

Praktikumsbericht [C1] von: H.L. (Initialen)
ERASMUS-Praktikum - Hochschuljahr 2016 / 2017

Stand: November 2015

Bitte füllen Sie das Formular 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 anderen Studierenden bei der Praktikumsuche zur Verfügung stehen. Bitte achten Sie daher unbedingt darauf, wichtige Internetadressen und hilfreiche Informationen anzugeben!

ALLGEMEIN

Zielland:	Norwegen
Studienfach:	Pharmazie
Heimathochschule:	Johannes Gutenberg-Universität
Berufsfeld des Praktikums:	Biomedizinische Forschung
Arbeitssprache:	englisch
Zeitpunkt des Praktikums:	von 15.08.2016 bis 14.10.2016 (jeweils Tag / Monat / Jahr)

PRAKTIKUMSSTELLE

Name des aufnehmenden Unternehmens:	Universität Bergen
Straße/Postfach:	Jonas Lies vei 91
Postleitzahl und Ort:	N-5020 Bergen
Land:	Norwegen
Telefon:	
Homepage:	www.uib.no
E-Mail:	post@uib.no

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:	Aufmerksam auf die Möglichkeit für ein Praktikum an der Uni Bergen wurde ich 9 Monate vor Praktikumsbeginn durch Prof. Schirmeister, die auch den Kontakt zu Prof. Brenk in Bergen herstellte. Nachdem ich ihr einen Lebenslauf sowie ein Empfehlungsschreiben geschickt hatte, schickte sie mir einen Link mit den Arbeitskreisen, die im Bereich Biomedizin der Uni Bergen angesiedelt sind. Sie bot mir und zwei weiteren Studentinnen an, in ihrem Arbeitskreis das Praktikum zu absolvieren, oder in einem der anderen Arbeitskreise
------------------	---

	nach einem Platz anzufragen. Ich informierte mich über die Homepage (http://www.uib.no/en/biomedisin/64844/research-groups) über die Forschungsgruppen und entschied mich für die Neurotargeting Gruppe.
Bewerbung (Ablauf, Initiativbewerbung, Auswahlgespräch, etc.):	Frau Brenk stellte den Kontakt zum Gruppenleiter her, bei dem ich mich per Email meldete. Er gab mir eine Zusage für ein 9-wöchiges Praktikum.
Wohnungssuche:	Vorerst informierte ich mich beim Studentenwerk in Bergen über die Möglichkeit, in einem Studentenwohnheim zu wohnen. Bald bekam ich eine Absage mit der Begründung, dass alle Wohnheime besetzt waren und man ein Zimmer als Erasmus-Student nur für den Zeitraum eines ganzen Semesters mieten kann, nicht für nur 9 Wochen. Daraufhin suchte ich zusammen mit drei weiteren Studentinnen meines Semesters, die ebenfalls an der Uni Bergen einen Praktikumsplatz bekommen hatten, bei lokalen Webseiten sowie bei Airbnb eine Wohnung. Von den lokalen Immobilienseiten erhielten wir entweder Absagen oder keine Antwort. Stattdessen wurden wir recht bald bei Airbnb fündig und erhielten eine Zusage für eine Wohnung. Die Kosten pro Person und pro Monat beliefen sich auf ca. 760 Euro.
Versicherung:	Da meine Krankenversicherung sowie die Haftpflichtversicherung auch im Ausland gültig waren, musste ich nur noch eine Unfallversicherung abschließen (ADAC).
Telefon-/Internetanschluss im Zielland:	In der Airbnb-Wohnung war ein Internetanschluss vorhanden.
Bank/ Kontoeröffnung:	Ich hatte kein Konto in Norwegen eröffnet sondern nutzte meine Kreditkarte zum Bezahlen.
hilfreiche Internetadressen/ Sonstiges	www.airbnb.de

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:	Das Praktikum fand in einem Forschungslabor statt. Ich wurde betreut von einer Postdoc Mitarbeiterin sowie von einem PhD Studenten. In den 9 Wochen des Praktikums lernte ich die Forschungsprojekte meiner Betreuer kennen und half bei der Laborarbeit innerhalb dieser Projekte.
---------------------	---

