



## Relatório de Avaliação de Mobilidade - Comprovante de Preenchimento

Evento

Relatório de Avaliação de Mobilidade - OUT

Número

250729111247189

Inscrito

Terça, 29 de Julho de 2025, 11:12

Emissão deste Comprovante

Quinta, 25 de Setembro de 2025, 13:12

Identidade

53087832X

Nome Completo

Viviane de Souza Abus

E-mail

vivianeabus@gmail.com

Nome da instituição onde fez mobilidade acadêmica?

Univerzita Hradec Králové

Quando realizou sua mobilidade acadêmica?

2024/1 e 2024/2

Relate as experiências que teve durante a mobilidade

Vou tentar resumir as experiências, mas foram inúmeras! Tive aulas com alunos do mundo todo, morei com pessoas de diferentes países, fiz amizades com pessoas de diversas nacionalidades e conheci brasileiros de vários estados.

Apresentei trabalhos e escrevi artigos em inglês, participei de projetos da União Europeia, atuei em ONGs, fiz mutirão de limpeza na cidade e ajudei pessoas em situação de rua em uma organização em Praga.

Fiz parte do Rotary Club, participei de um evento de quatro dias de liderança no sul da Tchêquia e passei por treinamentos de educação não formal em mais de nove países, entre eles Alemanha, Espanha, Áustria, Polônia, Holanda e Bélgica, sendo palestrante em pelo menos dois desses encontros.

Criei um evento sobre sustentabilidade e conexão com a natureza na Holanda. Também integrei o ESC (European Solidarity Corps), colaborando ativamente com duas grandes organizações internacionais em Portugal e no norte da Alemanha.

Tive a oportunidade de dar aulas de inglês para crianças e adultos tchecos, mesmo sem falar tcheco. Viajei bastante sozinha, participei da ESN (rede de estudantes internacionais da universidade), fui estagiária no centro internacional da UHK, atuei como guia e ajudante para alunos internacionais recém-chegados,

e até fui convidada pela universidade para participar de um festival de rock na cidade, fiz apresentações sobre o Brasil em diferentes escolas.

Além disso, me envolvi em projetos da comunidade local e voltados para imigrantes. Aprendi o básico de tcheco, me tornei ainda mais fluente em inglês e espanhol, depois de um ano e meio, vivi tanto que nem consigo lembrar de tudo!

Como você visualiza o impacto desta mobilidade em sua vida acadêmica, pessoal e/ou profissional?

Na vida acadêmica, essa mobilidade teve um impacto muito significativo. Tive a oportunidade de conhecer professores que estudaram em diferentes países, com experiências completamente distintas das que eu já havia vivido. Também participei de intercâmbios não formais em diversos países da Europa, financiados pela União Europeia, onde pude conhecer profissionais de diferentes setores.

Recebi uma bolsa da própria universidade (UHK) para prolongar meus estudos e finalizar o curso de Ciência Política, e inclusive tive a chance de ingressar no mestrado, caso quisesse permanecer no país.

No aspecto profissional, trabalhei como professora de inglês durante quase todo o intercâmbio. Também palestrei em eventos ligados à educação não formal promovidos pelo programa Erasmus+ e atuei em diferentes ONGs, ampliando muito minha rede de contatos e minha experiência prática.

Conheci brasileiros maravilhosos, conheci o meu amor e pessoas de outros países que se tornaram família., aprendi a viajar sozinha, planejar viagem e ver oportunidades que poderiam ter em minha vida.

Fale sobre o processo de mobilidade, quais as dificuldades e dúvidas enfrentadas

As duas maiores dificuldades que enfrentei foram relacionadas ao dinheiro e à falta de informações sobre o visto. Guardei dinheiro por pelo menos um ano antes da viagem e recomendo fortemente tentar conseguir todas as bolsas que a UNILA oferece. Além disso, entrei em contato com a UHK explicando minha situação financeira e perguntando se havia algum tipo de ajuda de custo disponível.

Outra grande dificuldade foi a falta de informações claras sobre o processo de visto e seus requisitos. Acredito que os colaboradores da UNILA poderiam se informar melhor sobre como funciona o processo de visto para a República Tcheca, pois isso ajudaria a oferecer, ao menos, um apoio inicial. Espera-se que esse suporte venha da UHK, mas eles conhecem ainda menos os procedimentos específicos do nosso país.

Se você precisar de ajuda para preencher documentos, tirar o visto ou tiver dúvidas em geral, entre em contato comigo pelo Instagram: @vivi\_abus. Faça consultoria sobre estudar na Tchêquia, além de orientações sobre o Erasmus+ e o ESC.

