

CI-0112 Programación 1

Sivana Hamer - sivana.hamer@ucr.ac.cr
Escuela de Ciencias de la Computación e Informática
Universidad de Costa Rica
 Licencia: CC BY-NC-SA 4.0



UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

Consejos

UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

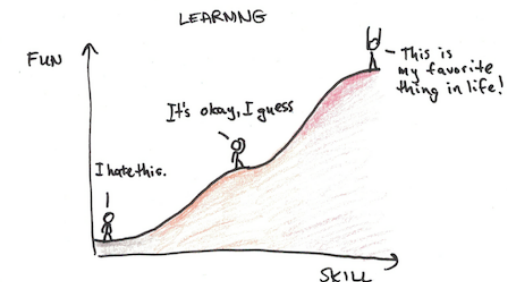
sivana.hamer@ucr.ac.cr

1

Tip 1: Everyone starts somewhere



Tip 2: Aprender no es sencillo



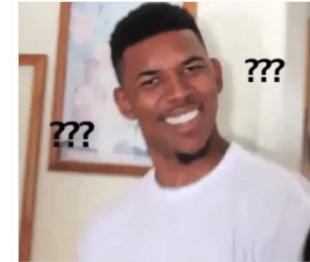
Tip 3: Practice makes perfect



"How expensive would it be to just skip practice and get right to perfect?"

Tip 4: Hay que estar al día con la materia

Why do I already feel behind at uni when uni hasn't even started yet



I actually do 🤔🤔

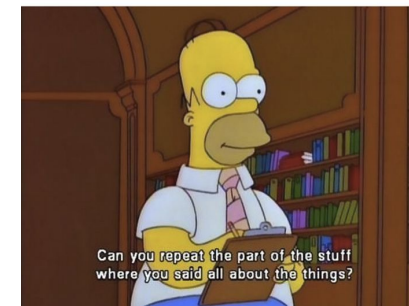
Tip 5: Evite dejar los trabajos a última hora

Me waiting until the last minute to do all of my assignments

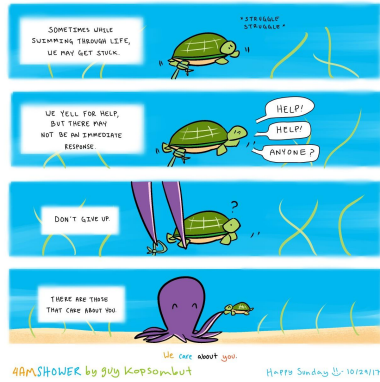


Tip 6: Evite quedarse con dudas

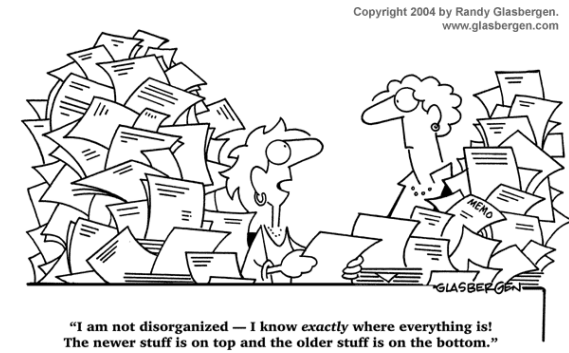
when your lecturer asks if you have any questions



Tip 7: No se dé por vencido



Tip 8: Mantega un sistema para ordenar

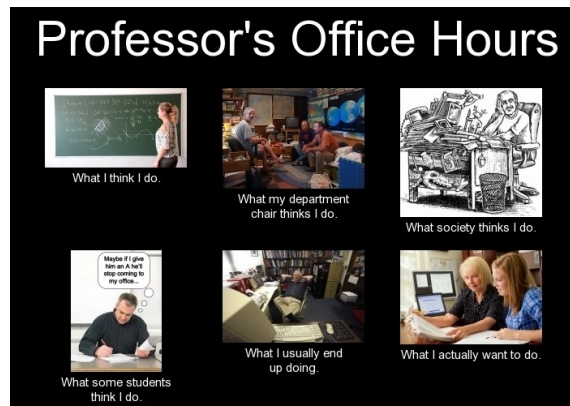


Tip 9: Intente trabajar en las mejores condiciones posibles



Tip 10: Investiguen por su cuenta





Información importante

La UCR cuenta con distintos servicios de orientación

CASE

Diseñamos, organizamos, ofrecemos y evaluamos servicios y proyectos para **acompañar al estudiante** durante su formación universitaria.

COVO

Ofrecemos servicios y desarrollamos proyectos dirigidos a los estudiantes que se encuentran en situación de **elegir una carrera, cambiar de carrera e incorporarse** por primer vez al **mundo laboral**.

CASED

Promovemos los apoyos necesarios para garantizar el **acceso y la igualdad de oportunidades** a la población estudiantil con discapacidad, implementando proyectos, servicios de apoyo, información y capacitación dirigidos a la comunidad universitaria.

CIU

Brindamos un servicio para estudiantes madres y padres de la Universidad de Costa Rica, con una situación familiar, social o económica, que les dificulte **atender** a sus **hijos o hijas** mientras realizan **actividades académicas**.

La UCR cuenta con un reglamento contra el hostigamiento sexual

¿Sabés qué es el Hostigamiento Sexual?

Es una **conducta sexualizada, indeseada** por quien la recibe. Puede ser repetida o darse una vez, si es grave y **causa efectos perjudiciales en la víctima**.

¿Cómo se regula en la universidad?

