

INSTITUIÇÃO	Universitet i Bergen
PAÍS	NORUEGA
PERÍODO DO INTERCÂMBIO	2º 2022- 1º 2023
ALUNO	Laura Lisboa de Freitas
EMAIL	lauralisboa@usp.br

ANTES DE VIAJAR

Como foi a escolha da instituição de destino? Por que você escolheu ir para essa universidade?

Sinceramente escolhi as universidades que não exigiam um teste específico de inglês, pois tenho inglês fluente mas fui autodidata e nunca fiz nenhum teste como o TOEFL ou IELTS, que antes eram gratuitos para estudantes da USP mas agora não mais. Quando vi a Noruega dentre as opções fiquei bem interessada, pois sabia que era um país com uma das melhores qualidades de vida do mundo e beeeem diferente do Brasil, algo que eu procurava para meu intercâmbio!

Como foi o processo de solicitação do visto? Teve que traduzir algum documento? Teve que viajar para outro estado?

Sim, tive que viajar para o Rio de Janeiro. A emissão durou mais ou menos um mês e todos os documentos precisam de tradução para o inglês.

Como resolveu as questões bancárias (câmbio, VTM, envio de dinheiro para o exterior)?

Criei uma conta Wise e converti reais em coroas norueguesas por lá. As taxas são bem baixas.

Você contratou seguro-saúde? Tem alguma indicação?

Acionei um seguro que tinha direito pelo meu cartão de crédito, Mastercard Black, mas pesquisando lembro que o SwissCare era bem barato.

Conseguiu comprar passagens mais baratas? Como?

Usei milhas, mas se comprar com antecedência as passagens podem sair 500 euros ida e volta, com algumas escalas. É só procurar bastante.

A universidade ofereceu moradia estudantil ou você contratou por conta própria?

Sim, a universidade oferece moradias de um programa chamado SAMMEN Bolig. São caras, média de 2500 reais por mês, mas muito mais baratas do que o resto da cidade. E foi muito legal dividir o apartamento com pessoas de outros países: tive colegas de quarto noruegueses, poloneses, italianos, franceses e japoneses. De alguns deles fiquei muito próxima.

Como foi a preparação da bagagem? O que foi essencial levar?

Recomendo não trazer NENHUMA roupa de frio do Brasil, pois o inverno aqui é muito rigoroso e elas não aguentam, além de não serem preparadas para a neve e a chuva constante de Bergen. Foi muito espaço e muito peso na mala que eu poderia ter usado para coisas mais úteis. Recomendo juntar dinheiro e comprar tudo aqui. Apesar de caro, duram muito e são super úteis e preparadas para o clima.

Teve algo que gostaria de ter feito antes de viajar e não fez?

Tragam fotos da família e amigos! Vai fazer muita falta!
CHEGANDO NO PAÍS
Foi necessário fazer algum registro ao chegar no país?
Sim, duas semanas depois de chegar tivemos de ir na polícia para fazer o cartao de residente.
Precisou abrir conta bancária?
Sim pois cheguei aqui sabendo que precisaria trabalhar, e eles só transferem o dinheiro para contas norueguesas.
Adquiriu chip de celular? Foi fácil?
Não adquirei, mas recomendo, pois tudo eles mandam mensagem (consultas médicas, universidade, etc) e muitas vezes não conseguem falar com meu número do Brasil.
Como era o transporte público? Você tinha algum desconto por ser estudante?
Sim, estudantes pagam metade. Você compra um bilhete diário, semanal, mensal ou semestral, e pode pegar quantos ônibus e metrô quiser.
CHEGANDO NA UNIVERSIDADE
Houve alguma reunião de orientação?
Não.
A universidade ofereceu algum curso de idiomas? Pago ou gratuito?
Sim, de norueguês, gratuito, até o nível 2.
Como foi a matrícula nas matérias de interesse? Você pode assistir as aulas antes de se matricular?
Não, temos que nos matricular antes mas podemos desistir até uma semana depois do começo das aulas.
A universidade possuía restaurante universitário? O valor era acessível?
Sim, não é muito acessível como o bandejão, mas comparado com o resto da cidade sim. Mais ou menos 60 coroas, 30 reais, por refeição.
Você teve que pagar alguma taxa administrativa?
Não.
Nos conte como foi sua experiência acadêmica (provas, trabalhos, aulas, relação com os professores, etc) e o grau de exigência na universidade estrangeira.
A universidade é bem tranquila comparada com a USP. Apenas 2 horas de aula com intervalos de 15 min a cada aula, aulas de orientacao para os trabalhos em cada disciplina e trabalhos de no máximo 10 páginas. Os professores sao acessíveis e as salas nao tem muitos estudantes, o que torna tudo um pouco mais pessoal.
A universidade possui algum programa como o "USP I-Friend" ou similar?
Sim, Tandem Partner, para troca de idiomas. Mas não participei.
ADAPTAÇÃO
Teve alguma dificuldade inicial em acompanhar as aulas? E com o idioma?
Não, as aulas foram em inglês e foi bem tranquilo.

<p>Como foi sua adaptação (cultural, social, etc)?</p> <p>Os noruegueses são muito fechados, porém educados. Algumas coisas assustam no começo, ninguém fica perto de ninguém e pedir informação na rua para eles parece como se fosse um assalto. E só fiz amizade com dois noruegueses, um deles o meu colega de quarto. Eles são bem reservados e uma cultura muito homogênea, então especialmente pessoas de cor (como eu) chamam muito a atenção nas ruas. Não te tratam mal, mas encaram muito.</p>
<p>Quais foram suas maiores dificuldades durante o intercâmbio?</p> <p>O inverno norueguês foi muito rigoroso e eu fiquei muito doente. O mais difícil foi a adaptação ao clima, sem dúvidas.</p>
<p>A universidade realiza atividades para integração dos alunos estrangeiros? Quais atividades?</p> <p>Sim, tem uma semana de recepção dos alunos logo no início do semestre.</p>
<p>CUSTO DE VIDA</p>
<p>Você recebeu algum tipo de bolsa? Ela foi suficiente para se manter durante o intercâmbio?</p> <p>Não recebi nenhuma bolsa, tive que trabalhar assim que cheguei.</p>
<p>Qual era o gasto médio mensal (alimentação, transporte, moradia, livros, etc)?</p> <p>Alimentação: 1500kr (750 reais) por mês (dieta vegetariana). Transporte: 330kr (115 reais) por mês (mas paguei tudo de uma vez, 2000kr por semestre). Moradia: 4600kr por mês (2300 reais para um quarto individual mas apartamento compartilhado com 3 outros). Livros: +1000kr (150 reais) por mês, são muuuuito caros.</p>
<p>Você exerceu algum tipo de atividade remunerada durante o intercâmbio? Qual?</p> <p>Sim, trabalhei de garçom no primeiro semestre e de babá e camareira no segundo semestre. Os salários são altos e dá pra viver bem, somos pagos por hora, 90 reais por hora é o mínimo para qualquer emprego.</p>
<p>DICAS</p>
<p>Quais dicas/sugestões você daria para os alunos da FFLCH interessados em fazer intercâmbio nessa universidade/país? O que fazer? O que não fazer?</p> <p>Compre roupas aqui! Economizem dinheiro mas trabalhem, pois os salários são bons e os direitos trabalhistas são realmente seguidos aqui. Tragam o máximo que puderem de livros que acham que serão úteis pois eles são bem caros mesmo, e de resto, aproveitem!</p>