

**Praktikumsbericht [C1] von:
ERASMUS-Praktikum - Hochschuljahr 2019 / 2020**

Stand: November 2017

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 Praktikumssuche zur Verfügung stehen. Bitte achten Sie daher unbedingt darauf, wichtige Internetadressen und hilfreiche Informationen anzugeben!

ALLGEMEIN

Zielland:	Niederlande
Studienfach:	Chemie (Master)
Heimathochschule:	TU Kaiserslautern
Berufsfeld des Praktikums:	Chemiker, Physiker
Arbeitssprache:	Englisch
Zeitpunkt des Praktikums:	von 01.01.2020 bis 01.04.2020 (jeweils Tag / Monat / Jahr)

PRAKTIKUMSSTELLE

Name des aufnehmenden Unternehmens:	FELIX Laboratory, Radboud University
Straße/Postfach:	Toernooiveld 7c
Postleitzahl und Ort:	6525 ED Nijmegen
Land:	Niederlande
Homepage:	https://www.ru.nl/felix/
E-Mail:	felix@ru.nl

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:	Da das Praktikum in meinem Studiengang verpflichtend ist und ich es im Ausland anstatt an meiner Heimathochschule absolvieren wollte, habe ich meinen Professor der Physikalischen Chemie gefragt, ob er mir einen Arbeitskreis empfehlen könnte. Dies war besonders wichtig, da das Praktikum letztendlich auch von ihm anerkannt werden muss. Unter den Vorschlägen hat mich dieser Arbeitskreis aufgrund des Themas am meisten interessiert, da sie sich mit Peptidaggregation und dem Zu-
------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<p>sammenhang mit Erkrankungen des Gehirns (Parkinson, Alzheimer, etc.) beschäftigen. Zusätzlich wollte ich mehr über die verwendeten Methoden zur Untersuchung der Peptidaggregation lernen.</p>
<p>Bewerbung (Ablauf, Initiativbewerbung, Auswahlgespräch, etc.):</p>	<p>Nachdem mein Professor ein erstes Empfehlungsschreiben an Anouk Rijs, die Leiterin der Arbeitsgruppe, gesendet hatte, habe ich persönlich Kontakt mit ihr aufgenommen. Die Kommunikation erfolgte über Emails. Da sie in ihrem Arbeitskreis zu dem von mir vorgeschlagenen Zeitpunkt einen Masterpraktikumsplatz frei hatte musste ich mich bei ihr nicht ausführlich bewerben, bzw. ein Auswahlgespräch oder ähnliches führen.</p> <p>Allerdings musste ich mich an der Radboud Universität als Internationaler Student bewerben. Dafür konnte ich die geforderten Dokumente im Bewerbungsportal der Uni hochladen und musste einige Fragebögen ausfüllen (Ähnlich zum Bewerbungsverfahren bei Erasmus). Da ich von Erasmus bereits eine Zusage über die Förderung erhalten hatte, war dieser Bewerbungsprozess (vermutlich) rein formal, damit ich einen Studentenausweis erhalte und als internationaler Student an der Uni für den Zeitraum des Praktikums eingeschrieben bin.</p>
<p>Wohnungssuche:</p>	<p>Die Wohnungssuche erwies sich zunächst schwieriger als gedacht.</p> <p>Ich habe bei der Bewerbung an der Radboud Universität angeben können, dass ich gerne eine Wohnung vermittelt bekommen würde. Allerdings wurde ich direkt darauf hingewiesen, dass ich erst einen Monat vor Beginn des Praktikums eine Zu- oder Absage erhalten würde. Außerdem wäre es sehr wahrscheinlich, dass ich eine Absage erhalte. Deswegen habe ich mich bei https://kamernet.nl angemeldet und mich dort bei einigen Wohnungen beworben, allerdings erfolglos beworben.</p> <p>Anfang November habe ich dann aber zum Glück doch einen Voucher Code von SSH& bekommen, um mir eine der drei freien Wohnungen zu sichern.</p> <p>https://www.sshn.nl/international-students-staff/international-students/find-my-perfect-room/</p>
<p>Versicherung:</p>	<p>Ich habe eine zusätzliche Unfallversicherung bei der Ammerländer Vers. abgeschlossen.</p> <p>Außerdem habe ich zusätzlich zu meiner Auslandsreisekrankenversicherung bei AXA noch eine Auslandskrankenversicherung bei CareMed abgeschlossen.</p>
<p>Telefon-/Internetanschluss im Zielland:</p>	<p>In meiner Wohnung habe ich keinen Telefonanschluss. Ich bin also nur über mein Handy telefonisch erreichbar. Die Wohnungen von SSH& wurden von dem Internetanbieter Ziggo mit LAN ausgestattet. Es ist empfehlenswert sich einen Router zu besorgen, um WLAN nutzen zu können. Dabei sollte man sich aber vorher auf der Homepage von Ziggo erkundigen welche Router unterstützt werden! Ich hatte zunächst einen Router, der nicht kompatibel war von zuhause mitgebracht. Zum Glück konnte ich mir einen Router von einer Studentin am Felix leihen.</p> <p>An der Uni, also an meinem Arbeitsplatz kann ich Eduroam nutzen.</p>
<p>Bank/ Kontoöffnung:</p>	<p>Ich habe mein deutsches Bankkonto bei der ING-DiBA auch in den Niederlanden genutzt. Mit ein paar wenigen Ausnahmen konnte ich mit der dazugehörigen Visa- bzw. Kreditkarte alles bezahlen. Lediglich für den Fahrradverleih Swapfiets hätte</p>

