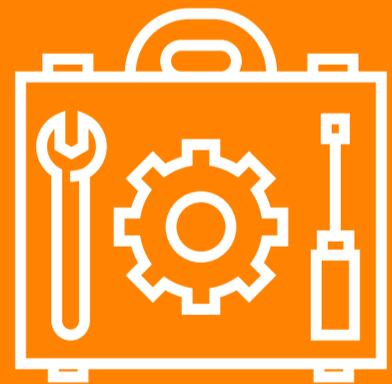




Anáhuac
Mayab



MANUAL DE SUPERVIVENCIA (PARA EL ESTUDIANTE FORÁNEO)

BIENVENIDA

Bienvenido a la Universidad Anáhuac Mayab, y al estado de Yucatán.

Te saluda ADEFA, la Asociación de Estudiantes Foráneos. Somos un grupo de alumnos como tú, que te quieren ayudar a adaptarte mejor a tu nueva vida como universitario.

Entendemos la situación y el estrés por el que estás pasando, no es fácil estar lejos de tu casa.

Pero, no te desespere, ni tengas miedo, es una sensación común.

Esperamos que este manual te ayude a sortear los primeros problemas que se te van a presentar en esta aventura y al mismo tiempo, te ayude a conocer más sobre este hermoso estado.



VIVIR
EN
MÉ
RICA
CENTRAL



Rosas & Chocolate
BOUTIQUE HOTEL + SPA

Mérida es una ciudad que invita a quedarse, a disfrutar tanto de la calidez de su gente como de su clima el cual es caluroso la mayoría del tiempo.

Ubicada en el extremo sureste de México, esta ciudad se caracteriza por su hospitalidad y por ser una de las principales de esta península que cuenta con todo para hacer de su estancia única ya que es catalogada como la ciudad más segura de México.

La Universidad Anáhuac Mayab se encuentra localizada a 15 kilómetros de la Cd. de Mérida, a solo unos pasos de la zona residencial con mayor crecimiento e importancia del sureste de México.

Como parte de tu preparación y para aliviar un poco la incertidumbre que supone el vivir en un lugar fuera de casa es importante que investigues acerca de Yucatán y principalmente de Mérida.

Te sugerimos visitar las siguientes páginas web:

www.yucatanoday.com

www.merida.gob.mx/turismo/contenido/informacion/informacion.htm

www.yucatan.gob.mx

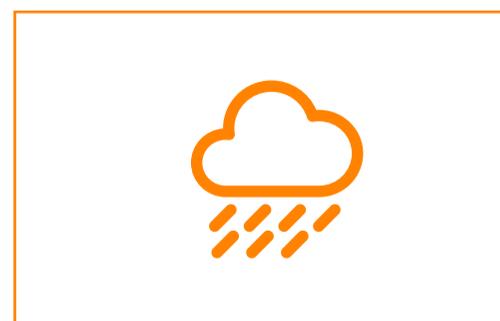
<http://yucatan.travel/>

www.meridadeyucatan.com/



La temperatura media anual es de 30°C , la temperatura máxima promedio es alrededor de 36°C y se presenta en el mes de mayo, la temperatura mínima promedio es de 16°C y se presenta en el mes de enero. La precipitación media estatal es de 1 100 mm anuales, las lluvias se presentan en verano en los meses de junio a octubre.

www.weather.com/Pronostico/Clima



LUGARES DE

INTE

RÉS



Centros culturales, teatros, museos y galerías de la ciudad que se han multiplicado en número y variedad suficientes como para poder brindar una oferta de actividades y eventos para todos los gustos: desde música clásica hasta jazz, romántica trova, rock "a la antigüita" y música industrial, exposiciones de arte tradicional e innovador, danza folclórica o contemporánea, cine de arte, talleres infantiles, actividades literarias, conferencias, bailes populares al aire libre y mucho más.

Si te gustan las actividades al aire libre, puedes descubrir los escenarios naturales con los que cuenta Yucatán:

Cenotes, reservas, caminos blancos, playas, sitios arqueológicos, pueblos mágicos, eco-turismo de aventura, etc.





Los fines de semana, también puedes ir de compras a centros comerciales, espectáculos musicales, conciertos y disfrutar de una buena noche en restaurantes, bares, discotecas y galerías.



