

**Erasmus+ Erfahrungsbericht über das Auslandssemester an der Faculdade de Ciências Médicas, Universidade Nova de Lisboa
(WS 2015/2016):**

Vorbereitung:

Nach der schriftlichen Bewerbung im Erasmusbüro (Charite, Chic) kam die Zusage per Post mit Informationen über die Bedingungen eines Erasmussemesters.

- **Sprache:** Bezüglich des Sprachniveaus ist es sehr zu empfehlen so viele Portugiesisch-Kurse und Sprachtandems (<https://www.tandempartners.org/sprachtandem>, oder Angebote auf der Seite des Sprachzentrums der HU, Berlin) wie möglich zu absolvieren, da der gesamte Unterricht auf Portugiesisch stattfindet und zu Beginn trotz guter Vorbereitung evtl. Verständnisschwierigkeiten bestehen, die gerade im Umgang mit Patienten unangenehm sein können. Meinen Sprachtest/Einstufungstest (schriftlicher + mündlicher Teil) habe ich im Sprachzentrum der FU abgelegt.

- **Unterkunft:** Die medizinische Fakultät ist sehr schön am „Campo Mártires da Pátria“ gelegen. Gleich ums Eck von der Uni findet man den Jardim de Torel, einen wunderbaren, untouristischen Aussichtsplatz mit bequemen Bänken und Liegen und einem zum Swimmingpool umfunktionierten Brunnen zum Baden im Sommer. Traditionelle Stadtteile, die schön zum Wohnen (+ großteils zu Fuß von der Uni aus erreichbar) sind: Graça, Alfama, Rossio, Mouraria und ein bisschen weiter weg: Santos und Estrela. Durch die Beliebtheit der Stadt bei Erasmusstudenten hat sich ein eigener Geschäftszweig mit Erasmusunterkünften entwickelt. Diese Wohnungen sind meist sehr groß, erinnern eher an eine Büroetage und sind unverschämt teuer. Dort bezahlt man ca. 500 € für ein Zimmer in einer 10 er WG, dafür oft mit organisierter Putzfrau. Ich habe mir für insgesamt 490 € (ca. 280€ pro Pers. inkl. Nebenkosten) eine 80-90 m² Wohnung mit einer Kunststudentin in der Mouraria geteilt und war sehr zufrieden damit. Generell lässt sich für max. 300€ (alles inkl.) ein schönes Zimmer finden. Folgende Internetseiten fand ich hilfreich: <http://www.idealista.pt/>, <http://www.imovirtual.com/>, www.easyquarto.com.pt, <http://www.bquarto.pt/> und <https://olx.pt/> (auch für Secondhandwaren: Drucker, Möbel usw.). Außerdem sollten diejenigen, die im Wintersemester kommen bedenken, dass es meist keine Heizung gibt und es morgens und abends sehr kalt werden kann. Es empfiehlt sich warme Wollpullis einzupacken und einen kleinen Heizstrahler für die Lernphase zu kaufen! Es ist außerdem nicht unbedingt üblich einen schriftlichen Miet/Untermietvertrag abzuschließen sondern Alles mündlich zu besprechen und die Kautions- und erste Mietbar auf den Tisch zu legen. Ich bin eine gute Woche vor Semesterbeginn angereist und vorübergehend bei Freunden untergeschlüpft weil ich so schnell nichts Passendes gefunden habe und nicht in eine Erasmusanstalt wollte. Gerade im September und März sind sehr viele Leute/Studenten auf Zimmersuche und es ist empfehlenswert mindestens 2-3 Wochen vorher anzureisen.

Studium:

Für den Beginn ist es entscheidend, sich in dem „Gabinete de Relações Internacionais“ vorzustellen, einen Moodlezugang (dort findet man Infos zu Stundenplan, Skripte usw.) zu bekommen, den Ansprechpartner pro „Turma“ (es gibt eine Liste) herauszufinden und einen Facebookaccount zu eröffnen. Als Erasmusstudent ist es möglich die verschiedenen Fächer in unterschiedlichen Turmas zu besuchen (im Gegensatz zu portugiesischen Studenten die meist mit ihrer Turma alle Fächer absolvieren). Die Organisation unterscheidet sich deutlich von dem was ich gewohnt war und es kam nicht selten vor, dass ich am Abend vorher noch nicht genau wusste wo ich am nächsten Tag hin muss. Die Mitstudenten sind aber sehr freundlich und hilfsbereit und antworten prompt auf alle Anfragen (Facebook scheint unausweichlich). Gleich ums Eck der Fakultät findet man den Copyshop „Santana“ der Examen der letzten Semester und andere nützliche Unterlagen anbietet. Außerdem gibt es für jedes Jahr Unterlagen (Zusammenfassungen, Aufnahmen der Vorlesungen etc.) in dem jeweiligen Dropbox-Konto.

Ich habe mein 7. Semester (und 1 Modul des 8. Semesters, Modellstudiengang Medizin) in Lissabon absolviert und dementsprechend Kurse aus dem 4. Jahr besucht:

- **EMC 1 (Especialidades Medicas e Cirúrgicas 1): Dauer - ca. 3 Mo**

Besteht aus verschiedenen Disziplinen wie: Innere Medizin (größter Anteil), Rheumatologie, Infektiologie, Orthopädie und Neurologie.