	<p>ich ein niederländisches Konto benötigt. Generell benötigt man in den Niederlanden fast kein Bargeld, da alles mit Karte gezahlt werden kann. Ausnahmen stellen hierbei Termine bei einem Arzt dar.</p>
<p>hilfreiche Internet-adressen/ Sonstiges:</p>	<p>Falls ein längerer Aufenthalt geplant ist, sollte man sich unbedingt überlegen iDEAL einzurichten, da die Niederländer damit sehr viel bezahlen. Dafür ist meines Wissens nach aber ein niederländisches Bankkonto nötig.</p>

INFORMATIONEN ZUR PRAKTIKUMSSTELLE

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

<p>Art des Praktikums:</p>	<p>Ein in meinem Studiengang verpflichtendes, mindestens 8 Wochen langes Praktikum an einer universitätsinternen Forschungseinrichtung.</p> <p>Das FELIX Laboratory an der Radboud Universität Nijmegen besitzt einen Freien Elektronen Laser für Infrarot Experimente (FELIX), welcher von Arbeitsgruppen der Radboud Universität, sowie vielen externen, nationalen und internationalen Arbeitsgruppen für verschiedenste Experimente genutzt wird.</p> <p>Zur Nutzung des FELIX müssen die Arbeitsgruppen zunächst einen Antrag stellen und sich somit für Strahlzeit bewerben.</p>
<p>Aufgaben im Praktikum: konnten Sie Erlerntes umsetzen? Waren Sie über-/unterfordert? etc.</p>	<p>Meine Aufgaben umfassen die Durchführung von Experimenten an der Ionenfalle, sowie die Auswertung der erhaltenen Daten. Außerdem sollte ich Simulationen bzw. Berechnungen zu den gemessenen Molekülen durchführen. Somit habe ich einerseits Aufgaben im Labor, sowie Aufgaben am Computer zu bearbeiten.</p> <p>Abschließend habe ich einen Bericht (ca. 35 Seiten) über all meine Ergebnisse geschrieben.</p> <p>Besonders bereits erworbene Kenntnisse, aus bereits absolvierten Praktika, konnte ich beim Umgang mit Origin und Excel einsetzen und verbessern. Einige weitere Programme und Methoden zur Auswertung von Daten bzw. Berechnungen von Spektren und Molekülen konnte ich vor dem Praktikum nur in der Theorie. Nun konnte ich dieses Wissen nutzen und anwenden.</p> <p>Ich wurde im Praktikum durchaus gefordert, habe mich aber zu keinen Zeitpunkt wirklich überfordert gefühlt, da ich immer einen hilfsbereiten Ansprechpartner bei Fragen hatte.</p> <p>Mir hat das selbstständige Arbeiten sehr gut gefallen.</p>
<p>Betreuung: (Einführungs-/Abschlussgespräch, wöchentl./monatl. Rücksprache, etc.)</p>	<p>In der ersten Woche im Praktikum hatte ich mehrere Gespräche mit meiner Betreuerin Anouk Rijs über mein Projekt, welches ich in den drei Monaten bearbeiten werde.</p> <p>Sie hat mir außerdem einen Plan als Leitfaden erstellt, um die kommenden Wochen besser zu strukturieren. Ich habe außerdem eine Sicherheitsunterweisung zum sicheren Umgang mit Lasern, sowie verwendeten Chemikalien erhalten.</p>

