

**Praktikumsbericht [C1] von:
ERASMUS-Praktikum - Hochschuljahr 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:	Spanien
Studienfach:	Biologie
Heimathochschule:	Technische Universität Kaiserslautern
Berufsfeld des Praktikums:	Biomedizin
Arbeitssprache:	Englisch
Zeitpunkt des Praktikums:	von 24.08.2020 bis 23.10.2020

PRAKTIKUMSSTELLE

Name des aufnehmenden Unternehmens:	Institute for Research in Biomedicine (IRB) Barcelona
Straße/Postfach:	Carrer de Baldiri Reixac 10-12
Postleitzahl und Ort:	08028 Barcelona
Land:	Spanien
Homepage:	IRB: https://www.irbbarcelona.org/en Abteilung Complex Metabolic Diseases and Mitochondria: https://www.irbbarcelona.org/en/research/complex-metabolic-diseases-and-mitochondria
E-Mail:	IRB: info@irbbarcelona.org Abteilung Complex Metabolic Diseases and Mitochondria: antonio.zorzano@irbbarcelona.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:	Die Praktikumssuche für mein Praktikum in Barcelona begann ziemlich kurzfristig, ca. zweieinhalb Monate vor Praktikumsstart. Ich habe
------------------	---

	spezifisch nach Laboren in Barcelona gesucht, die sich mit Grundlagenforschung im Bereich molekularer Zellbiologie und Biomedizin befassen. Erschwert wurde die Bewerbung vor allem durch die Corona Pandemie.
Bewerbung (Ablauf, Initiativbewerbung, Auswahlgespräch, etc.):	Bewerbung schriftlich per E-Mail. Später erfolgte ein Online-Gespräch via Zoom.
Wohnungssuche:	Die Wohnungssuche erfolgte über verschiedene Online-Portale. Normalerweise ist die Wohnungssuche in Barcelona sehr schwierig. Auf Grund der Corona Pandemie war es einfacher eine Wohnung zu finden.
Versicherung:	Versicherung erfolgte über die DR-WALTER Versicherung.
Telefon-/Internetanschluss im Zielland:	EU-Handytarife, funktioniert wie im Inland.
Bank/ Kontoeröffnung:	Deutsches Konto wurde benutzt. Überall war Kartenzahlung und Bargeldabnahme mit deutscher Kreditkarte möglich.
hilfreiche Internetadressen/ Sonstiges:	

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:	Laborpraktikum
Aufgaben im Praktikum: konnten Sie Erlerntes umsetzen? Waren Sie über-/unterfordert? etc.	Viele Methoden, die ich im Labor angewandt habe, waren mir bereits aus der Praxis oder Theorie bekannt. Jedoch konnte ich auch einige neue Methodiken erlernen u.a. das Messen der mitochondrialen Respiration von lebend Zellkulturen. Außerdem konnte ich meine Fähigkeiten in der Kultivierung menschlicher Zellen vertiefen. Ich war zu keinem Zeitpunkt über- oder unterfordert, was vor allem mit der sehr guten Betreuung und Planung der Experimente zu tun hat.

