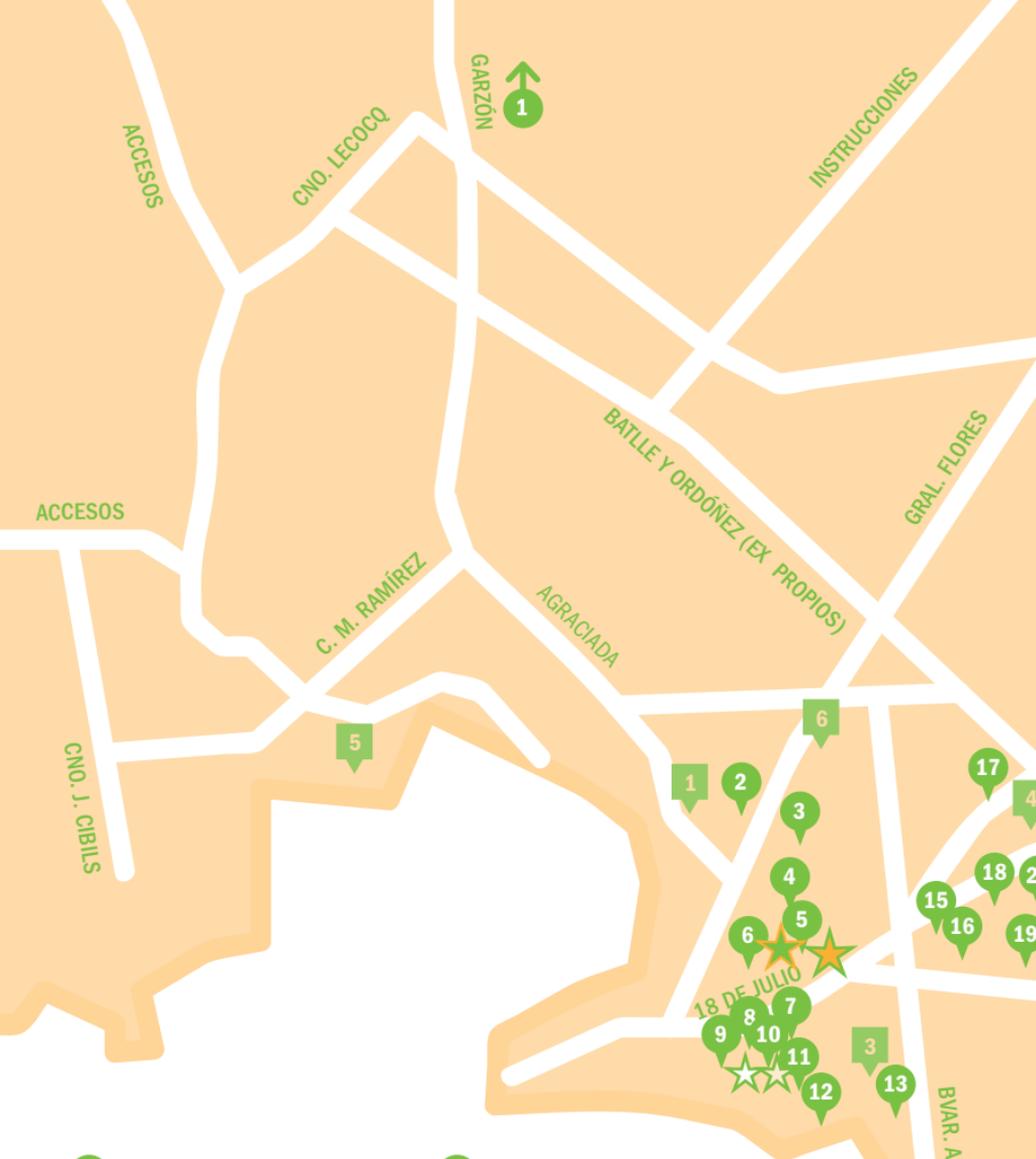


GUÍA PARA ESTUDIANTES DEL INTERIOR



CENTROS TERCIARIOS DE ESTUDIOS // BIBLIOTECAS // SERVICIOS DE ORIENTACIÓN VOCACIONAL //
BECAS // ALOJAMIENTOS ESTUDIANTILES // TRANSPORTE // DESCUENTOS // TRANSPORTE // COSTAS //
PARQUES // MERCADOS // FERIAS // CINES // TEATROS // TANGO // MÚSICA // CARNAVAL // MUSEOS //
BARES Y CAFÉS // NOCHE // SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA // DROGAS // EMPLEO // INFORMACIÓN //



1 Facultad de Agronomía
Avda. Garzón 780

2 Facultad de Medicina
Gral. Flores 2125

3 Facultad de Química
Gral. Flores s/n

4 Centro de Diseño Industrial
Miguelete 1825

5 Facultad de Psicología
Tristán Narvaja 1674

6 Facultad de Humanidades
Magallanes 1577

7 Facultad de Derecho
18 de Julio

8 Inst. Nacional de Bellas Artes
18 de Julio 1772

9 Facultad de Ciencias Sociales
Constituyente 1502

10 Escuela Univ. de Música
18 de Julio 1772

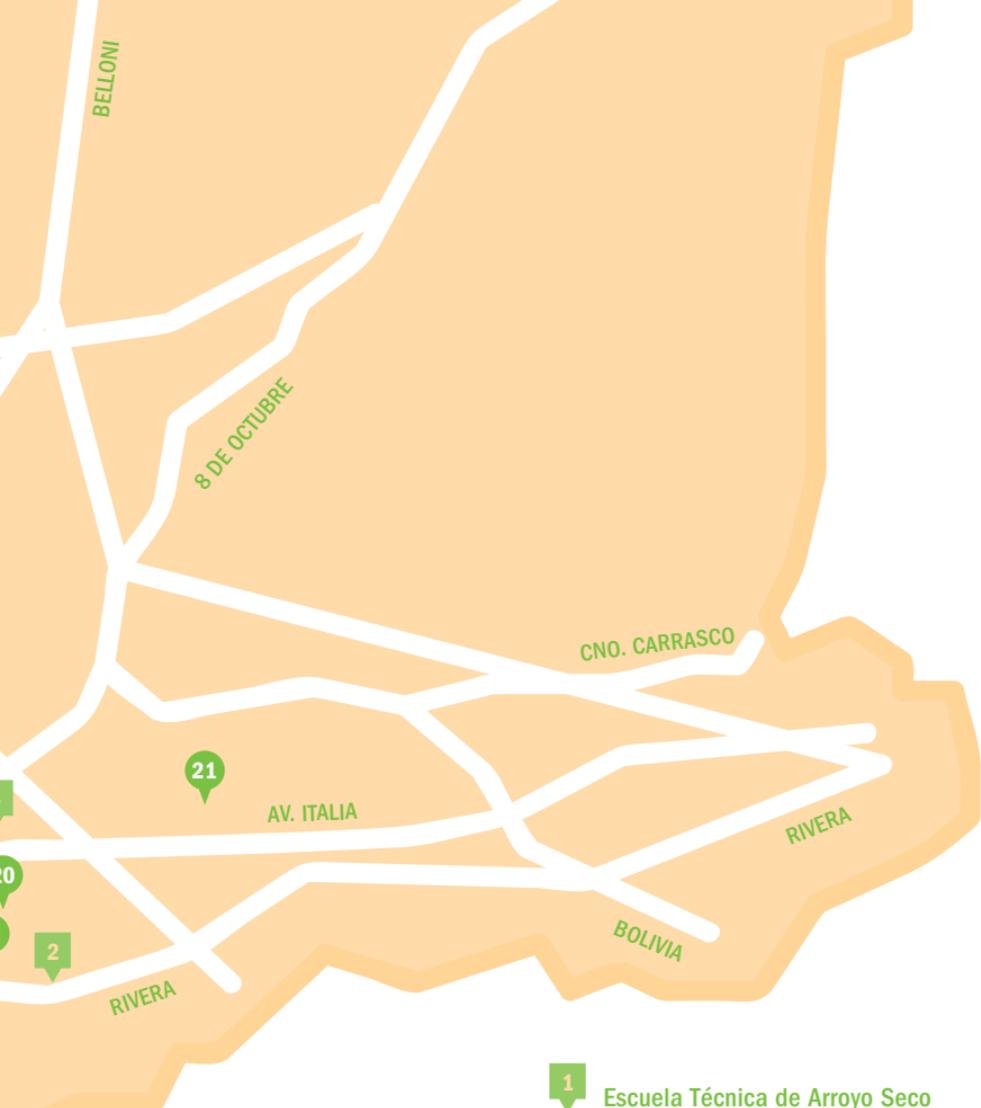
11 Escuela Bibliotecología
Magallanes 1577

12 Facultad de Economía
Gonzalo Ramírez 1926

13 Facultad de Arquitectura
Bvar, Artigas 1031

14 Facultad de Ingeniería
Julio Herrera y Reissig 565





- 15 Escuela de Parteras
Bvar. Artigas 1550. CHPR
- 16 Instituto Sup. Educación Física
Bvar. Artigas 1550. CHPR
- 17 Ciencias de la Comunicación
J. Leguizamón 3666
- 18 Hospital de Clínicas
Avda. Italia s/n
- 19 Facultad de Veterinaria
Alberto Lasplaces 1550
- 20 Facultad de Odontología
Las Heras 1925
- 21 Facultad de Ciencias
Iguá 4225

- 1 Escuela Técnica de Arroyo Seco
Avda. Agraciada 2544
- 2 Escuela Técnica de Buceo
Rivera 3729
- 3 Esc. Téc. de Comunicación Social
Guaná 2130
- 4 Escuela Téc. de La Blanqueada
Cornelio Cantera 2821
- 5 Escuela Técnica Marítima
Leonardo Olivera 4215
- 6 Esc. Téc. Sup. "Arias-Balparda"
Avda. Gral. Flores 3591
- ★ Fondo de Solidaridad
Mercedes 1796
- ★ Casa INJU
18 de Julio 1865
- ★ PROGRESA
Rodó 1827
- ★ Bienestar Universitario
Rodó 1829



GUÍA PARA ESTUDIANTES DEL INTERIOR



Autoridades

Ministerio de Desarrollo Social

Ministro: Daniel Olesker

Subsecretario: Lauro Meléndez

Universidad de la República

Rector: Dr. Rodrigo Arocena

Pro-rector de Enseñanza: Dr. Luis Calegari

Decano Fac. Psicología: Psic. Luis Leopold

Fondo de Solidaridad

Lic. Soc. Marcos Supervielle | PRESIDENTE (REPRESENTANTE DEL MEC)

Cr. Hugo Martínez Quaglia | SECRETARIO (REPRESENTANTE DE LA UDELAR)

Cr. Enrique Miranda | GERENTE GENERAL

Autores

Confección y recopilación de contenidos de la 1ª Edición: Equipo de PROGRESA 2011, Universidad de la República y MIDES/INJU:

Participa en la corrección y actualización de la 2da Edición, por PROGRESA:

Prof. Agda. Carina Santiviago, Prof. Adj. Alejandro Bouzó, Prof. Adj. Aldo Mosca, Asist.

Florencia Capurro, Asist. Fabiana De León, Asist. Vanessa Lujambio, Asist. Sofía Ramos y Asist. Virginia Rubio

Por MIDES/INJU:

Unidad Asesora en Comunicación MIDES junto a Unidad de Comunicación INJU, y Secretaría Técnica y Unidad de Análisis de Estudios.

Ministerio de Desarrollo Social

2ª edición corregida 2013

Montevideo, Julio 2011

Av. 18 de julio 1453

Teléfono: (598) 2400 0302

CP.11200

www.inju.gub.uy

Edición, diseño y armado: Unidad de Información y Comunicación. MIDES

Prólogo

Bienvenido/a a Montevideo, si estás leyendo esta guía seguramente sos un/a de los/as que tuviste que tomar la decisión de viajar e instalarte en Montevideo para seguir estudiando y realizar aquello que te gusta, seguramente tu vocación.

Sabemos que esto significa muchas cosas; esfuerzo, desarraigo, separación de amigos, familia, barrio y ciudad. Pero también, llegar a Montevideo supone cambios, nuevos lugares, nuevos amigo/as, nuevas oportunidades y desafíos.

Esta guía que realizamos conjuntamente entre el Fondo de Solidaridad, PROGRESA-UdelaR y el Instituto Nacional de la Juventud-MIDES, tiene como principal objetivo ayudarte a que te integres a la ciudad, la conozcas mejor y también seas y te sientas parte de ella.

¡Esperamos que sea de tu ayuda!

Matías Rodríguez

Director Instituto Nacional de la Juventud
Ministerio de Desarrollo Social

Prólogo

La Universidad de la República viene implementando variadas estrategias que apuntan a la generalización de la enseñanza avanzada, promoviendo la ampliación de las oportunidades educativas. Nuevas sedes en el interior, programas regionales, nuevas carreras, diversificación de las modalidades de enseñanza, fortalecimiento de los vínculos con la comunidad, son algunas de las estrategias que buscan que la universidad sea accesible no solo a los que quieren y pueden, sino a todos aquellos que así lo deseen.

En este sentido la promoción de la equidad territorial es uno de los desafíos que se están encarando a través de varias respuestas que resultan aún insuficientes. Dan cuenta de ello, un importante número de jóvenes que para poder continuar sus estudios deben trasladarse a Montevideo, con todos los costos que esto significa, no solo materiales sino también y no menos significativos, costos afectivos. Dejar el lugar donde se vive, la familia y los amigos, son aspectos que se suman a la ya difícil transición entre la enseñanza media y la Universidad.

Por esta razón unimos esfuerzos con el INJU y el Fondo de Solidaridad, para confeccionar esta guía que pretende aportar al menos referencias territoriales e institucionales para aquellos que hoy van a vivir por un tiempo en Montevideo y puedan así, vincularse más fácilmente con todos sus recursos.

Carina Santiviago

Programa de Respaldo al Aprendizaje
Universidad de la República

Prólogo

El Fondo de Solidaridad desea darte la bienvenida a Montevideo.

Desde hace varios años estamos apoyando a los estudiantes que desean continuar sus estudios terciarios tanto en la Universidad de la República como en el Consejo de Educación Técnico Profesional (UTU), a través de becas que permitan que aquellos estudiantes que tienen dificultades, sobre todo económicas, puedan también acceder a sus estudios. Este apoyo es posible gracias al aporte solidario de los profesionales egresados de esas mismas casas de estudio quienes, una vez recibidos contribuyen a financiar este sistema de becas.

Año tras año el volumen de becas solicitadas y otorgadas ha crecido constantemente, lo que permite acompañar a más estudiantes, aportando al desarrollo académico y la inclusión en el sistema de jóvenes a los que anteriormente les era muy difícil acceder a la educación terciaria, posibilitando así la inclusión social y la generación de una ciudadanía capaz de crear proyectos individuales que contribuyan al crecimiento de su comunidad y de la sociedad en su conjunto.

Por este motivo, nos unimos al INJU y a la UDELAR en el desafío que implica esta Guía, que tiene como objetivo colaborar en tu inserción en la ciudad de Montevideo, tratando de hacer más fácil la incorporación de los cambios a los que te verás enfrentado en esta nueva etapa de tu vida.

