

Erfahrungsbericht Auslandspraktikum

Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nuernberg

Allgemeine Informationen

Zum Praktikanten

Name	Tanja Drechsler
Heimatuniversität	Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nuernberg
Fachbereich	Biologie
Studienfach	Master fuer Zell- und Molekularbiologie
Ausbildungsstand	2. Master-Semester

Zur Gastuniversität

Gastuniversität	Umeå Universitet; Institution för molekylärbiologi
Ansprechpartner vor Ort	Dr. Yuri B. Schwartz
Straße/Postfach	6K och 6L, Sjukhusområde
Ort:	90187; Umeå
Land:	Schweden
Homepage:	http://www.molbiol.umu.se/english
Forschungsfeld:	Molecular Epigenetics
Praktikumszeitraum:	01.09.2018 – 31.10.2018

Im Vorfeld

Das Praktikum habe ich mir ueber Private Kontakte organisiert. Mein PI in Erlangen und mein PI in Umeå kennen sich sehr gut und aufgrund meiner Hiwi Anstellung in Erlangen, war die Arbeitsgruppe bereit mich als Praktikanten fuer 2 Monate aufzunehmen und zu betreuen. Da die Universität von Umeå keine Wohnungen fuer Praktikanten anbietet ist man darauf angewiesen, sich selbstständig um eine

Unterkunft zu kuemmer. Ich habe einen netten Platz ueber Airbnb gefunden. Da es sich bei Umeå um eine Studenten Stadt handelt herrscht eine akute Wohnungsknappheit, man sollte sich also so frueh wie möglich um einen Wohnplatz kuemmern, dann ist es eigentlich kein Problem etwas zu finden.

- <https://sv-se.facebook.com/groups/500545526625573/>
- https://www.airbnb.com/s/Ume%C3%A5/homes?refinements%5B%5D=for_you&allow_override%5B%5D=&room_types%5B%5D=Private%20room
- [https://www.blocket.se/bostad/uthyres?sort=&ss=&se=&ros=&roe=&bs=&be=&mre=&q=&q=&q=&is=1&save_search=1&l=0&md=th&f=p&f=c&f=b&ca=11&m=25&w=102\)](https://www.blocket.se/bostad/uthyres?sort=&ss=&se=&ros=&roe=&bs=&be=&mre=&q=&q=&q=&is=1&save_search=1&l=0&md=th&f=p&f=c&f=b&ca=11&m=25&w=102)

Fuer einen solch kurzen Aufenthalt in Schweden braucht man weder ein Visum noch einen Beschäftigungsnachweis. Die Anreise mit dem Flugzeug fuehrt immer ueber Stockholm. Wer noch nie am Stockholmer Flughafen war sollte genuegend Zeit zum Umsteigen einplanen. Von Umeå aus ist dann alles mit dem Bus, Fahrrad einfach zu erreichen.

Erfahrungsbericht

Die Arbeitsgruppe

Die Arbeitsgruppe von Dr. Yuri B. Schwartz befasst sich mit Schluessel Mechanismen der epigenetischen Vererbung. Genauer gesagt befassen sie sich mit der Aufrechterhaltung von repressiven Transkriptionsstadien von fuer die Entwicklung multizellulärer Organismen wichtiger Gene. Das Targeting von Polycomb Komplexen, zu Zielloci, stehen dabei im Fokus der Wissenschaftlichen Fragestellungen.

Neben der Arbeit am Modelorganismus *Drosophila melanogaster* ist die Arbeitsgruppe aber vor allem am humanen Regulationsmodel interessiert. Da Schluesselregulatoren zwischen Invertebraten und Vertebraten meist evolutionär konserviert sind macht es natuerlich Sinn grundlegende Mechanismen erst einmal im genetisch simpler organisierten *Drosophila* Model zu analysieren.

Ich persönlich habe mich sehr ueber die Möglichkeit gefreut in einer Epigenetic Gruppe mitarbeiten zu können, da an in meinem Studiengang (M.sc. Zell- und Molekularbiologie) nicht sonderlich auf Epigenetische Vererbung eingegangen wird, daher war und ist es fuer mich aber ein total interessantes wenn auch sehr kompliziertes Thema ist.

