

Rectoría General
Coordinación General de Vinculación y Desarrollo Institucional
Dirección de Enlace con Sectores Educativos



INFORMACIÓN DE BIENVENIDA

¡BIENVENIDO A LA UAM!

La **Universidad Autónoma Metropolitana** es uno de los principales centros de educación superior en México. La UAM fue fundada en 1973 como una institución pública con una novedosa estructura organizativa y un creativo, dinámico y plural modelo académico que resulta de la acumulación de las experiencias de múltiples centros de educación superior en México, y responde a las nuevas necesidades y demandas de la sociedad actual.



CASA ABIERTA AL TIEMPO IN CALLI IXCAHUICOPA

In calli significa casa en náhuatl.

Ix (tli): rostro; *cáhui (tl):* tiempo y *copa:* hacia.

Juntos integran *ix-cahuicopa*, hacia el tiempo con rostro.

El elemento central *cáhui (tl)* implica cambio y lo que éste va dejando.

En resumen, *In calli ixcahuicopa* "casa orientada al tiempo con rostro" convertido en "Casa abierta al tiempo", lema de nuestra Universidad, apunta a su esencia como portadora de sentido, posibilidad de saber y de diálogo.

Miguel León-Portilla

ACERCA DE LA UAM...

La **Universidad Autónoma Metropolitana** está constituida por una Rectoría General y 5 Unidades Universitarias, 4 de ellas ubicadas en la ciudad de México y una en Lerma, Estado de México. Tiene una matrícula de más de 54,300 alumnos de licenciatura y posgrado, además de contar con más de 3,000 profesores-investigadores.

La UAM está constituida por:

- 6 Divisiones Académicas, distribuidas 3 en cada Unidad Universitaria



- 75 programas de Licenciatura
- 87 programas de Posgrado
- Más de 180 áreas de investigación



Cada una de las Unidades Universitarias cuenta con sus propios órganos académicos y administrativos para impulsar y desarrollar sus actividades. Esta organización permite a las cinco Unidades Universitarias tener autonomía en el diseño de sus enfoques y modelos de enseñanza y de investigación.



Mapa del Distrito Federal
Ubicación de las Unidades Universitarias de la UAM

CONTACTOS EN LAS UNIDADES UNIVERSITARIAS

Unidad Azcapotzalco

Mtra. Josefina Bernal Sánchez
jobs@correo.azc.uam.mx
Av. San Pablo No. 180, Col. Reynosa Tamaulipas
Tel. 5318-9000 ext. 2110
www.azc.uam.mx

Unidad Cuajimalpa

Lic. Patricia Ramírez Esquivel
intercambio.movilidad@correo.cua.uam.mx
Av. Constituyentes 1054, Col. Lomas Altas
Tel. 9177-6650 ext. 6928
www.cua.uam.mx

Unidad Iztapalapa

Lic. Georgina Romero Ramírez
covia_n@xanum.uam.mx
Av. San Rafael Atlixco No. 186,
Col. Vicentina Iztapalapa
Tel. 5804-4600 Ext. 4798
www.izt.uam.mx

Unidad Lerma

Lic. Miguel Ortega Pérez
mortega@correo.ler.uam.mx
Av. Hidalgo Pte. 46 Col. La Estación
Lerma de Villada, Estado de México
Tel 01 (728) 282 7002
<http://www.uam-lerma.mx>

Unidad Xochimilco

Lic. Verónica Castro Blanco
vcastro@correo.xoc.uam.mx
Calz. del Hueso 1100, Col. Villa Quietud, Coyoacán
Tel. 5483-7029
www.xoc.uam.mx



¿A QUÉ TENGO ACCESO?

Los servicios con que cuentan las Unidades Universitarias de la UAM son:

- Biblioteca
- Centro de cómputo
- Librerías
- Centros de idioma
- Cafeterías y comedores
- Áreas deportivas y recreativas
- Centros culturales, teatros y galerías

