

Cuidant el present
per liderar el futur

*Taking care of the present
to lead the future*

**Campus
Hospital
del Mar**

ESIMar

Parc
de Salut
MAR
Barcelona

Centre adscrit a la

upf.

Universitat
Pompeu Fabra
Barcelona

Escola Superior
d'Infermeria del Mar



Manual del Estudiante de Intercambio 2023-2024



www.esimar.edu.es



@esim_mar



Escola Superior
d'Infermeria del Mar



Escola Superior
d'Infermeria del Mar



Escola Superior d'Infermeria del Mar
Calle del Doctor Aiguader, 80, 3^a planta
08003 Barcelona

Tel. 93 248 39 32 / 33

Dr. María Gil Poisa

Índice

Índice	1
BIENVENID@S A LA ESCOLA SUPERIOR D'INFERMERIA DEL MAR	3
1. ANTES DE SALIR DE TU PAÍS	5
1.1. Inscríbete como alumno de intercambio o visitante	5
1.2. ¿Necesitas visado?	5
1.3. Asistencia médica	6
1.3.1. Vacunas	7
1.4. Buddy Program	8
1.5. Alojamiento en Barcelona	8
1.5.1. Residencias de estudiantes	9
1.4.3. Habitaciones en piso compartido	9
1.6. Transporte en Barcelona	10
1.7. Oferta académica y calendario escolar	11
2. A TU LLEGADA A LA ESIMar	13
2.1. Conoce a la coordinadora de movilidad	13
2.2. Las prácticas	13
2.3 Evaluación	14
2.3.1. El sistema de calificaciones	14
2.4. Inscríbete en los cursos de catalán o castellano	15
2.5. Participa en el programa de Voluntariado Lingüístico	16
2.6. Erasmus Student Network (ESN)	16
2.7. Servicios en la ESIMar-UPF	16
2.7.1 Biblioteca de la UPF	17
3 - AL FINAL DE TU ESTANCIA	18
4 - TELÉFONOS Y DIRECCIONES DE INTERÉS	19
5-CHECKLIST	20

BIENVENID@S A LA ESCOLA SUPERIOR D'INFERMERIA DEL MAR

La Escola Superior d'Infermeria del Mar- UPF (ESIMar-UPF) es un centro universitario perteneciente al Parc de Salut Mar de Barcelona y adscrito a la Universitat Pompeu Fabra (UPF) que se sitúa en un ecosistema generador de conocimiento privilegiado. Su ubicación física es en el Campus Universitario Mar, un Campus situado en el marco incomparable de la Barceloneta, que alberga también la formación en medicina, biología humana y fisioterapia.



El propósito de la escuela es contribuir a la mejora de la salud de la población a través del fomento de cuidados de enfermería innovadores y de calidad, así como participar en el perfeccionamiento continuo de las enfermeras a nivel científico, técnico y humano. Además, aboga por la mejora continua de la formación y la disciplina enfermera gracias a la investigación y a la participación en redes y grupos de investigación nacionales e internacionales.

Nuestra escuela ofrece estudios de grado, postgrado, máster y doctorado permitiendo a los estudiantes que lo deseen completar su itinerario formativo académico hasta el final. Además, siendo conocedores de las necesidades del mercado, ofrece un conjunto de cursos de formación continuada que permite a las enfermeras desarrollar, en un breve espacio de tiempo, las habilidades requeridas en los cambiantes entornos laborales para mantenerse actualizadas y ser competitivas.

Con la mirada focalizada en la adquisición de competencias, la Escuela potencia las metodologías de aprendizaje innovadoras en el que el estudiante asume la responsabilidad de su aprendizaje y el docente actúa como facilitador del mismo. El entrenamiento de habilidades en salas de simulación clínica y en entornos seguros se realiza en todas las formaciones y los valores de la institución y de la UPF están encarnados en cada actividad que se implementa en el centro.

Las prácticas en entornos asistenciales y de investigación se convierten en el eje vertebrador de las distintas formaciones. La Escuela cuenta con recursos asistenciales y de investigación propios como son los centros y servicios del Consorci Parc de Salut Mar y el Institut Municipal d'Investigacions Mèdiques (IMIM) así como

con la colaboración de las principales instituciones públicas y privadas de Barcelona y alrededores con las que mantiene convenios de colaboración.

