

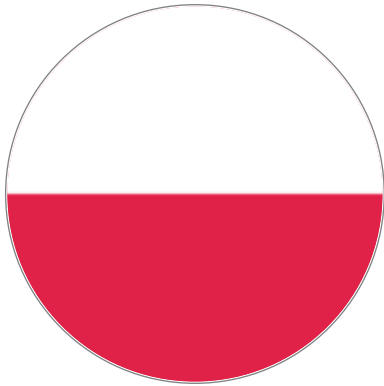


Catálogo

de Recomendaciones



Instituto
Politécnico
Nacional



Polonia

UNIVERSIDAD DE TECNOLOGÍA DE SILEZIA

Recomendaciones Generales

- Tener una cuenta en HSBC particular para hacer compras ya que es más económico el cambio en euros; además un medio online para hacer transferencias bancarias.
- Traer buena ropa de invierno, en la temporada más fría la temperatura es hasta -20°C.
- No todas las personas hablan inglés, se recomienda tener conocimiento básico de polaco para facilitar la comunicación en lugares públicos como tiendas, taquillas, restaurantes.
Es mejor opción cambiar el dinero a zlotys y no a euros.
- Inscribirse al programa de "Buddies", ya que proporcionan un gran apoyo.
- La organización de ESN, realiza actividades extraordinarias con el fin de incorporarse y conocer personas de todas nacionalidades.
- Informarse del clima según la temporada en la que se realizará la movilidad, ya que en verano la temperatura llega a los 31 grados.
- En casi toda la ciudad de ofrecer una gran variedad de descuentos para estudiantes como comida, transporte, corte de cabello, bebidas, etc.
- En la medida de lo posible llevar desde México a Polonia productos de higiene personal ya que suelen ser caros.

