

Francisca Rodrigues

KUL–Katholieke Universiteit Leuven

Informações

Curso: Mestrado Integrado em Psicologia

Programa de Mobilidade: Erasmus+

Ano de curso em que esteve em mobilidade: 3º ano

Semestre em que esteve em mobilidade: 1º semestre

Foste sozinha ou acompanhada?: Acompanhada

Ano letivo em que esteve em mobilidade: 2018/2019

Informações

Que documentos devo levar?

Cartão de Saúde Europeu, Cartão do Cidadão

Qual a melhor forma de chegar até esta cidade?

Ir de avião até ao Aeroporto de Zaventem e apanhar um comboio no aeroporto direto para a cidade de Leuven.

Onde procurar alojamento?

O site da KULeuven têm todas as informações necessárias, basta colocar na barra de pesquisa a palavra “kot” que significa quartos e ver todas as opções

O que deves fazer quando chegas ao teu destino?

Assinar o documento de chegada para fazer o upload na DRI (sem isto a bolsa não é dada) e marcar uma reunião no City Hall (câmara municipal) para obter “residência” e comprovar a nossa morada.

Como é o ensino?

As aulas são lecionadas em inglês e há turmas específicas só com pessoal de Erasmus;
Os professores são muito simpáticos, acessíveis e respondem às nossas questões todas;
A avaliação difere de cadeiras para cadeiras:

- Organizational Behaviour é um trabalho de grupo e um exame com consulta de duração 4h
- Statistics IV foram 2 trabalhos de grupo e um exame de escolhas múltiplas duração 3h
- Clinical Assignment foi um exame para 20 valores duração 3h e tivemos uma aula que fomos nós a dar essa aula e tivemos de fazer em grupo uma apresentação de um tema para essa aula, mas não contava para nota
- A cadeira de OB era gravada e colocavam na plataforma todas as aulas e podíamos ver em casa as aulas e em cada aula havia um orador convidado que vinha falar acerca do tema que tinha sido lecionado nessa aula

Como é o Campus Universitário?

Tal como em Coimbra, o Campus Universitário é “espalhado” pela cidade, tendo diferentes pólos, em cada pólo há pelo menos uma cantina (Alma) A faculdade de Psicologia é no “centro” do pólo principal da universidade e tinha aulas em 3 edifício, mas eram todos perto a nível geográfico. Os edifícios são relativamente novos e as salas são muito quentes e agradáveis

Como classifica a Universidade de destino a nível de serviços administrativos?

Muito bons.

Integração

Como classificas a Universidade de destino a nível de integração?

Muito boa.

Como classificas as Relações Internacionais da Universidade que te acolheu?

Muito boa.

O que podes fazer, tu, para melhor te integrares na tua nova cidade?

O mais importante é participar no máximo de atividades que der, porque é nas primeiras semanas que se conhece as pessoas que te vão acompanhar o resto do semestre

Que atividades são realizadas para te acolher e integrar?

A ESN de Leuven é muito ativa e organiza uma semana antes do início oficial das aulas cheia de atividades como uma visita guiada à cidade, um encontro internacional com diferentes comidas, um pub crawl (mesmo género de peddy tascas).

A universidade organizou uma palestra nessa primeira semana em que explicavam tudo o que é preciso fazer, os supermercados onde podíamos fazer compras mais baratas, como marcar a reunião no city hall, entre outras.

No final dessa palestra criámos o nosso cartão de estudante da universidade. Essa palestra é obrigatória e chama-se “Enrolment Session” e é dividida por dias e é necessário inscrever

Viagens

Como descreves a localização da cidade-destino, tendo em conta a deslocação a outros países?

A Bélgica encontra-se no centro da Europa, o que para mim era uma mais-valia quando escolhi este país como destino de Erasmus, porque sabia que ia conseguir viajar imenso pelos países que se encontram à volta, pesquisei antes e vi que havia várias opções para viajar, por exemplo, para viajar até à Holanda vai-se facilmente de comboio ou então de flixbus, muitos estudantes de erasmus utilizam esta opção para viajar para países na periferia da Bélgica. Há 2 aeroportos na Bélgica e um deles (Charleroi) é considerado um aeroporto com voos low cost, mas é difícil chegar lá porque não há comboios, nem autocarros diretos, é preciso ir até Bruxelas e lá apanhar um autocarro. O outro (Zaventem) é super acessível, pode-se apanhar um comboio em Leuven que vai direto para lá

E dentro do mesmo país? Consideras fácil conhecer outras cidades?

É muito fácil visitar outras cidades, a Bélgica tem uma grande rede de comboios e pode-se viajar para quase todas as cidades de comboio. O melhor para viajar dentro da Bélgica é comprando o Go Pass, que é um bilhete com 10 viagens por 50€, por isso dá para viajar para 5 cidades com esse bilhete. Um conselho: há muita gente que tenta “passar a perna” aos revisores não escrevendo no Go Pass qual a viagem feita, mas tenham cuidado e não escrevam à frente dele no comboio porque se forem apanhados podem ter de pagar uma multa. Aconselho a visitarem o máximo da Bélgica que conseguirem, cidades must go: Bruxelas, Liège, Bruges, Antuérpia, Ghent

Custos de Vida

Comparativamente com Coimbra, como descreves o custo de vida?

Mais elevado.

Alojamento?

260€ por mês um quarto partilhado

330€ depósito (devolvem no fim)

130€ taxa administrativa (não devolvem)

Transporte

50 €

Aluguei uma bicicleta para os 6 meses em que estive de erasmus e ficou-me a 90€, no final devolveram-me a caução (40€). Deram um passe de autocarro gratuito com data de validade até ao final do semestre .

