

## **Erfahrungsbericht WS 22/23**

### **Vorbereitung der Mobilität**

Die Bewerbung über das ZIB-Med lief sehr einfach und unkompliziert, wie auf der Website beschrieben, ab. Bei Rückfragen wurde mir immer sehr schnell geholfen und das Team des ZIB-Med war immer super freundlich.

Auf Seiten der FMUL (Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa) ist die Organisation in unserem Semester etwas holpriger gewesen. Diese Probleme betrafen leider die meisten Erasmusstudierenden aus allen Ländern. Häufig musste man einige Wochen auf eine Antwort per E-Mail warten und auch Informationen zum Ablauf des Auslandssemesters wurden vor und während des Semesters sehr kurzfristig oder teilweise falsch mitgeteilt. Das Team des International Offices in Lissabon ist aber auch sehr freundlich.

Sprachlich wird von der Universidade de Lisboa ein B1-Zertifikat verlangt, wobei in unserem Semester auch ein inoffizielles Zertifikat wie z.B. ein Babel-Zertifikat genügt hat. Es empfiehlt sich jedoch auf jeden Fall die Sprache vorher schon zu erlernen, da der gesamte Unterricht sowie die Prüfungen auf Portugiesisch stattfinden und jede vorher erlernte Sprachkenntnis definitiv hilfreich für das Verständnis und den sprachlichen Lernfortschritt vor Ort ist.

Vor meinem Aufenthalt habe ich beispielsweise mit Babel und Podcasts gelernt. Ein\*e Tandempartner\*in empfiehlt sich hierbei auch sehr. Vor Ort habe ich dann an einem Sprachkurs teilgenommen und versucht möglichst viel im Austausch mit Portugies\*innen zu sein. Da der Unterricht auf Portugiesisch stattfindet, erhält man hier auf jeden Fall auch sprachlichen Input. Vor den Prüfungen habe ich Skripte auf Portugiesisch gelesen, was ich für das medizinische Vokabular als sehr hilfreich empfand. Spanischkenntnisse helfen definitiv beim Erlernen der Sprache, insbesondere für das Leseverständnis.

### **Unterkunftssuche**

Um eine Unterkunft in Lissabon zu finden, gibt es mehrere Möglichkeiten:

Einerseits kann man online danach suchen, hierzu gibt es Websites wie Idealista.pt, olx.pt aber auch Facebook oder sogar WG-gesucht sind Optionen.

Ich persönlich empfand es am leichtesten Unterkünfte über direkten Kontakt zu anderen Studierenden zu finden. Da viele Studierende nach einem oder zwei Semestern ihr Zimmer verlassen, werden zu diesen Zeitpunkten auch ständig neue Zimmer frei. Es bietet sich daher an, jemanden zu kontaktieren der:die aktuell in Lissabon studiert und darum zu beten sich in verschiedene Erasmusgruppen (universitär oder auch für andere Aktivitäten, wie Surfen/Klettern) hinzufügen zu lassen. Diese Gruppen enthalten oft 200 Mitglieder, sodass eine einfache Nachfrage dort häufig schon zu Zimmermöglichkeiten führt. Ansonsten sollten die Studierenden aus der eigenen Universität, welche aktuell bereits in Lissabon studieren, meistens einige Personen kennen, welche bereits absehen können, wann Sie aus ihren Zimmern ausziehen, sodass man dort als Nachmieter:in einziehen könnte. Es lohnt sich also vorher Kontakt mit den „Vor“-Erasmusstudierenden der eigenen entsendenden Universität aufzunehmen, die aktuell noch vor Ort sind oder natürlich anderen potenziellen Kontakten vor Ort.

Die meisten Studierenden wohnen entlang der grünen Linie bzw. entlang der Avenida Almirante Reis in Nähe der Metrostationen: Intendente, Anjos, Arroios und Alameda. Andere

Stadtteile wie z.B. Graça oder Alfama sind aber auch sehr wohnenswert, wenn dort auch häufiger weniger Studierende wohnen. Generell ist das Metronetz der Stadt sehr gut ausgebaut, weshalb ich es nicht für notwendig halte, sehr nah am Hauptlehrkrankenhaus (Hospital de Santa Maria) der Universität zu wohnen.

Falls man gerne surft, kann man auch außerhalb der Stadt an der Küste leben. Hierbei sollte man jedoch auf jeden Fall ein Auto haben und sich darauf einstellen teilweise lange im Verkehr zu stehen. An der Uni lässt es sich z.B. am Estacionamento FFUL für 2,50 Euro pro Tag parken. Zudem macht es die Distanz auch schwieriger am spontanen Stadtleben teilzunehmen.

Ich persönlich bin in meiner Zeit in Lissabon mehrfach umgezogen (Costa da Caparica, Bairro Alto, Arroios, Alameda) und würde am ehesten die Lage entlang der grünen Linie empfehlen, da man auch von dort aus mit dem Auto gut aus der Stadt kommt.