En todo este entramado académico el estudiante es situado en el centro y por ello se le involucra invitándole a participar en todas las etapas de la formación, desde la planificación hasta la evaluación de la misma. Al mismo tiempo, se le invita a participar en reuniones de estudiantes y docentes, en comisiones de trabajo y en investigaciones para la mejora de la formación. En este sentido, el trabajo multidisciplinar y colaborativo resulta clave en el proceso. Desde la formación pregrado se potencia la capacidad de trabajar en equipo a la vez que se le ofrece una atención individualizada orientada al crecimiento personal, a aprender a aprender para poder desarrollar posteriormente el resto de competencias transversales y a actuar con profesionalidad en los diferentes contextos y ámbitos en los que puede prestar los cuidados de enfermería.

La profesionalidad y sostenibilidad de la institución está avalada por más de 40 años de experiencia en la formación universitaria en enfermería. Son incontables los estudiantes graduados y postgraduados egresados que ofrecen sus cuidados en diferentes países y regiones siendo reconocidos por su excelencia e integridad profesional. Sin duda parte del éxito se debe al equipo de profesionales que constituyen la escuela.

En nombre del equipo de dirección de la Escola Superior d'Infermeria del Mar, te doy una calurosa bienvenida esperando poder ofrecerte una experiencia de aprendizaje a nivel personal y profesional memorable.

Dra. Esther Insa Calderón

Directora de la Escola Superior d'Infermeria del Mar

Más información disponible en www.esimar.edu.es

1. ANTES DE SALIR DE TU PAÍS

1.1. INSCRÍBETE COMO ALUMNO DE INTERCAMBIO O VISITANTE

Si eres un estudiante de intercambio, comunícate con tu Oficina de Relaciones Internacionales y con el Coordinador correspondiente para aprender sobre el sistema de solicitud de tu universidad. Una vez hayas solicitado en la universidad de origen y tu solicitud haya sido aceptada, recibirás una comunicación desde ESIMar solicitándote la documentación necesaria:

Currículum vitae
Expediente académico
Carta de Motivación
Fotocopia DNI o pasaporte
Foto carnet
Tarjeta sanitaria europea (solo estudiantes europeos)
Cartilla vacunación
Certificado de nivel de español (mínimo, B1)
Seguro de salud, viaje y responsabilidad civil (ciudadanos extracomunitarios)

Después de recibir tu inscripción, te enviaremos la carta de confirmación de registro.

1.2. ¿NECESITAS VISADO?

Si eres ciudadano de la Unión Europea (UE), Espacio Económico Europeo (EEE) o Suiza no es necesario que realices ninguna formalidad administrativa previa a tu llegada a Barcelona.

Si vienes de algún país fuera de los indicados, deberás tramitar un visado de estudiante. Encontrarás la información necesaria en la web de [Barcelona International Welcome](#). Para encontrar la Embajada/consulado de España más cercano a tu residencia puedes consultar la web del [Ministerio de Asuntos Exteriores](#).

Si tu estancia es superior a tres meses, una vez llegues a Barcelona tendrás que inscribirte en el Registro de Ciudadanos de la Unión. Si éste no es tu caso, deberás obtener un visado de estudiante antes de salir de tu país, a través de la embajada o del consulado español más cercano a tu lugar de residencia. Para tramitar el visado necesitarás una carta de aceptación de la ESIMar que deberás solicitar a la Coordinadora de Movilidad de la ESIMar, Dra. María Gil Poisa (mgilp@esimar.edu.es), adjuntando una fotocopia de tu pasaporte dónde se pueda ver claramente su número.

Contacta con tu embajada más cercana para aprender más sobre el proceso de visado, y cómo se aplica al caso particular de tu país. Tanto tu Oficina de Relaciones Internacionales en tu universidad de origen como el departamento de Movilidad en ESIMar te apoyarán durante el proceso.

1.3. ASISTENCIA MÉDICA

Cualquier estudiante que venga a estudiar a la ESIMar tiene que estar cubierto por un seguro de enfermedad.

Si eres ciudadano o residente español, debes tener una cobertura sanitaria válida en Barcelona (Seguridad Social, mutua privada, etc.).



