

Mónica Bernardo

Atenas, Grécia

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: 2019/2020

Informações

Que documentos devo levar?

Cartão de cidadão, cartão europeu de saúde e os documentos relativos à candidatura de Erasmus. Recomendo ainda fazer lá uma cópia dos documentos e andar com a cópia.

Qual a melhor forma de chegar até esta cidade?

Avião para o aeroporto de Atenas, que ainda se situa longe do centro da cidade, e depois apanhar o autocarro.

Onde procurar alojamento?

Recomendo entrar em grupos de Facebook de “Erasmus em Atenas” onde se partilham alojamentos e há inúmeras pessoas que já têm casa e procuram colegas de casa. Para além de grupos de Facebook, usar sites de alojamentos. Eu e uma rapariga ficámos num apartamento mais afastado da faculdade, mas perto do centro. Arranjei esta casa através de um colega que já tinha feito Erasmus em Atenas e me facultou o contacto da senhoria e estou disponível para partilhar esse contacto fiável.

O que deves fazer quando chegas ao teu destino?

Aconselho-te a estar atento/a aos emails da faculdade e à página de ESN da tua universidade. Para além disso, deves entregar o documento de chegada na universidade que necessita de ser assinado. Aconselho ainda a fazer o cartão de estudante, para além do de refeições.

Como é o ensino?

As aulas são em inglês e só com pessoas de Erasmus. A relação com os professores é muito próxima, visto que somos poucos (+- 20), e são muito acessíveis.

O método de ensino foi expositivo na maioria das cadeiras, mas eles fazem questão de interagir connosco e que participemos num ambiente muito informal.

O método de avaliação foi maioritariamente por essays finais, em que tínhamos de escrever sobre algum tópico. No entanto, na cadeira de estatística tínhamos de entregar um trabalho semanalmente relativo às aulas anteriores. Tive ainda uma avaliação oral de 5 minutos a responder a algumas perguntas sobre o tópico do essay que tinha feito (muito acessível) e um exame a uma outra cadeira. No geral, adorei a experiência e a minha ideia era mesmo aprender alguma coisa e, de facto, aprendi. Os conteúdos lecionados nas cadeiras foram mesmo muito interessantes, abordámos temas que nunca aprenderia em Coimbra e achei o método de avaliação também bastante diferente e enriquecedor.

Como é o Campus Universitário?

As aulas são em inglês e só com pessoas de Erasmus. A relação com os professores é muito próxima, visto que somos poucos (+- 20), e são muito acessíveis.

O método de ensino foi expositivo na maioria das cadeiras, mas eles fazem questão de interagir connosco e que participemos num ambiente muito informal.

O método de avaliação foi maioritariamente por essays finais, em que tínhamos de escrever sobre algum tópico. No entanto, na cadeira de estatística tínhamos de entregar um trabalho semanalmente relativo às aulas anteriores.

Tive ainda uma avaliação oral de 5 minutos a responder a algumas perguntas sobre o tópico do essay que tinha feito (muito acessível) e um exame a uma outra cadeira. No geral, adorei a experiência e a minha ideia era mesmo aprender alguma coisa e, de facto, aprendi. Os conteúdos lecionados nas cadeiras foram mesmo muito interessantes, abordámos temas que nunca aprenderia em Coimbra e achei o método de avaliação também bastante diferente e enriquecedor.

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

Muito bons.

Integração

Como classificas a Universidade de destino a nível de integração?

Boa.

Como classificas as Relações Internacionais da Universidade que te acolheu?

Razoável.

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

Envolveres-te nas atividades oferecidas e falares com o máximo de pessoas que consigas! Toma a iniciativa, estamos todos lá para o mesmo!

Que atividades são realizadas para te acolher e integrar?

Há uma sessão de receção a todos os alunos em mobilidade da faculdade, dada pela própria faculdade. Para além disso, A ESN (Erasmus Student Network) é incrível, com atividades de todos os géneros (desde diversão noturna, viagens pelo país inteiro, voluntariado, jogos, etc) que são ótimas maneiras de te integrares!