Zum Parken:

In den etwas außerhalb gelegeneren Stadtteilen wie z.B. Alameda gibt es teilweise gut erreichbare kostenlose Parkmöglichkeiten. In Lissabon wird jedoch leider wirklich häufig in Autos, insbesondere in Vans etc. eingebrochen. Man sollte also am Besten sichergehen, dass das eigene Auto so aussieht, als würde nichts darauszuholen sein.

Alternativ kann man sich auch eine Garage mieten oder z.B. über das Unternehmen EMEL an einen dauerhaften Platz in einem Parkhaus kommen.

### **Studium an der Gasthochschule**

Das Studium und die Prüfungen finden auf Portugiesisch statt und gliedern sich in der Regel in nicht teilnahmepflichtige Vorlesungen (teilweise je nach Semester auch nur online als Videos) sowie teilnahmepflichtige fallbezogene Seminare (teórico-práticas) und Praktika (aulas práticas). In den Praktika ist man in der Regel in kleinen Gruppen von 3 Personen mit einer/einem Ärztin/Arzt unterwegs. Die Praktika finden vor allem im Hospital de Santa Maria statt aber auch in anderen Krankenhäusern in und außerhalb der Stadt.

Ich empfand die Lehre allgemein als sehr gut und die Betreuung der Studierenden durch die Kliniken ebenfalls.

Da die Facharzt-Ausbildungsplätze in Portugal einzig anhand der Note der Studierenden vergeben werden, haben die Studierenden eine ehrgeizigere Einstellung gegenüber den Noten als man es in Deutschland normalerweise gewöhnt ist.

Meine portugiesischen Kommiliton:innen waren immer unglaublich freundlich und hilfbereit bei jeder Art von Fragen und Problemen.

Da ich nur Kurse aus einem Semester belegt hatte, hatte ich meinen Unterricht immer in der gleichen Rotationsgruppe, was ich auch als sehr angenehm empfand.

Generell sind die unterschiedlichen Semester etwas unterschiedlich gegliedert. Im 5. Jahr findet der Unterricht viel als Blockunterricht statt im 4. Jahr gibt es eher sich wöchentlich wiederholende Praktikumstage. Es ist auf jeden Fall möglich Kurse aus verschiedenen Jahren zu belegen, am einfachsten ist es aber nur Kurse aus einem Semester zu wählen.

Es empfiehlt sich außerdem einen Sprachkurs über die Faculdade de Letras zu machen, welcher sehr günstig angeboten wird und über welchen wir vor unserer Anreise per E-Mail informiert wurden. Über diesen erhält man ebenfalls 6 ECTS und kann viele Studierende kennenlernen.

Zu den Fächern, eigenen Erfahrungen und denen anderer Erasmusstudierender:

Infektiologie: Blockpraktikum/ mehrere Seminare/ mündliche Prüfung für Erasmusstudierende am Ende des Semesters auf Portugiesisch. Die prüfenden Professor\*innen sind hier wohlwollend gegenüber ausländischen Studierenden. Man sollte jedoch bis zum Zeitpunkt der Prüfung auf jeden Fall portugiesisch auf einem guten Level verstehen und sprechen können.

Urologie: kürzeres Blockpraktikum und weniger Seminare als in Infektiologie. Die Prüfung ist MC und war früher wohl recht Altfragenlastig. Mittlerweile jedoch nicht mehr, daher sollte man auch hier vorbereitet sein und die Sprache zumindest im medizinischen Kontext gut lesen und verstehen können.

Eines der umfangreichsten Fächer ist definitiv die Pädiatrie, da dieses über das gesamte Semester mehrfach als Pflichtveranstaltungen stattfindet. / MC Klausur

Als leicht zu bestehen, wurde beispielsweise HNO empfunden. / mündliche und MC Klausur

Weitere Fächer, welche viel durch Erasmusstudierende belegt wurden sind Psychiatrie, Neurologie, Ophthalmologie.

Bei uns wurden die Prüfungstermine erst sehr spät und zuerst auch von verschiedenen Seiten aus unterschiedlich mitgeteilt. Generell empfiehlt es sich Kontakt mit der Fachschaft oder direkt mit den Kliniken zu suchen, da ihre Informationen häufig verlässlicher waren als die des International Offices in Lissabon. Da jedoch alle Erasmusstudierende in einem Boot sitzen, ist man hierbei zum Glück nie allein.

Für Skripte und Altklausuren gibt es einen Google-Drive Ordner für die verschiedenen Studienjahre. Wendet euch hierfür einfach an eure portugiesischen Kommiliton:innen.

## **Alltag**

Lissabon ist in meinen Augen eine wahnsinnig lebenswerte Stadt. Es gibt eine sehr ausgeprägte Kultur mit vielen Galerien, Kulturzentren, Restaurants, Bars und kleinen Locations, welche täglich Events veranstalten. Von Konzerten über Storytelling-Abend bis zu Kurzfilmpräsentationen ist alles Mögliche dabei.