Si eres ciudadano de un país perteneciente a Espacio Económico Europeo o Suiza, con derecho a la Seguridad Social en tu país, debes tener la Tarjeta Sanitaria Europea (European Health Insurance Card) expedida por las autoridades de la sanidad pública de tu país. Este documento da derecho a obtener en España las prestaciones de asistencia sanitaria necesarias. Puedes encontrar información de cómo solicitarla [aquí](#).

Una vez en Barcelona, en caso de que necesites asistencia sanitaria gratuita, deberás dirigirte al Centro de Asistencia Primaria (CAP) más próximo a tu domicilio y presentar la Tarjeta Sanitaria.

Si eres ciudadano de un país de fuera del Espacio Económico Europeo o Suiza, es conveniente que te informes sobre si existe algún acuerdo médico entre la Seguridad Social (Sanidad Pública) de tu país y la sanidad española (éste es el caso, por ejemplo, de algunos países de [América Latina](#)). En caso de que exista algún acuerdo, debes tramitar ante las autoridades competentes de tu país el documento correspondiente que te permita acceder gratuitamente a la red de asistencia sanitaria pública española. De no ser así, ten en cuenta que necesitarás un seguro médico, de viaje, y de responsabilidad civil.

En el caso de contratar un seguro privado, asegúrate de leer bien la cobertura, conocer tu número de póliza, y saber el número de teléfono de contacto en caso de emergencia o dudas. Una vez en Barcelona, en caso de necesitar cobertura sanitaria, ponte en contacto con tu compañía de seguros y ellos te orientarán sobre cómo proceder. En Barcelona existen multitud de clínicas, tanto públicas como privadas, que aceptan todo tipo de seguros sanitarios internacionales, y que cuentan con personal bilingüe en inglés y castellano.

1.3.1. Vacunas

Debido a que durante tu estancia en ESIMar estarás en contacto directo con instituciones sanitarias, todos los estudiantes han de presentar una cartilla de vacunación que incluya, al menos, COVID19, Hepatitis A+B, Tétanos, Triple Vírica y DTP. Asegúrate de haber recibido estas vacunas en tu país de origen, y de tener una cartilla de vacunación actualizada y/o un certificado médico oficial firmado que acredite que estás al corriente de dichas vacunas. En el caso de que este certificado esté en un idioma diferente del castellano o el inglés, necesitarás aportar una traducción jurada.

1.4. BUDDY PROGRAM

Antes de tu llegada a Barcelona, la Coordinadora de Internacionalización y Movilidad se pondrá en contacto contigo para ofrecerte la posibilidad de participar en nuestro programa de mentorazgo. Si estás interesada, una estudiante local de nuestra universidad actuará como tu Buddy. Estos estudiantes son voluntarios que reciben un crédito académico por acompañarte durante tu experiencia en la escuela. Ellos podrán orientarte en aspectos prácticos antes de tu llegada y durante tu estancia en Barcelona, como recomendarte dónde buscar alojamiento en Barcelona, o ayudarte a moverte a tu llegada, o mostrarte el campus. Durante tu estancia en la ciudad estos estudiantes también podrán hacer actividades contigo, como excursiones, paseos, o visitas a monumentos. Al final de tu estancia recibirás un cuestionario de satisfacción para evaluar tu experiencia con los mentores. Esperamos que este programa sea útil y ayude a mejorar tu estancia en la ciudad.

1.5. ALOJAMIENTO EN BARCELONA

Si estás planeando buscar alojamiento a tu llegada a Barcelona, especialmente si llegas antes del comienzo de tu estancia para estudiar, necesitarás reservar con suficiente antelación una habitación en un hotel u hostel. Puede resultar muy difícil encontrar una habitación de hotel u hostel en Barcelona sin reserva previa, a pesar que hay una gran oferta, por lo que hazlo con tiempo para garantizarte una estancia asequible y bien localizada.

Para tu estancia durante el curso, hay dos opciones que te recomendamos principalmente: residencias universitarias (públicas o privadas) o apartamentos compartidos con otros estudiantes.



ESIMar tiene convenios con una serie de residencias universitarias y agencias inmobiliarias, por lo que si eres alumno de nuestra escuela, recibirás descuentos o beneficios. Si lo necesitas, tu coordinadora internacional en Barcelona te

proporcionará un documento para que la residencia que escojas te aplique ese descuento. Visita [nuestra página web](#) para más información.

