

INTERCAMPIUS

*Edición especial para
alumnos de nuevo ingreso.*

UPM

Sumario

- 3** Bienvenida
- 5** Cosas que debes saber
- 6** El Defensor Universitario
- 7** Representación estudiantil
- 8** Asociaciones en la UPM
 - Bolsas de Viaje
- 9** Servicios UPM
- 10** Alojamiento para estudiantes
 - COIE (Centro de Orientación e Información de Empleo)
- 11** Seguro escolar
 - Deporte
- 12** Bibliotecas
 - Programa de Asistencia Psicológica
- 13** Ambulancia
 - Becas
- 14** Movilidad estudiantil
- 17** Líneas de salud en el estudio 'Manual de salud laboral para estudiantes'
- 19** Información de las Delegaciones de Alumnos (Quiénes son los delegados y cómo llegar)
- 22** ¿Qué es la DA UPM?
- 23** Punto de inicio
 - Mentorías para alumnos
 - Cursos Cero
 - Jornadas de acogida

Bienvenida

Puedes ser lo que desees. Sólo existe un obstáculo: tú mismo.

C. Chaplin

Quiero expresar en estas líneas la más cálida bienvenida a todos los alumnos que en este curso académico se incorporan a nuestra Universidad os toda la ilusión del que empieza un nuevo proyecto en la vida. Para todos vosotros, este mundo de la Universidad os parecerá extraño los primeros días pero estoy convencido de que pronto no sólo os sentiréis parte de él sino que participaréis activamente en su desarrollo.

En lo académico, en los primeros meses, os explicarán conceptos que no siempre comprenderéis a la primera, os perderéis en las explicaciones, y quizá os enfrentéis a los primeros suspensos... y es normal porque existe un gran escalón entre la enseñanza que hasta ahora habéis recibido y la que a partir de ahora se os va a impartir. Para suavizar esta adaptación se han puesto en marcha cursos cero y otras iniciativas que ojalá puedan ayudaros. La clave, dicen, está en estudiar duro, en ser constantes y no desistir. Puedo aseguraros que sólo depende de vosotros y si ya estáis aquí es porque podéis acabar: ahora toca estudiar. ¡Mucho ánimo!

En lo lúdico, cultural y el ocio quiero invitaros a que forméis parte de aquellas asociaciones o clubes que más coincidan con vuestros gustos (deportes, música, cine, programación, viajes...). En vuestras escuelas o facultades encontraréis estos grupos de compañeros que desarrollan alguna actividad concreta para los ratos de asueto, y así, mientras desconectáis, aprenderéis otras capacidades y habilidades que no os explicarán en las aulas ni encontraréis en las bibliotecas.

También existe un lugar muy interesante en el que podréis aprender y practicar habilidades de gestión que serán muy útiles en vuestra vida profesional: las Delegaciones de Alumnos. En nuestra universidad tenemos una delegación por cada centro (La de INEF, la de Caminos, la de Agrónomos...) que desarrollan su actividad en cada centro. Luego existe la Delegación de Alumnos de la Universidad que está formada por todas las Delegaciones y sus representantes.

La idea del Delegado de clase que tenéis del bachillerato no se parece en nada a lo que aquí os vais a encontrar: observaréis que en la Universidad hay muchas cosas y acciones que parecen organizarse solas y que siempre están ahí. Se trata en muchos casos, de las becas de comedor, las taquillas, los servicios de préstamos de exámenes, los tabloneros de información... Estos servicios no siempre han funcionado porque dependen de estudiantes comprometidos y de espíritu altruista y por ello entre todos es nuestra responsabilidad mantenerlos, mejorarlos e incrementarlos.

Y mucho más allá de servicios e información, la Delegación de Alumnos es la representación de los alumnos ante los órganos de gobierno y decisión de las escuelas y facultades y la universidad. Cada uno de los representantes es importante, desde el delegado de grupo y curso, pasando por los representantes en los Consejos de Departamento (aquí es donde se toman casi todas las decisiones que nos podrían facilitar la vida cotidiana, así como donde hemos de velar por el cumplimiento de nuestros derechos), los miembros de la Junta de Escuela o facultad, hasta los representantes en el Claustro, el Consejo de Gobierno, etc.

Tenemos que estar presentes en la construcción de la vida universitaria porque somos una parte implicada muy importante. Sin nosotros, no habría universidad. Aprovecho el momento para pedir a los docentes y personal de administración y servicios de la UPM que reconozcan esta labor, que la valoren y que nos la faciliten todo lo posible.

A menudo pensamos que todos los procesos que se desarrollan en la universidad son intachables, pero a veces las personas se confunden y debe velarse siempre por que sean correctos. Otras veces nos damos cuenta de que hay mejores y más eficientes métodos de organizar las cosas y debemos proponerlos para modernizar la universidad cada día. Somos la sangre fresca que entra cada día en la universidad. Los estudiantes somos la ilusión, el futuro y el presente de la universidad y hemos de mejorarla porque nosotros nos lo merecemos.



Bienvenida

Informaos en vuestras Delegaciones y comenzad a ejercer vuestro compromiso con la comunidad universitaria, las libertades y la justicia. Es nuestra responsabilidad y hemos de participar con todo nuestro optimismo transformador. Muy poco que demos nos dará mucho.

SOBRE LA UNIVERSIDAD Y SUS CAMBIOS. EL PROCESO DE BOLONIA

La Universidad no debe ser sólo el lugar donde formemos buenos titulados que sean expertos en matemáticas, física o cualquiera de sus áreas de conocimiento. La Universidad debe ser el lugar donde nos formen sobre todo como ciudadanos libres, comprometidos con nuestros principios y valores, y activos en una sociedad democrática y multicultural; debe ser capaz de preparar a los estudiantes para su futuro profesional y capacitarles para su desarrollo personal y luego, también, proporcionarles una gran base de conocimiento avanzado, así como el fomento de la creatividad, la investigación y la innovación.

Tranquilos. Debemos estar tranquilos porque no existe ningún motivo para alarmarse en cuanto al Proceso de Bolonia porque a ninguno se le quitará ni cambiará su título, ni sus competencias, ni sus atribuciones, ni nada. Cuando terminéis vuestras carreras, adquiriréis unas competencias y atribuciones englobadas en un título que os acompañará toda la vida.

El proceso de Bolonia es mucho más importante y se trata de construir un Espacio Europeo de Educación Superior en el que se encontrarán nuestros futuros compañeros, en el que cada sistema sea compatible y comparable con los de otros países europeos donde la igualdad de oportunidades y la dimensión social abanderan las reformas para que los inconvenientes socioeconómicos no sean trabas para el desarrollo personal. Se trata de reconocer los estudios cursados en otros lugares, así como el aprendizaje a lo largo de la vida, de hacerlos entendibles y comprensibles al resto y mantener en este proceso y en el de la enseñanza una garantía de calidad. Una herramienta clave será la movilidad de alumnos, profesores y PAS que debe incrementarse para enriquecer nuestros conocimientos.

El cambio que esperamos los estudiantes es sencillamente que se mejore la enseñanza; que el trabajo y el esfuerzo se nos reconozca; que al obtener el título de grado estemos completamente capacitados para ejercer nuestra profesión e incorporarnos al mercado laboral lo más jóvenes posible con la mejor formación posible y la opción de cursar especializaciones y profundizaciones de todo tipo a lo largo de la vida; que las duraciones teóricas y reales de las titulaciones sean parejas.

Nuestros docentes han de estar dispuestos a cambiar y ejercer un liderazgo intelectual para mejorar sus programas docentes, innovando y trabajando duro. Nosotros, los estudiantes, les ayudaremos y apoyaremos si cuentan con nosotros.

Ahora, queridos compañeros de universidad, bienvenidos a la UPM.

Comienza un camino ilusionante que marcará vuestras vidas. Pasadlo bien, aprovechad el momento y estudiad mucho.

Guillermo Rodríguez Lorbada

DELEGADO DE ALUMNOS UPM



Cosas que debes saber

CONVALIDACIONES Y ADAPTACIONES

¿Qué es una convalidación?

Es dar validez académica a estudios aprobados en otro país o institución cuando se soliciten para una titulación distinta a la cursada constando la equivalencia en puntos correspondiente a la calificación obtenida en el centro de procedencia.

¿Qué es una adaptación?

Es dar validez académica a estudios aprobados en otro país o institución cuando se solicite entre estudios conducentes a una misma titulación oficial constando la calificación obtenida en el centro de procedencia.

¿Cuándo se presentan las solicitudes?

Las solicitudes se presentarán en las Secretarías de los Centros correspondientes en los plazos que se determinen en los Anexos de la Normativa de Acceso y Matriculación.

Más información en:

<http://www.upm.es/estudios/normativa/curso07-08/Anexo2007.html>
http://www.upm.es/alumnos/prod_convalida.html

LIBRE ELECCIÓN

¿Qué es?

Es la forma de permitir a los alumnos cierta libertad en la configuración de su propio currículum, particularmente en campos de conocimiento distintos y complementarios de aquéllos que forman el núcleo de los estudios curriculares.

