

Praktikumsbericht [C1] Erasmus+ Praktikum – Akademisches Jahr 2025/2026

Stand: April 2024

Bitte füllen Sie alle Felder des Formulars am Computer aus, NICHT per Hand, und senden Sie es als E-Mail-Attachment an den EU-ServicePoint: eu-servicepoint@international.uni-mainz.de.

Ihre Angaben sollen in anonymisierter Form anderen Studierenden bei der Praktikumssuche zur Verfügung stehen. Bitte achten Sie daher unbedingt darauf, wichtige Internetadressen und weitere hilfreiche Informationen anzugeben!

ALLGEMEIN

Zielland:	Portugal
Studienfach:	Ethnologie
Heimathochschule:	Johannes-Gutenberg-Universität Mainz
Berufsfeld des Praktikums:	Community Intervention
Arbeitssprache:	Portugiesisch
Zeitpunkt des Praktikums:	von 12.01.2026 bis 27.03.2026 (jeweils Tag / Monat / Jahr)

PRAKTIKUMSSTELLE

Name des aufnehmenden Unternehmens:	Crescer na Maior – Associação de Intervenção Comunitária
Straße/Postfach:	Rua Quinta do Cabrinha 3
Postleitzahl und Ort:	1300-906 Lissabon
Land:	Portugal
Homepage:	https://crescer.org/project/eumrestaurante/
E-Mail:	marianasoares@crescer.org

VORHER – Informationen zur Vorbereitung auf das Auslandspraktikum

Bitte füllen Sie die folgenden Felder detailliert aus und machen genaue Angaben, wie die Suche und Vorbereitung abgelaufen ist (Internetadressen, Hinweise, Kontakte, etc.).

Praktikumssuche:	Ich habe verschiedene soziale Organisationen in Lissabon im Internet rausgesucht und kontaktiert, um eine Praktikumsstelle zu finden. Mir wurden auch einige Stellen von einer älteren Studierenden am Ethnologieinstitut, die auch ein Erasmus Praktikum in Lissabon absolviert hat, vorgeschlagen. Die Associação CRESCER habe ich letztendlich über ihre Website gefunden und die Organisation hat viele verschiedene spannende Projekte und ich habe auf meine Email
------------------	--

	nach einigen Wochen ein Bewerbungsgespräch angeboten bekommen.
Bewerbung (Ablauf, Initiativbewerbung, Auswahlgespräch, etc.):	Ich habe eine informelle E-Mail mit meinem Lebenslauf und einem Motivationsschreiben an Crescer geschickt. Es waren keine Stellen explizit ausgeschrieben aber auf der website war eine E-Mail Adresse angegeben bei der man sich bezüglich Praktika und Freiwilligenarbeit melden konnte Das Bewerbungsgespräch fand über zoom statt und ging etwa eine halbe Stunde. Danach wurde mein Kontakt innerhalb der Organisation weitergeleitet und das Projekt È Um Restaurante hatte noch eine Stelle zu vergeben
Wohnungssuche:	Ich hatte die Monate davor bereits ein Auslandssemester an der Universidade de Lisboa absolviert und konnte meine Wohnung noch zwei Monate verlängern. Die Wohnung hatte ich im Sommer über die Plattform uniplaces gefunden.
Versicherung:	Ich bin gesetzlich bei der AOK versichert und über die Versicherung meines Vaters innerhalb der EU versichert.
Telefon-/Internetanschluss im Zielland:	Da ich innerhalb der EU geblieben bin, konnte ich meinen normalen Handyvertrag und meine Nummer behalten. WLAN war in meiner Miete inkludiert.
Bank/ Kontoeröffnung:	Ich habe kein Konto eröffnet.
hilfreiche Internetadressen/ Sonstiges:	Crescer.org und uniplaces

INFORMATIONEN ZUR PRAKTIKUMSSTELLE

Bitte füllen Sie die folgenden Felder detailliert aus und machen genaue Angaben, wie das Praktikum abgelaufen ist (Internetadressen, Hinweise, Kontakte, etc.).

Art des Praktikums:	In meinem Projekt ging es darum Menschen die Arbeitslos sind wieder in den Arbeitsmarkt zu integrieren. Dafür wurde ihnen eine sechswöchige Ausbildung im Gastronomie Bereich finanziert und nach abgeschlossener Ausbildung wurden sie für sechs Monate in einem der zugehörigen Restaurants angestellt. Dabei ging es hauptsächlich darum den Menschen wieder einen geregelten Alltag zu ermöglichen, sowie das Aufbauen eines sozialen Netzwerks zu erleichtern.
---------------------	---

