



Ett soligt halvår med 4 824 km framåt, 56,7 km uppåt och 30 hp närmare civilingenjör

Innan avresa

Jag ville åka på utbyte eftersom det kändes vara en unik chans för att uppleva liv utomlands och därmed bekanta sig med andra människor och sätt att göra saker. Valet föll till Lissabon för att jag ville åka inom Europeiska unionen för enkelhetens skull och av ekonomiska skäl, varm klimat och lämpligt universitet. Enkelheten innebar att förberedelser inte var särskilt omfattande, men det fanns ändå en hel del pappersarbete. Jag hyrde ut min bostad, pausade några medlemskap, förnyade europeiska sjukförsäkringskortet, tömde min lägenhet och valde kurserna.

Ankomst

Till Lissabon landade jag i början av september, två veckor innan mottagningens början. De där två veckorna försvann snabbt till att vandra runt staden, fixa kollektivtrafikkortet och njuta av förlängning av sommaren på stränderna och terrasserna.

Skolan anordnade en tredagars mottagning som bestod av campusvandring, en liten stadsvandring, en middag och en valfri aktivitet (besök i en sevärdhet, surfing, stranddag) och kostade 40 €. Ingen av dagarna var särskilt oslagbar, men jag skulle ändå uppmuntra att delta i mottagningen för att det är ett bra tillfälle att träffa andra studenter. Olika dagar är avsedda för olika sektioner, delta på den dag som är avsedd för din (så träffar du dina kommande kurskamrater)! I övrigt var jag inte riktigt nöjd med studielivet. Vad jag fick veta fanns det knappast något av skolan som hade varit marknadsfört till utbytesstudenter efter mottagningen. Däremot är Lissabon en levande stad och självständiga Erasmusföreningar aktiva.



Figur 1: Panoramabild över centrala Lissabon från Sankt Görans slott i oktober

Ekonomi

Tack vare Erasmusstipendiet, ordinarie studiebidrag, billig bostad och uthyrd bostad i Stockholm hade jag ett stabilt kassaflöde. Levnadskostnaderna i Lissabon är något lägre än i Sverige, men skillnaden var inte lika tydlig som jag hade förväntat mig.

Det finns ett antal restauranger på campus, därav en erbjuder statligt subventionerad lunch och middag till 2,7 €. Måltiden består av en förrättssoppa, huvudrätt, bröd, juice och efterrätt. Oftast portugisiskt husmanskost – inget lyx, men nyttigt och man blir mätt. Måltiden betalar man med ett särskilt kort som delas ut på mottagningen och som är väldigt krångligt att aktivera, speciellt när restaurangpersonalen inte kan engelska. I andra skolrestauranger gäller kontantbetalning och priserna är något högre.



Figur 2: Till vänster: typisk rätt i studentkantin: kålsoppa, tofu i tomatsås med mörkt ris, bröd och risgröt för efterrätt. I mitten: um galão e um pastel de nata, por favor, som man säger. Till höger: avkoppling med utsikt i Alte efter en lång dag på sadel.

Det finns två slags kollektivtrafikkort: papperskort à 0,5 € som hämtas i biljettautomaterna och plastkort à 3,5–12 € som hämtas i resebutikerna. Till under 23-åriga kostar månadsbiljetten till Lissabons kommun 22,5 € och till hela storstadsområdet 30 €. Bokstavligen en månadsbiljett, inte en 30-dagarsbiljett; köper man alltså sin månadsbiljett den 25 september gäller den september ut. Snabbast får man kortet på Carris-butiken i Saldanha nära campus. Månadsbiljetterna kan laddas endast till plastkortet. Jag rekommenderar att skaffa det, till exempel ligger de flesta stränderna ganska långt borta och enkelbiljetterna dit blir dyra jämfört med månadspriset.

Jag skulle tipsa om att skaffa något av de två Erasmuskort som finns tillgängliga: icke-vinstdrivande ESN och vinstdrivande ELL. Båda fungerar med ungefär samma koncept genom att erbjuda rabatter och evenemang till dem som betalat engångsavgiften för kortet. Själv köpte jag ELL-kortet till 20 €, men kortet köpt i januari/september kostar mindre. Till rabatter hör till exempel surflektioner, bilhyrning och klubbinträde. Helgutflykter verkade ha billigare pris om man bokade tidigt. Kvälls-/dagsevenemang som pubrundor, stadsvandringar och idrott kostade 5–20 €, dagsutflykter till andra städer ca. 30 € och helgutflykter drygt 100 € – alla kändes relativt prisvärda och välplanerade.

