

# Jelentés az Erasmus tanulmányaimról

2007/2008 őszi, Lisszabon (Portugália)

*/Instituto Superior Comunicação Empresarial/*

## FOGADÓ INTÉZMÉNY:

Weblap címe: <http://www.iscem.pt>

Sajnos csak portugál nyelvű honlap található és ez jelentősen megnehezíti a kezdeti eligazodást. Kiutazásom előtt e-mailen postáztak nekem egy „International Student Guide” nevezetű negyven oldalas tájékoztatót. Szerencsére nagyon részletes és a portugál mellett angolul is olvasható.

A honlapra bejelentkezve, az ISCEM ikonra kattintva, megnézhetünk egy –a hallgatók által készített- információs videót az iskoláról. Ugyanezen a részen a „Serviços” menüpontban olvashatunk arról, hogy az épületben Internet szoba van, ami 09:00-21:00-ig vehető igénybe. /Az épületben WIFI is van, aminek a kódját az év elején kell elkérni/. Az épületben könyvtár működik, bár az előadásokhoz szükséges jegyzeteket a jegyzetboltban is be lehet szerezni. Ezen kívül fénymásoló és kávézó található az épületben.

A honlapon az „Internacional” fülre kattintva, néhány információt kapunk az Erasmus hallgatókra vonatkozóan (természetesen portugálul).

Az „Alunos” fülnél a hallgató a rá vonatkozó adatokat nézheti meg /kurzusok, vizsgák...stb./. Ennek a működéséhez, már a beiratkozásnál egy felhasználó nevet és jelszót kapunk.



Az Erasmus koordinátor neve: **Doctor Regina Moreira.**

A kiutazásom előtt többször írtam neki e-mailt, mindig megkésve és nehézkesen válaszolt rá. Később kiderült, hogy egyben ő az intézmény igazgatója is, ezért

nagyon elfoglalt. Nagyon nehezen beszél angolul, ezért többnyire a titkárnőjével kellett egyeztetni. Ritkán található meg az ISCEM-en, általában telefonon hívtam. Dr. Regina Moreira telefonszáma:0051-21474283  
E-mail címe: [regina.moreira@netcabo.pt](mailto:regina.moreira@netcabo.pt)>

Az őszi szemeszter kezdete 2007-ben szeptember 10. volt. A szemeszter vége január 6. A záróvizsgák időpontja január 21. és 31. között volt. A vizsgaidőszak február 7. és 15. között. Karácsonykor 1 hetes szünet van. A tavaszi szemeszter február 18. és június 20. között van. A húsvéti szünet 1 hetes. A záróvizsgák időpontjai június 23. és július 4. között voltak, a vizsgáké július 10. és 18. között.

A kurzusok általában 3 kreditet érnek. Az ú.n. „Atelier”, azaz csoportmunka 4 kreditet, az „Internship”, azaz gyakorlati óra 8 kreditet ér.

A tanulmányi követelményekkel kapcsolatban érdemes tudni, hogy a 3 kredités kurzusok év végi jegye az órai munka, csoportmunka és a záróvizsga együtteséből tevődik össze **vagy** a nagy év végi vizsgából. A csoportmunkát a tanár által megnevezett témában, 4 fős csoportokban kell elkészíteni, a szemeszter végéig. A záróvizsga könnyebb tesztből és egy rövidebb kifejtős kérdésből áll. A nagy év végi vizsga, két órás, öt kifejtős kérdésből áll (természetesen portugálul). Erasmus hallgatóknak nem ajánlott, mivel gyakran a portugál hallgatóknak sem sikerül ez a vizsga!

Az „**Atelier**” egy hetes, amikor reggeltől délutánig 7 fős csoportokban dolgozunk egy megadott témában. Ezen a héten nincs oktatás. Minden nap más a vezető tanárunk. Ezalatt nem lehet hiányozni, máskülönben levonnak a jegyünkből. A munka végén a csoport két képviselője egy PowerPointos prezentáció segítségével bemutatja az eredményt. Az előadáson a többi csoport, az intézmény hallgatói, vezető és tanárai vannak jelen.

