

FACULTAD DE DERECHO – RELACIONES INTERNACIONALES

INTERCAMBIO DE ESTUDIOS - INFORME DE DESTINO

Solicitamos tu colaboración para proporcionar información de primera mano sobre las Universidades y localidades donde has realizado tu intercambio. Por favor, rellena este documento de forma objetiva y veraz. Puedes emplear todo el espacio que necesites, pero sé claro, breve y conciso. Además de la información solicitada puedes añadir cualquier otro aspecto que consideres de interés, ya que puede ser de gran ayuda a futuros alumnos.

Este documento una vez cumplimentado se publicará en la página web de la Facultad de Derecho, para que cualquier alumno pueda consultarlo.

UNIVERSIDAD DE ACOGIDA: Universidad de Ámsterdam
PERIODO (curso académico y semestre): Semestre 1 (otoño) 2022

Datos personales (no es obligatorio incluir esta información)

Nombre del alumno: Clara Pousa

Curso y titulación mientras hacía el intercambio: 5 E5

Email de contacto*: 201809618@alu.comillas.edu (estoy contenta de ayudar con cualquier cosa o recomendación:))

***El email indicado puede ser utilizado para contactar con el alumno en caso de que otros compañeros necesiten más información sobre el destino. En caso de no estar de acuerdo, no indique dirección de correo electrónico.**

A la llegada del alumno

- Fecha recomendada de llegada y de comienzo de las clases: a finales de agosto, una semana antes de que empiecen las clases. Está bien llegar un poco antes para ir haciéndose a la ciudad y conociendo gente.
- Principales personas de contacto para:
 - Temas académicos (coordinador): la oficina internacional (exchange-als@uva.nl)
 - Temas administrativos: en la universidad está el Service Point y la Education Desk donde te pueden ayudar.
 - Alojamiento: depende de la residencia o proveedor que tengas
 - Etc.
- Jornada de orientación (fechas previstas, obligatoriedad...): el introduction day suele ser unos días antes del comienzo de las clases. No es obligatorio ir, pero es muy buena oportunidad para conocer gente. En el de la Facultad de Derecho lo

hicieron muy bien, había comida y bebida gratis, y alumnos de todas partes del mundo.

- Curso de idiomas: las asignaturas se imparten en inglés y en Holanda hay muy buen nivel por lo general, así que no hace falta aprender holandés. Con el nivel de TOEFL requerido para ir al destino basta.
- Cómo me matriculo en las asignaturas si no lo he hecho antes de llegar: Suele haber una segunda ronda para matricularse. Esto se puede hacer online por GLASS (la plataforma que tiene la UvA) o presencial en la Education Desk de la facultad. Puede haber algún problema porque hay asignaturas que se llenan, así que siempre es mejor elegir las antes.

Alojamiento

- Cómo encontrarlo. Qué es lo más recomendable, precios aproximados.

La vivienda en Ámsterdam es cara y difícil de encontrar. Yo conseguí por medio de la UvA, que tiene unas plazas asignadas en residencias para alumnos internacionales, pero son muy limitadas así que hay que tener mucha suerte. Mucha gente se quedó fuera por lo que es recomendable empezar a buscar y tener alternativas por si acaso.

Algunas páginas donde es posible buscar (tanto residencias como piso compartido): Lieven de Key, DUWO, Kamernet. También se encuentra mucho por páginas como Erasmusu o en Facebook, pero hay que tener cuidado porque hay muchas estafas. Sé que para residencias también está de Student Hostel, pero los precios son mucho más altos.

- Coste y fechas de entrada: Yo estaba en una residencia de Lieven de Key en el Este de Ámsterdam y pagaba unos 500 euros por un estudio con cocina y baños propios. Mi plazo de alquiler era desde finales de agosto a finales de enero.
- Normas de comportamiento, horario y otras normas: por lo que he visto, en las residencias suele haber bastante libertad para ir y venir, y para traer gente. Obviamente, hay que evitar molestar a los vecinos, pero por lo demás no suele haber muchas reglas.