Man kan äta och fika ute mycket billigt om man vet hur man gör. Undvik platser på centrala turistområden, nyare ställen och med engelska menyer. I stället för internationella kaffedrycker prova på *um galão*, *um meia de leite* eller *um cafe pingado* som ofta är billigare och mer lokala. Smaka på *um prato do dia* (dagens rätt), som ofta innehåller en förrättssoppa, huvudrätt, glas vin/öl och efterrätt till under 10 € och finns i alla självrespekterande restauranger.

Boende

Det är enkelt att hitta boende, oavsett om man väljer att göra det före avresan eller först på plats. Själv valde jag att hyra ett rum från sajten Uniplaces som förmedlar bostäder i internationella situationer på ett tryggt sätt. Lokala Erasmusföreningen erbjuder en rabattkod till Uniplaces förmedlingsavgift som

går att hitta på deras Facebooksida. Jag hade ett rum i en femrumslägenhet med två badrum, helutrustat kök och vardagsrum. Mitt lilla rum hade en balkong och kostade 350 € i månaden. Bostaden var belägen precis intill tågstationen Roma-Areeiro, också nära till metrostationen Roma och med cirka 10 minuters promenad till campus. Jag trivdes bra här, serviceutbud var mer än tillräckligt och vardagen fungerade bra tack vare korta avstånd.

Bostäderna i Portugal saknar isolering och förutom de allra nyaste och dyraste även värme. Min hyresvärd godkände inga egna radiatorer, men jag klarade mig bra med tjocka kläder inne och genom att solbada på dagarna – solen känns kraftigt även i januari! Standarden i lägenheten var lite sämre än vad man är vid, men det skapade inga problem.

Jag skulle rekommendera att bo relativt billigt. Utbytestiden är relativt kort och man tillbringar mycket tid utanför bostaden, så det är inte värt att lägga mycket pengar på boende. Det är viktigt med bra förbindelser, tillgänglig tvättmaskin (tvätterierna är dyra!) och bra sällskap. Om bara möjligt, försök kontakta någon annan utbytesstudent som du kunde tänka dig att hänga med! Mina rumskamrater var dessvärre lite tråkiga som jag inte valde att umgås med. De flesta verkade bo längs gröna linjen söder om universitetet (Alameda).

Universitetet och studierna

Lite förvånande kanske, men jag upplevde inget större kulturkrock med akademiska livet. De flesta sakerna fungerar som vid KTH. Exempelvis bevisade jag aldrig att läraren hade kommit sen till lektionen, utan de alltid började precis som meddelats. Terminstiderna på IST är ganska sena jämfört med andra skolor i Lissabon: höstterminen pågår från början av oktober till mitten av februari. Detta var första året med ombyggda kurssystemet med lite större kurser och fyrperiodsystem, vilket har tagit IST närmare samma upplägg som KTH har. Nästan alla kurser var 6,0 hp och kändes stämma ganska väl, alltså arbetsbördan på en kurs är lite mindre än på kurser à 7,5 hp vid KTH.

Kurserna med mindre antal deltagare på masternivå ges i princip alltid på engelska, men ibland hamnar lite portugisiska med. Till exempel verkade allt material vara skrivet på portugisiska till början och sen översatt till engelska, och portugiser ställde sina frågor och presenterade på portugisiska. Större kurser brukade delas i grupper på engelska och portugisiska. Det går alltså alldeles utmärkt att klara sig i studier med bara på engelska.

Lektionerna var spridda över hela dagen, tidigast började jag kl. 8 och slutade kl. 21, men generellt sett börjar dagarna senare än i Sverige. Det finns ingen gemensam lunchrast, så jag hade svårt att hitta lunch på dagar då jag hade lektioner kl. 11–16 utan raster.

Centralcampuset är mindre än KTH:s men mysigt och funktionellt. All min undervisning ägde rum i *Pavilhão de Civil*. I byggnaden fanns också den enda lokal som har öppet dygnet runt, därför det var svårt att hitta en pluggplats speciellt på helgerna. Om jag pluggade själv brukade jag sitta i något av de många biblioteken på campus, med andra brukade jag sitta i klassrummen på vardagarna eller i lokalen som hade öppet dygnet runt.

