

Guia para intercambistas do projeto EcoCare

Esse breve guia tem o intuito de facilitar todo processo de ida pra a Noruega pelos intercambistas ligados ao programa do EcoCare.

Documentação e imigração

Boa parte do processo é intermediado tanto pelas prof.^a Giulia ou Margherita, então algumas burocracias serão facilitadas. Entretanto tenha em mãos seus históricos da graduação e do mestrado, currículo Lattes atualizado e cópia do passaporte. Outros papéis, muitos papéis, também são pedidos. Não pediram nenhum deles em nenhum momento, mas, com certeza, pedirão se você não tiver nenhum deles. A lista desses papéis é fornecida assim que você completa o cadastro no site da imigração.

Sobre o processo de pedido de visto, ele é bem tranquilo e sem grandes mistérios, entretanto o processo de entrega de parte da documentação tem um problema grave. Ao tentar fazer o cadastro no site, muitas vezes você não recebe o e-mail de ativação da conta e o sistema de suporte deles é horroroso, feito pelo twitter e só respondem depois de meses. Isso acontece bastante com o gmail e foi preciso que usássemos os e-mails da UFF ou da Unirio. Então tentem se cadastrar com uma dessas contas de e-mail alternativas.

Nessas duas partes você também precisa pagar pelo processo. Primeiro no site da imigração, cerca de R\$3000, e depois na entrega da documentação, cerca de R\$300. Depois da entrega da documentação, é só esperar.

Na chegada em Portugal, será necessário carimbar o passaporte. Vá logo pra fila e fique atento a página que for carimbada, pois os carimbo deles é muito fraco e isso pode ser um problema caso você queira viajar para fora de Schengen (i.e. Reino Unido ou Svalbard) e até mesmo na obtenção da sua carteira de identidade por lá.

Ao chegar na Noruega, já agende a entrega de documentação na polícia. O agendamento é com horário, então chegue antes. Chegar não apenas evita você perder o agendamento, como também, se você tiver sorte, o entrevistador te reconhece da foto e te chama mais cedo (aconteceu comigo).

Para doutorandes

Para ficar menos de 3 meses, não é necessário visto porque os regimes de estudantes de mestrado e doutorado são diferentes e você, se ficar menos de 3 meses, entrará como turista mesmo. Mas, se você for ficar mais de 3 meses, o pedido de visto não deve ser de visto de estudante, mas como pesquisador com fundos próprios (que é a bolsa do ECO CARE). Esse pedido de pesquisador pode demorar mais a sair, então entre com o pedido o quanto antes, mas tenha em mente que você

pode ficar ainda 3 meses sem visto na Noruega, então pode esperar o resto do tempo para a emissão do visto lá.

Na Noruega

Antes mesmo de ir, recomendo que você faça duas coisas: a primeira, e de longe a mais importante, é fazer contato prévio com o Apostolos; a segunda é já configurar seu computador e celular para conectar no eduroam de lá.

No primeiro caso, além do Apostolos ser uma pessoa muito gentil e gente boa, ele será também seu principal contato por lá. Ele será a provável pessoa que pegará suas chaves e ainda te ajudará na chegada também, já que táxi é caro, além de te ajudar em muitas outras coisas quando você estiver por lá e pode até te dar acesso a café de graça.

No segundo, vai facilitar sua vida pra tudo. Já que provavelmente você chegará tarde, UiT estará fechada e você vai querer mandar sinais de vida para seus familiares e conhecidos. Além de ser meio burocrático configurar as coisas também.

Assim que possível, vá a Narvesen mais próxima e compre um chip da MyCall. Não é preciso D-Number e também é pré-pago. Você encontra Narvesen no Jekta, no hospital e na Fredrik Langnes no centro. Deve ter até no aeroporto de Oslo, mas não me lembro.

Chegando em Oslo, já no aeroporto, compre a passagem mensal ou trimestral de ônibus no app Troms Biletter. É bem mais barato que comprar o passe diário e permite que você viaje por todo município.

Acomodação

Tão logo você receba a confirmação por e-mail de seu aceite pela UiT, faça seu pedido de acomodação no Samskipnaden, especialmente se você quiser banheiro privativo que não seja em Panorama. Quartos com banheiros privativos são bem concorridos.

