

1. Vorbereitung und Bewerbung

Mein Erasmus-Praktikum in Lissabon absolvierte ich im 3. Semester im Rahmen meines Chemie-Masterstudiums und lies es mir als großes Auslandspraktikum anrechnen. Die Suche nach einem passenden Platz gestaltete sich unkompliziert. Ich begann damit, gezielt nach Arbeitsgruppen an verschiedenen europäischen Universitäten zu suchen, die thematisch zu meinen Schwerpunkten passten. Schließlich stieß ich auf einen vielversprechenden Arbeitskreis an der Universität Lissabon. Nach einer E-Mail-Anfrage erhielt ich bereits wenige Tage später eine Zusage. In einem anschließenden Zoom-Meeting lernte ich den Professor und die Schwerpunkte der Arbeitsgruppe besser kennen. Danach mussten nur noch die Erasmus-Bewerbungsunterlagen ausgefüllt und eingereicht werden und damit war der organisatorische Teil weitestgehend abgeschlossen. Insgesamt begann ich rund fünf Monate vor dem geplanten Start meines Praktikums mit der Bewerbung und Organisation. Dies erwies sich als sinnvoll, um alles problemlos und stressfrei zu organisieren.

2. Unterkunftssuche und Organisatorisches

Die größte Herausforderung gleich zu Beginn meines Aufenthalts war eindeutig die Unterkunftssuche. Online gibt es zahlreiche Plattformen, doch viele Angebote wirken unseriös, wie Zimmer ohne Fenster, überteuerte Preise oder sogar Berichte über nicht existente Wohnungen. Mir wurde zwar Erasmus Life Housing empfohlen, jedoch bieten diese nur Semesterverträge an, was für meine zwei Monate Praktikumsdauer nicht passte. Letztlich habe ich mein Zimmer in einer 6er-WG über HousingAnywhere gebucht. Leider verlangt die Plattform eine hohe Buchungsgebühr, aber das tun viele andere Seiten ebenfalls. Selbst dann hat man aber trotzdem keine absolute Sicherheit, dass das Zimmer tatsächlich existiert. Am Ende hatte ich aber Glück und war zufrieden mit meinem Zimmer. Ich landete in einer Wohnung im Stadtteil Saldanha, einer Lage, die ich absolut empfehlen kann. Die Gegend bietet viele Grünflächen, zahlreiche Restaurants und Cafés und sowohl die Universität als auch das Stadtzentrum sind gut erreichbar. Generell lohnt es sich, eine Unterkunft an der grünen oder gelben Metro-Linie zu suchen, wenn man täglich zur Universität von Lissabon fährt.

Für den öffentlichen Nahverkehr ist die Navegante Card unverzichtbar. Dafür benötigt man ein ausgedrucktes Passfoto (am besten schon von zu Hause mitbringen) und kann die Karte beispielsweise an der Metrostation Campo Grande beantragen. Vor Ort müssen einige Formulare ausgefüllt werden, die jedoch nur auf Portugiesisch verfügbar sind. Am besten sucht man vorher online nach einer englischen Übersetzung, um Missverständnisse zu vermeiden. Die Karte kann man nach etwa zehn Tagen abholen. Gegen Aufpreis ist auch eine Express-Ausstellung innerhalb eines Tages möglich. Anschließend kann man für 40 € pro Monat das „Metropolitano“-Ticket aufladen, das für sämtliche öffentlichen Verkehrsmittel in und um Lissabon gilt. Wer 23 Jahre oder jünger ist, kann sogar kostenlos fahren, dafür braucht man allerdings eine portugiesische NIF (Steuernummer). Diese zu beantragen kann kompliziert sein, da man unter

anderem einen portugiesischen Repräsentanten benötigt. Alternativ lässt sich die NIF über „NIFforErasmus“ für etwa 50 € beantragen. Dort übernehmen Anwälte diese Rolle, und mein Antrag war innerhalb weniger Tage abgeschlossen (Tipp: Mit der ESN-Card erhält man einen Rabatt).

Auch die Anmeldung an der Universität war überraschend aufwendig. Mehrere Dokumente mussten vor Ort ausgefüllt werden, zusätzlich fiel eine Semestergebühr von 50 € an. Selbst das Aktivieren der Mensakarte erforderte einige Schritte, welche dadurch erschwert wurden, dass viele Mitarbeiter kaum Englisch sprachen und ich zu diesem Zeitpunkt noch kein Portugiesisch verstand. Nachdem jedoch alles geschafft war, konnte ich in allen Mensen der Universität essen. Dort gab es täglich auch ein vegetarisches Gericht, und für nur 3,10 € erhielt man eine komplette Mahlzeit inklusive Vorspeise, Hauptgang und Nachspeise.

