



## **ZUR PERSON**

Fachbereich:	<b>Public Health</b>
Studienfach:	<b>Ernährungswissenschaften</b>
Heimathochschule:	<b>Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg</b>
Nationalität:	<b>deutsch</b>
Praktikumsdauer (von ... bis ...):	<b>08.08.2022 - 07.10.2022</b>

## **PRAKTIKUMSEINRICHTUNG**

Land:	<b>Österreich</b>
Name der Praktikumsrichtung:	<b>ÖGE (Österreichische Gesellschaft für Ernährung)</b>
Homepage:	<b><a href="https://www.oege.at/">https://www.oege.at/</a></b>
Adresse:	<b>Österreichische Gesellschaft für Ernährung c/o AGES Bürotrakt WH Spargelfeldstraße 191, 1200 Wien</b>
Ansprechpartner:	<b>Mag. Alexandra Hofer</b>
Telefon / E-Mail:	<b>Tel.: +43/1/714 71 93 E-Mail: <a href="mailto:inof@oege.at">inof@oege.at</a></b>

## 1) Praktikumseinrichtung

*Bitte beschreiben Sie kurz Ihre Praktikumseinrichtung.*

Die ÖGE wurde 1951 gegründet und ist ein gemeinnütziger Verein frei von politischen und wirtschaftlichen Interessen, der der Öffentlichkeit österreichweit kritische, wissenschaftlich fundierte Informationen über Ernährung und Lebensmittel zur Verfügung stellt. Die ÖGE unterstützt die Lehre und die Übertragung von Forschungsergebnissen in die Praxis. Als Schnittstelle zwischen der Wissenschaft und der Öffentlichkeit ist die ÖGE relevant für das Einordnen von Trends und neuen Studien in den ernährungswissenschaftlichen Kontext – besonders für die Bevölkerung. Durch Vorträge durch Fachexpert:innen bei Tagungen oder Kongressen, aber auch durch das Bereitstellen von Informationen für Verbraucher:innen auf der Website findet ein Informationsaustausch statt, der eine Anleitung zur gesunden Ernährung bieten soll. Ziel dahinter ist es, die Gesundheit der Bevölkerung zu fördern, zu erhalten und gegebenenfalls wiederherzustellen. Dies geschieht zudem auch durch die Zusammenarbeit mit Bundesministerien, aber auch durch den Kontakt zu internationalen Organisationen, Firmen und Gesellschaften im Bereich Ernährung und Lebensmittel. Dies können Partnerorganisationen wie z.B. die DGE e.V. (Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V.), die NEK (Nationale Ernährungskommission) oder die IUNS (International Union of Nutritional Sciences) sein.

Außerdem veröffentlicht die ÖGE vier Mal im Jahr die Fachzeitschrift „Ernährung aktuell“, in der neue wissenschaftliche Erkenntnisse publiziert und neue Studien vorgestellt werden. Zudem werden Fortbildungsveranstaltungen für Mitglieder organisiert. Außerdem wird die Ernährungsakademie organisiert, bei der Pädagog:innen, Leiter:innen und Assistent:innen von Kinderbetreuungseinrichtungen im Bereich der gesunden Ernährung von Kindern weitergebildet werden. Des Weiteren steht den Mitgliedern der ÖGE in der Geschäftsstelle zur Weiterbildung eine Auswahl an Fachliteratur zur Verfügung, die bei Bedarf auch ausgeliehen werden kann.

Weitere Projekte der ÖGE sind beispielsweise das ÖGE-Gütesiegel für Mahlzeiten in Mensen und Kantinen, welches eine Qualitätsauszeichnung für nährstoffoptimierte Speisen darstellt. Zusätzlich führt die ÖGE Nährwertberechnungen durch und wirkt gemeinsam mit Deutschland und der Schweiz an der Bereitstellung der D-A-CH-Referenzwerte mit, die die relevante Grundlage für die Nährstoffzufuhr von Makro- und Mikronährstoffen im deutschsprachigen Raum sind.