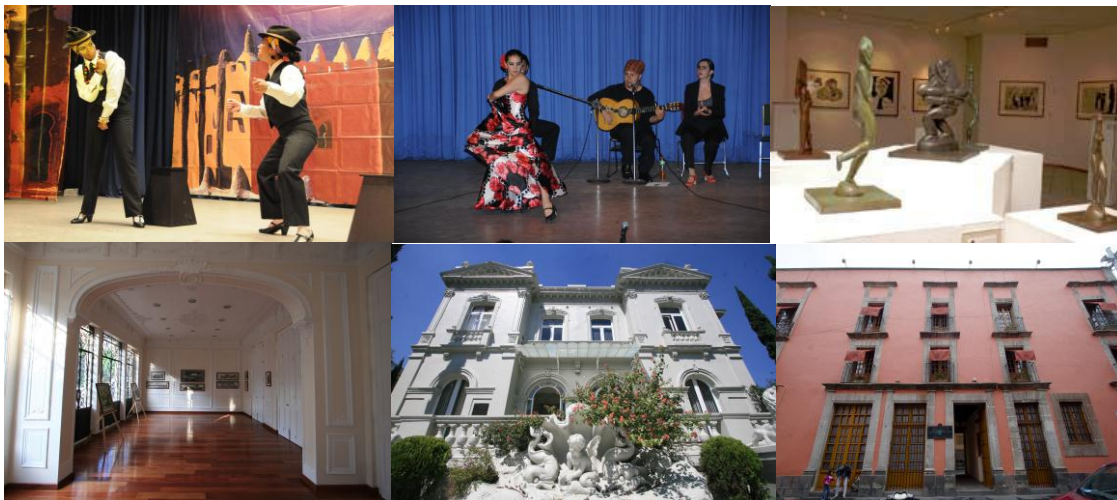


¿QUÉ PUEDO HACER EN LA UAM?

Las actividades dentro de la universidad son diversas, cuenta con espacios tanto culturales como deportivos. Algunas opciones son:

CULTURA

- 10 galerías de arte distribuidas en las Unidades Universitarias y en la Rectoría General
- 150 eventos culturales al mes, entre danza, teatro, música, cine y exposiciones gráficas. Mensualmente se publica una cartelera cultural
- Tres centros de extensión académica y cultural: Casa del Tiempo, Casa de la Primera imprenta de América y la Casa Rafael Galván
- Museo del libro en la Casa de la Primera imprenta de América
- Teatro Casa de la Paz
- Galería Metropolitana
- Centro Cultural Casa de las Bombas
- Acervo de 1,200 piezas entre escultura, pintura y grabado; donadas por artistas como Manuel Felguérez, José Luis Cuevas, Gilberto Aceves Navarro, Xavier Esqueda, Flor Minor, Sebastián, Jan Hendrix, Juan Soriano, Juan Manuel de la Rosa entre otros.



Cultura UAM

ACTIVIDADES DEPORTIVAS

- Atletismo
- Karate
- Squash
- Tenis
- Levantamiento olímpico de pesas
- Remo
- Fútbol soccer
- Basquetbol
- Canotaje
- Voleibol, etc.

Además se organizan dos macro eventos de competencias deportivas al año.



¡BIENVENIDO A MÉXICO!



México es uno de los países más ricos del mundo en biodiversidad, cultura, gastronomía y arqueología. Dentro de su territorio puedes encontrar desde desierto hasta selva tropical, maravillosas playas, zonas arqueológicas de importancia y ciudades coloniales.

En México, el pasado y el presente se mezclan cotidianamente. Su historia se hace presente en sus monumentos, sus sitios arqueológicos y sus construcciones coloniales que se mezclan con modernos edificios y obras arquitectónicas de vanguardia.

INFORMACIÓN GENERAL DE LA CIUDAD DE MÉXICO

La CIUDAD DE MÉXICO o DISTRITO FEDERAL es la capital de la República Mexicana. Es el centro político y económico del país y es, a su vez, la segunda metrópoli más grande del mundo. De acuerdo con el Censo de Población y Vivienda del 2010, el INEGI reportó 112 millones 336 mil 538 habitantes en la República Mexicana, de los cuales casi 9 millones viven en la Ciudad de México y alrededor de 15 millones en el Estado de México, del cual una parte forma la zona metropolitana del Distrito Federal.



IDIOMA

El español es el idioma oficial del país, sin embargo, existen más de 66 lenguas oficiales en nuestro país que constituyen parte del mosaico cultural de la nación.