Alimentação

50€ de compras de 2 em 2 semanas, mais ao menos

Vida Noturna

10€ em média por noite nos bares. Normalmente, comprávamos bebida e bebíamos em casa antes de sairmos para ser mais barato

Consideras que a bolsa que te foi atribuída foi adequada?

Foi muito útil, utilizei a bolsa para pagar o alojamento todo durante o semestre todo e penso que ainda sobrou uma parte da bolsa que utilizei na viagem de volta para Portugal no final do semestre.

Saúde

Os Serviços de Saúde são acessíveis a alunos internacionais?

Sim, bastante.

Caso necessitasses de recorrer aos Serviços médicos do país-destino, como seriam os encargos financeiros?

Não sei como responder a esta pergunta, felizmente não precisei de ir ao médico enquanto estive de Erasmus e por isso não sei precisar quais seriam os encargos financeiros

Relativamente aos medicamentos que se podem encontrar nas farmácias locais, quais as equivalências existentes?

Não sei dizer também, eu levei de Portugal um conjunto de medicamentos que tinha medo não encontrar lá, por isso aconselho a que façam o mesmo, levar por exemplo uma caixa de Ben-u-ron, de Brufen, de pastilhas para a garganta e talvez aquelas saquetas da Bisolvon para a tosse (Sim, vocês vão adoecer na Bélgica!!! O clima é diferente).

Para as meninas que tomam a pílula, levem a quantidade necessária para o tempo que estiverem fora do país, é provável que não encontrem a vossa pílula exata noutra país e que depois não tenham medicação.

O mesmo conselho é aplicável a todas as medicações diárias que tomem, por exemplo comprimidos para enxaquecas.

Curiosidades

Locais a visitar, o que fazer?

Em Leuven visitem o Kasteel van Arenberg, mas tentem ir com bom tempo e relaxem nos jardins do castelo.

Visitar também a fábrica de cerveja Stella Artois Em Bruxelas, ir ao Atomium, Palácio Real, Grand-place e se forem fãs de cerveja vão ao Delirium Café

Façam um passeio de barco pelos canais de Ghent ou Bruges.

Em Ghent visitar o castelo e peçam o áudio-guia, é muito engraçado ouvir a história da cidade

Visitem Antuérpia e andem pelas ruas e observem a arquitetura e as cores das casas

Vão a Liége e subam as escadas no Monte de Beuren para ver o pôr-do-sol

Gastronomia Local

Batatas fritas; Moulles; Waffles

Em qualquer Frittur apenas comem fritos, os belgas fritam quase toda a sua comida

Perto da zona dos bares há um sítio chamado “The Wall” em que é uma espécie de Grab and Go de fritos, mas só está aberto à noite

Melhor sítio para Waffles em Leuven chama-se Pinoquios

Vão ao Domus Leuven se quiserem provar comida típica belga, há um prato a dividir por 2 pessoas que é um conjunto de 3 pratos tipicamente belgas

Vão ao Balls and Glory e provem as melhores almôndegas do mundo!

É algo que não se vão arrepender, todos os dias há almôndegas com sabores diferentes e há opções vegetarianas

Número de Portugueses e/ou Número de alunos em Programas de Mobilidade nesta cidade

Em qualquer sítio do mundo há portugueses, na minha residência éramos 6 portuguesas e nenhuma se conhecia.

Não sei qual o número exato de alunos em Programas de Mobilidade na cidade, mas no ano letivo 2019/2020 a universidade tinha 58 mil alunos sendo que 9868 eram estudantes estrangeiros

Porquê fazer mobilidade?

Fazer Erasmus é uma oportunidade única e inesquecível, é preciso ir com uma mente aberta e o melhor mesmo é não criarem expectativas e deixarem-se surpreender por tudo o que o vosso novo país vos têm para oferecer.

Ir de Erasmus é crescer, é aprender a conviver com pessoas de outras nacionalidades e culturas, é ganhar independência e aprender a ver o mundo com outros olhos. Ir para um país novo pode ser intimidante, mas não se deixem afetar por isso, saiam da vossa zona de conforto, desafiem-se e superem-se naquela que vai ser a melhor experiência da vossa vida.

Porquê escolher este destino?

A Bélgica é dos países centrais da Europa, o que permite viajar bastante e tem imensa história e sítios bonitos para visitar, Leuven é uma das universidades mais conceituadas e reconhecidas a nível internacional e é um desafio, mas também uma oportunidade única.

Queres acrescentar algo? Este é o teu espaço aberto!

Vão de Erasmus , não deixem que ninguém vos diga “não vais aguentar as saudades” , porque acreditem que aguentam , vocês vão sentir-se em casa muito rapidamente e passado algumas semanas já têm uma segunda família. Se forem para a Bélgica visitem os mercados de rua , há coisas mais baratas , como fruta , peixe fresco e outras coisas que por vezes ficam caras no supermercado. Em Leuven o mercado é à sexta-feira de manhã na rua principal perto do Town Hall. E se tiverem saudades de Portugal, vão ao domingo de manhã ao mercado a Bruxelas Midi , há uma enorme comunidade portuguesa e vão sentir-se em casa , podem até comer um pastel de nata ou então comer uma bifana ou até um café Delta.

Em caso de dúvidas, podes contactar rire.necess@gmail.com
ou com francisca.oli.rodrigues@gmail.com