Temas académicos

1. Oferta académica - Amplia-reducida/asignaturas que se corresponden o no con las nuestras/nivel adecuado: la oferta académica de la facultad de derecho es muy amplia e interesante, aunque los alumnos de Icade tenemos las asignaturas más limitadas.

2. Calidad académica - ¿Cómo son las clases? ¿Metodología diferente?

¿Progresión/dificultad?: el nivel es muy bueno. Las asignaturas suelen tener un día

dedicado a la lecture teórico y otro para un seminario de corte más práctico. Los seminarios vienen especialmente bien para llevar el estudio al día y asentar los conocimientos de las lectures.

3. Exámenes - Difíciles-fáciles/diccionario permitido/facilidades para alumnos de intercambio: desde el primer día te dejan claro que no van a dar facilidades o privilegios a los alumnos de intercambio. Los exámenes no son altamente difíciles, suelen consistir en ensayos, aunque hay que trabajárselos.

4. ¿Convendría evitar determinados cursos? ¿Flexibilidad para modificación de asignaturas?

Por mi parte, no he tenido problemas con los cursos. Es posible modificar las asignaturas, pero hay que atender a los plazos que da Icade para convalidar las asignaturas en la plataforma.

5. ¿Cuáles son las asignaturas que hiciste para convalidar?

Yo cursé Comparative Law, European Competition Law e International Humanitarian Law.

(en mi caso, tenía menos créditos que convalidar, por lo que puede ser que en otros casos haya que añadir alguna asignatura más).

6. ¿Recomiendas alguna clase en particular, quizás incluso alguna que no hayas seguido, pero te hubiese gustado?

European Competition Law es muy buena opción, es muy interesante y se aprende mucho, además de que tiene muchos créditos por lo que está bien para convalidar.

Sin embargo, Comparative Law no la recomendaría tanto, es demasiado teórica y no especialmente interesante. Hay que hacer muchos readings y trabajo en grupo.

Becas

Aparte de la beca Erasmus en su caso, recibiste otro tipo de becas. ¿Cuál / cuáles? ¿Dónde las encontraste? ¿Qué importe?

Estoy en trámites de conseguir una ayuda de 200 €/mes que da el gobierno holandés a los jóvenes para pagar la vivienda. De momento, no la tengo así que tampoco puedo decir mucho sobre esto.

Coste de la vida

En relación a Madrid. Puedes indicar brevemente precios aproximados de bebidas, restaurantes, cafeterías, supermercados, transportes, libros, servicios a estudiantes, gimnasio, etc...

Hay que tener en cuenta que Ámsterdam es cara, y si planeas salir y hacer planes es posible que te gastes mucho dinero.

En cuanto a la comida:

- La que hay con los supermercados es más cara que en España, pero no excesivamente cara para tratarse del Norte de Europa. Se puede hacer una compra semanal por alrededor de los 20 euros (hay que tener en cuenta que no como carne así que no estoy contando este gasto potencial).
- En restaurantes sí que es mucho más cara. Puede ser difícil encontrar comida a precios asequibles que no sea comida basura. En un sitio normal no baja de los 15 euros por persona. La comida de la cafetería de la universidad estaba bien de precio, con cosas por 1 euro.

Pasa lo mismo con bares y discotecas. Una cerveza te puede valer entre 3 -5 euros y las entradas a la discoteca suelen ser entre 10-15 euros. Aunque también depende del sitio y del tipo de evento, porque, por ejemplo, los sitios de Techno pueden llegar a los 20 (sin consumición). Entre semana las discotecas suelen ser gratis.

El transporte público también es caro en comparación con Madrid porque no existe ningún tipo de abono para estudiantes internacionales. Un viaje puede variar entre 1-3 euros dependiendo de la distancia. Lo mejor es alquilar una bici, hay servicios como Swapfiets o Instabikes donde te sale por unos 15 euros al mes.

Yo personalmente no iba al gimnasio, pero sé por amigos que en USC tienen muchos descuentos para alumnos de la UvA.