CLIMA

En la **Ciudad de México** el clima es seco y templado. Las mañanas y las noches suelen ser frescas, a diferencia de las tardes que son cálidas. El promedio de temperatura entre diciembre y marzo es de 20 grados centígrados, mientras que en los meses más calurosos (abril y mayo) el termómetro alcanza los 31 grados centígrados. Lluvias vespertinas se producen en julio y agosto. Son diarias y su duración es de dos horas en promedio. Entre septiembre y diciembre el promedio de la temperatura ambiente es de 12-15 grados centígrados.

Servicio Meteorológico Nacional <http://smn.cna.gob.mx/>



MONEDA

El Peso es la moneda oficial de México (MXN). Cada unidad está formada por 100 centavos.

Actualmente circulan billetes de 20, 50, 100, 200, 500 y 1000 pesos y monedas de 1, 2, 5, 10 y 20 pesos; y de 10, 20 y 50 centavos de peso.

Billetes



[20 pesos](#)



[50 pesos](#)



[100 pesos](#)



[100 pesos conmemorativo](#)



[200 pesos](#)



[200 pesos conmemorativo](#)



[500 pesos](#)



[1000 pesos](#)

Monedas



[5 centavos](#)



[10 centavos](#)



[20 centavos](#)



[50 centavos](#)



[1 peso](#)



[2 pesos](#)



[5 pesos](#)



[10 pesos](#)



[20 pesos](#)

En el Aeropuerto de la ciudad de México existen muchas casas de cambio en donde puedes cotejar los mejores precios, y a su vez es seguro.



- Portal del Gobierno del Distrito Federal:
www.df.gob.mx
www.mexicocity.gob.mx
- Guía Roji (mapas de la ciudad):
www.guiaroji.com.mx
- SECTUR (Secretaría de Turismo):
www.sectur.gob.mx

CELEBRACIONES Y FECHAS TÍPICAS

15 de septiembre. Grito de Independencia de México
16 de septiembre. Día de la Independencia de México
12 de octubre. Día de la Raza. Descubrimiento de América
1 y 2 de noviembre. Día de muertos
20 de noviembre. Día de la Revolución Mexicana
12 de diciembre. Día de la Virgen de Guadalupe
16 al 24 de diciembre. Las tradicionales posadas y pastorelas
28 de diciembre. Día de los santos inocentes
6 de enero. Día de Reyes
24 de febrero. Día de la Bandera
21 de marzo. Natalicio de Don Benito Juárez
5 de mayo. Conmemoración de la Batalla de Puebla
10 de mayo. Día de las madres
15 de mayo. Día del maestro



VIVIR EN LA CIUDAD DE MÉXICO...

ALOJAMIENTO

La UAM no cuenta con servicio de alojamiento para estudiantes, sin embargo, cerca de cada Unidad Universitaria hay distintos tipos de lugares para rentar. Para buscar departamento en renta, puedes consultar distintas páginas de Internet como:

www.hostellingmexico.com

www.adoos.com.mx

www.compartodepa.com

www.heystay.com

Es muy importante que visites el lugar acompañado, antes de rentar. En caso de que tengas algunas dudas, por favor visita al responsable de movilidad en tu Unidad. Recuerda que si vas a firmar algún contrato, debes de leerlo completamente y entender sus cláusulas para que no vayas a tener problemas posteriores.



Colonias de la ciudad de México

ALIMENTACIÓN

La UAM cuenta con comedores universitarios subsidiados, en donde una comida completa cuesta en promedio USD 1.00 ó 12 pesos. También, fuera de las instalaciones podrás encontrar otras opciones económicas de alimentos. Es poco recomendable consumir en puestos al aire libre o que demuestren poca higiene.



Ejemplos de la gastronomía mexicana

TRANSPORTE PÚBLICO

Vivir en una de las ciudades más grandes del mundo es una gran aventura. En tus paseos por calles, plazas y avenidas, es recomendable llevar un mapa a la mano para encontrar la mejor forma de llegar a tu destino.

También te recomendamos que antes de salir revises Google Maps, para que tengas una idea de las distancias a tu destino y de las estaciones del Metro o Metrobús.



