



MANUAL SOBRE ZAGREB – CROÁCIA



Olá, sou a Renata (T133) e estive em Zagreb entre dezembro de 2024 e janeiro de 2025, na Stomatološki Fakultet, da Universidade de Zagreb. Aqui, vou relatar um pouco das minhas vivências e tentar ajudar quem pretende ir para lá.

Se você está aqui porque já foi selecionado, então PARABÉNS! Espero que possa aproveitar essa oportunidade tanto quanto eu.



Foto com a Professora Ana Badovinac (centro), na clínica de periodontia.

Sumário

O que saber/organizar antes da viagem	3
Visto.....	3
Passaporte	3
Seguro-viagem	3
Idioma.....	3
Carta de aceite	3
Sistema Mundus	3
Estadia	3
Meu Airbnb	4
Valores de Zagreb	4
Vestuário	4
Roupa de atendimento.....	4
Dica extra	5
Alguns compromissos lá	5
Representar a FOU SP	5
Viagem para a Europa/Croácia.....	5
Comprar passagens.....	5
Meu voo.....	5
Zagreb (algumas dicas)	5
Outros lugares para visitar na Croácia	7
Ljubljana	7
Outros países	8
Pós-intercâmbio.....	8
Relatório Final	8
Depoimento	9
Reunião com a professora coordenadora	9
Considerações Finais.....	9

O que saber/organizar antes da viagem

Visto → Se você vai a Zagreb (e todo o espaço Schengen), você não precisa de visto. No entanto, talvez seja melhor dizer na imigração que estará somente visitando a universidade e não estudando lá.

Passaporte → O passaporte levou cerca de 15 dias para ficar pronto e custou cerca de 250 reais, mas agora aumentou.

Seguro-viagem → Faça um seguro-viagem. Apesar de não terem me pedido na imigração, alguns países exigem um valor mínimo de seguro, então pesquise. Eu utilizei o seguro da Mastercard Black, que é gratuito para quem possui cartão com essa bandeira e cobre até 150 mil dólares. Mas, parece que Mastercard Platinum também possui seguro, com um valor menor. Vale a pena verificar essa possibilidade.

Idioma → Os croatas, em geral, falam muito bem o inglês, então não tive nenhuma dificuldade com relação ao idioma.

Carta de aceite → Assim que for aceite, a professora responsável irá pedir a carta de aceite em seu nome. Eu pude definir as datas de viagem (lembrando que precisamos cumprir no mínimo 31 dias), mas tinha que ir em dezembro, já que o semestre acabava dia 24 de janeiro. Diferentemente das meninas que foram no ano anterior, eu e a outra pessoa que foi para lá não frequentamos aulas teóricas, somente as clínicas. Assim, talvez você possa conversar e ver a possibilidade de ir somente em janeiro, já que as clínicas não param as atividades quando o semestre encerra, pelo que entendi.

Sistema Mundus → Se nada mudou, você precisará subir alguns documentos no sistema Mundus, então não esqueça disso e não perca os prazos. São eles: Carta de aceite; Termo de Outorga da bolsa, devidamente assinado; o documento de chegada lá na Universidade, assinado por eles; o documento de aproveitamento, que diga quantas horas cumpriu e, pelo menos, que sua participação foi satisfatória (não precisa de notas, necessariamente) e o relatório final (até 90 dias após o término do intercâmbio). Sempre procure pelo Carlos, da CCANI, caso tenha dúvidas. Ele é um anjo.

Estadia → A Universidade de Zagreb não oferece nenhum tipo de auxílio com a moradia para o nosso intercâmbio. Assim, cabe a você definir o local. Não encontrei nada barato (procurei entre o fim de outubro e começo de novembro, quando tive as datas definidas), então, a princípio, eu iria sozinha e gastaria todo o valor da bolsa na hospedagem e nas passagens. **Talvez você precise saber que é muito provável que o dinheiro da bolsa**

não seja o suficiente. No entanto, acabamos indo em dois e dividindo o Airbnb, o que nos custou cerca de R\$4500,00 cada, para 42 dias de estadia.

Saiba que só procurei por locais perto do centro, pois eu iria sozinha até então e não arrisquei morar mais longe. No entanto, Zagreb é uma cidade muito segura e o transporte (o bonde, principalmente) é eficiente. Talvez você possa procurar em Novi Zagreb, região mais nova de lá e bastante residencial, porém mais afastada. As aulas, no entanto, sempre começam às 8h00, então saiba que talvez tenha que acordar bem cedo no frio de 0°C (kk).

