

**Praktikumsbericht [C1]
ERASMUS-Praktikum - Hochschuljahr 2018 / 2019**

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:	Norwegen
Studienfach:	Pharmazie
Heimathochschule:	Johannes-Gutenberg Universität Mainz
Berufsfeld des Praktikums:	Forschung
Arbeitssprache:	Englisch
Zeitpunkt des Praktikums:	von 12.08.18 bis 13.10.18 (jeweils Tag / Monat / Jahr)

PRAKTIKUMSSTELLE

Name des aufnehmenden Unternehmens:	Universitetet i Bergen
Straße/Postfach:	Jonas lies vei 91
Postleitzahl und Ort:	Bergen
Land:	Norwegen
Homepage:	https://www.uib.no/
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:	Bergen war schon, seitdem ich erfahren habe, dass ein Professor meines Fachs Kontakte dorthin pflegt, mein Wunschplatz für ein Praktikum. Nach einem kurzen, unkomplizierten Gespräch mit ihr wurde per E-Mail die Praktikumsstelle angefragt und zeitnah bestätigt.
------------------	--

<p>Bewerbung (Ablauf, Initiativbewerbung, Auswahlgespräch, etc.):</p>	<p>Die Anfrage für das Praktikum wurde von meinem Professor durchgeführt. Zusätzlich musste ich einen Lebenslauf abgeben. Ein Auswahlgespräch wurde nicht verlangt und die Bewerbung verlief sehr unkompliziert und wurde schnell bearbeitet/angenommen.</p> <p>Eine Initiativbewerbung ist sicherlich auch direkt bei dem zuständigen Professor in Bergen möglich, dann sollte man sich jedoch trotzdem vorher für die Anerkennung des Praktikums an der Heimatuniversität absichern.</p>
<p>Wohnungssuche:</p>	<p>Die Wohnung hier in Bergen teile ich mir mit einem anderen Pharmaziestudenten aus Mainz. Wir haben hauptsächlich auf Airbnb gesucht und parallel dazu das Wohnheim „Haukelandsbakken“ angefragt. Letztendlich haben wir eine Wohnung etwas außerhalb von Bergen (30 min mit dem Bus) gefunden, da das Wohnheim nur sehr kurzfristig Zusagen verschickt (Zusage kam letztendlich 7 Tage vor Praktikumsbeginn).</p> <p>Preis Wohnung: ~900€/Monat pro Person (insgesamt ~3600€ für 9 Wochen)</p>
<p>Versicherung:</p>	<p>Krankenversicherung ist im Ausland gültig (Techniker Krankenkasse).</p> <p>Ich habe die DAAD-Kombiversicherung gebucht, da die Unfallversicherung im Ausland nicht übernommen wurde.</p>
<p>Telefon-/Internetanschluss im Zielland:</p>	<p>In unserer Wohnung und auf dem Arbeitsplatz wurde ein sehr guter Internetanschluss bereitgestellt. Mobile Daten auf dem Smartphone/Handy können mit einem gültigen Vertrag oder Tarif aus Deutschland auch in Norwegen verwendet werden. Telefonate über Internet-Ressourcen (Whatsapp, Telegram..), wie ich sie auch meistens genutzt habe, waren somit kein Problem. Wenn man über das normale Netz telefonieren will muss man entsprechend zahlen oder man sollte sich ein passendes Auslands-Paket buchen.</p>
<p>Bank/ Kontoeröffnung:</p>	<p>Ich habe in Norwegen kein extra Konto eröffnet. Mithilfe meiner Prepaid-Visakarte konnte ich an allen Kassen bezahlen und falls man doch mal Bargeld benötigt konnte mithilfe der deutschen Bankkarte an Geldautomaten Kronen abgehoben werden.</p>
<p>hilfreiche Internetadressen/ Sonstiges:</p>	<p>Falls man öffentliche Verkehrsverbindungen nutzen möchte: https://www.skyss.no/ App: Skyss Reise + Skyss billet (zum einfachen Ticketbezahlen)</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>Das Praktikum bestand hauptsächlich aus Laborarbeit (Kristallisation eines neuen Antibiotika-Targets) und einem Projekt am PC (Molecular docking).</p>
<p>Aufgaben im Praktikum: konnten Sie Erlerntes umsetzen? Waren Sie über-/unterfordert? etc.</p>	<p>Im Laborteil konnte ich Standardmethoden welche in Mainz schon einige wenig mal eingeübt wurden oft anwenden und vertiefen (PCR, in-vitro transkription, SDS- und urea-PAGE...). Zusätzlich wurden neue Verfahren vermittelt und oft angewendet (Gel-Extraktionen, Elektrolution,...).</p> <p>Für das Molecular Docking Projekt wurde viel Theorie im IT-Bereich vermittelt und letztendlich auch angewendet. Teilweise war ich am Anfang mit Python und dem komplett neuen Arbeitsfeld etwas überfordert, aber das verlief sich mit der Hilfe von der Professorin relativ schnell, sodass ich mich nach kurzer Zeit selbständig durch das Projekt arbeiten konnte.</p>
<p>Betreuung: (Einführungs-/Abschlussgespräch, wöchentl./monatl. Rücksprache, etc.)</p>	<p>Die Betreuung im Allgemeinen war sehr gut. Ich hatte täglichen Kontakt mit meinem Betreuer und konnte bei Fragen immer zeitnah eine Antwort finden. Besonders hervorheben möchte ich hier den häufigen und direkten Kontakt zu Professorin, der nicht selbstverständlich war, mir aber in vielen Angelegenheiten sehr geholfen hat.</p>
<p>soziale Kontakte während des Praktikums:</p>	<p>Bis auf einige Kontakte im Labor wurden sonst keine anderen erwähnenswerte sozialen Verbindungen geknüpft.</p>
<p>Sprachkenntnisse (Nutzen, Verbesserung, etc.):</p>	<p>Während des Labors habe ich hauptsächlich Englisch gesprochen und dieses auch nach meinen Auffassungen im wissenschaftlichen Bereich verbessert. Da man hier die Möglichkeit hatte privat mit meinem Kollegen aus Mainz und auf dem Arbeitsplatz mit der Professorin Deutsch zu sprechen wurde man zwar immer etwas aus der englischen Sprache herausgerissen, aber ich denke das dies der Verbesserung der Sprachkenntnisse nicht geschadet hat.</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>Insgesamt hatte das Praktikum für mich einen sehr hohen privaten und fachlichen Nutzen. Die Erfahrung an einer ausländischen Universität über 2 Monate zu arbeiten war super und die Erwartungen wurden auf keinen Fall enttäuscht.</p>