En la Ciudad de México existen las siguientes modalidades de transporte urbano de pasajeros:



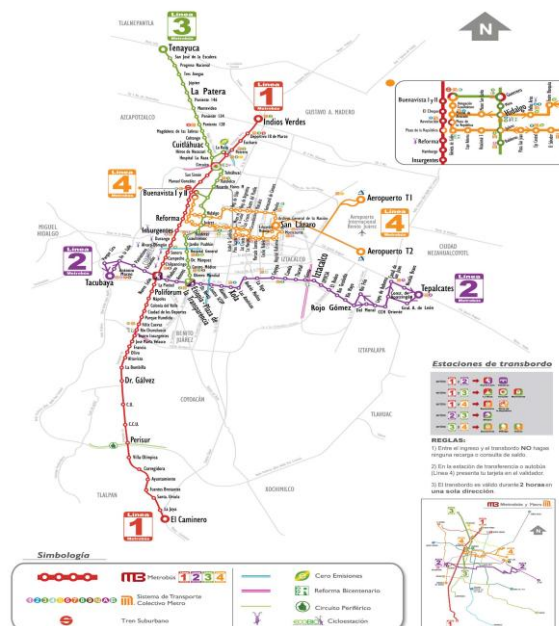
- **Metro:** es el medio de transporte más eficiente y moderno de la ciudad. Sus 12 rutas recorren casi toda la ciudad, incluyendo los principales atractivos turísticos. Su tarifa es muy económica y es posible hacer trasbordo de una línea a otra sin pagar un nuevo boleto.

El Metro funciona de lunes a sábado desde las 05:00 hrs hasta las 24:00 hrs y los domingos de las 07:00 hrs hasta las 24:00 hrs. Costo \$3.00 pesos, USD 0.25

El mapa de la Red en www.metro.df.gob.mx/imagenes/red/redinternet.pdf



- Metrobús:** este medio de transporte es el más reciente en la ciudad, ya que cuenta con tan sólo 7 años de dar servicio. Tiene cuatro líneas que recorren los ejes viales más grandes e importantes de la ciudad. La forma de pago es a través de una tarjeta electrónica. Costo \$6.00 pesos por viaje, USD 0.50; costo de la Tarjeta \$15.00 pesos, USD 1.20
 (El mapa de las rutas en www.metrobus.df.gob.mx/mapa.html)



- **Tren Ligero:** forma parte de la red del Servicio de Transportes Eléctricos del Distrito Federal, el cual opera en el Sur de la Ciudad de México con 17 estaciones. Da servicio a la población de las Delegaciones Coyoacán, Tlalpan y Xochimilco. Costo \$3.00 pesos, USD 0.25
- **Trolebús:** también forma parte de la red del servicio de Transportes Eléctricos del Distrito Federal. Cuenta con más de 10 rutas distribuidas en distintos puntos de la ciudad. El servicio es considerado como uno de los mejores y su precio es accesible. Costo \$5.00 pesos, USD 0.40
- **Microbuses:** "Colectivos" o "Peseros"; están en toda la ciudad. En la parte delantera llevan un letrero que indica su destino final, además exhiben un número y una clasificación de acuerdo a su ruta. En términos generales no es un medio de transporte confortable, aunque es muy conveniente cuando no se cuenta con demasiado presupuesto porque sus tarifas son muy económicas. Costo desde \$4.00 pesos, USD 0.25. En la noche, de las 23:00 a las 6:00 horas del día siguiente, te deben cobrar 20% adicional a lo establecido, dependiendo también de la distancia.
- **Taxis:** existen varias modalidades de este medio de transporte (Radio-taxis, taxis de sitio y taxis libre). De estas tres modalidades las que más se recomiendan son las dos primeras, ya que éstas mantienen un registro del auto y del chofer que ofrece el servicio y cuentan con un "taxímetro", el cual sirve para señalar el costo del recorrido.

El costo de taxímetro inicial en los taxis libre es de \$8.74 (USD 0.30).

En el caso de taxis de sitio, con base en la vía pública, el costo inicial del taxímetro es de \$13.10 pesos (USD 1.00).

Por su parte, los radiotaxis tienen un costo inicial de \$27.30 pesos (USD 2.50).

El servicio nocturno después de las 22:00 h tiene un costo adicional del 20%.