Meu Airbnb → O lugar que ficamos era pequeno, mas atendeu a todas as nossas necessidades (tinha cozinha com todos os utensílios, máquina de lavar, aquecedor etc.). Ele ficava perto da estação central de trem, Glavni Kolodvor, na avenida Branimirova. Muito perto do centro e perto da rodoviária também. Cerca de 25 minutos caminhando até a faculdade ou uns 15 utilizando o bonde (tram). Tenho o contato de whatsapp do dono, então posso compartilhar caso queira.

Valores de Zagreb → Não sei como vai ser quando você for, mas as coisas na Croácia são mais baratas que em outros países e, quando fui, eram equivalentes aos valores de São Paulo convertidos euro→real. Porém, para uma refeição completa, é bastante difícil achar algo abaixo de 10 euros. Geralmente eles comem algum sanduíche no almoço, que custa algo em torno de 5 euros nas padarias do centro. Uma coisa diferente é que lá tem um “mercadinho” em cada quadra, mas eles são ligados a redes de mercados maiores (Studenac, Spar, Konzum), então os preços não variam muito dos mercados grandes, o que ajuda muito na hora de fazer as compras da semana.

Vestuário → Pegamos cerca de 0-5 °C, em média, durante o período em Zagreb. Roupas não são muito baratas lá, quando convertemos. Porém, existem tipos específicos de casacos que não achamos aqui no Brasil e que são baratos lá. Então talvez valha a pena ir mais com peças “de baixo” como camisetas de algodão e roupas térmicas (principalmente calças) e comprar um casaco bom quando chegar lá. Você não precisa mais do que um (rs), mas lembre-se de procurar por um que seja mais comprido (perto dos joelhos), isso faz toda a diferença. Touca e cachecol são imprescindíveis.

Roupa de atendimento → Nas clínicas eles utilizam somente roupas brancas, então leve calça e camiseta brancas (pode ser um *scrub* todo branco). Caso queira, pode usar calça branca e jaleco branco. Eles usam um tipo de sapato específico, mas qualquer branco que você tiver irá servir. Como eu disse, **não** vale a pena comprar lá, sai mais caro que aqui.

Eles disponibilizam um armário no vestiário, para que possamos nos trocar e deixar as coisas.

Dica extra → Tente levar tênis/bota que sejam tipo de couro, pois, apesar de não chover muito lá, percebi que esses sapatos (que não são de tecido) mantém os pés bastante aquecidos, algo que faz muita diferença.

Alguns compromissos lá → Se tudo continuar como nos outros anos, os primeiros dias serão com o Professor Brkic. Ele irá pedir para você (e quem mais for) fazer uma apresentação breve sobre a USP/FOUSP e para que você conte sobre algum caso que realizou aqui na faculdade. Ele nos deu uns 4 dias para prepararmos isso, então foi sossegado. Mas a apresentação é bem tranquila, somente para ele. Em janeiro, após o recesso de fim de ano, retornamos à faculdade para frequentarmos as clínicas, cada dia com uma especialidade diferente (pediatria, endodontia, cirurgia, periodontia e medicina oral).

Representar a FOUSP → Lembre que você está levando o nome da FOUSP para lá, então leve alguns presentes para os professores que vão te receber na primeira semana. Nós levamos café, doce de leite e coisas assim.

Acho que para o “pré-viagem” isso é tudo que eu me lembro. Qualquer dúvida, entre em contato comigo (Renata - 15997084821).