Visita:

<http://yucatan.travel>

<https://www.facebook.com/MeridaEsCultura/>

Guía de Restaurantes

<https://www.sindelantal.mx/delivery/merida-yuc/>

<http://www.degustayucatan.com/>

PÁGINAS DE INTERÉS

Vida Nocturna

<https://www.yelp.com.mx> > Mérida > Vida nocturna



Guía de Restaurantes

<https://www.sindelantal.mx/delivery/merida-yuc/>

<https://www.meridadeyucatan.com/guia-gourmet-y-restaurantes-en-merida/>

<http://www.degustayucatan.com/>



Cultura y Turismo

www.yucatan.today.com

www.merida.gob.mx/turismo/contenido/informacion/informacion.htm

www.yucatan.gob.mx

<http://yucatan.travel/>

www.meridadeyucatan.com/

<https://www.facebook.com/MeridaEsCultura/>





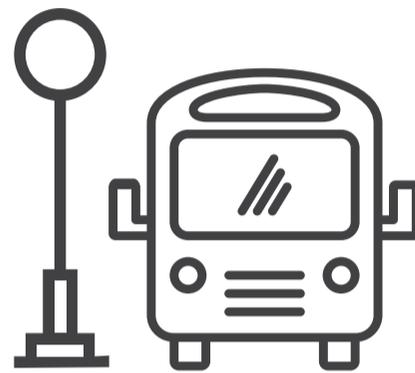
DÓNDE VIVIR

Tenemos varias opciones para que elijas el mejor lugar.

- Residencias Universitarias
- Casas en Familia
- Departamentos
- Asesores Inmobiliarios
- Suites Independientes
- Casas de Estudiantes Compartidas
- Roomates

Toda esta información la encuentras en:
www.rentaenmerida.com

RUTAS DEL TRANSPORTE MAYABUS



Para tu comodidad contamos con transporte que te acercará a la universidad y viceversa. Le llamamos **MAYABUS**.

Para que te familiarices con las rutas y paradas del Mayabus, te invitamos a que le des click al link que adjuntamos. Recuerda que éste es el link oficial que siempre te informará sobre los horarios vigentes.

<http://mayabus.anahuacmayab.mx>

Las paradas del Mayabus coinciden con las paradas del transporte público. Por ejemplo si te señalamos que la parada del Mayabus es en la Gran Plaza, ubica la parada del transporte urbano de la Gran Plaza y ahí abordarás el Mayabus.

¡Bienvenido a este viaje que hoy inicias!

RUTAS DEL TRANSPORTE PÚBLICO



No es necesario contar con coche propio para desplazarte por la ciudad de Mérida. Los servicios de taxis son un medio de transporte seguro, coordinado y con costo razonable, además Mérida ya cuenta con UBER y CABIFY.

Otra opción son los camiones urbanos, que cuentan con rutas suficientes para transitar en Mérida; son más económicos, aunque no tienen definidos los horarios de parada en cada estación.

Consulta las rutas de autobuses urbanos en:
<https://merida.transpublico.com/exto>
o bien baja la aplicación GO/bus



MAPA DEL CAMPUS



- 1 · Canchas
- 2 · Auditorio Gomory
- 3 · Edificio Central

Planta baja

- Sala de Conferencias
- Prácticas Jurídico Procesales
- Aulas 3010- 3014, 3018-3019
- Capilla
- Oficina del Capellán
- Laboratorio de Alimentos y Bebidas
- AM Shop
- Vicerrectoría Académica:

- Tutorías
- Consejería
- Relaciones Internacionales
- Desarrollo Académico e Investigación
- Operación Académica
- Posgrado y Educación Continua
- Sala de profesores
- Integración y consultoría (Asesoría Espiritual)
- Centro de Emprendimiento
- Centro de Atención a Foráneos (CAF)
- Departamento de Humanidades
- Comunicación Institucional
- Vicerrectoría de Formación Integral.
- Pastoral Universitaria y Red Misión
- Vértice
- Coordinación Deportiva
- Relaciones Estudiantiles
- Difusión Cultural
- Servicio y Acción Social
- Desarrollo Humano
- Bloque Electivo Anáhuac

Primer piso

- Centro de Cómputo
- Aulas 3120-3129
- Laboratorio de Radio
- Cámara de Gesell
- Biblioteca
- iEducación

Segundo piso

- Aulas 3229-3239
- Call Center
- División de Negocios
- Facultad de Derecho

- 4 · Cafetería

- Restaurantes
- Papelería
- Oxxo

- 5 · Edificio de Comunicación y Diseño

Planta baja

- Estudio de televisión
- Biblioteca 2
- Aulas 5021ª- 5015B
- Laboratorios de la División de Ingeniería y Ciencias Exactas
- Vicerrectoría de Administración y Finanzas

