

## Praktikumsbericht **[C1]** 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](mailto: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:                  | <b>Schweden</b>                                           |
| Studienfach:               | Molekulare Biologie                                       |
| Heimathochschule:          | <b>Technische Universität Kaiserslautern</b>              |
| Berufsfeld des Praktikums: | <b>Labor</b>                                              |
| Arbeitssprache:            | Englisch                                                  |
| Zeitpunkt des Praktikums:  | von 1.09.2019 bis 29.11.2019 (jeweils Tag / Monat / Jahr) |

### **PRAKTIKUMSSTELLE**

|                                     |                                                     |
|-------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| Name des aufnehmenden Unternehmens: | Stockholms Universitetet                            |
| Straße/Postfach:                    | Svante Arrhenius väg 16C                            |
| Postleitzahl und Ort:               | 106 91 Stockholm                                    |
| Land:                               | Schweden                                            |
| Homepage:                           | <a href="https://www.su.se/">https://www.su.se/</a> |
| E-Mail:                             |                                                     |

### **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 wollte weiter in meinem Feld Alzheimer arbeiten, der Kontakt wurde daher über einen Professor der Universität vermittelt.                                                                   |
| Bewerbung (Ablauf, Initiativbewerbung, Auswahlgespräch, etc.): | Email mit der Anfrage für ein längeres Praktikum, angehängt waren direkt der Lebenslauf und genauere Daten von wann bis wann das Praktikum sein sollte und warum ich dieses Labor gewählt habe. |

|                                            |                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Wohnungssuche:                             | Ich habe bei AirBnB und Blocket gesucht. AirBnB ist jedoch die bessere Möglichkeit, da über Blocket meist nur längerfristig vermietet wird. |
| Versicherung:                              | Ich war dort über die Universität versichert, neben all den privaten Versicherungen die man vor einem Erasmusaufenthalt abschließen sollte. |
| Telefon-/Internetanschluss im Zielland:    | Mein Telefonanbieter hat eine Auslandsflatrate für Anrufe, deshalb habe ich dort keinen neuen Vertrag abgeschlossen.                        |
| Bank/ Kontoeröffnung:                      | War nicht nötig.                                                                                                                            |
| hilfreiche Internetadressen/<br>Sonstiges: | <a href="https://www.su.se/">https://www.su.se/</a>                                                                                         |

## **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 mit eigenem Projekt                                                                                                                                                                                                                                          |
| Aufgaben im Praktikum: konnten Sie Erlerntes umsetzen? Waren Sie über-/unterfordert? etc. | Ich habe sehr viel gelernt und durfte auch sehr schnell selbstständig arbeiten. Mir persönlich hat das sehr gut gefallen, so rasch Verantwortung übernehmen zu dürfen.                                                                                                      |
| Betreuung: (Einführungs-/Abschlussgespräch, wöchentl./monatl. Rücksprache, etc.)          | Es gab ein Einführungsgespräch, zweiwöchentliche Journal clubs mit Präsentationen und regelmäßige Gespräche mit Supervisorin und Professorin für die weitere vorgehensweise und Resultate. Zum Abschluss gab es einen Vortrag über meine Resultate und meine Zeit im Labor. |
| soziale Kontakte während des Praktikums:                                                  | Durch ESN oder ERASMUS findet man recht schnell Anschluss. Falls man möchte kann man auch vor dem eigentlichen Aufenthalt Kontakt zu Gruppen in Facebook aufnehmen um direkt vor Ort Ansprechpartner zu haben.                                                              |
| Sprachkenntnisse (Nutzen, Verbesserung, etc.):                                            | Die Arbeitssprache war Englisch und man kann auch im Privaten in Schweden absolut ohne jegliche                                                                                                                                                                             |

|                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                   | Schwedischkenntnisse zurechtkommen. Alle dort sprechen perfektes Englisch.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| kurze Gesamtbewertung des Aufenthaltes: fachlicher/ privater Nutzen; was waren Ihre Erwartungen – wurden diese erfüllt? Was war besonders gut/ nicht so gut?                      | Meine Erwartungen wurden erfüllt, ich habe eigenständig meine dort erlernten Methoden ausführen dürfen. Das Arbeitsklima war sehr angenehm. Besonders gut fand ich die zeitnahe Lösung aller organisatorischer Probleme.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Dauer des Praktikums: zu kurz, richtig, zu lang – Empfehlung über optimale Dauer                                                                                                  | Die Dauer war ausreichend für ein Projekt, falls mehr als das gewünscht ist, würde ich einen längeren Aufenthalt vorschlagen.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Durchschnittliche monatliche Ausgaben im Ausland in € ; Mehrkosten ggü. Ausgaben in Deutschland:                                                                                  | Schweden ist weitaus teurer als Deutschland. In Deutschland habe ich etwa 800 Euro im Monat zur Verfügung für Essen trinken, Wohnung etc. In Schweden habe ich „bescheidener“ gelebt und mindestens 1500 Euro im Monat gebraucht.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Was sollte man unbedingt wissen/ beachten?                                                                                                                                        | Schweden geben sich nicht die Hand um sich vorzustellen oder zu begrüßen und alle sind per du von Anfang an. Die Vernetzung Stockholms ist überraschend gut, deshalb kann man ein bisschen Geld sparen, indem man in Vororten der Stadt wohnt.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 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? | Ja, viele der Methoden die ich gelernt habe sind absolut nötig für meinen zukünftigen Beruf, da ich weiterhin im Labor arbeiten will und auch mein Feld (neurodegenerative Krankheiten) behalten möchte. Die Methoden, die ich gelernt habe werden sich in Zukunft nicht ändern und ich werde sie stets benötigen um einen Versuchsaufbau durchzuführen.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Können Sie die Stelle weiterempfehlen? (bitte begründen)<br>Wenn ja, wäre Ihre Praktikumsstelle bereit, auch zukünftig PraktikantInnen aufzunehmen?                               | Ich bin mir nicht sicher, ob Professor Ström weiterhin Praktika im Bereich Alzheimer anbietet, da meine Supervisorin demnächst ihren Doktor macht und sie die einzige ist, die daran arbeitet. Generell dürften Praktika allerdings möglich sein.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| hilfreiche Internetadressen/<br>Sonstiges                                                                                                                                         | <a href="https://www.su.se/">https://www.su.se/</a> ;<br><a href="https://www.airbnb.de//sem_recommend_destination?af=43720035&amp;c=.pi0.pk4279427145_301904498153_c_12026464216&amp;sem_position=1t1&amp;sem_target=aud-414944083185:kwd-12026464216&amp;location_of_interest=&amp;location_physical=9041835&amp;ghost=true&amp;gclid=EAlaIQobChMIhuu1yL2t5gIV1OJ3Ch2p-Qo_EAAYASAAEgL-s_D_BwE">https://www.airbnb.de//sem_recommend_destination?af=43720035&amp;c=.pi0.pk4279427145_301904498153_c_12026464216&amp;sem_position=1t1&amp;sem_target=aud-414944083185:kwd-12026464216&amp;location_of_interest=&amp;location_physical=9041835&amp;ghost=true&amp;gclid=EAlaIQobChMIhuu1yL2t5gIV1OJ3Ch2p-Qo_EAAYASAAEgL-s_D_BwE</a> |