ABE-skolan har ett avtal med masterprogrammet civil engineering (MEC). Minst 50 % av kurserna ska läsas från det programmet. Det finns några kurser inom trafikteknik som är bra och går att läsa inom MEC, men man kan också behöva läsa lite utanför ämnet, såsom vägprojektering eller projektledning. Tidigare har det också funnits ett transportmasterprogram, men det håller på att förnyas. En professor berättade till mig att målsättningen är att öppna det till höstterminen 2022. Kursutbudet finns redan tillgängligt på nätet, gamla programmet hette MEST och nya MST.

Kurser

Transport infrastructures VC (6,0 hp)

Kursen är obligatorisk för alla portugisiska masterstudenter inom civil engineering, så den ges i många omgångar. Vi var bara sex utbytesstudenter, och vi erbjöds egna klasser på engelska. Kursen pågår hela terminen från oktober till februari. Den består av en stor projektuppgift, två mellantentor och en sluttenta. I uppgiften projekteras en längre gata med horisontal och vertikal profil samt tvärsnitt.

Projektet var mycket lärorikt eftersom det ger grunder hur vägar ritas, och åtminstone jag skulle redan ha behövt dessa kunskaper i tidigare sommarjobb. Läraren för praktiska delen pratar bra engelska och är mycket hjälpsam och pedagogisk. Teoretiska läraren är samma som på CITra, och kursinnehållen överlappar delvis (= skulle kanske inte läsa både VC och CITra). Teoretiska föreläsningarna var lite svåra att följa. Jag upplevde tentamen vara svår.

Transport infrastructures maintenance CITra (6,0 hp)

Kursen handlar om beläggningar i alla former: vad de består av, hur de byggs och underhålls på ett hållbart sätt. Två rimliga projektuppgifter samt en sluttenta, arbetsbördan kändes rimlig. Första projektet handlar om att redovisa undersökningsmetoder på fält samt ett besök till asfaltverk, det andra är en beräkningsuppgift om hurdan beläggningsupplägg en väg ska få.

Road traffic engineering ETR (6,0 hp)

På kursen går man genom allmän trafikteori samt servicenivåberäkningar på alla typer av trafikmiljöer från växlingssträckor till övergångsställen. Kursen har byggts kring boken *Highway capacity manual*. Ett mindre projekt, två mellantentor och en sluttenta. Alla examinationer är öppen bok, så man får medha en dator. Övningarna är intensiva och man behöver lägga mycket jobb på kursen, men allt material är mycket högkvalitativt och lärorikt. Professorn är toppen, engagerad, pratar flytande engelska och skapar diskussion i klassrummet med bra framgång. Kan tillgodoräknas som kurs AH2171. Rekommenderas!

Projects and contracts ECon (6,0 hp)

Kursen handlar om projektledning, upphandlingar och kostnadskalkyler. Ett projekt, två mellantentor och en öppen bok-sluttenta. Läraren är engagerad, satsat på materialet och övningarna var helt okej. Å andra sidan var föreläsningarna lite tråkiga och tentamensmaterialet långt och intensivt. Dessutom var det inte så mycket nytt om man hade läst kursen AI1802 på KTH.

Språkkurs i portugisiska (6,0 hp)

Språkkurs på nybörjarnivå pågick måndag–torsdag kl. 19–21 under P1. En mellantenta och sluttenta som var mycket enkla om man hängde med i undervisningen. Vår lärare Cátia var jättehärlig och tvingade/uppmuntrade oss att använda språket. Man fick någon frivillig hemläxa då och då, men annars räckte det med att delta i lektionerna och sen var man klar för dagen.

Att kunna portugisiska ens lite hjälper speciellt utanför städerna och med äldre människor. Det är skönt att kunna förstå skyltar, beställa i restaurangen och förstå sammanhang av diskussioner omkring, som man faktiskt kan efter kursen. Rekommenderas!

Andra kurser

Jag hörde mycket positiva uttalanden från andra studenter om kurserna Railway engineering EF och Planning and management of urban mobility PGMU.

Staden och landet

Till skillnad från andra Medelhavsländer upplever jag många likheter i portugisernas och nordiska människors beteende, till exempel babblar de inte lika högt och dramatiskt med viftande händer som i Spanien – om ni låter mig leka lite med stereotyper. Inte heller trafiken känns lika kaotiskt som i Italien eller Grekland. Människor brukar vara mycket hjälpsamma, man hälsar alltid på grannarna och om man går vilse runt på gatorna tar det inte länge förrän någon erbjuder hjälp.