Az „**Internship**” alkalmával az iskola gyakornokokat közvetít bizonyos cégeknek. A cégek kínálata nagyon színvonalas és változatos (erről bővebb információ a honlapon található). Az én esetemben fontos volt, hogy egy olyan céget találjanak, ahol nem kikötés, hogy portugál legyen az anyanyelvem, valamint a szakmámba illő gyakorlatot is szerezhettek. Egy állásinterjú során sikeresen alkalmaztak az International Designe Company-nál. A cégnél én kaptam a „Communication and Designe” részleget. Nagyon élveztem a munkát! Rengeteget tanultam, korábban nem ismert számítógépes programokat sajátítottam el és beléltam egy ilyen nagy nemzetközi cég működésébe. Mindenki nagyon segítőkész volt. A szemeszter alatt 200 órát kellett teljesítenem. Heti öt napot dolgoztam, négy órát délutánonként. 6 euro/alkalom honoráriumot is kaptam. Szerencsésebb osztálytársaimat gyakornoki fizetéssel alkalmazták. A cég honlapja: [www.idc.pt](http://www.idc.pt).

A jegyek 20-as pontozás szerint vannak. Az órákon katalógus nincs, de célszerű minden órán megjelenni. Sajnos én voltam az egyedüli Erasmusos hallgató a csoportomban, ezért igencsak feltűnt, amikor hiányoztam.

A kurzusok hétfőtől csütörtökig reggel 8:30-tól 13:30-ig tartottak. Az órák másfél órásak, harminc perces szünetekkel.

A kiküldött „Learning Agreement-et” egyáltalán nem veszik figyelembe, az első héten mindenképpen ki kell tölteni egy lapot a választott tárgyról, akkor is, ha

ugyanazt választja valaki, amit már a levélben kiküldött. 1 hónapig gyakorlatilag lehet változtatni. A tanárok általában megértőek az Erasmusosokkal. De ez egyéntől függ. A portugál nyelvtudás elég hasznos, mert sok tanár nem tud, vagy nem hajlandó angolul beszélni. Viszont van sok ellenpélda is. Az elején mindenképpen oda kell menni a tanárhoz, megkérdezni, tud-e angolul. Az ISCEM-ben az őszi szemeszterben csak portugálul lehet tanulni, a tavaszi szemeszterben már lehetőség nyílik az angol nyelvű oktatásra is.

*Az iskola elérhetősége:*

Praça do Príncipe Real, 27  
1250-184, Lisboa  
Telephone: (+351) 21-347-42-83  
Fax: (+351) 21 347 42 88

Az iskola a belvárosban, egy nagyon szép park oldalában helyezkedik el. A központi metróállomástól (Baixa-Chiado) tíz perc sétával is megközelíthető.

## **BARÁTOK, KAPCSOLATOK:**



Van egy „Erasmus Lisboa” nevű szervezet, főleg régi Erasmusos diákok a tagok. Ők szerveznek programokat, és erről mindig küldenek információt sms-ben és e-mailben is. Elég sok buli van, hetente 2-3. Ugyanez a szervezet szervez utakat Portoba, Madridba, szörfös túrákat Lagos-ra.. Sajnos ezeken nem voltam, tehát nem tudom, milyenek. De az ár elég kedvezőnek tűnik. Nekem nagy segítséget jelentett ez a szervezet, mivel kezdetben –a lakótársaimat nem számítva- nem ismertem külföldi diákokat. Ezen a honlapon még hirdetnek szállásokat is, én is ezen keresztül találtam a szobámat!

Az „Erasmuslisboa kártya” kiváltásával több kedvezmény is igénybe vehető (nyelvkurzus, kirándulások, belépők, autóbérlés...stb.). Ennek részleteiről a honlapon tájékozódhattok!

*A honlap elérhetősége: <http://www.erasmuslisboa.com>*



## NYELVTANFOLYAM:



Az Erasmus tanulmányaimat megkezdése előtt sikeres felvételt nyertem az Universidade de Coimbra egy hónapos intenzív nyelvkurzusára. A nyelvkurzust a Tempus Közalapítvány hirdette meg. Az E.I.L.C. nyelvtanfolyam, ösztöndíj alapú. Több országban és városban megrendezésre kerül. Nagyon sokat segített nekem ez a kurzus. A kurzus megkezdése előtt jól beszéltem spanyolul és a tanfolyam elegendő volt, hogy beszéd szinten elsajátítsam a portugált. Az Erasmus ösztöndíj megkezdése előtt több hónappal érdemes tájékozódni és jelentkezni az E.I.L.C tanfolyamokra!

