

## Auslandssemester SS 2024 in Lissabon, Portugal: ULisboa

### 1) Vorbereitung auf den Auslandsaufenthalt

Jedem der sich überlegt nach Lissabon zu gehen, kann ich das wirklich nur empfehlen. Die Stadt ist super schön, die Menschen sind unglaublich freundlich und es gibt schöne Strände in der Nähe, nach den Vorlesungen ging es immer ab zum Schwimmen. In Lissabon sind sehr viele Erasmus Studenten, das war aber wirklich schön, weil alle Anschluss suchen ist es super einfach neue Leute kennenzulernen. Man lernt Menschen vieler verschiedener Nationalitäten kennen, jetzt habe ich fast überall auf der Welt Freunde die ich besuchen kann.

Ich habe mich im Jahr davor schon einmal beworben, aber da nach Sprachkenntnissen ausgewählt wird, habe ich den Platz nicht bekommen. Ich habe dann die Portugiesischkurse der Uni belegt, die sind gratis. Zwar ist das brasilianisches Portugiesisch aber es ist auf jeden Fall besser als sich alles alleine beizubringen. Ich habe mich dann zur nächsten Deadline nochmal beworben und den Platz bekommen. Die Deadline ist immer Mitte Februar, das genaue Datum und alle Bewerbungsunterlagen findet ihr auf der Zib Med Website. Plant euch genug Zeit für die Unterlagen ein, da man doch viel zusammensuchen muss.

Zusätzlich braucht man eine Auslandskrankenversicherung und Berufshaftpflichtversicherung. Schaut euch mal im Internet um, da gibt es viele kostenlose Angebote für Medizinstudenten. Achtet auf eine gute Krankenversicherung, ich habe diese wirklich oft nutzen müssen und das wäre sonst ziemlich teuer geworden.

Zusätzlich zu den Bewerbungsunterlagen der Zib Med, muss man auch direkt die Unterlagen der ULisboa mit einreichen. Die findet man auch auf der Website, bei Fragen kann man sich sonst immer auf Englisch bei Mrs. Baiao melden, sie kümmert sich um alle internationals und antwortet meist sehr schnell auf Fragen. Ihre Email findet ihr auch auf der Website der medizinischen Fakultät.

### 2) Der Auslandsaufenthalt

Ich habe zwei Monate vor Abreise angefangen nach Zimmern zu suchen. Das erste Zimmer fand ich auf der Website Habyt über Uniplaces. Von deren Zimmer und

Wohnungen rate ich euch auf jeden Fall ab, die sind überhaupt nicht zu erreichen bei Problemen und es gab Streitigkeiten um Kautionen. Ihr könnt über Uniplaces oder Idealista (portugiesisches Immoscout) suchen aber am einfachsten wäre es, wenn ihr in eine der Erasmus WhatsApp Gruppen kommt (Über ErasmusLifeLisboa oder Studenten die schon in Lissabon waren zum Beispiel). Die Stadt ist immer voll mit Erasmusstudenten und es werden viele Zimmer am Semesterende frei, so könntet ihr euch direkt erkundigen wie der Zustand der Wohnung ist und wie der Kontakt mit den Vermietern.

Ich bin nach einer kurzen Zeit umgezogen, weil ich am Martim Moniz gewohnt habe, ein Platz mit wirklich viel Kriminalität etc. Ich würde sagen ich habe mich in Lissabon auch nachts meist sehr sicher gefühlt, aber Viertel wie Martim Moniz oder Mouraria würde ich auf jeden Fall meiden, vor allem zum Wohnen. Die meisten Studenten wohnen entlang der grünen Metrolinie in Anjos bis Areeiro oder an der gelben Linie von Marques Pombala bis Campo Pequeno. Das sind bessere Viertel die auch eine gute Verbindung zur Uni/zum Krankenhaus haben.