Existen cursos y actividades de libre elección que se ofertan en el momento de la matrícula y durante el curso académico.

¿Más información?

http://www.upm.es/estudios/normativa/curso05-06/matricula_libre_elec.html

Nosotros queremos destacar estas dos opciones:

EL GATE

¿Qué es?

Es el **Gabinete de TeleEducación** de la Universidad Politécnica de Madrid.

¿Qué oferta?

Entre otras cosas, **enseñanza reglada** dirigida a alumnos de grado donde la oferta consiste en más de 60 asignaturas de libre elección que se imparten por Internet y videoconferencia.

¿Dónde hay más información?

<http://www.gate.upm.es>

EL CONVENIO CON LA UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID

La información para el curso 07/08 estará disponible dentro de muy poco en la web de la UPM, aunque prácticamente no variará de la del curso actual.

El archivo PDF con el listado del curso 2006/2007 está en la web:

<http://www.ucm.es/info/ucmp/cont/descargas/documento9327.pdf>
(Páginas 117 a 122)

EXÁMENES

¿Qué son?

Según la definición de la Normativa de Exámenes de la UPM "Cualquier prueba teórica o práctica que contribuya a evaluar el conocimiento de los alumnos".

¿A qué tengo derecho?

- A que antes del inicio del primer periodo de matriculación, la Dirección o Decanato del Centro publique la composición de los Tribunales, las fechas y horas para la realización de los exámenes.
- A que el lugar de la realización de los exámenes se anuncie con un plazo mínimo de siete días hábiles antes de la fecha del examen.
- A que los exámenes deberán realizarse en las mejores condiciones ambientales posibles, de forma que en el tiempo programado y en las aulas o espacios reservados sea factible su adecuado desarrollo.
- A que el profesor entregue por escrito antes del comienzo del examen las normas de realización del mismo, indicando la puntuación detallada de cada ejercicio, la duración total del examen o de cada ejercicio, las fechas de publicación de las calificaciones provisionales y de revisión del examen. Asimismo, salvo que el tipo de examen no lo permita, la solución de las preguntas del examen se hará pública dentro de los dos días hábiles siguientes a la finalización de la prueba y nunca con posterioridad a la revisión.
- A que se te facilite un documento justificativo de haber realizado el examen al entregar el ejercicio.
- A que aquellos alumnos que de acuerdo a la programación docente hubieran superado por parciales o por evaluación continua la totalidad de la asignatura, serán propuestos al Tribunal de la asignatura para que queden exentos de realizar el correspondiente examen final, debiendo ser incluidas

Cosas

que debes saber

en la preacta sus calificaciones provisionales. A estos alumnos no se les podrá privar de la posibilidad de realizar los correspondientes exámenes finales a los que da derecho la matrícula con el fin de mejorar su calificación, y en ningún caso la nota definitiva será inferior a la obtenida por curso.

- A que los exámenes finales de una misma asignatura versen sobre el programa común y sean únicos salvo que, esto último, esté en contradicción con la programación del departamento.
- A que las pruebas, duración y condiciones de realización de los exámenes correspondientes a los alumnos con problemas de discapacidad se adapten en la medida de lo posible por el Tribunal a las características de los mismos.
- A que al comienzo de los exámenes escritos o gráficos se señale expresamente su duración que, en todo caso, será la suficiente para que los estudiantes puedan contestar

de manera razonable lo que se les pide. Del mismo modo, el profesor aclarará las dudas que pudieran surgir sobre el enunciado del examen.

- A que en el caso de que el examen supere las tres horas de duración, se realice en dos o más sesiones, con un descanso mínimo de quince minutos entre ellas.
- A que se revise en tu presencia todas las pruebas de evaluación. Asimismo, tienes derecho a reclamar ante el director de departamento cuando discrepes del resultado de la revisión. El resultado de la reclamación se comunicará, en todo caso, antes del siguiente periodo de matriculación.

¿Y si no se cumple? Ve a tu Delegación y dilo.

Para más información

http://www.upm.es/laupm/organos_gobierno/normativa/normativa_exam.pdf

El Defensor

Universitario

¿QUÉ ES? ¿EN QUÉ TRABAJA?

Es una figura introducida por la LOU cuya misión es **velar por el respeto a los derechos y libertades** de profesores, alumnos y personal de administración y servicios. En esta sección se puede conocer más de cerca la figura así como aprender sobre la organización y funcionamiento de una institución al servicio de la comunidad universitaria que se encuentra desarrollando su fase de implantación.

Además sus actuaciones, siempre dirigidas hacia la mejora de la calidad universitaria en todos sus ámbitos, no estarán sometidas a mandato imperativo de ninguna instancia universitaria y vendrán regidas por los principios de independencia y autonomía.

Si quieres saber más dirígete a:

<http://www.upm.es/laupm/defensor/>

Representación estudiantil

REPRESENTANTES DE ALUMNOS

- **Delegado de Grupo o Especialidad:** sirve de enlace entre los alumnos de un grupo y los profesores, asumiendo el papel de portavoz de del grupo.
- **Delegado de Curso:** es el representante de los alumnos de un curso y coordina a los delegados de grupo y/o especialidad. Cuando un problema afecta a más de un grupo le corresponde intervenir al delegado de curso.
- **Representante en el Consejo de Departamento:** participa con el resto del departamento en la gestión y administración del mismo. Es el lugar donde se debaten todos los temas que afecten a la docencia de las asignaturas. Tenemos un 20% de representación.
- **Representante Junta de Centro:** es el máximo órgano de gobierno de la Escuela, donde se discuten y aprueban los asuntos más importantes que afectan a la misma, como por ejemplo, los planes de estudio. Tenemos un 24% de representación.
- **Representante en Claustro:** el Claustro es el máximo órgano de representación, al que corresponde supervisar la gestión de la Universidad y definir las líneas generales de actuación en la vida universitaria. Tenemos un 23% de representación.
- **Junta de Delegados de Centro:** es el máximo órgano de representación de los estudiantes del centro correspondiente; está formada por todos los anteriores, el Delegado y Secretario y en su caso por el Delegado de Titulación.
- **Delegado de Escuela:** ostenta la representación de la Delegación de Alumnos de Centro y ejerce su dirección.
- **Delegado de Titulación:** representa a todos los alumnos matriculados en alguna asignatura de esa titulación.
- **Junta de Delegados de la UPM:** está formada por dos representantes de cada Centro. Es el órgano de gobierno ordinario de la Delegación de Alumnos. Mantiene en contacto a los representantes de los distintos centros.
- **Junta de Representantes de la UPM:** elige al Delegado de Universidad. Está formada por todos los representantes estudiantiles en Claustro y los miembros de la Junta de Delegados de la UPM.
- **Representantes en el Consejo de Gobierno:** es el máximo órgano de gobierno de la Universidad. Establece las líneas estratégicas y programáticas de la misma. En él hay nueve alumnos. Tenemos un 16% de representación.
- **Delegado de Alumnos de la UPM:** es el máximo representante de alumnos de la Universidad. Canaliza y coordina la representación de los alumnos en el marco de la misma.

¿CUÁNDO TENGO QUE VOTAR?

(Estas fechas son orientativas. Las definitivas las publicaremos en nuestra web.)

- **Mes de octubre,** Delegados de Curso y Grupo.
- **Mes de noviembre,** Junta de Escuela o Facultad, Representantes en el Consejo de Departamento y Representantes de alumnos en el Claustro Universitario.
- **Mes de noviembre,** Delegado de Escuela o Facultad y Junta de Delegados de la UPM.
- **Mes de noviembre,** elección de Vicepresidente segundo de la mesa del Claustro, Representantes de Alumnos del Claustro Universitario en la Comisión Electoral Central y en el Consejo de Gobierno.
- **Mes de noviembre-diciembre,** Delegado de Universidad.

¡Participa!

Asociaciones

en la UPM

ASOCIACIONES ESTUDIANTILES

A parte de la representación estudiantil, también existen otros medios de participación activa en la universidad.

Si no quieres quedarte fuera del ambiente, ¡apúntate a alguna de estas asociaciones! El número es muy amplio y la temática muy variada:

- Investigación y desarrollo
- Cine
- Club deportivo
- Cultural
- Deportiva
- Medio ambiente
- Fotografía
- Hobby y juegos
- Espeleología
- Informática
- Junior-empresas

- Profesional
- Prensa
- Intercambio
- Música y baile
- Montaña y aventura
- Teatro
- Humanitarias
- Tunas

Dentro de cada uno de estos grupos hay un número considerable de asociaciones repartidas por las escuelas y facultades, del orden de seis o siete asociaciones por cada uno de los centros de la UPM.

El listado completo de las Asociaciones de la UPM se pueden consultar en la página <http://www.upm.es/alumnos/asociaciones>, donde también se pueden ver los requisitos necesarios para formar una asociación en la Universidad, impresos de

solicitud, los procedimientos para solicitar una subvención durante el próximo curso y los impresos de justificación del curso anterior.