Außerdem vergibt die ÖGE jährlich im Rahmen der Jahrestagung den Ernährungsforschungspreis für Arbeiten von Jungwissenschaftler:innen.

## 2) Praktikumsplatzsuche

*Auf welchem Weg haben Sie Ihren Praktikumsplatz gefunden? Gibt es empfehlenswerte Links oder andere Tipps?*

Hauptsächlich durch eigene Recherche und eigenständige Suche nach passenden Einrichtungen. Die DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung) war mir durch mein Studium bekannt und die ÖGE schließt daran als Partnerorganisation der DGE in Österreich an.

## 3) Vorbereitung

*Wie haben Sie sich auf das Praktikum vorbereitet (sprachlich, interkulturell, fachlich, organisatorisch etc.)? Gibt es empfehlenswerte Links oder andere Tipps?*

Fachlich: Da die Jahrestagung der ÖGE zum Thema „Food Processing – Vom Feld bis zur Zelle“ im Praktikumszeitraum statt gefunden hat und ich an der Organisation der Tagung mitwirken durfte, habe ich mich vorher mit Studien zu verarbeiteten Lebensmitteln und ihre Auswirkungen auf die Gesundheit beschäftigt.

Organisatorisch: Selbstverständliche die Suche nach einer Wohnung (s. Punkt 4) und das Buchen der Hinfahrt.

#### 4) Unterkunft

*Wie haben Sie Ihre Unterkunft gefunden? Gibt es empfehlenswerte Links oder andere Tipps?*

Mein Zimmer habe ich in einer WG bei WG-gesucht zur Untermiete gefunden. Auch, wenn ich die Möglichkeit gehabt hätte, in einem Studentenwohnheim zu wohnen, habe ich mich dennoch dagegen entschieden. Das hatte mehrere Gründe. Einerseits war es etwas günstiger. Zudem gab es in der WG und im Zimmer den Vorteil, dass das Zimmer schon eingerichtet war und die Küche und das Bad voll ausgestattet waren. Mit meiner Vermieterin habe ich außerdem vereinbart, dass ich keine Handtücher oder Bettwäsche mitbringen musste. Das hat den Umzug vereinfacht, weil ich nicht alles selber mitbringen musste. In Kauf habe ich dafür einen etwas längeren Arbeitsweg genommen. Meine WG war im 3. Bezirk, was einen Arbeitsweg von etwa 50 min erfordert hat. Mit den öffentlichen Verkehrsmitteln konnte ich die Praktikumsstelle aber sehr gut erreichen! Zudem hat mir der Untermietvertrag mehr Flexibilität geboten. Das Studentenwohnheim hätte ich nur monatsweise mieten können und mit meiner Vermieterin konnte ich eine Zwischenlösung finden, weil ich nur noch Anfang Oktober 2022 da war und so nicht den kompletten Monat Miete bezahlen musste. Es lohnt sich also sich zu überlegen, was einem persönlich nicht nur bei der Unterkunft, sondern auch bei den äußeren Umständen wie z.B. Arbeitsweg, Gepäck, usw. wichtig ist, um das Passende zu finden.

Bei der Recherche für die Unterkunft habe ich folgende Seiten genutzt:

- [www.wg-gesucht.de](http://www.wg-gesucht.de)
- [www.housinganywhere.com](http://www.housinganywhere.com)
- [www.stuwo.at/studentenheime/wien/](http://www.stuwo.at/studentenheime/wien/)
- [www.home4students.at/wohnheime-ubersicht/wohnheime-wien/](http://www.home4students.at/wohnheime-ubersicht/wohnheime-wien/)
- [www.vetheim.at/](http://www.vetheim.at/)

#### 5) Praktikum

*Bitte beschreiben Sie die während Ihres Praktikums bearbeiteten Aufgaben und/oder Projekte. Wie erfolgte die Betreuung und Integration? Wie waren die Arbeitsbedingungen? Gab es besonders positive oder auch negative Erfahrungen?*

