

Praktikumsbericht [C1] Erasmus+ Praktikum – Akademisches Jahr 2025 / 2026

Stand: April 2024

Bitte füllen Sie alle Felder des Formulars 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 in anonymisierter Form anderen Studierenden bei der Praktikumssuche zur Verfügung stehen. Bitte achten Sie daher unbedingt darauf, wichtige Internetadressen und weitere hilfreiche Informationen anzugeben!

ALLGEMEIN

Zielland:	England, Vereinigtes Königreich
Studienfach:	M.Sc. Biology/ Molecular und Medical Neuroscience
Heimathochschule:	RPTU Kaiserslautern-Landau
Berufsfeld des Praktikums:	Biologisches Labor, Forschung
Arbeitssprache:	Englisch
Zeitpunkt des Praktikums:	Von 06/10/2025 bis 19/12/2025

PRAKTIKUMSSTELLE

Name des aufnehmenden Unternehmens:	The University of Cambridge Department of Zoology
Straße/Postfach:	Downing Street
Postleitzahl und Ort:	CB2 3EJ Cambridge
Land:	England, Vereinigtes Königreich
Homepage:	https://www.zoo.cam.ac.uk/
E-Mail:	ml10006@cam.ac.uk

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 habe monatelang davor einfach alle möglichen Labore und Institute im Ausland angeschrieben, die ich interessant fand. Irgendwann redete ich mit einem Professor meiner Heimatuni und er erzählte, dass er einen Kontakt in Cambridge hätte, der gerne mal Erasmus-
------------------	--

	und Praktikumsstudenten annahm. Also kontaktierte ich ihn, wir besprachen Details in einem Zoom-Call und dann kam das Praktikum recht schnell zu Stande.
Bewerbung (Ablauf, Initiativbewerbung, Auswahlgespräch, etc.):	Ich habe dem leitenden Professor hier vor Ort einfach eine E-Mail geschickt mit einem kurzen Anschreiben, meinem CV und Zeugnissen im Anhang und gefragt, ob er Kapazitäten hätte und gefragt, ob wir über Details sprechen können. Man muss dazu aber auch sagen, dass die Suche allgemein sehr lange dauern kann. Ich habe seit Januar 2025 über 40 Labore angeschrieben, die meisten haben gar nicht geantwortet und die die antworteten, haben abgesagt, bis auf ein anderes Labor.
Wohnungssuche:	Ich habe über SpareRoom nach einem Zimmer gesucht, das ist eine Website über die vor allem Familien privat Zimmer anbieten. Wenn man 6 Monate oder länger bleibt, könnte man auch schauen ob Colleges Zimmer frei haben und man ein Anrecht darauf hat, diese sind eher zentraler und sind vor allem für Studienanfänger ganz gut, aber auch unfassbar teuer.
Versicherung:	Ich habe eine zusätzliche Auslandsrankenversicherung über meine reguläre Krankenversicherung abgeschlossen, einfach um auf Nummer sicher zu gehen, das wäre aber eigentlich nicht notwendig. Und sonst bin ich über meine Familie auch im Ausland Unfall- und Haftpflichtversichert.
Telefon-/Internetanschluss im Zielland:	Wlan habe ich bei meiner Gastfamilie oder in der Uni über Eduroam und ansonsten nutze ich mobile Daten zu den gleichen Konditionen wie in Deutschland über meinen Internetanbieter, das kommt aber individuell auf den Anbieter drauf an und ändert sich zum 1.1.2026 glaube ich auch nochmal, dann wird eine neue SIM oder eine eSIM vielleicht nötig sein.
Bank/ Kontoeröffnung:	Ich habe kein englisches Konto erstellt. Da man hier aber nicht mit Euro, sondern mit britischen Pfund zahlt, und meine deutsche Sparkasse für jeden Transaktion im Ausland mit einer anderen Währung eine Gebühr berechnet, habe ich mir eine kostenlose Kreditkarte zugelegt. Dafür habe ich einfach auf Check24 verglichen, welche es gibt, und kann jetzt ganz normal damit bezahlen. Bargeld braucht man hier eigentlich nie, höchstens mal auf dem Markt.
hilfreiche Internetadressen/ Sonstiges:	Es war unfassbar verwirrend, ob ich ein Visum brauche oder eine ETA reicht, letztendlich hat eine ETA vollkommen ausgereicht, sie kostete auch nur ~20€ statt ~300€+ für ein Visum. Ansonsten ist England nicht sehr kompliziert. Für die Einreise brauchte ich aber eine Einladung der Uni (die wurde mir vorher auch geschickt), ich weiß nicht, was die Uni im Hintergrund alles noch vorbereitet hat. Für Zugbuchungen in England habe ich die Apps Trainline und Trainpal genutzt und mir eine Railcard 16-25 gekauft, damit gibt es auf viele

