



RESEBERÄTTELSE

Namn

År och termin för utbyte

Filip Lassfolk

HT23

Utbytesuniversitet

Instituto Superior Técnico (IST)

Utbildningsprogram

Civilingenjör Samhällsbyggnad

Utbyte i Lissabon HT 2023

Innan avresa

Ända sedan början på mina studier har jag velat åka på utbyte. Jag älskar att resa och ska oförlömliga minnen och träffa nya människor. Just utbyte är en väldigt förmånligt särskilt inom Europa då processen är relativt enkel, inga speciella visum, vaccinationer behövs och dessutom är man garanterad bidrag från Erasmus som hjälper till ekonomiskt. Baserat från min upplevelse är det också väldigt enkelt att skapa nya kontakter och vänner för livet då personerna du träffar är i samma situation och öppna till att lära känna nya personer. Dessutom finns det gott om aktiviteter och events som möjliggör för detta, det var iallafall min upplevelse efter utbytet i Lissabon. Även fast inte Lissabon var mitt förstahandsval var det mitt förstahandsval i Europa. Jag valde Lissabon dels för att universitetet kunde erbjuda studier jag enkelt kunde tillgodoräkna i min master, även för klimatet och närheten till havet och goda surfmöjligheter.

Ankomst

Terminen i Lissabon börjar något senare än på KTH och jag reste ner i början av september. Jag hade några dagar av egen tid där jag kunde lära känna staden och fixa allt med mitt nya boende, så som att åka förbi IKEA för att göra det hemtrevligt. Några dagar in i september arrangerades en orienteringsvecka (Oweek) som arrangerades av studenter på universitetet. Det var dock inte en full vecka av aktiviteter utan det började med rundtur på campus där man fick lite allmän information. Detta var på torsdagen för min del men det är olika beroende på vilken fakultet man ska studera på. Alla studenter fick möjlighet att hämta ut sitt IST-card som behövs när man skriver tentor, samt träffa studievägledaren och ställa eventuella frågor. Det fanns även möjlighet att bekanta sig med olika studentorganisationer. I slutet av rundturen fick man möjlighet att köpa in sig på resterande aktiviteter av Oweek. Jag har för mig att det kostade ungefär 30€ och då fick man delta på helgaktiviteterna som bestod av aningen en gemensam surflektion eller tur till Sintra följt av en middag och fest senare på kvällen. Det var ett bra tillfälle att lära känna de studenter som kommer plugga på samma linje som du under utbytesterminen. Det finns även massvis av andra evenemang som arrangeras av ESN och Erasmus life om man vill lära känna studenter utanför Tecnico.

Ekonomi

När man reser på utbyte till Europa är man garanterad bidrag från Erasmus. Summan varierar lite på land och hur många som söker men för mig låg totalsumman på cirka 2000€ där 75% betalas ut vid avresa och 25% när man avslutat utbytesstudierna. Vad jag vet finns det även andra stipendier man kan söka. Lissabon är över lag billigare än Sverige så det går att gå runt på CSN plus Erasmus bidrag. Det kan dock vara svårt att hitta ett prisvärt boende om man inte är ute i god tid. För mig var den största utgiften boende följt av mat, aktiviteter och resor. Priserna för mat skiljer sig väldigt mycket åt

men om man det går att köpa helt okej lunch på/runt om campus för runt 6€. De har även matsal (Canteen) som erbjuder lunch för studenter för runt 3€ men det var alltid väldigt mycket kö och rätt låg standard, var aldrig där själv men möjligheten finns. Buss/tunnelbane- kort låg på cirka 400kr i månaden med utökat kort vilket man kan ta sig runt i stort sett hela stan. Bolt och Uber är även väldigt billigt och är att föredra när det inte är möjligt att ta tunnelbana eller om man är ett gäng som vill i väg på en dagsutflykt. Inom de centrala delarna kunde man ofta resa med Bolt för ca 3€ och långresor på ca 30 minuter kunde kosta 10-14€ och det inte är allt för mycket trafik.