Recomendo bastante ficar em Panorama, Ørnadalen ou Stakevollan. Todos são relativamente próximos da UiT, possuem uma boa oferta de ônibus e são as que melhor possuem vida social. E acredite, será na moradia que você fará amigos.

Das três, Panorama é a mais cara, já que é a mais nova. Ela também é a mais próxima da UiT, você nem precisa pegar ônibus. O problema dela é que você dividirá a cozinha com mais de 10 pessoas, muito provavelmente mais novas que você e não muito organizadas e limpas. A maior vantagem de Panorama é que o próprio Samskipnaden já fornece todos os utensílios de cozinha, além da cozinha ser melhor equipada. Também não é necessário comprar sabão para lavar suas roupas, porém o preço a ser pago pela lavanderia é um pouco maior.

Stakevollan e Ørnadalen são muito próximas uma da outra, são mais baratas e onde maioria dos intercambistas ficam. Você provavelmente terá que dividir o banheiro com mais alguém, mas a cozinha é só com 6 ou 8 pessoas. Além do mais, socializar com intercambistas é bem importante, já que é mais fácil ter uma conversa profunda com uma pedra do que fazer amizade com noruegueses, embora sejam todos muito solícitos e gentis. A maior desvantagem nestes dois é que é necessário que você compre quase tudo, utensílios de cozinha inclusive. Dependendo do seu andar, você pode utilizar o que foi deixado para trás pelos ocupantes anteriores, mas isso não é algo que ocorre sempre.

A lavanderia em todas as moradias é compartilhada e paga, porém as secadoras são gratuitas. Você pode agendar o uso da lavadora ou não, porém eu recomendo caso você queira planejar seu dia melhor. Evite usar nos fins de semana, quando geralmente o uso é mais concorrido.

Não caia na tentação de ir para Sletaelva. É longe de tudo, só há um ônibus pra lá e não há muito o que fazer ali perto, embora o preço do aluguel seja tentador. O ideal é ficar em Tromsøya e não em Kvaløya.

Para doutorandes

Como o regime de estudante de doutorado e mestrado são diferentes, o pedido para moradia estudantil é feito em sites diferentes e depende do tempo que você pretende ficar. O site é https://en.uit.no/infrastruktur/enhet?p_document_id=680823

Na UiT

Assim que você tiver tempo, faça seu cartão de aluno. Ele te dá acesso ao prédio principal da universidade em qualquer hora do dia, inclusive de madrugada (mas você só vai conseguir entrar pela entrada do Direito ou da cantina principal), acesso a todas as bibliotecas e impressões infinitas de graça, além de entrada gratuita na maioria dos museus e descontos em alguns bares e restaurantes.

Embora sejamos ligados a Faculdade de Direito e eles possuam uma biblioteca separada, nossa principal biblioteca será a central ou a Museu. Os livros do Museu você pode pedir pelo sistema da biblioteca e retirar eles na biblioteca central ou naquela de sua preferência (inclusive, isso vale pra livros de qualquer biblioteca universitária da Noruega), até por que ele fica no extremo sul de Tromsøya e os horários de funcionamento são horrorosos.

Tente conseguir um armário pra você ou herdar o que eu deixei pra Natália. Você só precisa achar um que não esteja ocupado, colocar seu nome, seu semestre e seu instituto e comprar um cadeado. Eles são úteis caso você queira ir pra academia, onde você terá que praticamente ter um tênis só pra isso ou caso você queira andar só de chinelo pela UiT. Esse armário que deixei reservado pra Natália, inclusive, é ótimo pra deixar algumas coisas pro próximo que está indo do Brasil pra lá.

Sobre a bolsa

A bolsa é o suficiente para se viver com certa tranquilidade por lá, ou era quando fui, já que a Europa tem enfrentado problemas com inflação, especialmente os países fora da zona do Euro, como a Noruega. Obviamente, não é o suficiente para viagens entretanto.