Im Labor

Da ich in Erlangen viel mit *Drosophila* gearbeitet habe wurde mir in Umeå bewusst die Chance geboten mich am humanen Model zu versuchen. Ich habe also mit humanen Zellkulturen gearbeitet, wobei ich diverse molekular-biologische Methoden wie ChIP, qPCR, Westernblot angewendet habe. Darüber hinaus verfügt die Gruppe über den Zugang zu einem KLSM sowie Apotom und einigen Fluoreszenzmikroskopen. Auch für histologische Experimente gibt es also genug Equipment! Generell ist das Labor ziemlich gut ausgestattet, ich habe in meiner Zeit nichts vermisst. Um meine Zeit effektiv zu nutzen, war ich jeden Tag etwa 8-9 Stunden im Labor (40-45 h/Woche) was aber absolut kein Muss war. Den Arbeitstag konnte ich mir frei einteilen. Mittagspause war meistens um 12 Uhr. Da ich an einem spezifischen Projekt mitgearbeitet habe hatte ich neben dem PI noch eine direkte Ansprechpartnerin (Post Doc). Neben einem eigenen Arbeitsplatz an der Bench wurde mir auch ein eigener Computer und Schreibtischplatz für die Zeit meines Praktikums zur Verfügung gestellt. Ergebnisse wurden stets zusammen mit meiner Betreuerin besprochen, sowie 2 mal wöchentlich oder auf Nachfrage mit dem PI. Sobald ich Fragen hatte oder mir mit einer Technik nicht ganz sicher war wurden mir alle Fragen sofort freundlich und mit grosser Geduld beantwortet. Neue Techniken wurden anfangs gemeinsam besprochen und vorgeführt. Meine Betreuer hatten aber wirklich grosses Vertrauen in mich und haben mich selbstständig arbeiten lassen. Bei Fragen oder Unsicherheiten konnte ich auch jederzeit fragen. Ich hatte wirklich nie das Gefühl irgendwem aufzuhalten oder zu nerven!

Umeå

Umeå selbst ist ziemlich klein und beschaulich da ca. 40% der Einwohner aus Studenten bestehen, spielt sich das meiste an der Universität ab. Das Stadtzentrum ist vom Campusgelände zu Fuss in etwa 30 Minuten zu erreichen und mit dem Fahrrad schafft man es in 10 Minuten. Da in Umeå alles relativ zentral gelegen ist bietet sich ein Fahrrad an, einfach einmal bei den Uni Kollegen nachfragen ob eventuell ein altes zum Verleihen zur Verfügung steht, so bin ich zu meinem Fahrrad gekommen. Da Umeå ziemlich weit im Norden liegt ist es im Winter ziemlich kalt, man sollte also ab

September eine Winterjacke einplanen. Die Temperaturen fallen da zwar nicht unter den Gefrierpunkt aber es kann schon auch mal unter 10 °C kalt werden. Dafür wird man dann mit Nordlichtern, oder wie die Schweden sagen Aurora belohnt, wirklich wunderschön und sehenswert. Generell gewinnt Umeå mit seiner unmittelbar vor der Haustür gelegenen Natur, es gibt Seen und kleine Naturreserve die wirklich mit Liebe angelegt sind und auf jedenfall einen Besuch wert sind! Sonst ist leider nicht ganz so viel los, eine gute Seite hat das Ganze aber auch, man wird zum Sport genötigt :D. Ein bei Studenten beliebte Anlaufstelle ist dafür das Fitnessstudio IKSU. Ich selbst habe mich nicht registriert, da ich es ziemlich teuer finde und lieber in der Natur laufen oder Klettern gehe (wofür es viele Möglichkeiten gibt).

Do it the Swedish Way

Die Schweden sind freundliche und weltoffene und hilfsbereite Menschen, die verglichen mit den Deutschen vielleicht ein kleines bisschen lockerer drauf sind. Wodurch ein angenehmes Arbeitsklima herrscht. Will man hingegen engere Kontakte knüpfen muss man sich schon mehr bemühen, es dauert seine Zeit bis man wirklich in eine Gruppe integriert wird. Ich denke als Student ist es einfacher, da es wirklich viele internationale Studenten in Schweden gibt. Wer also ein Auslandssemester in Schweden machen möchte sollte die Universität von Umeå auf jedenfall als Ziel ins Auge fassen!