Más información de transportes en:

<http://www.metro.df.gob.mx/servicios/transportesdf.html>

[http://www.setravi.df.gob.mx/wb/stv/nuevas tarifas de trasporte publico vigentes](http://www.setravi.df.gob.mx/wb/stv/nuevas_tarifas_de_trasporte_publico_vigentes)



SALUD

Las dolencias estomacales son las más frecuentes entre los viajeros que llegan a México. Las siguientes recomendaciones podrán ayudarte para evitar este problema:

- Evita tomar agua de las llaves o grifos; procura beber agua embotellada y/o purificada.
- Sé prudente en la comida y evita excesos, especialmente en los primeros días del viaje. Permite que tu organismo se acostumbre a la gastronomía de México.
- Sé cuidadoso al momento de elegir el lugar en el que consumirás tus alimentos. Evita los establecimientos que no cumplan con las condiciones mínimas de higiene.

En la ciudad de México nos encontramos a 2,500 metros sobre el nivel del mar y esto, en algunas personas, puede ocasionar en un inicio, mareos, náuseas, dolores de cabeza y agitación al caminar. Estos síntomas son pasajeros y desaparecen tras un breve periodo de aclimatación.

La contaminación ambiental puede ocasionar irritación en los ojos, en la nariz y garganta, así como fatiga e irritabilidad. Los niveles de contaminación del aire se incrementan en los meses de mayor calor. Toma tus precauciones y, en la medida de lo posible, evita salir en las horas de mayor congestión vehicular.

A continuación, algunas recomendaciones para evitar o contrarrestar el llamado "mal de altura":

- Hasta que tu organismo se acostumbre, sé cuidadoso con tu alimentación. Evita las grasas y las comidas condimentadas porque la digestión es más lenta en las zonas de altura. Sé prudente con el tabaco y el alcohol.
- Consume abundante agua y bebidas rehidratantes.
- Evita los esfuerzos físicos. Camina con calma y sin prisa hasta que la falta de oxígeno no sea la causa de agitación.

ATENCIÓN MÉDICA



En México existe una amplia red de hospitales y clínicas públicas y privadas. Las salas de emergencia de los hospitales y clínicas atienden las 24 horas del día.

Si cuentas con servicios médicos de salud (del IMSS o ISSSTE), acude a darte de alta en la clínica más cercana a tu domicilio.

Si tienes seguro de gastos médicos, verifica que sea reconocido en hospitales de la ciudad de México. El costo aproximado de una consulta simple en una clínica o consultorio privado varía entre la cantidad de \$400.00 y \$700.00 pesos (55 dólares americanos ó 31 euros en promedio). El monto aumenta si se necesitan exámenes o medicamentos adicionales.

Te sugerimos que localices los hospitales a los que podrás acudir en caso de alguna emergencia o de necesitar consulta.

Siempre trae contigo una copia de tu seguro médico, y el nombre y dirección de los hospitales a los que podrás acudir.

En caso de que realices viajes dentro de la República Mexicana, te aconsejamos que antes de viajar verifiques el lugar más cercano a tu destino en el que podrás recibir atención médica.

Nota importante: Ante una situación de emergencia médica, te solicitamos que des aviso al responsable de Movilidad de tu Unidad Universitaria o a tu coordinador de estudios.



SEGURIDAD

Vivir en México es una experiencia única y gratificante por la calidez de su gente. Para que tu estancia sea satisfactoria y no se vea afectada por ningún incidente, considera estos puntos:

- En el aeropuerto presta atención a tu equipaje, rechaza paquetes o encargos de personas extrañas.
- Procura no salir con tus documentos originales importantes (pasaporte, visa, etc.) a menos de que sea muy necesario y vayas a realizar algún trámite. De cualquier manera puedes llevar contigo una fotocopia de tu pasaporte y visa.
- Evita las prendas o el uso de joyas llamativas y relojes vistosos en los recorridos urbanos. Sé cuidadoso con tus equipos fotográficos, de video y celulares.
- En tus paseos porta sólo el dinero necesario. No muestres abiertamente billetes en zonas muy transitadas o que parezcan inseguras.
- Evita los bolsos que puedan ser arrebatados con facilidad.

- Trata de salir acompañado/a y, si viajas solo/a, procura mantenerte en zonas seguras. En las noches, evita las calles mal iluminadas y poco transitadas.



TELEFONÍA

Las llamadas locales son relativamente económicas, a diferencia de las conexiones internacionales. Para llamar al extranjero desde una cabina pública, puedes utilizar una tarjeta de prepago LADATEL. Se pueden adquirir en tiendas de autoservicio. Costo desde \$30.00 pesos hasta los \$100.00, USD 3.00 a 10.00.