Si quieres constituir una asociación o tienes alguna duda al respecto:

Registro de Asociaciones de la UPM

Vicerrectorado de Gestión Académica
Sección de Extensión Universitaria
Pº Juan XXIII, 11, 1ª planta
28040 Madrid
Teléfonos: 91 336 79 84 / 62 54
Horario: lunes a viernes de 9'00 a 14'00 h.

Registro Asociaciones (ámbito regional)

Delegación de Gobierno de Madrid
C/ García de Paredes, 65
28045 Madrid
Teléfono: 91 537 17 54
Horario: lunes a viernes de 9'00 a 14'00 h.

Bolsas de Viaje

¿PARA QUÉ?

La UPM es consciente de que la formación integral de sus estudiantes exige complementar las actividades docentes con otro tipo de aprendizaje y experiencias que, por diversas razones, tiene difícil cabida en aulas y laboratorios de nuestros Centros

Nuestra Universidad debe responder a esas necesidades organizando actividades y apoyando las iniciativas de los

estudiantes que puedan contribuir a enriquecer su formación como personas, tanto en el entorno de los centros y de la Universidad Politécnica de Madrid, como en cualquier otro lugar en que se produzcan acontecimientos, congresos, encuentros, intercambios o cualquier otro tipo de eventos que puedan contribuir a dicha formación.

Para contribuir a este propósito y ayudar a los estudiantes en sus desplazamientos (nacionales e internacionales)

para asistir a eventos o actividades, a realizar tareas, trabajos o estudios que respondan a los objetivos ya mencionados, funciona el centro de gasto denominado Bolsas de Viaje, cuyos fondos se asignarán como ayuda a los desplazamientos para realizar una actividad de formación.

¿Cuándo y cómo?

http://www.upm.es/laupm/organos_gobierno/normativa/bolviaje.html



Servicios

UPM

CORREO ELECTRÓNICO

Como alumno de la UPM podrás crearte una cuenta de correo electrónico gratuitamente. Es más, la necesitarás para la conexión WiFi, la VPM y el acceso a Politécnica Virtual. ¡Elige el tuyo ya!

Información en:

<http://www.upm.es/correo/alumnos>

POLITÉCNICA VIRTUAL

Es un nuevo entorno web que permite el acceso personalizado a los recursos y servicios que ofrece la universidad para cada uno de los colectivos que integran la comunidad universitaria, en tu caso, alumnos universitarios.

Información en:

https://www.upm.es/campus_virtual/accesocampus.php

SERVICIO DE ACCESO REMOTO UPM-VPN

El nuevo Servicio de Acceso Remoto UPM-VPN te permite acceder, desde el exterior de la red de la Universidad y de un modo seguro, a ciertos recursos internos de la Universidad.

Los recursos limitados que están disponibles con este acceso son los siguientes:

- Acceso a los recursos de la biblioteca universitaria (bases de datos, revistas electrónicas...):
<http://www.upm.es/laupm/servicios/bibliotecas/index.html>
- Acceso a los recursos propios de cada escuela
http://www.upm.es/laupm/servicios/informatica/spic/comunicaciones/remoto_VPN.html

WI-FI EN EL CAMPUS

Donde quieras, cuando quieras. Con tu portátil podrás acceder a la red inalámbrica simplemente cumpliendo los siguientes requisitos: tener activada una cuenta de correo en el Rectorado y disponer de un ordenador portátil con tarjeta de red inalámbrica.

La Red Wi-Fi está disponible en todas las escuelas de la Universidad Politécnica de Madrid y el Rectorado. De tal forma que el usuario de cualquier escuela podrá conectarse en las zonas habilitadas para la misma en una escuela diferente a la que pertenezca.

Información en:

<http://www.upm.es/laupm/servicios/informatica/spic/comunicaciones/wifi.html>

ENVÍO DE NOTAS POR SMS

Este servicio permite la recepción en tu móvil y mediante SMS de las calificaciones provisionales de las asignaturas, lugar, fecha y hora de la revisión del examen correspondiente sin coste alguno para el alumno. Para ello es necesario que tú des tu número en Politécnica Virtual y que tus profesores rellenen las actas electrónicas (que es muy fácil, ahorra trabajo y facilita la vida al alumno).

Información en:

http://www.upm.es/alumnos/servicios/notas_sms.html

AUTOMATRÍCULA

Matricúlate desde casa. El primer año te hacemos venir hasta aquí, pero la próxima, hazla a través de la red. Fácil, cómodo y seguro.

Información en:

<http://www.upm.es/automatricula.html>

EDUROAM

Accede a Internet con tu clave UPM cuando viajes con tu cuenta UPM:

Información en:

<http://www.upm.es/wifi.html> y <http://www.eduroam.es>

Alojamiento para estudiantes

¿VIENES DE FUERA? ¿QUIERES INDEPENDIZARTE?

Si éste es tu caso, y vas a estudiar en la UPM, tu nuevo hogar será un colegio mayor, una residencia universitaria, un piso en alquiler compartido con otros estudiantes o quizá la casa de una familia de acogida. La Universidad Politécnica de Madrid te ofrece un servicio gratuito para facilitar la búsqueda de alojamiento. Este servicio es sólo y exclusivamente de información sobre alojamientos disponibles, no gestiona el alojamiento del alumno.

Acércate o ponte en contacto con nosotros en:

Vicerrectorado de Alumnos
Servicio de Atención al Alumno
y Extensión Universitaria

Pº Juan XXIII, 11 - 28040 Madrid
Tel.: 91 336 62 54

Y te daremos información sobre:

- Residencia Gómez Pardo.
- Colegios Mayores y Residencias.
- Pisos en alquiler o habitaciones individuales (directamente contacta con nosotros en el Vicerrectorado de Alumnos para recibir esta información).
- Programa intergeneracional VIVE Y CONVIVE:

¿Qué es? Convive es un programa intergeneracional de viviendas compartidas entre personas mayores y estudiantes universitarios, con el doble objetivo de atenuar, por una parte, determinadas situaciones de soledad de personas mayores que vivan solas y, de otra, los problemas

de alojamiento para los jóvenes estudiantes no residentes, a la vez que fomentar un intercambio de ayuda solidaria, un intercambio no sólo “material” sino también de experiencias, ayudas y compañía entre jóvenes estudiantes y personas mayores.

http://www.upm.es/alumnos/vivienda/programa_intergeneracional.pdf

- Además, a través del Vicerrectorado de Relaciones Internacionales también puedes conseguir información sobre diferentes tipos de alojamiento.

Consúltalo en:

<http://www.upm.es/rinternacional/housing/bienvenidos.html>

O en el tel. 91 336 61 48

COIE

Centro de Orientación e Información de Empleo

¿QUÉ ES?

El COIE (Centro de Orientación e Información de Empleo) es un programa dirigido por una parte a titulados en busca del primer empleo, con el objetivo básico de informar y orientar sobre la inserción en el mercado laboral, y por otra también a estudiantes de los últimos cursos de carrera o con el 50% de los créditos aprobados para realizar prácticas en empresas.

¿QUÉ HACE?

1. Unidad de EMPLEO

Los titulados se inscriben para tener acceso a las ofertas de empleo recibidas en nuestro centro, al mismo tiempo, las empresas podrán disponer de un eficaz servicio para cubrir sus puestos de trabajo.

2. Unidad de PRÁCTICAS

Se podrán inscribir los alumnos que cumplan los requisitos anteriores matriculados de cualquier titulación de la Universidad Politécnica de Madrid.

Otros servicios que ofrece el COIE en relación con los universitarios:

- Cursos sobre técnicas de búsqueda de empleo.
- Seminarios para jóvenes emprendedores.
- Utilización del fondo documental sobre temas de empleo.

La sede del COIE de la Universidad Politécnica de Madrid se encuentra en:

Rectorado UPM Edificio “B”

Paseo de Juan XXIII, 11

28040 Madrid

Teléfonos: 91 336 62 32 / 91 336 62 20

Fax: 91 336 79 76

Metro: Metropolitano (Línea 6)

El horario es de 9 a 14 h y de lunes a viernes

Pero un método de acceso más rápido es a través de la página:

<http://www.coie.upm.es>

E-mail: coie@upm.es

Seguro escolar

¿QUÉ ES?

Es un seguro que protege a los estudiantes de las contingencias que le puedan surgir con unas determinadas prestaciones.

Seguro Escolar que se establece por una Ley de 1953. Las ayudas que ofrecen son básicas, de escasa cuantía y es recomendable que se actualicen por las autoridades competentes, pero conviene saber qué te ofrece concretamente.

¿YO LO TENGO? ¿CUÁNTO CUESTA?

Es muy probable que pase desapercibida la pequeña aportación (cerca a 1€) que haces en la matrícula para el

¿Dónde puedo obtener más información y saber qué prestaciones podría recibir?

<http://www.upm.es/alumnos/seguro03-04.html>

Deporte

“El deporte, la diversión y los juegos constituyen una forma amena de aprender valores y lecciones que duran toda la vida. Promueven la amistad y el juego limpio, nos enseñan a trabajar en equipo y nos aportan disciplina, respeto y las habilidades necesarias que harán de los niños y niñas unos adultos comprometidos. Además, contribuyen a preparar a los jóvenes para hacer frente a los retos futuros y adoptar posiciones de liderazgo en el seno de sus comunidades.”