Te deseamos una feliz integración a la ciudad y a tu centro de estudios!

Cecilia de León
Gerente Dpto. de Becas
Fondo de Solidaridad

“Navegar es preciso”

Esta guía pretende ser una de las bienvenidas a Montevideo, es un honor para la ciudad en su conjunto recibir a jóvenes que con trabajo y esfuerzo apuestan al desarrollo social, desde su compromiso educativo.

Montevideo, desde sus orígenes ha sido fundada y enriquecida por los movimientos migratorios, esos movimientos que son frutos de la ilusión unas veces y de la necesidad otras tantas.

Asimismo, buscamos garantizar el ejercicio efectivo del derecho a la circulación y participación social. Cada persona tiene derecho a conocer y andar por la ciudad, a disfrutar su propio entorno y la responsabilidad de contribuir con su cuidado y desarrollo. La ciudad se ofrece como espacio abierto y diverso, que es necesario explorar. Para ello es importante contar con ciertas coordenadas y referencias...como una carta para navegar.

Paulatinamente, cada uno y cada una irán construyendo sus itinerarios, sus lugares preferidos y sus anécdotas en cada rincón. Recorrer y transitar es una forma de apropiarse del lugar, de sentirnos cada día un poco más cómodos.

Si bien esta guía presenta algunas referencias, éstas deben ser complementadas desde el intercambio personal, es decir que es importante preguntar y re preguntar si no entendimos, pedir recomendaciones a aquellas personas con las que tenemos cierta confianza.

En el año 2008, el Ministerio de Desarrollo Social reconoce la recreación como un derecho de los ciudadanas y ciudadanos, ya que afecta la calidad de vida y la salud de mujeres y hombres.

Así que, ¡sean todas y todos ustedes bienvenidos a la ciudad de Montevideo!

GUÍA PARA ESTUDIANTES
DEL INTERIOR | 1



_Inju-MIDES

15 _Centros de Información

Programas para vos



Instituto Nacional de la Juventud. Ministerio de Desarrollo Social (MIDES/INJU)

Organismo encargado de planificar, diseñar, asesorar, articular, ejecutar y evaluar políticas públicas de juventud, en coordinación con otros organismos estatales, a los efectos de garantizar el ejercicio pleno de derechos por parte de los jóvenes uruguayos.

 Centro de Información a la Juventud. Casa INJU (18 de Julio 1865)

 0800 4658

 cijinju@mides.gub.uy

 Unidad de Comunicación INJU. Ministerio de Desarrollo Social 1453 piso 1

 2400 03 02 int. 1120

 comunicainju@mides.gub.uy

Facebook: [midesinju](#) / **Twitter:** [inju_uy](#) / **YouTube:** [midesinju](#)

Casa Inju

aquí encontrarás un Centro de Información a la Juventud que puede brindarte información actualizada referida a educación, empleo, salud, tiempo libre, derechos, vivienda, concursos, y sobre todos los temas que sean de tu interés. Además podrás integrarte a diversas propuestas: talleres artístico culturales, biblioteca, talleres de orientación vocacional y laboral, espectáculos, Espacio Net y Espacio Ceibal, y también podés presentarte a llamados abiertos para utilizar los espacios de la Casa (audiovisual, teatro, plástica, corporal). Todo lo que pasa adentro de la casa es gratuito y de entrada libre. La Casa INJU es en 18 de Julio 1865. Comunicarse al 0800 4658.

 **Comunicarse al 0800 4658**

Programa Primera Experiencia Laboral

Tiene como objetivo facilitar el acceso al primer trabajo a los y las jóvenes, como forma de impulsar la integración y desarrollo social. Se trata de un programa educativo de intermediación laboral que desarrolla un ciclo de talleres de orientación laboral en Casa INJU las penúltimas semanas del mes; a la vez que brinda un servicio gratuito de selección de personal para los empleadores de modo de poder conectar la demanda con la oferta de puestos de trabajo decente.

Para participar de los talleres comunicarse al 0800 4658 o dirigirse personalmente al Centro de Información a la Juventud 18 de Julio 1865.

 **Comunicarse al 0800 4658**

Talleres de Orientación Vocacional Ocupacional

El programa brinda herramientas y orientación para el diseño de estrategias que aporten a la construcción de un proyecto de vida. Para ello se desarrollan talleres en liceos durante el primer semestre y en el segundo semestre en Casa INJU. Estos talleres son coordinados por el Programa de Respaldo al Aprendizaje (PROGRESA) de la Universidad de la República y MIDES/INJU. Son gratuitos y funcionan como un espacio para pensar las decisiones vocacionales al tiempo que para ampliar información sobre la oferta educativa existente. Para participar comunicarse al 0800 4658 o dirigirse personalmente al Centro de Información a la Juventud, 18 de Julio 1865.



Comunicarse al 0800 4658

Talleres de Orientación Laboral (TOL)

Tienen por objetivo mejorar la empleabilidad de las personas jóvenes, brindando herramientas y habilidades para la búsqueda de empleo. Forman parte del Programa de Primera Experiencia Laboral que lleva a cabo el MIDES/INJU junto al Área de Psicología del Trabajo de la Facultad de Psicología-UdelaR, República AFAP, Pit-Cnt y el Banco de Previsión Social. Los TOL tienen como objetivo brindar a quienes tengan entre 18 y 24 años, las herramientas necesarias acordes a los requerimientos del mercado laboral para poder buscar empleo. Para participar comunicarse al 0800 4658 o dirigirse personalmente al Centro de Información a la Juventud- 18 de Julio 1865.



Comunicarse al 0800 4658

Expo Educa

Son exposiciones de propuestas educativas que tiene como finalidad darle visibilidad a la diversidad de ofertas educativas dirigidas a jóvenes. Se realizan de forma itinerante en diversas localidades de todo el país a lo largo del año. Buscan al mismo tiempo favorecer los procesos de reflexión en torno a los trayectos individuales educativos y laborales. Son organizadas en conjunto por el Instituto Nacional de la Juventud (MIDES/INJU), PROGRESA-Universidad de la República y el Fondo de Solidaridad.

Encuentros de Arte y Juventud

Buscan desarrollar actividades de estímulo, formación, valoración y difusión del trabajo creativo de jóvenes, promoviendo la expresión de la diversidad de propuestas artísticas y la participación juvenil. Se realizan anualmente recorriendo el territorio nacional y son organizados por MIDES/INJU y Ciudadanía Cultural-DNC/MEC.

Pueden participar gratuitamente todas aquellas personas adolescentes y jóvenes que tengan entre 14 y 29 años. Para participar tenés que inscribirte a la convocatoria de propuestas que se desarrolla cada año.

Talleres Artístico-Culturales

El programa favorece la integración social y cultural de jóvenes y adolescentes de 14 a 29 años a través de la realización de talleres artístico-culturales en todo el país que son programados una vez al año y que responden a las demandas locales.

Programa Tarjeta Joven

Otorga diferentes tipos de la tarjeta y realiza la feria de emprendimientos juveniles **germina!**

La Tarjeta Joven te permite acceder a productos y a servicios, tanto en empresas públicas como privadas, en todo el territorio nacional. Sus objetivos son: facilitar el acceso de jóvenes de 14 a 29 años a bienes y servicios de carácter comercial, educativo, sanitario, cultural, recreativo y deportivo; fomentar una cultura emprendedora entre personas jóvenes, y constituir una herramienta que posibilite el acceso a recursos, ya que en su versión **Tarjeta Joven Prepaga** sirve para las transferencias monetarias del Fondo de Iniciativas Juveniles, otro programa de MIDES/INJU. Además, podés solicitar también la Tarjeta Joven Crédito-BROU Master Card.

Más información: www.inju.gub.uy

Fondo de Iniciativas Juveniles (FIJ)

Pretende ser una herramienta para la concreción de propuestas y proyectos de agrupaciones juveniles, a fin de empoderar a los grupos en la gestión, utilización y producción de recursos para la realización de actividades según sus intereses. Apoya a grupos de jóvenes que desarrollan prácticas solidarias en cualquier lugar del país. Por ejemplo: acciones de capacitación, difusión o intercambio con otros grupos u organizaciones.

Durante el 2012 se realizaron ediciones especiales frutos de acuerdos con MTOP para el Fondo Obra Joven y con MGAP/DGDR para su Somos de acá. Informate sobre las futuras convocatorias en la web del INJU o de los respectivos ministerios.

Más información: www.inju.gub.uy

FIJ para investigadores/as jóvenes

El objetivo principal del fondo es estimular la generación y divulgación de conocimientos realizados por jóvenes que sirvan como insumos para el desarrollo de políticas y programas de juventud en Uruguay. Se podrán postular jóvenes de hasta 30 años, estudiantes avanzados/as de nivel terciario y egresados/as. Los trabajos se pueden presentar individualmente o en equipos de investigación conformados por no más de tres integrantes. Los documentos finales serán publicados por MIDES/INJU en la Revista *Mirada Joven* y presentados en las instancias de difusión que se estimen convenientes..

Plan Nacional de Juventudes 2011-2015

En 2008 MIDES/INJU inició la construcción de un *Plan Nacional de Juventudes 2011-2015*, luego de que el Estado firmara y ratificara la Convención Iberoamericana de Derecho de los Jóvenes, a través de un proceso participativo con jóvenes y organizaciones juveniles en todo el territorio. Participaron de esta consulta alrededor de 2000 jóvenes.

Paralelamente se desarrolló un proceso de diálogo y construcción de acuerdos con diferentes organismos e instituciones públicas, a nivel central y municipal para la elaboración de propuestas en torno a diversas temáticas relevantes para

las políticas de juventud. Estos documentos se encuentran en la “Bases para un futuro Plan Nacional de Juventudes”.

MIDES/INJU continúa actualmente trabajando en la articulación de las políticas dirigidas a los jóvenes hacia la concreción del Plan Nacional de Juventudes.

Otros programas que te pueden interesar

Programa Compromiso Educativo

Si sos estudiante de Educación Terciaria podés ser Referente Par del Programa Compromiso Educativo en diversos Centros Educativos de Educación Media Superior (EMS). El programa constituye una apuesta interinstitucional que tiene por objetivo apoyar a adolescentes y jóvenes para que permanezcan y puedan potenciar sus trayectorias en el sistema educativo público, completando la EMS. Uno de sus componentes lo constituyen los Espacios de Referencias Entre Pares, donde el papel que juegan los estudiantes de Formación Terciaria es fundamental para el cumplimiento de los objetivos que se plantea el Programa.

Instituciones coejecutoras: ANEP (a través de CODICEN), CES, CETP y CFE; INAU; MEC; MIDES; y UdelaR (a través del PROGRESA). Asimismo el programa cuenta con el apoyo de la OPP y el MEF.

-  San José 878
-  2901 9830
-  www.yomecomprometo.edu.uy
-  referentespares@gmail.com

Programa de Respaldo al Aprendizaje (PROGRESA/UdelaR)

Es un Programa radicado en la Comisión Sectorial de Enseñanza de la Universidad de la República, que desarrolla diversas estrategias tendientes a potenciar las trayectorias educativas de todos los jóvenes universitarios. Dentro de las acciones que lleva adelante se destacan el asesoramiento, orientación y acompañamiento a jóvenes en diversos aspectos de la vida universitaria. Coordinando con otros actores, el Programa impulsa líneas de acción dirigidas a estudiantes de Educación Media.

A través de este Programa tenés la posibilidad de repensar lo que elegiste para estudiar, cómo vincularlo con la institución y sus diferentes actores, conocer sus recursos y poder utilizarlos, buscar información, entre otros aspectos. Algunas de las actividades desarrolladas e impulsadas son: Tutorías Entre Pares, Estrategias de Aprendizaje, Lectura y Escritura, Herramientas para la Búsqueda de Empleo, Espacios de Orientación y Consulta, entre otras.

-  José Enrique Rodó 1827
-  2409 8574 / 2408 3886 / 2402 3257
-  www.progresacse.edu.uy
-  progresacse.edu.uy

Programa “Yo Estudio y Trabajo”

Dirigido a jóvenes entre 16 y 20 años que se encuentran estudiando y no han tenido experiencia laboral formal superior a 90 días corridos.

El objetivo del Programa es ofrecer una primera experiencia laboral formal, generando habilidades básicas para desempeñarse en el mercado laboral, asegurando la continuidad en el estudio.

Requisitos de ingreso

- ☉ Tener entre 16 y 20 años.
- ☉ Encontrarse cursando o inscripto pendiente a un curso que comenzará en este año en Educación Formal (Liceo, CETP-UTU, IPA, Universidad e institutos terciarios) o Educación No Formal (deben tener una duración mínima de 240 horas y la entidad dictante debe estar habilitada y/o inscripta en los registros del MEC, ANEP, INEFOP, o DINAÉ-MTSS).

☎ Centro de Información a la Juventud 0800 4658

@ cijinju@mides.gub.uy

PROJOVEN

PROJOVEN es un programa pensado para facilitar la inserción laboral de las y los jóvenes. Se propone mejorar sus calificaciones mediante capacitaciones actualizadas desde un punto de vista técnico e incrementar sus posibilidades de empleo mediante cursos de orientación laboral, prácticas laborales en empresas y apoyos a las inserciones en el mercado de trabajo. El diseño del programa prioriza la articulación de las acciones de formación con las necesidades y oportunidades identificadas en los sectores productivos del país.

Dirigido a jóvenes entre 18 y 24 años.

📍 Uruguay 807

☎ 2900 9550

👉 www.projovent.gub.uy

Consumo Cuidado

Programa de reducción del riesgo y daños asociados al consumo de sustancias psicoactivas. Las intervenciones son itinerantes y tienen como objetivo promover una cultura de consumo cuidado en los lugares destinados al disfrute del tiempo libre mediante la sensibilización en la perspectiva de gestión de riesgos asociados al consumo de drogas.

Sensibilización a la población joven en los eventos festivos. Capacitación con los actores contrapartes de los eventos. Asistencia socio-sanitaria en caso de intoxicaciones vinculadas al consumo de drogas. Sensibilización pública en la temática con la población general.

📍 El Abrojo. Soriano 1153 esq. Gutiérrez Ruiz

☎ 2903 0144 / 2900 9123

👉 www.consumocuidado.com.uy

@ consumocuidado@gmail.com

Centros de información



Optar por continuar los estudios terciarios en la Capital, constituye una experiencia enriquecedora además de un desafío en la vida de todo joven y de su entorno familiar. Para contribuir en esta nueva etapa que se inicia, te presentamos información sobre algunos Centros de Información que pueden serte útiles a la hora de informarte sobre propuestas académicas, programas juveniles o sobre algún trámite.

Centro de Información Universitaria (CIU) UdelaR

Brinda información sobre: Planes y guías de estudio de las carreras y campos ocupacionales de la Universidad de la República. Carreras que se dictan en la UdelaR. Carreras de posgrado de la Universidad (Doctorados, Maestrías, Especializaciones y Diplomas). Diversos trámites administrativos (inscripciones, simultaneidad de carreras, información para extranjeros que deseen cursar estudios en la UdelaR, etc). Becas y beneficios a los que pueden acceder los actores universitarios.

