

Abschlussbericht ERASMUS – Praktikum / Deckblatt

Name, Vorname:	██████████ Jakob
E-Mail-Adresse:	Jakob ██████████@stud.uni-regensburg.de
Studienfach und Abschlussart:	Molekulare Medizin (M.Sc.)
Berufsfeld des Praktikums:	Medizinische Forschung
Land / Ort des Praktikums:	Schweden, Stockholm
Name der Gasteinrichtung:	Karolinska Institutet
Dauer des Praktikumaufenthalts:	3 Monate
Von September 2022	Bis Dezember 2022

Gliederung des Abschlussberichts

Um anderen Praktikant*innen, die ihren Auslandsaufenthalt noch vor sich haben, Hilfestellung zu leisten, bitten wir Sie, Ihre Erfahrungen und Tipps unter den unten aufgelisteten Punkten aufzuschreiben. Hierbei sind besonders Kontaktadressen (z.B. Internetadressen) und Ansprechpartner*innen von Bedeutung.

- 1) Verlauf des Praktikums** (= Schwerpunkt des Berichts: Bitte machen Sie Angaben z.B. zum Unternehmen, Ihren Aufgaben, Umfang der Eigenverantwortung, Zusammenarbeit mit Kolleg*innen und Integration ins Unternehmen)

Ich habe mein Praktikum am Karolinska Institutet in Stockholm absolviert – genauer gesagt im Department for Oncology / Pathology in der Arbeitsgruppe von Catharina Larsson im Research team von Weng-Onn Lui. Die Arbeitsgruppe beschäftigt sich mit dem Merkelzellkarzinom, einer besonders aggressiven Form von Hautkrebs, und der Rolle von small RNAs in der Krebsentstehung. In meinen ersten Tagen wurden mir einige laufende Projekte der Arbeitsgruppe vorgestellt und ich konnte mich entscheiden, an welchem ich mitarbeiten möchte. Mein Projekt bestand letztlich darin, dass ich die Rolle vom Transkriptionsfaktor BRD4 an der Regulation des Gens IGF2BP3 untersucht habe. Für die praktische Arbeit wurde ich von dem Doktoranden, an dessen Projekt ich mich beteiligt habe, eingearbeitet und bestens unterstützt. Gerade zu Beginn des Praktikums haben wir uns häufig mit dem Teamchef getroffen, mit dem wir die experimentellen Ansätze diskutiert und Hintergrundwissen besprochen haben. Ich hatte zu jeder Zeit einen Ansprechpartner, der mir gut helfen konnte. Außerdem haben wir gemeinsam mit dem Teamchef, Doktorand*innen und Masterstudierenden innerhalb der Gruppe regelmäßig Seminare über RNA Biologie veranstaltet, in denen wir über theoretische Hintergründe und praktische Anwendungen gelernt / diskutiert haben. Außerdem gab es wöchentlich Lab meetings, in denen immer irgendjemand seine Arbeit, spezielle Methoden oder interessante Paper vorgestellt hat. Zu meinen Aufgaben gehörten Literaturrecherche, Planung und Design für meine Experimente. Praktische Arbeiten waren vor allem Zellkultur, Transfektionen, Western Blot, ChIP und PCR. Ich habe mich bestens im Team integriert gefühlt und hin und wieder auch außerhalb der Arbeit mit den Leuten etwas unternommen.

2) Vorbereitung

- Praktikumssuche (Planung, Organisation und Bewerbung beim Unternehmen)
- Wohnungssuche
- Sonstiges (bitte präzisieren)

