ERASMUS + Erfahrungsbericht [zur Veröffentlichung auf unserer Webseite]

*Bitte fügen Sie hier mindestens ein **FOTO** von Ihrem Praktikumsaufenthalt ein! Bevorzugte Motive sind Fotos der Unterkunft, des Arbeitsplatzes und Situationen bei der Arbeit. Achtung: Aus rechtlichen Gründen senden Sie uns bitte nur selbst erstellte Fotos zu!*

1. 2er WG in Flogstavägen – Wohnung

2. Lagerfeuer in Håga – Naturreservat 10 Minuten von meiner WG

3. Ångström Laboratoriet – Praktikumsstelle

4. Polarlichter in Uppsala

5. Expression von rekombinanten Proteinen

6. Mutant library Screening-Experiment

ZUR PERSON

Fachbereich:	**Biotechnologie**
Studienfach:	**M. Sc. Industral Biotechnology**
Heimathochschule:	**Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg**
Nationalität:	**Deutsch**
Praktikumsdauer *(von ... bis …)*:	**14.02.2022 - 31.07.2022**

PRAKTIKUMSEINRICHTUNG

Land:	**Schweden**
Name der Praktikumseinrichtung:	**Department of Chemistry - Ångström Laboratoriet**
Homepage:	**https://kemi.uu.se/angstrom/research/molecular-biomimetics/microbial-chemistry**
Adresse:	**Ångströmlaboratoriet, Lägerhyddsvägen 1 75120 Uppsala**
Ansprechpartner:	**Karin Stensjö**
Telefon / E-Mail:	**Karin.stensjo@kemi.uu.se +46 18471 6586**

ERFAHRUNGSBERICHT *(ca. 3 Seiten + ggf. weitere Fotos)*

1) Praktikumseinrichtung

Bitte beschreiben Sie kurz Ihre Praktikumseinrichtung.

Das Ångström Laboratoriet befindet sich im Süden der Stadt und in eine der größten interdisziplinä-ren Forschungs- und Lehreinrichtungen der Univer-siität in Uppsala. Forschungsgruppen und Studierende in den Feldern der Mathematik, Physik, Astronomie, Elektrotechnik und Chemie befinden sich in diesem Komplex. Die Forschungsgruppe "Microbial Chemistry", in welcher ich für mein Praktkum war, ist eine der wenigen Forschungsgruppen mit biologischer oder biotechnologischer Ausrichtung. Das Gebäude und die Labore sind sehr modern und es wurde vor kurzem noch um einen neuen Gebäudeteil erweitert.

2) Praktikumsplatzsuche

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

Den Praktikumsplatz habe ich mit Hilfe einer Liste vom Leonardo-Büro gefunden. In der Liste finden sich viele verschieden Einrichtungen, die bereits Studenten für Praktika aufgenommen haben. Anschließend habe ich die nöten Bewerbungsunterlagen (CV, letter of motivation) zusammengestellt. Die Information, welche Unterlagen für die Bewebung benötigt werden, waren auch in der Liste zu finden. Da dies mein zweites Praktikum im Ångström laboratoriet war, war die Organisation des Praktikums sehr leichtgängig da ich die verantwortlichen Personen und die internen Abläufe schon kannte.

3) Vorbereitung

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

Meine Vorbereitung für das Praktikum war sehr durch den organisatorischen Aspekt geprägt, da das Ziel des Praktikums auch der Abschluss meines Studiums mit der Masterarbeit war. Da dies mein zweites Praktikum in dieser Forschungsgruppe war, kannte ich allerdings schon die Abläufe. Aus fachlicher Sicht hatte ich mich nicht vorbereitet, da mir der Forschungsschwerpunkt und das Projekt schon vom ersten Praktikum bekannt waren. Um schwedisch zu lernen habe ich Duolingo sehr häufig verwendet.

4) Unterkunft

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

Als ausländischer Student, der nur für ein Praktikum nach Uppsala kommt hat man theoretisch keinen Anspruch auf ein Studentenwohnheimplatz. Jedoch kann man das Housing office kontaktieren und sich per Email ein Zimmer anfragen. Diese senden dann meist innerhalb von wenigen Wochen ein Angebot, falls es freie Zimmer gibt. WGs wie in Deutschland sind nicht sehr üblich, wenn man gut sucht findet man jedoch auch gute Angebote. Gute Seiten um Untervermietungen zu finden sind:
https://www.blocket.se/
https://studentboet.se/
Ich hatte mein Zimmer in der 2er WG über Blocket.se gefunden, was dem deutschen ebay kleinazeigen entspricht. Auf der seite gibt es eine Unterkategorie speziell für wohnungen Zimmer und allgmein Wohnen.