 18 de Julio 1824. Hall de Facultad de Derecho

 2400 1819 / 2408 2566 / 2408 9574

 www.universidad.edu.uy

 infoudelar@oce.edu.uy

 lunes a viernes de 8 a 20 horas

Centro de Información a la Juventud (CIJ) Inju

Tiene como cometido difundir información acerca de: educación, empleo, salud, tiempo libre, Tarjeta Joven, actividades organizadas por el Instituto Nacional de la Juventud (MIDES/INJU) o apoyadas por dicha institución.

 18 de Julio 1865

 0800 4658

 www.inju.gub.uy

 cijinju@mides.gub.uy

Centro de Información y Orientación al Público (CIOP) Ministerio de Educación y Cultura (MEC)

Tiene como finalidad brindar información necesaria y oportuna para acceder fácilmente a todos los servicios del MEC.

 Reconquista 535

 2915 01 03 / 2915 02 03

 www.mec.gub.uy

 centrodeinformacion@mec.gub.uy

 lunes a viernes de 12 a 16 horas



GUÍA PARA ESTUDIANTES
DEL INTERIOR | 2





_Programas de Apoyo y Orientación Vocacional Ocupacional

19 _Becas de estudio

21 _Registro de Alojamientos estudiantiles

23 _Centros Terciarios de Educación Pública

27 _Bibliotecas



Programas de apoyo y orientación a los estudiantes



La construcción de la trayectoria educativa puede suscitar dudas e inquietudes, para hacerlo más llevadero te proponemos algunos Programas y Espacios de Orientación.

Programa de Respaldo al Aprendizaje Progres-a-UdelaR

Es un programa de la Comisión Sectorial de Enseñanza de la Universidad de la República que desarrolla diversas estrategias tendientes a potenciar las trayectorias educativas de todos los jóvenes universitarios.

Dentro de las acciones que lleva adelante se destaca el asesoramiento, orientación y acompañamiento a jóvenes en aspectos de la vida universitaria. La posibilidad de repensar lo que elegiste para estudiar, **como vincularse con la institución y sus diferentes actores, conocer sus recursos y poder utilizarlos**, buscar información, acompañado de referentes calificados.



José Enrique Rodó 1827



2409 8574 / 2408 3886 / 2402 3257



www.cse.edu.uy



progres-a@cse.edu.uy

Talleres de Orientación Vocacional Ocupacional PROGRESA-MIDES/INJU

Los talleres se realizan en la Casa INJU.



18 de Julio 1865



0800 4658



www.inju.gub.uy



cijinju@adinet.com.uy

Espacios de Orientación y Consulta PROGRESA

Durante el año se desarrollan Espacios de Orientación y Consulta dirigido a estudiantes de Educación Terciaria y Educación Media Superior.



José Enrique Rodó 1827



2409 8574 / 2408 3886 / 2402 3257



www.progres-a.cse.edu.uy



progres-a@cse.edu.uy

Primera Experiencia Laboral

tiene como objetivo facilitar el acceso al primer trabajo a los y las jóvenes, como forma de impulsar la integración y desarrollo social. Se trata de un programa educativo de intermediación laboral que desarrolla un ciclo de talleres de orientación laboral en Casa INJU las penúltimas semanas del mes; a la vez que brinda un servicio gratuito de selección de personal para los empleadores de modo de poder conectar la demanda con la oferta de puestos de trabajo decente. Para participar de los talleres comunicarse al 0800 4658 o dirigirse personalmente al Centro de Información a la Juventud, 18 de Julio 1865.



18 de Julio 1865



0800 4658



www.inju.gub.uy



cijinju@adinet.com.uy



Becas de estudio

A continuación te presentamos algunas opciones de becas, incluyendo los alojamientos estudiantiles, que quizás puedan interesarte o serte útiles.

Fondo de Solidaridad

Brinda un sistema de becas para estudiantes de la Universidad de la República y del nivel terciario del Consejo de Educación Técnico Profesional (CETP-UTU).

Las mismas están destinadas a estudiantes que provengan de hogares que no cuenten con los medios suficientes para apoyar los estudios terciarios del joven. Se tiene en cuenta para el estudio de la solicitud:

- ⦿ Situación económica
- ⦿ Situación patrimonial.
- ⦿ Integración del hogar
- ⦿ Situación de salud de sus integrantes.
- ⦿ Escolaridad: Solamente para los estudiantes que solicitan la beca como categoría Primera Vez Cursando o Renovación.

Las becas son para estudiantes de todo el país, y para estudiar en cualquier departamento.

- 🏠 Mercedes 1796
- ☎ 2400 1445
- 👉 www.fondodesolidaridad.edu.uy
- 📧 becarios@fondodesolidaridad.edu.uy

Servicio Central de Bienestar Universitario

Cuenta con un sistema de becas destinadas a estudiantes de la Universidad de la República. La edad máxima para aspirar a una beca es 25 años para quienes ingresan a la UdelaR y 27 años para quienes solicitan becas por primera vez y ya están cursando. Algunas de las becas consisten en:

- ⦿ **Asistencia alimentaria:** Se brinda a través de los comedores universitarios, abonando un ticket de bajo costo por almuerzo y cena. Las direcciones de los comedores son: Comedor Universitario N°1. Juan Antonio Rodríguez 1472. Comedor Universitario N°2. Alfredo Navarro 3087.
- ⦿ **Pasajes interdepartamentales:** Bonificación que otorgan las empresas de transporte interdepartamental, según acuerdos con el servicio.
- ⦿ **Boleto urbano:** Consiste en el descuento del 50% del total.
- ⦿ **Apoyo económico:** Contribuye a disminuir el gasto ocasionado por el alojamiento y demás necesidades del estudiante universitario.

- 🏠 José E. Rodó 1829
- ☎ 2408 2476 / 2402 0238 interno 104
- 👉 www.bienestar.edu.uy

Becas Municipales

Programa de Alojamiento en Montevideo “Tocó Venir”, para estudiantes del Interior. Secretaría de Juventud de la Intendencia Municipal de Montevideo. Dirigido a jóvenes entre 18 y 25 años (15 mujeres y 15 hombres) que comiencen sus estudios en instituciones terciarias públicas.

-  Soriano 1432 piso 2
-  1950
-  www.juventud.gub.uy
-  juventud@juventud.gub.uy

Intendencias departamentales

La mayoría de las intendencias departamentales cuentan con algún tipo de beca de alojamiento destinada a quienes deben trasladarse para poder continuar sus estudios terciarios. Por más información puedes dirigirte a la oficina municipal correspondiente en tu departamento.

Becas de la Fundación Chamangá para jóvenes vocacionales

Busca promover a jóvenes uruguayos, valorizar sus vocaciones y ayudar a su formación mediante la concesión de becas. La beca consiste en un aporte mensual que le permite a la persona dedicarse a sus estudios sin apremios económicos. Además se le brinda acompañamiento social y educativo por parte de la secretaría y de tutor/a especialista en el área de vocación.

Las becas se conceden a jóvenes entre 18 y 30 años de edad que tengan una vocación definida y comprobada con estudios o actividades realizadas durante dos años como mínimo y con dificultades socioeconómicas para concretar sus estudios.

-  2900 4360 / 098 917 809
-  www.fundacionchamanga.org.uy
-  fchamanga@gmail.com

Ministerio de Educación y Cultura

Becas para estudiantes de 14 a 29 años de enseñanza secundaria o UTU de primero o segundo ciclo priorizando a los de ciclo básico.

Consiste en un subsidio económico mensual que se brinda durante el año lectivo -marzo a diciembre-, se renueva anualmente en función del rendimiento del estudiante.

-  Reconquista 535, piso 5
-  2915 0103 interno 156
-  edubecas@mec.gub.uy

Registro de alojamientos estudiantiles



Listado de alojamientos estudiantiles (pensiones, residencias y casas de familia) visitados por el servicio de Bienestar Universitario y avalados en la ciudad de Montevideo.

Bienestar universitario

 José E. Rodó 1829

 2408 2476 / 2402 0238 interno 104

 www.bienestar.edu.uy

Barrio	Dirección	Tipo	Sexo	Teléfono
Aguada	Gral. Luna 1235 entre Agraciada y Zapicán	Residencia de estudiantes	A	2209 6949
Aguada	Nicaragua 1479 entre Minas y Yaguarón	Residencia de estudiantes	M	099 078003
Blanqueada	Gregorio Funes 2987 Apto. 002 entre J. Spikerman y E. Nuñez	Casa de familia	F	096 213982
Blanqueada	Jaime Cibils 2787 entre 8 de Octubre y Cornelio Cantera	Pensión estudiantil	A	2487 7688 099 235276
Centro	Wilson Ferreira Aldunate 1243 entre Soriano y Maldonado	Residencia de estudiantes	F	2900 0524
Centro	Río Negro 1319 entre 18 de julio y San José	Residencia de estudiantes	F	2908 3944 094 764144
Centro Sur	Julio Herrera y Obes 1074 apto. 101 entre Durazno e Isla de Flores	Casa de familia	F	094 802364
Centro	Paysandú 1418 entre Germán Barbato y Barrios Amorín	Residencia de estudiantes	A	2712 6220 099 345935
Cordón	Pablo de María 1358 entre J.E. Rodó y Rivera	Residencia de estudiantes	A	2408 8228 2402 7518 096 696232
Cordón	Emilio Frugoni 1369 entre J.E. Rodó y Chaná	Residencia de estudiantes	F	2409 8793 099 505060
Cordón	Emilio Frugoni 1363 entre J.E. Rodó y Chaná	Pensión estudiantil	F	2401 2119
Cordón	Uruguay 1765 entre Gaboto y T. Narvaja	Residencia de estudiantes	F	2403 5065 2401 6312

Cordón	Charrúa 1824 entre Gaboto y Yaro	Residencia de estudiantes	F	2408 2806 095 760055
Cordón	Gaboto 1319 entre J.E. Rodó y Chaná	Residencia de estudiantes	F	2409 7900
Cordón	J.A. Rodríguez 1429 Apto. 3	Residencia de estudiantes	A	094 949559
Cordón	Gaboto 1164 entre Canelones y Maldonado	Residencia de estudiantes	A	2419 8512 2711 2919
Cordón	Emilio Frugoni 1423 entre Rodó y Guayabos	Residencia de estudiantes	A	2710 0775 098 727793
Cordón	J.E. Rodó 1979/1981 entre Jackson y Rodríguez	Residencia de estudiantes	A	2408 8228 096 696232
Cordón	J.E. Rodó 2140 entre Pablo de María y Salterain	Residencia de estudiantes	A	2408 8228 096 696232
Cordón	Uruguay 2112 entre Defensa y Martín C. Martínez	Residencia de estudiantes	A	2400 3728
Cordón	Colonia 2094 entre J. Requena y Martín C. Martínez	Residencia de estudiantes	F	2481 7520 2409 8223
Cordón Norte	La Paz 1656 entre Gaboto y T. Narvaja	Pensión estudiantil	F	2408 4254 094 463435
Parque Rodó	Lauro Müller 1867 entre E. Frugoni y E. Acevedo	Residencia de estudiantes	M	2411 0472 099 112914
Parque Rodó	E. Frugoni 901 entre Lauro Müller y Gonzalo Ramírez	Residencia de estudiantes	F	2419 9736 099 112914
Punta Carretas	Patria 647 Apto. 101 entre Ibiray e Itapúa	Casa de familia	F	2711 8079 099 236703
Tres Cruces	Eduardo Víctor Haedo 2272 entre Acevedo Díaz y Cufre	Residencia de estudiantes	A	2401 0638
Tres Cruces	Juan Santiago Walcalde 2606 entre Garibaldi y Ramón Cajal	Casa de familia	F	094 775913
Tres Cruces	La Paz 2083 Apto. 4 entre Defensa y Constitución	Casa de familia	F	2408 2777

Centros Terciarios de Educación Pública



Universidad de la República

Facultad de Agronomía

 Avda. Garzón 780
 2359 7191 al 94
 www.fagro.edu.uy

Facultad de Veterinaria

 Alberto Lasplaces 1550
 2622 6413 al 19
 www.fvet.edu.uy

Facultad de Arquitectura

 Bvar. Artigas 1031
 2400 1106
 www.farq.edu.uy

Centro de Diseño Industrial

 Bvar. Artigas 1031
 2400 1106
 www.cdi.edu.uy

Facultad de Ciencias

 Iguá 4225
 2525 8618 al 22
 www.fcien.edu.uy

Facultad de Ingeniería

 Julio Herrera y Reissig 565
 2711 0697 / 2711 0698
 www.fing.edu.uy

Facultad de Química

 Avda. Gral. Flores s/n
 2924 1860
 www.fq.edu.uy

Facultad de Enfermería

 Jaime Cibils 2810
 2487 0050 / 2480 4687
 www.fenf.edu.uy

Esc. de Sanidad "Dr. José Scosería"

 Sarandí 122
 2916 1111 / 2915 6344
 scoseria_fenf@hotmail.com

Facultad de Medicina

 Avda. Gral. Flores 2125
 2924 3414
 www.fmed.edu.uy

Escuela de Nutrición

 Paysandú 843
 2900 8415 / 2900 2375
 www.enyd.fmed.edu.uy

Escuela de parteras

 Bvar. Artigas 1550. CHPR
 2708 7068
 parteras@fmed.edu.uy

Escuela Univ. de Tecnología Médica

 Avda. Italia. Hospital Clínicas P. 3
 2487 1323
 www.eutm.fmed.edu.uy

Facultad de Odontología

 Las Heras 1925
 2487 3048
 www.odon.edu.uy

Esc. de Tecnología Odontológica

-  Las Heras 1925
-  2487 1987
-  www.odon.edu.uy/eto

Facultad de Psicología

-  T. Narvaja 1674 / Mercedes 1737
-  2400 8555 / 2408 2629
-  www.psico.edu.uy

Inst. Superior de Educación Física

-  Parque Batlle y Ordóñez s/n
-  2480 0102 / 2487 2156
-  www.isef.edu.uy

Facultad de Ciencias Sociales

-  Constituyente 1502
-  2418 0938 / 2418 4579
-  www.fcs.edu.uy

Fac. de Ciencias Económicas y Adm.