	<p>Jeden Montag hatten wir eine einstündige Gruppenbesprechung mit dem gesamten Arbeitskreis. Hier sollten die Ergebnisse der letzten Woche vorgestellt und besprochen werden. Außerdem wurde das weitere Vorgehen besprochen.</p> <p>Zusätzlich habe ich mit Anouk regelmäßig auch außerhalb der Gruppenbesprechungen Rücksprache gehalten.</p> <p>Da die Uni in meinen letzten beiden Praktikumswochen aufgrund der Corona Pandemie geschlossen war, fiel das Abschlussgespräch etwas kürzer aus. Die letzten beiden Wochen konnte ich aber ohne Probleme von zu Hause aus weiterarbeiten. Ich stehe aber auch weiterhin mit Anouk Rijs über Skype, E-Mail und WhatsApp in Kontakt.</p>
<p>soziale Kontakte während des Praktikums:</p>	<p>In meiner Arbeitsgruppe und am Felix allgemein konnte ich viele Kontakte zu Studenten und Doktoranden knüpfen. Gemeinsamen Kaffeepausen gab es auch immer wieder. Teilweise haben wir auch gemeinsam etwas in der Freizeit unternommen. Zum Beispiel waren wir in einem Escape Room und anschließend gemeinsam essen.</p> <p>Ich hatte das Glück ein Zimmer in einer 3er WG über die housing association SSH& mieten zu können und wohnte mit einer Südkoreanerin und einem Luxemburger zusammen. Wir hatten zwar nicht besonders viel Kontakt, aber besonders am Anfang war es schön nicht komplett allein zu sein.</p> <p>Abends nutze ich häufig das Sportangebot des Radboud Sportscenter und ich spiele Horn im größten Studentenblasorchester in Nijmegen. Die Teilnahme an den Proben des Orchesters hilft mir meine Niederländisch Kenntnisse zu verbessern, da die Proben nur auf Niederländisch sind.</p> <p>Das Orchester veranstaltet sehr viele gemeinsame Abende über die Proben hinaus. Dabei handelt es sich beispielsweise um einen Bowling Abend, ein Pubquiz, oder ein en Cocktailabend.</p>
<p>Sprachkenntnisse (Nutzen, Verbesserung, etc.):</p>	<p>Bei der Arbeitssprache handelt es sich um Englisch. Besonders mein scientific english hat sich im Laufe des Praktikums durchaus verbessert. An meiner Heimatuniversität werden alle Vorlesungen und Praktika auf Deutsch gehalten, sodass ich nun einige englische Fachbegriffe erlernen musste. Im Allgemeinen hat sich mein Englischniveau nicht groß verändert, jedoch fühle ich mich sicherer.</p> <p>In den drei Monaten habe ich außerdem etwas Niederländisch gelernt. Neben dem von Erasmus angebotenen OLS Kurs, habe ich besonders in den Sportkursen und im Orchester Niederländisch gelernt. Sprechen kann ich die Sprache leider noch nicht wirklich, aber ich konnte besonders meine Lese- und Hörverständnis verbessern.</p>
<p>kurze Gesamtbeurteilung des Aufenthaltes: fachlicher/ privater Nutzen; was waren Ihre Erwartungen – wurden diese erfüllt? Was war besonders gut/ nicht so gut?</p>	<p>Insgesamt hat mir die Zeit in den Niederlanden sehr gut gefallen. Ich habe viele Erfahrungen gesammelt, die mich privat und fachlich weiterbringen werden.</p> <p>Zunächst hatte ich befürchtet, dass an einer solchen Forschungseinrichtung die Arbeitszeiten über 40 h pro Woche hinaus gehen könnten. Jedoch wurde ich positiv überrascht, da dies außer in Wochen mit sogenannten Shifts nicht der Fall ist und die Mitarbeiter sehr viel Wert auf geregelte Arbeitszeiten (Mo-Fr, 9:00-17:00) und ihre Freizeit legen.</p>