Vida cotidiana

¿Cómo te organizabas en la vida cotidiana? ¿Dónde comías? Horarios comerciales. Comercios, restaurantes, recomendados. Medios de transporte.

Solía comer en casa porque, como decía antes, comer fuera sale bastante caro y solo lo hacía de vez en cuando. Los horarios de comida son distintos a España, aquí comen y cenar mucho antes, por lo que muchos restaurantes cierran las cocinas pronto. ++

Las mejores opciones para hacer la compra son Lidl o Jumbo, porque son las más baratas. También está Albert Heijn pero es bastante cara y en muchos de sus establecimientos no aceptan Visa o Mastercard. Recomendaría comprar la fruta y verdura en los mercados de barrio ya que está más fresca y barata que en los supermercados. Otra tienda muy útil que conocer es Action, que vende un poco de todo lo que puedas necesitar.

Para el transporte, alquilé una bici por Swapfiets por 17 euros al mes. El servicio que dan es muy bueno, te resuelven cualquier problema de manera rápida y gratuita,

además son menos susceptibles a los robos. Aquí lo usa mucha gente y es la mejor opción para moverse por la ciudad.

Ocio y tiempo libre

Actividades de interés. Visitas o excursiones. Deportes a practicar. Locales de ocio, restaurantes.

Ámsterdam es una ciudad preciosa y con una oferta de planes increíble. Mi recomendación es salir un poco de la zona céntrica que está demasiado masificada, e ir a barrios como Jordaan o De Pijp, que son más bonitos y tranquilos. También recomendaría visitar la zona del Noord.

De museos están el Rijksmuseum (más clásico) y el Stedelijk (más moderno), ambos muy buenas opciones. También recomiendo el Museo de Van Gogh y el FOAM. Si tienes pensado visitar muchos museos, recomendaría sacarse la Museumkaart, cuesta unos 60 euros y puedes entrar gratis a un montón de museos en los Países Bajos durante un año.

Desde Ámsterdam hay muchas visitas posibles. Holanda es un país pequeño así que no se tarda mucho en ir a las distintas ciudades. Se puede ir a Utrecht, Rotterdam o La Haya. Otras excursiones más cortas son Harleem o Zandaam. También desde Ámsterdam es posible ir fácilmente por tren o bus a distintos sitios en Bélgica, Francia o Alemania.

Otras recomendaciones:

- Restaurantes:
 - Foodhallen: es un mercado con muchas opciones de sitios para comer que no están mal de precio
 - También en los mercados callejeros como el del Albert Cuyp o Noordermarkt que tienen puestos donde se puede probar comida muy variada por muy poco
 - Fabel Friet: las patatas son muy típicas en Holanda y para mí este sitio hace las mejores.
 - Otros: Local Dealer, Vegan Junk Food Bar, Pizzeria de Michele
- Bares
 - Kriterion: es un bar/cine que se encuentra enfrente de la facultad de derecho y está regentado por estudiantes. Siempre hay muy buen ambiente y los precios son más bajos que en otros bares de la ciudad. También lo recomendaría para ir a ver una peli.
 - Brouwerij 't IJ: está en un antiguo molino y tiene cervezas artesanales muy buenas.
- Discotecas: Melkweg, Club Prime, Skate Café, De School, NYX, Paradiso

Salud

¿Seguro de salud requerido por la Universidad? ¿Tuviste que vacunarte?

Para los alumnos europeos la universidad no requería ningún seguro, solo había que sacar la tarjeta sanitaria europea.

No tuve que ponerme ninguna vacuna en especial, tan solo la del Covid para viajar.

Integración

¿Cómo fue la integración con otros estudiantes nacionales o extranjeros? ¿El ambiente es cordial? Se ruega objetividad.

Muy buena, Ámsterdam es una ciudad muy abierta e internacional por lo que es muy fácil conocer a gente. Siempre es mucho más hacerse amigos con gente extranjera que a holandeses, ya que están en la misma situación que tú, pero en general la gente holandesa es muy simpática también.

Incidencias

¿Has tenido alguna dificultad, incidencia o problema?

Otros comentarios de interés

Nada más, ¡buen viaje! :)