

Erfahrungsbericht Erasmussemester in Lissabon

Allgemeine Hinweise

Zusammen haben wir - Hannes und Marius - direkt an der Metrostation Anjos gewohnt. Mit der Lage waren wir sehr zufrieden: Über die grüne Metrolinie hatten wir direkten Anschluss an das Stadtzentrum (Baixa/Chiado) und erreichten in der anderen Richtung schnell die Metrostation der Universität (ULHT, Campo Grande). Der Weg zur Uni dauerte etwa 20 Minuten, ins Zentrum benötigten wir rund 5 Minuten.

Zu den Stränden - entweder Carcavelos mit der Bahn oder Costa da Caparica mit dem Bus - brauchten wir etwa 40 Minuten bis eine Stunde. Der Aufwand hat sich jedoch jedes Mal gelohnt, um Zeit am Meer und am Strand zu genießen.

Für den Nahverkehr können wir die **Navigante Card** sehr empfehlen. Ab dem 24. Lebensjahr kostet sie 40 € pro Monat. Studierende unter 24 Jahren können sie mit etwas Aufwand sogar kostenlos erhalten – dafür benötigt man eine portugiesische Steuernummer (**NIF**).

In Lissabon gibt es zwei Organisationen, die Events für Erasmus-Studierende anbieten: **ESN** (Erasmus Students Network) und **ELL** (Erasmus Life Lisboa). Beide Mitgliedschaften kosten etwa 10 - 15 € und bieten zahlreiche Events rund um Lissabon an. Dazu zählen Sportangebote wie Turniere in Volleyball oder Fußball, Ausflüge in andere portugiesische Städte oder sogar ins Ausland sowie Kneipentouren und Kennenlernveranstaltungen. Zudem bietet die ESN-Card Rabatte bei Ryanair mit kostenlosem Aufgabegepäck sowie bei Flixbus.

Für den Aufenthalt war es hilfreich, **Passbilder** (z. B. für die Metrokarte oder ESN-Card), eine **Kreditkarte** (z. B. für Mietwagen) und einen **Reisepass** (z. B. für Reisen nach Marokko) dabeizuhaben.

Da Lissabon in einer seismisch aktiven Zone liegt, kann es zu Erdbeben kommen. Eine Woche vor unserer Ankunft gab es nachts ein spürbares Beben mit einer Stärke von etwa 5,3. Auch historisch gesehen haben Erdbeben die Stadt stark geprägt, insbesondere das zerstörerische Beben von 1755. Wer sich vor Naturkatastrophen sorgt, sollte das im Hinterkopf behalten.

Kosten & Alltag

Für unsere WG-Zimmer zahlten wir jeweils etwa 500 € warm - ein vergleichsweise guter Preis für Lissabon. Die Lebensmittelpreise im Supermarkt lagen in etwa auf deutschem Niveau. Besonders lohnenswert war jedoch der Einkauf beim Obst- und Gemüsehändler unseres Vertrauens (Bom Preço). In Restaurants konnten wir günstiger essen, insbesondere abseits der touristischen Gegenden.

Im Kneipenviertel **Bairro Alto** ist immer etwas los und günstige Getränke sind leicht zu finden – Cocktails waren dort allerdings häufig von eher mäßiger Qualität, was sich am nächsten Morgen bemerkbar machen konnte. Das **günstigste Bier** (0,5 L für 1,50 €, mittwochs sogar nur 1 €) fanden wir in „Shorty’s Bar“ in der Nähe des Erasmus Corners.

Da wir regelmäßig surfen wollten, haben wir uns überlegt, ein eigenes Board zu kaufen. Glücklicherweise stand uns ein WG-Board (6 ft, 35 L) zur Verfügung. Zusätzlich kauften wir ein Softboard (7 ft, 60 L, 240 €) sowie Neoprenanzüge im Decathlon. Nach dem Semester kann man das Equipment entweder behalten oder weiterverkaufen. Eine Ausleihe hätte sich bei häufiger Nutzung (15 - 20 € pro Ausleihe) nicht rentiert.

Neben Bus und Bahn nutzten wir auch Uber oder Bolt, um günstig zu den Stränden oder anderen Orten zu gelangen, vor allem in Gruppen hat es sich am meisten gelohnt. Innerhalb Lissabons konnten wir viele Wege gut zu Fuß erledigen. Nach 01:00 Uhr nachts fährt allerdings keine Metro mehr - das sollte bei der Planung berücksichtigt werden.

Leben in Lissabon

Das Leben in Lissabon war in vielerlei Hinsicht ganz anders als in Deutschland. Das Klima war deutlich angenehmer, und die zahlreichen Aussichtspunkte (**Miradouros**) sowie die beeindruckende Architektur haben uns sofort begeistert. Wir lebten in einer internationalen 7er-WG mit insgesamt vier Deutschen, zwei Italienerinnen und einer Kolumbianerin - eine spannende und bereichernde Erfahrung.

Zwar war die Stadt oft laut (z. B. durch nächtliche Müllabfuhr oder Metrozüge ohne Schalldämmung), aber Spaziergänge durch Alfama, kostenlose Besuche auf dem Castelo (mit Foto des Mietvertrags), Surfen im Atlantik oder Abende in Bairro Alto machten das mehr als wett.

Besondere Erlebnisse waren unter anderem zwei mehrtägige Wanderungen mit Übernachtung am Meer von Ericeira nach Peniche sowie von Sesimbra nach Setúbal. Außerdem lohnte sich ein Trip zur **Algarve** und nach **Porto** - entweder mit einem günstigen Mietwagen (hierfür war eine Kreditkarte sehr hilfreich) oder über die Organisationen ESN und ELL.

