GUÍA DE MOVILIDAD PARA ESTUDIANTES DEL EXTRANJERO

URUGUAY

Uruguay, oficialmente la República Oriental del Uruguay, se sitúa en la parte oriental del Cono Sur americano. Limita al noreste con Brasil (estado de Río Grande del Sur), al oeste con Argentina (provincias de Entre Ríos y Corrientes) y tiene costas en el océano Atlántico al sureste y sobre el Río de la Plata hacia el sur.

Abarca 176 000 km², siendo el segundo país más pequeño de Sudamérica en cuanto a territorio, después de Surinam. Según los datos del Instituto Nacional de Estadística (INE), censo de 2011, la población de Uruguay es de 3,29 millones de habitantes, estando en la décima posición entre los países de América del Sur. Es una república presidencialista subdividida en 19 departamentos y 89 municipios. La capital, Montevideo, es la ciudad más poblada del país con 1,3 millones de habitantes, y su área metropolitana alcanza los 1,7 millones (53% del total nacional).

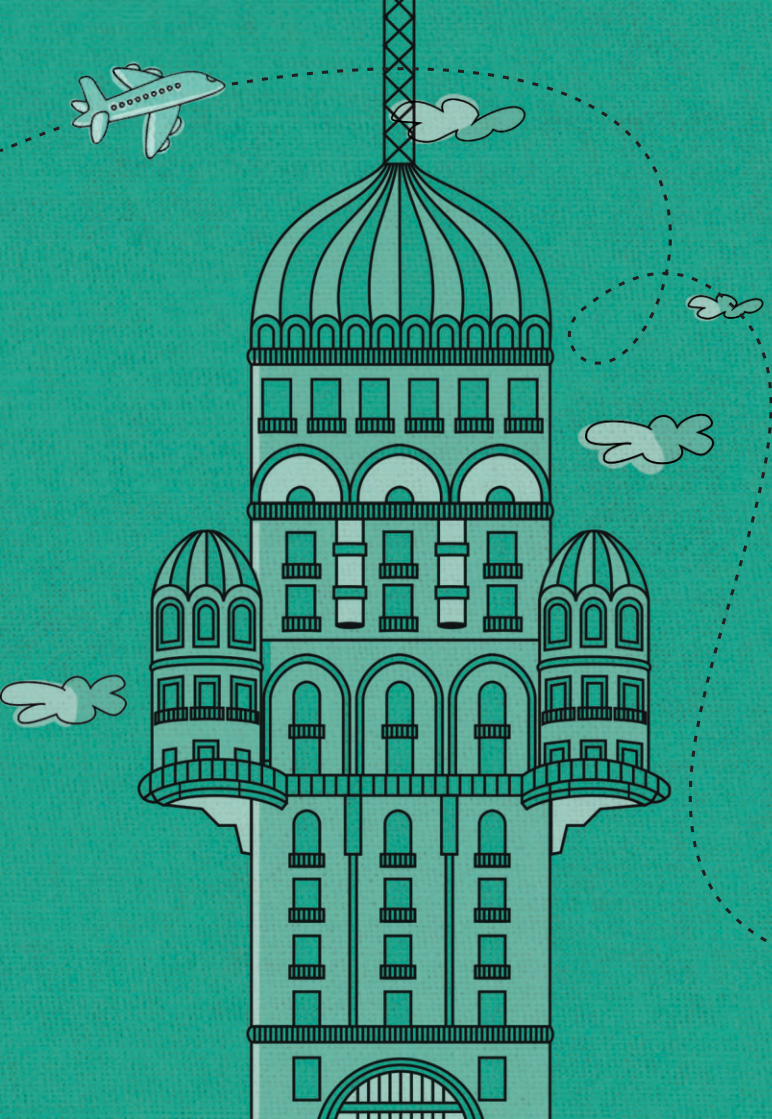
Es miembro de las Naciones Unidas, del Mercosur, de la OEA, de la UNASUR y del G77, entre otros organismos internacionales.

>> Conoce más de Uruguay

www.turismo.gub.uy

>> Mira un documental sobre el país

www.youtube.com/watch?v=Grd9v6jSJQk



MONTEVIDEO

Montevideo es la Capital de la República Oriental del Uruguay, centro político y económico del país y sede administrativa del MERCOSUR.

Su proceso fundacional se sitúa entre 1724 y 1730. Fue fundada como una plaza fuerte, junto al puerto sobre el Río de la Plata, en la gran bahía desde donde se puede apreciar el cerro de Montevideo. Durante ese periodo comenzó su etapa de colonización con la llegada de familias españolas desde Buenos Aires y Canarias.

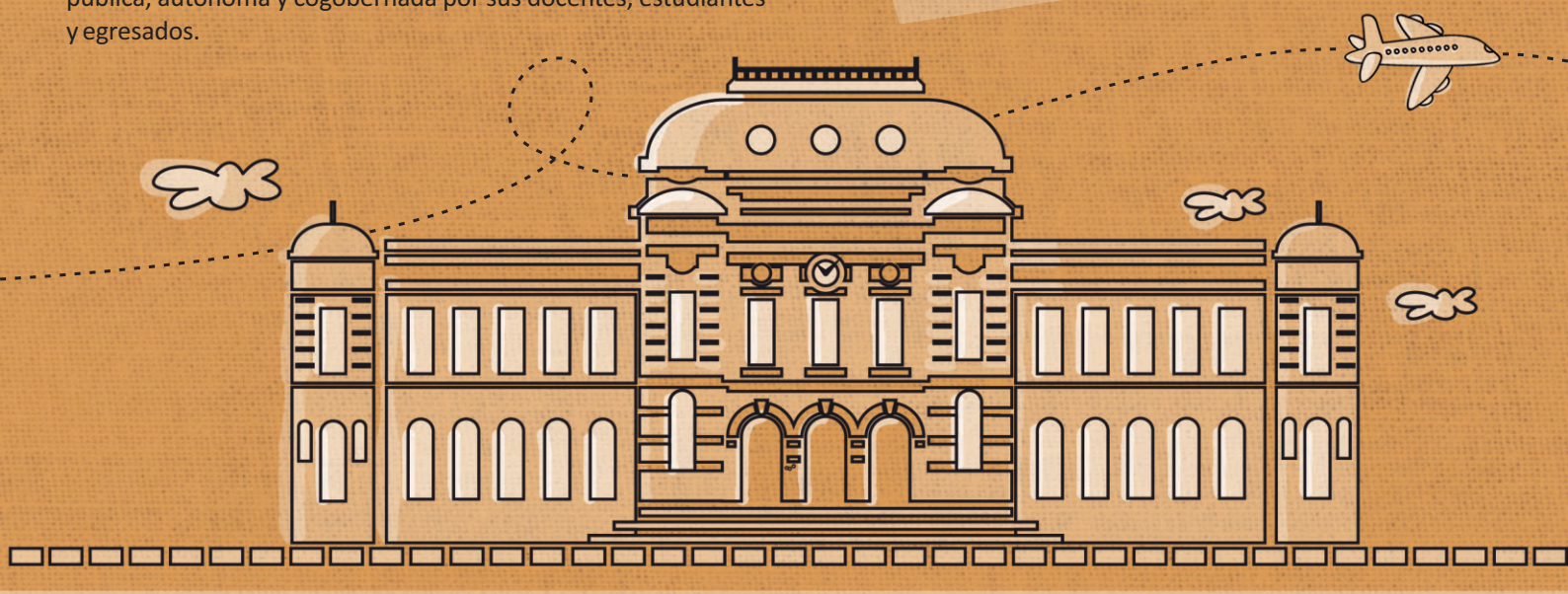
Actualmente, Montevideo es un destino de referencia de Latinoamérica. A lo largo del año, la ciudad ofrece al visitante una variada agenda cultural y de recreación, servicios de calidad, paisajes que cautivan junto a valores tan preciados como la seguridad y hospitalidad de su gente. **Todo ello hace de Montevideo la octava ciudad más visitada de América Latina.**

>> Descubre más de Montevideo
www.descubrimontevideo.uy/es

¿Qué es la Universidad de la República?