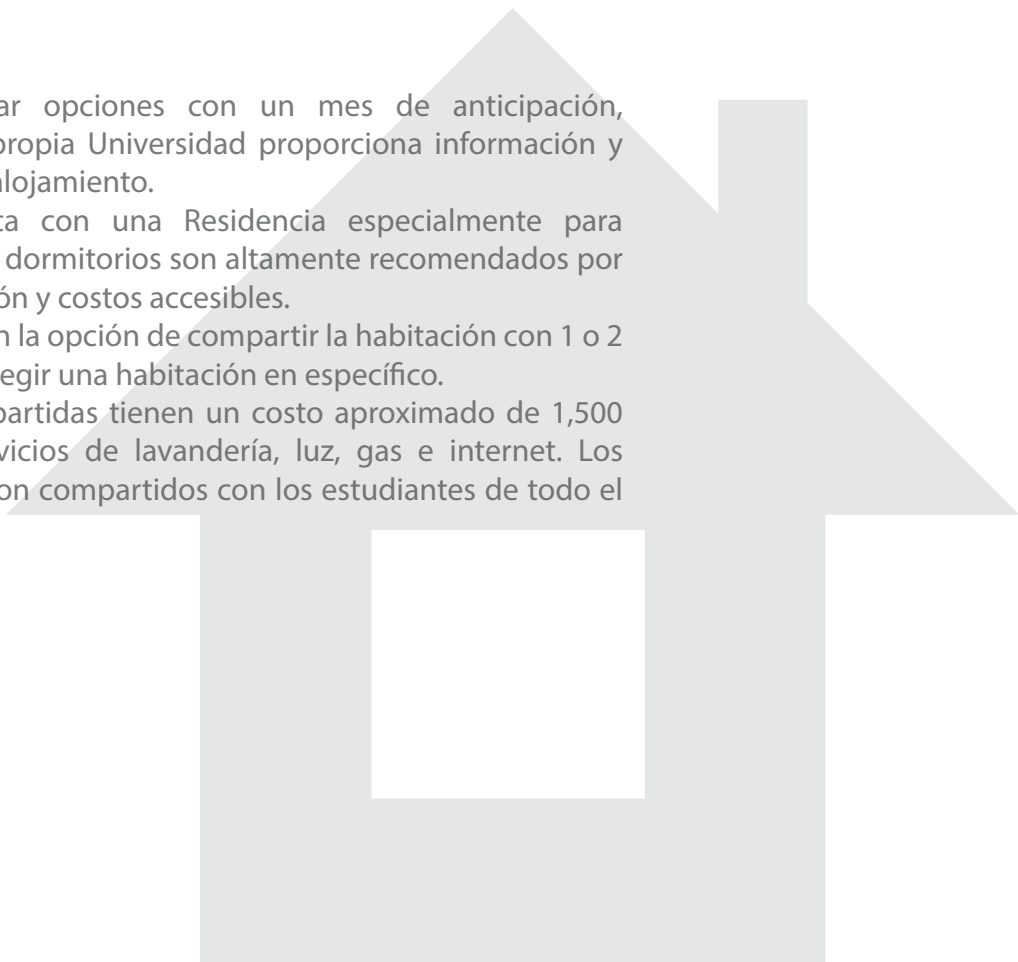
Alojamiento

Se recomienda buscar opciones con un mes de anticipación, considerando que la propia Universidad proporciona información y apoyo para encontrar alojamiento.

La Universidad cuenta con una Residencia especialmente para estudiantes, donde los dormitorios son altamente recomendados por su comodidad, ubicación y costos accesibles.

Los dormitorios ofrecen la opción de compartir la habitación con 1 o 2 personas o se puede elegir una habitación en específico.

Las habitaciones compartidas tienen un costo aproximado de 1,500 MXN que incluye servicios de lavandería, luz, gas e internet. Los sanitarios y la cocina son compartidos con los estudiantes de todo el piso.



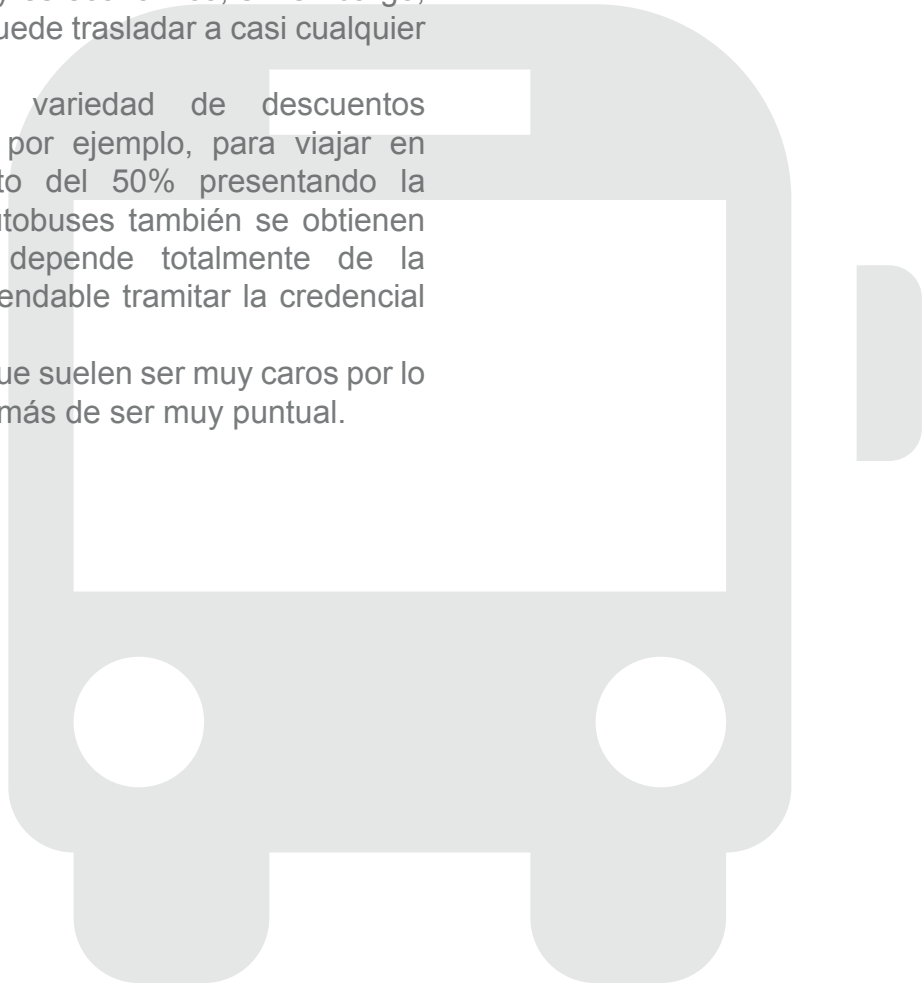
Transporte

El medio de transporte más conveniente para desplazarse en la Ciudad/Localidad es el autobús.