Ich selbst bin dann in ein kleines privates Studentenwohnheim zwischen Saldanha und Campo Pequeno gezogen, „Lemon Garden“. Wenn ihr euch sowas vorstellen könnt, würde ich euch das auf jeden Fall ans Herz legen! Dort können rund 16-18? Studenten wohnen in einem renovierten Altbau auf 3 Stockwerken, mit wirklich vielen Badezimmern, welche täglich von den Reinigungskräften geputzt werden. Auf die private Zimmer werden einmal die Woche gereinigt, sowie Handtücher und Bettwäsche ausgetauscht, ein bisschen wie im Hotel. Man kann tolle Leute kennenlernen und das Highlight war ein mega schöner Garten, man kann in der Sonne lernen und abends draußen essen.

Das Wohnheim war relativ teuer (750euro pro Monat) aber ich habe mein Zimmer in Köln untervermietet und mit dem Stipendiumsgeld war das dann gut zu stemmen. Ich habe von anderen gehört die auch Zimmer für 350/400euro pro Monat hatten, aber je nach dem teilten sie sich ein Badezimmer mit 10 weiteren Mitbewohnern etc.

Für den Alltag braucht man in Lissabon auf jeden Fall weniger Geld als in Deutschland. Das Metroticket ist für Medizinstudenten unter 25 Jahren gratis. Diese Navegante Card könnt ihr mit Unterlagen beantragen die euch Mrs. Baiao gibt. Ich bin am Anfang des Semesters einmal bei ihr im Büro vorbei gegangen und habe alles abgeholt das ich brauchte, inkl. Mensakarte. Das Essen dort ist relativ lecker und kostet 2,50-3euro. Ansonsten sind Lebensmittel und auch Bars etwas billiger. Ich würde euch aber empfehlen etwas mehr Geld für Ausflüge und Reisen einzuplanen, ich habe sooo viel gesehen in dieser Zeit. Ich war auf Madeira, an der Algarve, alles Rund um Lissabon und Porto.

Gewählt habe ich Infectious Diseases, Internal Medicine 2 und Urologie. Die Blockpraktika hat man in kleinen Gruppen von 4-5 Studenten, ihr benötigt euren eigenen Kittel, ein Stethoskop und etwas für Notizen.

Infectious Diseases war sehr interessant, der Professor war deutsch und hat sich mit mir viel über das Fach unterhalten. Am Ende des Semesters haben die Erasmusstudenten in diesem Fach eine mündliche Prüfung auf englisch, mit dem deutschen Professor. In der Prüfung sind sie sehr wohlwollend und es fällt eigentlich nie jemand durch. Das Fach würde ich euch empfehlen. Das Blockpraktikum ist auch nicht sehr lange.

Urologie habe ich gewählt weil die Klausuren wohl sehr Altfragen lastig gewesen sein müssen, das hat sich mittlerweile aber geändert. Die Klausur war aber trotzdem sehr einfach zu bestehen. Es sind 20 Single Choice Fragen auf Portugiesisch und man muss 10 richtige Antworten haben um zu bestehen, machbar auf jeden Fall. Auch dieses Praktikum war nicht sehr lang, aber etwas langweilig. Kann aber vielleicht auch daran liegen, dass mich das Fach einfach nicht interessiert.

Internal Medicine 2 habe ich nur für das Blockpraktikum belegt. Um hier alles zu verstehen muss man echt gute Portugiesisch Kenntnisse haben, die Professorin die meine Gruppe betreut hatte, war auch nicht sehr erfreut, dass ich als International nicht das gleiche Sprachverständnis hatte wie die anderen. Ich glaube das lag aber eher persönlich an ihr, ich denke ich hatte einfach Pech.

Mir ist in diesem Praktikum aufgefallen, dass die portugiesischen Studenten viel weniger Praktische Erfahrung hatten als wir in Köln bekommen. Sie waren sogar überrascht, dass ich im 9. Semester schon Blut abnehmen kann etc.

### 3) Nach dem Aufenthalt

Nach dem Aufenthalt schickt euch Frau Baiao automatisch die Unterlagen die ihr unterschrieben einreichen müsst zu. Für die Praktika gibt es Laufzettel auf der Zib Med Website, welche ihr euch ausdrucken könnt und dann jeden Tag abzeichnen lasst. Wie hier in Köln, brauch ihr für jedes Blockpraktikum 5 Unterschriften.