La Universidad de la República (Udelar) es la principal institución de educación superior (en todas las áreas del conocimiento y la cultura) y de investigación del Uruguay. En colaboración con una amplia gama de actores institucionales y sociales, realiza también múltiples actividades orientadas al uso socialmente valioso del conocimiento y a la difusión de la cultura. Es una institución pública, autónoma y cogobernada por sus docentes, estudiantes y egresados.

UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA
www.universidad.edu.uy
Teléfono: (598) 2400 9201
Dirección: Av. 18 de Julio 1968 CP 11100
Montevideo, URUGUAY



¿CÓMO LO HACE?

Con la vocación transformadora propia de la institución comprometida con la sociedad. Manteniendo, además, una permanente actitud crítica en el desempeño de sus funciones: **enseñanza, investigación y extensión**.

La **enseñanza** universitaria busca formar personas autónomas y capaces de seguir aprendiendo siempre a alto nivel, con capacidad para la crítica y para la formulación de propuestas. Por ello, la enseñanza universitaria debe realizarse integralmente junto con la investigación y la extensión.

La **investigación** es el conjunto de actividades de creación y búsqueda de nuevos conocimientos en todos los campos, para expandir la cultura y contribuir a la solución de los problemas de lasociedad.

La **extensión** universitaria es el conjunto de actividades de colaboración que realizan actores universitarios en la sociedad a la que pertenecen. En estos procesos interactivos cada actor aporta sus saberes y todos aprenden, contribuyendo a la creación cultural y al uso socialmente valioso del conocimiento, dándole prioridad a los sectores más postergados.

¿QUÉ ES LA EXTENSIÓN?

- Es un proceso educativo transformador donde no hay roles estereotipados de educador y educando, donde todos pueden aprender y enseñar.
- Es un proceso que contribuye a la producción de conocimiento nuevo, que vincula críticamente el saber científico con el saber popular.
- Es un proceso que tiende a promover formas asociativas y grupales que aporten a superar problemáticas significativas a nivel social.
- Es una función que permite orientar líneas de investigación y planes de enseñanza; generando compromiso universitario con la sociedad y la resolución de sus problemas.
- En su dimensión pedagógica constituye una metodología de aprendizaje integral y humanizadora.

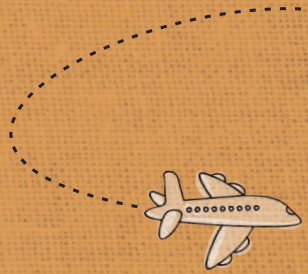
¿CÓMO SE LLEVA A CABO?

- Con participación e involucramiento de los actores sociales y universitarios en las etapas de planificación, ejecución y evaluación.
- De manera de generar procesos de comunicación dialógica.
- A partir de abordajes interdisciplinarios.
- Considerando los tiempos de los actores sociales involucrados.

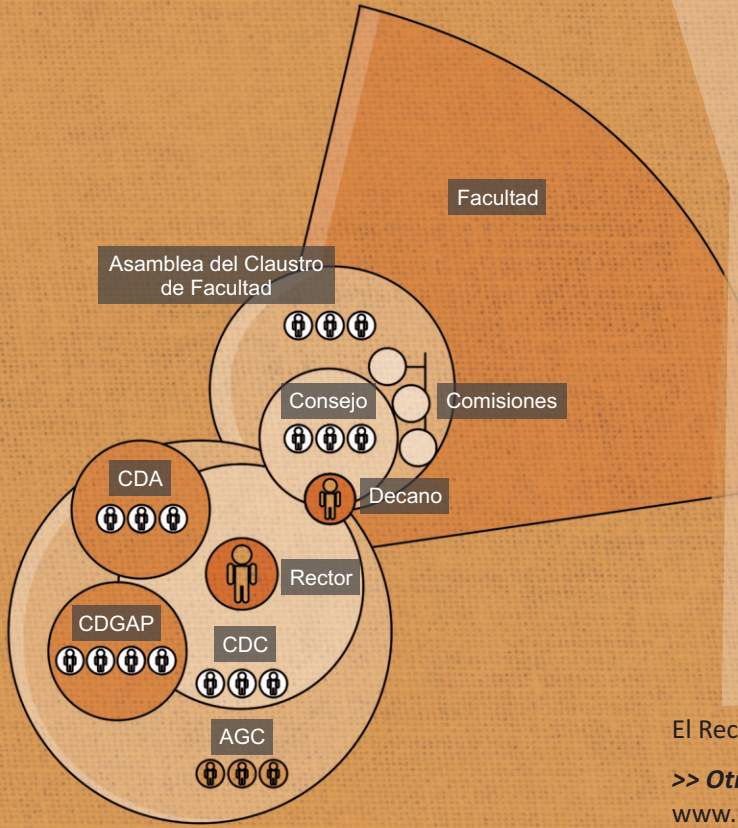
CO-GOBIERNO EN LA UDELAR

La Universidad de la República es un ente autónomo consagrado como tal por el Art. 202 de la Constitución de la República. Es cogobernada, lo que significa la participación de los órdenes que componen la Universidad (estudiantes, egresados y docentes) en las decisiones de gobierno que afectan a la institución (establecido por su Ley Orgánica - octubre 1958).

Los órganos de la Universidad son: el Consejo Directivo Central, el Rector, la Asamblea General del Claustro, los Consejos de Facultades, los Decanos, las Asambleas del Claustro de cada Facultad y los órganos a los cuales se encomienda la Dirección de los Institutos o Servicios. (Art. 6 de la Ley Orgánica).



CO-GOBIERNO EN LA UDELAR



Referencias de la imagen:

Organismo cogobernado - Integrado por estudiantes, docentes y egresados. En el Consejo Delegado de Gestión Administrativa y Presupuestal (CDGAP) también participan los funcionarios no docentes.

Rector - Es electo por la Asamblea General del Claustro para representar a la Universidad y presidir el CDC, entre otras funciones.

CDC - Consejo Directivo Central. Órgano máximo de decisión del la Universidad de la República.

CDA - Consejo Delegado Académico.

CDGAP - Consejo Delegado de Gestión Administrativa y Presupuestal.

AGC - Asamblea General del Claustro - Elige al rector entre otras funciones.

Decano - Es electo por la Asamblea del Claustro de la Facultad correspondiente para representar a la misma, entre otras funciones.

Consejo - Órgano de dirección de las facultades.

ACF - Asamblea del Claustro de Facultad - Órgano responsable de discutir planes de estudio, y elegir el decano

El Rector de la Universidad de la República es el **Dr. Roberto Markarian**

>> Otras autoridades de la Universidad de la República:
www.universidad.edu.uy/renderPage/index/pageId/96