Viagens

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

Acho Atenas uma cidade incrível para viajar, em que se arranja preços muito acessíveis para muitos lados, tanto para a Europa como fora da Europa. Para viajar usei aviões, flixbus e barcos a preços bastante acessíveis. Para uma referência de preços dou o exemplo da viagem Atenas- Sófia- Bucareste- Atenas em que gastei 59 euros em transportes e alojamento no total.

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

Considero muito fácil conhecer outras cidades e as incríveis ilhas gregas. Visitei duas ilhas, incluindo Santorini, com descontos de estudante de 50%. Para visitar outras cidades os autocarros são uma boa opção.

Custos de Vida

Comparativamente com Coimbra, como descreves o custo de vida?

Mais elevado.

Alojamento?

250 euros com tudo incluído.

Transporte

Há possibilidade de morar perto da faculdade, mas tendo em conta que apenas tínhamos de ir à faculdade 2 a 3 vezes por semana, acabei por optar morar mais longe. Por isso, tinha de apanhar dois autocarros para ir para a faculdade. Existe um passe de estudante que é bastante acessível por mês. De resto, é uma cidade grande mas sempre a direito e anda-se muito bem a pé mas tem bons serviços de metro e autocarro, apesar de estarem quase sempre muito cheios.

Alimentação

Não sei precisar o valor mas os preços são semelhantes. Em algumas carnes e peixes os preços são mais elevados mas também se encontra a preços semelhantes e varia de supermercado para supermercado (há lá Lidl e os preços eram parecidos). Podem ainda usufruir de refeições grátis oferecidos na cantina da universidade (pequeno-almoço, almoço e jantar).

Vida Noturna

Relativamente à vida noturna fui maioritariamente a festas da ESN que não se pagava para entrar. Fora isso, algumas discotecas pediam 10 euros para entrar mas também vi bastantes vezes discotecas em que a entrada era grátis até à 1 da manhã. Relativamente a bebidas, normalmente comprava bebidas nos supermercados a preços parecidos com os de cá mas, para referência, lembro-me de os shots rondarem os 2/3 euros.

Consideras que a bolsa que te foi atribuída foi adequada?

Sim.

Saúde

Os Serviços de Saúde são acessíveis a alunos internacionais?

Não tenho conhecimento para responder.

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

Não tenho conhecimento para responder.

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

Não tenho conhecimento para responder.

Curiosidades

Locais a visitar, o que fazer?

Atenas é uma cidade cheia de vida com muita coisa para fazer mas os essenciais é visitar a famosa Acrópole e o museu da Acrópole (as vezes que quiserem porque não pagam até aos 25 anos), praça Syntagma, subir ao monte Libaceto, praça de Monastiraki e subir a qualquer um dos cafés com rooftops (360º cocktail bar, A for Athens, etc), visitar o bairro anarquista de Exarchia e conhecer a sua história, passear com Plaka, entre sair à noite nas festas de entrada grátis da ESN, ir às praias de Atenas, entre inúmeras outras coisas.

Gastronomia Local

A gastronomia local é muito boa, das coisas que mais gostei foram Gyros (vendem-se em todo o lado e são muito baratos), moussaka, molho tzatziki e pastitsio.

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

Há muita gente em Erasmus mas apenas conheci três portugueses.

Porquê fazer mobilidade?

Ir de Erasmus foi das melhores decisões da minha vida e aconselho-o imenso! É uma experiência única, em que saís da tua zona de conforto e conheces uma nova realidade. É uma oportunidade de te desafiars e te ficares a conhecer melhor, assim como conhecer uma nova cultura e novas pessoas, o que só te enriquece!

Porquê escolher este destino?

Atenas surpreendeu-me imenso! É uma grande cidade, o que se reflete numa grande variedade de pessoas e culturas. Tem imensas coisas por explorar, as praias de Atenas são incríveis, está calor até muito tarde (no dia antes de vir nas férias de Natal estava de manga curta na Acrópole). É muito fácil falar inglês porque praticamente toda a gente fala, desde mais novos a mais velhos. Para além disso, a gastronomia e a sua localização na Europa também são pontos a favor.

Em caso de dúvidas, podes contactar rire.nepcess@gmail.com
ou com monica_bernardo@outlook.com