3. Leben in Lissabon

Um in Lissabon schnell Kontakte zu knüpfen und andere Erasmus-Studierende kennenzulernen, lohnt sich die ESN-Card. Für etwa 20 € erhält man Zugang zu zahlreichen Aktivitäten wie Ausflügen, Partys und kulturellen Events. Zusätzlich gibt es viele Rabatte, etwa für Reisen oder Veranstaltungen. Auch hierfür braucht man wieder ein Passfoto, das man am besten direkt zu Beginn seines Aufenthalts griffbereit hat.

Kulinarisch hat Portugal unglaublich viel zu bieten, doch als Vegetarier stößt man in traditionellen Restaurants schnell an Grenzen. Viele typische Gerichte enthalten Fleisch oder Fisch, und vegetarische Optionen sind eher selten. Eine positive Ausnahme sind jedoch die Pastéis de Nata, die man wirklich an jeder Ecke findet und die man unbedingt probieren sollte (meine Empfehlung: Manteigaria).

Das Leben in Portugal verläuft insgesamt deutlich entspannter und langsamer als in Deutschland. Diese Gelassenheit spürt man, sobald man sich auf die Stadt einlässt. Um zur Ruhe zu kommen, gibt es verschiedene schöne Plätze. Überall gibt es Jardims (Gärten) und Miradouros (Aussichtspunkte), die sich ideal für eine Pause oder einen schönen Sonnenuntergang eignen. Mein persönlicher Lieblingsgarten war der Jardim da Estrela. Der schönste Ausblick war für mich der Miradouro da Senhora do Monte, von dem aus man ganz Lissabon überblicken kann.

4. Reisen und Erkundungen

Die Wochenenden habe ich so gut wie möglich genutzt, um Portugal zu erkunden. Lissabon ist perfekt gelegen und bietet zahlreiche Ausflugsmöglichkeiten, die sich unkompliziert und günstig erreichen lassen. Besonders empfehlenswert sind die Ausflüge nach Cascais und Sintra, die beide bequem mit dem Zug erreichbar sind. Je nach Ziel entweder ab Cais do Sodré oder Entrecampos. Sintra war eines meiner Highlights. Die märchenhaften Paläste und verwunschenen Gärten wirken beinahe surreal und gehören definitiv zu den „Must Sees“ während

eines Aufenthalts in Portugal. Ein kleiner Tipp: Sintra liegt höher in den Bergen und ist daher oft in Nebel gehüllt. Es lohnt sich, den Besuch auf einen sonnigen Tag zu legen, um die Aussicht und die Farben der Paläste richtig genießen zu können. Von Sintra oder Cascais gelangt man außerdem leicht mit dem Bus zum Cabo da Roca, dem westlichsten Punkt Europas. Die steilen Klippen, der Wind und vor allem die spektakulären Sonnenuntergänge machen diesen Ort zu einem unvergesslichen Erlebnis. Ein „Hidden Gem“ ist definitiv der Queluz Palast, welcher auch mit dem Zug nach Sintra erreichbar ist. Darüber hinaus bietet Portugal viele weitere spannende Städte, die sich bequem per Bus erkunden lassen. Besonders günstig sind FlixBus-Tickets, die von der Station Oriente (erreichbar über die rote Metrolinie) abfahren. So habe ich unter anderem Coimbra, Évora, Óbidos und sogar Porto besucht. Jede dieser Städte hat ihren eigenen Charme. Von mittelalterlichen Gassen bis hin zu historischen Universitäten und beeindruckender Architektur.

5. Fazit

Mein Erasmus-Praktikum in Lissabon war eine unglaublich bereichernde Erfahrung, sowohl fachlich als auch persönlich. Ich konnte wertvolle Einblicke in meinen Studienbereich gewinnen, praktische Erfahrungen sammeln und gleichzeitig meine Selbstständigkeit, Organisationstalent und interkulturellen Kompetenzen stärken. Auch sprachlich habe ich Fortschritte gemacht, und der Alltag in Lissabon hat mir gezeigt, wie lehrreich das Leben in einer anderen Kultur sein kann. Ich kann ein Erasmus-Praktikum in Lissabon definitiv weiterempfehlen.