ESTRUCTURA UNIVERSITARIA

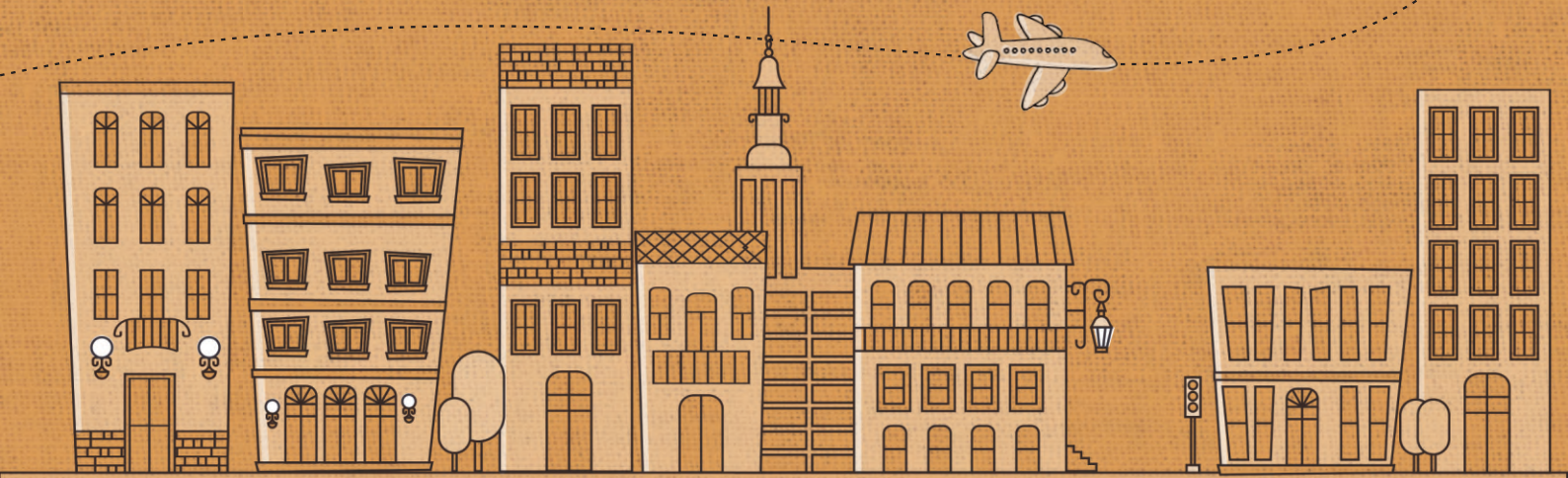
La Universidad está conformada por servicios universitarios. Estos son las Facultades, Escuelas e Institutos y los Servicios Centrales, como Bienestar Universitario y los Servicios Centrales de Enseñanza, Investigación y Extensión.

Algunos documentos interesantes para familiarizarse con este modelo universitario son:

>> *Ley Orgánica de la Universidad de la República*
www.universidad.edu.uy/renderResource/index/resourceId/844/siteId/1

>> *La producción del "Modelo Latinoamericano de* Universidad" en el Uruguay - Gabriel Picos
www.extension.edu.uy/sites/extension.edu.uy/files/modelo_latinaomericano_de_universidad._picos.pdf

>> También puedes consultar las ***Preguntas Frecuentes*** disponibles en el portal de la Universidad
www.universidad.edu.uy/renderPage/index/pageId/110#heading_364



Dirección General de Relaciones y Cooperación de la Udelar

Sitio Web: http://cooperacion.udelar.edu.uy
Correo electrónico: dgcoop@oce.edu.uy
Teléfono: (598) 2408 4821 – 2403 1144
Dirección: Brandzen 1984, Apto. 901 CP 11200
Montevideo, URUGUAY

La Dirección General de Relaciones y Cooperación de la Universidad de la República es la oficina central donde se gestionan los programas de cooperación y de movilidad, proyectos conjuntos y redes académicas a nivel nacional e internacional.

Servicio Central de Bienestar Universitario (SCBU)

Sitio Web: www.bienestar.edu.uy
Correo electrónico: difusion@bienestar.edu.uy
Teléfono: (598) 2408 5865 - 2408 2476
Dirección: José E. Rodó 1839 CP 11200
Montevideo, URUGUAY

El Servicio Central de Bienestar Universitario (SCBU) brinda diferentes tipos de prestaciones destinadas a todos los estudiantes de la universidad de la República que se encuentran en una situación socioeconómica desfavorable, lo que lleva a que sus posibilidades de iniciar o desarrollar una carrera se vean comprometidas.

Sus principales actividades se cumplen en las áreas de salud, becas, cultura, deportes, alimentación y recreación teniendo como principal objetivo mejorar la calidad de vida de trabajadores/as y estudiantes.

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

La Facultad de Psicología es uno de los veinticuatro servicios universitarios de la Universidad de la República Oriental del Uruguay (Udelar) que, desde mediados del siglo XX produce y transmite conocimientos en vínculo directo con las problemáticas sociales del país, a fin de contribuir a la mejora de la calidad de vida de la población.

La Facultad brinda desde su creación (15 de marzo de 1994) una formación universitaria de alto nivel, con un sistema integral de grado que articula la enseñanza con el desarrollo de investigación y extensión.

FACULTAD DE PSICOLOGÍA
Sitio Web: www.psico.edu.uy
Teléfono: (598) 2400 8555
Dirección: Tristán Narvaja 1674 CP 11100
Montevideo, URUGUAY

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

Cuenta con un Plan de Estudio que acompaña el segundo proceso de Reforma de la Universidad de la República y se orienta hacia una mayor articulación y cooperación entre los diferentes Servicios que la componen, con el propósito de generar procesos de formación acordes a las necesidades sociales y los problemas del país y de la región.

Dicho Plan de Estudio está basado en una concepción pedagógica que da importancia al creciente grado de autonomía del estudiante a lo largo de su formación. Habilita el tránsito flexible, establece espacios y actividades que articulan e integran las funciones universitarias de extensión, investigación y enseñanza, propendiendo a la superación del dualismo teoría-práctica y posibilitando una integración entre la formación profesional y la académica.

Sus estudiantes cuentan con la posibilidad de realizar prácticas a lo largo de la carrera, y a esto se suman practicantados y residencias en los servicios de la Administración de Servicios de Salud del Estado, localizados en diferentes puntos del país. La Facultad de Psicología trabaja para potenciar el intercambio académico con otros países a través de numerosos Convenios.

Desde el 2005 la Facultad se ha sumado a la descentralización universitaria, promoviendo la consolidación de equipos docentes estables en Centros Universitarios de las Regiones Litoral Oeste y Este del país. Allí se pueden cursar los Ciclos de Formación Integral y Graduación, y el Ciclo inicial, respectivamente.

Además del Título de Grado, la ***Licenciatura en Psicología***, la Institución cuenta con una nutrida agenda de cursos de Formación Permanente y formación de POSGRADO, destacando:

- Doctorado en Psicología
- Maestría en Psicología Clínica
- Maestría en Psicología Social
- Maestría en Psicología y Educación
- Maestría en Derechos de Infancia y Políticas Públicas (en conjunto con las Facultades de Ciencias Sociales, Derecho y Medicina)
- Diplomatura en Psicogerontología
- Especialización en Evaluación Psicológica
- Especialización en Inclusión Social y Educativa

ÁREAS ACADÉMICAS

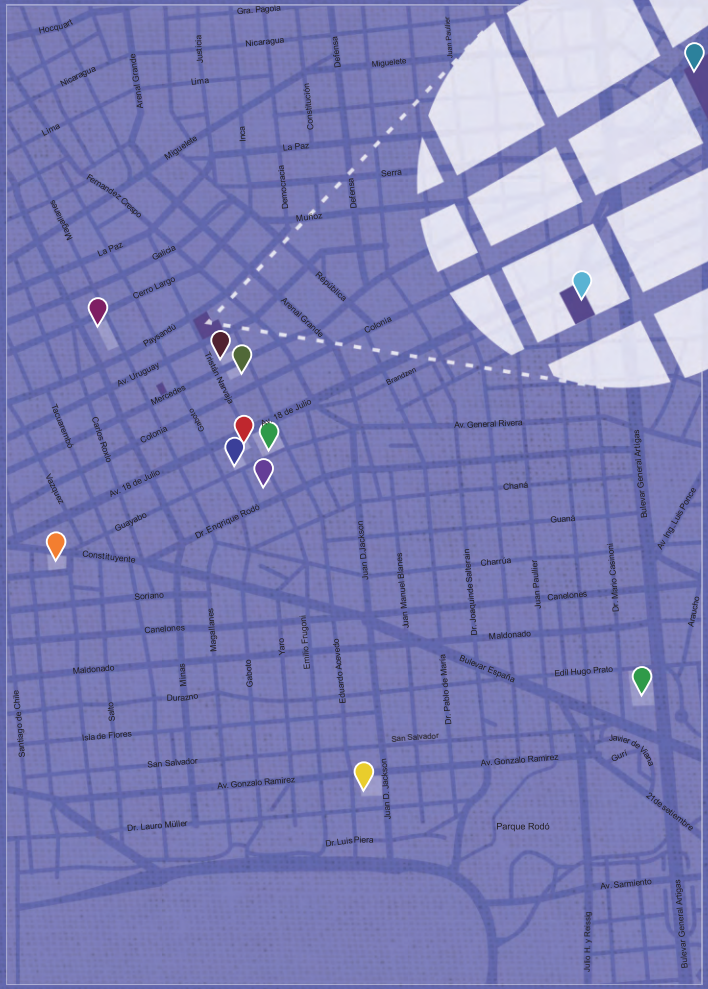
El área académica de la Facultad se divide en cinco Institutos:

- Instituto de Psicología, Educación y Desarrollo Humano
  www.educacion.psico.edu.uy
- Instituto de Fundamentos y métodos en Psicología
  www.fundamentos.psico.edu.uy
- Instituto de Psicología de la Salud
  www.salud.psico.edu.uy
- Instituto de Psicología Clínica
  www.clinica.psico.edu.uy
- Instituto de Psicología Social
  www.social.psico.edu.uy

Además, la Facultad de Psicología responde a las necesidades y demandas sociales, siempre cambiantes, con una oferta investigadora diversificada y flexible, que apuesta por la creatividad y que da apoyo a grupos emergentes e interdisciplinarios. Para ello, cuenta con tres Centros de Investigación abocados a las ramas básicas y aplicadas de la disciplina:

- Centro de Investigación Básica en Psicología (CIBPsi)
  www.cibpsi.psico.edu.uy
- Centro de Investigación en Psicología Clínica (CIC-P)
  www.cicp.psico.edu.uy
- Centro de Investigación en Psicología de la Salud Ocupacional, la Innovación y el Cambio Organizacional (CIPSOICO)
  www.cipsoico.psico.edu.uy

UBICACIÓN Y PLANOS DEL EDIFICIO CENTRAL



- Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación
- Escuela Multidisciplinaria de Arte Dramático
- Facultad de Ciencias Sociales
- Biblioteca Nacional
- Instituto Escuela Nacional de Bellas Artes
- Facultad Universitaria de Bibliotecología y Ciencias Afines
- Facultad de Ciencias Sociales
- Facultad de Ciencias Sociales
- Facultad de Ciencias Económicas
- Facultad de Arquitectura
- Edificio Central de la Universidad de la República - Facultad de la República

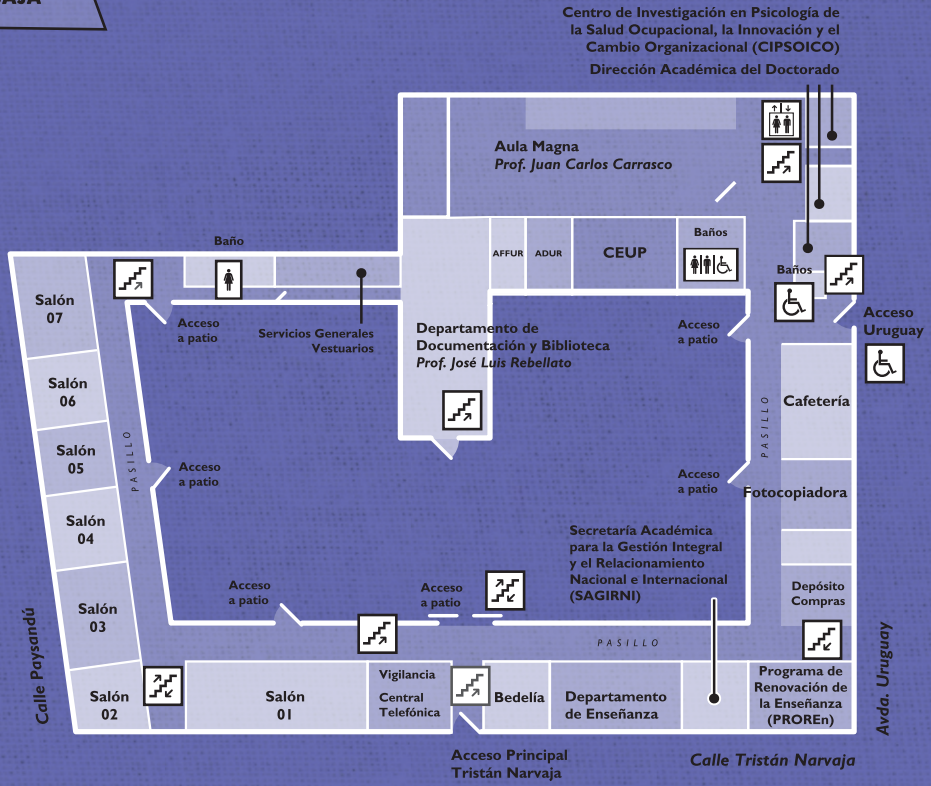
Facultad de Psicología

- Edificio Central
- Edificio Anexo

El edificio central de la Facultad de Psicología se encuentra ubicado en el barrio Cordón de Montevideo, a tres cuadras de la Av. 18 de Julio y a 10 minutos de la Terminal de autobuses de Tres Cruces. Asimismo, en Mercedes 1737 se encuentra el Edificio Anexo. Ambos edificios forman parte de un circuito universitario que integran las sedes de las Facultades de Humanidades y Ciencias de la Educación, Ciencias Sociales, Derecho, Escuela Universitaria de Bibliotecología y Ciencias Afines, Escuela Universitaria de Música, Instituto Escuela Nacional de Bellas Artes, así como los edificios de la Universidad de la República, la Biblioteca Nacional y la Escuela Multidisciplinaria de Arte Dramático.