- Contabilidad
- Capital Humano
- Compras
- Contraloría
- Servicios Generales y Mantenimiento
- Laboratorios y Talleres
- Clínica de Odontología (Simuladores)
- Taller de patronaje

Primer piso

- División de Arquitectura
- Centro de lenguas
- Centro de Cómputo 2
- Laboratorios de Postproducción
- Aulas 5122ª -5124C
- Taller de Maquetas
- Coordinación de Laboratorios de Comunicación

- 6 · Edificio de Ingeniería y Arquitectura

Planta baja

- Aulas 6010-6013
- Laboratorios de la División de Ingeniería y Ciencias Exactas
- Instituto de Cultura Maya
- Sala de Profesores

Primer piso

- Aulas 6120-6124
- División de Comunicación y Diseño
- Tutorías Cubículo
- Servicios Institucionales y Planeación

- 7 · Rectoría

- Atención Preuniversitaria
- Desarrollo Institucional
- Atención a Egresados
- Centro de Atención a Alumnos (CAA)
- Administración Escolar y Normatividad
- Caja
- Conmutador y Recepción

- 8 · Hacienda Mayab - Le Cordon Bleu

- Cocina de Prácticas
- Cocina de Producción
- Cocina Demo
- Salón Demo Turismo
- Salón de Sommelier

- 9 · Edificio de Salud I

Planta baja

- Bioterio
- Laboratorio de Neurociencias Moleculares e Integrativas
- Laboratorio de usos múltiples ·1
- Anfiteatro
- Enfermería

Primer piso

- Aulas de 9120 a 9126

- 10 · Parque Tecnológico y de Innovación "tecnIA"

- 11 · Edificio de Laboratorios

- Laboratorio de Ingeniería, Arquitectura y Diseño
- Manufactura
- Biotécnica y química ambiental
- Maderas y metales
- Joyería
- Cerámica
- Ingeniería
- Ingeniería aplicada - CNC
- Taller de proceso metalmecánicos
- Automatización
- Electrónica- ciencia básica
- Laboratorio de Ingeniería civil
- Diseño
- Control Numérico
- Laboratorio CAD-CAM

- 12 · Edificio de Salud II

Planta baja

- Aulas de 1210- 1217
- Biblioteca
- Cafetería

Primer piso

- Aulas de 1220- 1227
- Oficinas División Salud

Segundo piso

- Aulas de 1230-1237
- Laboratorios Medicina
- Bioquímica, Microbiología
- Biofísica, Físicoquímica
- Genómica, Proteómica y Biología molecular
- Laboratorio Medición del Estado Nutricio
- Centro de Simulación área de la salud



TRÁMITES MIGRA TORIOS

1. Al entrar a México, tu visa y documentos de entrada, deberán ser sellados como, Visa de Canje, esto es importante para poder hacer válido tu cambio a residente temporal.

2. Después, es importante que entres a esta página del instituto nacional de migración, llenes e imprimas el formulario con los datos que se te soliciten: <https://www.inm.gob.mx/tramites/publico/estancia.html>

- En la parte de comentarios, anotalos documentos que se anexan, más abajo te detallamos cuáles son.

- Luego guardas e imprimes dicho formato.

3. Con ese formato lleno, ya estás listo para ir a las oficinas de migración, te recomendamos llevar los siguientes documentos:

- **Pasaporte**
- **Fotocopia de pasaporte**
- **Fotocopia de la hoja donde está tu visa**
- **Una copia de la carta de admisión de la universidad**
- **El formato que llenaste**

* Es posible que te pidan más documentos *



DIRECTORIO DE **SERVICIOS** Y EMERGENCIAS



- **Emergencia:** 911
- **Bomberos:** 924 98 13 & 060
- **Cruz Roja:** 924 98 13 & 065
- **Migración:** 9 25 45 53
- **Policía de Mérida:**
942 00 60 & 942 00 70
- **Policía Estatal:** 930 32 50
- **Policía Federal:**
946 12 23 & 946 12 03
- **Policía Turística:**
930 32 00 Ext. 462
- **Ángeles Verdes:**
983 11 84
- **Seguro AXXA:**
01 800 911 9999
- **Cerrajería**
Smart Key
(999) 151 03 42 | (999) 165 89 39
- **Terapeuta**
Luisa Estrada Loría
(999) 275 79 51
- **Dr. General**
Jose Luis Encalada Pérez
(999) 129 55 51