Nosso maior problema é receber a bolsa. Como ela depositada de uma vez só, ela está muito acima da quantia de U\$3000 e receber ela envolve uma burocracia gigantesca que é quase impossível de resolver da Noruega, especialmente se for banco físico como o Banco do Brasil (só consegui resolver com a ajuda de um amigo que trabalha por lá). Recomendo grandemente já ir conversando com seu gerente para resolver a questão antes de ir para Noruega.

Uma coisa boa é que a Coroa Norueguesa é desvalorizada em relação ao Real, cerca de 2 kr = R\$1. Então, conforme o Real vai se valorizando, a bolsa recebida tende a ficar maior, entretanto isso também pode ser um problema caso o Real se desvalorize em relação a data do recebimento.

Preços e gastos

Tenha em mente que na Noruega tudo é caro. Comer fora? Caro. Uma cerveja? Muito caro. Viajar? Mais caro ainda. Então tenha em mente que quem converte, não se diverte. Feche o olho e pague.

O supermercado mais barato geralmente é o REMA 1000 e você encontra uma loja no centro e uma no Jekta. O Kiwi e o Spar também não são tão caros e, especialmente o último, possuem uma variedade maior. Coop Extra, Coop Prix e Joker tendem a ser mais caros, especialmente os dois primeiros, que costumam vender mais produtos de origem norueguesa. Tenha em mente que a maioria dos mercados, lojas e todos os shoppings não abrem aos domingos, e quando abrem eles tendem a ser mais caros e ter uma variedade nula de produtos, então se planeje.

As roupas também são caras, pelo simples fato de não existir produtos de marcas genéricas. Então pense que quando você estiver pagando 1500 kr numa jaqueta da North Face, você está pagando menos do que aqui no Brasil. Essa lógica vale para outras coisas também, como calçados. Lojas como Stormberg, Sports Outlet e XXL são boas pra comprar roupas de boa qualidade, mas sempre existem H&M, Cube e Jack&Jones se você procura algo mais na linha do fast fashion.

Coisas pouco saudáveis, como álcool, açúcar e fritura é muito taxada por lá, então espere pagar bastante por essas coisas. Uma cerveja num bar ou um chocolate no supermercado tendem a ser bem caros.

Em relação ao álcool, tenha em mente também que você encontra cervejas e cidras nos mercados, onde são vendidos até as 20h durante a semana e até 18h aos sábados e domingos. Qualquer outra coisa é monopólio estatal e você encontra na Vinmonopolet (lojas no Jekta, Nestranda e Pyramiden), porém elas fecham as 18h durante a semana e as 16h aos sábados, não abrindo aos domingos. E se sua intenção é fazer algo brasileiro, como uma caipirinha, você terá que pagar quase 400 kr por uma garrafa de 51, não tendo outra opção.

O almoço, por quilo, na UiT é cerca de 20 kr a cada 100g. Ele é bem aceitável e tem variedade, principalmente para os vegetarianos e veganos, embora ele nunca mude. A sopa de lá também é bem barata e é sempre vegana. Você também pode levar comida de casa e deixar em uma das geladeiras das áreas de convivência dos alunos. Em todos eles e também nas cantinas você encontra micro-ondas.

O que levar

Infelizmente não posso ajudar muito quem vai para lá no verão, isto é, em agosto. Porém tenha em mente que as temperaturas raramente ficam acima dos 25°C. Deixe para comprar as roupas de frio por lá, aliás.

Já quem vai no inverno, não cometa o mesmo erro que eu, que levei muitas roupas pesadas e acabei usando menos da metade dela. Foque em levar uma parka, uma blusa de fleece ou lã e algumas segundas peles. O resto, geralmente mais uma blusa de segunda camada e mais segundas peles, você pode conseguir por lá e deixar por lá também.

Eu levei apenas um calçado daqui, uma bota de inverno da Decathlon, que embora fosse quente, o solado não sabia lidar muito bem com o gelo. Então compre um barato aqui e compre um melhor lá, junto com meias melhores, embora as da Decathlon sejam muito boas. Aliás, quase tudo que levei eu comprei na Decathlon e só tenho a reclamar do solado da bota. Não deixe de comprar

spikes assim que você conseguir, eles são essenciais e seu corpo vai agradecer o número diminuto de tombos que você levará usando eles.

Acredito que isto seja tudo.

Boa sorte e boa viagem!