Sajnos az ISCEM nem szervez nyelvkurzust. A többi egyetemen (pl. Universidade Lisboa, Universidade Nova...etc.) egyetemre át lehet hallgatni, de ez a kurzus sokkal költségesebb, mint az ott tanuló Erasmusos diákoknak. Három hónapra 200 euro, de 20-30 fős csoportokban. Ez a nyelvi kurzus szerintem nem éri meg. Tanácsosabb egy magántanárt felfogadni, de felkutatása nehézkes és az ára is igen borsos.

Létezik egy szervezet, ami emigránsoknak hirdet tanfolyamokat. Ezek az órák többnyire este (20:30-22:00) vannak, de –a minimális regisztrációs költséget nem számolva- ingyenesek. Az iskola, ahova kezdetben jártam, nagyon jó volt. A haladó csoportba kerültem és portugálul tanulhattam orosz, spanyol, olasz és cseh felnőttekkel. Sajnos a negyven éves felnőttek (tisztelőt a kivételnek!) lassabban tanulnak, ezért nagyon türelmesnek kell lenni!

Később észrevettem, hogy ez a szervezet hirdet nyelvi kurzust a lakásomhoz nagyon közel. Sajnos itt nepáli, analfabéta emigránsokkal „tanultam”.

Az említett okok miatt hamar abbahagytam, a nyelviskolában történő nyelvtanulást. A portugál lakótársamtól, és a capoeira edzéseken és nem utolsó sorban az órákon sokat fejlődtem.

## JELENTKEZÉS

A jelentkezéssel kapcsolatban nincs semmilyen extra kívánsága az intézménynek. Megfelelőek az otthoni nyomtatványok is, de vannak az intézménynek saját nyomtatványai a honlapon.

A dokumentumokat az 1. szemeszterre június 30.-ig kellett elküldeni. (De ha később érkeznek a dokumentumok, ez sem jelent problémát).

## SZÁLLÁSLEHETŐSÉGEK:



Rengeteg hostel és pensao van, az árak nyáron magasabbak, mint télen. Egy egyágyas szoba 20-30 euro, ha több emberrel megosztja valaki a szobát (4-6-8-10fős szobák), akkor olyan 10-15 euro. A 2 ágyas szoba 40-60 euro / éjszaka. Ezeket érdemes lefoglalni kiérkezés előtt, és szerintem addig megéri hostelben lakni, amíg albérletet keres az ember.

Az egyetemi kollégiumi elhelyezésre nincs módja az ISCEM-nek.

Az albérletet érdemes itt helyben lefoglalni, mert elég sok "zsákbamacska" van a házat és a környéket tekintve egyaránt. Nagyon sok régi, lepusztult ház van, és esetleg az interneten látott képek alapján sokkal jobbra számít az ember.... Elég sok ismerősöm járt így, hogy lefoglalt valamit telefonon, és 1hónap után újra keresnie "kellett", mert annyira nem volt megfelelő a hely.

Az árak általában 220-280 euro körül mozognak, de ha megosztja valaki a szobáját egy másik diákkal, akkor olcsóbb (160-200). (Ebben az árban benne van a rezszi is, a legtöbb helyen nem kell plusz pénzt fizetni az internetért, vízért, stb.) Általában van kaució, szinte mindenhol úgy működik, hogy 1hónappal többet kell fizetni az elején -tehát 2hónapot 1összegben- és az utolsó hónapban nem kell fizetni, arra fogják a kauciót felhasználni.

Az albérletek felszereltsége változó, de sok helyen csak az alap berendezés található meg: ágy, szekrény, polcok, konyhai felszerelés...Lisszabon belvárosában a házak nagyon régiek, így többségükben a fürdőszoba a folyosón található. Szinte egyik lakásban sincsen beépített fűtés, ezért kis melegítő berendezésekkel (ált. A főbérlet gondoskodik róla) lehet átvészelni a telet.

Érdemes szállást nézni a Bairro Alto, Gracia, Santos elnevezésű kerületekben. Messziről kerüld a Rua de Palma és a Santos, Anjus elnevezésű metróállomások környékét, ugyanis Lisszabon bűnözői és drogosai itt találhatóak nappal és éjszaka!