-  Gonzalo Ramírez 1926
-  2411 8839
-  www.ccee.edu.uy

Escuela de Administración

-  Gonzalo Ramírez 1926 P. 1
-  2411 8839 int. 155 / 2419 7310
-  www.ccee.edu.uy/eda

Lic. Ciencias de la Comunicación

-  José Leguizamón 3666
-  2628 9650 al 52
-  www.comunicacion.edu.uy

Esc. Universitaria Bibliotecología

-  Emilio Frugoni 1427
-  2401 0788 / 2401 1423
-  www.eubca.edu.uy

Facultad de Humanidades

-  Magallanes 1577
-  2409 1104 al 06
-  www.fhuuce.edu.uy

Facultad de Derecho

-  18 de Julio 1824
-  2408 3311
-  www.fder.edu.uy

Instituto Nacional de Bellas Artes

-  José Martí 3314 / 18 de Julio 1772
-  2708 7606 / 2403 6440
-  www.enba.edu.uy

Escuela Universitaria de Música

-  18 de Julio 1772
-  2403 6440
-  www.eumus.edu.uy

Centro Universitario de Paysandú

-  Florida 1051
-  4722 2291 / 4722 0221
-  www.cup.edu.uy

Centro Universitario Regional Este

-  www.cure.edu.uy

Sede Maldonado

-  Tribuna este. Campus Municipal
-  4223 6595

Sede Rocha

-  Lavalleja esquina Artigas
-  4472 0708 / 4473 0657

Sede Treinta y Tres

-  Simón del Pino 1132 P. 1
-  4452 1187 / 4452 5290

Regional Norte-Salto

-  Rivera 1350
-  4733 4816 / 4732 0412
-  www.unorte.edu.uy

Centro Universitario de Rivera

-  Sarandí 921
-  4622 6313
-  udelarrivera@adinet.com.uy

Escuelas Técnicas CETP-UTU

Escuela Técnica de Arroyo Seco

-  Avda. Apreciada 2544
-  2924 3865
-  utumonmon@anep.edu.uy

Escuela Técnica de Buceo

-  Rivera 3729
-  2628 5410
-  etbuceo@anep.edu.uy

Esc. Técnica de Comunic. Social

-  Guaná 2130
-  2409 2422
-  utumonmon304@anep.edu.uy

Escuela Técnica La Blanqueada

-  Cornelio Cantera 2821
-  2487 2919 / 2487 1012
-  utumonmon301@anep.edu.uy

Escuela Técnica Marítima

-  Leonardo Olivera 4215
-  2308 3004
-  utumonmon107@anep.edu.uy

Esc. Técnica Sup. "Arias-Balparda"

-  Avda. Gral Flores 3591
-  2215 9848
-  utumonmon112@anep.edu.uy

Bibliotecas



Biblioteca Nacional. MEC

 18 de Julio 1790

 www.bibna.gub.uy

Joaquín de Salterain

 Juan Carlos Gómez 1362

 2915 9685

Biblioteca Popular “Juan José Morosoli”

Servicio de préstamo de libros, paseos, reuniones con escritores, narradores, actores, actividades junto a otras bibliotecas populares

 Eduardo Víctor Haedo 2046

 2401 8673 interno 117

Biblioteca Municipal María Stagnaro de Munar (Castillo del Parque Rodó)

 Julio Herrera y Reissig 915

 2711 6061

AEBU

 Camacú 575

 2916 1060

Artigas Washington (Alianza)

Observaciones: lectura de material en biblioteca para todo público, préstamo a domicilio para socios y estudiantes del instituto.

 Paraguay 1217

 2901 7423

Centro de Protección de Choferes

 Soriano 1227

 2903 0872 / 2908 1207

 prochofe@adinet.com.uy



_Transporte...una manera de conocer la ciudad

37 _Si pintó quedarse...algunas opciones para pasarla bien

39 _Lugares que no debés dejar de conocer

47 _Arte y cultura

55 _La noche montevideana



Transporte...una manera de conocer la ciudad

En la página web de la Intendencia de Montevideo www.montevideo.gub.uy encontrarás “Cómo ir”, un lugar que te permite averiguar cómo ir desde donde estás hasta donde quieras llegar.

Cuando llegamos a Montevideo algo fundamental y necesario es poder ubicarnos y conocer de que manera trasladarnos, que ómnibus nos sirven para ir a facultad, a estudiar con amigos y por qué no, salir a disfrutar del tiempo libre.

En la sección transporte, encontrarás información útil acerca de cómo gestionar y acceder a boletos estudiantiles. Asimismo encontrarás información sobre descuentos de pasajes y algunos números de taxis que pueden serte útiles.

Tarjeta de Transporte

En el compromiso de garantizar el efectivo derecho a la circulación y participación social en la ciudad, la IM subsidia parte del costo del transporte. Desde el año 2009 se viene desarrollando la transformación y modernización del sistema de transporte de Montevideo, Sistema de Transporte Metropolitano (STM). Ello supone la integración de todo el transporte público en un sistema común. Esto significa que todas las empresas están articuladas en torno a esta nueva modalidad que tiene como eje las necesidades de la ciudadanía.

Una ciudad bien conectada y un transporte público adaptado a las necesidades y las posibilidades reales de las personas, representa importantes pasos hacia la construcción de una sociedad más justa y más integrada.

El sistema incorpora la utilización de nueva tecnología, lo que permite un transporte público más eficiente, racional y seguro, que permite controles efectivos y mayor practicidad a usuarios y usuarias a través de recorridos y costos acordes a sus necesidades.

Por eso es importante que cada ciudadano o ciudadana de Montevideo tenga su Tarjeta de Transporte que se retira en los puestos de venta de boletos. Esta tarjeta permite viajar sin efectivo, ya que se le carga dinero y se utiliza en cada viaje.

Para estudiantes existen subsidios particulares en función de su categoría (de su nivel de estudios).

Boletos de estudiantes

- ☉ **Categoría A:** bonificación del 50% del boleto común.
Lo pueden solicitar: becarios del Servicio de Bienestar Universitario de la Universidad de la República; estudiantes de UTU, liceos públicos y privados.
- ☉ **Categoría B:** bonificación del 30% del boleto común
Lo pueden solicitar: estudiantes de facultades, institutos y escuelas de la Universidad de la República; becarios de universidades privadas e institu-

ciones terciarias autorizadas por el Ministerio de Educación y Cultura; estudiantes del curso de educador social del Instituto del Niño y del Adolescente del Uruguay; estudiantes de la Escuela Nacional de Danza, la Escuela Nacional de Arte Lírico; estudiantes de las escuelas municipales de Música, Arte Dramático y Jardinería; estudiantes de los institutos de Formación Docente Magisterial, de Profesores Artigas, estudiantes de Enseñanza Técnica

Requisitos: para obtener los boletos debes registrarte en la facultad, escuela o instituto al que concurras. Los boletos se adquieren en las oficinas de las empresas de transporte (COME, RAINCOOP, COETC) o en las sedes de T.U.S.A. (Transportistas Unidos Sociedad Anónima).

Para comprarlos presentar tarjeta STM y cédula de identidad vigente.

Obs.: La tarjeta es intransferible, únicamente puede ser utilizada por el titular.

Boleto de 1 hora: Se adquiere sólo con tarjeta STM.

Este boleto habilita a tomar dos ómnibus de la misma empresa en el lapso de una hora. También es posible retornar en el mismo recorrido.

Boleto de dos horas: Se adquiere sólo con tarjeta STM.

Este boleto habilita a realizar todos los viajes que la persona desee entre todas las empresas urbanas de Montevideo, durante el lapso de dos horas.

Boleto céntrico: En el centro, este boleto permite viajar dentro de la zona comprendida por la Rambla Portuaria, La Paz, Ejido, Mercedes, Magallanes, Soriano, Ejido y la Rambla.

Todos los ómnibus que ingresan en esta zona lo pueden expedir, salvo las líneas 17, 137, 409 y 161 en su paso por las calles Minas y Magallanes.

La línea CA 1 vende el viaje céntrico en todo su recorrido, desde Tres Cruces a Ciudad Vieja.

Abonos interdepartamentales

☉ Asociación Nacional de Empresas de Transporte Carretero - ANETRA

Todos los estudiantes pueden solicitar el carnet de ANETRA, el cual permite acceder a un descuento del 20% en el precio de los pasajes a cualquier punto del país.

Requisitos: fotocopia de la cédula de identidad, certificado de estudios, foto carnet.

Informes: T.U.S.A (Transportistas Unidos Sociedad Anónima) - Centro de Atención Telefónica.

 2601 2612

 www.tusa.com.uy

☉ Raincoop y Cutcsa

Cuentan con abonos estudiantiles con descuento del 50%.

Requisitos: Certificado de estudio, Foto Carné, Fotocopia de cédula, Constancia de domicilio.

Recorridos de ómnibus: <http://montevideobus.com.uy/lineas>

Líneas de ómnibus

02 Melilla/Portones	111 Pza. Independencia/Malvín
4 Pza. Independencia/Pta. de Rieles	112 Pza. España/Pta. Gorda
14 Pocitos/Aduana	113 Pza. Independencia/Malvín
17 Pta. Carretas/Casabó	115 Ciudadela/Luis Braille
21 Portones/Pza. Independencia	116 Ciudad Vieja/Pocitos
60 Ciudad Vieja/Portones	117 Pza. Independencia/Punta Carretas
62 Pza. Independencia/Pocitos	121 Ciudad Vieja/Punta Carretas
64 Pza. Independencia/Portones	124 Ciudad Vieja/Santa Catalina
71 Mendoza/Pocitos	125 Ciudad Vieja/Playa del Cerro
76 Punta Carretas/Cerro	126 Ciudad Vieja/Nuevo Casabó
77 Portones/Pza. Independencia	127 Ciudadela/Delta del Tigre
79 Villa Española/Aduana	128 (negro) Pza. España/Costanera
100 Pza. España/Br. Aparicio Saravia	128 (rojo) Pocitos/Nuevo París
101 Pza. España/Curva de Maroñas	130 Ciudadela/La Paz
102 Aduana/Hipódromo	133 Ciudad Vieja/Pajas Blancas
103 Ciudad Vieja/Ruta 80 Km. 23	135 Ciudadela/Punta Espinillo
104 Pza. Independencia/Carrasco	137 Pza. España/Paso de la Arena
105 Pza. Independencia/Puente Carrasco	140 Pza. Independencia/Portones
106 Pza. España/Tte. Rinaldi y Rafael	141 Pza. Independencia/8 de octubre
109 Pza. Independencia/Geant	142 (negro) Pza. España/Costanera
110 Pza. España/Ptas. de Macadam	142 (rojo) Pza. España/Punta Gorda

- 143**
Ciudadela/8 de Octubre
-
- 144**
Ciudadela/Cementerio del Norte
-
- 145**
Pza. España/Complejo América
-
- 147**
Ciudadela/Complejo América
-
- 148 (negro)**
Ciudad Vieja/Aviación
-
- 148 (rojo)**
Pza. España/Saint Bois
-
- 149**
Pocitos/Manga
-
- 150**
Ciudadela/Calvino
-
- 151**
Portones/Verdisol
-
- 155**
Ciudadela/Pta. de Rieles
-
- 156**
Ciudadela/Hipódromo
-
- 157**
Parque Rodó/Paso de la Arena
-
- 158**
Ciudad Vieja/Gruta de Lourdes
-
- 161**
C. Vieja/Gral. Flores y L.A.Herrera
-
- 163**
Pocitos/Paso de la Arena
-
- 164**
Ciudadela/L.A.Herrera
-
- 169**
Ciudad Vieja/Toledo Chico
-
- 171**
Ciudadela/Unión
-
- 172**
Ciudadela/Unión
-
- 173**
Ciudadela/Portones
-
- 174**
Punta Carretas/Aviación
-
- 175**
Ciudadela/Fuente Las Piedras
-
- 180**
Ciudad Vieja/Londres
-
- 181**
La Teja/Pocitos
-
- 182**
Paso Molino/Estadio Centenario
-
- 183**
La Teja/Pocitos
-
- 185**
Pocitos/Nuevo Casabó
-
- 186**
Pocitos/Santa Catalina
-
- 187**
Ciudad Vieja/Palacio de la Luz
-
- 188**
Ciudad Vieja/Palacio de la Luz
-
- 191**
Ciudadela/Punta Carretas
-
- 192**
Parque Rodó/Manga
-
- 195**
Playa Buceo/Playa del Cerro
-
- 199**
Pta. Carretas/Cementerio del Norte
-
- 300**
Instrucciones/Cementerio Central
-
- 306**
Carrasco/Casabó
-
- 316**
Ruta 8 Km 16/Punta Carretas
-
- 328**
Punta Carretas/Mendoza
-
- 329**
Saint Bois/Punta Carretas
-
- 330**
Ciudadela/Mendoza
-
- 370**
Playa del Cerro/Portones
-
- 396**
Mendoza e Instrucciones/Aduana
-
- 402**
Ciudad Vieja/Playa Malvín
-
- 404**
Palacio de la Luz/Complejo América
-
- 405**
Peñarol/Parque Rodó
-
- 407**
Pza. España/Portones

409

Saint Bois/Templo Inglés

411

Pza. España/Complejo América

427

Portones/Barrio Los Bulevares

456

Aduana/Instrucciones

468

Portones/La Paz

494

Buceo/Barra de Sta. Lucía

495

Buceo/Pajas Blancas

505

Camino del Andaluz/Aduana

522

Sayago/Pocitos

524

Aduana/Tres Ombúes

526

Malvín/Colón

538

Aduana/Buceo

546

Portones/Belvedere

582

Peñarol/Punta Carretas

Taxis

Celeritas

 1919

Coprata

 2209 2328

Fonotaxi

 2203 7070

Radiotaxi Cerro

 2311 1030

Radiotaxi Carrasco

 26007119

Radiotaxi La Española

 2409 9744

Radiotaxi Patronal

 141

Radiotaxi Punta Gorda

 1771

Teletaxi

 2487 2525

Líneas de transporte desde y hacia los servicios universitarios de la Universidad de la República

En la solapa de contratapa encontrarás las principales líneas de transporte que pasan cerca de servicios universitarios de la Universidad de la República.



Si pintó quedarse... algunas opciones para pasarla bien

Para esos días en que elegiste quedarte el fin de semana...o te quedaste por algún motivo en la capital, en esta sección te presentamos algunas opciones y beneficios que pueden facilitarte el acceso a actividades culturales.

Abonos culturales y descuentos para jóvenes

Cinemateca Uruguay

Es una Asociación Civil, sin fines de lucro, cuyos objetivos son la conservación y la preservación de las obras cinematográficas de todo el mundo. Conserva todas las películas producidas en Uruguay desde el siglo XIX (unos 3.000 títulos).

Por ser socio de Cinemateca podés tener acceso a toda la programación mensual de la institución en sus 4 salas (Cinemateca 18, Sala Cinemateca, Sala 2, Sala Pocitos) y Cinemateca Plus, con precios bonificados.



Lorenzo Carnelli 1311



2419 5795



www.cinemateca.org.uy

Socio Espectacular

A través de la Tarjeta Socio Espectacular podés acceder a un sinfín de beneficios y descuentos en actividades deportivas y culturales (fútbol, cine, teatro y espectáculos musicales).



18 de Julio 1618



2402 9017



www.socioespectacular.com.uy

Tarjeta Joven

Otorga diferentes tipos de tarjeta y realiza la feria de emprendimientos juveniles **germina!**

La Tarjeta Joven te permite acceder a productos y a servicios, tanto en empresas públicas como privadas, en todo el territorio nacional. Sus objetivos son: facilitar el acceso de jóvenes de 14 a 29 años a bienes y servicios de carácter comercial, educativo, sanitario, cultural, recreativo y deportivo; fomentar una cultura emprendedora entre personas jóvenes, y constituir una herramienta que posibilite el acceso a recursos, ya que en su versión **Tarjeta Joven Prepaga** sirve para las transferencias monetarias del Fondo de Iniciativas Juveniles, otro programa de MIDES/INUJ. Además, podés solicitar también la Tarjeta Joven Crédito-BROU Master Card.