Como foi a receptividade da comunidade universitária (estudantes nativos, professores, pessoal administrativo) e dos habitantes locais?

A UHK, apesar de estar localizada em uma cidade pequena, possui uma comunidade internacional muito grande. Acredito que alguns fatores contribuíram para facilitar minha vida em Hradec Králové. Ter a experiência de viver em um dormitório onde metade dos alunos eram internacionais fez com que criássemos uma comunidade multicultural.

A existência do ESN (Erasmus Student Network), formado por alunos tchecos da própria universidade, também foi fundamental. Eles organizavam atividades semanais e nos informavam sobre eventos na cidade. Minha vontade de me integrar à comunidade me levou a conhecer o centro de imigrantes, que frequentemente promovia eventos e conectava os imigrantes de toda a cidade. A universidade também designou um aluno para nos apresentar a cidade e organizou uma manhã inteira de explicações sobre como funcionavam as inscrições nas disciplinas e quais eram as opções disponíveis.

Sobre Hradec, é importante saber que a maioria das pessoas não fala inglês e, mesmo entre os jovens que falam, muitos simplesmente não querem usá-lo.

Como foi o processo de escolha de disciplinas e matrícula na instituição anfitriã? há alguma tutoria para isso?

Não se prenda muito às matérias que você escolheu enquanto ainda estava no Brasil. Quando você chega lá, muitas disciplinas são canceladas, trocadas ou alteradas, então provavelmente será necessário mudar seu cronograma. Além disso, algumas matérias só são adicionadas quando o semestre está prestes a começar.

No primeiro dia na universidade, o coordenador Tómas entrega uma folha com todas as disciplinas e horários disponíveis na FF-UHK. A partir disso, ele dá cerca de duas semanas para que você ajuste seu cronograma e escolha as matérias que deseja cursar. Depois disso, você envia um documento informando suas escolhas, e o próprio Tómas realiza a inscrição.

Recomendo que você pergunte sobre os professores e os métodos de avaliação, normalmente o grupo de WhatsApp da ESN é um bom lugar para isso. Em caso de dúvidas, o Tómas é extremamente profissional e competente. Se ele demorar para responder por e-mail, é só ir até o escritório dele, ele é muito simpático e atencioso.

Mas não se preocupe, essa será provavelmente a parte mais tranquila de todo o processo.

Como é o sistema de ensino na instituição (aulas em sala, estudos extraclasse, avaliações, etc)? conte-nos o que chamou sua atenção

Os horários e o método de ensino na UHK são bastante diferentes do que estamos acostumados no Brasil. As aulas normalmente têm no máximo 2 horas

de duração e, em muitos casos, acontecem apenas uma vez por semana. Isso exige uma grande autonomia dos estudantes, já que é esperado que você estude bastante por conta própria fora da sala de aula.

As avaliações variam bastante de acordo com o professor. Algumas disciplinas têm provas escritas, outras exigem apenas a entrega de artigos e apresentações. Há também matérias que incentivam atividades práticas fora da sala de aula, por exemplo, participei de uma organização voltada ao apoio de jovens, como parte de uma disciplina.

As turmas geralmente são pequenas, o que torna o ambiente mais próximo e participativo. A maioria das aulas destinadas a alunos internacionais acontece em inglês, e por isso, normalmente são frequentadas apenas por outros estudantes estrangeiros. Já os alunos tchecos costumam cursar disciplinas em tcheco, especialmente as obrigatórias e algumas optativas. Em algumas matérias específicas, no entanto, tive aulas com alunos tchecos, o que foi uma boa oportunidade de integração cultural.

Algo que me chamou a atenção foi a flexibilidade e a relação horizontal entre alunos e professores. Os docentes costumam ser bastante acessíveis e abertos ao diálogo, incentivando a participação e o pensamento crítico. Além disso, o sistema europeu valoriza muito o trabalho contínuo ao longo do semestre, o que ajuda a manter um ritmo constante de estudos.