Die ÖGE Geschäftsstelle sitzt in der AGES in Wien und zum Zeitpunkt, zudem ich angefangen habe, war nur die Betreuerin und eine weitere Praktikantin (die mit mir begonnen hat) im Büro. Zu den weiteren Mitarbeiter:innen der ÖGE hatte ich wenig Kontakt, da diese größtenteils im Home Office tätig sind. Somit habe ich mich sehr schnell zurecht gefunden und wohl gefühlt. Mit der anderen Praktikantin konnte ich mich gut bei Fragen besprechen, aber auch meine Betreuerin war immer ansprechbar und hat schnell weiter geholfen. Zu Beginn viel es mir etwas schwer einzuschätzen, welche Aufgaben ich durchführen soll bzw. wie viel Selbstständigkeit gewünscht ist. Aber das gibt sich mit der Zeit und wird einfacher. Nach der dritten Woche konnte ich schon sehr eigenständig mithelfen und Aufgaben ausführen.

Einen großen Teil der Mitarbeit hat die Vorbereitung der Jahrestagung eingenommen und ich habe einen Einblick erhalten, was es bedeutet eine große Veranstaltung zu organisieren.

An der Durchführung der Tagung mitzuwirken war auch sehr spannend! Diese hat schlussendlich online statt gefunden, daher war eine Aufgabe während der Tagung die Betreuung der Teilnehmer:innen per Email, per Telefon und auch im Chat des Konferenz-Programms. Da habe ich natürlich auch die Chance bekommen nebenbei ein paar Vorträge anzuhören!

Es gab viele administrative Aufgaben, die durchgeführt werden mussten. Neumitglieder mussten in die Datenbank eingetragen und aufgenommen werden. Außerdem musste die Website verwaltet werden und z.B. neue Veranstaltungstermine für Fachexpert:innen angelegt werden oder Beiträge zu Themen im Bereich Ernährung und Lebensmittel aktualisiert werden. Zudem ist auch eine Aufgabe der ÖGE die Herausgabe der Fachzeitschrift Ernährung aktuell und die Beantwortung von Anfragen durch Mitglieder, private und öffentliche Einrichtungen, Medien und Verbraucher:innen.

Besonders Spaß gemacht hat mir die Mitarbeit an der Ernährung aktuell. Dafür mussten Abstracts der Vorträge, die bei der Jahrestagung gehalten worden sind, layoutiert und korrekturgelesen werden. Außerdem durfte ich zwei Buchrezensionen verfassen.

Eine weitere Aufgabe hat im Rahmen des Projekts KIRAS zur Krisenbevorratung stattgefunden. Ziel dieses Programms ist es, Forschungsprojekte, die sich mit der Prävention und Beseitigung von infrastrukturellen Schäden beschäftigen, zu fördern und so unter anderem die Sicherheit für die Bevölkerung zu erhöhen.

Begonnen habe ich mit einer Recherche zu den Hintergründen und dem Zweck der Lebensmittelbevorratung. Teil davon war es auch herauszufinden, welche Empfehlungen und Tipps zur Bevorratung es schon gibt und welche Institutionen schon Informationen bezüglich eines Vorrats bereitgestellt hatten. Auf offiziellen Vorgaben basierend habe ich dann einen Vorschlag für eine Vorrattabelle entwickelt, die die empfohlenen Mengen und Häufigkeiten des Konsums der Lebensmittelgruppen berücksichtigt, die Problematik der Lagerung mit einbezieht und die Regionalität der Lebensmittel beachtet.

Die Stimmung im Team war sehr rücksichtsvoll und teamorientiert. Meine Betreuerin und auch die weitere Praktikantin waren sehr hilfsbereit. Auch hatte meine Betreuerin Interesse daran gezeigt, dass wir Aufgaben bekommen, die uns weiter bringen uns aber auch nicht überfordern. Sie hat versucht herauszufinden, was uns am Besten liegt. Somit hatte ich auch das Gefühl, dass mir das Praktikum in meiner persönlichen und fachlichen Entwicklung weiter helfen konnte.