18 de Julio 1865



0800 4658



Lugares que no debes dejar de conocer

Información extraída de <http://www.montevideo.gub.uy>

Disfrutar, recorrer y apropiarse de la ciudad también es necesario y todo un desafío...Animate a conocer parte de lo que te presenta!!

Paseos y lugares para visitar

Puerto de Montevideo

Su amplia y resguardada bahía hizo de Montevideo una ciudad portuaria. Esas condiciones naturales le dieron supremacía en la histórica rivalidad con el vecino puerto de Buenos Aires. Su privilegiada ubicación geográfica transformó este puerto en la ruta principal de movilización de cargas del MERCOSUR, constituyéndose en el eje de la integración.

Escollera Sarandí

Es uno de los lugares preferidos por los pescadores. Sitio ideal para ver entrar los buques al puerto y contemplar la maravillosa vista de la bahía y el Cerro. La escollera es la extensión de la peatonal Sarandí, que se inicia inmediatamente después de la Puerta de la Ciudadela y se extiende varios metros mar adentro.

El barrio cercano a la escollera se llama Guruyú. En esa zona tuvieron lugar en la época colonial las primeras celebraciones de africanos esclavizados. En la actualidad es muy común oír tambores. Sobrevive en la esquina de Buenos Aires y Maciel El Hacha, el más antiguo de los bares, testigo silencioso desde el siglo XVIII.

El Cerro de Montevideo

Con una altura de 135 metros, en su cima se encuentra la Fortaleza General Artigas, construcción culminada en 1811, que fuera protagonista de importantes momentos en la historia del país. Alberga un museo histórico militar y un faro, el primero en el Río de la Plata. Al pie del Cerro están el Parque Vaz Ferreira, la rambla y la playa, lugares imperdibles de la Villa del Cerro. Cuenta con una vista panorámica de la bahía de Montevideo.

Palacio Legislativo

Construcción de aspecto monumental que alberga la sede del Poder Legislativo. Su simbología y estilo arquitectónico neoclásico representan los valores democráticos de la nación. Fue inaugurado en 1925. Esculturas, relieves, y obras de arte conviven junto a la Cámara de Senadores y de Diputados, separadas por el majestuoso salón de los “Pasos Perdidos”.

Visitas guiadas: Lunes a viernes, doble horario, 10:30, y 15 horas, anunciándose en la puerta que da a la Avenida General Flores.

Torre de las Telecomunicaciones

Antigua Estación de Trenes

La Torre de estética moderna y 160 metros de altura, junto a otros cuatro edificios, albergan la sede de la empresa pública de telecomunicaciones ANTEL. Dentro del complejo existe un mirador turístico, al que se accede a través de un ascensor panorámico. También hay una plaza interior de uso público, un auditorio para 370 personas y el Museo de las Telecomunicaciones, que recorre, desde los orígenes, la historia de la telefonía. Cerca de allí está la Vieja Estación Central de Trenes "General Artigas", construida en la década de 1890. Medio Km. al norte funciona la nueva estación, adaptada a la estética de su vecina Torre de las Telecomunicaciones.

Cementerio Central

La belleza arquitectónica es característica de todos los cementerios de la ciudad. Pero el Central es además un paseo por nuestra historia. En el Panteón Nacional se resguardan los restos de figuras emblemáticas de la cultura y la política uruguaya, como José Enrique Rodó, Pedro Figari y de muchos Presidentes de la República.

Visitas guiadas: Intendencia de Montevideo, Servicio de Turismo.

 1950-3512

Hipódromo de Maroñas

Por la década de 1850 fue la colectividad inglesa la encargada de introducir las carreras de caballos al Uruguay. En 1874 se inauguró este hipódromo, bautizado con el nombre "Circo de Maroñas". Fue remodelado y reabierto en el 2003 luego de siete años de permanecer cerrado. En la actualidad es uno de los principales hipódromos de la región y una de las mejores pistas del mundo. Sus carreras se transmiten en directo y reciben apuestas de EEUU y México, entre otros países.

Faro de Punta Carretas

En la zona conocida como Punta Brava, a pocos metros de la rambla y frente al Club de Golf, se encuentra el Faro de Punta Carretas. Se puede ascender y apreciar un panorama inolvidable de la costa. También disfrutar ese paisaje desde los cercanos restaurantes o en clubes de pesca. Es el punto más austral de Montevideo.

Puertito del Buceo

El Puertito del Buceo está destinado a la práctica de actividades náuticas deportivas. Se encuentra allí la sede del Yacht Club Uruguayo, desde donde salen excursiones de pesca y paseos. En ese lugar está el Skate Park de Montevideo, junto a los tradicionales restaurantes y puestos de ventas de pescado.

Estadio Centenario

Se inauguró el 18 de Julio de 1930 para disputar el primer mundial del fútbol de la historia, cuyo campeón fuera la selección uruguaya. Tiene capacidad para 60.000 espectadores. Debajo de la torre de los homenajes del Estadio, sobre la Tribuna Olímpica, funciona el Museo del Fútbol y un mirador turístico. Fue declarado por la FIFA Monumento Histórico del Fútbol. Está ubicado en el corazón del Parque Batlle, conocido como el pulmón de la ciudad por sus 60 hectáreas

de extensión en las que conviven árboles autóctonos y exóticos con una gran cantidad de monumentos e instalaciones deportivas.

Visitas: lunes a viernes 10 a 17 hs.

 2480 1258

Teatro de Verano

Sobre las canteras del Parque Rodó, frente a la Playa Ramírez, está el Teatro de Verano “Ramón Collazo”. Allí tiene lugar el concurso de carnaval en febrero, e importantes espectáculos el resto del año. La bóveda de su escenario fue remodelada siguiendo el estilo de Eladio Dieste, destacado ingeniero uruguayo creador de la tecnología constructiva llamada “Cerámica armada” que le valiera el reconocimiento internacional, basada en el uso del ladrillo en la creación de superficies curvas.

Costas

Cerca del 60% de los montevideanos veranea en Montevideo. La capital es, además de una ciudad-puerto, una ciudad-balneario. Su playa más concurrida es, desde hace casi cien años, la de Pocitos.

Las playas de finas arenas blancas y las aguas calmas del Río de la Plata son el principal atractivo de Montevideo. El departamento tiene 13 kilómetros de playas, todas aptas para baño y con servicio de guardavidas y vigilancia. En la zona este se suceden las playas Ramírez, Pocitos, Puertito del Buceo, Buceo, Malvín, Honda, Ingleses, Mulata, Carrasco y Miramar. En la zona oeste, más lejana al Centro y por ello menos concurrida, aparecen Punta Espinillo, La Colorada, Pajas Blancas, Zabala, Punta Yeguas, Santa Catalina, Nacional y Cerro. Las playas de Montevideo se encuentran a lo largo de los 30 kilómetros de costa, espacio conocido como “la rambla”. Es el área costera socializada más extensa de América.

La Rambla: es el nombre con el que se conoce a la costanera de Montevideo. Es la vía de escape, y el más diverso espacio al que los montevideanos acuden diariamente con el fin de pasear o practicar deportes.

Algo muy montevideano es llamar mar al río. Las costas uruguayas son bañadas en la zona sur por el Río de la Plata y a partir de Punta del Este, en el departamento de Maldonado, se considera que comienza el Océano Atlántico. Sin embargo es muy común escuchar la expresión “con vista al mar” o que la ciudad tiene “salida al mar”, cuando en realidad se trata de un río muy particular.

Ferias

Una característica distintiva de los barrios montevideanos es la presencia constante, semana a semana, de ferias vecinales en la que la oferta principal son las frutas y verduras, y a la que se suman otros productos.

Ferías de ropa Villa Biarritz, Parque Rodó y ferias vecinales

Los días martes y sábados por la mañana en el Parque de Villa Biarritz, ubicado entre los barrios Pocitos y Punta Carretas, tiene lugar la popular feria de ropa de

Villa Biarritz. Una propuesta similar de productos tiene lugar el día domingo en el Parque Rodó. Se caracterizan por convivir con un espacio verde que hace más disfrutable el paseo de compras.

Feria de Tristán Narvaja

La más grande y popular feria que tiene lugar los domingos por la mañana sobre la calle Tristán Narvaja y es uno de los paseos típicos de la ciudad.

La feria de Tristán Narvaja es una de las postales de Montevideo, inaugurada en 1909. Comenzó comercializando frutas y verduras pero rápidamente se fue diversificando y extendiendo, hasta convertirse en uno de los paseos más característicos de la capital.

Visitar esta feria es casi un ritual, para montevideanos y turistas. En las últimas décadas se han instalado allí librerías y anticuarios en locales reciclados. Además de la más amplia diversidad de objetos y productos, al punto de convertirse en un “mercado de pulgas” donde puede encontrarse desde una antigüedad valiosa hasta una fruta de estación.

Feria de Antigüedades en Plaza Matriz

La Plaza Matriz fue el primer espacio público abierto del Montevideo antiguo, rodeada por el Cabildo y la Basílica Metropolitana. La fuente que está en el centro de la plaza fue colocada para inaugurar el agua potable en la ciudad. Los sábados por la mañana se monta allí una feria de antigüedades, acompañada de espectáculos artísticos y el ritmo de espontáneas llamadas de tambores del Candombe.

Feria IDEAS +

Ubicada en el fantástico entorno del Parque Rodó, la feria es autogestionada por más de cien artistas, artesanos, diseñadores y editoriales.

Durante el último mes del año, con motivo de la Navidad y la Fiesta de Reyes, se instalan en Montevideo distintas ferias. Una de las que más perduró fue la Feria del Libro y el Grabado que se mantuvo durante 47 años. La Feria IDEAS + es su directa continuadora. Los visitantes, que concurren por miles cada noche, pueden apreciar o adquirir productos artesanales de alta calidad, asistir a la presentación de nuevas publicaciones o disfrutar un espectáculo musical diario.

Mercados

En 1836 se instaló, dentro de los muros de la Ciudadela, el primer mercado de Montevideo. En 1859, en la actual calle San José, entre Ejido y Yaguarón, se instaló el actual Mercado de la Abundancia. En 1865 se instaló el Mercado Central, detrás del Teatro Solís, y tres años después el Mercado del Puerto, que ocupa media manzana de la Ciudad Vieja. La piedra fundamental del Mercado Agrícola se colocó el 30 de diciembre de 1906.

Mercado de la Abundancia

Obra del ingeniero Peluffo, se protege con una “sombrialla de hierro”, desde esa sombrialla, descienden las estructuras de la construcción, con pilares y cerchas

de hierro fundido. Esto crea grandes espacios, lo que permite que las mercaderías se exhiban mejor.

Mercado del Puerto

Situado en el corazón de la Ciudad Vieja, frente por frente a la rambla del puerto, el Mercado del Puerto es un clásico que invita a turistas y montevideanos a disfrutar de su entorno. Inaugurado en 1868, supo ser el mercado más grande de Sudamérica. Su estructura de hierro fue construida en la ciudad de Liverpool por la Unión Foundry. Actualmente es uno de los típicos centros gastronómicos de la ciudad. En grandes parrilleros se cocinan las excelentes carnes uruguayas. El Medio y Medio es la bebida tradicional del Mercado. Una gran cantidad de artistas plásticos han elegido la zona alledaña para exponer sus obras, convirtiendo sus calles en un gran atelier.

Mercado Agrícola

Fundado en 1912 para ser, durante décadas, el principal centro de abastecimiento de frutas, hortalizas y verduras en Montevideo. La gigantesca estructura de hierro fue traída desde Bruselas donde había servido para una exposición ganadera. En 1975 se declaró Monumento Histórico Nacional. Actualmente es un centro comercial y gastronómico, además mantiene la tradicional venta de frutas, verduras, plantas y flores.

Parques

Diseñados en las primeras décadas del siglo XX, en el marco de la “Política de parques, plazas y jardines”, el sistema de parques montevideano constituye aún hoy el patrimonio verde fundamental de Montevideo.

Parque del Prado

El Parque del Prado tiene una superficie de 106 hectáreas, en torno al arroyo Miguelete, que sirve de columna vertebral al paseo. Fue, inicialmente, la quinta del Buen Retiro, de José de Buschental, un importante hombre de negocios de la época, que la pobló de especies forestales, flores y árboles frutales traídos de diversas partes del mundo, en su mayoría especies desconocidas en el país. El predio, sumado a otras casas quinta, fue transformado en parque público y sitio de recreo en 1873.

En el Parque y en sus alledaños se destacan, el Chalet de Buschental, la Rosaleda, la Isla de los Cipreses Calvos, el Monumento a los últimos Charrúas, el Hotel del Prado, que jamás funcionó como tal, sino como salón de fiestas y los pabellones de la Asociación Rural.

Parque Rodó

Es uno de los parques más amplios de la ciudad con 43 hectáreas de espacios verdes. La extensa área de las canteras, el parque de diversiones y un importante número de monumentos y obras de arte, son algunos de sus atractivos.

Los juegos del Parque Rodó se iniciaron el 24 de enero de 1889 con un emocionante artefacto: la montaña rusa. Entre 1903 y 1904 se construyó un lago

artificial, por el que se puede transitar en lancha a pedal, con puentes rústicos de imitación, la avenida central, terraza para música, el castillo sobre el lago, la vaquería para expendio de leche fresca y la plaza de juegos para niños.

Parque Batlle

El Parque Batlle y Ordóñez constituye un enclave verde en la trama urbana, oficiando de remate espacial a la principal avenida. Rodeado de avenidas de intenso tránsito vehicular, establece un remanso visual y funcional en oposición a la dinámica de la vecina área de Tres Cruces.

En 1891 se concibió el parque Central en el Plan de Embellecimiento y Ensanche de Montevideo del paisajista francés Edouard André. En el 30 se le designa Parque José Batlle y Ordóñez, y se inaugura el Estadio Centenario. Entre 1935 y 1938 se construye la pista de atletismo y el Velódromo Municipal y en 1975 se designa al Parque Monumento Histórico Nacional.

Zoológicos

Zoo Parque Lecocq

Las tierras en donde actualmente se encuentra el Parque pertenecieron a Don Francisco Lecocq (1790-1882), un hombre destacado en el Montevideo de su época. Se educó en Inglaterra, donde forjó un espíritu de iniciativa y empresa que aplicó en el país a su regreso importando animales y plantas para sus tierras, que todavía hoy se pueden disfrutar en el Parque.

Tiene su origen en un proyecto del arquitecto Mario Paysée, cuyo objetivo era crear un lugar con especies animales de todo el mundo en ambientes naturales. Ocupa un área de 120 hectáreas, linderas al Área Protegida de los Humedales del Santa Lucía.