El tranvía da un servicio eficiente y es económico, sin embargo, la ciudad es tan pequeña que se puede trasladar a casi cualquier lugar a pie.

En Polonia existe una gran variedad de descuentos especialmente para estudiantes, por ejemplo, para viajar en tranvía se obtiene un descuento del 50% presentando la credencial y en el caso de los autobuses también se obtienen buenos descuentos pero esto depende totalmente de la compañía; así que es muy recomendable tramitar la credencial de la Universidad lo antes posible.

No es recomendable usar taxi ya que suelen ser muy caros por lo que el bus es la mejor opción, además de ser muy puntual.



Alimentación

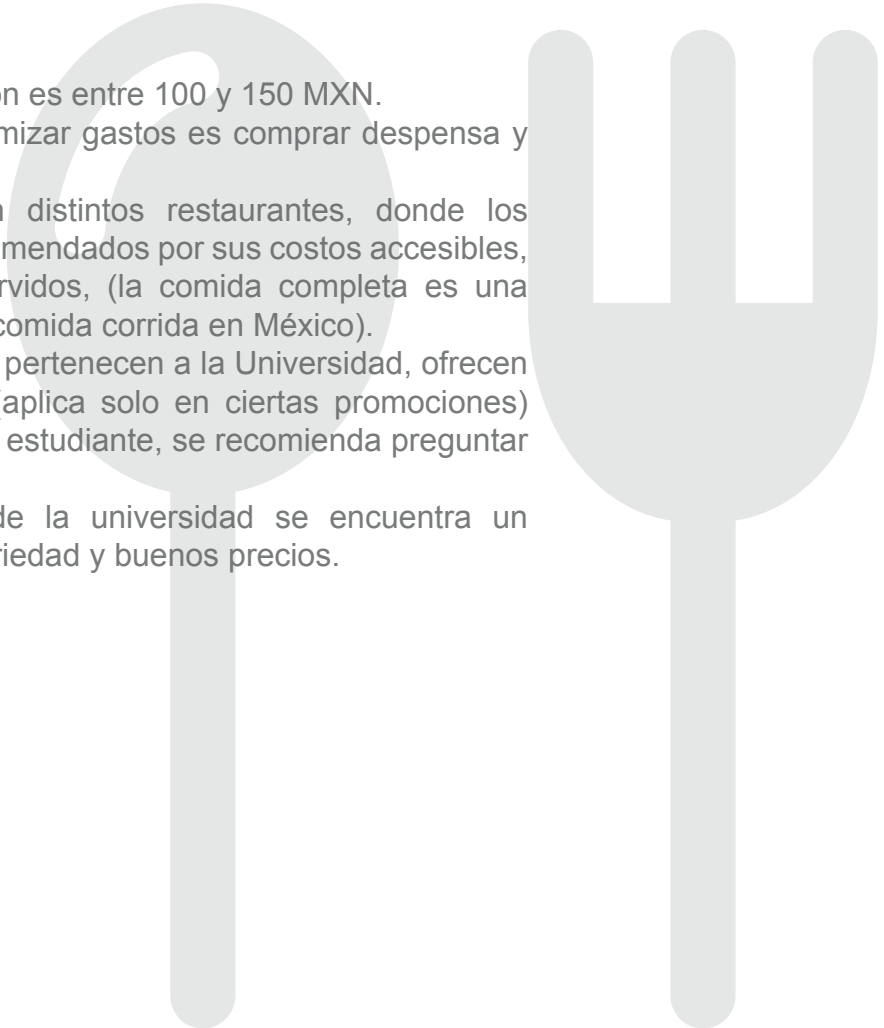
El costo diario de alimentación es entre 100 y 150 MXN.

La mejor opción para economizar gastos es comprar despensa y cocinar en casa.

La Universidad cuenta con distintos restaurantes, donde los alimentos son altamente recomendados por sus costos accesibles, con buen sabor y bien servidos, (la comida completa es una porción muy parecida a una comida corrida en México).

Algunos restaurantes que no pertenecen a la Universidad, ofrecen descuentos del 20 al 30% (aplica solo en ciertas promociones) presentando la credencial de estudiante, se recomienda preguntar antes de pagar.

Cerca de los dormitorios de la universidad se encuentra un supermercado donde hay variedad y buenos precios.



Seguridad

La ciudad es segura, no obstante, es indispensable tomar precauciones.

Tanto la ciudad como las habitaciones suelen ser muy seguras, incluso los sitios para salir de noche y el centro.

