



RESEBERÄTTELSE

Namn

År och termin för utbyte

Miranda Gothe

VT2023

Utbytesuniversitet

Instituto Superior Técnico, IST

Utbildningsprogram

Environmental Engineering

## Våren i Lissabon

### Innan avresa

Jag har alltid varit inställd på att jag ska studera utomlands, även innan jag påbörjade mina studier på KTH, så när ansökningarna för utbytesstudier öppnade bestämde jag mig relativt snabbt för att ansöka. Jag fick först upp ögonen för Instituto Superior Técnico (IST) då jag hörde att det är ett av de högst rankade universiteterna i Europa för programinriktningen samhällsbyggnad. När jag sedan läste på mer om universitetet och om Lissabon som stad blev jag mer inställd på att det var här jag ville studera. Att universitetet ligger i Europa ansåg jag bara vara ett plus då inga stora förberedelser som visum krävdes.

### Ankomst

Jag flög ner till Lissabon fem dagar innan introveckan startade, vilket jag tycker var perfekt då jag fick några dagar att upptäcka Lissabon som stad innan det hektiska började. Introveckan i sig var också bra då man fick en introduktion till skolan och studierna. Det anordnades även aktiviteter vilket gjorde det lättare att skapa kontakter och träffa nya människor. Jag skaffade även ett kort från Erasmus Life Lisboa (ELL) och gick på olika anordnade aktiviteter genom dem, vilket var ett bra sätt att upptäcka nya sidor av Lissabon och träffa nya personer.



### Ekonomi

Generellt sätt är Portugal ett billigare land än Sverige, vilket gjorde det enklare att spara in pengar på utgifter som exempelvis mat. Priserna varierar dock mycket beroende på område, och kan i vissa områden jämföras med Stockholmspriser. Något som generellt kan vara dyrare i Lissabon är boende och importerade varor, men skillnaderna är inte överdrivet stora.

Inför utbytet ansökte jag om fullt CSN och Erasmus-stipendiet, samt ytterligare ett stipendium. Nu i efterhand skulle jag säga att jag troligtvis hade klarat mig bra på endast CSN och Erasmus-stipendiet, men de extra pengarna bidrog till att jag hade lite mer frihet och mindre pengastress under utbytet vilket är något jag är glad över nu i efterhand.

## Boende

Det finns många sätt att hitta bostad i Lissabon, och många olika hemsidor att ansöka om bostad genom. Till exempel genom Airbnb eller genom olika Facebook-grupper där personer lägger ut de bostäder de hyr ut. Innan utbytet var jag väldigt nogig över att bli bedragen då många varnade för det innan jag började leta bostad. Till slut valde jag att hyra min bostad genom ELL Housing, då jag tyckte de verkade tillräckligt seriösa och inte tog för mycket i avgift när man hyrde genom dem. Jag började leta bostad relativt sent, någonstans i början av december, och skulle nog rekommendera att börja leta något tidigare än det om du vill ha många val att välja mellan.

Jag visste redan innan jag åkte att jag inte ville bo ensam i Lissabon och hittade ett korridorsrum i en lägenhet där jag bodde tillsammans med sex andra personer med delad toalett och kök, vilket jag betalade ungefär 415€ i månaden för. I hyran ingick även städning av de gemensamma utrymmena en gång i veckan, vilket enligt mig var en stor fördel. Lägenheten låg relativt nära tunnelbanestationen Anjos och ungefär 15 minuter promenad från campus Alameda, vilket var helt perfekt enligt mig. Som jag uppfattade det är boendestandarden i Lissabon något lägre än i Stockholm då många av husen är väldigt gamla, men är generellt sätt helt okej.

## Universitetet och studierna

Universitetet är relativt stort, ungefär motsvarande KTH i antal studenter och ämnesområden. Dock är universitetet uppdelat på två campus som ligger en bra bit ifrån varandra, vilket kan vara bra att hålla koll på vid ansökning av kurser då det kan vara svårt att läsa kurser samtidigt på båda campus-områdena.



Undervisningen i sig liknade mycket studierna på KTH, även om jag inte spenderade fullt lika mycket tid i skolan. Vanligtvis hade jag 1–2 föreläsningar/övningar per dag, och utöver det eget arbete eller grupparbete. Dock varierade tiden jag spenderade i skolan mycket beroende på arbetsbörda och vecka. All undervisning var på engelska och lärarna pratar generellt sett bra och tydlig engelska även om man får vara beredd på att portugisiska studenter ofta ställer frågor på portugisiska vilket kan skapa små avbrott i förståelsen.