El Parque cuenta con más de 500 animales de 33 especies en cautiverio. Se encuentran especies exóticas como antílopes addax (de los cuales no quedan más de 100 ejemplares en la naturaleza) o los pequeños coendues (autóctonos pero que raramente se ven en nuestros campos). Es considerado también uno de los lugares de avistamiento de aves más importante del país, registrándose la presencia de más de 100 especies de aves, así como también de 20 especies de mamíferos como carpinchos, zorros y gatos monteses viviendo en libertad.

Zoo Villa Dolores

A fines del SXIX, motivados por su interés en los animales y en la naturaleza, Don Alejo Rossell y Rius y Doña Dolores Pereira de Rossell formaron una variada colección de animales que llevó a que su finca se convirtiera en un zoológico.

Al fallecimiento de los esposos Rossell, este parque pasó a ser propiedad municipal, por expresa voluntad de los mismos el 14 de marzo de 1919. Ubicado en un lugar privilegiado de la ciudad de Montevideo le ha dado al barrio en que se encuentra su nombre: "Villa Dolores".

Es un paseo accesible a todo público, una visita obligada para los habitantes de Montevideo, de otros departamentos y extranjeros que nos visitan.

Bares y cafés

En ellos, músicos, políticos e intelectuales montevideanos concurren a leer y garabatear sus ideas. Su virtud es la de ser un espacio de encuentro de las diversas clases sociales, y para muchos, una escuela de la vida. Son hijos de las antiguas “pulperías” y “almacenes de ramos generales”. Montevideo se enorgullece de poseer los más antiguos.

Café Brasileiro. Ituzaingó 1447. Ciudad Vieja

Bar Fun Fun. Ciudadela 1229. Ciudad Vieja

Roldós. Mercado del Puerto. Local 09. Ciudad Vieja

Bacacay. Bacacay 1310. Ciudad Vieja

Almacén El Hacha. Buenos Aires 202/206. Ciudad Vieja

Tasende. Ciudadela 1300. Centro

Montevideo Sur. Paraguay 1150. Centro

Bar Rey. Daniel Muñoz 2152. Cordón

Uni Bar. Eduardo Acevedo 1450. Cordón

Sportman. 18 de Julio 1803 esq. Tristán Narvaja. Cordón

La Giralda. Bulevar Artigas 1598. Cordón

Tabaré. Juan Zorrilla de San Martín 152. Punta Carretas

62 Bar. Barreiro 1037 – Pocitos

Expreso Pocitos. Juan Benito Blanco 956. Pocitos

La Giraldata. Juan Benito Lamas 2745. Pocitos

Tranquilo Bar. 21 De Setiembre 3000. Pocitos

Micons. Miguelete 2049. La Comercial

Rondeau. Rondeau 2451. Arroyo Seco

El Volcán. Av. Italia 3852. Malvin

Los Yuyos. Luis Alberto de Herrera 4297. Prado

Cavaliéri. Camino De la Redención y Facundo Azarola. Melilla



Arte y Cultura

Información extraída de <http://www.montevideo.gub.uy>

Carnaval

Desde fines de enero a marzo Montevideo festeja el Carnaval más largo del mundo. Esa fiesta popular tiene sus raíces en los aportes de las distintas corrientes inmigratorias, principalmente de españoles y africanos. Si bien existen desfiles callejeros entre los que se destaca el de Llamadas y el Desfile Inaugural, el carnaval uruguayo se caracteriza por ser un carnaval “de espectáculo”. Estos llegan a los escenarios barriales conocidos como “Tablados” o al Teatro de Verano, lugar donde se realiza el concurso oficial. En la preparación de estas presentaciones confluyen esfuerzos creativos provenientes de diferentes disciplinas artísticas: coro, actuación, danza, maquillaje, música, poesía, diseño de vestuarios, entre otros. El carnaval uruguayo traspasó la frontera temporal de febrero para manifestarse en todos los meses del año en teatros o salas musicales y con las cuerdas de tambores del Candombe en las calles de todos los barrios de la ciudad.

Murgas

Se distingue por su canto coral y su ritmo, único en el mundo, conocido como “Marcha camión”. Las murgas comentan con sarcasmo sucesos del año y se ríen de importantes personajes de la política, el deporte y la televisión. Las integran un coro de trece cantores, un Director escénico y tres músicos percusionistas. Los espectáculos están estructurados por la presentación, el popurrí, los cuplés y la siempre emocionante despedida. La murga uruguayana es reconocida internacionalmente y es uno de los sellos culturales más importantes del Uruguay. Desde fines de enero y los primeros días de marzo actúan en los tablados y en el Teatro de Verano al igual que otras categorías (parodistas, humoristas, sociedades de negros y lubolos y revistas) que integran el concurso oficial.

Candombe

En la segunda mitad del siglo XVIII el Puerto de Montevideo era la única vía de entrada de africanos esclavizados hacia el Virreinato del Río de la Plata. A fin de ese siglo el 35% de la población montevideana era de descendencia africana. En sus horas de libertad recrearon ritos de su antigua tierra. Esas celebraciones fueron conocidas como Tangos o Tambos, hacia el 1800.

El término Candombe data de 1830. Con el paso de los años fueron agrupándose en “Naciones” de acuerdo a su origen y organizándose alrededor de sus “Salas de Nación”. En el último cuarto del siglo XIX esas celebraciones cayeron en desuso. Los elementos de las Naciones fueron agrupados, dando nacimiento a lo que se conocerá como Sociedades de Negros y Lubolos.

Hoy el Candombe se ejecuta también en la calle, los fines de semana y días feriados. Es un espacio de encuentro para tocar el tambor, bailar o simplemente escuchar la ejecución acompañando la procesión. El 6 de enero los tambores conmemoran el Día de San Baltazar o “llamada de reyes”. El primer jueves y vier-

nes de febrero las comparsas protagonizan el Desfile de Llamadas que recorre los tradicionales barrios Sur y Palermo. El Conventillo Mediomundo en Barrio Sur y el Complejo Reus al Sur en Palermo fueron la cuna de dos variaciones rítmicas del Candombe; el ritmo de Cuareim (Sur) y el de Ansina (Palermo). La música de Candombe está conectada a las viejas raíces afro-uruguayas y ha sido declarado Patrimonio Inmaterial de la Humanidad por la UNESCO en 2009.

Tango

El Tango es un estilo musical y de danza originada en las ciudades portuarias de Montevideo y Buenos Aires. En las últimas décadas del siglo XIX esas ciudades comenzaron a vivir un proceso de inmigración masiva, mayoritariamente de europeos, que modificó sus sociedades. La cantidad de inmigrantes superó a la población existente. Ese fenómeno de mezcla multicultural fue acelerado por la promoción de la educación pública. El tango nació de esa intensa mixtura.

Se estima que la transición duró alrededor de cuarenta años para afianzarse como un género plenamente constituido en la última década del siglo XIX. Sus antecedentes musicales son africanos, latinoamericanos y europeos, fusionados de tal modo que resultan irreconocibles. Su naturaleza es totalmente ciudadana y suburbana («arrabalera»). En esas épocas las clases altas y la Iglesia Católica lo rechazaron y prohibieron. Las letras del tango reflejan el argot conocido como lunfardo, originado en prostíbulos, cárceles y bodegones en las regiones suburbanas («el arrabal»), donde vivía la clase trabajadora.

El sentimiento de pertenencia al arrabal generó en Montevideo barrios con identidad tanguera: el Sur, la Aduana, la Aguada y el desaparecido Bajo montevideano. Este último fué destrozado por la “piqueta fatal del progreso”. Así se denominó al proceso de demolición llevado a cabo con el fin de construir la Rambla Sur, por los años veinte. Allí existían bodegones y numerosas casas bailables. Surgieron las famosas academias montevideanas; “la Solís y Gloria”, “la San Felipe” abierta hasta 1889 y “lo de Sara Davis”, entre otras. Hoy es posible tomar clases de baile, bandoneón o visitar los antiguos cafés y participar en las numerosas milongas nocturnas, todos los días de la semana.

En la tradicional Feria de Tristán Narvaja se encuentran reliquias tangueras: discos, partituras, fotos y libros. El tango refleja la hermandad cultural entre Montevideo y Buenos Aires. El colectivo “Bajofondo” impuso recientemente el estilo “tango electrónico”. Lo integran músicos uruguayos y argentinos. Cabe destacar que en la esquina de Avda. 18 de Julio y calle Andes, se estrenó en 1917 el tango “La Comparsita” del uruguayo Gerardo Mattos Rodríguez.

Tanguerías

Lo de Margot

-  Constituyente 1812
-  2413 669 (revisar fono MAL)

Joven Tango

-  Aquiles Lanza 1290 esq. San José
-  2901 5561
-  joventango@hotmail.com

Las Musas

-  San José 885
-  094 221 307
-  lasmusas@adinet.com.uy

La Creperie

-  Bartolomé Mitre 1332
-  2915 9858

La Botica del Tango

-  San José 1312
-  2902 2564
-  laboticadeltango@gmail.com

Milonga Vieja Viola

-  Paysandú 1615 esq. Roxlo
-  2924 3109

Mi Tango

-  Reconquista 615
-  2915 5853

Tango Show

El Milongón

-  Gaboto 1810 esq. La Paz
-  2924 0594

Lo de Margot

-  Constituyente 1812
-  2413 6694

Almacén El Hacha

-  Buenos Aires 202
-  2915 2823

Café Tribunales

-  San José 1133
-  2903 3543

Baar Fun Fun

-  18 de Julio esq. Yí
-  2908 7741

Restaurante Tras Bambalinas

-  Ciudadela 1250 esquina Soriano
-  2903 2090

Centros culturales y Galerías de arte

Centro Cultural de España



Ciudadela 1250 esquina Soriano



2903 2090

Observaciones: cuenta con una Mediateca, de acceso gratuito y libre, donde puedes disfrutar de libros, revistas, discos, películas y conexión a Internet; sólo tenés que presentar un documento de identidad vigente.

Pablopez

Pintura y caricaturas. Cerrito 257. Ciudad Vieja

Al Sur Art

P. Castellano 1422. Ciudad Vieja

Acatrás del Mercado

Yacaré 1595. Ciudad Vieja

MVD

Yacaré y Piedras. Ciudad Vieja

Leandro Barrios

Mercado del Puerto. Ciudad Vieja

Rumbo al Mercado

P. Castellano 1526 - Ciudad Vieja

De las Misiones

25 de mayo 464 - Ciudad Vieja

Marte Espacio Cultural

Colón 1468 - Tel.: 2916 6451 - Ciudad Vieja

Fundación de Arte Contemporáneo

Juan Carlos Gómez 1544. Tel.: 2915 2250. Correo electrónico: fac@internet.com.uy. Web: www.facmvd.org. Ciudad Vieja

Galería Latina

Peatonal Sarandí 671 - Tel.: 2916 3737 - web: www.galerialatina.com.uy - Ciudad Vieja - Sucursal Paseo de la Matriz - J. Carlos Gómez 1420

La Pasionaria

Reconquista 587 - Tel.: 2915 6852 - web: www.lapasionaria.com.uy

Exposiciones

Centro Municipal de Fotografía

Exposición y Archivo Fotográfico de la Ciudad. San José 1360. Centro

El Subte

Plaza Fabini. Tel.: 2908 7643. Centro

Colección Privada Engelman Ost

Rondeau 1426. Centro

Centro Cultural de España

Rincón 629. Tel.: 2915 2250. Correo electrónico: informacion@cce.org.uy. Web: www.cce.org.uy. Ciudad Vieja

Plataforma MEC

San José 1116. Tel.: 2902 3941. Correo electrónico: info@plataforma.com.uy. Web: www.plataforma.gub.uy. Centro

Museo de las Migraciones

Avda. 18 de Julio 885

Atrio del Palacio Municipal

Avda. 18 de Julio 1360

Teatro Solís

Buenos Aires s/n esq. B. Mitre. Tel.: 1950 3323 - 1950 3325

Museo de Arte Precolombino e Indígena

25 de Mayo 279 - Tel.: 2916 9360

Auditorio Nacional Adela Reta - SODRE

Andes 1451

Espacio de Arte Contemporáneo

Arenal Grande 1930 esq. Miguelete. Tel.: 2929 2066 - web: www.eac.gub.uy

Museos

Museo Torres García

Pinturas de Torres García y discípulos

-  Sarandí 683
-  2915 6544 / 2916 2363
-  www.torresgarcia.org.uy
-  coordinacion@torresgarcia.org.uy

Museo del Gaucho y de la Moneda. BROU

Platería gaucha, monedas y billetes nacionales desde 1840.

-  18 de Julio 998
-  2900 8764

Museo numismático

Exposiciones, esporádicas, de monedas, billetes y medallas.

-  Banco Central de Uruguay (entrep.)
-  lun@adinet.com.uy

Museo del Automóvil.

Automóvil Club del Uruguay

Historia del automóvil desde 1900 hasta 1970 aproximadamente.

-  Est. Central. Colonia esq. Yí piso 6
-  2902 4792
-  acu@netgate.com.uy

Museo de historia del arte precolombino y colonial

-  Ejido 1326
-  1950 1457 / 1950 1696
-  muhar@correo.imm.gub.uy

Museo de arte precolombino e indígena

-  25 de mayo 279
-  2916 9360
-  www.mapi.org.uy
-  comunicacion@mapi.org.uy

Museo de fotografía

-  18 de Julio 948
-  2902 2682

Museo Pedagógico

José Pedro Varela

Historia de la educación en Uruguay.

-  Plaza Cagancha 1175
-  2902 0915 / 2900 4744

Museo Engelman-Ost

Arte nacional contemporáneo.

-  Rondeau 1430
-  2900 7727
-  www.engelman-ost.blogspot.com
-  costlow@adiinet.com.uy

Museo Histórico Franciscano San Bernardino de Montevideo

Documento y piezas pertenecientes a la orden tercera de San Francisco (S. XVIII).

-  Canelones 1164
-  2902 2362
-  lorenar@adinet.com.uy

Museo Recordatorio del Holocausto (Comunidad Israelita del Uruguay)

Visitas pre-acordadas

-  Canelones 1085
-  2902 5750
-  centroshoa@conectate.com.uy

Museo de la Memoria (MUME)

-  Avda. de las Instrucciones 1057
-  2355 5891
-  museodelamemoria@imm.gub.uy

Museo Nacional de Artes Visuales

-  Tomás Giribaldi 2283 y J.H.Reissig
-  2711 6054 / 2711 6124
-  www.mnav.gub.uy

Museo Militar 18 de Mayo de 1811

Historia de Artigas, del ejército y las armas.

-  Plaza Independencia
-  2900 1983

Museo Casa de Gobierno

Historia de los presidentes.

-  Plaza Independencia 776
-  2908 3699 / 151 int. 5902/03
-  museogob@presidencia.gub.uy

Museo de la Palabra

Registros en audio de discursos históricos.

-  Sarandí 450. Piso 4
-  2915 4576
-  museodelapalabra@sodre.gub.uy

Museo y Archivo Histórico Municipal

Mobiliario, pinturas, armas, documentos del siglo XIX. La construcción es monumento histórico nacional.

-  Juan Carlos Gómez 1362
-  2915 9685
-  museocabildo@correo.imm.gub.uy

Museo Romántico. Casa de Montero

Cultura y sociedad uruguaya y la influencia del romanticismo.