1.5.1. Residencias de estudiantes

Las residencias de estudiantes son instituciones, públicas o privadas, que ofrecen alojamiento únicamente a estudiantes en zonas estratégicas de la ciudad, generalmente localizadas cerca de los campus universitarios, o en el centro de Barcelona, con muy buenas comunicaciones. Ofrecen habitaciones totalmente equipadas y acceso a zonas comunes, y su precio suele ir de los 650 a los 1200 euros al mes, dependiendo de las instalaciones y los servicios que ofrezcan. Todas ofrecen servicios y gastos incluidos (internet, luz, agua, gas...).

Cosas que debes tener en cuenta:

- Habitaciones individuales o compartidas (las habitaciones suelen ser más pequeñas).
- Baño individual o compartido con una persona.
- Zonas comunes que suelen ofrecer: gimnasio, terraza, salas de estudio, salas de juego, salas de cine/televisión.
- Limpieza de habitación (generalmente, semanal).
- Acceso a lavadoras de pago (monedas o tarjetas).
- Cocina individual o compartida.
- Opción a planes de comida.
- Actividades en la residencia.

Las residencias con las que la escuela tiene acuerdos se pueden ver en [nuestra página web](#).

1.4.3. Habitaciones en piso compartido

Si estás interesado en alquilar una habitación en un piso de estudiantes, compartiendo las habitaciones de uso común (cocina, baño y sala de estar) con

otros estudiantes, generalmente estudiantes locales, puedes hablar con alguna de las agencias listadas en [nuestra página web](#), que también te ofrecerán beneficios.

¿Cómo son los pisos de estudiantes en Barcelona? Una habitación individual en un piso suele valer entre 350 y 600 euros al mes, dependiendo del tamaño, la localización del apartamento, las condiciones del piso (reformado o no, con ascensor o no, etc.). Suelen ser pisos amueblados con lo más básico, por lo que cuenta con que habrá pequeñas cosas que quizá quieras comprar tú.

Tienes que tener en cuenta que, generalmente, los gastos del piso no están incluidos, y se pagan aparte: Internet, agua, luz y gas. Estos gastos se reparten entre todos los habitantes de la casa y, dependiendo del tamaño y el consumo, suelen rondar entre 150 y 200 euros al mes en total. Este precio puede subir, sobre todo, si tienes aire acondicionado en primavera y verano, o por la calefacción en invierno.

Los pisos suelen incluir:

- Habitación individual amueblada (cama, armario, a veces escritorio).
- Acceso a cocina (con nevera, horno, cocina, microondas...).
- Baño compartido con 1-2 personas.
- Salón y otras zonas comunes como terrazas o balcones.
- Lavadora.
- Limpieza semanal (si contratas con agencia).

Quizá prefieras compartir piso con otros estudiantes pero no depender de una agencia. En ese caso existen varias opciones que te pueden ayudar. Aquí tienes algunas sugerencias de webs que te pueden ayudar:

www.loquo.com

www.easypiso.com

www.idealista.com

www.rentabedroom.com

www.pisocompartido.com

www.elclassificats.com

1.6. TRANSPORTE EN BARCELONA

Barcelona tiene una red de transporte público excelente, con la que te podrás desplazar por toda la ciudad y otras localidades cercanas. Puedes utilizar metro, autobús, tren y tranvía, y solamente necesitas una única tarjeta de

transporte. Para llegar al Campus del Mar, tienes muchas opciones de transporte



público: autobús, metro, o tranvía. Descargándote la app de la TMB, puedes encontrar la mejor ruta para llegar al campus desde tu alojamiento.

Como muchas otras ciudades europeas, Barcelona funciona con un sistema de zonas, dependiendo de la cercanía con el centro de la ciudad. En [este mapa](#) podrás encontrar las ciudades que pertenecen a cada zona. La ciudad de Barcelona pertenece a la zona 1, por lo que puedes moverte fácilmente por toda la ciudad y localidades cercanas, como Castelldefels, por un único precio. Si quieres ir un poco más lejos, como a Sitges, necesitarás un billete de una zona más lejana, que podrás adquirir en cualquier estación de tren o autobús. Para moverte fuera de Barcelona, la forma más fácil y económica suele ser el tren. Puedes encontrar información de los trenes de Rodalies [aquí](#).