En portugisisk språkkurs erbjöds av universitetet, men var inget jag personligen valde att läsa. Det var dock många som valde att läsa den kursen och jag är lite ledsen nu i efterhand att jag inte tog tillfället i akt att lära mig portugisiska grunder när jag väl hade chansen. Kursen varade dock i 4–6 veckor under mars och bestod av kvällsföreläsningar fyra kvällar i veckan, vilket jag tyckte blev lite mycket.

## Kurser

Under hösten innan utbytet ansökte jag till IST och valde då kurser från programkatalogen för mitt program, Environmental Engineering, samt programmet Civil Engineering. Detta visade sig senare vara något problematiskt då vissa kurser tidsmässigt krockade, vilket ledde till att jag behövde göra ett par ändringar i kursvalet när jag väl var i Lissabon. Att ändra kurserna gick dock väldigt smidigt, så det var inte direkt några problem. Värt att notera om man ska läsa kurser från andra program än ens eget är att minst 50% av kurspoängen måste vara från ens eget program. Jag tyckte att det var svårt att hitta kurser som överensstämde helt med kurserna som erbjuds på KTH, vilket ledde till att jag förlitade mig mycket på valbara kurser och mer fokuserade på vad jag ansåg lät roligt att läsa.

Studierna och kurserna upplevde jag vara på relativt hög nivå och lärarna var bra, även om jag i många fall kunde störa mig på bristen på struktur och klarhet. Till exempel uppfattade jag det som att lärarna på IST mer förväntade sig att man ska fråga saker och ha en konstant kommunikation med de för att få all nödvändig information, vilket är något olik vad jag är van vid. Detta kan vara en möjlig kulturkrock. Jag upplevde även att det var stor skillnad i arbetsbörda mellan kurserna trots att alla kurser jag läste hade samma poäng. Detta skulle dock kunna bero på att många av kurserna och poängsystemen ändrats relativt nyligen och det finns därmed en chans att detta förbättras i framtiden.

Alla kurser jag läste under utbytet var 6 ECTS, vilket ledde till att jag i slutändan läste 5 kurser för att komma upp i 30 ECTS. Kurserna jag läste var följande:

- **Sanitary Engineering (S)**

Den här kursen var den enda kursen jag läste som sträckte sig över hela terminen. Den var relativt projektorienterad då vi hade två relativt stora projekt under kursens gång, men vi hade även en tentamen i slutet av terminen. Kursens huvudfokus var dimensionering av både vattendistributionssystem och avloppsvattensystem.

- **Air Quality Engineering (EQual)**

Denna kurs hade jag första perioden under utbytet. Den var relativt kemiskt orienterad och rörde många ämnen som jag tidigare inte studerat i den utsträckningen, vilket gjorde att kursen var relativt krävande för mig. Kursen fokuserade mycket på strategier för att förhindra och kontrollera utsläpp för att minimera deras påverkan på luftkvaliteten. Man räknade mycket på utsläpp från olika sektorer i samhället och lärde sig mycket om hur olika apparater och designen av dessa påverkar utsläppen. Kursen var väldigt intressant, men var för mig relativt oklar under vissa perioder.

- **Geotechnical Earthquake Engineering (ESG)**

Den här kursen var väldigt oklar när det kom till upplägget av kursen och är troligtvis den kursen jag la mest tid på. Jag uppfattade läraren som väldigt kunnig inom ämnet, men att han var något oklar med vad som faktiskt var viktigt att kunna och inte. Annars var det en väldigt bra kurs. Kursen innehåller i princip vad an kan vänta sig från namnet, det vill säga mycket information om hur jordbävningar påverkar samhället och rent geotekniskt marken.

- **Built Environmental Impact (IAEC)**

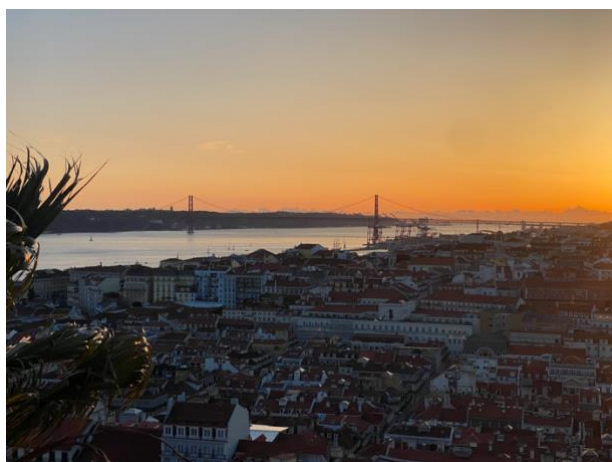
Under andra perioden hade jag denna kurs som till stor del bestod av projekt. Den var uppdelad i två projektdelar, med en presentation i slutet. Kursen hade även en tentamen, men även ett mindre test för godkänt vilket de flesta utbytesstudenter tog. Det visade sig dock att det testet inte var nödvändigt i slutändan för att klara kursen om man gjort bra ifrån sig på projektet, vilket var skönt. Kursen fokuserade mycket på hållbart byggande, och fokuserade mycket på hur man genomför en miljökonsekvensbeskrivning och strategisk miljöbedömning.