<p>Betreuung: (Einführungs-/Abschlussgespräch, wöchentl./monatl. Rücksprache, etc.)</p>	<p>Die Betreuung war sehr gut. Betreut wurde ich von einem Senior Postdoc der Arbeitsgruppe. Anfangs wurde ich von ihm im Labor eingearbeitet. Besonders am Anfang wurden zusammen die Experimente geplant, welche ich nach einiger Zeit jedoch komplett selbstständig plante und umsetzte. Die erzielten Ergebnisse der Experimente wurden jederzeit mit dem Betreuer besprochen, um weiteres Vorgehen zu koordinieren. Auch für Fragen stand der Betreuer immer zur Verfügung.</p> <p>Zu Anfang sowie zu Ende des Praktikums gab es ein ausführliches Einführungs- bzw. Abschlussgespräch mit dem leitenden Professor der Abteilung.</p>
<p>soziale Kontakte während des Praktikums:</p>	<p>Auf Grund der besonders angespannten Corona Situation in Barcelona mussten die sozialen Kontakte auf ein Minimum beschränkt werden. Jedoch waren die Kontakte mit den Kollegen im Labor sehr eng, v.a. mit dem Betreuer.</p>
<p>Sprachkenntnisse (Nutzen, Verbesserung, etc.):</p>	<p>Meine Englischkenntnisse haben sich durch den Aufenthalt kaum verändert, da mein Englisch Niveau zu Beginn des Praktikums bereits hoch war. Jedoch haben sich meine Spanischkenntnisse merklich verbessert (v.a. im Hörverständnis sowie im Bereich der Alltagsfloskeln), da man besonders im Alltag wie beim Einkaufen auf die spanische Sprache angewiesen war.</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>Der Aufenthalt war sehr angenehm, ich habe während meines Praktikums viel neues theoretisches und praktisches Wissen dazugewonnen, sowie tolle Menschen kennengelernt. Vor allem konnte ich mein methodologisches Wissen im Bereich der biomedizinischen Forschung vertiefen und meine Fähigkeiten in der Zellkultivierung verbessern. Besonders gut war die Betreuung durch meinen Betreuer, meinen Professor und durch das Institut. Außerhalb der Corona Pandemie wäre der Aufenthalt in Barcelona und am IRB ganz sicher noch schöner gewesen.</p>
<p>Dauer des Praktikums: zu kurz, richtig, zu lang – Empfehlung über optimale Dauer</p>	<p>Für mich war die Dauer von zwei Monaten genau passend. Jedoch ist eine längere Praktikumsdauer bei der Mitarbeit an einem Forschungsprojekts immer von Vorteil.</p>
<p>Durchschnittliche monatliche Ausgaben im Ausland in € ; Mehrkosten ggü. Ausgaben in Deutschland:</p>	<p>Wohnung ca. 600 - 700€ pro Monat (Unterkunft ohne geteilte Räumlichkeiten). Essen ca. 150 - 200 € pro Monat. Mit der T-jove Metro Karte (nur für Personen unter 25 Jahren) kann man für 80€ 90 Tage lang alle öffentli-</p>

	<p>chen Verkehrsmittel in Zone 1 von Barcelona nutzen inklusive Fahrt von und zu dem Flughafen Barcelona El Prat. Kulturangebote in Barcelona sind sehr attraktiv, u.a. ist der Eintritt in Museen jeden Sonntag ab 15 Uhr sowie jeden ersten Sonntag im Monat kostenlos. Des Weiteren gibt es eine große Anzahl an kostenlosen Kulturangeboten an den Feiertagen.</p> <p>Zusätzliche Kosten waren die Gaskosten, da Warmwasser und Herd nur mit Gas funktionierten (Ca. 1 Gasflasche pro Monat für 25€). Des Weiteren muss beachtet werden, dass das Wasser aus dem Wasserhahn nicht zum Trinken und auch eher nicht zum Kochen geeignet ist. Geeignetes Wasser dafür kann man aber problemlos an jeder Ecke günstig in 8L Flaschen kaufen.</p>
<p>Was sollte man unbedingt wissen/ beachten?</p>	<p>Zahlung mit Kreditkarte ist in jedem noch so kleinen Laden möglich.</p> <p>Man sollte gewisse Grundkenntnisse in Spanisch besitzen, da nur teilweise in den Gebieten nahe touristischer Attraktionen Englisch gesprochen wird.</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>Ja definitiv von Nutzen! Abgesehen davon das ich mir viel neues Wissen aneignen konnte, ist jede praktische Erfahrung, die man in den unterschiedlichsten Laboren sammeln kann, extrem wichtig für zukünftige Bewerbungen bei potentiellen Arbeitsgebern.</p>
<p>Können Sie die Stelle weiterempfehlen? (bitte begründen) Wenn ja, wäre Ihre Praktikumsstelle bereit, auch zukünftig PraktikantInnen aufzunehmen?</p>	<p>Ja auf jeden Fall. Das Institut und speziell die internationale Arbeitsgruppe von Prof. Antonio Zorzano bietet ein sehr angenehmes Arbeitsumfeld. Die Betreuung ist exzellent. Ganz bestimmt ist die Arbeitsgruppe bereit weitere Praktikanten aufzunehmen. Zu beachten ist auch, dass es im Institut viele weitere Arbeitsgruppen mit anderen Forschungsschwerpunkten im Bereich der Biomedizin gibt, die sicherlich auch Praktikanten aufnehmen.</p>
<p>hilfreiche Internetadressen/ Sonstiges</p>	<p>IRB: https://www.irbbarcelona.org/en</p> <p>Metro: https://www.tmb.cat/en/barcelona-fares-metro-bus</p>

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

Ja Nein