



<b>Introdução</b>	3
<b>1. Por onde começar</b>	4
a. Propósito	4
b. Planejamento	6
c. Escolhendo o país/cidade	7
d. Escolhendo o agente/agência	9
e. Escolhendo a escola/universidade	10
f. Visto e documentos no Brasil	12
g. Acomodação inicial	13
h. Passagens	14
<b>2. Aproveitar enquanto é tempo</b>	16
a. Quem converte não diverte	16
b. Networking	17
c. Hora de poupar	18
<b>3. Documentos no destino</b>	20
a. Quais são	20
b. Como consegui-los	20
c. Importância	21
<b>4. Acomodação</b>	23
a. Quais são as opções	23
<b>5. Estudo</b>	25
a. Evite apenas amigos brasileiros, pelo menos por enquanto	25
b. Fugindo do movimento manada	26
c. Aproveitando ao máximo o investimento	28
<b>6. Trabalho</b>	29
a. Com o que trabalhar	29



b. Onde procurar	34
c. Atenção as leis trabalhistas	34
d. Lembrando do objetivo	35
<b>7. Saúde</b>	<b>37</b>
a. Como ter acesso ao sistema de saúde	
<b>8. Empreendendo</b>	<b>39</b>
a. Como abrir uma empresa do zero	39
b. Escassez de mão de obra	42
<b>9. Aproveitando o câmbio</b>	<b>43</b>
a. Como usar a moeda estrangeira a seu favor	43
<b>10. Tabela de valores</b>	<b>44</b>
<b>Depoimentos</b>	<b>47</b>
<b>Considerações finais</b>	<b>53</b>



## INTRODUÇÃO

Há 6 anos quando sai do Brasil com destino a Austrália em um intercâmbio para aprender inglês por 6 meses, jamais imaginava que seria uma saída definitiva. Após me apaixonar pelo país, esta jornada se alongou por 5 anos, período muito marcante onde tive as maiores e melhores experiências de vida, trabalhando com o que amava, aprendendo a cada dia coisas que a escola e a faculdade jamais me ensinaram, e o melhor de tudo, viajando!

No meu segundo ano em Sydney conheci a pessoa que mudaria para sempre o rumo da minha vida e que me fez aprender e me desenvolver muito como ser humano, minha namorada Hilda. Após 3 anos juntos e tendo dificuldades em encontrar um caminho para nossa residência na Austrália, decidimos então nos mudar para Portugal, país maravilhoso que oferece o que a princípio estávamos buscando, qualidade de vida em uma cidade praiana, com um caminho mais rápido e simples para o tão sonhado passaporte Europeu. Entretanto, nos exigiu muita resiliência, afinal o estilo de vida, cultura, língua e economia são totalmente diferentes do que estávamos acostumados na Austrália. Após completarmos um ano morando no Algarve, paraíso ao sul do país, onde muitos Europeus do norte buscam se aposentar, nós finalmente conseguimos uma certa estabilidade e continuamos com nosso objetivo de ter qualidade de vida.

A partir desta trajetória, minha intenção aqui é ajudar pessoas interessadas em viver fora do Brasil, seja por uma temporada curta ou longa, esclarecendo dúvidas e gerando algumas reflexões sobre o que você realmente busca, seja segurança, melhores oportunidades de carreira, aprender uma nova língua ou qualquer outro motivo.

Para mim, qualidade de vida é viver num ambiente de equilíbrio entre o estado físico e mental. Uma rotina que não gere estresse nos principais âmbitos que movem nossa vida como o financeiro, físico, familiar e psicológico. E foi isso o que me engajou na minha jornada, além é claro da experiência internacional que abre a mente, abre portas e nos tira da zona de conforto.



## 1. POR ONDE COMEÇAR?

### **A. Propósito**

Quando converso com pessoas interessadas em fazer intercâmbio, geralmente, as principais e primeiras dúvidas são: “Para onde eu vou?”, “Será que consigo juntar dinheiro?”, “Como vou me manter?”.

Mas, por incrível que pareça, mais difícil do que responder a essas perguntas é refletir sobre o seu real propósito nesta experiência e sobre questões importantes da sua vida.

- Por que quero sair do Brasil?
- Vou temporariamente ou em definitivo?
- Costumo sentir muita falta dos meus familiares?
- Estou gostando da vida que levo no Brasil?
- O que a experiência internacional pode me acrescentar?

Claro que, muitas vezes, só vivendo a experiência para saber como vamos nos sentir. Eu mesmo me planejei para ficar 6 meses e nunca mais voltei. Já faz 6 anos.

Uma auto avaliação sincera sobre o que, exatamente, você quer atingir ou desenvolver com esta experiência, é fundamental para que você possa se lembrar e ter como foco a todo momento que se questionar o porquê que você tomou a decisão de ir morar fora, quando surgirem medos, quando você tiver algum familiar que não te apoia ou quando você precisar trabalhar dobrado para conseguir o dinheiro e abrir mão de coisas importantes. Abrir mão a curto, médio prazo, para que você possa colher os frutos depois. Por isso, o seu propósito precisa ser algo maior, algo que realmente te faça seguir apesar de diversas circunstâncias.

Está pronto? Agora, fica mais fácil seguir e começar o planejamento, escolher o país e decidir o tipo de visto que terá que aplicar.

**FIRMEZA DE  
PROPÓSITO É O  
PONTO DE  
PARTIDA DE TODA  
CONQUISTA.**





## **B. Planejamento**

Escrevo este livro durante um dos períodos mais difíceis que o mundo já passou. Uma pandemia devido ao vírus Covid19 que obrigou o mundo todo a se isolar em casa. Muitos perderam trabalho, não possuem uma segunda fonte de renda e estão totalmente desamparados financeiramente. Obviamente, este é um cenário extremo que não vivenciamos sempre. Mas imprevistos sempre acontecem e nunca sabemos quando e como será. Portanto, a minha primeira recomendação é: comece a poupar para sua viagem o quanto antes. Uma reserva de emergência lhe trará conforto e segurança em qualquer situação imprevista. Como montar uma reserva? Sugiro que poupe pelo menos 10% do seu salário até que consiga um montante que lhe permita viver 6 meses no padrão atual. Este montante, uma vez que formado, não deve ser tocado, a menos que seja em casos extremos como por exemplo o que vivenciamos atualmente, de uma pandemia. Para além da reserva de emergência, recomendo que planeje levar um valor para se manter por pelo menos três meses de acordo com a média de gastos mensais que o país que escolher exige, levando em consideração gastos fixos como: alimentação, transporte, celular e acomodação. No final deste livro você encontrará uma tabela com uma média de valores para cada uma destas despesas e assim terá uma ideia melhor do montante que precisará.

Você já deve estar se questionando: “É muito caro, nunca vou conseguir juntar!”. E sinceramente, eu pensava o mesmo. Depois de ter participado e perdido uma oportunidade de emprego dos sonhos, em uma multinacional, porque não falava inglês eu comecei a pesquisar e fazer contas, quando percebi que era completamente possível. Na época, eu morava em São Paulo há 7 anos e trabalhava em uma agência de marketing. Um dos meus colegas de trabalho, desta mesma agência, havia sido demitido alguns meses antes e foi para a Austrália com o mesmo propósito de aprender inglês. Quando começamos a conversar sobre aquela experiência, foi quando a semente começou a ser plantada e a cada dia que eu assistia um vídeo no Youtube ou recebia um