Unicef

Por ello la UPM cuenta con 20 clubes deportivos, uno por cada escuela o facultad, que se encargan de fomentar la práctica deportiva mediante la inscripción de los alumnos tanto en las competiciones internas como externas que se organizan.

La Universidad Politécnica de Madrid participa todos los años en los Campeonatos de España Universitarios, siendo

una de las universidades con mayor número de éxitos en el medallero.

¿Puedo participar? ¿Cómo me ayudarían?

Más info en:

<http://www.upm.es/laupm/servicios/deportes/index.html>

Bibliotecas

QUIERO ESTUDIAR PERO, ¿DÓNDE Y CUÁNDO PUEDO HACERLO?

La Universidad Politécnica de Madrid cuenta con una extensa red de 20 bibliotecas (centros) y 2 centros de documentación. El horario es de lunes a viernes de 9 a 21 horas (para las bibliotecas) y, en época de exámenes, se amplía el horario habitual de algunas de nuestras bibliotecas.

La biblioteca universitaria es un centro activo de recursos de información científica, técnica y cultural que tiene como función asistir a sus miembros en el proceso de aprendizaje, investigación y formación continuada, y contribuir así a elevar el nivel de calidad del modelo de educación integral que proporciona la Universidad Politécnica de Madrid.

YO ESTUDIO DE NOCHE ¿PUEDO?

Durante los últimos exámenes de febrero, mayo, junio, septiembre y diciembre todos los estudiantes de la Universidad Politécnica han tenido la oportunidad de estudiar en algunas de las bibliotecas que, con horario especial, abrieron sus puertas durante esas fechas. En periodo de exámenes, varias bibliotecas prorrogan su horario hasta las 24.00 h. Y los sábados, domingos y festivos, de 9.00 a 24.00 h. En el 2005 estas bibliotecas han sido ETSI MINAS, ETSI AGRÓNOMOS,

ETSI ARQUITECTURA, EUIT TOPOGRÁFICA, ETSI TELECOMUNICACIONES. Cualquier alumno de la UPM puede acudir a cualquier biblioteca ya sea durante el horario normal o ampliado (en este caso se le pedirá el carné de la UPM).

Más información de horarios y fechas

<http://www.da.upm.es> o en

<http://www.upm.es/servicios/bibliotecas/noticias/Doc2005040801.html>

¿QUÉ ME HACE FALTA PARA ACUDIR A LAS BIBLIOTECAS Y USAR SUS RECURSOS?

Todas las bibliotecas de los centros de la UPM ofrecen sus servicios de préstamo de libros, trabajos (no revistas), y consulta de todo tipo de información para todos los estudiantes de la Universidad Politécnica sin más que presentar el carné de la UPM.

¿De qué libros puedo disponer?

<http://www.upm.es/servicios/bibliotecas/catalogo/catalogo.html>

Más información

<http://www.upm.es/servicios/bibliotecas/>

Programa de Asistencia Psicológica

Ya está en marcha el Programa de Asistencia Psicológica para alumnos de la U.M Para contactar con Ángeles García, la psicóloga del Programa y pedir cita, tenéis que hacerlo en una de las siguientes direcciones de correo electrónico:

psicologia@medycsa.com

angellison@cop.es

En la tabla siguiente aparecen las Escuelas en las que dará el servicio con una periodicidad de dos semanas. Las escuelas en **negrita** son en las que ella tiene asignado un despacho para que os atienda. El calendario del Programa es el siguiente:

Semana del mes	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1ª y 3ª	EUIT de Telecomunicación EU de Informática EUIT Topográfica Centro Superior de Diseño de Moda	Facultad de Informática	ETSI Aeronáuticos EUIT Aeronáutica ETSI Navales	ETSI Agrónomos EUIT Agrícola	ETS de Arquitectura EU de Arquitectura Técnica Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
2ª y 4ª	ETSI Montes ETSI Telecomunicación EUIT Forestal	EUIT Industrial EUIT Obras Públicas	ETSI Industriales	ETSI Minas	ETSI Caminos



Ambulancia

La ambulancia nos cuida, vela por nuestra salud y nuestros accidentes. Está pendiente de nosotros de **8.30 h a 20.00 h de lunes a viernes** y con un solo telefonazo se presentará allá donde la necesitemos. Ya sabes, si éste es tu caso o el de un compañero, localízala en el teléfono **91 508 08 02**, la tendrás en el centro en un instante. Inmediatamente no podéis olvidar que hay que comunicarle al Consorcio la solicitud realizada en el teléfono **91 394 63 81**.

Si vas a montar alguna fiesta en la Universidad, o cualquier actividad que suponga una aglomeración, **cuenta también con ellos**, es importante, de ese modo podrán estar más pendiente y ayudarte si los necesitas con la mayor celeridad posible.



Becas

¿HAY ALGUNA PARA MÍ?

Desde que inicias tus estudios en la Universidad Politécnica de Madrid puedes optar a las becas que convoca el Ministerio de Educación y Ciencia (MEC), la Comunidad de Madrid y la propia universidad.

¿Qué becas hay?

1. Becas que ofrece la Comunidad de Madrid:

- Becas para alumnos de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.
- Ayudas de la CAM para alumnos con aprovechamiento excelente.
- Ayudas de la CAM para alumnos con discapacidad.

2. Becas del Ministerio de Educación y Ciencia:

- Becas de inicio del MEC.
- Becas de Colaboración del MEC.
- Becas de Carácter General del MEC.
- Becas de Movilidad del MEC.
- Premios Nacionales de Fin de Carrera.

- Becas Másteres Oficiales del MEC.
- Ayudas cursos de lengua inglesa verano.
- Ayudas cursos de lengua alemana o francesa verano.

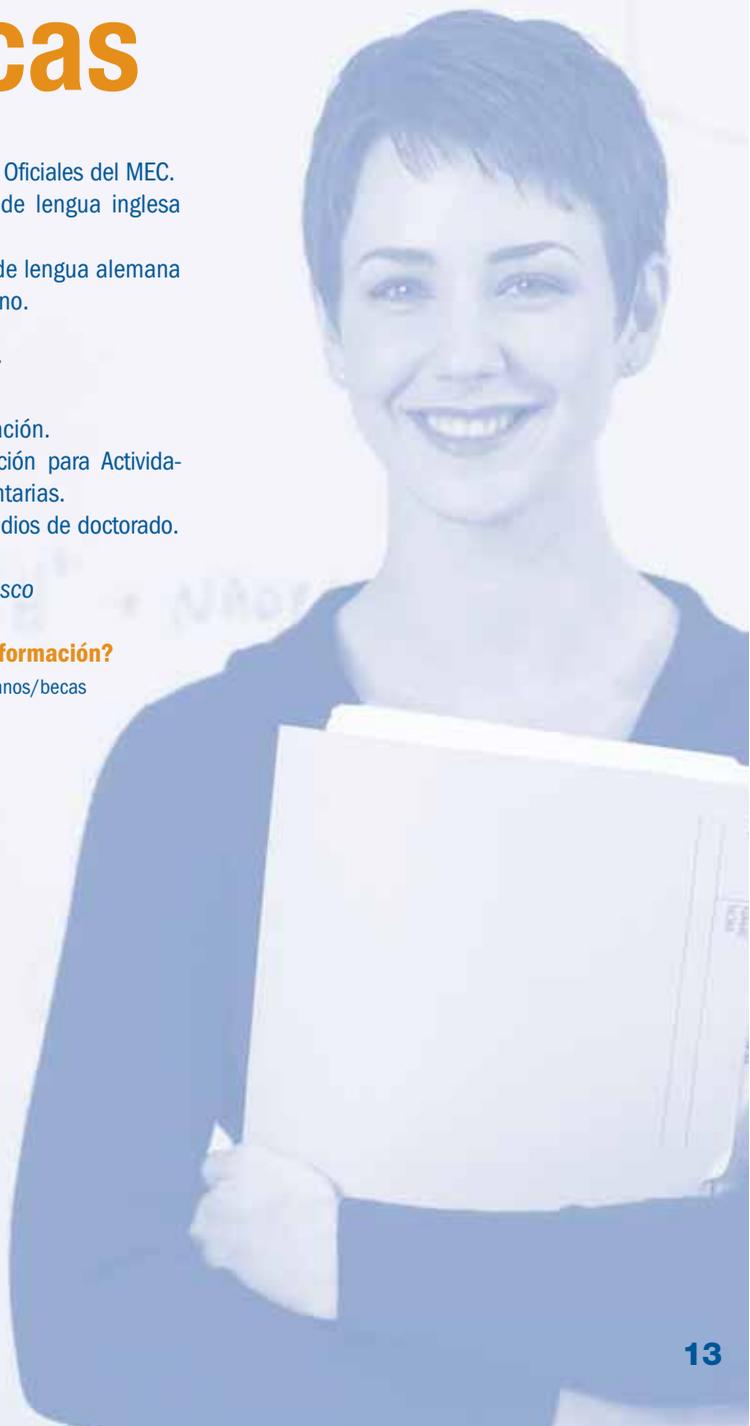
3. Becas de la UPM:

- Becas-Colaboración.
- Becas-Colaboración para Actividades Complementarias.
- Becas para estudios de doctorado.