## MEGÉLHETÉS

Az árak szerintem sokkal alacsonyabbak, mint az egyéb EU-s országokban, nagyjából hasonlóak, mint nálunk (!). Valamivel azért drágább, de nem nagy a különbség. Étteremben enni drágább például, általában 10euro egy főétel. De levest lehet enni 1-2euroért a drágább éttermekben is. És vannak természetesen olcsóbb helyek is, pl. önkiszolgáló éttermek. Délben van mindig napi ajánlat, ami olcsóbb, 5-6 euro a menü! A boltban egy zacskó tészta: 0,25-0,5 euro, péksütemények: 0,5-1 euro, 1 üveg bor: 1-2 euro (az olcsóbb kategória), paprika: 1 euro/kilo, 1.5l ásványvíz: 0,12-0,4 euro, stb. Kávézóban a kávé: 0,8-2 euro, sütik 0,85-1,5 euro.

**Tömegközlekedés:** a **bérlet**, ha mindenre szól, akkor a belvárosi részre 27 euro, kicsit nagyobb körzetre 29. Nincs diák bérlet, és ez általában is igaz, hogy nincs diák jegy pl. a múzeumokban sem. A bérlet egy plasztik kártya, amire automatákból lehet feltölteni az utazásokat, havonta. A kártya –az igényléstől számított három nap alatt készül el. Létezik egy hely (valahol Santos-ban), ahol rögtön elkészítik (természetesen többletet számolnak fel).

Ha nincs bérletünk, akkor a tömegközlekedésnél a busz 1,30euro, a metro 0,75. De ha több jegyet veszünk egyszerre, akkor olcsóbb. Minél több utazás, annál olcsóbb, pl.: 10utazás busszal csak 6,85 euro.

A városban négy **metró** közlekedik, ezért elég könnyű eljutni a város egyik feléből a másikba. A reggeli és az esti csúcsforgalom nem ritkán még a budapestinél is rosszabb!

**Bicikliutak** sajnos nincsenek, egyébként is öngyilkosság lenne a meredek emelkedőkön közlekedni (az örült portugál sofőrökről nem is beszélve!).

**Vonat, busz:** körülbelül, mint nálunk. Lisszabon-Porto 19.50 euro vonattal, busszal 16.

## SPORTOLÁSI LEHETŐSÉGEK

Kezdetben napi edzésnek felér a lisszaboni emelkedőket megmászni (nem vicc). Több tánciskola (rengeteg brazil és afrikai tánckurzussal), uszoda és fitness terem van. Az árak nem magasak. Több szörfiskola kínál alkalmas bérletet a caparica-i strandokon (ez már javában az Atlanti-óceán). Egy alkalmas bérlet ára általában 15 euró, ami 2 óra oktatást tartalmaz, felszereléssel együtt.

## BANKSZÁMLA

Én az OTP-nél nyitottam deviza-számlát. Az az igazság, hogy nagyon nem éri meg otthon nyitni számlát, viszont itt nagyon hosszú ideig tart elintézni mindent! Szóval nem tudom, mit tanácsoljak. Az otthoni számlával az a gond, hogy minden készpénzfelvételnél 4-5 (!) euro kezelési költséget levon! És egyszerre maximum 200eurot lehet felvenni! Ez nagyon bosszantó tud lenni... Viszont szinte mindenhol lehet kártyával fizetni, amiért nem vonnak le plusz kezelési költséget.

## ÉRDEMES TUDNI

Lisszabon nagyon szép város, elsőre kicsit furcsa a sok különféle nemzetiség, de szerintem hamar meg lehet szokni. Elsőre nem tűnik túl biztonságos helynek, és állítólag sok a zsebtolvaj, de velem a kintlétem alatt nem történt semmi negatív dolog, és az ismerőseimmel sem.

A strandok kb 30percre vannak a központtól, Cascais felé a Cais do Sodre-ról megy vonat: 3,20 euro oda-vissza, de nem érdemes elmenni Cascaisig, Estoril

szőbb! És Carcaveilos is nagyon ideális (ez van a legközelebb). Az itteniek azért szeretik Cascaist, mert az igazi óceán már, a többi még inkább a Tejo torkolata... De a legjobb strandok Sintra közelében, illetve a Tejo másik partján vannak: Caparica.



Kintlétem alatt fényképes blogot vezetek. Szerettel ajánlom!  
Címe: <http://portugal-bara.blogspot.com/>

Egyéb kérdésekkel lehet hozzám fordulni: [jackelbara@citromail.hu](mailto:jackelbara@citromail.hu)

Budapest, 2008. 04. 01.

Jackel Barbara