La UCR cuenta con el Reglamento contra Hostigamiento Sexual, reformado en el 2020, que se aplica tanto a la **comunidad estudiantil**, como a **personal docente y administrativo**, y otros también a las **personas que tienen relaciones contractuales no laborales con la universidad** (universarios, pasantes, etc.).

Recuerda que **el tiempo para denunciar es de 2 años** a partir del último hecho del hostigamiento, o bien desde que usó la fuerza que no le permitía denunciar.

¿Cuáles son algunos ejemplos de Hostigamiento Sexual?

- No verbales: miradas intrusivas, sonidos, silbidos, dibujos sexualizados.
- Verbales: "piropos", insinuaciones insistentes o salir comentarios sexualizados, propuestas sexuales.
- Escritos: correos, chats, fotografías, imágenes, mensajes sexualizados.
- Físicos: toques, abrazos, besos, etc.

¿Cómo puedo denunciar?

La denuncia se interpone en la **Comisión Institucional contra Hostigamiento Sexual**. Puede ser de manera física o mediante correo electrónico.

También, puedes buscar ayuda primero en la **Defensoría contra Hostigamiento Sexual** para tener acompañamiento legal y psicológico, antes de denunciar.

¿Cómo se me protege mientras dura el procedimiento?

El reglamento permite solicitar medidas cautelares o de protección, para que la persona denunciante esté segura durante el procedimiento.

Por ejemplo, puede solicitar un cambio de grupo si comparte clase con la persona hostigadora, o bien solicitar que la persona denunciada no la contacte por ningún medio.

¿Cuáles son los contactos de apoyo?

Comisión Institucional contra el Hostigamiento Sexual:
Puedes enviar tu denuncia: comision.contrahostigamiento@ucr.ac.cr
2011-4888

Defensoría contra Hostigamiento Sexual:
Puedes solicitar, de manera gratuita, asesoramiento legal y acompañamiento psicológico durante el proceso. Contáctanos si tienes preguntas, si necesitas ayuda para redactar tu denuncia o apoyo para interponerla.
Correo: defensoria@ucr.ac.cr
Teléfono: 2011-1953

¡Escanea para leer el Reglamento!

CIEM
Centro de Investigación en Estudios de la Mujer

Servicios y recursos para estudiantes



La Universidad de Costa Rica ofrece una amplia variedad de servicios y recursos a las y los estudiantes de la Institución. Mediante estos servicios se busca coadyuvar y complementar su proceso de formación, desarrollo y vivencia universitaria. A continuación se presentan algunos servicios y recursos disponibles para esta población:



Referencias I

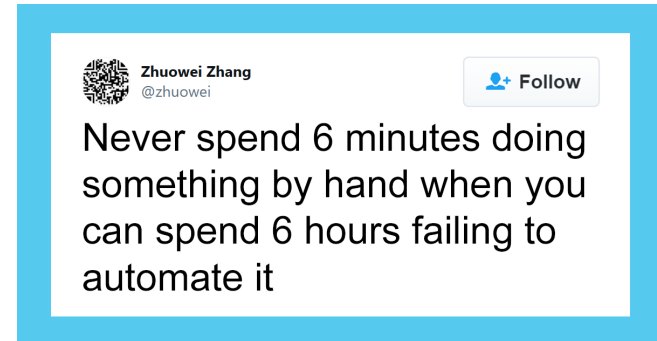
c. reineman, "First haunting," [Image]. [Online]. Available: <http://feelafraidcomic.com/61.php>

S. Young, "Learning and frustration," [Image]. [Online]. Available: <https://www.scotthyoung.com/blog/2019/07/11/learning-and-frustration/>

Anderstoons, "Music cartoon 3315," [Image]. [Online]. Available: <https://andertoons.com/music/cartoon/3315/how-expensive-would-it-be-to-just-skip-practice-and-get-right-to-perfect/>

"Me waiting until the last minute to do all of my assignments meme," [Image]. [Online]. Available: <https://ahseeit.com/?qa=74254/me-waiting-until-the-last-minute-to-do-all-of-assignments-meme>

[Image]. [Online]. Available: [https://www.liveabout.com/thmb/2-YquaFKrSln7KWNygd9VI6GBTQ=/700x654/filters:no_upscale\(\):max_bytes\(150000\):strip_icc\(\)/collegememes8-5c3ce55b46e0fb00012e948a.jpg](https://www.liveabout.com/thmb/2-YquaFKrSln7KWNygd9VI6GBTQ=/700x654/filters:no_upscale():max_bytes(150000):strip_icc()/collegememes8-5c3ce55b46e0fb00012e948a.jpg)



Referencias II

G. Kopsombut, [Image]. [Online]. Available: https://www.reddit.com/r/comics/comments/79lknk/dont_give_up/

R. Glasbergen, [Image]. [Online]. Available: <https://glasbergen.b-cdn.net/wp-content/gallery/clutter/clutter1.gif>

[Image]. [Online]. Available: https://9b16f79ca967fd0708d1-2713572fef44aa49ec323e813b06d2d9.ssl.cf2.rackcdn.com/1140x_a10-7_cTC/stock-mentalhealth-1625217266.jpg

[Image]. [Online]. Available: <https://allygoestocollege.files.wordpress.com/2015/09/prof.jpg>

[Image]. [Online]. Available: https://alrobertsdigital.com/wp-content/uploads/2017/12/google-485611_960_720.png

[Image]. [Online]. Available: <https://me.me/i/why-do-i-already-feel-behind-at-uni-when-uni-12880365>

Referencias III

[Image]. [Online]. Available: <https://toysmatrix.com/this-online-group-with-1-4-million-members-is-dedicated-to-programming-jokes-and-here-are-147-of-the-best-ones/>