4. Becas del País Vasco

¿Dónde hay más información?

<http://www.upm.es/alumnos/becas>



Movilidad estudiantil

PROGRAMA SÓCRATES-ERASMUS

¿Qué es el Programa Erasmus?

El Programa Erasmus tiene como objetivo mejorar la calidad de la educación superior y reforzar su dimensión europea, fomentando la cooperación entre las universidades, promoviendo la movilidad europea de estudiantes y profesores y mejorando la transparencia y el reconocimiento académico de los estudios en el seno de la Unión Europea.

Mediante este programa el alumno puede realizar un periodo de estudios en un Estado miembro y recibir un reconocimiento pleno de dichos estudios en la UPM.

¿Cuáles son los requisitos para solicitar una beca Erasmus?

- Estar matriculado en la UPM para la obtención del título de diplomado o ingeniero técnico, licenciado, ingeniero, arquitecto o doctorado.
- Haber superado el primer curso de estudios universitarios en el momento de presentación de la solicitud.
- Ser ciudadano de uno de los 27 países de la Unión Europea, de Islandia, Liechtenstein y Noruega o de un país candidato a la adhesión: Antigua República Yugoslava de Macedonia, Croacia y Turquía, o ciudadanos de otros países a condición de que posean el estatuto de residente permanente, de apátrida o refugiado.
- No haber disfrutado de una beca Erasmus con anterioridad.
- El intercambio no se podrá realizar para cursar asignaturas suspensas.
- El estudiante deberá poseer un conocimiento suficiente de la lengua en la que se impartirán los cursos a los que vaya a asistir.

Erasmus Mundus

El programa se destina a reforzar la cooperación europea y los vínculos internacionales en la enseñanza superior financiando másters europeos multinacionales de alta calidad, que permitan a los estudiantes y a los docentes universitarios de todo el mundo cursar estudios de postgrado en las universidades europeas, y que fomenten, al mismo tiempo, la movilidad de los estudiantes y universitarios europeos hacia terceros países.

Más información

<http://www.upm.es/alumnos/intercambios/becaserasmus.html>

<http://www.mec.es/educa/ccniv/erasmus/index.html>

Servicio de Atención al Alumno y Extensión Universitaria
Oficina de Movilidad de Estudiantes
Paseo Juan XXIII, 11
28040 Madrid
Tel.: 91 336 79 86 / 60 18
Fax: 91 336 79 80
E-mail: erasmus@upm.es

PROYECTO GOYA-LEONARDO

¿Qué es el Proyecto Goya-Leonardo?

Las becas Goya-Leonardo ofrecen a los **estudiantes universitarios de la Comunidad de Madrid** la oportunidad de realizar un periodo de prácticas en empresas ubicadas en la **Unión Europea y en Noruega, Islandia, Liechtenstein, Bulgaria, Rumania y Turquía.**

El Proyecto Goya-Leonardo quiere contribuir a promover la mejora en la calidad del Espacio Europeo en materia de educación y formación profesional, en el marco del Programa Leonardo da Vinci creado por la Unión Europea.

El Proyecto está cofinanciado por la agencia Leonardo da Vinci y por la Consejería de Educación de la Comunidad de Madrid.

La organización promotora del Proyecto es la Universidad Pontificia Comillas con la colaboración de las doce restantes universidades de la Comunidad de Madrid adscritas al proyecto.

En la actual convocatoria (VI) hay un total de **136 becas** disponibles, de una duración de **3 meses** y por un importe aproximado de **2.800 euros**, cada una. La beca cubre el coste del viaje y los gastos de alojamiento y manutención. Además la entidad promotora se encargará de gestionar un seguro para cada beneficiario que cubrirá principalmente, en las condiciones que describe la póliza, los gastos médicos y farmacéuticos durante su estancia.

Acceso a las becas

Podrán acceder a las becas, los estudiantes matriculados en alguna de las universidades de la Comunidad de Madrid adscritas al Proyecto Goya, cursando estudios de licenciado, ingeniero, arquitecto, diplomado, ingeniero técnico, arquitecto técnico, doctorado o máster oficial y que:

- No hayan obtenido anteriormente de una beca Leonardo Da Vinci.
- No disfruten al mismo tiempo de una beca financiada con fondos europeos, por ejemplo, una Beca Erasmus.
- No estén contratados laboralmente mientras disfruten de la beca.
- No sean nacionales o residentes del país de acogida.

El **plazo de presentación** permanecerá abierto mientras haya becas disponibles desde el **2 de abril de 2007 hasta el 29 de febrero de 2008**. Los beneficiarios podrán iniciar sus prácticas en cualquiera de los meses mencionados, debiendo regresar los últimos beneficiarios de la beca, a más tardar a mediados/finales de mayo de 2008.

Para poder solicitar la beca el alumno o dejar una oferta la empresa, es preciso registrarse en esta página web en el apartado "Registro". Una vez efectuado el registro, el interesado recibirá en su e-mail su nombre de usuario y contraseña, pudiendo acceder con ellos a la zona privada de la página y realizar los siguientes pasos.

Movilidad estudiantil

Más información

Oficina Becas Goya-Leonardo
Servicio de Relaciones Internacionales
Universidad Pontificia Comillas
C/ Alberto Aguilera 23
28015 Madrid
Tel.: 91 542 28 00
Fax: 91 542 88 07
<http://www.upcomillas.es/becasgoya>
Email: becas.goya@upcomillas.es
Horario de atención al público:
Lunes, martes, miércoles y jueves: mañanas de 11.00 h a 13.00 h.
Tardes de 16.00 h a 17.00 h.
Viernes sólo por la mañana.

INTERCAMBIOS SICUE / BECAS SÉNECA

Por medio de este programa, los estudiantes de las universidades españolas pueden realizar una parte de sus estudios en otra universidad distinta a la suya, con garantías de reconocimiento académico y de aprovechamiento, así como de adecuación a su perfil curricular.

Este programa tiene dos convocatorias sucesivas:

1. *Intercambio SICUE*. Es el procedimiento previo y necesario para realizar el intercambio propiamente dicho, entre las universidades españolas, con o sin beca.
2. *Becas Séneca*. Para el intercambio SICUE el Ministerio de Educación convoca todos los años unas becas llamadas Séneca, que pueden solicitarlas todos los alumnos que hayan sido seleccionados previamente para intercambio SICUE y cumplan una serie de requisitos.

Más información

http://www.upm.es/alumnos/intercambios/sicue_seneca.html

PROGRAMA ATHENS

¿Cuáles son los objetivos?

Facilitar el intercambio entre estudiantes, profesores e investigadores a lo largo de las universidades tecnológicas europeas y participar juntos bajo los programas de desarrollo y enseñanza de las tecnológicas europeas, además de la posibilidad a los estudiantes que vienen de una institución el conocimiento de otro sistema educativo.

¿Cuándo puedes inscribirte?

Los cursos propuestos para el ATHENS Session se efectuarán durante el mes de marzo y la preinscripción se llevará a cabo durante el mes de febrero (normalmente).



¿Y cuánto cuesta?

El estudiante o la universidad de procedencia debe correr con todos los gastos menos la matrícula del curso. De la misma manera existen BECAS ATHENS para el viaje y el alojamiento.

Los idiomas de los cursos son francés, inglés, español y alemán.

Para más información: <http://db.intersek.ntnu.no/athens/main>

BECAS FARO

Faro es un programa de becas para realizar prácticas en empresas europeas integrado en el Programa Leonardo da Vinci de la UE. Está destinado a universitarios españoles que se encuentren en los últimos años de carrera.

Este proyecto está financiado por el Ministerio de Educación y Ciencia y por el Programa Leonardo da Vinci de la Unión Europea.

Para más información: <http://www.becasfaro.net/>

BECAS ARGO

El Proyecto Argo, desarrollado en el marco del Programa Europeo de Movilidad Leonardo da Vinci, está dirigido a titulados universitarios de cualquier universidad española, pública o privada. Este Proyecto ofrece prácticas formativas en empresas europeas con una duración media de seis meses, existiendo la posibilidad de prorrogar las mismas hasta un máximo de doce meses.

Las ofertas serán siempre de países de la Unión Europea así como otros países elegibles, excepto España, al tratarse de un proyecto de estancias y de movilidad.

La página web del proyecto: www.becasargo.net

Movilidad estudiantil

CURSOS BEST-UPM

¿Qué es BEST?

“**Board of European Students of Technology**” es una asociación auspiciada por la Unión Europea, no gubernamental, apolítica y sin ánimo de lucro fundada en 1989 en Grenoble, surge de la necesidad de establecer un contacto internacional y un intercambio bidireccional entre estudiantes de ingeniería por toda Europa. BEST pretende preparar futuros ingenieros con una capacidad de trabajo en un ambiente internacional. “To promote Europe among Europeans” es más que un lema, se trata de una mentalidad para nuestros estudiantes y miembros.

