

Praktikumsbericht [C1]
ERASMUS-Praktikum - Hochschuljahr 2021 / 2022

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

ALLGEMEIN

Zielland:	Spanien
Studienfach:	Biologie
Heimathochschule:	Johannes Gutenberg-Universität Mainz
Berufsfeld des Praktikums:	Biotechnologie, Lebensmitteltechnologie
Arbeitssprache:	Englisch, Spanisch
Zeitpunkt des Praktikums:	von 01/09/21 bis 30/11/21 (jeweils Tag / Monat / Jahr)

PRAKTIKUMSSTELLE

Name des aufnehmenden Unternehmens:	Arbeitsgruppe AgriFood BioTech (Universität de València, Abteilung Präventive Medizin)
Straße/Postfach:	Avenida Vicent Andrés Estellés s/n
Postleitzahl und Ort:	46100 Burjassot
Land:	Spanien
Homepage:	http://www.uv.es/medprevent
E-Mail:	Giuseppe.meca@uv.es

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:	Das Praktikum habe ich eher zufällig gefunden. Durch den Mailverteiler des Career Service wurde ich auf aktuelle Angebote der FORTHEM Alliance aufmerksam. Darunter fand ich spontan ein Praktikum, das mich interessierte und sich zeitlich gut ins Studium integrieren ließ.
------------------	--