En Barcelona hay diferentes tipos de tarjetas de transporte público que puedes utilizar. Algunas son ilimitadas, y otras tienen un número de viajes determinado. Dependiendo de tus necesidades, te recomendamos escoger una u otra. Tienes toda la información en la web de [TMB](#).

1.7. OFERTA ACADÉMICA Y CALENDARIO ESCOLAR

Todos los cursos teóricos se ofrecen en horario de mañanas, entre las 8:30 y las 14:30 horas. La oferta docente de la ESIMar se distribuye por trimestres:

- 1er trimestre: desde mitades de septiembre a finales de diciembre.
- 2º trimestre: desde principios de enero a principios de abril
- 3er trimestre: desde principios de abril a finales de junio
- Desde tu universidad te comunicarán las fechas de viaje adjudicadas.

Del 23 de diciembre al 7 de enero la ESIMar está cerrada por vacaciones de Navidad y no ofrece ninguna actividad docente, ni teórica ni práctica. Lo mismo sucede durante el periodo de vacaciones de Semana Santa que suelen ser a finales del mes de marzo o principios de abril (son fechas móviles que las establece anualmente el Gobierno Central de España). Consulta la web para ver el calendario académico y el horario específico de cada curso

Los cursos pueden impartirse en catalán, castellano (español) o inglés. El profesorado hará lo posible para que sigas la dinámica de los cursos, aun así es muy recomendable que te familiarices con la lengua española y catalana, sobre todo de cara a los cursos prácticos. De cara a las prácticas, ten en cuenta que tanto el personal como los usuarios de los hospitales se manejarán fundamentalmente en catalán y castellano, por lo que tendrás que demostrar un nivel mínimo de B1 en español antes de llegar. Existen curso intensivos de lenguas catalana y castellana para estudiantes de intercambio a los que puedes acceder durante tu estancia con nosotros. Una vez tu estancia esté más cercana en el tiempo, te mandaremos información.

2. A TU LLEGADA A LA ESIMar

2.1. CONOCE A LA COORDINADORA DE MOVILIDAD

La Coordinadora de Movilidad es la persona responsable de la gestión de los programas de movilidad, con el soporte de la Secretaria Académica. Será tu persona de referencia para ponerte en contacto con todo el personal de ESIMar, y resolver tus dudas académicas y sobre tu estancia en Barcelona. Es muy importante que pases a hablar con ella para que firme y revise todos los documentos de estancia que necesita tu universidad de origen.

La Coordinadora actual es Dra. María Gil Poisa, y la encontrarás en el despacho 61.317 o a través del mail mgilp@esimar.edu.es. Podéis reuniros tanto presencialmente como por videollamada, pero es imprescindible solicitar día y hora con antelación.

2.2. LAS PRÁCTICAS

Antes de tu llegada la Coordinadora de Movilidad de la ESIMar realizará una sesión informativa en la que responderá a tus preguntas sobre todos los aspectos de tu estancia, incluidas las prácticas. Puedes realizar tus prácticas en diferentes especialidades, que podrás escoger con anterioridad, incluyendo:

- Geriatría
- Medicina hospitalaria (diferentes especialidades: traumatología, ginecología, cirugía...)
- Oncología
- Unidad quirúrgica
- Emergencias
- Cuidados intensivos
- Cuidados paliativos
- Salud mental

Durante este periodo de prácticas te será asignada una enfermera de referencia que será tu tutora clínica, así como una tutora académica. Durante este periodo de prácticas realizarás unas 37 horas semanales, y recibirás el número de

créditos equivalente a tu estancia (25 horas=1ECTS). Tu calificación dependerá de tu actividad profesional durante tu estancia y de los trabajos académicos realizados, incluyendo un diario de reflexiones.

Una vez llegues a Barcelona, y después de recoger tus materiales con tu Coordinadora, tendrás una jornada de acogida en tu centro de prácticas, donde te indicarán tu horario y qué harás durante tu estancia. Recuerda ser puntual y llevar siempre tu uniforme. El uniforme puede ser de cualquier tipo, pero siempre de color blanco; a tu llegada a la universidad recibirás un parche de uniforme y un carnet identificativos. Puedes usar cualquier calzado cómodo, pero siempre de color blanco también. El centro te ofrecerá opciones para cambiarte y almacenar la ropa durante tus prácticas.