## **6) Erworbene Qualifikationen**

*Welche Qualifikationen und Fähigkeiten haben Sie während des Praktikums erworben bzw. verbessert?*

Ich habe ein Gefühl dafür entwickelt wie ich am besten mit neuen Aufgaben umgehe und bis wann ich eigenständig klar komme und ab wann es für mich Sinn macht, nach Hilfe zu fragen.

Durch eigene kleine Projekte, die mir übergeben wurden, konnte ich auch mein Zeit- und Aufgabenmanagement verbessern.

Durch die vielen verschiedenen Aufgaben, die anstehen und über die man den Überblick halten muss, konnte ich auch meine Koordinations- und Organisationsfähigkeiten verbessern.

Das Arbeiten mit MS-Office Programmen wie Word oder Excel konnte ich verbessern und mein Wissen über Funktionen erweitern. Außerdem habe ich Erfahrung mit der Arbeit von CMS-Systemen, Webhosting und Newslettergestaltung gewonnen.

## **7) Landesspezifische Besonderheiten**

*Gibt es im Zielland besondere Bestimmungen für Praktika, die für Sie relevant waren (z.B. Wohngeld, Convention de Stage)? Wenn ja, welche? Gibt es empfehlenswerte Links oder andere Tipps?*

## **8) Visum, Arbeits- und Aufenthaltserlaubnis (nur für internationale Studierende)**

*Welche Vorbereitungen mussten Sie in Bezug auf Visum, Arbeits- und Aufenthaltserlaubnis treffen? Gibt es empfehlenswerte Links oder andere Tipps?*

Unbedingt frühzeitig einen Termin bei einem Magistratischen Bezirksamt für einen Meldezettel beantragen! In Wien (bzw. Österreich) muss man sich bei Aufenthalten, die eine kostenpflichtige Unterkunft erfordern, melden. Dies sollte man innerhalb der ersten drei Tagen des Aufenthalts machen. Allerdings kann es sein, dass man doch online erst einen Termin für einen späteren Tag bekommt. Trotzdem sollte man frühzeitig einen Termin beantragen!

Eine Vorlage findet man auf offiziellen Seiten. Diese muss man ausgefüllt und vom Vermieter/der Vermieterin unterschrieben beim Magistratischem Bezirksamt vorlegen, um einen Meldezettel zu erhalten. Am Praktikumsende muss man den Nebenwohnsitz wieder abmelden, das ging bei mir aber ganz einfach per Mail.

## **9) Sonstiges**

*Gibt es noch etwas, das Sie anderen Studierenden mitteilen möchten?*

## 10) Fazit

*Wie lautet das Fazit zu Ihrem Erasmus-Praktikum?*

Für mich hat sich das Praktikum bei der ÖGE wirklich gelohnt! Ich habe einen umfangreichen Einblick in einen praktischen Fachbereich der Ernährungswissenschaften bekommen und konnte viel mitnehmen. Besonders geholfen hat mir das wissenschaftliche und kritische Arbeiten, welches mir sicherlich in den nächsten Jahren zu gute kommen wird. Außerdem habe ich einen Eindruck davon bekommen welche administrativen Aufgaben zusätzlich anfallen können und wie man am Besten damit umgeht.

Außerdem habe ich gesehen wie die Zusammenarbeit mit Ministerium bzw. offiziellen Stellen aussehen kann und was alles dahinter steht.

Ich gehe also sehr positiv aus dem Praktikum heraus und mit neuer Motivation für mein Studium und weiter zu Lernen!

---

### **Einverständniserklärung:**

Ich bin mit der Veröffentlichung dieses Erfahrungsberichts auf der Webseite des Leonardo-Büros Sachsen-Anhalt einverstanden.

Ich versichere, dass die verwendeten Fotos Rechte anderer Personen oder Unternehmen nicht verletzen (Persönlichkeitsrechte, Urheberrechte etc.).

---

Bitte senden Sie diesen Bericht per E-Mail an [angela.wittkamp@ovgu.de](mailto:angela.wittkamp@ovgu.de)!  
Mögliche Dateiformate: [.doc], [.docx], [.rtf], [.odt].