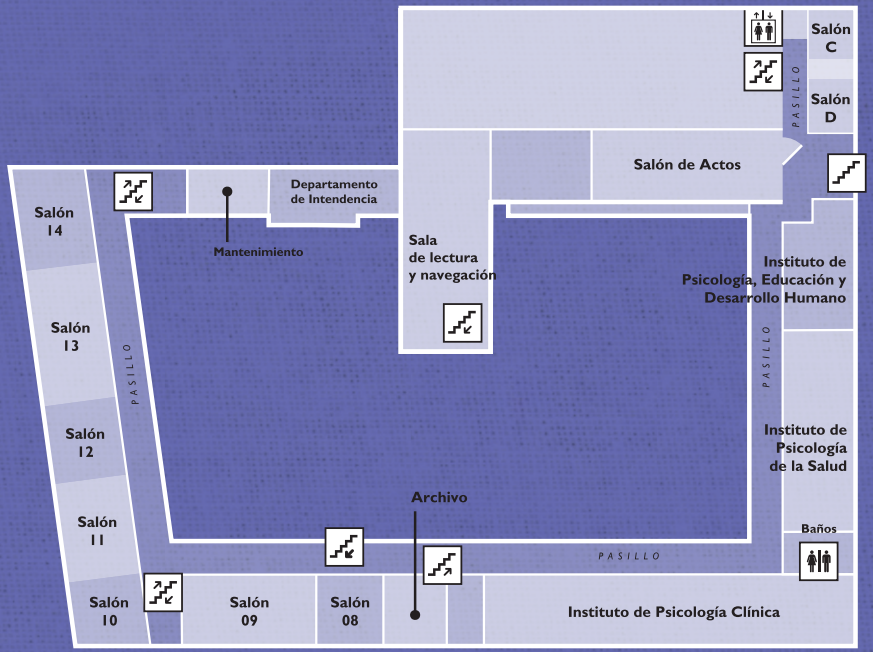
UBICACIÓN Y PLANOS DEL EDIFICIO CENTRAL

PLANTA BAJA



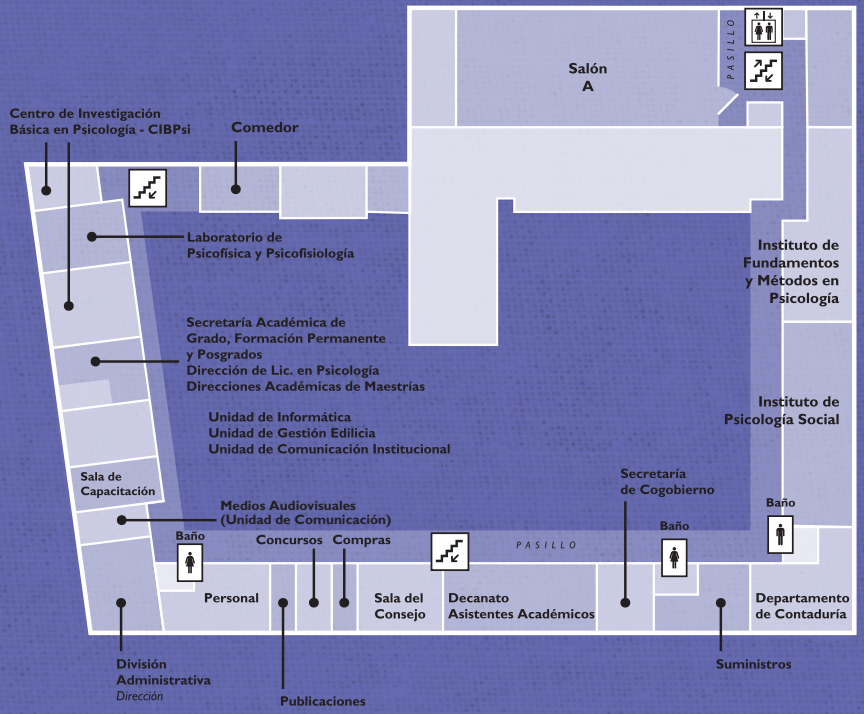
UBICACIÓN Y PLANOS DEL EDIFICIO CENTRAL

NIVEL 01

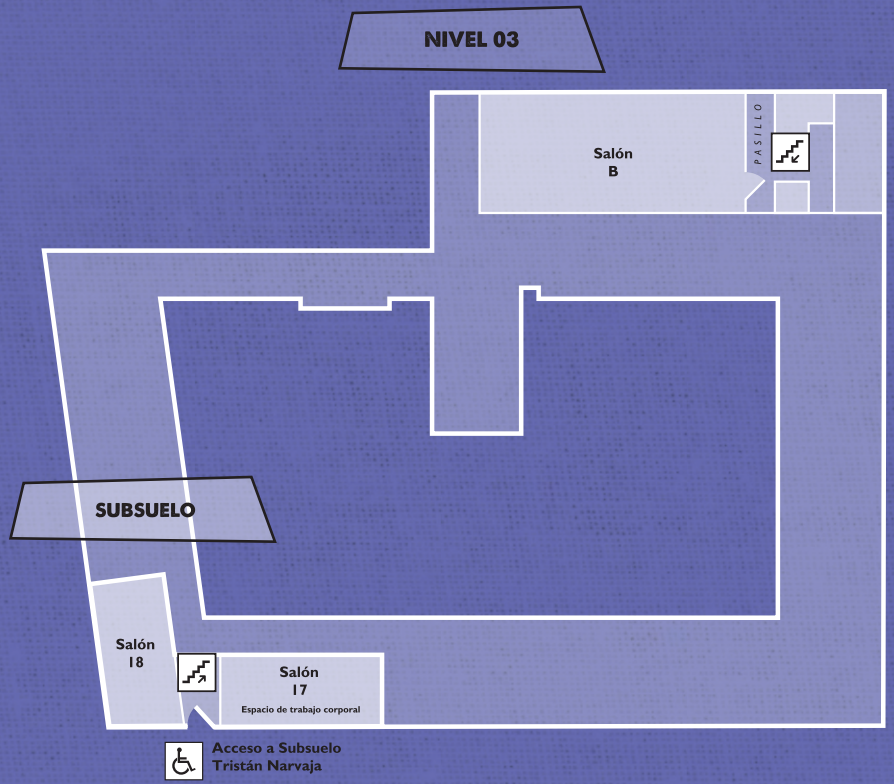


UBICACIÓN Y PLANOS DEL EDIFICIO CENTRAL

NIVEL 02



UBICACIÓN Y PLANOS DEL EDIFICIO CENTRAL



COGOBIERNO DE LA FACULTAD

La Decana de Facultad de Psicología es la **Dra. María José Bagnato.** www.psico.edu.uy/users/majose

>> Conoce a las autoridades de la Facultad (Consejo y Asamblea del Claustro):
www.psico.edu.uy/institucional/autoridades

>> Comisiones:
www.psico.edu.uy/institucional/comisiones

CONSEJEROS/AS ESTUDIANTILES

Los Consejeros/as estudiantiles son, actualmente, delegados/as de:

- El Centro de Estudiantes Universitarios de Psicología (CEUP) (www.ceupfeuu.blogspot.com)
- La Agrupación 1958 (www.facebook.com/agrupa58psico)

Secretaría Académica para la Gestión Integral y el Relacionamiento Nacional e Internacional (SAGIRNI)

Sitio Web: www.psico.edu.uy/gestion/sagirni
Correos electrónicos
Tutorías: tutorias@psico.edu.uy
Cooperación Internacional, Becas y Movilidad: sagirni@psico.edu.uy
Teléfono: (598) 2400 8555 int. 240

La SAGIRNI se encarga de promover el relacionamiento nacional e internacional de la Facultad de Psicología, incluyendo la movilidad de grado y posgrado, así como la difusión y promoción de las opciones y políticas de becas.

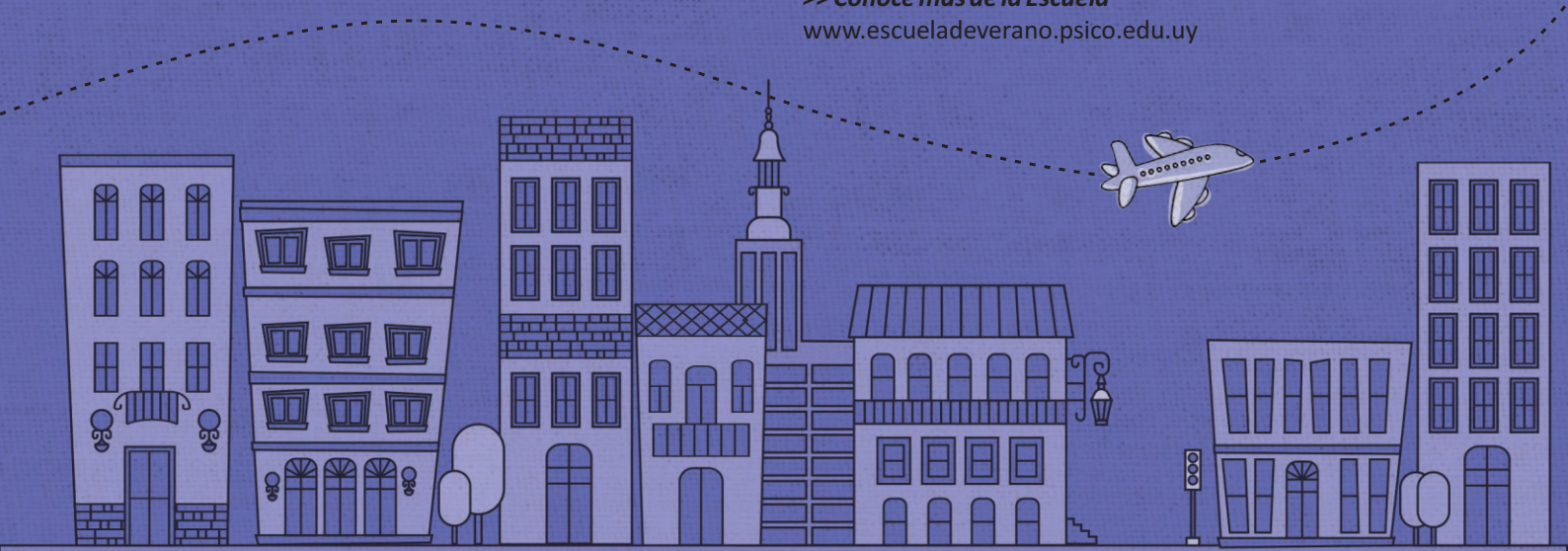
Desde allí se coordina el trabajo de tutores de movilidad estudiantil que están a disposición para asesorar y acompañar a los estudiantes, locales o extranjeros, en su tránsito por su experiencia de movilidad.