Även på vintern är det relativt varmt ute. Januari 2022 var tydligen ovanligt varm och regnfri, då betydde det att man kan sitta bekvämt på terrassen utan jacka. Man tillbringar mycket tid utomhus året runt med andra ord.

Fritid och sociala aktiviteter

En av de huvudsakliga motiveringarna till mig att åka till Portugal var möjligheten att fortsätta med mitt fritidsintresse, landsvägscyking. Jag lade mycket tid på att studera om den huruvida var möjligt i någon utbytesstad och med hurdana förutsättningar. Jag vet att inte många åker på utbyte för att landvägscykla, men för att jag ägde så mycket åt detta tänkte jag dela mina erfarenheter. Även om man inte tar någon egen cykel med sig, kan jag verkligen rekommendera att bekanta sig med landet på en egen eller hyrd cykel: landet är otroligt vackert och på cykeln ser man det på ett unikt sätt. Kaféerna utanför staden är mycket billiga, så jag fikade mycket oftare på cykelturerna än vad jag gör i Sverige.

I Lissabon brukade jag ta tåget antingen söderut till andra sidan bron (Coima eller Setúbal) eller norrut (Alverca eller Castanheira do Ribatejo), ibland även västerut (Sintra). Inom bara en halvtimme från stadskärnan har man kommit till riktiga landsvägar och det är enkelt att åka tåg med cykel – det finns gott om plats och det kostar inget extra. Dessutom är det besvärligt att ta sig ut från staden med cykel. Högsta punkterna i Lissabonområdet ligger kring 500 meter så det blir lite klättring; föredrar man platta vägar finns sådana runt Cascais, Samora Correia och öster om Pinhal Novo. Testa till exempel vägar EN 379-1 och EN 247-3 med fantastiska utsikter.



Figur 3: Utsikt från berget Montejunto, ett självklart val nära Lissabon för en cyklist som gillar klättring

Utöver vardagsträningen gjorde jag fyra utflykter: före terminsstarten i september cyklade jag från Lissabon till Faro, i november från Évora till Guarda, i januari ett lopp i Alentejo och i februari från Porto till Lissabon. Dessutom åkte jag tre gånger till varma sydkusten för att träna i ett par dagar. De flesta vägarna i inlandet (gäller speciellt Alentejo och östra gränsområdet) står tomma så man får njuta av de fantastiska landskapen i lugn och ro. Att bo i vandrarhem kostar ca. 10 € och i hotell ca. 40 € per natt. Fjärrtågsbiljetter kostar 7–20 €, förhandsbokad cykel åker med gratis på alla tåg förutom snabbtåget *Alfa Pendular*, som saknar cykelplatser.



Figur 4: Bilder från cykelutflykter

Utöver cyklingen vandrade jag på staden, deltog i Erasmusevenemangen och gjorde några utflykter på andra fordon än cykel, till exempel vinsmakning i Porto och roadtrip till spanska gränsen längs kusten. Dessutom flög jag till São Miguel på Azorerna för att vandra. Ända till slutet av oktober var det tillräckligt varmt för att solbada, så många håltimmen fylldes med strandbesök.

Hållbarhet

I Portugal finns det ett välutvecklat återvinningssystem som åtminstone i vår lägenhet utnyttjades ordentligt. De allra flesta resorna gjorde jag till fots och resten med kollektivtrafik som fungerar ganska bra i Lissabon och i hela landet. Även om Lissabon inte är känt som en cykelstad, har staden succesivt byggt ut fina gröna cykelbanor runt staden som inte är lika kuperad som resebroschyrer brukar uppge. Enligt lagen skall skolrestaurangerna tillhandahålla ett vegetariskt alternativ vilket jag ofta brukade utnyttja. Veganska rätter kan vara svåra att hitta speciellt utanför storstäderna. Husen saknar isolering så därför är det inget miljömedvetet val att köpa en billig värmevläkt som många gör, utan ha med sig varma kläder, tofflor och ullstrumpor som man klarar sig med inomhus över vintern.

Rekommendationer och övriga reflektioner

Åk tidigt och börja göra saker direkt. Försök hitta lägenhet tillsammans med någon du kunde tänka dig trivas med, men lägg inte för mycket pengar på boendet. Lär dig lite portugisiska före avresan med Duolingo eller OLS-portalen, hjälper mycket. Skaffa ett Erasmuskort på plats och hoppa in på utflykter. Lissabon saknar sitt "Eiffeltorn" men hela staden är en riktig sevärdhet, vandra runt med bra skor!