Fundamentalmente se les conoce por la organización de cursos abiertos a todos los estudiantes de la red de Universidades que integran BEST, aunque también desarrollan otros proyectos como **Competiciones de Ingeniería**, un **Foro de Empleo Virtual** (Minerva), igualmente abierto a todos los estudiantes, y colaboramos activamente en diversas redes educativas europeas (**TREE, EUCEN, EAN, ReVE**, etc.).

BEST Madrid

Como grupo local BEST en la UPM, uno de sus objetivos fundamentales es dar una formación adicional y complementaria a la que reciben los estudiantes en sus respectivas universidades. Asimismo se pretende fomentar un mayor conocimiento de la cultura europea, colaborando estrechamente con la Unión para definir una educación común a través de redes temáticas y otros medios.

Ofrecen la oportunidad de encontrar trabajos, becas, proyectos y ofertas de prácticas en prestigiosas compañías multinacionales, sirviendo así de enlace con la industria, abriendo las puertas a los estudiantes con proyección internacional, para cubrir también las necesidades de las empresas.

Más información

<http://best.da.upm.es/>

Cristina Pérez Hernández

Presidenta 2006/2007

Cristina.Perez.Hernandez@BEST.eu.org

PROGRAMAS INTERNACIONALES

Además de todas estas becas, existen programas internacionales que puedes encontrar en <http://www.upm.es/rinternacional/> tales como:

- **El programa de “Movilidad Hispano-Chino”**, donde se establece un fondo de ayudas económicas, para alumnos de la UPM que realicen su proyecto fin de carrera en la República Popular China, con especial interés en las áreas de procesado de la señal y telemática.
- **Programa de becas denominado “Becas Internacionales Bancaja”** dirigido a estudiantes de la UPM, para la realización de estudios en universidades extranjeras.
- **Programa de “Becas Fundación Vodafone España para EE.UU. y Canadá”**, que establece un fondo de ayudas económicas para alumnos de la UPM que vayan a realizar una estancia académica en las universidades de Estados Unidos y Canadá con las que la UPM mantiene acuerdos para programas de intercambio de estudiantes y cursos de verano, con especial interés en las áreas de Tecnologías de la Información y de las Comunicaciones.
- **Red Magallanes, Programa SMILE**. El grupo Santander colabora con la Universidad Politécnica de Madrid en la puesta en marcha de un proyecto piloto de movilidad de alumnos de pregrado en ingeniería y arquitectura entre las principales universidades tecnológicas europeas y latinoamericanas (Programa SMILE).

Más información

<http://vri8.rec.upm.es:8090/magalhaes/>

BECAS DE LA AGENCIA DE COOPERACIÓN INTERNACIONAL (AECI)

Una oferta de formación de excelencia del Ministerio de Asuntos Exteriores y de Cooperación de España y la AECI para ciudadanos extranjeros y españoles para estudios en España y en exterior.

Un programa de becas único, anual y abierto que se solicita por Internet en la dirección www.becasmae.es

Con la convocatoria cada año de las Becas MAEC-AECI para cursos de verano y cursos académicos del año siguiente al de la convocatoria, el Ministerio de Asuntos Exteriores y de Cooperación (MAEC), a través de su Agencia Española de Cooperación Internacional (AECI) y su Dirección General de Relaciones Culturales y Científicas, presenta una oferta de formación de excelencia que supone apostar por la inversión en el ser humano como factor esencial de la ayuda oficial española al desarrollo y su cooperación cultural con el exterior.

A toda la información sobre la actual convocatoria de Becas MAEC-AECI, la tramitación de solicitudes en línea, los programas de becas ofertados, los estudios de lengua y cultura españolas y de postgrado en España, se puede acceder en www.becasmae.es

Líneas de salud en el estudio

‘Manual de salud laboral para estudiantes’

Participa de forma activa y responsable en la prevención de riesgos observando las siguientes recomendaciones:

1. Informa a tus profesores o al personal de tu centro de aquellos problemas o riesgos que detectes.
2. Conoce y respeta las señales y advertencias de seguridad: los avisos de carga máxima, carteles de área restringida, señales de peligro y prohibición de entrada, alertas luminosas o alarmas sonoras y similares se han instalado tras una consideración cuidadosa. Su mensaje no debe ser ignorado.
3. Memoriza y cumple todas las instrucciones de seguridad, tanto verbales como escritas. Por ejemplo, no has de entrar a un laboratorio o a un almacén en ausencia de la persona responsable correspondiente a menos que tengas autorización específica. El uso inadecuado de aparatos y de maquinaria puede tener resultados fatales. No utilices ningún material o instalación sin obtener previamente instrucciones específicas de un profesor o supervisor acerca de las operaciones que deben ser realizadas y las precauciones que se adoptarán.
4. Comunica a la persona responsable (personal académico o técnico) cualquier equipo que falle o esté dañado. No intentes repararlo por tu cuenta. Los aparatos que manipules no deben ser modificados sin el permiso de tu responsable.
5. Debes mantener tu área de trabajo ordenada y en condiciones seguras. Al final de la actividad diaria deja el área en condiciones adecuadas. Al final de un experimento o de un proyecto, limpia todo el material que has utilizado de modo que no queden restos de sustancias que puedan crear un peligro potencial para otros usuarios.
6. Las puertas de seguridad deben permanecer cerradas. No pongas cuñas ni intentes sujetarlas de otra manera para que queden abiertas. En caso de que no cerraran solas comunícaselo a un miembro del personal.
7. Los pasillos y escaleras deben permitir la circulación segura y el uso de las rutas de evacuación ante emergencias. No deben ser utilizados como almacenes o como vestuarios improvisados.
8. El acceso a los equipos de extinción de incendios no se debe obstruir, dificultar o impedir. Nunca utilices los equipos para otros fines que no sean los de apagar un fuego.
9. En las instalaciones, pasillos, laboratorios y recintos no corras, no lances objetos, ni hagas cualquier movimiento que pueda desestabilizar o dañar a un tercero. Incluso en una emergencia, es generalmente más seguro caminar rápidamente que correr.
10. Para evitar caídas y deslizamientos, ten cuidado ante desniveles, pasos y escaleras y ante actividades de limpieza. Cualquier líquido derramado en el suelo se debe absorber inmediatamente.
11. Fuera de la jornada normal no debes trabajar en edificios del campus sin el permiso correspondiente, excepto en bibliotecas o salas de ordenadores. Si tienes permiso, no debes trabajar en solitario o emprender ningún trabajo experimental a menos que sea supervisado por un miembro del personal de la Universidad.
12. No realices actividades experimentales fuera del edificio o espacio habitual dedicado a tal efecto sin obtener permiso de tu profesor o profesora. Debes conocer las medidas de emergencia de esa área. Las prácticas en empresas y las salidas de estudio estarán sujetas a esta misma norma.
13. Antes de participar en una actividad nueva, deberás recibir información sobre los riesgos que pueda comportar.

ESTUDIA CON CABEZA

1. Pide información sobre las medidas a adoptar en caso de Emergencia de las instalaciones que uses, documéntate sobre los riesgos de las actividades que realices. Demanda los folletos sobre prevención de riesgos en los laboratorios que en breve van a publicarse. Te serán de gran utilidad práctica para prevenir los riesgos mecánicos, eléctricos y químicos.
2. Procura las condiciones óptimas de tu entorno personal o familiar de estudio y observa las buenas prácticas:
 - La estancia debe tener una buena renovación de aire y una temperatura agradable.



Líneas de salud en el estudio

(Manual de salud laboral para estudiantes)



- Organiza el trabajo de manera flexible: interrumpe el trabajo con PVD de forma periódica y alternarlo con otras tareas. Todo ello facilita el control de ritmos, posturas y tiempos por tu parte.

Infórmate, aumenta tus conocimientos, experimenta e investiga las posibles mejoras para estudiar de forma saludable y segura.

Datos de contacto

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales de la UPM
Tel.: 91 336 59 07 / 91 336 60 23

- La iluminación debe ser suficiente. Siempre que sea posible elige la luz natural. Tanto la artificial como la natural deben utilizarse de forma indirecta, no deben incidir directamente en los ojos y deben provenir del lado contrario de la mano con la que escribes (por la izquierda para los diestros y por la derecha para los zurdos).
 - La mesa debe ser de tamaño suficiente para colocar el material que necesites tener a mano para que la superficie de trabajo sea amplia y cómoda.
 - Apoya la parte inferior de la espalda en el respaldo de la silla y procura mantener la posición de los muslos formando ángulo recto con el pecho.
3. Cuando utilices ordenadores o pantallas de visualización de datos, ten en cuenta que su uso inadecuado puede producirte dolores de espalda, lesiones por movimientos repetidos u otras lesiones músculo-esqueléticas. Si no se adoptan medidas preventivas, estos problemas de salud se agravan. Su causa puede ser el deficiente diseño del equipamiento asociado —como las sillas—, el espacio insuficiente, la falta de formación o el no introducir pausas regulares en el trabajo con pantallas. El trabajo con pantallas no daña los ojos de forma permanente, sin embargo muchas personas que trabajan con PVD manifiestan tener vista cansada o tensión en los ojos. La prevención básica consiste en:
- Usa mobiliario adecuado: silla con respaldo, superficie de trabajo amplia y cómoda, iluminación suficiente. Apoya los antebrazos en la mesa al usar los periféricos.
 - Procura situar la pantalla del ordenador a una distancia de los ojos mayor de 40 cm.