Da ich wusste, dass ich in einem englischsprachigen Labor arbeiten möchte und England (Brexit) ausgeschlossen habe, habe ich mich in skandinavischen Ländern umgesehen, welche medizinischen Forschungseinrichtungen es dort gibt. Über deren Websites habe ich interessante Arbeitsgruppen gefunden und mich bei einigen per E-Mail beworben, woraufhin ich zu Bewerbungsgesprächen via Zoom eingeladen worden bin. Dort habe ich mit meinem Betreuer dann auch ausgemacht, für welchen Zeitraum ich mein Praktikum absolvieren möchte. Die Wohnungssuche gestaltete sich zunächst schwieriger, weil man sich als Praktikant, der nicht an einer Stockholmer Uni eingeschrieben ist, nicht für ein Studierendenwohnheim bewerben kann. Allerdings hat mein Betreuer mir den Tipp gegeben, dass das Karolinska Institut Zimmer und Apartments für Gaststudierende und Gastforschende bereitstellt (KI Housing). Dort habe ich mich beworben und ein Zimmer in einer komfortablen 2er WG direkt auf dem Campus (KI Residence Solna, ca. 550€) bekommen. Die Bewerbung ist relativ einfach, man braucht nur eine Bestätigung von einem KI Mitarbeiter, dass man ein Praktikum absolviert. Die Flüge habe ich gebucht, sobald ich wusste, wann ich anfangen kann.

3) Formalitäten vor Ort

- Telefon-/ Internetanschluss
- Bank / Kontoeröffnung
- Sonstiges (bitte präzisieren)

Da Schweden in der EU ist, kann das Handy wie in Deutschland benutzt werden. WLAN gibt es aber auch fast überall. Man zahlt alles und überall mit Karte, braucht gar kein Bargeld. Einige Banken verlangen einen Aufpreis wenn man im Ausland zahlt. Ich bin bei der DKB und habe keine zusätzlichen Kosten gehabt.

4) Alltag im Gastland

Das Leben in Schweden unterscheidet sich kaum von dem in Deutschland. Fast alle sprechen gutes Englisch und man kommt ohne Schwedischkenntnisse auch gut klar. Da ich Vollzeit im Praktikum war, sah mein Tag stets so aus, dass ich morgens bis spätnachmittags arbeiten. Abends dann Sport, Einkaufen, Kochen, Essen, manchmal noch etwas unternehmen.

5) Tipps für Praktikant*innen / Sonstiges

Sport: Es gibt Unisport (KI Sport) mit vielen verschiedenen Angeboten. Man braucht allerdings einen KI Ausweis (ich habe mir den von einem Kollegen geliehen), um teilzunehmen. Gute Möglichkeit neue Leute kennenzulernen.

Stockholm: Stockholm ist eine sehr schöne Stadt, es lohnt sich, sich möglichst viel an Wochenenden oder nach der Arbeit anzusehen.

Natur: Wenn man schon in Schweden ist, sollte man sich auch die Natur ansehen. Tipp: Tyresta Nationalpark südlich von Stockholm, erreichbar mit ÖPNV. Ich war Ende November mit dem Nachtzug in Lappland (Abisko) und habe richtig starke Nordlichter gesehen, auf jeden Fall empfehlenswert wenn man im Winter in Schweden ist.

Studentenrabatte: Es gibt viele Einrichtungen (z.B ÖPNV), die Rabatte für Studierende geben. Dies gilt allerdings nur, wenn man an einer schwedischen Uni eingeschrieben ist bzw eine Mecenat ID (digitaler Studierendenausweis) hat. Ich habe es über die Website <https://mecenat.com/se> geschafft, so eine zu beantragen (dauert etwa 1-2 Wochen, also lieber im Voraus beantragen).

6) Zusatzqualifikation UR Lehramt International*

(*Auf diesen Punkt gehen Sie bitte nur ein, wenn Sie Lehramt studieren, für die Zusatzqualifikation angemeldet sind und das interkulturelle Vorbereitungsseminar bereits absolviert haben.)

7) Fazit

Ich bin sehr zufrieden mit meiner Zeit in Stockholm und würde es auf jeden Fall wieder so machen.

Ich bin mit der Veröffentlichung meines Abschlussberichts und meiner E-Mail-Adresse in der Infothek des International Office der Universität Regensburg und in GRIPS einverstanden.

Name ERASMUS+ Teilnehmer*in

Datum

Fateh Jesehomed