Boende

Bostadssituationen i Lissabon är väldigt ansträngd och det kan vara svårt att hitta ett bra boende om man inte är ute i god tid. Universitetet erbjuder i princip ingen hjälp med boende utan det får man lösa på egen hand. Jag började leta boende cirka 3 månader innan avresa och då var de bästa ställena redan bokade på de mest etablerade bostadssöktjänsterna. Det går däremot att fixa närmare inpå avresa men då får man vara beredd att vara lite mer om sig och kring sig och leta på facebook grupper och liknande. Man ska dock vara vaksam för av det jag hört finns det finns mycket scams där ute.

Eftersom jag reste själv sökte jag efter rum i delat boende och då tycket jag Uniplaces eller Inlife var enklast. Jag rekommenderar Inlife då utbudet var detsamma men de tar en mindre bokningsavgift än uniplaces. Via Erasmus får man även en rabattkod som kan användas för att dra ner avgiften ytterligare. Jag trodde man skulle få betydlig mer för pengarna och var väldigt kräsen till en början. Ett rimligt pris för delat boende med eget rum och delad toalett och kök ligger emellan 500-700 Euro. Jag bodde i närheten av universitetet nära Arroios tunnelbanestation och det fungerade väldigt bra med gångavstånd till Universitetet och 10 minuter tunnelbaneresor in till Centrum där de flesta bra restauranger och barer ligger. Området runt Universitet är inte det charmigaste och jag skulle rekommendera att primärt leta boende kring Baixa-chado eller Santos. Tunnelbanetrafiken fungerar även väldigt bra och det är billigt med Uber när tunnelbanan slutar gå så det finns också goda möjligheter att leta lite mindre centralt. Jag skulle dock rekommendera att gör lite research på de område man tänker sig bo i innan man signar något då det finns vissa slumområden. Exempelvis skulle jag undvika Martin Monitz, det ligger väldigt central men är inte så tryggt på kvällarna, och av någon anledning samlas mycket skumma typer i detta område. Värt att nämna är att byggnadsstandarden inte är den samma som i Sverige och de flesta boendena har väldigt dålig ventilation och värme. Det kan bli väldigt fuktigt och kallt inomhus på senhösten.

Universitetet och studierna

Universitet är klassat som Portugals främsta tekniska universitet som ligger i centrala Lissabon i området Alameda. Utöver deras huvudcampus så har de ett till utanför centrala Lissabon vid namn Taguspark vilket kan vara bra att känna till vid val av kurser så att man inte hamnar i den sits där man måste pendla mellan dem. Alla kurser jag valde var på Alameda campus. Standarden på faciliteterna var inte de bästa men jag var i stort sett väldigt nöjd med alla professorer. Campuset har även tennis och padelbanor man kan boka till ett väldigt förmånligt pris

När det kommer till att välja kurser så var det lite knepigt när man som jag har läst den mer ekonomiska inriktningen fastigheter och byggande på KTH. För det första måste mer än 50% av kurserna man väljer vara inom den linje/master man blivit antagen på. Eftersom de flesta kurserna bestod av 6 ECTS var jag därmed tvungen att välja minst 3 programspecifika kurser. Jag var per automatik antagen på deras mastersprogram Civil Engineering och de flesta kurser som erbjöds under höstterminen var väldigt byggtkniska. Det var därmed svårt att hitta 3 programspecifika kurser jag hade grundkunskaperna för att läsa. Det finns dock gott om kurser så det gick att sätta ihop ett bra schema men vissa av kurserna krävde lite konstruktionskunskap. De kurser som var inriktade mot fastighetsekonomi var däremot förhållandevis enkla om man jämför med de som erbjuds på fastigheter och byggande KTH. Man har dock tid och möjlighet till att byte kurser någon vecka efter kursen startat men det är värt att lägga tid att kolla upp scheman för att undvika överlappningar och

liknande i förtydlig då det tar lite energi att ändra sina kursval. De flesta kurser erbjuder även olika scheman inom kursen där man väljer det schema som passar en bäst vid kursens start.

Universitetet har liknande koncept som på KTH med två kursperioder under terminen, det vill säga två tentaperioder. De flesta kurser löper under en period men jag läste även en kurs som löpte över hela terminen med tenta i slutet av period två. Jag skulle rekommendera att försöka sprida ut kursvalen så jämt som möjligt över de två perioderna. Men det beror också lite på vad man hittar för kurser, vissa kurser har inga tentor och består mer av små quiz och grupparbeten. Värt att tillägga är att deras omtentaperiod ligger en till två veckor efter ordinarie tenta så om man skulle kugga någon tenta kan man enkelt skriva om den.