- **Green Technologies and Strategic Management (TV-PQN)**

Det här var den andra kursen jag läste under andra perioden. Jag uppfattade den som något rörig, vilket kan bero på att den var väldigt olik tidigare kurser jag läst. Kursen fokuserade på att analysera och applicera teknologier på ett verkligt scenario där man skulle ta fram ekonomiskt och hållbara lösningar för ett företag. Kursen hade ingen tentamen utan bestod endast av projekt och en mindre kontrollskrivning.

## Staden och landet

Kulturen och stämningen i Lissabon och Portugal generellt är otroligt härlig och glad. Alla är väldigt lugna och stämningen är inte alls stressig, vilket jag som stressig stockholmare kunde tycka var jobbigt ibland. Lissabon som stad är även helt otroligt vacker och är så härlig att bara gå runt i. Kollektivtrafiken är även väldigt bra och smidig, även om spårvagnarna och bussarna kunde vara något opålitliga ibland. Lissabon ligger även precis vid vattnet vilket jag tyckte var underbart.

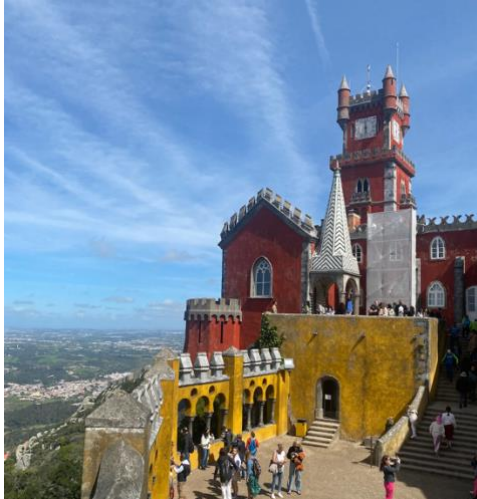


## Fritid och sociala aktiviteter

Det finns så mycket att göra och se i Lissabon och Portugal! I Lissabon finns det många mysiga vinbarer med utsikt över vattnet och otaligt många utsiktsplatser från vilka man kan kolla solnedgången ifrån. Även ställen som Belém och Sintra är klart värda att besöka.

Om man är intresserad av mer sportiga aktiviteter finns det padel-banor och tennisplan på campus som man kan boka, och även en fotbollsplan. Om man är intresserad av klättring så finns det ett par bouldering/klättringsställen i Lissabon, även om dessa generellt sett är något mindre än de i Stockholm. Det finns även många vandringsleder och mycket fin natur, och är inte långt ifrån strand och surf.

Jag rekommenderar även starkt att resa runt i Portugal. Man kommer långt på billiga bussbiljetter och boenden, vilket är perfekt för en helgresa. Det finns så många fina städer runt om i landet, till exempel Porto, Coimbra, Nazaré, etc., och om man har tid och pengar är ställen som Azorerna och Madeira absolut värda att besöka!



### **Hållbarhet**

Kollektivtrafiken i Lissabon är välutvecklad, och man tar sig långt genom att gå i de centrala delarna av Lissabon. Om man vill resa inom Portugal går det även relativt smidigt att åka tåg eller buss. Att resa med tåg till Lissabon från Sverige är dock krångligt och tar lång tid, samt relativt dyrt, vilket tyvärr gjorde att flyg blev mer attraktivt för mig.

### **Rekommendationer och övriga reflektioner**

Surfa! Så svårt men också så kul! Det finns många surfingställen i Lissabon där man kan hyra surfbrädor och boka surflektioner. Ett tips är att boka surflektioner genom organisationer som ELL då de ofta har samarbeten med surfställena och erbjuder lägre priser. Och res runt mycket i Portugal och ta mycket bilder! Är verkligen ett så fint land med så många fina städer och fin natur.