Escuela De Verano

La Escuela de Verano de la Facultad de Psicología se ha conformado como un **espacio de formación e intercambio entre estudiantes y docentes uruguayos y extranjeros** que cuenta con una edición anual desde el año 2010. En dicho espacio se busca intercambiar sobre temas de interés social y académico, a la vez que promover la reflexión y el trabajo conjunto entre los participantes y docentes a través de diferentes dispositivos de trabajo.

Recibe, durante 10 días del mes de febrero, a 60 estudiantes avanzados o recién egresados de Psicología y ciencias afines, 30 de Uruguay y 30 de América Latina, con una propuesta de cursos, talleres y otras actividades en un total de 49 horas de cursada presencial. Los cursos ofrecidos por la Universidad de la República en el marco de las Escuelas de Verano son gratuitos para todos/as los/as estudiantes.

>> Conoce más de la Escuela
www.escueladeverano.psico.edu.uy



Preguntas Frecuentes

Aspectos académicos y administrativos

Datos útiles (cotideaneidad)

Cultura

Beneficios

Preguntas Frecuentes

Aspectos académicos y administrativos

Calendario académico

- Período de examen: febrero, julio y diciembre de cada año
- Período de inscripción al 1er semestre de la Licenciatura en Psicología: febrero de cada año
- Período de inscripción a las Unidades Curriculares de cada semestre: los primeros días de los meses de marzo y agosto

¿Cómo puedo contactar a un docente o una oficina administrativa de la Facultad?

A través del Directorio Institucional (www.directorio.psico.ed.uy) encontrarás información de contacto de todas las Oficinas Administrativas y Académicas.

En relación a las y los docentes, está a disposición la información vinculada a su cargo dentro de la Facultad: grado, cantidad de horas y/o extensión horaria, horario de consulta, correo electrónico y el Instituto o Centro de Investigación al que pertenece.
También se incluye su reseña curricular, Currículum Vitae en formato pdf, enlace a CVuy si así lo dispone, enlace a su perfil en la red social profesional LinkedIn y algunas de sus Publicaciones en revistas y/o libros a modo de muestrario de su trabajo.

Entorno Virtual de Aprendizaje

Espacio Virtual de Aprendizaje (EVA) es la plataforma educativa online de la Universidad de la República. Tiene como finalidad promover distintas modalidades de cursada en la enseñanza de grado y posgrado. A través de ella se accede a cursos virtuales o semi presenciales de los servicios educativo de la Udelar.

>> Para acceder a EVA ingresa a www. eva.psico.edu.uy

Ante dudas o consultas sobre su funcionamiento puedes escribir a: eva@psico.edu.uy

¿Cómo puedo acceder a la Biblioteca de la Facultad?

La Biblioteca de Facultad de Psicología (www.biblioteca.psico.edu.uy) es una biblioteca de estante abierto que cuenta con sala de lectura, de reuniones y de computadores.

Para tramitar el carné de usuario de biblioteca primero debes solicitar, a través de tu tutor, una constancia de estudio en SAGIRNI y abonar el costo del carné ($30) en la Sección Tesorería del Departamento de Contaduría de la Facultad (en el horario de 10 a 14 hs.) (www.psico.edu.uy/gestion/dep-contaduria/tesoreria).

Con la constancia, el recibo de pago y tu pasaporte o documento de identidad debes ir al mostrador de Biblioteca donde se te informará sobre el funcionamiento del Sistema de Bibliotecas y se te entregará un carné de usuario válido por el plazo de tu estadía.

El carné de usuario de biblioteca te dará acceso además a todas las bibliotecas de la Udelar, cuyo catálogo se puede consultar online (www.biur.edu.uy/F).

En el sitio institucional de nuestra Facultad puedes encontrar un tutorial de ayuda del catálogo en línea BIUR (www.psico.edu.uy/biblio/tutoriales-de-ayuda-biur)

¿CÓMO PUEDO CERTIFICAR MIS INASISTENCIAS POR ENFERMEDAD?

Desde el momento en que un estudiante deja de asistir a clase por problemas de salud deberá comunicar esta situación a la Bedelía de la Facultad donde cursa sus estudios.
Desde allí se informará a la División Universitaria de la Salud (DUS) quien puede enviar un médico certificador al domicilio del estudiante.

Si no recibió la visita del médico certificador, una vez otorgada el alta médica deberá presentar el certificado médico en las oficinas de la DUS.

>> Ver procedimiento para certificaciones médicas:
www.psico.edu.uy/estudiantes-de-grado/procedimiento-certificaciones

División Universitaria de la Salud (DUS)
Dirección: Gaboto 1373-1375
Teléfonos: (598) 2400 2178 – 2408 0129
Días y horarios de atención: de lunes a viernes de 9 a 16 hs.

Preguntas Frecuentes

DATOS ÚTILES (COTIDEANEIDAD)

¿Cómo desplazarse desde el Aeropuerto hacia el corazón de la ciudad?

Uruguay cuenta con dos Aeropuertos Internacionales, siendo la principal puerta de ingreso al país el Aeropuerto de Carrasco:
www.aeropuertodecarrasco.com.uy

Para informarse sobre la locomoción disponible recomendamos visitar el siguiente link:
http://bitacorasdeviaje.com/uruguay/tips-uruguay/como-ir-del-aeropuerto-de-montevideo-al-centro

¿Qué idioma se habla en Uruguay?

El idioma hablado en Uruguay es el español, además en algunas regiones fronterizas se habla el portuñol, o portugués del Uruguay.

Para aprender español, la Universidad de la República cuenta con Centro de Lenguas Extranjeras
www.fhuce.edu.uy/index.php/celex

¿Qué características tiene el clima en Uruguay?

El clima en Uruguay es templado y húmedo (promedio 17 °C), con veranos cálidos y precipitaciones más o menos homogéneas durante todo el año.

Por su latitud, entre 30ºS y 35ºS, las cuatro estaciones están claramente diferenciadas. Sin embargo existe una diferencia clara entre el norte y el sur del territorio. La zona situada en el extremo noroeste del país (Artigas, Salto, Rivera) es considerablemente más cálida con una media de entre 18-19 °C y un promedio de precipitaciones de unos 1400 mm anuales (las zona del extremo norte tiene un comportamiento típico "subtropical templado"). El Sur y Este (Montevideo, Maldonado, Rocha, Lavalleja) en cambio son más frescos con una media de alrededor de 16 °C y 1000 mm anuales (estas zonas tienen características más semejantes a las "templadas marítimas").

Preguntas Frecuentes

DATOS ÚTILES (COTIDEANEIDAD)

¿Cuál es la religión predominante en Uruguay?

El Estado uruguayo es laico, con absoluta libertad de cultos. La separación Iglesia-Estado fue establecida en la Constitución de 1919. La religión mayoritaria es el catolicismo, con un 47,1% de adeptos, aunque parte de este porcentaje no son practicantes.

Otras religiones practicadas en Uruguay son la protestante, la hebrea o los sincretismos entre el catolicismo y religiones que cuentan con lugares donde practicar sus respectivos cultos.

¿Qué hora es en Uruguay?

El estándar que se utiliza para medir el tiempo es el UTC (Universal Time Coordinated o Tiempo Universal Coordinado).

El huso horario en Uruguay de marzo a octubre es de UTC-3, mientras que en los meses que van desde el primer domingo de octubre al segundo domingo de marzo es de UTC-2.

¿A qué hora abren los comercios?

Los comercios abren generalmente de lunes a viernes de 9:30 a 19:30 horas. y los sábados, de 9 a 13 horas. En los centros comerciales (“shoppings”) el horario es de 10 a 22 horas todos los días, inclusive los sábados y domingos.
La Administración Pública generalmente atiende al público de lunes a viernes de 9 a 17 horas.
En su mayoría, los bancos atienden al público de 13 a 17 horas.

¿Cuál es la moneda en Uruguay?