Das Stadtbild ist wahnsinnig schön und gerade, wenn man sich in der Stadt einlebt, lernt man es sehr zu schätzen zum Sonnenuntergang oder nachts von einem der vielen Miradouros (Aussichtspunkte) über die hügelige Stadt schauen zu können.

Gerade, da man über das Semester die Möglichkeit erhält in der Stadt über eine längere Zeit zu leben, kann man verschiedenste Viertel und die unterschiedlichen Facetten der Stadtteile kennenlernen.

Menschen kennenzulernen geht in Lissabon sehr schnell. Einerseits geht dies natürlich im universitären Rahmen sehr gut, andererseits gibt es unglaublich viele international verteilte Menschen, welche in Lissabon zum Arbeiten oder Studieren leben und dort nicht nur kurzzeitig zu Besuch sind. Die Portugies\*innen, welche in Lissabon aufgewachsen sind, empfand ich als sehr offene und lebenswürdige Menschen, sodass sich schnell Freundschaften ergaben.

Falls man gerne surft, bietet Lissabon natürlich einen weiteren riesigen Pluspunkt. Die Stadt ist Richtung Norden und Süden unmittelbar umgeben von einigen der besten Surfspots Europas. Hierzu bietet es sich tatsächlich sehr an mit einem Auto nach Lissabon zu reisen, da dies die Anfahrt zu den Surfspots (gerade mit den Boards) sehr erleichtert. Jedoch gibt es auch Busse (z.B. nach Costa da Caparica) oder Züge (z.B. nach Carcavelos), welche es einem ermöglichen ein paar Spots von der Stadt aus zu erreichen.

*Anbei eine Auflistung einiger meiner Tipps für Lissabon:*

**Bars:**

Crew Hassan

Casa Independente

Zé Dos Bois Gallery

Cosmos Campolide

**Cafés:**

Generell finde ich, dass man hier die ganzen portugiesischen Pastelarias und kleinen Cafés entdecken kann

Ansonsten:

Café do Garagem

Flora & Fauna Anjos

**Restaurants:**

Auch hier lassen sich vor allem eine große Menge typischer einheimischer Restaurants entdecken

Ansonsten:

O Gambuzinho (vegan)

VeganBuffet (vegan)

Santa Clara dos Cogumelos

Ameaça Vegetal (vegan)

**Techno:**

Planeta Manas

(Nada, Lux, Brunch)

Privat organisierte Open Air Veranstaltungen

→ Generell variieren die Orte sehr je nach Event

**Miradouros:**

Castelo São Jorge (for free mit Mietvertrag / Sonnenuntergang)

Senhora do Monte

(Santa Luzia, Sao Pedro de Alcantara, Parque Eduardo VII, Santa Catarina)

**Surf:**

Praia Nova (Costa da Caparica)

Praia do Castelo

Fonte da Telha (im Sommer laut Locals nicht empfehlenswert, da sehr voll und wenig Wellen. Im Winter jedoch wirklich unglaublich schön, mit sehr angenehmem Flair und aufgrund des atlantischen Winterswells meist durchaus groß genug. Außerdem weitläufig genug, damit sich nicht alle Surfer\*innen an einem Peak tummeln müssen)

Praia do Guincho

Ericeira

Praia das Bicas

(Algarve um Arrifana und Sagres, Peniche)

**Lernen:**

Biblioteca Palacio Galaveias

Rooftop/ CAES in der Igreja São Jorge de Arroios

**Weiteres:**

Fabrica Braco de Prata (Kulturzentrum) → sehr empfehlenswert! Programm von Mittwoch bis Sonntag, häufig auch kostenlos. Weitere Infos z.B. bei Instagram

Jardim Botanico (kostenlos an Sonntagen)

Museo Coleção Bernardo

Hier könnte man noch so viel mehr aufführen, ich denke aber, dass das gar nicht notwendig ist, da glaube ich jede\*r von alleine ihre/seine eigenen Lieblingsspots entdeckt.

Es empfiehlt sich außerdem sich die „Navegante“ zuzulegen, die Metrokarte für Lissabon. Unter 25 zahlt man hier 30 Euro für die gesamte Metropolregion Lissabon inklusive Metro,

Bussen, Straßenbahnen und Zügen. Für das Stadtgebiet kostet sie 22 Euro. Am Besten lässt man sie sich an einem Expressschalter der Station Marques de Pombal ausstellen, dann wartet man nur einen Tag anstelle von 1-2 Wochen.

### **Fazit**

Ich kann ein Auslandssemester in Lissabon wirklich nur sehr, sehr empfehlen.

Die vielen Kulturen und Menschen, welche aufeinandertreffen, die schöne Stadt mit ihrem vielseitigen Angebot und die Nähe zum Meer sind eine wirklich tolle Kombination.

Mir wird die Stadt mit Sicherheit sehr fehlen und ich freue mich jetzt schon auf meinen nächsten Besuch und die Menschen dort.

Ganz viel Spaß euch, falls ihr euch dafür entscheidet! :-)