	Zugfahrten 30% Rabatt. Man kann sich für Tesco, Boots und viele andere Supermärkte Konten einrichten, durch die man Rabatte bekommt, dafür braucht man aber meist eine englische Telefonnummer.
--	---

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:	Ich mache hier ein Laborpraktikum, das heißt ich arbeite in einem wissenschaftlichen Labor, in dem an eine bestimmte Phase in der Entwicklung des Gehirns geforscht wird, als Forschungsobjekt wird <i>Drosophila</i> , die Fruchtfliege genutzt. Ich bereitete mich vor indem ich Paper und andere Veröffentlichungen laß und vor Ort helfe ich im Labor ganz normal mit. Es ist nicht alles strikt durchgeplant, wie manche es vielleicht aus Praktika aus dem Bachelor kennen, sondern es wird immer überlegt „Was möchten wir herausfinden“ und „Wie kommen wir dahin“. Man hat auf jeden Fall ein Mitspracherecht und ich konnte auch selbst sagen, dass ich z.B. Mikroskopie sehr cool finde. Ich arbeite mit anderen Studenten, sowohl Masteranden als auch PhD Studenten zusammen.
Aufgaben im Praktikum: konnten Sie Erlerntes umsetzen? Waren Sie über-/unterfordert? etc.	Überfordert war ich nicht, manche Aufgaben und Techniken wirkten am Anfang sehr fordernd, aber auf eine gute Art und Weise. Es weckte den Ehrgeiz. Ich habe davor schon jahrelang im Labor gestanden, aber es ist überall etwas anderes. Jedes Labor beschäftigt sich mit etwas anderem und auch wenn es mal ähnlich ist, hat jedes Labor bestimmte Eigenarten und Details unterscheiden sich. Wie gesagt, habe ich keine strikten geplanten Aufgaben, das Labor arbeitet an verschiedenen Ideen und es kann immer gerne mal sein, dass ein Versuch ins Nichts führt und man einen anderen Ansatz probieren muss, deswegen wechseln meine Aufgaben auch manchmal. Ich kann aber sagen, dass ich keine „typischen“ Praktika aufgaben bekommen habe, ich musst nicht stundenlang irgendwas putzen oder repetitive Aufgaben unternehmen, sondern konnte meine Ideen einbringen und mit den PhD und Masterstudenten sowie dem Prof zusammen überlegen, was man machen konnte. Ich arbeitete zudem an meinem eigenen kleinen Assay, beziehungsweise dem Set up davon. Dazu kommt dass die Arbeit in der Forschung eigentlich nie hervorsehbar oder 100%ig planbar ist, man lernt im Labor immer gut, wie man mit solchen Situationen umgeht, wie man neu plant, sich neue Strategien überlegt etc.
Betreuung: (Einführungs-/Abschlussgespräch, wöchentl./monatl. Rücksprache, etc.)	Fast täglich fanden Gespräche statt und circa einmal die Woche sogenannte Labmeetings und zusätzlich dazu konnte ich immer Fragen stellen, wenn es Fragen gab. In den ersten zwei Wochen war die Betreuung noch intensiver, das ließ aber nach sobald ich mich etwas mehr an alles gewöhnte.

