

## Erfahrungsbericht über den Auslandsaufenthalt

<b>Name:</b>		<b>Austausch im:</b>	<b>2018/19</b>
		(akademischen Jahr)	
<b>Studiengang:</b>	<b>M.Sc. chemische Biologie</b>	<b>Zeitraum (von bis):</b>	<b>09/18-01/19</b>
<b>Land:</b>	<b>Portugal</b>	<b>Stadt:</b>	<b>Lissabon</b>
<b>Universität:</b>	<b>Instituto Superior Técnico</b>	<b>Unterrichts- sprache:</b>	<b>Englisch</b>
<b>Austauschprogramm:</b> (z.B. ERASMUS)		<b>ERASMUS</b>	

Angaben zur Zufriedenheit während des Aufenthalts:  
(Zutreffendes bitte ankreuzen)

	1 (niedrig)	2	3	4	5 (hoch)
Soziale Integration:					x
Akademische Zufriedenheit:				x	
Zufriedenheit insgesamt:					x

ECTS-Gebrauch: JA: **x** NEIN:

### Vorbereitung

#### Bewerbung / Einschreibung

(z.B. Bewerbungsschreiben, Fristen, zeitlicher Ablauf, Zusammenstellung des Stundenplans (mit/ohne ECTS))

Für die Bewerbung am IST muss der Ausweis, ein Lebenslauf und das Transcript of Records (Bachelor und Master, auf Englisch: Muss selbst übersetzt werden!) in dem dafür vorgesehenen Portal hochgeladen werden. Die Kurse werden dort auch gewählt und auf dem IST-internen Learning Agreement eingetragen. Über die Kurse kann man sich nach etwas Suchen auf der Tecnico Seite (Fènix) informieren und muss ggf. bei den Professoren anfragen, ob diese im folgenden Semester (bei Bewerbung im SS für das kommende WS sind die Stundenpläne meist noch nicht gemacht) gehalten werden. Falls ein Kurs nicht stattfindet oder nicht gefällt, kann dieser vor Ort geändert werden.

#### Finanzierung (z.B. Auslands-Bafög, ERASMUS-Förderung, anderen Stipendien, etc.)

Neben einer Erasmus-Förderung von 360€ im Monat (über 4 Monate) habe ich noch Auslands-Bafög erhalten. Dieses ist natürlich immer individuell, war aber etwas höher als mein sonstiges Bafög.

#### Dokumente (z.B. Visa, Aufenthaltsgenehmigung, Reisepass, etc.)

Ich habe außer meinem Personalausweis keine weiteren Dokumente benötigt. Man sollte bedenken, dass man evt. für Reisen nach z.B. Marokko einen Reisepass benötigt.

#### Sprachkurs (im Heimatland oder an der TU Dortmund, online, etc.)

Ich hatte überlegt einen Sprachkurs zu machen, mich dann aber dagegen entschieden. Die Masterkurse am IST sind im Bereich Chemie und Biotechnologie alle auf Englisch. Da Lissabon auch unter Touristen sehr beliebt ist, können die Einheimischen meist auch Englisch. Ansonsten kann man sich oft mit ein paar Fetzen und Gestik und Mimik gut verständigen. Falls man während

dem Aufenthalt doch Portugiesisch lernen möchte, kann man am IST einen Sprachkurs besuchen, der soweit ich weiß auch von der TU angerechnet wird.

## Während des Aufenthalts

### **Ankunft** (z.B. Anreise, Einschreibungsformalitäten; Einwohnermeldeamt)

Ich musste mich nicht bei einem Einwohnermeldeamt o.ä. melden, die Anreise ist recht unkompliziert. Entweder kann man mit Eurowings oder der TAP Airline aus Düsseldorf Anreisen. Wenn man Mitglied des ESN (Erasmus Students Network) ist, erhält man Rabatte mit Ryanair, welche aber nur zum Frankfurter International Airport fliegen.

### **Campus** (Ansprechpartner (z.B. International Office, Koordinatoren, etc.), Mensa, Cafeteria, Bibliothek, Computerräume)

Das International Office ist zu Beginn natürlich etwas überlaufen, ansonsten sind die Mitarbeiter aber sehr hilfsbereit. Leider wird man, wenn man vor dem Beginn der Orientierungswoche dort aufkreuzt, wird man aber leider abgewiesen, der frühe Vogel fängt also nicht immer den Wurm! Die Mensa dort habe ich nie probiert, da ich von anderen Kommilitonen nichts Gutes darüber gehört habe. Dafür gibt es in vielen Gebäuden eine Cafeteria, bei der man entweder warmes Essen oder mindestens Unmengen an Gebäck zur Auswahl hat. Zusätzlich gibt es oft kleine Bibliotheken, die zum Lernen genutzt werden können. Im Chemie-Tower gibt es auch Computerräume. Insgesamt ist der Campus sehr schön und zentral gelegen, ist aber auch deutlich kleiner als der Campus der TU.