	<p>Dies liegt vor allem daran, dass die Apparaturen nicht komplett heruntergefahren werden müssen. An meiner Heimatuniversität ist dies der Fall. Dadurch werden jeden Tag mindestens 3 Stunden Zeit gespart, in denen sowieso keine Forschungsergebnisse erzielt werden können.</p> <p>Besonders interessant war außerdem, dass die Einrichtung von vielen verschiedenen internationalen, sowie nationalen Arbeitsgruppen genutzt wird.</p>
<p>Dauer des Praktikums: zu kurz, richtig, zu lang – Empfehlung über optimale Dauer</p>	<p>Abgesehen von dem etwas abrupten Ende der Zeit an der Universität aufgrund der Corona-Pandemie war der Zeitraum genau richtig gewählt. Drei Monate reichen aus, um einen Einblick in die Forschung zu erhalten und eigene Ergebnisse zu erlangen. Außerdem kann man die Wochenenden gut nutzen um die Umgebung zu erkunden.</p>
<p>Durchschnittliche monatliche Ausgaben im Ausland in € ; Mehrkosten ggü. Ausgaben in Deutschland:</p>	<p>In etwa 1000 € pro Monat, davon allein 425 € Miete.</p> <p>Meine durchschnittlichen Ausgaben in Deutschland liegen bei ca. 700 € im Monat, davon 300 Euro Miete.</p>
<p>Was sollte man unbedingt wissen/ beachten?</p>	<p>Im Supermarkt Albert Hein gibt es eine Kunden Bonuskarte, mit der man viele Produkte vergünstigt kaufen kann. Außerdem kann man mit einem Handscanner die Produkte selbst einscannen und schneller bezahlen.</p> <p>Die App TooGoodToGo soll helfen Lebensmittelverschwendung zu verringern. Es lohnt sich einen Blick auf das Angebot hier zu werfen.</p> <p>Die Mensen an der Radboud Universität sind leider sehr teuer. Daher sollte man sich am besten zu Hause etwas kochen und mit an die Uni nehmen.</p>
<p>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?</p>	<p>Das absolvierte Praktikum wird mir in jedem Fall bei meiner weiteren Unilaufbahn von Nutzen sein. Da ich zunächst meinen Master abschließen werde und danach die Promotion anstrebe, weiß ich bisher noch nicht welchen Beruf ich später einmal ausüben werde. Doch gerade im Hinblick auf die Promotion war dieses Praktikum sehr aufschlussreich, da ich einen Einblick in die täglichen Arbeiten eines Doktoranden erhalten habe.</p> <p>Außerdem besteht nun die Möglichkeit, dass ich für die Promotion nach Nijmegen zurückkehren werde.</p>
<p>Können Sie die Stelle weiterempfehlen? (bitte begründen) Wenn ja, wäre Ihre Praktikumsstelle</p>	<p>Ein Praktikum in diesem Arbeitskreis bzw. generell am Felix kann ich nur empfehlen. Die Professoren, Doktoranden und Studenten sind sehr nett und hilfsbereit und die Arbeit macht viel Spaß. Jedoch empfiehlt es sich bereits ein Praktikum in der physikalischen Chemie absolviert zu haben, da der Einstieg dann leichter ist.</p> <p>Prinzipiell kann das Praktikum aber auch im Bachelorstudiengang absolviert werden.</p>

bereit, auch zukünftig PraktikantInnen aufzunehmen?	Grundsätzlich helfen Origin und Excel Grundkenntnisse ungemein! Praktika werden immer wieder vergeben. Daher ist eine Bewerbung jederzeit möglich.
hilfreiche Internetadressen/ Sonstiges	https://www.bikewerk.nl/

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