-  25 de mayo 428
-  2915 5361
-  mhistoriaconac@mixmail.com

Museo de Arte Decorativo Palacio Taranco

-  25 de mayo 376
-  2915 6060 / 2915 1101
-  taranco@mec.gub.uy

Museo del Vino

-  Maldonado 1150
-  2908 3430

Museo Nacional de Historia Natural

-  Buenos Aires 652
-  2916 0908 / 2916 7825
-  www.mec.gub.uy/munhina
-  mnhn@internet.com.uy

Museo Casa de Garibaldi

Época de Garibaldi.

-  25 de mayo 314
-  2915 4257
-  mhistoricnac@mixmail.com

Museo Casa de Rivera

Historia nacional desde la época indígena.

-  Rincón 437
-  2915 1051
-  mhistoriconac@mixmail.com

Museo Nacional de Antropología

-  Avda. de las Instrucciones 948
-  2355 1480 / 2359 3353
-  anthropos@adinet.com.uy

Museo Blanes

-  Avda. Millán 4015
-  2336 2248 / 236 7134
-  www.museoblanes.org.uy

Museo del Carnaval

-  25 de agosto 218
-  2916 5493
-  contacto@museodelcarnaval.org

Museo del Fútbol

-  Estadio Centenario (Olimpica)
-  2480 1259
-  www.estadiocentenario.com.uy

Museo Casa de Ximénes

-  Rambla 25 de agosto 580
-  2915 8705

Cultura en Montevideo

Información extraída de <http://www.montevideo.gub.uy>



Cines

Casablanca

-  21 de Setiembre 2838
-  Punta Carretas
-  2712 3795

Carrasco

-  Costa Rica 1704
-  Carrasco
-  2601 0653

Grupocine

-  Avda. Arocena 1660
-  Carrasco
-  2601 7992
-  Ejido 1377
-  Centro
-  2901 4242
-  José Ellauri 350. Nivel 3 Shopping
-  Punta Carretas
-  2711 5288
-  Colonia 1297
-  Centro
-  2900 4730

Dodecá

-  San Nicolás 1036
-  Carrasco
-  2600 0887

Hoyts

-  Miguel Barreiro 3231
-  Pocitos
-  2707 3037 / 2707 9678
-  José Ellauri 350. Nivel 3 Shopping
-  Punta Carretas
-  2707 3037 / 2711 1320
-  Luis Alberto de Herrera 1290
-  Pocitos
-  2200 2511 / 2628 9100
-  Avda. Italia 5775. Portones Shop.
-  Carrasco
-  2200 2511 / 2601 0092

Cinemateca Uruguaya

-  18 de Julio 1286
-  Centro
-  2900 9056
-  Lorenzo Carnelli
-  Palermo
-  2419 5795

Universitario

-  Canelones 1280
-  Centro
-  2901 6768

Teatros

Sala Brunet

 18 de Julio 930

 2900 3071

Sala Vaz Ferreira

 18 de Julio 1790

 2408 2240

Sala Verdi

 Soriano 914

 2901 7453

Sala Zitarrosa

 18 de Julio 1012

 2901 1756

Teatro AGADU

 Canelones 1122

 2908 7039

Teatro ACJ

 Colonia 1870

 2400 1116

Teatro Alianza

 Paraguay 1217

 2908 1953

Teatro ANGLÓ

 San José 1426

 2902 3773

Teatro Candela

 Ellauri 306

 2712 3227

Teatro Circular

 Rondeau 1388

 2900 8138

Teatro de Verano

 Rbla. Wilson y Dr. Cachón

 2711 0032

Teatro del Centro

 Pza. Cagancha 1168

 2902 8915

Teatro El Círculo

 Soriano 1710

 2411 9719

Teatro del Notariado

 Guayabo 1729

 2408 3669

Teatro El Galpón

 18 de Julio 1618

 2402 9017

Teatro El Tinglado

 Colonia 2035

 2408 5362

Teatro Florencio Sánchez

 Grecia 3281

 2311 9011

Teatro Stella d`Italia

 Mercedes 1805

 2402 0542

Teatro Moviecenter

 L.A. de Herrera 1290

 2628 9100

Teatro Polizón

 G. Ramírez 1595

 2419 2598

Teatro Solís

 Buenos Aires 686

 1950 3323 al 3325

 info@teatrosolis.org.uy

Usinas culturales

Las Usinas Culturales son un programa del Área Ciudadanía Cultural de la Dirección Nacional de Cultura (DNC) del Ministerio de Educación y Cultura (MEC). Si tenés un proyecto cultural (musical/audiovisual) podés acercarte a las Usinas para materializarlo.

 2908 6248

 usinas culturales.dnc@mec.gub.uy

 www.cultura.mec.gub.uy





Otra información que te puede interesar

Buscar empleo...

Algunos tips para elaborar un Currículum Vitae

El Currículum Vitae es un informe resumido y ordenado de tus antecedentes personales, de estudio y laborales. Es el documento básico a la hora de buscar un empleo, pues brinda a empleadores referencias sobre tí, tu formación, tu experiencia, etc.

La redacción del mismo debe respetar el orden de fechas en que los estudios y trabajos se hayan efectuado.

Deberán presentarse en primer lugar los datos personales; a continuación corresponde señalar el último nivel de estudios formales realizados. (Ciclo Básico Completo o Incompleto. Sin mencionar los estudios primarios, que es obvio que han sido aprobados, si llegó a nivel secundario). Se complementan con los efectuados en otras instituciones de formación pública o privada.

Luego se detalla la experiencia laboral indicando los nombres de las empresas y sus Direcciones, se mencionará nombre del cargo desempeñado y sus tareas correspondientes, además de la fecha de comienzo y finalización del trabajo.

Al redactar tu CV ten en cuenta que:

- ⊙ **Debe ser breve:** trata de redactarlo en pocas páginas (2 ó 3), por un solo lado y dejando un espacio entre una frase y otra.
- ⊙ **Usa sustantivos en vez de verbos,** por ejemplo, en vez de poner “estudié Auxiliar Contable, podrás poner “estudios de Auxiliar Contable” o solamente “Auxiliar Contable”.
- ⊙ **Debe ser positivo:** evita referirte a tu situación personal, no pongas si fuiste despedido o suspendido.
- ⊙ **Debe estar bien estructurado:** recuerda los encabezamientos, márgenes y espacios.

Al redactarlo, hazlo en forma de bloques separados:

- ⊙ Datos Personales
- ⊙ Estudios cursados
- ⊙ Experiencia profesional
- ⊙ Referencias

Puedes cambiar el orden de los bloques si deseas destacar tu experiencia profesional, pero es conveniente que pongas en primer lugar tus estudios.

Por último, se presentarán referencias personales – nombres y teléfonos – de las personas que pudieran ser consultadas en caso de ser necesario.

A continuación te presentamos un ejemplo:

DATOS PERSONALES

Nombre: Juana Lima Castro

Fecha de Nacimiento: 15 de agosto de 1985

Dirección: Calle 11 Nro. 234, esquina calle 26, Atlántida

Teléfono: 4372 2154

Correo electrónico: direccion@dominio.com

Nacionalidad: Oriental

Cédula de identidad: 1.330.646-5

Credencial Cívica: BAB 25208

Carné de Salud: Vigente (fecha de vigencia)

ESTUDIOS CURSADOS

2000- 2005: Auxiliar Administrativo Contable (UTE -Escuela Superior de Comercio Villa Muñoz)

1994-1999: Secundaria (Liceo N° 9 Eduardo Acevedo)

1988-1993: Primaria (escuela N° 50 Juan Manuel Blanes)

FORMACIÓN COMPLEMENTARIA

1995-2005: Inglés (Alianza Uruguay- EEUU)

EXPERIENCIA LABORAL

2004-2006: Librería Cardozo, Minas 2222- Tel: 2402 5050- Auxiliar Contable.

Tareas realizadas. Facturación, extensión de recibos en general. Llevar libro diario. Entradas y salidas de caja

REFERENCIAS

Sr. Jorge Pereira, propietario de librería Cardozo. Tel: 2402 5050

Sr. Raúl Silva, Gerente de Tienda Santa Rita. Tel: 2902 6677

Prof. Laura Sánchez, Escuela de Comercio Villa Muñoz. Tel: 211 2000 (de 14 a 18hs)

Si estudiás y trabajás

Según la Ley 18.458 trabajadoras y trabajadores que cursen estudios en Institutos de Enseñanza Secundaria Básica, Educación Técnico Profesional Superior, Enseñanza Universitaria, Instituto Normal y otros de análoga naturaleza pública o privada, habilitados por el Ministerio de Educación y Cultura tendrán derecho, durante el transcurso del año civil, a una licencia por estudio de acuerdo al siguiente régimen:

- Para hasta 36 (treinta y seis horas) semanales, 6 (seis) días anuales como mínimo.
- Para más de 36 (treinta y seis) y menos de 48 (cuarenta y ocho) horas semanales, 9 (nueve) días anuales como mínimo.
- Para 48 (cuarenta y ocho) horas semanales, 12 (doce) días anuales como mínimo.

Estas licencias deberán otorgarse en forma fraccionada de hasta 3 (tres) días, incluyendo el día del examen, prueba de revisión, evaluación o similares.

Las personas deberán tener un mínimo de 6 meses de antigüedad en la empresa.

Convención Iberoamericana de Derechos de los Jóvenes...¿la conocés?

La Convención Iberoamericana de Derechos de los Jóvenes es un tratado Internacional de derechos humanos, firmado el 11 de octubre del 2005 en la ciudad española de Badajoz y cuyo alcance de aplicación está circunscrito a los 22 países que conforman la Comunidad Iberoamericana de Naciones.

La Convención es un acuerdo de carácter vinculante que establece el compromiso de los estados Parte a garantizar a las personas jóvenes de entre 15 y 24 años de edad sin discriminación alguna, el cumplimiento de los derechos humanos recogidos en el articulado.

De forma particular, los Estados Parte deben abstenerse de interferir en el goce de los derechos dentro de su jurisdicción; impedir la violación de los mismos por parte de individuos, grupos, instituciones, corporaciones, etc.; y tomar medidas legislativas, administrativas, presupuestarias, judiciales, etc. para la plena realización de los derechos.

La Organización Iberoamericana de Juventud (OIJ), organismo internacional de carácter multigubernamental, ha impulsado el proceso de elaboración y consolidación de la Convención. La OIJ busca contribuir a posicionar este tratado de Derechos Humanos como un instrumento jurídico trascendente que genere impacto de las legislaciones de los países y que ofrezca la base jurídica para la realización de acciones emprendidas a favor de las y los jóvenes.

Se debe resaltar que la convención es el único tratado internacional en vigor que reconoce específicamente los derechos de las personas jóvenes, por esta razón está sirviendo como referente para los procesos similares adelantados en otras regiones del mundo.

Descarga la convención y encuentra más información en: www.laconvencion.org

Web de la Organización Iberoamericana de Juventud: www.oij.org

Carné de Salud Adolescente...¿ya lo tenés?

El carné de salud adolescente es un documento, de uso universal en todo el territorio nacional, existiendo un carné para la adolescente y uno para el adolescente, que sirve para promover:

- ⊙ El ejercicio del derecho a la atención de salud.
- ⊙ Pautas de autocuidado y cuidado mutuo.
- ⊙ El conocimiento del estado de salud de las y los adolescentes.
- ⊙ La comunicación entre el/la adolescente y los técnicos que lo/la atienden en los servicios de salud u otras instituciones, evitando la replicación de gestiones y acciones.

Su gestión y obtención es gratuita en todos los centros de salud con atención a la población adolescente.

Toda la información contenida en este carné es confidencial, siendo de uso exclusivo de el/la adolescente y de toda persona que él o ella determine.

El carné es utilizado como Certificación de Salud por las instituciones educativas, servicios de salud, clubes deportivos, INJU y ONGs que trabajen o atiendan adolescentes.

Los datos requeridos serán llenados por el médico integrante del equipo de salud en conjunto con el/la adolescente, teniendo a la vista la historia clínica.

El carné contiene:

- ⊙ Los datos personales (nombre, cédula de identidad, fecha de nacimiento, domicilio, departamento, teléfono y celular) pueden ser registrados por el propio adolescente y/o personal técnico o administrativo. Es importante corroborar que los datos estén completos.
- ⊙ Reúne aquellos datos que puede ser requeridos ante una situación de emergencia: la presencia de diabetes, asma, epilepsia, hipertensión arterial u otras patologías crónicas.
- ⊙ Antecedentes patológicos personales y/o familiares de interés para orientar diagnósticos y tratamientos.
- ⊙ Control del estado nutricional. Incluye peso, talla e IMC (índice de masa corporal) por considerarse un indicador práctico de la salud nutricional.
- ⊙ Indicadores del estado de salud. En cada uno de los casos se estimulará el intercambio con el/la adolescente recepcionando sus preocupaciones y/o expectativas, informando oportunamente con criterios de promoción y prevención.

Por más info:

Ministerio de Salud Pública
Programa Nacional de Adolescencia



2408 1532



www.msp.gub.uy

Salud sexual y reproductiva

¿Qué es?

La Salud Sexual y Reproductiva es un eje central en la salud y la vida de las personas. La misma encuentra en la Conferencia Internacional sobre Población y Desarrollo (CIPD) celebrada en El Cairo en 1994, un hito fundamental, ya que en ella se introduce el concepto de Salud Reproductiva y Derechos reproductivos de las personas como un Derecho Humano.

La Salud reproductiva es entendida en términos del derecho de las personas a:

- Decidir sobre el número y espaciamiento de hijos/as, acceder a métodos anticonceptivos seguros, asequibles y de calidad.
- Acceder a servicios de Salud Reproductiva integrales y de calidad.

Una perspectiva integral en salud sexual y reproductiva implica colocar a la persona en el centro, como protagonista de su propia salud y reconocer la salud como un derecho humano básico. Trabajar desde la integridad requiere que el sujeto humano sea considerado en su multidimensionalidad en tanto sujeto psíquico, social y cultural. Esto supone tomar especialmente en cuenta las distintas condiciones y circunstancias que hacen parte de su vida tales como su sexo, clase social, edad, etnia, orientación sexual entre otras, promoviendo el ejercicio y respeto de sus derechos, la no discriminación y la equidad.

En este sentido, el Uruguay ha tenido en los últimos años interesantes avances en materia de salud y derechos sexuales y reproductivos.

Información en base a: www.gurisesunidos.org.uy/ecos. Guía de recursos y servicios de salud sexual y reproductiva.

Podés encontrar más información en: “**Eligiendo Nos. Guía en Salud Sexual y género para Adolescentes**” elaborada por el Instituto Nacional de las Mujeres y el Instituto nacional de la Juventud.

Esta guía busca brindarte información par que en el ejercicio de tus derechos puedas desarrollar prácticas saludables, sin prejuicios y con la información necesaria para cuidarte y cuidar.