<p>Aufgaben im Praktikum: konnten Sie Erlerntes umsetzen? Waren Sie über-/unterfordert? etc.</p>	<p>Von meinen Betreuern lernte ich täglich interessante Hintergründe zu deren Projekten. Ich wurde in viele verschiedene Aufgaben miteinbezogen. Mein erlerntes Wissen konnte ich zum Teil direkt einsetzen, z.B. wenn mir eine neue Messmethode zur Proteincharakterisierung erklärt wurde und ich die Messung anschließend eigenständig durchführen konnte. Hatte ich Schwierigkeiten mit einer Aufgabe, konnte ich immer Fragen stellen, sodass ich die Aufgaben mit Hilfestellungen erfüllen konnte. Zwischendurch gab es gegen Ende des Praktikums auch Leerlaufzeiten, in denen nur wenig zu tun war. Diese Zeit konnte ich aber nutzen, um meine Laborarbeit zu protokollieren.</p>
<p>Betreuung: (Einführungs-/Abschlussgespräch, wöchentl./monatl. Rücksprache, etc.)</p>	<p>Ein Einführungs- sowie ein kurzes Abschlussgespräch fanden mit dem Gruppenleiter statt. Meine Betreuer erkundigten sich regelmäßig bei mir, ob die Aufgaben für mich angemessen waren. In der letzten Woche des Praktikums präsentierte ich meine Aufgaben und Ergebnisse.</p>
<p>soziale Kontakte während des Praktikums:</p>	<p>Die Mitarbeiter der Forschungsgruppe nahmen mich und die anderen drei Studentinnen zu lokalen Veranstaltungen (z.B. Bierfestival) oder zu einem Grillabend mit. Sie gaben uns auch weitere Tipps für Ausflüge und waren sehr bemüht, dass wir auch in unserer Freizeit die Stadt und Umgebung besser kennenlernen konnten.</p>
<p>Sprachkenntnisse (Nutzen, Verbesserung, etc.):</p>	<p>Die Arbeitssprache war englisch. Mein wissenschaftliches Englisch hat sich während der Zeit verbessert, da ich viele für mich neue Ausdrücke und Vokabeln der Laborsprache gelernt habe.</p> <p>Ein Norwegisch-Sprachkurs wurde für 9 Wochen leider nicht angeboten. Ich lernte einige Begriffe und Standardsätze der Alltagssprache mit einem Sprachführer.</p>
<p>kurze Gesamtbewertung des Aufenthaltes: fachlicher/ privater Nutzen; was waren Ihre Erwartungen – wurden diese erfüllt? Was war besonders gut/ nicht so gut?</p>	<p>Ich kann das Praktikum in Bergen sehr positiv bewerten. Fachlich konnte ich viel Neues lernen. Außerdem hatte ich einen guten Einblick in den Arbeitsalltag eines Forschers und wurde gut betreut.</p> <p>Die Stadt Bergen ist sehr sehenswert und an den Wochenenden konnten wir dort viel erkunden.</p> <p>Etwas schade war, dass man als Erasmus-Praktikant keinerlei Kontakte zur Community der Erasmus-Austausch-Studenten bekommt und somit keine Informationen über deren Aktivitäten (z.B. Ausflüge) erhält.</p> <p>Besonders hervorheben kann ich die angenehm gelassene Arbeitsatmosphäre im Forschungslabor und die Kollegen, die immer interessiert waren, dass ich fachlich und persönlich so viel wie möglich aus dem Prakti-</p>

	kum mitnehmen konnte.
Dauer des Praktikums: zu kurz, richtig, zu lang – Empfehlung über optimale Dauer	Die Dauer empfand ich persönlich als optimal. In den 9 Wochen habe ich an verschiedenen Projekten mitgearbeitet und hatte einen breiten Einblick in die Forschungsarbeiten meiner Betreuer. Möchte man allerdings ein vollständiges eigenes Projekt während des Praktikums bearbeiten, reichen 9 Wochen meines Erachtens nicht aus.
Kosten während des Auslandsaufenthaltes (monatl. Durchschnitt in €) / Mehrkosten ggü. den Kosten in Deutschland:	Die Lebenshaltungskosten in Norwegen sind hoch. Im Monat habe ich etwa 1700 Euro für Wohnung, Essen, Busticket und Freizeit ausgegeben. Dies beinhaltet auch Wochenendaktivitäten wie z.B. einen Ausflug nach Oslo.
Was sollte man unbedingt wissen/ beachten?	Man hat als Erasmus-Praktikant keinen Anspruch auf einen Wohnheimplatz in Bergen. Daher sollte man sich anderweitig rechtzeitig um eine Wohnung kümmern (z.B. Airbnb) und muss hier mit höheren Kosten rechnen. Es lohnt sich, vor dem Aufenthalt einen internationalen Studentenausweis zu beantragen, da man meistens nur mit diesem Ausweis allgemeine Vergünstigungen für Studenten erhält. Besonders relevant ist das z.B. beim Kauf eines Monatstickets für die öffentlichen Verkehrsmittel.
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?	Mein zukünftiger Beruf steht zum jetzigen Zeitpunkt noch nicht fest. Doch werde ich wohl nicht als Forscherin in einer Universität arbeiten. Deshalb wird mir die Arbeit an sich wohl weniger von Nutzen sein. Allerdings kann ich das erlangte Hintergrundwissen über den Forschungsbereich (Neurodegenerative Erkrankungen) eventuell nutzen, falls ich später in der pharmazeutischen Industrie in einem ähnlichen Indikationsgebiet arbeite.
Können Sie die Stelle weiterempfehlen? (bitte begründen) Wenn ja, wäre Ihre Praktikumsstelle bereit, auch zukünftig PraktikantInnen aufzunehmen?	Ich kann die Stelle weiterempfehlen, da ich eine gute Betreuung erhalten habe, eine gute Arbeitsatmosphäre herrschte und das Forschungsthema der Gruppe interessant und relevant ist. Ich gehe davon aus, dass in Zukunft wieder Praktikanten aufgenommen werden können.
hilfreiche Internetadressen/ Sonstiges	Als Fluggesellschaft kann ich SAS (Scandinavian Airlines) empfehlen. Dort erhält man bis zum Alter von 26 Jahren einen Rabatt.

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

Ja

Nein