### **Vorlesungen** (z.B. Prüfungen, ECTS, Studienaufbau, Professoren, erforderliches Sprachniveau etc.)

Ich habe dort 5 Vorlesungen besucht, die je 6 ECTS gaben. Hier wurden mir die Module aber nur mit je 4 ECTS angerechnet. In drei der fünf Vorlesungen gab es auch noch ein Seminar, zu dem jeweils ein Vortrag vorbereitet werden musste. Die Note für die Präsentation zusammen mit der Klausurnote ergab dann die Modulnote. Das Verhältnis zu den Professoren ist am IST viel persönlicher als hier, die Prof. werden von den Studenten mit Vornamen angesprochen und suchen auch oft das Gespräch zu Studierenden. Das Niveau der Vorlesungen war teilweise auf dem gleich Level wie hier an der TU, meinem Empfinden nach teilweise auch etwas einfacher als hier.

### **Wohnen** (z.B. Wohnmöglichkeiten, Wohnungssuche/-ausstattung, Miete, Kaution, Wohngeld etc.)

Ich würde es sehr empfehlen, bereits vorab eine Wohnung über z.B. Uniplaces zu suchen und nicht erst nach Ankunft mit der Wohnungssuche zu beginnen. Ich habe von sehr vielen Leuten gehört, die sich zuerst in einem Airbnb einquartieren haben und dann eine Wohnung in Lissabon gesucht haben und extrem lange gebraucht haben, um eine Wohnung zu finden, da der Wohnungsmarkt in Lissabon immer überlaufener ist. Generell würde ich die Mietpreise im Vergleich zu Dortmund etwas höher einschätzen, aber immer noch bezahlbar. Generell muss man sich darauf einstellen, dass die Gebäude in Lissabon meistens gar nicht isoliert sind, was man spätestens im November zu spüren bekommt. Außerdem sind die Gebäude sehr hellhörig, man sollte also viel Rücksicht auf Mitbewohner und Nachbarn nehmen.

### **Unterhaltungskosten** (z.B. Lebensmittel, Miete, Benzin, Eintrittsgelder, Ermäßigungen, Studentenrabatte, etc.)

Wie bereits erwähnt, kann man mit der ESN Card oder einer Erasmus Life Lisboa-Card oft Rabatte erhalten (v.a. wenn es ums feiern geht). Essen in Restaurants bzw. den typisch portugiesischen Pastelarias sind günstiger als in Deutschland, Lebensmittel im Supermarkt sind vom Preis-Niveau ähnlich.

**Öffentliche Verkehrsmittel** (z.B. Verkehrsnetz, wichtige Buslinien, Fahrplan, Preise, Ticket-Verkaufsstellen, Fahrradverleih)

Das U-Bahnnetz in Lissabon ist recht simple, es gibt vier verschiedene Linien die sich an Knotenpunkten kreuzen. Die U-Bahnen fahren aber nur bis 1 Uhr nachts, nach Hause kommt man aber einfach über z.B. Uber. Die Preise für Bahntickets sind deutlich günstiger als mit der DB in Deutschland. Als Student muss man ein Studenten-Monatsticket aber selbst beantragen. Da Lissabon an sich aber sehr schön ist, bin ich oft einfach zu Fuß gelaufen.

**Kontakte** (z.B. Tandem-/Mentorenprogramm, ESN-Betreuung, Sportmöglichkeiten, Vereine)

Ich habe mir über ESN einen Buddy gesucht, der mir bei der Einfeldung sehr geholfen hat, zusätzlich hat man so direkt einen Kontakt zu einem Einheimischen. Sport habe ich im Fitnessstudio gemacht, am IST gibt es aber auch diverse Sportteams.

**Nachtleben / Kultur** (z.B. Bars, Clubs, Einkaufsmöglichkeiten, Sehenswürdigkeiten, Kino, Ausflüge)

Die Bars in Bairro Alto wird man mehr als einmal besuchen, es gibt aber auch Bezirke wie Santos oder Alfama in denen es schöne Restaurants und Bars gibt. Bars sind im Verhältniss zu Clubs deutlich günstiger. Ansonsten lohnen sich Trips auf die Azoren, nach Sevilla, an die Algarve und nach Porto.

**Sonstiges** (z.B. Bank (Kreditkarte, Auslandskonto), Auslandsversicherung, Telefonieren, Internet, evtl. Nebenjob)

Über ein Auslandskonto kann ich nichts sagen, eine Auslandsversicherung würde ich aber empfehlen. Ein Arzt oder Krankenhaus in Portugal kostet oft etwas mehr Geld als in Deutschland.

## Nützliches

**Sonstige Tipps und Infos** (z.B. nützliche Links, Telefonnummern / E-Mail-Adressen, Adressen etc. von Behörden)

Falls man zum Arzt muss und nicht weiß, zu wem man gehen soll kann ich empfehlen, zu den Ärzten vom Tecnico zu gehen. Hier habe ich schnell einen Termin und hilfe bekommen.

**Mein Erfahrungsbericht darf im Internet veröffentlicht werden:**

**JA:**  **NEIN:**