Quantas disciplinas você cursou durante o intercâmbio?  
mais de 10

Fale sobre os gastos com a mobilidade (passagem, seguro saúde, visto, moradia, alimentação)

Passagem aérea: R\$ 1.800 (Guarulhos - Paris, levei só mala de mão, roupas são baratas lá) + R\$ 300 (Paris - Praga)

Seguro saúde: R\$ 2.000 a 3.000 valor alto por ser VZP, mas recomendo o Slavia, que é aceito e mais barato, sempre confirme com o consulado antes de comprar

Visto: Taxa do visto: R\$ 575 + R\$ 300 em documentos + R\$ 400 com passagens para o consulado em SP

Comprovação financeira: R\$ 30.000 (empréstimo temporário só para apresentação, existe outras técnicas que podem ser usadas tbm, não se prendam muito a esse valor)

Moradia: R\$ 5.000 por semestre (com tudo incluso, exceto lavanderia)

Transporte local: R\$ 200 pelo passe semestral

Alimentação: R\$ 150 por semana (~R\$ 600/mês) – com organização, dá pra economizar bem; recomendo fazer cadastro no Tesco para descontos

Total aproximado (sem comprovação): R\$ 8.300

Você recebeu algum apoio economico durante sua mobilidade?

Sim, bolsa de programa de mobilidade da Universidade de Destino;, Sim, bolsa de programa de mobilidade paga pela UNILA;

Caso tenha marcado a opção "sim, outro tipo de bolsa", por favor descreva qual bolsa e como foi o processo para consegui-la

Sim, ganhei uma bolsa-auxílio da UNILA e, nos semestres seguintes, recebi uma bolsa da UHK. Para conseguir a bolsa da UHK, basicamente é necessário ser participativo na universidade e escrever uma carta de motivação explicando isso e como essa oportunidade será vantajosa para a sua vida no futuro.

Quais dicas você daria para os futuros candidatos?

Aprender o básico do idioma tcheco é fundamental para comunicação no dia a dia, mesmo que em cidades maiores como Praga o inglês seja mais comum. Ter um vocabulário básico ajuda muito na integração.

Estudar inglês com dedicação, pois a maioria das aulas na universidade é ministrada em inglês. Ter um bom nível facilita muito o acompanhamento do conteúdo.

Recomendo aproveitar os programas Erasmus+ e European Solidarity Corps (ESC), que são intercâmbios curtos financiados pela União Europeia, cobrindo alimentação, moradia e transporte.

Participar ativamente das atividades extracurriculares da universidade pode gerar benefícios, como oportunidades de trabalho remunerado e maior integração com a comunidade acadêmica.

Para quem deseja trabalhar durante a mobilidade, sugiro enviar currículo para escolas de inglês e também consultar a universidade sobre vagas e estágios internos.

Quanto à moradia, os dormitórios D, E, F e G são os mais indicados até 2025, pois possuem chuveiro em vez de banheira, o que traz mais conforto.

Sobre roupas, não recomendo comprar roupas de frio no Brasil. O ideal é comprar na Tchêquia em lojas como a Genesis (loja de segunda mão com roupas em ótimo estado) ou em grandes redes de roupas, que oferecem peças adequadas ao clima europeu por preços acessíveis.

Produtos de higiene pessoal, como shampoo e condicionador, também devem ser adquiridos localmente, pois o calcário presente na água da região exige produtos específicos para cuidar bem dos cabelos.

Para deslocamentos, indico usar as companhias de transporte mais econômicas, como Flixbus, Regiojet e Mujvlak, que atendem tanto trajetos nacionais quanto internacionais.

Evite marcar matérias às segundas, quintas, sábados e aulas noturnas para aproveitar melhor eventos culturais, viagens e a integração social.

Além disso, a UHK oferece bolsas que podem ajudar a prolongar seus estudos na República Tcheca. Recomendo que fiquem atentos às oportunidades oferecidas pela universidade e ao processo de candidatura para essas bolsas, pois elas podem facilitar a continuidade da experiência acadêmica e cultural.

Ofereço também suporte completo para todo o processo de mobilidade, incluindo orientação para vistos de estudante, renovações e dúvidas sobre

documentação. Com um ano e meio morando na República Tcheca, sei como preencher os formulários e acompanhar todas as etapas burocráticas com segurança.

Para dúvidas e suporte personalizado, entre em contato comigo pelo Instagram: @Vivi\_abus. Ofereço consultoria para Erasmus+, ESC e estudos na República Tcheca, ajudando você a aproveitar ao máximo essa experiência ou somente para tirar dúvidas.

Outras informações que considerar relevante ou sugestões

Tente fazer de tudo e agarre toda oportunidade que tiver, não pense que algo pode ser impossível, Meninas da UNILA, tomem cuidado com o seu pé e tornozelo, eu não sei porque raios, mas desde a minha mobilidade, sempre tem alguma Unileira que acaba machucando o pé e precisando ficar parada e com muleta(Nos 3 últimos semestre isso aconteceu).

Autorizo a utilização das informações prestadas para fins de divulgação e promoção de mobilidade acadêmica na unila

Sim