El peso uruguayo es la moneda de curso legal utilizada para todo tipo de transacciones comerciales.

>> Cotización de la moneda:
www.brou.com.uy/web/guest/institucional/cotizaciones

>> Convertidor de moneda:
www.uy.cotizacion-dolar.com/conversor_de_monedas.php

Preguntas Frecuentes

DATOS ÚTILES (COTIDEANEIDAD)

¿Cuál es el banco de bandera nacional?

El Banco República (www.brou.com.uy)

¿Dónde puedo contratar servicio de telefonía e internet?

La empresa estatal de comunicaciones ANTEL (www.antel.com.uy) brinda estos servicios, pero también existen compañías privadas.

¿Dónde puedo encontrar los teléfonos locales para llamadas de emergencia?

En www.montevideo.gub.uy/telefonos-utiles

¿Cuáles son los feriados en Uruguay?

Fecha	Nombre	Características
1 de Enero	Año Nuevo	No Laborable
6 de Enero	Día de Reyes	Laborable
6 de Enero	Día de Reyes	Laborable
Febrero/Fecha móvil	Carnaval	Laborable
Abril/Fecha móvil	Semana de Turismo	Laborable
19 de Abril	Desembarco de los 33 Orientales	Laborable*
1 de Mayo	Día Internacional de los Trabajadores	No Laborable
18 de Mayo	Batalla de las Piedras	Laborable
19 de Junio	Nacimiento de José Artigas	Laborable e inamovible
18 de Julio	Jura de la Constitución	No Laborable
25 de Agosto	Declaratoria de la Independencia	No Laborable
12 de Octubre	Día de la Raza	Laborable
2 de Noviembre	Día de los Difuntos	Laborable e inamovible
25 de Diciembre	Navidad	No Laborable

** Laborable. Si cae sábado, domingo o lunes: se conmemora en dicha fecha. Si cae martes o miércoles: se conmemora el lunes anterior. Si cae jueves o viernes: se conmemora el lunes siguiente.*

Preguntas Frecuentes

BENEFICIOS

¿Dónde me puedo alojar durante mi estadía en Uruguay?

Bienestar Universitario proporciona una lista de alojamientos estudiantiles que resulta un buen primer paso para conseguir tu alojamiento. www.bienestar.edu.uy/alojamientos/listado

¿Hay comedores universitarios?

La Universidad de la República cuenta con dos comedores universitarios que posibilitan al estudiante obtener una alimentación balanceada a un precio asequible.

Uno de ellos, el Comedor Universitario Nº1 queda a poco más de 500 metros de nuestra Facultad, en Emilio Frugoni 1419 entre Guayabos y José Enrique Rodó. El Comedor Universitario Nº2 está situado en Alfredo Navarro 3087 esq. Dr. Manuel Quintela, a cerca de 3km hacia el este del edificio de Facultad.

Para obtener el beneficio de acceder a los comedores es necesario comunicarse con la SAGIRNI al mail sagirni@psico.edu.uy, desde donde se facilitará su gestión. En el siguiente enlace podrás acceder a la Guía para la Alimentación y Actividad Física de los estudiantes elaborada por la UDELAR.
www.universidad.edu.uy/gen2014/files/2013/11/GUIA-ALIEMTACI%C3%93N-2014-WEB.pdf

¿Qué facilidades se ofrecen a nivel de transporte para los estudiantes?

El costo de un boleto común, sin descuento, oscila entre los $26 y $42 pesos uruguayos.
Los estudiantes universitarios acceden a una bonificación del 50% sobre el costo del boleto común.

Para acceder a este beneficio se debe obtener la tarjeta del Sistema de Transporte Metropolitano (STM) para estudiantes. Es necesario, para ello, solicitar en SAGIRNI que se envíe a Bienestar Universitario un comprobante de estudios para ser ingresados en la base de datos de las compañías de transporte.

Una vez finalizado el trámite se podrán adquirir los boletos en los siguientes puntos de venta:

- Buceo – Rivera y Propios
- Centro – Av. 18 de julio 1870
- Centro – Av. 18 de julio 1870 loc. 25
- Cerro – Vigo entre C. Ma. Ramírez y Dr. P. Castellano
- Ciudad Vieja – Sarandí 528
- Colón – Av. Lezica 5676 loc. 12
- Cordón – Av. 18 de julio 1865
- Devoto 1 – Hipólito Irigoyen 1444
- Devoto 15 – Av. Agraciada 3655

- Devoto 24 – San Quintín 4376
- Geant – Av. Giannattasio y Av. de la Playa
- Goes – Av. Gral. Flores y Domingo Aramburú
- Hipódormo – Av. Gral. Flores 4804
- Hospital de Clínicas – Av. Italia y Brito Foresti
- Malvín Norte – Cno. Carrasco 4680 loc. 19
- Maroñas – Av. 8 de octubre 4701
- Montevideo Shopping – Av. L.A de Herrera 1290
- Palacio Legislativo – Av. Libertador 1973
- Parque Batlle – Av. Rivera 2348
- Paso Molino – Av. Agraciada 4141 loc. 092
- Paso de la Arena – Luis Batlle Berres 6149 loc. 003
- Peñarol – Aparicio Saravia 4851
- Planta José Añón – Av. L. A. de Herrera 3397
- Pocitos – Ellauri 969
- Portones Shopping – Av. Italia 5775 loc. 02
- Prado – Av. L. A. de Herrera 4510
- Punta Carretas Shopping – Ellauri 350 loc.161
- Punta de Rieles – Camino Maldonado 6803
- Sayago – Ariel 4907
- La Teja – Carlos María Ramírez 574
- Terminal "Baltasar Brum" – Galicia 935 loc 25
- Tres Cruces – Br. Artigas 1825
- Unión – Av. 8 de octubre 3198

Preguntas Frecuentes

BENEFICIOS

- Unión – Av. 8 de octubre 3462
- Unión – Av. 8 de octubre 3621

En el sitio web de la Intendencia de Montevideo (www.montevideo.gub.uy/transito-y-transporte) encontrarás varias herramientas de utilidad para moverse en la ciudad.
Dentro de ellas destacamos las siguientes que incluyen trayectos y horarios de ómnibus:

>> ¿Cómo ir?
www.montevideo.gub.uy/aplicacion/como-ir

>> ¿A qué hora pasa?
www.montevideo.gub.uy/horariosSTM

>> Para celulares smart, *la aplicación STM Montevideo o CUTCSA*

A tener en cuenta entre las 23 y las 5 de la madrugada, la frecuencia del transporte público desciende considerablemente.
Para los pasajes interdepartamentales, también puedes gestionar a través de SAGIRNI beneficios y descuentos para algunas compañías de transporte.

Para consultar sobre distancias y destinos puedes encontrar más información en el sitio web de la terminal de autobuses de Montevideo "Tres Cruces" (www.trescruces.com.uy).

Preguntas Frecuentes

CULTURA

Salud

En Uruguay rige una Ley de control del tabaquismo que prohíbe fumar en espacios públicos cerrados:

Está prohibido fumar o mantener encendidos productos de tabaco en:

- Espacios cerrados que sean un lugar de uso público.
- Espacios cerrados que sean un lugar de trabajo.
- Espacios cerrados o abiertos, públicos o privados, que correspondan a dependencias de:
  - Establecimientos sanitarios e instituciones del área de la salud de cualquier tipo o naturaleza.
  - Centros de enseñanza e instituciones en las que se realice práctica docente en cualquiera de sus formas.

Actividades extracurriculares

Desde la Facultad / Universidad:
¿Qué tipo de actividades extracurriculares ofrece la Universidad?
¿En dónde puedo informarme sobre actividades de recreación?
¿Qué ofrece la UDELAR en materia de deportes?

Actividades extracurriculares:
www.bienestar.edu.uy (entradas teatro, comedia nacional)
www.psico.edu.uy

En Facultad: videos-debate / biodanza / ajedrez
Bienestar: danza, teatro, coro, deportes

Abiertas a toda la ciudadanía:
¿Qué actividades culturales puedo encontrar en Montevideo?

