Erfahrungsbericht zwei Erasmus-Semester in Lissabon (September 2025 – Juli 2026)

Vorbereitung (Planung, Organisation, Bewerbung)

Es ist oft der Eindruck entstanden, dass in Portugal verwaltungsmäßig alles ein wenig entspannter ist, insbesondere Deadlines. Das ist einerseits gut, weil man dann z.B. auch vier Tage vor einer Klausur noch schnell einen Anwesenheitszettel nachreichen kann, auf der anderen Seite hat es die Bewerbung an der Nova (Universidade Nova de Lisboa, die Gastuni) sehr zäh gemacht. U.a. die endgültige Bestätigung der Bewerbung kam glaube ich erst paar Wochen vor Semesterbeginn und mein Learning Agreement war auch erst am Freitag vor Semesterbeginn unterschrieben.

Unterkunft

Was die Unterkunft angeht, bin ich in Lissabon ein bisschen rumgekommen. Für den Anfang habe ich mir für drei Monate über ein Online-Portal erstmal ein Zimmer gesucht, um danach in Lissabon in Ruhe für den Rest des Jahres ein vernünftiges Zimmer zu suchen. Generell muss man sagen, dass der Wohnungsmarkt in Lissabon das größte Scammers Paradise überhaupt ist. Es gibt einige komplett falsche Anzeigen mit nicht existenten Wohnungen, oder Wohnungen, die in einem völlig desolaten Zustand sind. Deswegen wird oft empfohlen, die erste Miete erst dann zu zahlen, wenn man die Wohnung schon gesehen hat oder sich sicher ist, dass sie existiert. Ich glaube man kann z.B. über das Buddy-Programm von ESN (Erasmus Student Network) anfragen, ob der/die zugewiesene Buddy sich die Wohnung schon mal angucken kann. Da es in Portugal typischerweise keine richtigen Heizungen in den Wohnungen gibt, sind auch Probleme mit Schimmel häufig, v.a. im Winter. Der Nachteil an besagten Portalen ist halt, dass sie eher teuer sind, deswegen wäre ich rückblickend gerne etwas mutiger gewesen und hätte mir lieber erstmal nen Bett im Hostel reserviert. Die Variante haben ein paar Freunde von mir gemacht und sind gut damit gefahren, sich dann vor Ort die Wohnungen anzugucken. Außerdem werden viele Wohnungen von großen Firmen verwaltet, die sich herzlich wenig für ihre Mieter*innen interessieren. Das kann z.B. wie in meinem Fall dazu führen, dass bei Leerstand einzelne Zimmer über AirBnb vermietet werden, sodass jeden Tag neue random Leute in der Küche auftauchen.

Es ist eher unüblich in Portugal, dass sich die Mitbewohnenden die Nachmieter*innen raussuchen. Die Zimmer werden einzeln vermietet und oft über Facebook, Instagram oder WhatsApp vermarktet. Es gibt auch Plattformen wie Idealista (eine Art portugiesisches Ebay Kleinanzeigen), die Zimmer dort sind aber eher teurer.

Obwohl es eigentlich verboten ist, gibt es auch immer noch viele Zimmer die gar kein Fenster haben. Und ich würde auch immer auf die Kündigungsfrist im Mietvertrag achten, in vielen Fällen gibt es keine. Und für viele privat vermietete Zimmer gibt es häufig keine Mietverträge. Das verursacht an sich ein sehr mulmiges Gefühl, hat bei mir z.B. aber ganz gut funktioniert.

Und wenn Ihr nen coolen Stadtteil zum Wohnen sucht, kann ich Arroios sehr empfehlen. Es ist gut angebunden, noch nicht komplett gentrifiziert, es gibt dort mit kleinen Cafés und Kiosken super viel Leben und viele Erasmus-Studierende wohnen dort auch, bzw. wohnen entlang der grünen Metro-Linie.

Studium an der Gasthochschule

In Lissabon gibt es zwei medizinische Fakultäten: Die Faculdade de Medicina an der Universidade de Lisboa und die Nova Medical School (NMS) an der Nova de Lisboa. Die MHH bietet nur Austausche mit der zweiteren an. Die klinische Lehre findet fast ausschließlich an den Krankenhäusern statt, die über die gesamte Stadt und teilweise darüber hinaus verteilt sind. Dabei wird man für jedes neues Fach (Ein Fach läuft in der Regel über zwei Wochen) für ein Krankenhaus eingeteilt, der Großteil des Unterrichts fand bei mir aber an relativ zentral gelegenen Häusern statt. Man kann auch alles relativ gut mit den Öffis erreichen, ich hatte nur für zwei Wochen eine Anfahrt, die über eine Stunde ging.

