

**Programa de Movilidad Estudiantil**  
Vicerrectoría de la Comunidad Universitaria



NOMBRE: María Belén Armas

CARRERA: Licenciatura en Psicología

Universidad de destino: Regent's University

Cursos realizados:	Applied Cognitive Psychology Journalism in Society History and Concepts in Therapies & Counselling Psychology
<p><b>AMBIENTE INTERNACIONAL</b> ¿Se participó o se recomienda participar de actividad de integración? ¿Recomiendas participar en alguna de dichas actividades? ¿La Universidad las ofrece?</p>	<p>La semana de integración anterior a arrancar las clases es clave para conocer gente de erasmus que está en tu misma situación. Por lo general, las personas que están de intercambio al igual que vos son las que terminan siendo tus amigos más cercanos.</p>
<p><b>ALOJAMIENTO</b> ¿Fue a través de la Universidad de destino? ¿Fue autogestionado? Más información: Precios, ¿Residencia o apartamento?, roomates, barrio recomendado, etc.</p>	<p>El alojamiento fue autogestionado y fue sumamente estresante. Buscar alojamiento en Londres es difícil porque los costos son más que elevados. Ya por el hecho de estar en la ciudad un cuarto compartido en el centro está alrededor de 700 libras como barato. Igualmente, valió la pena, me gustó tener un espacio separado de la facultad, tener mi independencia. Recomiendo vivir en un "flatshare" o apartamento compartido porque sino los precios son disparatados. También, no cometería el error que caímos con Carolina (la amiga con la que fui) que fue caer en manos de agencias que te ayudan con el alojamiento. Aunque resulte más barato al principio, siempre terminan perjudicandóte de alguna manera. Además, recomiendo tener el alojamiento reservado de antes, la plataforma "Spareroom" es muy buena.</p>
<p><b>COSAS POSITIVAS</b> (o que más disfruté) de la Universidad de destino:</p>	<p>Lo que más disfruté de Regent's en primer lugar, fue conocer una realidad totalmente diferente a la que conocía. Es la universidad más cara del Reino Unido, la infraestructura y despliegue que ofrece es de primer mundo. Me sentía en una película cada día que iba caminando a la universidad, la cual quedaba en el centro de uno de los parques más lindos de todo Londres: Regent's Park. Además, tenían un entendimiento avanzado de muchas temáticas estudiantiles. Por ejemplo, un aspecto que me llamó la atención fue la importancia que le daban a las discapacidades físicas pero también a la enfermedad mental brindando un tutor, apoyo continuo, flexibilidad y carteles pegados por todos lados expresando "not all disabilities are visible".</p>

<p>COSAS NEGATIVAS O A MEJORAR:</p>	<p>Las cosas negativas de la universidad de destino es que al tratarse de una facultad con estudiantes de alto poder adquisitivo, estos son tratados más como clientes, que como estudiantes. Lo sé por cuentos de mis amigos, en mi caso no lo vivencie tanto. En parte, desde mi forma de verlo, por la carrera que estoy estudiando, donde la empatía es una virtud compartida por muchos.</p>
<p>DESCRIPCIÓN DE LA CIUDAD</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- entretenimiento</li> <li>- lugares para comer</li> <li>- Nightlife</li> <li>- Lugares que no te podés perder</li> <li>- Transporte (tipo, modalidad de pago –tarjeta, alguna App, etc.)</li> <li>- Lugares para compras (ya sea comida o artículos para el hogar)</li> </ul>	<p>Cada vez que un estudiante me dice que está considerando irse a Londres de intercambio, es tanta la emoción que me genera que terminó por convencerlo en cuestión de minutos. Londres es desde mi punto de vista, una de las mejores ciudades del mundo. Es una ciudad que late, que la vida se les escapa por los poros. Las propuestas culturales o programas que ofrece son tan diversos, que es imposible quedarse quieto. Hay para todos los gustos, siendo sus puntos fuertes las obras de teatro, los pubs, la cultura vintage y los markets de cada barrio.</p> <p>Sinceramente, como es una ciudad cara no es común salir a comer a restaurantes, sino consumir más street food. La comida no es el fuerte de la ciudad, aunque es tan cosmopolita que hay platos de diferentes culturas del mundo que es divertido degustar. Demasiada comida india igual. Con respecto a la noche, es una movida diferente. Todas las personas salen de trabajar a la tarde y a las 5pm ya están en el pub con una pinta de cerveza. El disfrutar de tu día con amigos arranca temprano. Hay millones de boliches, los mejores están en Camden, son los de la gente más local y no tan turística como los que hay en Piccadilly. Todos los días se va al pub, y todos los días hay propuestas de fiestas diferentes. Desde festivales, fiestas de oldies, de reggaeton (aunque son más de salsa), tecno, pop comercial, de todo. Eso sí, todo es temprano, en mi caso lo disfruté mucho más y a las 3 de la mañana como máximo estaba de vuelta. Me permitía ser activa al día después.</p> <p>El transporte público es un placer, funciona espectacular. Existe el tube o metro y el bus que recorren de punta a punta una ciudad enorme. Todo se maneja con tarjeta contactless, no existe el efectivo. Ni en comercios de ropa, comida, etc. Nuevamente, vivir en Londres es caro. Sin embargo, hay una cadena de supermercados sumamente barata, el mejor se llama Aldi.</p>
<p>CLIMA durante tu estadía:</p>	<p>Varias personas me advirtieron del tiempo, en especial de la lluvia. La realidad es que no es tan feo como lo describen. Es un clima gris pero agradable, no llueve tanto, es más una lluvia repentina, liviana y que para al ratito. Las mejores estaciones para estar en la ciudad son el otoño y la primavera.</p>
<p>Otras ciudades/Países que hayas visitado:          Tips para viajar (transporte económico, estadías, etc.)          APPS/ Webpages indispensable:</p>	<p>Al estar en Reino Unido, aproveché para hacer turismo interno. En Inglaterra fui a Brighton (una ciudad costera) , Oxford, The Cotswolds (los pueblos ingleses). También conocí</p>

	Irlanda, en específico Dublín, Galway y los acantilados de Moher. Por último, un fin de semana viajé a Paris.
Otras recomendaciones:	Cualquier cosa si están pensando en ir a Londres, pueden preguntarme lo que sea !
Valoración personal de la experiencia del intercambio	No lo duden, va a ser una de las mejores experiencias de su vida.

POR FAVOR ENVIAR ADJUNTO UN MÁXIMO DE 3 FOTOS EN ALTA CALIDAD

Declaro mi consentimiento para publicar el informe y fotos en la página web de la UCU  
(marcar con una cruz)

Belén Armas

---

Firma del estudiante