<p>Dauer des Praktikums: zu kurz, richtig, zu lang – Empfehlung über optimale Dauer</p>	<p>Die Dauer über 2 Monate war für ein solches Praktikum gerade richtig. In meinem Fall wäre ich jetzt auch gerne etwas länger geblieben, da ich mit meinem Projekt leider nicht komplett fertig geworden bin.</p>
<p>Durchschnittliche monatliche Ausgaben im Ausland in € ; Mehrkosten ggü. Ausgaben in Deutschland:</p>	<p>400 – 500 € als grundlegende Lebenshaltungskosten und für öffentliche Verkehrsmittel. (Preis Wohnung: insgesamt ~1800€ pro Person, also insgesamt ~3600€ für 9 Wochen)</p>
<p>Was sollte man unbedingt wissen/ beachten?</p>	<p>Man sollte sich frühzeitig um Wohnungssuche und Bewerbung dafür kümmern, da man so eine höhere Chance hat ein Platz in einem günstigen Wohnheim zu bekommen. Die hohen Kosten im Alltag und für Lebensmittel sollten nicht unterschätzt werden.</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>Für das industrielle oder universitäre Arbeitsfeld des Apothekers auf jeden Fall, da man viele Einblicke in die aktuelle Forschung gewinnen und praktisch viele Methoden anwenden und trainieren konnte. Das internationale Umfeld und die Weiterentwicklung der sprachlichen Skills bieten natürlich genauso wie die fachlichen Aspekte viele Vorteile für ein späteres Arbeiten in interkulturellen Arbeitsbereichen.</p>
<p>Können Sie die Stelle weiterempfehlen? (bitte begründen) Wenn ja, wäre Ihre Praktikumsstelle bereit, auch zukünftig PraktikantInnen aufzunehmen?</p>	<p>Ich würde die Stelle weiterempfehlen. Der Arbeitsplatz und der Arbeitskreis sind super und das allgemeine Klima ist sehr entspannt und ungezwungen. Man ist direkt im Team integriert und bekommt auch das Gefühl eine wichtige und nachhaltige Arbeit durchzuführen, da diese nach dem Praktikum meist von anderen weitergeführt wird. Der Umgang mit Studenten ist in diesem Institut wirklich außerordentlich gut. Die Region ist generell auch super und der hohe Lebensstandard in Norwegen ermöglicht ein sehr angenehmes privates Umfeld. Aktuell ist der Arbeitskreis von der norwegischen Professorin versucht sich zu vergrößern und mehr Mitglieder zu bekommen. Dadurch sind weitere Praktikanten, so wie ich das in meiner Zeit mitbekommen habe, sehr gerne gesehen.</p>
<p>hilfreiche Internetadressen/ Sonstiges</p>	<p>https://www.airbnb.de/ https://www.skyss.no/ https://www.uib.no/en/rg/brenk</p>

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

Ja

Nein