Prinzipiell ist die Lehre an der NMS deutlich anders aufgebaut als bei uns. Die Vorlesungen sind fast ausschließlich asynchron, dafür gibt es aber viele Seminare mit Vorlesungscharakter in Kleingruppen an den Krankenhäusern. Man guckt sich meistens die ambulante Sprechstunde an, ist aber auch hin und wieder auf Station oder im OP. Es gibt nach jedem Zwei-Wochen-Block irgendeine Form von Leistungsnachweis, üblicherweise eine streng strukturiert ausgearbeitete klinische Fallvorstellung, die als PowerPoint-Präsentation in 2er bis 3er Gruppen erfolgt. Die sind auf die Dauer schon sehr nervig und zeitintensiv, wobei man allerdings dabei auch sehr viel dabei lernt und eine ganz andere Art erfährt, klinisch zu denken. Die portugiesischen Kommiliton*innen auch darauf, dass man einen von Menge und Komplexität auf das sprachliche Niveau angepassten Anteil der Ausarbeitung und Präsentation übernimmt. Und die Dozierenden sind gerade bei Erasmus-Studierenden dann doch eher großzügig mit der Bewertung.

Generell hatte ich den Eindruck, dass die Lehre dort sehr ernst genommen wird, man ist meistens erfahrenen Ärzt*innen zugeteilt und die sie sind auch sehr bemüht darin, immer wieder zwischendurch Sachen zu erklären. Die meisten geben sich auch sehr viel Mühe, die Dinge auch langsam und verständlich auf Portugiesisch zu erklären. Es ist auch sehr wertvoll, sich dieses langsam mit einem sprechen auch einzufordern.

Alltag und Freizeit

Lissabon ist in meiner Wahrnehmung eine absolute Weltstadt. Durch Immigrant*innen aus allen Regionen und Lebenslagen, Erasmus- und andere internationale Studierende, Ex-Pads, Touris und die Portugiesen selbst gibt es eine unglaubliche Vielfalt in der Stadt. Und je nach eigenen Interessen kann man dort seine eigene Nische finden.

Wie in vielen anderen Städten auch ist in Lissabon das Erasmus-Student-Network (ESN) vertreten. Das ist eine über Europa verteilte gemeinnützige Organisation, die für Erasmus-Studierende super viele Veranstaltungen organisiert.

Ich bin relativ viel Wandern gegangen und habe mich dafür relativ unkompliziert über die WhatsApp-Gruppe von ESN vernetzt. Die Landschaften rund um Lissabon sind wunderschön und man trifft beim Wandern super nette Menschen.

Ansonsten habe ich in beiden Semestern noch an dem Portugiesisch-Sprachkurs an der FCSH (andere Fakultät der gleichen Uni) mit teilgenommen. Dieser hat jeweils 10€ gekostet und war echt wertvoll gewesen. Vom Sprachlichen her habe ich vorher nur Brasilianisches Portugiesisch gesprochen, was sich doch stellenweise deutlich vom Europäischen Portugiesisch unterscheidet. Das Europäische ist deutlich schneller und nuscheliger, insbesondere der Lissabonner Dialekt kann durch das Weglassen von Wortendungen manchmal sehr gnadenlos sein. Es ist aber alles machbar und nach drei Monaten bin ich in den Dialekt reingekommen, wenn man sich den Einstieg einfacher machen will, ergibt es wahrscheinlich Sinn sich vorher Podcasts oder so im Europäischen Dialekt anzuhören.

Fazit (beste und schlechteste Erfahrung)

Ich glaube so ein Erasmus hat immer seine Höhen und Tiefen. Insbesonders die Einsamkeit kann manchmal schon reinkicken, da z.B. die meisten Erasmus-Studierenden nur ein Semester bleiben und man wieder von vorne anfängt. Aber dadurch, dass man jegliche Comfort Zone verlässt, ist man auch gezwungen, sich irgendwie weiterzuentwickeln, was mir einige extrem wertvolle Erfahrungen gebracht hat.

Ich finde diese Erwartungshaltung mit „Erasmus ist die beste Zeit deines Lebens“ dezent überzogen, man ist ja immer noch der gleiche Mensch wie in Hannover und hat so nur einen unnötigen Druck auf sich sitzen.

Rückblickend wäre ich vielleicht sogar lieber nach Coimbra gegangen, weil man sich dort einfacher unter die Portugiesen mischen kann und die Leute Richtung Norden in Portugal wohl tendenziell auch offener sind. Insbesondere in Lissabon, das so unglaublich international ist, leben die Portugies*innen doch eher unter sich. Es ist nicht unmöglich sich mit den Leuten anzufreunden, aber doch recht schwierig.

Zusammenfassend war es aber trotzdem ein unglaublich schönes und wertvolles Jahr. Ich konnte viele tolle Menschen aus allen Ecken der Welt kennenlernen und viele Perspektiven aus anderen Kulturen kennenlernen, was definitiv mein Highlight war. Und auch sonst konnte ich super viel sehen und erleben. Natürlich können und werden Dinge schiefgehen, aber man lernt daraus und hat trotzdem eine gute Zeit. Ich kann nur jeden ermutigen diesen Schritt zu gehen, es lohnt sich definitiv!!!