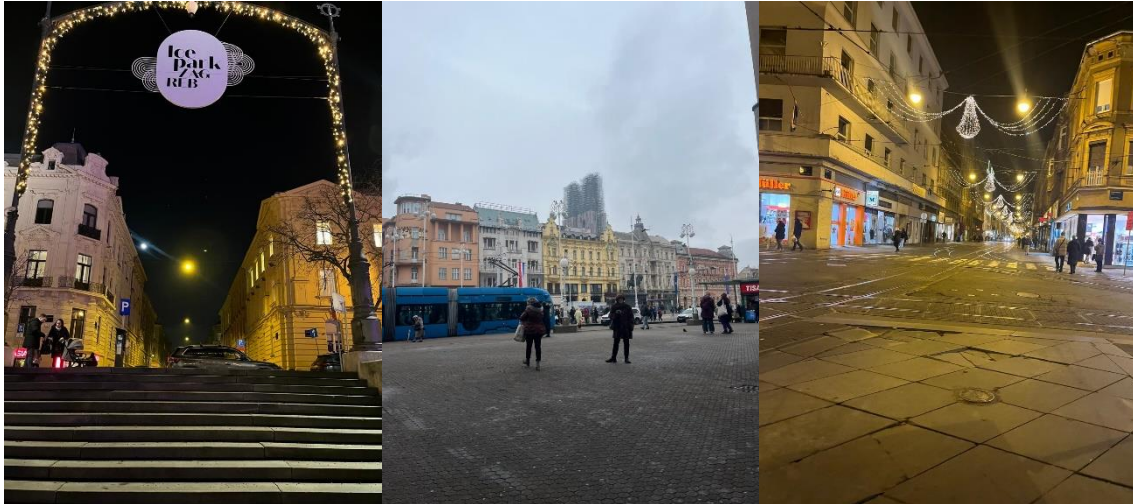
Viagem para a Europa/Croácia

Comprar passagens → Comprei todas as minhas passagens e hospedagens (também viajei depois do intercâmbio) pela Decolar. Achei que assim tudo foi mais fácil, principalmente por poder parcelar e por poder pagar em reais, mesmo comprando de lá (alguns sites só aceitam euro quando estamos lá).

Meu voo → Voei pela ItaAirways na ida e volta, mas na ida fiz o trecho GRU/Roma/Zagreb e na volta fiz Madrid/Roma/GRU. Paguei R\$ 5900,00 podendo parcelar. Logo que soube que tinha sido aceita no intercâmbio e que recebi a carta de aceite, com as datas, comprei as passagens. A experiência foi positiva, mas tive problema no despacho de mala em Madrid. Parece que agora não se pode mais levar mochila como item pessoal, então é bom tentar viajar “mais leve”. Apesar disso, andei com essa mesma mochila por vários países e companhias aéreas e não tive problema algum, então olhe bem o que a sua companhia diz.

Zagreb (algumas dicas) → Zagreb é uma cidade linda. E é pequena. Então muita coisa fazemos a pé mesmo. Tem bastante coisa histórica e relacionadas à igreja católica, que é

muito forte lá. A faculdade fica localizada no que eles chamam de “centro do centro”, então é literalmente do lado de muitos dos pontos turísticos, como a praça principal chamada Ban Josep Jelacic (se fala “iêlatchitchi” – “j” tem som de “i” em croata), que eu chamava de “praça do cavalo” (kk). Lá é, também, um ponto central para os trams, então dá para ir para outros lugares mais afastados, como o parque Maksimir (lindo, parada obrigatória e em frente ao estádio do Dinamo de Zagreb).



Outro lugar lindo é a montanha Sljeme, que você sobe de teleférico e fica pertinho da cidade. Você consegue ver neve em janeiro, dependendo do tempo, então suba preparado.

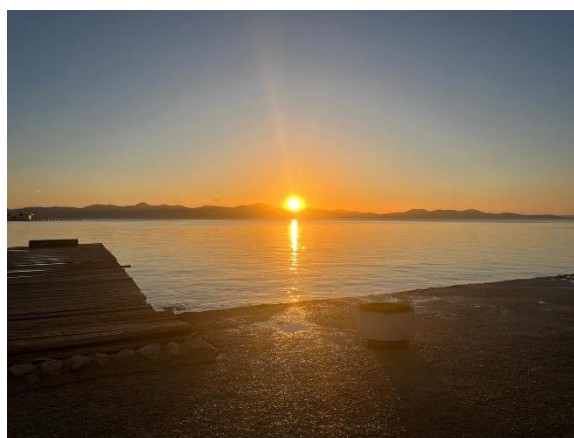
Acredito que você não vá ter dificuldade em descobrir o centro por si mesmo, andando por cada “vielinha” maravilhosa. Procure pelo restaurante **Nokturno**, pelo **La Štruk** (esse tem um prato típico de lá, o Štrukli) e pelo pub **Harat**. Para um café, recomendo muito a padaria mais popular de lá, a **Vincek**, muito famosa pelos doces. A minha preferida, no entanto, é a **Oranz**, onde você pode comer a melhor torta de morango e kiwi da sua vida. As duas ficam muito perto da faculdade, seguindo por uma das principais ruas de lá, a Ilica.