>> Ministerio de Educación y Cultura (MEC)
www.mec.gub.uy

>> Intendencia de Montevideo
www.montevideo.gub.uy

>> Mapa cultural del Uruguay
www.mec.gub.uy/mecweb/mapa/cultural/index.jsp

>> Agenda cultural anual
www.descubrimontevideo.uy/es/agenda-y-cartelera/eventos

¿CUÁLES SON LAS COSTUMBRES EN URUGUAY?

El mate, el asado, el fútbol, el carnaval, están grabados a fuego en el ADN de la identidad uruguaya. Un turista que pretenda un encuentro próximo con el país, no puede eludir algunas de las siguientes experiencias.

TOMAR UN MATE

El mate es una infusión cuyo consumo es heredado de los indios guaraníes. No sólo en Uruguay se toma mate, aunque es el país que proporcionalmente más lo hace. También se consume mate en Paraguay, Argentina, el sur de Brasil y en algunos lugares de Chile y Bolivia.

El mate proviene del quechua "Mati" –calabaza– que es el recipiente donde se vuelca la yerba cuyo nombre científico es "Illex paraguayensi".

La yerba es estimulante debido a la "mateína".Al mismo tiempo, el uso de agua supone una acción depuradora, y su acción antioxidante es beneficiosa para el organismo. Dentro de la yerba se coloca la bombilla, a través de la cual se sorbe la infusión.

El mate es portador de los más característicos simbolismos sociales de esta sociedad, alrededor de él se tejen las complicidades, las confesiones, la amistad y el sentido de iguales entre quienes lo comparten.

El antropólogo Daniel Vidart sostiene que "el mate es una tradición que vence las costumbres aislacionistas del criollo y empareja las clases sociales... y a través de los tiempos, es el mate quien hizo la rueda de amigos, y no la rueda quien trajo al mate". En el mundo, los uruguayos son reconocidos fácilmente porque donde vayan, llevan abajo del brazo el termo con agua caliente y en la mano el popular mate.

JUGAR AL FÚTBOL

Para Uruguay, por sus propias dimensiones, cada triunfo deportivo internacional es casi una gesta.

A lo largo de su historia ha ocupado podios olímpicos en ciclismo, boxeo, básquetbol, fútbol y remo. También lo ha hecho en otras disciplinas en competencias continentales.
Sin embargo, los éxitos y la pasión le han dado al fútbol una significación mayor que la del propio deporte. El fútbol se ve, pero por sobre todas las cosas se juega.

Es común que los uruguayos señalemos que el país cuenta con la misma cantidad de directores técnicos que de habitantes. Eso expresa hasta qué punto el fútbol nos representa.

Es probable que cada campeonato mundial, o los propios campeonatos olímpicos ganados ya hace mucho tiempo, hayan abonado nuestro sentido de nación.

Ir a comer un asado

La carne es la fuente proteica básica de los uruguayos siendo la principal fuente de divisas del país. El asado, no sólo cumple una función alimentaria sino que además cumple una función social. "Juntarnos a comer un asadito" es una propuesta de reencuentro, de amistad, de vamos a pasar un rato agradable.
Es muy común que cada casa tenga su parrillero, e incluso los edificios son concebidos con áreas comunes que lo incluyen.

Acampar en Semana de Turismo

Desde que el estado y la iglesia se separaron, la Semana Santa ha adquirido al menos dos nombres más: Semana de Turismo y Semana Criolla.

La Semana de Turismo se corresponde con una tradición de camping que alterna pesca y muchas veces caza debidamente controlada con vacaciones en el interior del país, sobre todo en las termas del litoral uruguayo, convocando a todas las edades. Al mismo tiempo la semana criolla da el nombre a las actividades y entretenimientos tradicionalmente vinculados al campo y que en esta semana se desarrollan en la ciudad.

La doma de potros es el espectáculo por excelencia acompañado de festivales de folklore. Más allá de las muchas actividades que se realizan en todo el país, una de sus mayores expresiones se da en el barrio Montevideano del Prado, en el predio de la Asociación Rural.

Comer tortas fritas cuando llueve

Vaya a saber por qué se vincula la lluvia a la torta frita. Es probable que, en la tradición del campo la imposibilidad de realizar la tareas al aire libre los día de lluvia, los llevara hacia la cocina y una vez allí hacia lo más simple: mezclar harina, grasa, agua tibia y sal; amasar y freír.

Ir al tablado en carnaval

Antes, en los barrios, se hacían los tablados en las calles –sobre todo de Montevideo– una vez que llegaba carnaval.
Era tradición que los vecinos se ubicaran, llevando las sillas de su casa, a mirar los distintos espectáculos que podían dar las murgas, parodistas, humoristas o las comparsas.

Hoy esos espectáculos barriales se han trasladado a grandes espacios abiertos y han tomado un carácter más profesional que es acompañado por un gran marco de público.

Preguntas Frecuentes

CULTURA

>> Para seguir descubriendo el Uruguay, les recomendamos visitar el Sitio Web del ***Ministerio de Turismo*** www.turismo.gub.uy

Allí podrán encontrar desde folletería y mapas, guías turísticas, aplicaciones móviles, así como información sobre el patrimonio literario, arte, etc.

¿Dónde puedo conocer más del arte uruguayo?

>> Arte Activo (enciclopedia de arte actual uruguayo)
www.museos.gub.uy/arteactivo

>> Mapa Cultural:
www.mec.gub.uy/mecweb/mapa/cultural/index.jsp

¿Qué facilidades tiene la Biblioteca Nacional?

La Biblioteca Nacional (www.bibna.gub.uy/) está ubicada a unos 400 metros de nuestra facultad y en ella hay ejemplares de todos los libros publicados en el país.

¿Qué radios hay en Uruguay?

En Uruguay hay muchas radios, les recomendamos empezar por explorar las siguientes:

>> UNI Radio
www.uniradio.edu.uy

UNI Radio es la primera radio universitaria del Uruguay. Fue creada por el impulso y el trabajo de la Comisión Asesora de Radiodifusión, organismo cogobernado, con presencia de estudiantes, egresados y docentes de la Licenciatura en Ciencias de la Comunicación, que tenían la inquietud de crear un medio de comunicación gestionado por universitarios pero con cabida para toda la sociedad.

>> RADIO EN FUGA es la radio de la Facultad de Psicología de la Udelar. www.radio.psico.edu.uy

>> Radio Vilardevoz
www.radiovilardevoz.wordpress.com

>> Más radios de Radiodifusión Nacional
www.rnu.com.uy

Preguntas Frecuentes

CULTURA

¿Dónde ver cine?

>> Cine Universitario
www.cineuniversitariodeluruguay.org.uy

>> Cinemateca Uruguaya
Cinemateca Uruguaya fue fundada en 1952, como asociación civil sin fines de lucro. La finalidad de la Cinemateca consiste en contribuir al desarrollo de la cultura cinematográfica y artística en general, manteniendo y preservando un patrimonio de imágenes en movimiento y dando acceso al público a los valores espirituales y creativos del cine autoral de interés expresivo.
www.cinemateca.org.uy

¿Dónde puedo consultar eventos culturales y cartelera de espectáculos?

>> Cartelera
www.descubrimontevideo.uy/es/agenda-y-cartelera/cartelera

>> Salas de cine de estreno, teatro, música.
www.cartelera.com.uy

¡BIENVENIDOS/AS!

FUENTES:

www.universidad.edu.uy
www.universidad.edu.uy/gen2016/
www.psico.edu.uy
www.turismo.gub.uy

CRÉDITOS:

Coordinación:
Prof. Adj. Graciela Plachot

Textos:

Tutores de Movilidad:
Lic. Gonzalo Cuello, Lic. Paola Debellis y Br. Inés Garay

Unidad de Comunicación Institucional:
Lic. Mariana Rodríguez y Lic. Leticia Barros

Revisión y edición:
Unidad de Comunicación Institucional:
Lic. Mariana Rodríguez y Lic. Leticia Barros

Diseño:
D.G. Erika Díaz