Da die Schweden wirklich sehr gutes Englisch sprechen und auch kein Problem haben sich mit dir auf Englisch zu unterhalten, muss man auch keine Angst haben wenn man selbst kein Schwedisch sprechen kann. Wer sein Englisch verbessern möchte kann daher auf jedenfall nach Schweden kommen. Mir hat der Aufenthalt in Schweden wirklich geholfen meine Sprachkenntnisse (Englisch) zu verbessern, da man einfach gezwungen ist den ganzen Tag Englisch zu sprechen und es darüber hinaus ständig im Ohr hat.

Generell ist Schweden ein sehr modernes Land in dem alles bargeldlos funktioniert, auch kleinste Beträge können mit Karte bezahlt werden, also wirklich alles, ich habe 2 Monate kein Bargeld gebraucht. Wer gerne mit Bargeld bezahlen möchte kann das problemlos tun, alle Restaurants und Supermärkte nehmen ohne Probleme auch Bargeld entgegen. Sobald man Tickets (Bus, Parkplatz) kaufen möchte kommt man aber nur mit Kreditkarte weiter, wobei ein unbedingtes Muss eine Kreditkarte mit Pin ist!

Einkaufen ist etwas teurer als in Deutschland es gibt aber immer wieder gute Angebote die man nutzen kann, auf Fleisch und Fisch habe ich aber dennoch weitestgehend verzichtet. Da die Alkoholsteuer in Schweden enorm ist muss man fuer ein Bier im Pub ganz schön bluten, im Spirituosengeschäft kann man aber auch guenstigeren Alkohol kaufen.

Eine besonders schöne Tradition in Schweden war/ist fuer mich die Fika. Als Fika bezeichnet man in Schweden gemeinschaftliches Kaffee trinken und Kuchen essen. Zur Begrueßung kommt es daher super an wenn man selbst eine kleine Fika organisiert, und ein paar Kekse oder Gebäck mitbringt. In Schweden sollten auch unbedingt die zahlreichen Kaffees probiert werden, da wircklich jedes Kaffee wirklich guten Kaffee und Gebäck anbieten.

Negative Aspekte

Der einzige Nachteil hier in Umeå ist die Lage im Norden, da es hier vor allem im Winter kaum Touristen hinverschlägt haben die meisten Touristenziele wie Elchfarmen oder Zoos im Winter geschlossen. Da ich das Praktikum privat Organisiert habe war es auch ziemlich schwierig engere Kontakte zu knuepfen, da ich mit den Studenten nicht viel am Hut hatte. Sonst lohnt sich ein Besuch auf jedenfall und fuer einen begrenzten Zeitraum auch mal mit sich selbst auskommen zu muessen bietet auch die Möglichkeit Erfahrungen zu sammeln und sich selbst besser kennen zu lernen.

Mein persönliches Anliegen

Eine Sache liegt mir noch am Herzen. Die Leute in meiner Gast-Arbeitsgruppe haben sich wirklich bemueht mir so viel wie möglich beizubringen und mir das Gefuehl zu geben eine gute angehende Wissenschaftlerin zu sein! Dafuer haben sie mir grosses Vertrauen entgegengebracht und ich durfte selbsständig Arbeiten. Da die meisten Chemikalien und Reagenzien wircklich teuer sind halte ich es daher fuer wichtig das Vertrauen, welches einem entegegen gebracht wird zu respektieren und sich daher zu bemuehen mit sorgfalt und ueberlegt zu arbeiten!

Fazit:

Während meiner Zeit in Umeå habe ich wirklich das Gefuehl eine Entwicklung sowohl Beruflich als auch Privat gemacht zu haben. Ich konnte swohl mein biologisches

Verständnis als auch meine manuellen Fähigkeiten im Labor sowie meine Englisch Kenntnisse (auch ein bisschen Schwedisch) Verbessert. Darüberhinaus war es auch eine unglaublich reiche Erfahrung, alleine in einem fremden Land zurecht zu kommen und sein Leben zu bestreiten. Ich persönlich kann es jedem nur empfehlen, sich ins Ausland zu wagen. Man lernt wirklich viele nette Leute kennen und bekommt die Möglichkeit unglaublich viel zu lernen was einem im Studium, sowie privat wirklich weiterbringt.

Pictures