Ein echtes Highlight war ein spontaner Ausflug nach **Nazaré**, nachdem über die Instagram-Seite von *Bigwaves Nazaré* besonders hohe Wellen angekündigt wurden. Die 15 - 20 Meter hohen Wellen waren absolut beeindruckend. Die Bigwave-Saison in Nazaré geht von Anfang November bis Ende März.

In unserer Freizeit gingen wir häufig am Tejo joggen oder trainierten im Calisthenicspark - das angenehme Wetter machte das besonders attraktiv. Außerdem meldeten wir uns spontan für den Halbmarathon in Lissabon an, der mit nur 27 € Startgebühr inklusive T-Shirt ein echtes Highlight war. Auch die zwei Stadionbesuche bei Benfica (ein Länderspiel und ein Ligaspiel) haben uns sehr gut gefallen.

Sehr empfehlen können wir das **Goethe-Institut**, direkt neben der deutschen Botschaft. Dort gibt es eine kostenlose Bibliothek mit wunderschönem Garten - ideal zum Lernen oder Entspannen. Der Kaffee ist dort nicht nur günstig und lecker, sondern auch die Tischtennisplatte und der Tischkicker sorgen für Abwechslung.

Was wir leider zu spät herausfanden: Die schönsten Sonnenuntergänge auf der anderen Seite des Tejo sind nur bis etwa Ende September zu sehen - hätten wir das früher gewusst, wären wir dort gerne noch öfter gewesen. Mit der **Fähre** (ebenfalls in der Navigante-Card enthalten) kommt man dort gut hin und gelangt nach ein paar Minuten Fußweg zu einem verlassenem Fischerdorf, das sehr spannend zu erkunden ist. Besonders gut lässt sich der Ausflug mit einem Besuch der **Cristo Rei-Statue** verbinden (Eintritt ca. 10 €). Der Ausblick lohnt sich sehr - allerdings empfiehlt es sich, eine Tageszeit mit wenig Besucherandrang zu wählen, da sich die Warteschlange erst hinter der Statue verbirgt und zunächst kaum sichtbar ist.

Kultur & Umgebung

Unsere kulinarischen Highlights:

- **Pastéis de Nata** von Manteigaria - nur übertroffen von den berühmten Pastéis de Belém
- **Bolos do Choco** aus der Fábrica dos Bolos do Chile - eine nur nachts geöffnete Bäckerei (absoluter Geheimtipp)
- **Ginja** (Kirschlikör), der in Alfama von älteren Damen in Schokoladenbechern verkauft wird
- **Pastéis de Bacalhau** (Fisch in Kartoffeltasche) - war ein Versuch wert, hat uns allerdings nicht überzeugt
- **Bifana** (Brötchen mit Fleisch) - ein perfekter Snack für zwischendurch

Auch einige Tagesausflüge lohnen sich sehr: die Strände Praia do Ribeiro do Cavalo, Galapagos Beach, Praia Agrada, Praia da Ursa und Azenhas do Mar, ein Besuch in Cascais mit Stadt, Strand und Park sowie die spektakuläre Felsformation Boca do Inferno bei starkem Wellengang. Unvergesslich war auch der Besuch des westlichsten Punkts Europas - Cabo da Roca - sowie die Burgen von Sintra.

Studium an der ULHT

Da die meisten Kurse nur auf Portugiesisch angeboten wurden, entschieden wir uns - basierend auf einem Tipp aus einem früheren Erfahrungsbericht - für Praxiskurse aus dem Bachelorprogramm. Die Organisation an der Universität war weniger strukturiert als in Mainz. Beim Welcome Day war zum Beispiel niemand vom Fachbereich Sport anwesend. Dennoch waren alle sehr hilfsbereit und wir fanden schnell die nötigen Informationen.

Unsere Kurse:

- **Rugby** (mit eigener Unterrichtseinheit)
- **Judo** (entgegen der Beschreibung kein Wrestling oder Stockkampf, nur Judo)
- **Adventure Sports** (Projektarbeit, Surf-/Kajak-/Klettereinheiten, Geocaching-Abschluss)
- **Badminton/Tischtennis/Paddle** (zwei Einheiten pro Woche, eine davon nur Paddle)

Die Dozierenden waren sehr engagiert und hielten teilweise extra Kurse auf Englisch. Besonders gut gefielen uns Judo, der Paddle-Kurs und die Surfeinheiten im Rahmen von Adventure Sports.

In allen Kursen außer Adventure Sports gab es praktische und theoretische Prüfungen. Zur Vorbereitung auf die Theorie waren Altklausuren sehr hilfreich. In Adventure Sports bestanden die Prüfungen aus einer mündlichen Einheit im Surfen sowie einer schriftlichen Arbeit.

Wir begannen außerdem den kostenlosen Sprachkurs A1, brachen ihn jedoch nach zwei Wochen ab, da wir dort kaum selbst sprachlich aktiv wurden. Vielleicht war das nur unser Eindruck - ausprobieren kann man den Kurs auf jeden Fall.

Fazit

Wir können ein Erasmussemester sehr empfehlen. Lissabon war für uns die perfekte Stadt - lebendig, sonnig, vielseitig und inspirierend. Wir sind sehr dankbar für diese Erfahrung und würden sie jederzeit wieder machen.

Ein kurzer Einblick in unsere Zeit in Lissabon