<p>Bewerbung (Ablauf, Initiativbewerbung, Auswahlgespräch, etc.):</p>	<p>Nach Entdecken der Praktikumsanzeige schrieb ich der Kontaktperson (also dem Arbeitsgruppenleiter, der das Praktikum angeboten hatte) eine E-Mail, um mich zu erkundigen, ob meine Qualifikationen für eine Bewerbung ausreichend wären. In der folgenden Antwort erhielt ich direkt eine Einladung für ein Praktikum. Folglich musste ich keine Bewerbung über FORTHEM senden und es fand kein Auswahlgespräch statt. Die Modalitäten klärten wir per Mail. Das Organisatorische lief dann über Erasmus+ bzw. den EU-ServicePoint der Uni Mainz und in ständiger Absprache mit den Zuständigen an Heimat- und Gastuniversität.</p>
<p>Wohnungssuche:</p>	<p>Für die Wohnungssuche nutzte ich das Internet. Besonders hilfreich war die Internetseite „uniplaces.com“. Sie bietet viele verschiedene Wohnungsangebote, die besonders für Studierende interessant sind - vom günstigen WG-Zimmer bis zur Luxuswohnung. Dort fand ich auch mein recht modernes Zimmer mit privatem Badezimmer für insgesamt 375 € im Monat. Es wurde privat vermietet und befand sich in einem Haus mit 10 solcher Zimmer in Universitätsnähe. Die Anfrage verlief problemlos, ich stellte sie direkt über die Internetseite und erhielt am nächsten Tag die Zusage. Den Vertrag unterschrieb ich bei Einzug.</p> <p>Studierende in Valencia berichteten mir von viel günstigeren Wohnungen bzw. WG-Zimmern, die sie durch persönlichen Austausch mit Kommilitonen/-innen gefunden hatten. Es kann sich also durchaus lohnen, auch vor Ort nach Wohnungen Ausschau zu halten.</p>
<p>Versicherung:</p>	<p>Zusätzlich zum Krankenversicherungsschutz durch die Europäische Krankenversicherungskarte bestand Schutz durch ADAC-Mitgliedschaft. Haftpflicht- und Unfallversicherung waren ebenfalls seit längerem durch Versicherung bei der Debeka Allgemeine Versicherung AG abgeschlossen. Um zusätzliche Versicherungen musste ich mich also nicht kümmern.</p>
<p>Telefon-/Internetanschluss im Zielland:</p>	<p>In der Wohnung war ein geeigneter Internetanschluss vorhanden, wobei die LAN-Verbindung deutlich besser funktionierte als das WLAN. Einen Telefonanschluss gab es nicht. Zum Telefonieren war aber das Handy ausreichend. Dank der Abschaffung der Roaming-Gebühren im europäischen Ausland entstanden keine Zusatzkosten und ich konnte meinen Vertrag ohne Änderungen weiterbenutzen.</p>
<p>Bank/ Kontoeröffnung:</p>	<p>Ein Bankkonto habe ich in Spanien nicht eröffnet. Zum gebührenfreien Geldabheben und Bezahlen nutzte ich die kostenlose Barclaycard Visa Kreditkarte.</p>
<p>hilfreiche Internetadressen/ Sonstiges:</p>	<p>Angebote für Auslandsaufenthalte: https://www.forthem-alliance.eu/ Wohnungssuche: https://www.uniplaces.com/de Für Organisatorisches und finanzielle Förderung: https://www.eu-servicepoint.de/ Kreditkarte: https://www.barclays.de/kreditkarten/visa-kreditkarte/</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>Es handelte sich um ein freiwilliges Forschungspraktikum, das nicht verpflichtend im Studienverlaufsplan vorgeschrieben ist. Allerdings wurde es als Modul akzeptiert und somit ließen sich die Credits anrechnen.</p>
<p>Aufgaben im Praktikum: konnten Sie Erlerntes umsetzen? Waren Sie über-/unterfordert? etc.</p>	<p>Da ich während meines Studiums, besonders während der Bachelorarbeit, mit Laborarbeit und mikrobiologischen Verfahren in Kontakt gekommen bin, halfen mir die bereits erlernten Grundtechniken (z. B. Animpfen, Ausplattieren, Zucht von Bakterienkulturen) sehr beim Einstieg. Methoden, die ich zuvor nicht kannte, konnte ich dank der sehr genauen Anleitungen meiner Betreuer erlernen. Dabei half auch, dass wir die Methoden mehrfach benötigten und sich somit eine Art Routine entwickelte. Überforderung kam nicht auf, obwohl einzelne Tage sehr hektisch waren. An manchen Tagen gab es wiederum sehr wenig zu tun. Die Zeit vertrieb ich mir dann mit theoretischer Arbeit, zum Beispiel mit dem Lesen von Publikationen.</p>
<p>Betreuung: (Einführungs-/Abschlussgespräch, wöchentl./monatl. Rücksprache, etc.)</p>	<p>Mit dem Leiter der Arbeitsgruppe und meinem „Haupt-Betreuer“ führte ich zu Beginn ein kurzes Einführungs-gespräch. Sie gaben mir einen generellen Überblick über die Planung und den Ablauf des Projekts, das ich unterstützen durfte. Die verwendeten Methoden lernte ich im Einzelnen genauer kennen, sobald wir sie benötigten. Ich fühlte mich schnell in die Arbeitsgruppe integriert, alle Mitarbeiter/-innen sind sehr aufgeschlossen und freundlich. Meistens arbeitete ich in Teamarbeit mit zwei Kommilitonen, die an der Universität Valencia studieren. Sie benötigen die Ergebnisse für ihre Abschlussarbeiten. Wir arbeiteten größtenteils selbstständig, mal gemeinsam, mal jeder für sich und im ständigen Austausch mit unseren Betreuern. Der Arbeitsgruppenleiter erkundigte sich mindestens wöchentlich über die Experimente und Zwischenergebnisse. Mit ihm führte ich ein Abschlussgespräch, welches sich hauptsächlich um mein Wohlbefinden in seiner Gruppe drehte. Über Ergebnisse sprach er mit mir persönlich selten, das taten wir meist in unserem kleinen Team und mit unseren Betreuern.</p>
<p>soziale Kontakte während des Praktikums:</p>	<p>Da ich für gewöhnlich eher introvertiert bin, hatte ich zuvor etwas Sorge vor sozialen Kontakten. Jedoch entwi-</p>