- **Todos los servicios**
A tu domicilio
291 19 26 (999) 199 90 25
- **Cocina Casera**
Jazz Cocina (999) 215 55 01
- **Limpieza Doméstica:**
Salvador Carrillo
(999) 990 07 07
- **Limpieza Doméstica y Mantenimiento:**
Mariana Rodríguez González
(999) 200 90 01, (999) 250 45 62
(999) 456 15 70
- **Limpieza Doméstica y Cocina:**
Sra. Lucy
(999) 302 07 51
- **Plomería y Electricidad**
Cahum
(999) 180 12 44
- **Chofer**
Don Raúl
(999) 309 11 38
- **Taxi Seguro**
(999) 922 75 75
- **Taller Hojalatería**
City Auto Express (999) 913 82 26
- **Taller Mecánico**
La Estación (999) 316 56 66
- **Vulcanizadora**
Montejo
(999) 169 31 94, (999) 953 44 42
(999) 160 61 75

UBER
eats

Rappi



DICCIONARIO DE PALABRAS

YUCATE CAS

- **AHUECH:** Sinónimo de a fuerzas, obligatoriamente, forzosamente.
Ejemplo: a huech que tengo que hacerlo.
- **AINAS:** Expresión que significa que por una pequeña fracción de segundo, espacio o distancia se evitó un evento o suceso. Sinónimos: Casi casi, por poco.
- **AJÁ:** Manera informal para decir "Sí". Cuando sorprendes a alguien haciendo algo sospechoso.
Ejemplo: "¡Ajá! te chaché"
- **ALUX:** Duendecillo hecho por los sacerdotes y milperos mayas para proteger sus propiedades y milpas.
- **AQUIETAR:** Del vocablo estar quieto o calmarse.
Ejemplo: ¡Aquiétate chamaco... te vas a lastimar!
- **BAAX CAHUALIC:** Saludo entre cuates, ¿Qué Onda?
- **BOMBO:** Persona fuerte.
Ejemplo: maaa' ese cuate ta bombo.
- **BUENAS:** Expresión utilizada para saludar.
Ejemplo: Llegas a un lugar y solo gritas ¡¡Bueeeeeaaaaaaas!!
- **BUSCAR:** Sinónimo de encontrar, exclusivamente Yucateco.
- **DZATS:** Adjetivo que se utiliza para referirse a algo que debería de estar tostado pero por acción del aire está suave.
- **FO:** Modismo que se usa para indicar que algo no es de grato olor. ¡Fo apesta!
- **GUSTANDO:** Cuando se está mirando algo, acción de gustar.
Ejemplo: Estoy gustando tele.
- **HÁ:** Acción de afirmar algo como diciendo, sí.
- **HALA:** Interjección usada para apurarlo. Sinónimo de "sácate" o "apúrate".
Ejemplo: ¡Hala chiquito! Quítate de aquí.
- **HUASCOP:** Brindar un pequeño golpe de fuerza moderada con la mano abierta en el cráneo superior de la persona.
- **HUAY CHIVO:** Leyenda urbana que nos relata una especie de brujo que tiene forma de chivo que asusta y come gallinas vivas, a los niños se les dice para dormir: "ahí viene el huay chivo".
- **HUIRO:** Persona poco conocedora o ignorante por naturaleza.
Ejemplo: pobre huiro no sabe lo que dice.
- **JÁ:** ¿Qué? Equivalente a What? en Inglés, ignorancia de algo.
- **JALA:** ¡Vete!
- **JÁLALE:** ¡Vámonos!
- **KISÍN:** Diablo, señor de las penumbras.
- **LEC:** Recipiente para las tortillas de maíz proveniente del árbol de Calabazo.

Ejemplo: "Lo busqué toda la tarde y no lo busqué".