Detalhe: eles são muito católicos, então a época de Natal é muito enfeitada e acontecem as feiras de advento (Advent u Zagrebu) que são muito famosas e ficam abertas até dia 7 de janeiro, um dia depois do feriado de reis (6 de janeiro). Lá você encontra coisas típicas, como o vinho quente e o fritule (foto abaixo).



Outros lugares para visitar na Croácia → Vale a pena viajar de Flixbus, acaba sendo bem mais barato que outros meios. Na Croácia eu só conheci **Zadar**, que fica a cerca de 3h30 de Zagreb, de ônibus. Foi um dia muito gostoso, então é um destino legal para um “bate-volta”. É uma cidade da costa que possui o “Sea Organ” e ruínas romanas. Um dos pores-do-sol mais lindos que já vi.



Split, Plitvice Lakes Park e Dubrovnik são outros lugares muito famosos da Croácia, tente pesquisar.

Ljubljana → Outro destino que fiz bate-volta foi Ljubljana, na Eslovênia, que fica a 2h de trem de Zagreb. A viagem de trem é linda demais, beirando o rio. Para essa viagem recomendo ir até a estação e comprar a passagem diretamente lá, pois nos aplicativos (como o Omio), o preço era 3x maior. Paguei 9 euros. Chegue cedo na estação e pegue a janela de uma das cabines (sim, parece o trem de Hogwarts haha) para ter uma visão melhor. Conheça o castelo, que é perfeito. Ande por lá e coma o doce típico que é tipo um donut de

pistache. Na volta, tanto faz o trem ou Flixbus, pois os dois saem do mesmo local e, no trem, não dá para ver nada de noite (mas talvez seja mais confortável kk). Perto de lá existe o **Lago Bled**, outro lugar lindo para se tentar conhecer.



Apesar de ser muito perto, lembre-se que é um outro país, então leve seus documentos (passaporte e carta de aceite). Eles mantêm um controle rigoroso de fronteira, principalmente se você estive viajando de ônibus.

Outros países → Estando na Europa, são muitas as opções de viagens, obviamente. Algo que vale a pena pesquisar é a empresa *low-cost* chamada Ryanair, que faz voos geralmente em aeroportos pequenos e possui alguns que saem de Zagreb, o que facilita bastante. Eu sei que eles têm voos para Alicante (Espanha), Holanda (Eindhoven) e Memmingen (Alemanha), mas deve haver outros lugares. Se olhar com antecedência, alguns saem por menos de 100 euros ida e volta. É sempre bom olhar o aplicativo Omio, que compara o valor de diferentes meios de transporte, mas saiba que os trens geralmente são mais caros que ir de avião. Ônibus é sempre financeiramente melhor, mas às vezes não vale a pena por ser muito tempo de viagem.

Pós-intercâmbio

Relatório Final → Quando você voltar ao Brasil, terá um prazo para entregar o relatório final no sistema Mundus. Nesse documento eu detalhei um pouco de como foram as atividades na faculdade (então lembre de registrar tudo – tire muitas fotos haha), meio que um diário das coisas mais importantes, mais ou menos como fiz aqui nesse documento. Enviei para a professora responsável pelo intercâmbio e depois fiz o upload do arquivo no sistema. É bom sempre se consultar com o Carlos, assim você garante que está tudo certo.

Depoimento → Quando eu estava de volta ao Brasil, o professor Brkic entrou em contato e me pediu para fazer um depoimento sobre o tempo que passei lá na faculdade, mas foi algo bem simples.

Reunião com a professora coordenadora → A professora Maria Gabriela Biazevic, responsável pelo intercâmbio em Zagreb, solicitou uma reunião para relatarmos como foi o intercâmbio e se tudo ocorreu como o esperado.

Considerações Finais

Acredito que escrevi tudo o que julgo mais importante, pensando em como seria o documento que eu queria ter tido acesso antes de ir viajar. Pensei, também, em fazer isso como se fosse um manual que você pode consultar a cada etapa, buscando tirar alguma dúvida específica, ou só para descobrir mesmo como funciona a vida nessa cidade tão distante. Como disse anteriormente, espero que aproveite você essa oportunidade como eu aproveitei. Para qualquer dúvida, estou à disposição.

Hvala vam na pažnji!

Muito obrigada pela atenção!

Renata Maria Araújo de Oliveira