	<p>ckelte ich besonders zu meinen spanischen Kommilitonen/-innen, die gemeinsam mit mir für ihre Bachelor- oder Masterarbeit in der Arbeitsgruppe arbeiteten, ein sehr gutes, freundschaftliches Verhältnis, das wir auch weiterhin online pflegen. Meine insgesamt 10 Mitbewohner/-innen waren auch größtenteils recht aufgeschlossen, sodass wir uns sehr gut verstanden und viel Spaß bei gemeinsamen Abenden hatten. Nach meiner Erfahrung ergeben sich soziale Kontakte also zwangsläufig, da man auf viele Personen trifft, mit denen man „auskommen muss“. Wenn man dann offen und freundlich ist, findet man schnell neue Freunde/-innen.</p>
<p>Sprachkenntnisse (Nutzen, Verbesserung, etc.):</p>	<p>Vor der Planung des Praktikums besaß ich so gut wie keine Spanisch-Kenntnisse. Innerhalb von vier Monaten brachte ich mir mithilfe des „Komplett-Paket Spanisch“ des Langenscheidt-Verlags (knapp 20 € für zwei Bücher und sieben Audio-CDs) sowie der kostenlosen Online-Plattform „Duolingo“ immerhin grundlegende Spanisch-Kenntnisse selbst bei. Das war ausreichend für typische Konversationen im alltäglichen Leben, z. B. beim Einkaufen, im Restaurant oder für Ortsangaben. Durch das Arbeiten im Labor und den Austausch mit meinen Kommilitonen/-innen und Mitbewohner/-innen lernte ich die Sprache besser kennen, auch, wenn ich mit ihnen meistens auf Englisch kommunizierte. Während des Praktikums nutzte ich außerdem den Online Linguistic Support (OLS), zu dem man als ERASMUS Praktikant freien Zugang erhält. Dabei verbesserte ich mich besonders im Verstehen vom Gesagtem, aber auch von geschriebenen Texten sowie in der Grammatik.</p> <p>Da Englisch meine zweite Arbeitssprache war, ist die Sprache für mich nun viel gewohnter und ich kann mich auch spontan flüssig ausdrücken.</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>Im Allgemeinen bin ich sehr zufrieden mit dem Praktikum, denn es war mit Sicherheit eine Erfahrung fürs Leben. Tatsächlich habe ich es ohne große Erwartungen auf mich zukommen lassen, hätte aber nicht gedacht, dass es so toll wird. Fachlich bot es mir hauptsächlich Übung im Labor und den Umgang mit einem spannenden Thema, auch, wenn es nicht so fordernd war, wie ich erwartet hatte. Außerdem konnte ich Kontakte knüpfen, meine Sprachkenntnisse verbessern und mir wurde angeboten, zum Beispiel zum Promovieren wiederzukommen. Aus privater Sicht hatte das Praktikum großen Nutzen, da ich viele neue Freunde/-innen gefunden habe und es mein Selbstbewusstsein gestärkt hat. Es war motivierend, allein in einer fremden Stadt zurecht zu kommen und eigenverantwortlich alle Modalitäten (Wohnung, Hin- und Rückreise, etc.) zu regeln. Als negativen Punkt könnte ich höchstens anführen, dass die</p>

	<p>Planung viel Arbeit mit sich bringt und man erstmal alle Regelungen durchblicken und die richtigen Kontaktpersonen finden muss. Aber die Arbeit lohnt sich. Und da ich im Labor nur „unterstützende Funktion“ hatte, also kein komplett eigenes Projekt, war ich leider nicht so sehr in die Ergebnisauswertung eingebunden. Hierüber werde ich aber auf dem Laufenden gehalten.</p>
<p>Dauer des Praktikums: zu kurz, richtig, zu lang – Empfehlung über optimale Dauer</p>	<p>Für mich persönlich waren drei Monate die optimale Dauer. Das war ausreichend, um sich an Spanien und Valencia zu gewöhnen, die zahlreichen Sehenswürdigkeiten in der Stadt und im Umland zu entdecken und viel im Labor zu arbeiten und zu lernen. Da ich sehr heimatverbunden bin, war es aber auch schön, nach drei Monaten wieder nach Hause zu kommen, obwohl ich kein großes Heimweh hatte.</p> <p>Die optimale Dauer sollte jede/r, denke ich, individuell für sich selbst entscheiden. Wichtig ist meiner Meinung nach, dass es sich gut in den Studienverlaufsplan einfügen lässt. Im Masterstudiengang Biologie haben wir beispielsweise im dritten Semester keine festen Module, sondern können diverse Angebote (Praktika, Sprachkurse etc.) anrechnen lassen. Für eine kurze Auslandserfahrung sind drei Monate auf jeden Fall ausreichend. Andernfalls ließe sich auch über ein Auslandssemester nachdenken.</p>
<p>Durchschnittliche monatliche Ausgaben im Ausland in €; Mehrkosten ggü. Ausgaben in Deutschland:</p>	<p>Die monatlichen Kosten beliefen sich auf ca. 730 €. Darunter fallen 375 € Mietkosten. Im Vergleich zu Deutschland habe ich deutlich mehr „Erlebniskosten“ ausgegeben, also für Sehenswürdigkeiten oder das verlockende spanische Essen. Aber mit der Förderung durch den EU-Servicepoint und einem kleinen angesparten Finanzpolster bin ich gut über die Runden gekommen.</p>
<p>Was sollte man unbedingt wissen/ beachten?</p>	<p>Der Mut, sich auf ein Auslandspraktikum einzulassen, lohnt sich auf jeden Fall. Auch, wenn der Gedanke an das Ungewisse und der Papierkram abschreckend wirken können, ist es dennoch eine Erfahrung, die man nicht bereut.</p> <p>Für das Learning Agreement sollte man auf jeden Fall lieber etwas mehr Zeit einplanen, da es mit mehreren Personen koordiniert werden muss.</p> <p>Etwas verwirrt war ich zu Beginn über die Aufenthaltsgenehmigung. In Spanien ist für EU-Bürger/-innen ein Aufenthalt von 90 Tagen problemlos möglich. Bei einem Aufenthalt von länger als drei Monaten muss man einen Wohnsitz bei der zuständigen Gemeinde anmelden und die Eintragung in das zentrale Register für Ausländer bei der Generaldirektion der Polizei beantragen.</p>

