¿Cómo puedo tomar los buses y cómo los identifico?

- En la mañana, los buses parten desde el punto indicado como “inicio de ruta”, en la tabla adjunta, a la hora estipulada. Se puede consultar el mapa de rutas en el vínculo indicado.
- El bus de la Universidad parará en los puntos de referencia de cada ruta. El estudiante debe indicar la señal de pare al bus y mostrar el carné al conductor.
- En la tarde, deben tomarse los buses en el parqueadero del Puente de Madera o del campus, según la ruta requerida.
- Los buses pueden identificarse por el logo de la Universidad en el vidrio panorámico y por el nombre de la empresa contratante “CAJITUR” en los costados del vehículo.
- Se habilitarán grupos de Whatsapp por ruta. Por allí, los usuarios podrán obtener información de horarios, recorridos, tarifas, entre otras. Se tomarán en la caseta de tiquetes de CAJITUR los datos de los estudiantes interesados, o puede realizarse la solicitud en el número 3114825127.

CLASE	INICIO DE RUTA	HORARIO
9:00 a. m.	Portal del Norte (calle 170).	8:15 a. m.
	Avenida Boyacá, desde Titán Plaza.	7:30 a. m.
	Zipaquirá, calle 17 con 10.	8:10 a. m.

CLASE	INICIO DE RUTA	HORARIO
10:00 a. m.	Puente peatonal de Héroes.	8:40 a. m.
	Calle 100 con carrera 9.	8:45 a. m.
	Avenida Boyacá, desde Titán Plaza.	8:30 a. m.

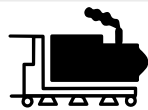
### DESDE EL CAMPUS



DESTINO	HORARIO	
	Lunes a Jueves	Viernes
Portal del Norte (calle 170).	9:00 a. m.	9:00 a. m.
Puente peatonal de Héroes.	8:00 p. m.	8:00 p. m.
Avenida Boyacá, hasta Titán Plaza.	11:00 a. m.	NO
	1:00 p. m.	
	3:00 p. m.	
Av. Esperanza con Av. Boyacá.	5:00 p. m.	5:00 p. m.
	5:20 p. m.	
	5:40 p. m.	
	6:00 p. m.	
Calle 100 con carrera 9.	7:00 p. m.	NO
	5:15 p. m.	
Avenida Esperanza con calle 68.	6:00 p. m.	NO
Suba - calle 80	6:00 p. m.	NO
Calle 94 con 7ª.	3:00 p. m.	NO
Calle 45 con 7ª.	5:15 p. m.	NO

DESTINO	HORARIO	
	Lunes a Jueves	Viernes
Carrera 30-Soacha, estación Transmilenio - Terreros	6:00 p. m.	6:00 p. m.
Zipaquirá	5:00 a. m.	6:30 p. m.
	6:00 p. m.	
	7:00 p. m.	
Funza-Mosquera- Madrid	6:00 p. m.	NO

## OPERACIÓN DEL TREN DE LA SABANA



### ¿Cómo funciona?

- El servicio se presta en trayectos de tren contratados con la empresa TURISTRÉN.
- El servicio funciona en una ruta por la mañana (clase de 7:00 a. m.) y por la tarde (salida a las 5:54 pm).

### ¿Cómo tomar el tren?

- El tren de la Sabana cuenta con cinco estaciones de parada definidas (consultar tabla adjunta). Estas paradas son puntuales, por lo cual se recomienda estar 10 minutos antes. En la tarde, el tren tiene las mismas paradas.

- Para tomar el servicio, el estudiante debe mostrar el carné (una vez se asigne) a los auxiliares del tren.

- Se habilitará grupo de Whatsapp para el tren. Por allí, los usuarios podrán obtener información de horarios, recorridos, novedades, entre otros servicios. En la taquilla de la estación “La Caro”, se tomarán los datos de los estudiantes interesados, o puede solicitarse la inclusión al número 3142634728.

- La ruta a la estación “La Caro” está demarcada en la Universidad. Se debe salir de la Universidad por el Puente de

Madera, pasar el puente de la Clínica de la Universidad (sentido oriente), ingresar a la sede "Casa Sauco" y dirigirse hacia la vía del tren.

### ¿Cómo hago para acceder al servicio?

Para acceder al servicio, deben adquirirse tiquetes, los cuales deben ser comprados con anticipación en los puntos designados en la Universidad:

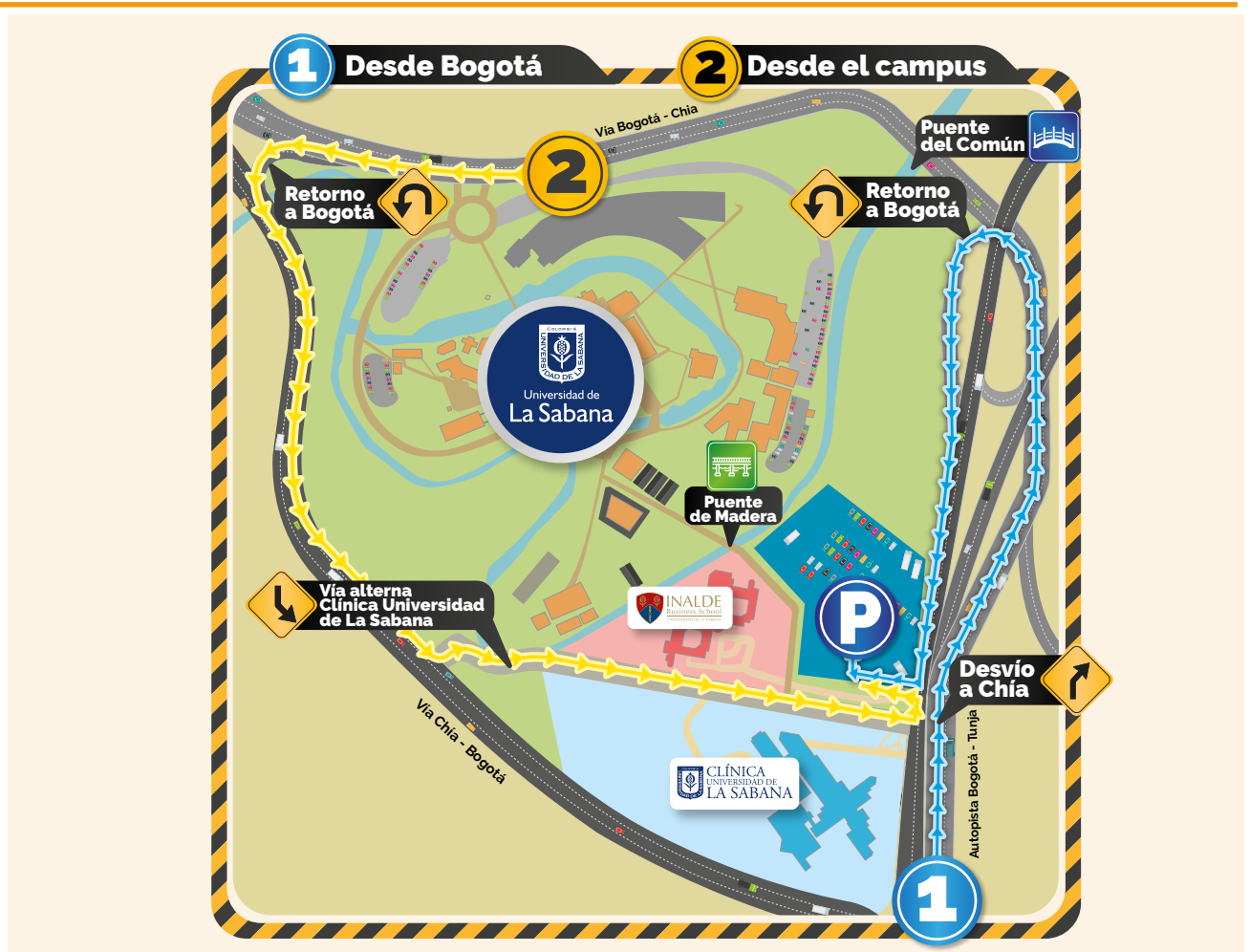
-  Librería del edificio A, E
-  Embacadero
-  Puntos Café
-  Kioskos
-  Punto Café de la Clínica
-  Taquilla estación "La Caro" (en la tarde antes de abordar el tren)
-  Punto Café del FabLab

## TABLA DE RUTAS Y HORARIOS DE TREN

A partir del 22 de enero, el servicio de tren se prestará en el siguiente horario, de lunes a viernes:



### Para llegar al parqueadero del Puente de Madera, por favor remitirse al siguiente mapa:



## Información de parqueaderos para estudiantes


La Universidad de La Sabana cuenta con un servicio de parqueadero que funciona en jornada continua, de lunes a viernes, de 6:00 a 8:00 p. m., y los sábados, de 6:00 a 5:00 p. m.

Tenemos a disposición dos zonas de parqueadero:

#### Parqueadero principal campus:

-  Motocicletas
-  Automóviles
-  Bicicletas

#### Parqueadero adicional Puente de Madera:

-  Motocicletas
-  Automóviles

Mayor información:  
<https://www.unisabana.edu.co/bienestar-universitario/transporte-universidad-de-la-sabana/inicio/>

# QUEREMOS QUE SIEMPRE ESTÉS BIEN INFORMADO



**App Unisabana,**  
descárgala  
en tu dispositivo  
móvil Android o Apple



@unisabana



Udelasabana

**Campus**  
Periódico Universidad de La Sabana  
Estudiantes

Campus periódico  
para estudiantes

## SISTEMA DE MEDIOS COMUNICACIÓN INSTITUCIONAL



**Campus**  
Boletín Virtu@l

Campus  
Boletín Virtu@l



Unisabana

**CampusTV**  
Cartelera  
digitales



Sala  
de prensa