Kurser

PU - Urban Planning, 6 ECTS (Programkurs)

Denna kurs hade ett lägre tempo och löpte över hela terminen, dvs över både P1 och P2. Kursen bestod av en teoretisk del och en praktisk del. Det var en teoretisk föreläsning varje vecka och ett övningstillfälle där man arbetade på två större grupparbeten följt av sluttenta i mitten av januari. I grupparbetena skulle man först identifiera ett område och sätta ihop en förbättringsplan. Sedan skulle man planera själva området utifrån sin förbättringsplan. Kursen hölls tillsammans med arkitektstudenter och var ibland något otydlig när de kom till uppgiftsbeskrivningen för själva grupparbetena. Föreläsaren var något torr men grupparbetena och tentamen var okej. Det var något svårt med den visuella delen av projektet men vi hade tur att ha en arkitektstudent i gruppen som var bekväm att använda auto cad. Detta var dock inte något krav men det underlättade. För själva tentamen fick man ta med sig ett dubbelsidigt A4 med anteckningar vilket gjorde det hela mycket enklare.

ECImo - Construction and Real Estate Economics, 6 ECTS (Programkurs)

Denna kurs gick i period 2 och hade två väldigt bra föreläsare. Om man som jag tidigare läst mot fastighetsekonomi är denna kurs relativt enkel. Den bestod av två mindre grupparbeten och en tenta. Första grupparbete var att göra en cost benefit analys (CBA) på ett infrastrukturprojekt. Det andra arbetet var att göra en värderingsmodell från en regressionsanalys och använda den för att räkna på renoveringsprojekt i Lissabon. Tentan var även här en timme lång och byggde på grupparbetena samt lite på föreläsningarna.

PCC - Planning and Control in Construction, 6 ECTS (Programkurs)

Denna kurs handlade om byggplanering hölls under period 2 och var rätt så intensive. Kursen bestod av teoretiska föreläsningar och övningstillfällen där man jobbade på ett stort grupparbete som löpte under hela kursen. Denna kurs krävde mycket närvaro på föreläsningarna då föreläsaren oftast gick igenom viktig information för att kunna utföra grupparbetet. Även om den inte krävde några byggtkniska beräkningar så behövde man en del kunskap i hur man bygger då själva grupparbetet grundade sig i att planera byggnationen av ett 12-våningshus. Tentamen var inte den enklaste att plugga till men det var görbart, det var en timmes tenta som krävde 8 av 20 för godkänt. Det var visserligen en intressant kurs men det var den mest krävande av dem jag läste.

GIDT - Innovation Management and Design Thinking, 6 ECTS (Valfri)

Denna kurs var väldigt populär bland utbytesstudenter då den inte hade någon tenta och inte kräver så mycket arbete för att få godkänt i. Den bestod i stort sett av ett stort grupparbete och några mindre quiz i form av kryssfrågor. Grupparbetet gjordes i samarbete med ett företag/kommun som kom och presenterade ett problem som vardera grupp fick ta fram en lösning till. Personligen tyckte jag kursen var väldigt flummig och byggde mer på tankeprocessen än själva lösningen. Den krävde hyfsat stor närvaro då man var tvungen att berätta om sin tankeprocess och framsteg i stort sett varje vecka.

GLO - Logistics and Operations Management, 6 ECTS (Valfri)

Denna kurs hade jag som valfri och var från en av deras master likt industriell ekonomi i Sverige.

Kursen var väldigt teoretisk och innefattade modeller och teorier för att optimera logistiska och industriella processer. Det var väldigt mycket information att ta in men kursen krävde inga speciella grundkunskaper för att klara av. Under kursen var det 4 korta grupparbeten där man presenterades för en frågeställning där man fick en timme för att förbereda en presentation med sin lösning. Man behövde bara presentera en gång men grupper blev slumpmässigt utvalda för att presentera vilket kom lite som en överraskning. Utöver grupparbetena var det även ett slutquiz som låg i slutet av kursen och alltså inte på tentaperioden. Quizet var 45 minuter och var dock i svårhetsgrad med tentor från andra kurser så det krävdes en del plugg för att klara det. Kursen hade dock en väldigt tydlig struktur och det var enkelt att plugga till slutquizet.