Aufgaben im Praktikum: konnten Sie Erlerntes umsetzen? Waren Sie über-/unterfordert? etc.	Anfangs fiel es den Festangestellten etwas schwer Aufgaben für mich zu finden, doch nach einigen Misskommunikationen und anfänglichen Schwierigkeiten habe ich begonnen die Dokumente der letzten Ausbildungsklassen zu Organisieren und Digitalisieren. Anfangs habe ich die Mitarbeitenden zu ihren wöchentlichen Besuchen in den Restaurants begleitet und habe geholfen die Unterschriften für die Anwesenheitslisten zu sammeln, beziehungsweise habe viel zugehört mit was für alltäglichen Problemen und Lösungen sich die Teilnehmer*innen und Mitarbeitenden beschäftigen. Da die erste Woche der Ausbildung im Büro des Projekts stattfindet, habe ich während dieser Woche für die drei Teilnehmenden, die kein oder kein gutes Portugiesisch sprechen, übersetzt. Gegen Ende meines Praktikums habe ich mit zwei Kolleginnen eine wöchentliche Gruppe für Teilnehmende des Projekts organisiert. In der Gruppe „Criar Redes“ ging es um den Aufbau eines sozialen Netzwerks beziehungsweise darum, dass die Teilnehmenden zumindest einmal die Woche einen festen Termin haben um mit anderen zu interagieren und hoffentlich Spaß zu haben. Dafür habe ich Flyer erstellt, habe mögliche Teilnehmende per email und Telefon kontaktiert, habe kulturelle Events und Museen rausgesucht, die umsonst waren und habe mit meinen Kolleginnen die Sitzungen geplant.
Betreuung: (Einführungs-/Abschlussgespräch, wöchentl./monatl. Rücksprache, etc.)	Am ersten Tag wurde mir von der Chefin des Projekts alles erklärt und gezeigt und auch die Mitarbeitende haben viel versucht mich zu inkludieren. Die Kommunikation mit meiner Chefin war aber teilweise ein bisschen schwierig, beziehungsweise war sie nicht allzu oft im Büro, dadurch hatten wir zwar einige informelle „check-ins“ aber keine geregelten Gespräche zwischen drin oder am Ende.
soziale Kontakte während des Praktikums:	Meine Freunde aus dem Erasmus waren während dem Großteil meiner Praktikumszeit auch noch in Lissabon, also waren sie meine Hauptbezugspersonen. Mit einigen meiner Kolleg*innen habe ich mich auch gut verstanden und in den Pausen mal gequatscht aber ich habe mich nie außerhalb der Arbeit mit ihnen getroffen.
Sprachkenntnisse (Nutzen, Verbesserung, etc.):	Ich konnte bereits Portugiesisch, spreche aber brasilianisches Portugiesisch, was sich am Anfang meines Auslandssemesters tatsächlich als ziemlich herausfordernd herausgestellt hat. Durch meine Zeit an der Uni und meine Teilnahme an einigen portugiesischen Kursen hatte ich mich jedoch bereits an den anderen Akzent gewöhnt, so dass ich während des Praktikums

	keine großen Probleme hatte zu kommunizieren. Mein Praktikum hat mir trotzdem sehr geholfen, da mein Portugiesisch in den letzten Jahren doch ein bisschen eingestockt ist. Durch den täglichen Gebrauch fiel es mir wieder leichter Portugiesisch zu sprechen. An der Uni hatte ich die Sprache hauptsächlich nur gehört und auch nur an zwei Tagen die Woche. Außerdem habe ich nochmal ein bisschen anderes Vokabular gelernt, das spezifisch auf dieses Berufsfeld anwendbar ist.
kurze Gesamtbewertung des Aufenthaltes: fachlicher/ privater Nutzen; was waren Ihre Erwartungen – wurden diese erfüllt? Was war besonders gut/ nicht so gut?	Mir hat sowohl das Auslandssemester wie auch das Praktikum gut gefallen. Besonders gefallen hat mir, dass ich durch mein Praktikum nochmal eine ganz andere Gruppe Menschen kennengelernt habe. An der Uni ist man meistens sehr in einer Studierenden-Bubble, beziehungsweise einer Erasmus-Studierenden-Bubble gefangen, auf meiner Arbeit konnte ich mehr Portugies*innen kennenlernen und auch erfahren wie die Lebens- und Arbeitsrealität der Menschen aussieht.
Dauer des Praktikums: zu kurz, richtig, zu lang – Empfehlung über optimale Dauer	Ich finde man sollte mindestens zwei Monate Praktikum machen, um wirklich in einer Stadt und bei der Praktikumsstelle anzukommen und sich einzuleben.
Durchschnittliche monatliche Ausgaben im Ausland in € ; Mehrkosten ggü. Ausgaben in Deutschland:	Kam sehr auf den Monat an, da ich auch einige Male innerhalb Portugals reisen war. Um die 600 Euro monatlich, ohne Miete Mieten sind ähnlich, alles andere in der Regel etwas billiger, ich habe in Portugal aber trotzdem teurer gelebt als in Deutschland normalerweise
Was sollte man unbedingt wissen/ beachten?	
Sind Sie der Meinung, dass Ihnen das Praktikum bei der Ausübung Ihres zukünftigen Berufs (bitte angeben) von Nutzen sein wird? Wenn ja, in welcher Weise? Wenn nein, warum nicht?	Ich bin mir noch nicht sicher, inwiefern genau es für meinen zukünftigen Beruf hilfreich sein wird. Aber es hat mir definitiv einen ersten Einblick in mein Wunschberufsfeld gegeben und mir gezeigt, wie solche Organisationen funktionieren können. Ebenfalls verstehe ich jetzt besser, was für konkrete kleine und große Aufgaben erledigt werden müssen, damit das Projekt funktioniert
Können Sie die Stelle weiterempfehlen? (bitte begründen) Wenn ja, wäre Ihre Praktikumsstelle bereit, auch zukünftig PraktikantInnen aufzunehmen?	Ich kann die Stelle weiterempfehlen, vor allem, weil Crescer noch einige andere vielfältige Projekte hat, die Studierenden wertvolle Einblicke in soziale Berufsfelder ermöglichen können.

	Die Organisation nimmt Praktikanten und freiwillige je nach Kapazität gerne auf.
hilfreiche Internetadressen/ Sonstiges	

Sind Sie mit einer anonymisierten Veröffentlichung des Berichts auf der Website www.eu-servicepoint.de einverstanden?

Ja ☒ Nein ☐