Para realizar una llamada nacional hay que marcar: 01 (código de acceso nacional) + código de acceso de la ciudad + los dígitos del teléfono al que te vas a comunicar.

Para llamadas internacionales hay que marcar el 001 (código de acceso internacional) + (código del país) + (clave de larga distancia) + los dígitos del teléfono con el que te vas a comunicar.

Para realizar una llamada local, sólo marca los 8 dígitos del teléfono al que te vas a comunicar.

En caso de que quieras un celular, te recomendamos que compres una tarjeta SIM con número de la ciudad de México, para que tus llamadas sean más económicas.

Recuerda que para comunicarte existen varias herramientas como Skype, chat, chat con conversación o videollamada, Facebook, Twitter y un sinnúmero de herramientas sin costo en la Web.



Teléfonos de Emergencia

Cruz Roja: 065

Bomberos: 068

Emergencias Secretaría de Seguridad Pública-Distrito Federal: 066

Emergencias Procuraduría General de Justicia-Distrito Federal: 061

LOCATEL: 5658 1111 (Para localización de personas y servicios)

Protección Civil: 5683 2222



VISA

Recuerda que para estudiar en México debes de contar con visa de estudiante, la cual debes tramitar desde la Embajada de México en tu país, con anterioridad a tu llegada a México.

Una vez en México, todos los temas legales referentes a tu estancia podrás resolverlos en el área de estudiantes del *Instituto Nacional de Migración*. Es importante que sigas las instrucciones que te den, para evitar sanciones posteriores.

Instituto Nacional de Migración "INM"

Homero 1832, Col. Los Morales Polanco, Delegación Miguel Hidalgo, C.P. 11510, México, D.F., Tel. 01 (55) 53 87 24 00. Horario: 8:00 a 13:00 horas.

<http://www.inm.gob.mx/>



HORARIOS

El amplio territorio mexicano abarca tres husos horarios: en el sur, centro y este de México la hora es -5 GTM en verano y -6 GMT en invierno. Se considera como la hora estándar del país, por ser válida en la mayor parte del territorio nacional.

Puedes visitar la siguiente página para conocer los horarios de la República Mexicana: http://www.cenam.mx/hora_oficial

HORARIO DE VERANO EN LA CIUDAD DE MÉXICO

En verano (desde el primer domingo de abril hasta el último domingo de octubre) los relojes se adelantan una hora y, en invierno (desde el último domingo de octubre hasta el primer domingo de abril), las manecillas se retrasan una hora.



BANCOS

La mayoría de los bancos atienden al público de lunes a viernes, desde las 9:00 hasta las 16:00 horas. Algunos bancos mantienen sus oficinas abiertas hasta las 17:00 horas, y los sábados hasta las 14:00 hrs.

HORARIO DE NEGOCIOS

Las tiendas y establecimientos comerciales tienen distintos horarios de atención; en general están abiertos al público desde las 9:00 ó 10:00 horas hasta las 20:00 ó 22:00 horas.



TARJETAS DE CRÉDITO

Si traes tarjetas de crédito o de débito de tu país de origen, podrás utilizarlas en el banco siempre y cuando la tarjeta esté afiliada a cualquiera de las siguientes redes: Visa, Plus, Red, Master Card.

Toma en consideración que algunas tarjetas no son aceptadas en muchos lugares, como por ejemplo American Express.

Si tu banco pertenece únicamente a la localidad de tu país de origen será más difícil manejar tu dinero. Entre más reconocimiento mundial tenga tu banco, los trámites y operaciones que necesites hacer serán más fáciles.

Puedes optar por abrir una cuenta de débito. Si tienes dudas o necesitas apoyo, dirígete a la oficina de movilidad de tu Unidad.

CHEQUES PERSONALES Y CHEQUES DE VIAJERO

Si traes cheques de viajero o algún otro tipo de cheque, verifica primero si son aceptados en los bancos de la Ciudad de México.



POR ÚLTIMO... ALGO QUE DEBES SABER

Las conexiones o “enchufes” en México son tipo “americano”, así que de traer un aparato eléctrico con un enchufe diferente, tendrás que conseguir aquí un adaptador.

Los sistemas eléctricos son generalmente de 110 Volts – 60 Htz (de corriente alterna), por lo que, en caso necesario, deberás conseguir un convertidor de corriente.