- **LETZ:** Acción de limpiar alguna superficie con la mano.
Ejemplo: "Le gustó tanto la comida que hizo LETZ su plato".
- **MAAA:** Contracción del vocablo Mare, expresión en grupo cuando te ocurre algún oso.
Ejemplo: Maaaa ¿qué onda?
- **MACACHI Ó XO:** Orden de guardar silencio, cállate.
- **MAJAR:** Aplastar.
Ejemplo: Majaron a mi perro.
- **MALIX:** Carente de pedigree, mezcla, que no es de raza.
Ejemplo: Hasta parece que tienes complejo de Malix. Perro malix.
- **MAOL:** Nombre que se les da a las personas no muy inteligentes. También significa "Flojo".
- **MARE:** Expresión de asombro ante algo o alguien.
Ejemplo: ¡¡¡Mare!!! Tá chévere tu camisa.
- **MA':** Negativa, No.
- **MENTECATO:** Se dice a los bandidos, aprovechados.
Ejemplo: ¡Me estafaste mentecato!
- **MISHO:** Gato (felino casero)
- **MOLOCH:** Conglomerado de personas, animales o cosas. Grupo numeroso.
Ejemplo: Parece que están regalando algo, ve ese moloch de gente, ¡Vámos!
- **MULIX:** Persona de pelo rizado, distintivo entre personas.
Ejemplo: Ese chamaco tiene pelo mulix.
- **NEL:** No, nada, no hay.
- **OISTESSSSSSS:** Que si oíste algo con afirmación de entonación final.
- **ONTOY:** Palabra del verbo estar que dice un borracho cuando se pierde.
- **PALANGANA:** Recipiente para cargar agua. Ejemplo: Llena la palangana de agua pa'que yo remoje mis ropa.
- **PÉRATE:** Derivado del verbo esperar.
Ejemplo: Pérate ya falta poco.
- **PEYZCÓN:** Del vocablo maya: pellizcar el brazo o alguna parte del cuerpo de alguna persona.
- **PESCOZÓN:** Darle un golpe en la cabeza de alguien con el puño cerrado.
Ejemplo: te aquietas chamaco o te doy un pescozón.
- **PEC:** Perro.
- **PRINGAR:** Salpicar. Ejemplo: "ya me pringaste con tu saliva".
- **PUCH:** Estado posterior a estrujar algo, causando la compactación del mismo.
- **PUCHIS:** Expresión de asombro.
Ejemplo: ¡Puchis! que enorme casota tienes.
- **RASCABUCHE:** Instrumento musical también conocido como el güiro.
- **SAMARE:** Expresión de asombro o sorpresa. Modismo utilizado para elevar el tono de Mare.
Ejemplo: ¡Samare que caro está esta madre!
- **SUBIR ARRIBA:** Dícese de esforzarse para trepar más arriba de lo arriba.
- **TA'MAL:** Estado presente de un objeto de mala compostura. Mal hecho.
Ejemplo: Ta'mal eso que hiciste.
- **TIN HOROCH:** Divertido juguete que consta de una corcholata hecha puch, amarrada con un hilo en forma circular y se utiliza dándole vueltas.

- **TIRIX'TA:** Efecto de comprar panucho, codzitos, cochinita, etc. en lugares de dudosa procedencia o de mala calidad.

Ejemplo: todo el día he estado con tirix'ta en el baño.

- **TUCH:** Señal indicadora que, en efecto tuvimos madre. Ombligo.

- **UAY:** Expresión de exaltación o susto, viene de la raíz maya, huay que significa brujo o aquel que asusta.

- **VOLTEO:** Expresión de inconformidad. Miedo a realizar cierta acción.

Ejemplo: "¡Volteo! No te presto dinero"

- **WÁCATELAS:** Se utiliza para decir que algo no es muy agradable.

Ejemplo: "Wácatelas, ¿qué es eso?"

- **XIC:** Axila.

- **XIX:** Residuo o resto de algo.

Ejemplo: "Solo queda un XIX de agua en mi calabazo".

- **YAYÁ:** Herida, lastimada, cortada.

YUCATECO:

IX'LÁ ALUX NACIDO EN YUCATÁN, MÉXICO. AMABLE, SIMPÁTICO, ABUSADO, CHÉVERE Y SOBRETUDO INTELIGENTE.





| **Contacto** |

• **Gilda Henry**
Coordinadora Centro de
Atención a Foráneos

Tel: 942 48 00 Ext. 243
gilda.henry@anahuac.mx

• **Karen Castañeda**
Coordinadora de la Asociación
de Estudiantes Foráneos
Anáhuac

Tel: 942 48 00 Ext. 244
karen.castaneda@anahuac.mx

| **Síguenos** |

📷 @adefamayab

📘 ADEFA Anáhuac Mayab

*¡Únete
y vive*
tu universidad
en su **máxima**
expresión!



Anáhuac
Mayab

Km. 15.5 Carretera Mérida-Progreso Int. Km. 2 Carretera a Chablekal
C.P. 97310. Mérida, Yucatán, México

 Teléfono +52 (999) 942-4800  anahuacmayab.mx

 Universidad Anáhuac Mayab  [@anahuacmayab](https://www.instagram.com/anahuacmayab)