2.3 EVALUACIÓN

El examen es el método habitual en la ESIMar para evaluar a los estudiantes, junto con las notas obtenidas a lo largo del trimestre. Algunas asignaturas solicitan trabajos escritos (individuales o grupales) como evaluación final.

2.3.1. El sistema de calificaciones

Las calificaciones que un estudiante puede obtener en una universidad española, que se corresponden con la puntuación numérica que figura entre paréntesis, son las que se indican a continuación (en una puntuación de 0 a 10 siendo 0 la calificación mínima y 10 la calificación máxima):



- *Matrícula de honor (10)*: Es la calificación más alta, y se otorga únicamente a un reducido número de estudiantes que han

demostrado un rendimiento excepcional (máximo 5% de los estudiantes matriculados a un curso).

- *Sobresaliente (9-10)*: Se otorga a los estudiantes que han demostrado un rendimiento muy bueno.
- *Notable (7-8.9)*: Se concede a los estudiantes con un rendimiento medio-alto.
- *Aprobado (5-6.9)*: Esta nota indica que el estudiante ha superado la asignatura con un nivel suficiente.
- *Suspenso (0-4.9)*: El estudiante no ha superado la asignatura, y por lo tanto debe presentarse a una nueva actividad durante el periodo de recuperación.

2.4. INSCRÍBETE EN LOS CURSOS DE CATALÁN O CASTELLANO

Como ya sabes, en Cataluña conviven dos lenguas oficiales: castellano y catalán.

Los catalanes somos bilingües, y en las calles escucharás ambas, y a veces mezcladas!

Si quieres mejorar tus habilidades con los dos idiomas, te recomendamos que antes de venir tomes alguna clase virtual de las que te recomendamos:

- La [Universitat Pompeu Fabra](#) te ofrece clases virtuales de ambos idiomas con sus profesores, Los cursos son trimestrales, cubren un nivel entero dentro del Marco de referencia para las lenguas, y valen unos 230 euros/trimestre.
- Para aprender Catalán, te recomendamos también los cursos del [CNL \(Consorti per la Normalització Lingüística\)](#), que ofrece cursos virtuales y gratuitos de catalán en sus niveles Inicial y Básico.
- Si quieres practicar, hay un montón de opciones de tándem e intercambio lingüístico que puedes probar. Busca en la app Meetup o en alguna web como [esta](#).



2.5. PARTICIPA EN EL PROGRAMA DE VOLUNTARIADO LINGÜÍSTICO

Este programa tiene como finalidad la integración lingüística y cultural en Cataluña de los estudiantes de intercambio que cursan estudios en la UPF. Este programa centra sus actividades sobre todo en dos ámbitos de actuación diferentes:

- Actividades lúdicas y culturales en catalán: visitas turísticas tanto en Barcelona como en otras ciudades (Tarragona, Girona, Reus, Figueres, etc.), visitas a museos, asistencia a eventos deportivos (fútbol, baloncesto, etc.)...
- -Intercambio lingüístico y cultural de lengua catalana entre los estudiantes de la UPF y los estudiantes de intercambio, mediante grupos de conversación, punto de encuentro semanal, etc.



Para más información, consulta la web www.upf.edu/vl o escribe a voluntariat.linguistic@upf.edu indicando que eres estudiante de la ESIMar.

2.6. ERASMUS STUDENT NETWORK (ESN)

ESN BCN es una asociación de estudiantes apolítica, aconfesional, abierta y tolerante, basada en los principios de ESN. Todos los estudiantes Erasmus están invitados a inscribirse en las actividades de integración sociocultural. Su principal objetivo es que “los estudiantes colaboren entre sí”. Para más información, consulta su página [web](#).

2.7. SERVICIOS EN LA ESIMAR-UPF

Cuando envíes la documentación que se te solicita, es muy importante que incluyas una fotografía tamaño carnet junto con tus datos personales. Desde ESIMar

tramitaremos tus datos para el acceso a los recursos de la UPF, y una vez aquí te daremos tu carnet de identificación de la universidad.