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?

In meinem Projekt hatte ich während meines ersten Aufenthalts die Möglichkeit, viele verschiedene Methoden anzuwenden und zu lernen: Site-directed mutagenesis PCR, Transformation von E. coli, Kultivierung für die Produktion von rekombinaten Proteinen, Proteinanalyseverfahren (SDS-PAGE, Western Blot), Downstream Verfahren: Zellaufschluss und Proteinreinigung in einem FPLC System. Ich konnte nach meine Rückkehr an die Praktikumsstelle meine Arbeit direkt fortsetzen. Zusätzlich Methoden die ich in diesem Praktikum anwenden konnte, waren GC-MS, site-saturation mutagenesis und mutant library screenings mit mit einem Assay den ich während meines letzten Aufenthalts entwickelt und optimiert hatte. Ich hatte fast immer die Freiheit meine nächsten Experimente selbständig zu planen und durchzuführen. Meine zwei Betreuerinnen der Masterarbeit haben diese Arbeitsweise durch wöchentliche Meetings unterstützt. In diesen Meetings habe ich immer meine neusten Ergebnisse oder die nächsten Schritte präsentiert. Die Atmosphäre in der gesamten Forschungsgruppe, sowie auch zwischen mir und meinen Betreuerinnen würde ich als außerordentlich gut, entspannt und informell (sehr typisch für Schweden) beschreiben. Alle 2 Monate hatte ich außerdem die Möglichkeit meine neuen Ergebnisse in größeren Meetings, vor bis zu 20 Forschern, PhD Studenten und Masterstudenten zu präsentieren. Die Arbeitsbedingungen im allgmeinen kann ich nur als äußerst positiv beschreiben. Ich habe mich dort sehr gut aufgehoben gefühlt, sodass ich auch die Bewerbung für eine PhD Stelle in der gleichen Einrichtung in betracht ziehe.

6) Erworbene Qualifikationen

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

Ich habe meine Fähigkeiten im unabhängigen wissenschaftlichen Arbeiten deutlich verbessern können. Dadurch wurde auch mein Selbstvertrauen, neue Methoden oder Verfahren zu erlernen und anzuwenden wurde gesteigert. Da alle meine Kollegen aus unterschiedlichen Ländern stammten (Frankreich, Spanien, Portugal, Griechenland, Ukraine, Israel und China) konnte ich auch meine arbeitsrelevanten Sozial- und Kommunikationsfähigkeiten in einem internationalem Umfeld stärken. Die Fähigkeit wissenschaftliche Ergebnisse vor meinen Kollegen in englischer Sprache zu präsentieren konnte ich auch deutlich verbessern.

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?

Keine relvanten Tipps bekannt.

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?

Keine Vorbereitungen nötig.

9) Sonstiges

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

Mein erstes Praktikum hatte ich nur für 4 Monate geplant. Nach ungefähr 2 Monaten hatte ich mich jedoch entschieden meinen Aufenthalt für weitere 1.5 Monate zu verlängern. Am Ende des ersten Praktikumsperiode war mir bereits klar, dass ich für meine Masterarbeit zurück kommen möchte. Dies war kein Problem, sodass ich nun für ein knappes Jahr ein Praktikum und meine Abschlussarbeit in dieser Einrichtung absolvieren konnte. Die Einfache Kommunikation und Organisation mit dem Leonardo-Büro lässt viel Spielraum für spontane Entscheidungen.
Die Lebenshaltungskosten in Schweden sind vergleichsweise hoch, sodass ich auf zusätzliches Geld (neben dem ERASMUS+ Stipendium) angewiesen war. DIe Praktikumseinrichtung konnte mich leider nicht finanziell unterstützen. Dies haben schlussendlich meine Eltern übernommen.

10) Fazit

Wie lautet das Fazit zu Ihrem Erasmus-Praktikum?

Ich bin sehr froh diese Chance genutzt zu haben, da ich meine Komfortzone verlassen musste. So konnte ich viele neue Erfahrungen machen, mit denen ich mich persönlich und in meinen Fähigkeiten weiterentwickeln konnte. Ich habe trotz der voller 40h-Wochen, viele Leute außerhalb der Arbeit kennengelernt, die auch zu Freunden geworden sind. Sehr zu empfehlen!

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!
Mögliche Dateiformate: [.doc], [.docx], [.rtf], [.odt].