Información

de las Delegaciones de Alumnos Quiénes son los delegados y cómo llegar

CAMPUS CIUDAD UNIVERSITARIA

ETS ARQUITECTURA

Avda. Juan de Herrera, 4. 28040 Madrid
Tel.: 91 336 65 01

Delegación de Alumnos:

Delegado: Martín R. Gil Von Der Walde
Tel./fax: 91 336 65 05
Correo-e: delegacionalumnos.arquitectura@upm.es
Web: <http://www.daetsam.aq.upm.es>

Transporte:

Autobuses: 46, 83. Metro: Ciudad Universitaria (Línea 6)

ETSI AERONÁUTICOS

Plaza Cardenal Cisneros, 3. 28040 Madrid
Tel.: 91 336 63 00 - 91 336 63 01

Delegación de Alumnos:

Delegada: M^a Mar Amapola Munuera González
Tel./fax: 91 336 62 96
Correo-e: delegadoalumnos@gmail.com
Web: <http://servidor-da.aero.upm.es/zope/portalda>

Transporte:

Autobuses: 83, 46, 132, 133, A, G, U
Metro: Ciudad Universitaria (Línea 6), Moncloa (Líneas 3 y 6)

ETSI AGRÓNOMOS

Avda. Complutense, s/n. 28040 Madrid
Tel.: 91 336 56 00

Delegación de Alumnos:

Delegada: Alba Castañeda Vera
Tel./fax: 91 336 56 17
Correo-e: delegacionalumnos.agronomos@upm.es

Transporte:

Autobuses: 62, 82, 132, G, 133, 83, I, U
Metro: Ciudad Universitaria (Línea 6)

ETSI CAMINOS, CANALES Y PUERTOS

Ciudad Universitaria, s/n. 28040 Madrid
Tel.: 91 336 67 27

Delegación de Alumnos:

Delegado: Alejandro Baranda Bellón
Tel./fax: 91 336 67 78
Correo-e: delegacion.alumnos@caminos.upm.es
Web: www.delegacion.camino.upm.es

Transporte:

Autobuses: G, F. Metro: Ciudad Universitaria (Línea 6)

ETSI MONTES

Ciudad Universitaria, s/n. 28040 Madrid
Tel.: 91 336 70 73

Delegación de Alumnos:

Delegada: Nur Algeet Abarquero
Tel.: 91 336 71 16. Fax: 91 543 95 57
Correo-e: delegacion.montes@upm.es
Web: <http://da.montes.upm.es/>

Transporte:

Autobuses: 62, 82, 132, G, F, I. Metro: Metropolitano (Línea 6)

ETSI NAVALES

Avda. Arco de la Victoria, s/n. 28040 Madrid
Tel.: 91 336 71 40

Delegación de Alumnos:

Tel./fax: 91 336 71 79
Correo-e: delegacion.alumnos.navales@upm.es
Web: <http://www.etsin.upm.es/asoc/pagina/>

Transporte:

Autobuses: 46, 82, 132, G, 83, 133
Metro: Ciudad Universitaria (Línea 6),
Moncloa (Líneas 3 y 6)

ETSI TELECOMUNICACIÓN

Ciudad Universitaria, s/n. 28040 Madrid
91 549 57 00

Delegación de Alumnos:

Delegada: Laura Martínez Blanco
Tel./fax: 91 336 72 23
Correo-e: dat@dat.etsit.upm.es
Web: <http://www.dat.etsit.upm.es/>

Transporte:

Autobuses: 62, 82, 132, F, G, I, U
Metro: Ciudad Universitaria (Línea 6)

EU ARQUITECTURA TÉCNICA

Avda. Juan de Herrera, 6. 28040 Madrid
Tel.: 91 336 76 36

Delegación de Alumnos:

Delegado: Guillermo Muñoz López
Tel.: 91 336 75 82. Fax: 91 336 32 50
Correo-e: delegacion.arquitecturatecnica@upm.es

Transporte:

Autobuses: 62, 82, 83, 132, 133, 46
Metro: Ciudad Universitaria (Línea 6),
Moncloa (Líneas 3 y 6)

Información de las DAs

Quiénes son los delegados y cómo llegar

EUIT AERONÁUTICOS

Plaza Cardenal Cisneros, s/n. 28040 Madrid
Tel.: 91 336 41 66

Delegación de Alumnos:

Delegado: José Alberto Fernández Castiñeiras
Tel./fax: 91 336 74 71
Correo-e: delegacion.aeronautica@upm.es

Transporte:

Autobuses: 82, 83, 132, 133, 46, G
Metro: Ciudad Universitaria (Línea 6), Moncloa (Líneas 3 y 6)

EUIT AGRÍCOLAS

Ciudad Universitaria, s/n. 28040 Madrid
Tel.: 91 336 54 00

Delegación de Alumnos:

Delegada: Patricia Bravo Rábano
Tel./fax: 91 336 54 24
Correo-e: dealumnos.agricolas@upm.es

Transporte:

Autobuses: 62, 82, 83, 132, 133, G
Metro: Ciudad Universitaria (Línea 6)

EUIT FORESTAL

Avda. Ramiro de Maeztu, s/n. 28040 Madrid
Tel.: 91 336 76 52

Delegación de alumnos:

Delegado: Ignacio Arizmendi Romero
Tel./fax: 91 336 79 52
Correo-e: delegacion.forestales@upm.es

Transporte:

Autobuses: 132, 82, 62, 45, F, G, I, Circular
Metro: Ciudad Universitaria, Metropolitano (Línea 6)

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE

C/ Martín Fierro, s/n. 28040 Madrid
Tel.: 91 336 40 00

Delegación de Alumnos:

Delegado: Rodrigo Ramírez Martín
Tel.: 91 336 40 38
Fax: 91 544 13 31
Correo-e: delegacioninef@gmail.com

Transporte:

Autobuses: 46, U
Metro: Ciudad Universitaria (Línea 6)

CAMPUS CENTRO

ETSI INDUSTRIALES

José Gutiérrez Abascal, 2. 28006 Madrid
Tel.: 91 336 30 60

Delegación de Alumnos:

Delegado: Óscar Manuel Campos Feito
Tel./fax: 91 336 30 84
Correo-e: delealum@etsii.upm.es
Web: <http://delealum.etsii.upm.es/>

Transporte:

Autobuses: 7, 12, 14, 27, 40, 45, 150, 250, Circular
Metro: Nuevos Ministerios (Líneas 6 y 8),
República Argentina (Línea 6),
Gregorio Marañón (Líneas 7 y 10)
RENFE: Nuevos Ministerios

ETSI MINAS

Ríos Rosas, 21. 28003 Madrid
Tel.: 91 336 70 71

Delegación de Alumnos:

Delegada: Ana Isabel Aparicio Cervantes
Tel./fax: 91 336 70 32
Correo-e: delegacion.alumnos.minas@upm.es

Transporte:

Autobuses: 45, 12
Metro: Ríos Rosas (Línea 1)
RENFE: Nuevos Ministerios

EUIT INDUSTRIALES

Ronda de Valencia, 3. 28012 Madrid
Tel.: 91 336 76 99

Delegación de Alumnos:

Delegada: Alba Silvestre González
Tel./fax: 91 336 76 83
Correo-e: delegacioneuiti@hotmail.com
Web: <http://www.euiti.upm.es/estudiantes/da/da.html>

Transporte:

Autobuses: 27, 34, 36, 41, 119, Circular
Metro: Embajadores (Línea 3)
RENFE: Embajadores

Información de las DAs

Quiénes son los delegados y cómo llegar

EUIT OBRAS PÚBLICAS

Alfonso XII. 3 y 5. 28014 Madrid
Tel.: 91 336 77 43

Delegación de Alumnos:

Delegado: Adriano Bañuelos Buenaventura
Tel./fax: 91 336 79 53
Correo-e: da.op@hotmail.com

Transporte:

Autobuses: 10, 14, 19, 24, 26, 32, 37, 54, 57, 59, 68, 69, 85, 86, 102, 140, 141
Metro: Atocha Renfe (Línea 1)
RENFE: Atocha

CAMPUS MONTEGANCEDO

FACULTAD DE INFORMÁTICA

Campus Montegancedo, s/n
28660 Boadilla del Monte. Madrid
Tel.: 91 336 73 99

Delegación de Alumnos:

Delegado: Ramón Toral Muñoz
Tel./fax: 91 336 74 10
Correo-e: dafi@zipi.fi.upm.es
Web: <http://da.fi.upm.es>

Transporte:

Autobuses: 591 (Aluche - Facultad Informática),
573 (Moncloa - Boadilla),
571 (Campamento - Boadilla),
574 (Aluche - Boadilla por Ciudad Imagen),
566 (Boadilla (Ronda) - Pozuelo (C/ Francia))

CAMPUS SUR

EUIT TELECOMUNICACIÓN

Camino de Arboleda, s/n. Campus Sur. 28031 Madrid
Tel.: 91 336 79 80

Delegación de Alumnos:

Delegado: David Baños Expósito
Tel./fax: 91 336 77 71
Correo-e: da@euitt.upm.es
Web: <http://www.euitt.upm.es/alumnos/delegacion>

Transporte:

Autobuses: 63, E, 54, 145, 58, 103, 142, 143
Metro: Sierra Guadalupe (Línea 1)

ETSI TOPOGRAFÍA GEODESIA Y CARTOGRAFÍA

Camino de Arboleda, s/n. Campus Sur. 28031 Madrid
Tel.: 91 336 79 15

Delegación de Alumnos:

Delegado: Alberto Fernández Wyttenbach
Tel./fax: 91 336 79 31
Correo-e: delegacion@datopo.com
Web: www.datopo.com

Transporte:

Autobuses: 63, E, 54, 145, 58, 103, 142, 143
Metro: Sierra Guadalupe (Línea 1)

EU INFORMÁTICA

Camino de Arboleda, s/n. Campus Sur. 28031 Madrid
Tel.: 91 336 79 03

Delegación de Alumnos:

Delegada: Beatriz Portela Jiménez
Tel./Fax: 91 336 78 99
Correo-e: da@dalum.eui.upm.es
Web: www.dalum.eui.upm.es

Transporte:

Autobuses: 63, E, 54, 145, 58, 103, 142, 143
Metro: Sierra Guadalupe (Línea 1)

(CENTROS ADSCRITOS)

CENTRO SUPERIOR DE DISEÑO Y MODA

Camino de Arboleda, s/n. Campus Sur. 28031 Madrid
Tel.: 91 331 01 26
Correo-e: secest.csdmm@upm.es
Web: www.csdmm.upm.es

Transporte:

Autobuses: 63, E, 54, 145, 58, 103, 142, 143
Metro: Sierra Guadalupe (Línea 1)

¿Qué es la DA UPM?



¿QUÉ ES LA DA UPM?

Ésta es una pregunta sencilla y difícil de responder a la vez. Si nos atenemos a lo que dice el apartado primero del artículo 126 de los estatutos de la UPM:

“La Delegación de Alumnos estará constituida por todos los representantes de estudiantes de la Universidad Politécnica de Madrid y coordinará y canalizará la representación de los alumnos en el marco de la misma.”

Pero esta definición se queda demasiado corta, sobre todo porque no recoge el valor principal que ha sido estandarte de la Delegación a lo largo de sus más de 20 años de existencia: la ilusión y ganas de trabajar de forma totalmente desinteresada de los alumnos que forma parte de ella.

La función principal de la Delegación es la de representar a todos los estudiantes de la Universidad en el marco de la misma. Esto es, luchar por nuestros derechos y velar por nuestros intereses. Se trata de una ardua labor, únicamente recompensada por la satisfacción de saber que se está trabajando por algo que merece la pena. Pero no os quiero pintar la Delegación como un calvario lleno de sacrificios, sino todo lo contrario. Es un lugar de encuentro donde se conoce una amplia gama de personas y donde siempre hay hueco para debatir sobre cualquier tema. Es un lugar donde se

hacen amigos, porque la esencia de la Delegación es el trabajo en equipo para lograr un bien común: una Universidad mejor.

Pero a parte de la labor representativa, la Delegación realiza otras muchas funciones, como son:

- Participar en encuentros nacionales e internacionales de estudiantes.
- Editar boletines informativos.
- Conceder ayudas de comedor.
- Organizar foros de empleo.

Y todas otras aquellas que se te ocurran.

Pero para que todo esto funcione, nos hace falta alguien imprescindible: tú. Tu colaboración es de vital importancia. No hace falta tener una gran cantidad de conocimientos, ni invertir mucho tiempo. Cada uno da lo que puede de sí mismo, y eso es suficiente. No tienes que preocuparte por cometer equivocaciones, todos somos humanos. Lo importante es participar y dejar tu impronta en la Universidad. Desde aquí te animo a que te atrevas a dar un paso adelante y demostrar lo que vales, siendo miembro de la Delegación. Estamos deseando contar contigo.

¡Defiende tus derechos!

Sé representante de alumnos.

¿QUIÉNES LA FORMAN?

Nombre	Cargo	Teléfono	Extensión
D. Guillermo Rodríguez Lorbada	Delegado de alumnos <i>delegado.alumnos@upm.es</i>	619 21 32 11	86012
D ^a . Irene Sánchez García	Secretaría		
D. Guillermo Rodríguez García	Tesorero de Alumnos <i>tesorero.alumnos@upm.es</i>	619 21 32 10	86011
D. Ángel Serrano Valverde	Subdelegado de Ordenación Académica <i>subdelegado.alumnos@upm.es</i>	619 21 32 15	82000
D. Ramón Toral Muñoz	Subdelegado de Información		
D ^a . Sandra Úbeda Cabrero	Subdelegada de Relaciones Externas		
D. Daniel Pineda Ovalle	Subdelegado de Extensión Universitaria, Clubes y asociaciones		
D ^a . Blanca Fernández Merino	Adjunta para Necesidades Estudiantiles		
D. Andrés Olmo Jiménez	Colaborador en Área Normativa		
D. Jorge Esteban Serrano Bernedo	Colaborador		
D. Félix Mencías Morante	Webmaster	91 336 72 23	7223
D. Salvador Marcalain Elvira	Administrativo	91 336 60 11	

Tus dudas, sugerencias, quejas, propuestas y lo que quieras en: da@upm.es

Punto de inicio

Ahora que comienzas tus estudios en la Universidad Politécnica de Madrid, accede al Punto de Inicio. Es un espacio Web de aprendizaje y autoevaluación que te permite detectar las lagunas y carencias en formación en Matemáticas, Físicas, Química y Dibujo. El objetivo es ayudarte a superarlas para que tu

paso por la Universidad se construya sobre bases firmes y afrontes con éxito tus estudios en la titulación técnica elegida.

¿Cómo puedo navegar por el punto de inicio?

http://www.upm.es/alumnos/punto_inicio.html

Mentorías para alumnos

El objetivo principal que se pretende conseguir con el proyecto MENTOR es el desarrollo de mecanismos de ayuda y orientación a alumnos de nuevo ingreso (primer curso y alumnos ERASMUS), tanto para la supervivencia y el éxito en los estudios universitarios de estos, como para facilitar su integración académica y social de la Universidad.

La consecución del mismo se concreta en los siguientes parciales:

- 1. Orientación académica:** Proporcionar al alumno mentorizado la ayuda necesaria para abordar con éxito las diferentes asignaturas del curso, desde la experiencia del mentor como alumno.
- 2. Orientación social:** Ayudar al alumno de nuevo en su adaptación a la Universidad, atendiendo a la diversidad.
- 3. Orientación administrativa:** Procurar al alumno de nuevo ingreso orientación en los procedimientos administrativos generales.

Cursos Cero

Con el fin de ayudarte a mejorar tu futuro rendimiento académico se te ofrece la posibilidad de asistir a un curso Cero, que se imparte en el mes de septiembre, y donde se refuerzan los conocimientos considerados indispensables para cursar con éxito las asignaturas de primero.

El contenido de este curso se centra en las disciplinas científicas básicas: matemáticas, química, física y dibujo técnico.

Es un buen comienzo para adaptarse al ritmo de estudio y a la nueva forma de impartir las clases, que te vas a encontrar en la Universidad.

La asistencia del curso es voluntaria y además te permite obtener créditos de libre elección. Por tanto, es un curso pensado con el exclusivo propósito de facilitarte tu incorporación a la Escuela elegida, ayudándote a superar la crisis de principio de curso y empezar con más fuerza.

Jornadas de acogida

Una vez que hayas sido admitido a través del proceso de preinscripción, se te convocará a una sesión informativa en la que se te presentará la Escuela donde desarrollarás tus estudios universitarios y se te hará entrega de material informativo.



POLITÉCNICA

CONSEJO DE REDACCIÓN: Ángel José GUTIÉRREZ, Jesús HIDALGO, Luisa María SOTO, Inés BERNABÉU. **DISEÑO GRÁFICO:** Servicio de Actividades Culturales y Programas Especiales. Unidad de Diseño Gráfico. **DEPÓSITO LEGAL:** M-51754-2004
DELEGACIÓN DE ALUMNOS: Guillermo RODRÍGUEZ LORBADA, **Delegado de Alumnos.** Irene SÁNCHEZ GARCÍA, Guillermo RODRÍGUEZ GARCÍA, Ángel SERRANO VALVERDE, Ramón TORAL MUÑOZ, Sandra ÚBEDA CABRERO, Daniel PINEDA OVALLE