soziale Kontakte während des Praktikums:	Die Kollegen im Labor, aber auch andere Mitarbeiter des Departments, die Mitbewohnerin in meiner Unterkunft und weitere Bekannte, die ich durch Laborkollegen kennenlernte.
Sprachkenntnisse (Nutzen, Verbesserung, etc.):	Wir haben nur Englisch miteinander gesprochen, das beherrsche ich ganz gut, natürlich wird der Wortschatz etwas größer und durch das Lesen von Papers lernt man auch ein paar neue Fachwörter.
kurze Gesamtbewertung des Aufenthaltes: fachlicher/ privater Nutzen; was waren Ihre Erwartungen – wurden diese erfüllt? Was war besonders gut/ nicht so gut?	Ich wollte das Praktikum vor allem nutzen, um neue Methoden zu lernen und um aus meiner eigenen Komfortzone herauszukommen und ich würde behaupten, dass beides gut funktioniert hat. Allein in ein anderes Land gehen zwingt einen ja fast schon dazu über seinen Schatten zu springen. Sich mit einer neuen Stadt auseinander zu setzen, sich zurechtfinden, vielleicht mal nach dem Weg fragen etc. Ich habe auch viele neue Kontakte knüpfen können, die mir in der Zukunft vielleicht etwas bringen werden.
Dauer des Praktikums: zu kurz, richtig, zu lang – Empfehlung über optimale Dauer	Mein Praktikum ging 11 Wochen, ich wollte nicht zu lange weg sein, aber trotzdem lange genug, damit ich Zeit habe mich an das Labor zu gewöhnen und ich denke das hat ganz gut funktioniert. Länger ginge natürlich immer, für mich hat es aber gepasst.
Durchschnittliche monatliche Ausgaben im Ausland in € ; Mehrkosten ggü. Ausgaben in Deutschland:	770€ für mein Zimmer, circa 200€ für (Lebensmittel-)Einkäufe, 250€ für sonstige Aktivitäten, 300€ für Auswärtsessen/Mensa etc. Unterscheidet sich sehr nach Lebensstil, ich hätte mehr selbst kochen können weniger Restaurants und Cafés ausprobieren können. Ich habe auch nicht so viele Tages-/Wochenendtrips gemacht und nicht viel geshoppt, das ist ja bei jedem anders. (mein Wohnheimzimmer in DE kostet 226€ pro Monat, Lebensmittel sind hier etwas teurer, Öffis sind viel teurer und Auswärtsessen ist ebenso teurer, vor allem wenn man in unserer deutschen Mensa Essen für 3-4€ bekommt)
Was sollte man unbedingt wissen/ beachten?	Kosten: Ein Auslandsaufenthalt kann je nach Zielland unfassbar teuer sein, Erasmus+ ist zwar eine gute Förderung, aber man muss sich immer auf mehr Kosten einstellen, vor allem wenn man im Heimatland auch noch seine Wohnung/Zimmer/Nebenkosten/Abos weiterzahlen muss. Man muss vorher auf jeden Fall kalkulieren, überlegen und gut planen. Falls man nicht arbeitet oder keine sonstige Unterstützung durch z.B. Familie bekommt, kann es echt hart werden. Sprache: Das war hier in England jetzt kein großes Problem, aber je nach Zielland finde ich, dass man zumindest versuchen sollte, sich ein bisschen an die Sprache anzupassen. Leben: Die Kultur ist hier nicht sehr anders, mein Lifestyle ist ebenso nicht so unterschiedlich, aber man sollte sich vorbereiten was auf einen zukommt.

	Technik: Für meine Arbeit hier ist ein Laptop gut und praktisch, es gibt zwar auch Computer hier vor Ort, aber ein Laptop für die Arbeit ist hilfreich, der natürlich auch teuer werden kann. Ich denke aber, dass man dafür auch Lösungen finden könnte.
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?	Ich weiß noch nicht genau als was ich später arbeiten werde und ich denke so geht es vielen. Ich wollte den Master nutzen, um viele Einblicke in verschiedene Labore zu bekommen. Ich denke aber, dass solche Erfahrungen immer dabei helfen, die Selbstständig auszubauen, Sprach- und Laborskills zu erweitern/verbessern und es vor allem auch bei Unternehmen gut ankommt. Ich möchte nach dem Master keinen PhD absolvieren, sondern versuche in die (Pharma-) Industrie einsteigen zu können und fange deswegen ab Februar ein Praktikum in einem der größten Biotechunternehmen weltweit an. Bei der Bewerbung kam mein Praktikum hier bestimmt gut an (aber auch andere Skills und Erfahrungen, die ich in den letzten Jahren gesammelt habe). Ich erhoffe mir durch das nächste Praktikum nähere Einblicke in die Arbeit in der Industrie zu bekommen, und vielleicht auch Kontakte für Jobmöglichkeiten nach dem Master knüpfen zu können.
Können Sie die Stelle weiterempfehlen? (bitte begründen) Wenn ja, wäre Ihre Praktikumsstelle bereit, auch zukünftig PraktikantInnen aufzunehmen?	Ja, auf jeden Fall. Ich habe mich in Cambridge, aber auch hier im Department und im Labor sehr wohl gefühlt. Die Menschen waren immer offen und lieb, die Betreuung war gut, ich wurde nicht mit Aufgaben überfordert (auch nicht unterfordert, mir sollte ja nicht langweilig werden). Ich hatte hier eine schöne Zeit. Ich denke schon, dass es möglich ist, ein Praktikum anzufragen, es kommt aber immer darauf an wie viele Kapazitäten die Labore gerade haben, wie viele neue Masterstudenten anfangen, ob es PhD Studenten oder Post docs für die Betreuung gibt, das müsste man vorher anfragen und abklären. Zudem weiß ich nicht wie lange Aufenthalte in England noch vom Erasmus+ Programm gefördert werden, nach dem Brexit in 2020.
hilfreiche Internetadressen/ Sonstiges	Für Zimmervermietung: https://www.spareroom.co.uk/ Um interessante Institute/Research Groups zu finden: https://cambridgeand.com/a-unique-ecosystem/research-institutes Research der Uni: https://www.cam.ac.uk/research?ucam-ref=global-header Zugbuchungen: Eurostar, Trainline, Trainpal Ausgaben tracken: Haushaltsbuch App Sonstiges: denkt an Steckdosenadapter

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

Ja ☒ Nein ☐