2.7.1 Biblioteca de la UPF

Una parte importante de estos recursos es la Biblioteca de la UPF, que incluye la Biblioteca General (Campus de la Ciutadella), el CRAI (Campus de la Comunicació), la biblioteca de Mar y del Instituto de Historia Jaume Vicenç Vives. Puedes consultar toda la información referente a las bibliotecas [aquí](#).

¿Cómo usar los ordenadores?



La Secretaria de la ESIMar te proporcionará un *login* y un *password* personal para acceder a los ordenadores de la UPF, así como las instrucciones de acceso. Si tuvieras algún problema en el acceso, contacta con el servicio de informática de tu edificio (932483933).

Actividades deportivas, culturales, etc.

El Servicio de Atención a la Comunidad Universitaria (SACU) se encarga cada año de ofrecer a los estudiantes de la ESIMar-UPF una gran variedad de actividades culturales y deportivas. Si te interesa practicar un deporte o quieres cantar en el coro de la universidad sólo tienes que visitar su [web](#).

Fotocopiadoras de autoservicio

Las fotocopiadoras de autoservicio se activan con una tarjeta recargable que puedes adquirir en las máquinas de expedición y recarga ubicadas en cada uno de los edificios o en los servicios de reprografía.

3 - AL FINAL DE TU ESTANCIA

Al final de tu estancia en Barcelona se te enviará un cuestionario para que puedas valorar los distintos aspectos de tu estancia en la ESIMar. Una vez lo hayas respondido, y cuando tus calificaciones estén disponibles, recibirás tu expediente académico por correo electrónico. Tu universidad recibirá una copia física y otra electrónica en su oficina de Relaciones Internacionales.

Además, si eres estudiante vinculado al programa Erasmus+, deberás pasar por la oficina de la Coordinadora de Internacionalización y Movilidad (con cita previa) para recibir firmado el certificado de estancia que confirma que has realizado tu estancia completa en la ESIMar. Este documento te lo proporciona tu universidad de origen, y has de traer el original en papel. Se te devolverá firmado en formato físico y digital.



4 - TELÉFONOS Y DIRECCIONES DE INTERÉS

En Barcelona la atención sanitaria pública se divide entre los centros de atención primaria y los hospitales:

- Centros de Atención Primaria (CAP): Cada barrio de Barcelona dispone de su propio CAP. Es el lugar dónde tienes que ir si necesitas un médico/enfermera. En estos centros disponen de medicina general y especialistas. Recuerda que en estos centros tienes acceso sólo si tienes la tarjeta sanitaria europea o si [tu país tiene convenio](#) con la Seguridad Social de España. Para localizar tu CAP puedes visitar la [siguiente web](#).
- Si tienes una urgencia médica debes dirigirte a un hospital o llamar al número 112 del servicio de urgencias. Para localizar los hospitales (públicos y privados) puedes visitar este [link](#).

Teléfono de Emergencias (salud, policía, bomberos): 112

Transportes: www.tmb.cat

5-CHECKLIST

No olvides lo siguiente:

- Inscríbete como estudiante de intercambio en tu universidad de origen y envíanos la documentación requerida.
- Tramita el visado de estudiante y asegúrate que tienes cubierta la asistencia sanitaria durante tu estancia en Barcelona.
- Planifica tu viaje (ver calendario académico).
- Planifica el alojamiento. Si fuera necesario, reserva un alojamiento temporal (hotel, hostel, etc.).
- Consulta la información académica contenida en la web.
- Si vienes a hacer prácticas, debes traer tu propio uniforme completo, y debe ser de color **blanco**.

Te recordamos que la Secretaría de la ESIMar y el Coordinador de Movilidad estamos a tu disposición para ayudarte durante la estancia

CONTACTOS

COORDINACIÓ GENERAL DEL SERVEI DE RELACIONS INTERNACIONALS

Coordinadora

Dra. María Gil Poisa

mgilp@esimar.edu.es

Telèfon: +34 93 248 39 57

Fax: +34 93 248 39 34



Secretaria

Mar Noble Martos

mobilitat@esimar.edu.es

Telèfon: +34 93 248 39 33

Fax: +34 93 248 39 34