Encontrala en:

 www.inju.gub.uy

Algunas cosas a saber sobre las drogas y sus diversos consumos

Para que una sociedad responda en forma eficaz a la problemática del uso de drogas, es necesario que se reflexione sobre los siguientes elementos:

No existe “la droga”, sino diversas sustancias que al ser consumidas producen diferentes efectos físicos, psíquicos y sociales, y distintos riesgos asociados.

Los problemas relacionados con las drogas no están vinculados únicamente a las sustancias consumidas, sino a las circunstancias personales del consumidor y al entorno social en el que tienen lugar dichos consumos.

También el alcohol y el tabaco son drogas, y de las que más se abusa, más allá de que sean legales.

Los problemas más graves de salud pública asociados al consumo de drogas no son atribuibles a las sustancias generalmente percibidas como tales (drogas ilegales), sino a las que se consideran sustancias de consumo y comercialización libre (alcohol y tabaco).

No es acertada la tendencia a asociar cada droga con un único tipo de consumidor (por ejemplo, niño de la calle con pegamentos), sino que para las distintas sustancias hay una considerable variedad de usuarios, con los más diversos motivos para su consumo.

Las situaciones de abuso son reversibles si el individuo y su entorno más próximo cuentan con el soporte personal y/o profesional adecuado.

Extraído de: “Tu Guía de Drogas: más información menos riesgos”
6ª Edición. Marzo, 2008.

Junta Nacional de Drogas: www.infodrogas.gub.uy sección Materiales Educativos

Uso problemático de drogas

El término Uso problemático de drogas hace alusión fundamentalmente a aquellos tipos de uso que, tanto desde el punto de vista médico-toxicológico como desde el punto de vista psicológico y sociocultural son capaces de provocar daños en al menos una de las siguientes cuatro áreas vitales básicas: 1) el área de las relaciones sociales primarias (familia, pareja, amigos); 2) el área de las relaciones sociales secundarias (trabajo, estudio); 3) el área de la salud física y psíquica y 4) el área de las relaciones con la ley.

El uso de sustancias que producen intoxicaciones en el organismo son desde el punto de vista médico, consumos problemáticos. Por otro lado, el consumo dependiente forma parte de esta categoría de uso problemático, no así la mayoría de los consumos experimentales, ocasionales o incluso regulares.

Gestión de los comportamientos de riesgo y uso controlado de drogas. El efecto que una sustancia tenga sobre una persona resulta siempre de la interacción de 3 conjuntos de factores: la persona (su personalidad, sus expectativas, su fisiología), la sustancia (la dosis, la pureza, la vía) y el entorno (la compañía, el espacio físico, las creencias sociales, la legalidad).

Para poder consumir drogas de forma controlada o no problemática se requiere participar de una subcultura del consumo seguro y no adictivo, sin la cual la gran mayoría de los consumos se convertirían potencialmente en consumos de mayor

riesgo. El mejor ejemplo de esto en nuestras sociedades lo brinda el consumo de alcohol. Importa destacar aquí que en casi todas las sociedades, la mayoría de los consumos de drogas no implican daños para las diferentes áreas vitales de los consumidores.

El modelo de la Gestión de los comportamientos de riesgo está enmarcado en una postura de pluralismo ético y de plena vigencia de los Derechos Humanos. El mismo implica tomar un posicionamiento racional, pragmático y no moralizador en relación a la temática del consumo de drogas.

Las estrategias que se implementan desde este paradigma tendrán como objetivo inmediato reducir los comportamientos de riesgo que potencialmente puedan llevar a daños vinculados al uso de drogas, potenciando las capacidades de decisión y control de los sujetos y las comunidades y haciendo para ellos calculables los riesgos vinculados al consumo de drogas. Para ello, la educación y la promoción de las habilidades sociales de sujetos y comunidades se constituyen como dos ejes centrales de las intervenciones.

En síntesis, y entendiendo al “riesgo” como la probabilidad que tiene la conducta de usar drogas de causar alguna de las diferentes consecuencias negativas para el sujeto, se trabaja desde el punto de vista educativo en el desarrollo de estrategias afectivas, cognitivas, sociales y comunitarias para minimizar los riesgos sociales y psico-sanitarios que puedan devenir como resultado del consumo de drogas, tanto para los individuos consumidores en particular, como para la comunidad en su conjunto.

Extraído de: [Fundamentos del programa Alter-Acciones. Instituto de Educación Popular El Abrojo: \[www.elabrojo.org.uy/alterac_fundamentos.htm\]\(http://www.elabrojo.org.uy/alterac_fundamentos.htm\)](#)

¿Dónde recurrir?

Si sentís que vos, o algún amigo o amiga necesitan ayuda para solucionar un problema relacionado al consumo problemático de drogas, te acercamos algunos datos:

Junta Nacional de Drogas

 150 interno 1225 / 1226

Centro de información y referencia a la red drogas “Portal Amarillo”

Tratamiento ambulatorio, residencial, centro de día y orientación telefónica las 24 hs. Usuarios de Salud Pública.

 Dr. Carlos María de Pena 5101 esq. Coronilla

 Nuevo París (Montevideo)

 2309 1020

Programa de Uso Indebido de Drogas de la Facultad de Medicina

Departamento de Toxicología. Consultas telefónicas las 24 horas.

 Hospital de Clínicas. Piso 7

 Urgencias: 1722

 Solicitar hora: 2480 4000

Policlínica de Farmacodependencia del Hospital Maciel

 25 de Mayo 174. Hospital Maciel

 2915 3000 int. 1004/1005

Dpto. De Prevención de Adicciones del INAU

 2203 7195 / 2209 0771

Emergencia de Salud Pública

 105

También podés comunicarte con el Centro de Salud más próximo donde te informarán a quién recurrir.





¿Qué ómnibus me tomo para ir a estudiar?

Desde y hacia: Fac. de Odontología; Escuela de Tecn. Odontológica; Comedor Universitario N°2; Hospital de Clínicas “Dr. Manuel Quintela”; Fac. de Enfermería; Esc. Universitaria de Tecnología Médica; Escuela Universitaria de Nutrición y Dietética y el Instituto de Higiene

21 Ciudad Vieja | **21** Portones
64 Aduana | **64** Portones
71 Instruc. y Mendoza | **71** Pocitos
76 Cerro | **76** Pta. Carretas
115 Luis Braille; **140** Ciudad Vieja
143 C. Vieja | **143** Comercio y 8 de octubre
151 Portones | **151** Verdisol
174 Colón | **174** Melilla
185 Frigorífico Nacional | **185** Pocitos
186 Pocitos | **186** Sta. Catalina
191 Ciudadela | **191** Pta. Carretas
192 Manga | **192** Parque Rodó
300 Cementerio Central | **300** Instrucciones
316 Cno. Maldonado km 16 | **316** Pocitos
328 Instruc. y Mendoza | **328** Pta. Carretas
329 Colón | **329** Melilla
329 Pta. Carretas | **329** Saint Bois
370 Cerro | **370** Portones
407 Pza. España | **407** Portones
494 Barra Sta. Lucia | **494** Buceo
495 Buceo | **495** Pajas Blancas
D9 Barrio Monterrey | **D9** Ciudad Vieja
D10 Ciudad Vieja | **D10** Puente Carrasco

Desde y hacia: Escuela de Sanidad “Dr. José Scosería” (Facultad de Enfermería)

137 Aduana | **137** Paso de la Arena
161 Aduana; **164** Luis Alberto de Herrera
187 Ciudad Vieja | **187** Palacio de la Luz
402 Malvín; **CA1** Tres Cruces

Desde y hacia: Escuela de Parteras (Hospital Pereira Rossell)

4 Ciudad Vieja | **4** Punta de Rieles
14 Aduana | **14** Pocitos
21 Portones; **60** Ciudad Vieja; **64** Portones
71 Instrucciones y Mendoza | **71** Pocitos
77 Aduana | **77** Hotel Carrasco
100 Aparicio Saravia | **100** Pza. España
102 Barrio Municipal | **102** Ciudad Vieja
103 Aduana | **103** Villa García
103R Aduana | **103R** Carlomagno
105 Aduana | **105** Puente Carrasco
106 Aduana | **106** Piedras Blancas
109 Paso Carrasco | **109** Pza. España
110 Pza. España | **110** Ptas. de Macadam
111 Aduana | **111** Malvín
112 Pza. España | **112** Punta Gorda
113 Malvín | **113** Pza. España
115 Luis Braille
121 Ciudad Vieja | **121** Pocitos
140 Ciudad Vieja | **140** Portones
141 Ciudad Vieja; **142** Aduana
142R Aduana; **143** Comercio y 8 de Octubre
144 Pza. España; **151** Portones
157 Pque. Rodó | **157** Paso de la Arena
163 Paso de la Arena | **163** Pocitos
174 Colón | **174** Melilla | **174** Pta. Carretas
180 Ciudad Vieja | **180** J. Roldós y Pons
181 La Teja; **183** Pocitos; **187** Pco. de la Luz
300 Cementerio central | **300** Instrucciones
330 Ciudadela | **330** Instrucciones
370 Portones
407 Pza. España | **407** Portones
468 Pza. La Paz; **494** Buceo; **495** Buceo
526 Comp. América | **526** Malvín
D8 Ciudad Vieja | **D8** Villa García
D9 Barrio Monterrey; **D10** Puente Carrasco
D11 Ciudad Vieja | **D11** Puente Carrasco

Desde y hacia: Facultad de Ingeniería

117 Ciudad Vieja | **117** Pta. Carretas
192 Manga | **192** Pque. Rodó
199 Cementerio del Norte | **199** Pta. Carretas
300 Cementerio Central | **300** Instrucciones
405 Pque. Rodó | **405** Peñarol

Desde y hacia: Facultad de Ciencias

113 Malvín | **113** Pza. España
370 Cerro | **370** Portones
407 Pza. España | **407** Portones

Desde y hacia: Instituto Sup. de Ed. Física

76 Cerro | **76** Pta. Carretas
140 Ciudad Vieja | **140** Portones
192 Manga | **192** Pque. Rodó
316 Cno. Maldonado Km 16 | **316** Portones



Desde y hacia: Facultad de Veterinaria

140 Ciudad Vieja | **140** Portones
141 Ciudadela | **141** Cterio. Norte
142 Ciudad Vieja | **142** Costanera
143 Ciudad Vieja | **143** Comercio y 8 de octubre
145 Colón | **145** Pza. España
181 Pocitos | **183** La Teja
182 Pque. Rodó | **182** Paso Molino
185 Frigorífico Nacional | **185** Pocitos
186 Pocitos | **186** Sta. Catalina
191 Ciudadela; **328** Instrucciones Y Mendoza
329 Colón | **329** Melilla | **329** Saint Bois
405 Pque. Rodó | **405** Peñarol
468 La Paz | **468** Portones
494 Barra Sta. Lucía | **494** Buceo
495 Buceo | **495** Pajas Blancas
526 Sayago | **526** Malvín

Desde y hacia: Licenciatura en Ciencias de la Comunicación

140 Ciudad Vieja | **140** Portones
141 Ciudadela | **141** Cementerio Norte
142 Ciudad Vieja | **142** Costanera
143 Ciudad Vieja | **143** Comercio y 8 de octubre
144 Ciudadela | **144** Cementerio Norte
145 Colón | **145** Pza. España
494 Barra Sta. Lucía | **494** Buceo
495 Buceo | **495** Pajas Blancas
526 Sayago | **526** Malvín

Desde y hacia: Facultad de Ciencias Económicas y de Administración y Escuela de Administración

17 Casabó | **17** Pta. Carretas
117 Ciudad Vieja | **117** Pta. Carretas
128N Paso de la Arena | **128N** Pocitos
128R Nuevo París | **128R** Pocitos
145 Colón
149 Barrio Municipal | **149** Manga
149 Mendoza | **149** Pocitos
157 Pque. Rodó
199 Cementerio del Norte | **199** Pta. Carretas
300 Cementerio Central | **300** Instrucciones
407 Pza. España | **407** Portones
522 Pocitos | **522** Sayago

Desde y hacia: Facultad de Medicina y Facultad de Química

17 Casabó | **17** Pta. Carretas
128N Paso de la Arena | **128N** Pocitos
128R Nuevo París | **128R** Pocitos
135 Pta. Espinillo; **D5** Puente La Paz
137 Aduana | **137** Paso de la Arena
147 Aduana | **147** Colón
148N Aduana | **148N** Melilla y Cno. Fauquet
148R Aduana | **148R** Melilla y Cno. Fauquet
149 Barrio Municipal | **149** Manga
149 Mendoza | **149** Pocitos
150 Ciudadela | **150** Pza. La Paz
151 Portones | **151** Verdisol
155 Ciudadela | **155** Pta. de Rieles
156 Aduana | **156** Hipódromo
157 Pque. Rodó | **157** Paso de la Arena
158 Aduana | **158** Gruta de Lourdes
169 Aduana | **169** Toledo Chico
173 Ciudadela | **173** Portones
175 Ciudadela | **175** Puente Las Piedras
187 Ciudad Vieja | **187** Palacio de la Luz
188 Ciudad Vieja | **188** Palacio de la Luz
370 Cerro | **370** Portones
396 Aduana | **396** Barrio Municipal
402 Aduana | **402** Malvín
409 Melilla | **409** Pza. España
468 Pza. La Paz | **468** Portones
505 Aduana | **505** Cno. del Andaluz
522 Pocitos | **522** Sayago

Desde y hacia: Facultad de Arquitectura

14 Aduana | **14** Pocitos
17 Casabó | **17** Pta. Carretas
104 Ciudad Vieja | **104** Puente Carrasco
116 Ciudad Vieja | **116** Pocitos
117 Ciudad Vieja | **117** Pta. Carretas
128N Paso de la Arena | **128N** Pocitos
128R Nuevo París | **128R** Pocitos
145 Colón | **145** Pza. España
149 Barrio Municipal | **149** Manga
149 Mendoza | **149** Pocitos
157 Pque. Rodó | **157** Paso de la Arena
174 Colón | **174** Melilla | **174** Pta. Carretas
181 La Teja
182 Pque. Rodó | **182** Paso Molino
183 Pocitos
192 Manga | **192** Pque. Rodó
199 Cementerio del Norte | **199** Pta. Carretas
300 Cementerio del Norte | **300** Instrucciones
405 Pque. Rodó | **405** Peñarol
407 Pza. España | **407** Portones
427 Barrio Los Bulevares | **427** Portones
522 Pocitos | **522** Sayago
582 Peñarol | **582** Pta. Carretas
D1 Carrasco | **D1** Ciudad Vieja
Desde y hacia: Facultad de Agronomía
130 Aduana | **130** Pza. La Paz
151 Portones | **151** Verdisol
468 Pza. La Paz | **468** Portones



GUÍA PARA ESTUDIANTES DEL INTERIOR



UNIVERSIDAD
DE LA REPUBLICA
URUGUAY



MINISTERIO DE
DESARROLLO SOCIAL

 **mides**



inju

Instituto Nacional
de la Juventud



PROGRESA

Programa de Respaldo al Aprendizaje



Facultad de
Psicología
SOVO

SERVICIO DE ORIENTACIÓN
VOCACIONAL / OCUPACIONAL

**fondo de
solidaridad**