Die Vormittage (ca.9 – 13 Uhr) verbringt man in der jeweiligen Station des zuständigen Krankenhauses (die Anfahrt kann auch schon einmal 1 Stunde dauern). Das Programm variiert von Fach zu Fach und kann theoretische Einheiten (mit Gruppenarbeiten und Vorträgen) oder Praxis (Anamneseerhebung + Ausarbeitung der „Historia Clinica“) bedeuten. Von längeren Wartezeiten oder Kaffeepausen zwischendurch sollte man sich nicht irritieren lassen. Zusätzlich finden das ganze Semester über an einem Nachmittag pro Woche 2 Vorlesungen hintereinander zu einem Thema von EMC 1 statt.

Die Prüfung (am PC) besteht aus 100 MC - Fragen mit 5 Antwortmöglichkeiten und ist machbar. Generell haben mir die Prüfungen in Portugal mehr Spaß als in Deutschland gemacht weil ich die Fragen als sinnvoller, eher zum Nachdenken einladend und mit weniger abstrakten Details gespickt, empfand.

- **IPSA (Introdução a Pediatria e Saúde de Adolescência): Dauer - ca. 5 Wo**

Die Vormittage (9-13 Uhr) verbringt man in Krankenhäusern oder „Centros de Saude“ und hat so die Möglichkeit von Neonatologie bis „Medicina familiar“ alles kennenzulernen. Außerdem finden das ganze Semester hindurch an einem Nachmittag pro Woche 2 Vorlesungen statt. Dieses Fach hat mir sehr gut gefallen, wobei ich besonders die engagierte Arbeit in den Centros de Saude in den unterschiedlichen Stadtvierteln beeindruckend fand.

Die mittelschwere Prüfung besteht aus 50 Fragen mit jeweils 5 Antworten, wobei hinter jede Antwort ein V(verdadeiro) oder F (falso) gesetzt werden muss.

- **Doente idoso: Dauer - ganze Semester**

Ein anderes Format hat dieser Kurs, der eher wie ein fortlaufendes Seminar mit Anwesenheitspflicht, schriftlichen Tests (alle 2 Wo), Vortrag über wissenschaftl. Artikel und einer Hausarbeit (Beschreibung eines Falls mit Hilfe einer umfassenden, geriatrischen Anamnese-

technik, ca. 5 Seiten – siehe: <http://www.flip.pt/FLiP-On-line/Corrector-ortografico-e-sintactico>) sehr anspruchsvoll aufgebaut war. Dabei lernt man über alle Aspekte des Älterwerdens, Multimorbidität usw. und besucht ein geriatrisches Krankenhaus mit integrativem Ansatz. Das Thema ist auch besonders in der portugiesischen Gesellschaft sehr aktuell und dementsprechend interessant. Doch waren die häufigen Tests (schriftliche Antworten zu einem bestimmten Thema) gerade in den ersten Wochen eine große Herausforderung für mich. Auf die Abschlußprüfung konnte man sich gut vorbereiten. Sie bestand aus MC-Fragen und einem freien Teil mit Fragen zu einem wissenschaftlichen Artikel (der schon im Vorhinein bekannt war).

- **PMMC (Psicologia Medica e Medicina Comportamental): Dauer - ganze Semester**

Ein Kurs der im Wesentlichen dem entspricht was wir als KIT (Kommunikation und Interaktion) kennen. Er findet das ganze Semester über an einem Nachmittag teils in Form von Vorlesungen, teils in Seminarform statt. Psychologische Modelle und Grundlagen der Verhaltenstherapie werden erörtert und in Rollenspielen umgesetzt. Am Ende gibt es ein relativ anspruchsvolles Examen mit MC Fragen und einem freien Teil in dem man auf 4 Fragen schriftlich antworten muss. Ich fand das Fach sehr interessant, gut organisiert und die Dozenten sehr bemüht.

Freizeit:

Die Freizeitmöglichkeiten selbst im Winter sind unendlich. Ende November war ich zum letzten Mal im Meer schwimmen (Carcavelos, der nächste größere Strand, Richtung Cascais). Der schönste Miradouro ist der „Miradouro da nossa Senhora da Graça“ mit einem netten Park und kleinem Cafe gleich unterhalb des „Miradouros da Graça“. Cafe und Kuchen gibt es an jeder Ecke zu erschwinglichen Preisen. Auf der Feira da Ladra (=Flohmarkt) kann man dienstags und samstags flanieren. Im Botanischen Garten kann man gut ein Buch lesen oder natürlich die heimischen Pflanzen kennenlernen. Sowohl Richtung Cascais als auch Richtung Costa da Caparica gibt es schöne, weitläufige Strände. Die Alfama besonders die Ecke um die „Igreja de Santo Estêvão“ und „São Vicente“ ist immer einen Besuch wert. Sehr schön sind auch der „Jardim de Estrela“, der „Praça das Flores“ und „Praça de Príncipe Real“.

Die Wochenenden habe ich oft genutzt um im Land herum zu reisen. Wobei mir besonders gut die südlich Westküste gefallen hat (<http://pt.rotavicentina.com/>). Die Bus und Zugreisen sind günstig (Angebote) und die Distanzen überschaubar. Außerdem hat man die Möglichkeit mit Ryanair/Eaysjet die Azoren und Madeira zu besuchen.

Fazit:

Lissabon ist eine wunderschöne Stadt mit zuvorkommenden Menschen und herrlichem Wetter. Auch im Winter scheint fast täglich die Sonne und die Temperaturen erreichen tagsüber meist 15°. Ein Auslandssemester hier ist absolut empfehlenswert und durch die soziale Einstellung der Dozenten und die Hilfe der Mitstudenten mit einer gewissen Anstrengung aber ohne größere Schwierigkeiten zu bewältigen.

Wenn ihr noch irgendetwas genauer wissen wollt, könnt ihr mich gerne kontaktieren.