	<p>Außerdem ist es in Spanien mitunter schwierig, sich auf Englisch zu verständigen (teilweise sogar in Behörden). Ein paar Spanischkenntnisse sind also definitiv von Vorteil.</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>Noch habe ich keine genaue Vorstellung meines späteren Berufs, kann mir aber durchaus vorstellen, in einem biologischen oder biotechnologischen Labor zu arbeiten. Hierfür hat mir das Praktikum sicherlich geholfen, auch, wenn ich einige der angewandten Methoden schon kannte. Viele Methoden waren hingegen neu für mich, was mir im Berufsleben helfen könnte. Daneben konnte ich viele Handgriffe üben und auch die Laborroutine vertiefen. Internationale Erfahrung ist im naturwissenschaftlichen Bereich generell nie schlecht, zum Beispiel für Vernetzungen und bessere Kommunikation durch die ausgebauten Sprachkenntnisse.</p>
<p>Können Sie die Stelle weiterempfehlen? (bitte begründen) Wenn ja, wäre Ihre Praktikumsstelle bereit, auch zukünftig PraktikantInnen aufzunehmen?</p>	<p>Auf jeden Fall kann ich die Arbeitsgruppe jedem weiterempfehlen, der/die ein Praktikum im Bereich (Lebensmittel-)Biotechnologie sucht oder an der Arbeit mit Bakterien und Pilzen sowie der Analyse von Stoffwechselprodukten oder Mykotoxinen in Lebensmitteln interessiert ist. Jedoch sollte man bedenken, dass untereinander hauptsächlich spanisch gesprochen wird und man, bei geringen Sprachkenntnissen, nicht in allzu viele Konversationen einbezogen wird.</p> <p>Die Arbeitsgruppe ist auf jeden Fall bereit, Praktikanten/-innen aufzunehmen. Am besten schreibt man dem Arbeitsgruppenleiter Giuseppe Meca bei Interesse einfach eine E-Mail an die oben genannte Adresse.</p>
<p>hilfreiche Internetadressen/ Sonstiges</p>	<p>Generelle Infos zu Spanien: https://www.auswaertiges-amt.de/de/aussenpolitik/laender/spanien-node</p> <p>Aufenthaltsrecht Spanien: http://www.exteriores.gob.es/Consulados/MUNICH/Deutsch/Services/Consulares/Paginas/Visa.aspx</p> <p>https://magwilhelm.eu/aufenthalt-in-spanien/</p> <p>Alles über Valencia: https://www.visitvalencia.com/de</p> <p>Sprachtraining: https://www.duolingo.com/</p> <p>Übrigens hat die Hin- und Rückreise problemlos mit dem Zug funktioniert. Es war zwar etwas teurer als ein Flug, aber dafür ökologischer und spannender. Sehr hilfreich bei der Planung war https://www.raileurope.com/de</p>

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