

# ¿Estudias en Campus Tampico y no sabes con quién acudir?



El ser alumno del Tecnológico de Monterrey te permite tener una red de seguridad para cualquier situación que tengas que enfrentar.

Ya sea del ámbito académico o no, el Tec cuenta con un experto en el área para ayudarte a solucionarlo.

Seguramente has escuchado todo lo anterior, pero ¿realmente conoces todos los servicios de ayuda que el Tec te ofrece?

Punto Azul



width="1500" loading="lazy">

En palabras de la licenciada Liliana López, Punto Azul es el lugar de servicio y atención a los alumnos con ejecutivas de servicios multifuncionales.

Punto Azul apoya a alumnos, maestros y padres de familia con...

- Documentos: Constancias, kárdex, entrega de documentos oficiales, etc.
- Trámites: Pago de colegiatura, facturación, credencial de alumnos, legalización de documentos, cédulas, altas y bajos de cargos automáticos, reembolsos, transcript, etc.
- Información y asesoría: Consulta de saldos, estados de cuenta, seguros de colegiatura y de gastos médicos mayores, transferencias y permisos intercampus, apoyos educativos.

También ofrece asesoramiento para el portal de padres, tienda virtual y certificados de Plan de Inversión Educativa (PIE).

Si requieres realizar algún trámite puedes contactarte con: [puntoazul.tam@servicios.itesm.mx](mailto:puntoazul.tam@servicios.itesm.mx) o llamando al 833-2291600.

Liderazgo y Formación Estudiantil



width="1500" loading="lazy">

**Liderazgo y Vivencia.** Esta rama incluye todas las actividades relacionadas con grupos estudiantiles (Carneros, Titanium Rams, GirlUp, etc) y gobierno estudiantil (Sociedad de Alumnos y Federación de Estudiantes (Fetec)).

Si estás interesado puedes contactar a la coordinadora de Liderazgo y Vivencia del campus, Adriana González ([adriana.gonzalezagurrie@tec.mx](mailto:adriana.gonzalezagurrie@tec.mx))

**Arte y Cultura** abarca todas las actividades de danza, canto, teatro, artes visuales, música, etc.

**Othon Castañeda** es el encargado de esta área y se encuentra dispuesto a atender tus dudas y brindarte la información que necesites ([othon.castañeda@tec.mx](mailto:othon.castañeda@tec.mx))

El área **atlética y deportiva** del **Tec** ofrece una gran gama de actividades para que, sobretodo en cuarentena, puedas mantenerte fit y en condición.

Ajedrez, crossfit, fútbol, tocho, voleibol, atletismo y tenis son algunos de los programas que **LiFE** tiene para ofrecerte en modo híbrido o remoto.

**Bienestar y Consejería** es el departamento **LiFE** encargado de brindar acompañamiento a los estudiantes en busca de su bienestar integral.

En esta área se tratan temas de equilibrio emocional y espiritual.

Es un espacio de escucha y reflexión en busca del fortalecimiento de la persona, así como programas de servicio comunitario.

En el modelo presencial, el campus cuenta con un área de Servicios Médicos dentro de las instalaciones.

Ahí puedes pedir ayuda si te sientes mal o recibir los primeros auxilios en caso de un accidente.

De igual manera se ofrecen talleres de testigo activo, humanidades, asesoramiento académico y meditación.

Algunas otras opciones son talleres de prevención de adicciones, integridad académica y citas para la atención psicológica y de nutriólogo.

Este departamento también lleva el seguimiento del [protocolo de prevención de violencia de género](#) por parte del **Centro de Dignidad Humana**.

Para mayor información te puedes poner en contacto con **Virginia Rodríguez** ([virginia.rdz@tec.mx](mailto:virginia.rdz@tec.mx)).

Además, el **Tec** cuenta con la iniciativa nacional **TQueremos**, con el objetivo de asesorar a la comunidad **Tec** para desarrollar armonía en diversos ámbitos.



Línea de atención telefónica de apoyo

Capacitación QPR

Metodología Positive Coaching

Semana "Vive Saludable"

Ruler

Testigo Activo

width="1024" loading="lazy">

**TQueremos** cuenta con una línea telefónica con atención las 24 horas para dar apoyo especializado por asesores expertos.

La línea ofrece apoyo en el área emocional, médica, nutricional, legal y de economía familiar.

Para ponerte en contacto llama al 01800-813—9500 o ingresa al sitio web <http://www.tec.orientame.com/login.php> .

A pesar de que **LiFE** ofrece una amplia gama de opciones, siempre está abierto a iniciativas y sugerencias para que todos se sientan parte de ella y tenga una opción para cada uno de los borregos.

La directora de **LiFE** del campus Tampico, **Diana Alcaraz** se encuentra a tu disposición y puedes contactarla vía correo en [diana.alcaraz@tec.mx](mailto:diana.alcaraz@tec.mx) .

Planta Física





width="1500" loading="lazy">

En la oficina de **Planta Física** del **Tec** puedes contar con apoyo para encontrar tus objetos perdidos en **LocaTec**.

También es el lugar para contratar los servicios de transportación del **expreso Tec** y para agendar reservaciones y autorización para el uso de auditorios, mobiliario y equipo de sonido.

En servicios de movilidad brinda información acerca de las rutas y horarios de llegada y salida del **expreso Tec** de diferentes puntos de la ciudad al campus y viceversa.

#### **Auxilio Vial:**

Dentro de las instalaciones también puedes contar con servicio de ayuda para tu automóvil:

- Paso del corriente para batería
- Cambio de llanta
- Contacto con una aseguradora y/o grúa

Si requieres alguno de estos servicios solicítalo en **Caseta Principal** del campus.

Aún con la información anterior, puede que te encuentres en alguna situación particular que no entre en alguna de esas áreas.

Para estos casos acude con tu tutora, en caso de PrepaTec y con tu mentores de éxito estudiantil, en el caso de profesional.

Ellos te mostrarán las opciones pertinentes, te redirigirán con el personal adecuado y te monitorearán en el proceso de resolución.