Staden och landet

Enligt mig är Lissabon en fantastisk stad för utbyte, klimatet är varmt och härligt, det finns gott om andra utbytesstudenter att lära känna och dessutom massvis med aktiviteter och nära resmål att besöka. Högsommarvärmen sträcker sig långt in på hösten och även fast det blev något kallare in på vintermånaderna fanns det även soldagar upp mot 20 grader i januari. Det finns alltid saker att hitta på i staden, alltifrån kultur till nattliv och flertalet närliggande stränder som erbjuder både naturupplevelser och bra surfing. Det är även väldigt billigt att hyra bil i Portugal och det finns många destinationer man kan besöka på helgerna. Jag skulle rekommendera att besöka Praia do Urso, Ericeira, Algarve, Porto, Nazare (Speciellt när de kommer in större vågor under vintern och när de håller wsl surf competition). Skulle även rekommendera att resa till Madeira, Azorerna eller Marocko. Det går att hitta flyg, tur och retur från Lissabon för ca 50€ till dessa resmål. Befolkningen är även väldigt vänlig och det går oftast att kommunicera på engelska. Tempot är dock något annat än man är van vid så man får acceptera att allt tar lite längre tid än vad det gör hemma i Sverige. Det går oftast att betala med kort men det är alltid bra att ha lite kontanter på sig om man hamnar på någon lokal restaurang eller om man är på resande fot. Det går att ta ut kontanter utan avgift på deras bankomater utfärdade av Multibanco, vissa andra tar dock avgift och det är därför bra att ha lite kontanter på sig ifall de inte skulle finnas någon avgiftsfri i närheten.

Fritid och sociala aktiviteter

Det finns gott om aktiviteter och saker att hitta på i Lissabon. Själv gillar jag att surfa och det går hyfsat enkelt att ta sig ut till de närliggande stränderna. Carcavelos är absolut enklast och dit kan man ta sig via tåg från centrala Lissabon. Costa de Caparica och Praia do Guincho är dock betydligt vackrare men är lite längre bort och det tar lite tid om man ska ta sig dit med kommunaltrafiken. Det finns också många chattar och grupper via whatsapp/telegram (via IST och utanför) så det är enkelt att hitta lektioner eller andra med samma intresse. Kan rekommendera Surfline och MEO webbcams för att se till att det är rätt förhållanden för surfing. Utöver det finns det även tennis och padelbanor på campus, finns även en hel del utanför som går att boka via appen Playtomic.

Det finns även gott om billiga restauranger, barer och nattliv, där skulle jag rekommendera området mellan Baixa-Chiado och Santos. Lissabon är även väldigt kuperat och det finns gott om utkikspplatser (Miradouro på portugisiska) där man kan bege sig på eftermiddagen för att ta en öl eller drink i solnedgången. Om man vill lära känna nya människor finns även två Erasmusföreningar ELL och ESN som anordnar resor, fester och andra roliga aktiviteter. All info finns på deras respektive instagramsida.

Hållbarhet

Staden är väldigt vacker att promenera runt i även fast det är mycket backa ligger allt väldigt nära. När det kommer till kring sopor är den inte så välorganiserad men där jag bodde kunde man ändå källsortera någorlunda okej. Studiemässigt krävdes det aldrig av mig att köpa någon kurslitteratur men det är väldigt analogt när det kommer till inlämningar av arbeten. Ofta vill det ha allt utskrivet på papper och inte inskickat via mejl vilket kunde kännas lite onödigt ibland. Går dock att skriva ut väldigt enkelt och billigt på campus ända upp till A0 format.

Rekommendationer och övriga reflektioner

- Skaffa Revolut eller liknande, gör det mycket enklare att föra över pengar till andra och dessutom inga växlingsavgifter. Skaffa deras premiumkort om du betalar hyran via detta kort, då kan du även få cash backs som betalar av den kostanden 😊
- Hitta ett rum med AC eller värme eller ta med lite varmare kläder, det kan bli väldigt kallt inomhus in på hösten.
- Se till att planera in det du vill göra i tid, utbytet går snabbare än vad man tror.
- Var inte blyg, alla är i samma sits och öppna för att lära känna nya människor.