

Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg Erfahrungsbericht Auslandsaufenthalt

Die Erfahrungsberichte werden von Studierenden verfasst und spiegeln nicht die Meinung der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg wider. Jeder Bericht wird vor der Veröffentlichung geprüft. Die Universität behält sich das Recht zur Kürzung vor.

Persönliche Angaben	
Name, Vorname:	Decrinis, Claire
Studiengang an der FAU:	Medizin
E-Mail:	claire.decrinis@fau.de
Art des Aufenthaltes:	Praktikum
Gasteinrichtung:	BUCK Institute for Research on Aging
Gastland:	USA
Aufenthaltszeitraum (WS, SS oder Jahr):	Februar 2018 bis April 2018

1. Vorbereitung (Planung, Organisation und Bewerbung)

Da ich mir vorstellen kann, nach meinem Studium in die biomedizinische Forschung zu gehen, wollte ich gerne schon während dem Studium einmal ein Praktikum in einem solchen Institut machen. Über meine Tante bekam ich den Kontakt von Prof. Dr. Eric Verdin vermittelt, der Präsident und CEO am BUCK Institute for Research on Aging in Novato, Kalifornien ist. Ich schrieb im Juli 2017 eine Email, dass ich Interesse an einem sechswöchigen Forschungspraktikum hätte und bekam relativ bald eine Zusage für das Verdin Lab. Nachdem der Termin festgelegt wurde, bekam ich einen Letter of Invitation vom Institut (Oktober 2017). Im Dezember bekam ich eine Email mit dem Kontakt meiner Betreuerin und einer Beschreibung des Projektes, an dem ich arbeiten würde. Ich setzte mich mit meiner Betreuerin in Kontakt und wir lernten uns bei einem kurzen Skypegespräch besser kennen, wo sie mir auch nochmal das Projekt ein bisschen genauer erklärte und mir Literatur schickte, die ich mir im Vorfeld schon ein bisschen anschauen konnte.

2. Anreise, Visum, Anmeldeformalitäten vor Ort

Ich buchte meinen Flug nach San Francisco für Mitte Februar im Dezember und zahlte für Hin- und Rückflug ca. 950€ mit jeweils einmal Umsteigen in New York. Da das BUCK Institute eine Non Profit Organisation ist, konnte ich mich für ein B1 Visum bewerben. Dafür musste ich online ein Formular ausfüllen und eine Bearbeitungsgebühr von 136€ zahlen, dann bekam ich einen Termin auf der amerikanischen Botschaft. Nach meinem Termin bekam ich innerhalb von ca. einer Woche mein Visum per Post zugestellt. Mein Flug verlief ohne Probleme, die Immigrationskontrolle und den Zoll musste ich in New York passieren und konnte dann meinen Weiterflug nach San Francisco nehmen. Vom Flughafen nahm ich ein Taxi zu meiner Unterkunft.

3. Unterkunft (Wohnheim, privat)

Wohnen in San Francisco ist sehr teuer, und die Preise für WG-Zimmer sind relativ hoch (ca. 1000 USD pro Monat). Meine Betreuerin am BUCK Institute hat mir sehr bei der

Wohnungssuche geholfen und ich hatte das Glück, dass ein Freund von ihr eine zweimonatige Reise während meines Aufenthalts machte. So konnte ich sein Zimmer zur Zwischenmiete übernehmen. Da das BUCK Institute etwas außerhalb von San Francisco liegt, bilden die Leute am Institut, die in der Stadt wohnen, Fahrgemeinschaften, mit denen ich jeden Tag zur Arbeit fahren konnte.

4. Beschreibung der Tätigkeit

In der ersten Woche am Institut bekam ich eine allgemeine Einführung im Labor (Sicherheitseinweisung, wo kann man was finden etc.). Meine Betreuerin zeigte mir allgemeine Techniken wie zum Beispiel Zellkulturen ansetzen, Nährmedien wechseln oder eine Plasmidextraktion. In der zweiten Woche begannen wir mit dem eigentlichen Projekt, bei dem wir den NAD-Metabolismus und ein bestimmtes NADase-Enzym genauer untersuchten. In den folgenden Wochen arbeiteten wir an einem zellbasierten High-Throughput Screening, bei dem wir ca. 1500 FDA-geprüfte Medikamente auf Inhibition von CD38 (NADase) überprüften. Das Projekt war in dem Zeitrahmen, in dem ich da war, sehr gut machbar und ich lernte einige wichtige allgemeine Techniken, die ich auch in Zukunft gut anwenden kann. In meiner letzten Woche hielt ich beim Labor Meeting einen 15-minütigen Vortrag über mein Projekt und unsere Ergebnisse.

5. Betreuung an der Gasteinrichtung

Meine Betreuerin war eine Italienerin, die seit einem Jahr als Post Doctoral Fellow am BUCK Institute arbeitet. Ich hatte wirklich sehr viel Glück mit ihr zu arbeiten und sie bemühte sich nicht nur, mir forschungstechnisch etwas beizubringen, sondern integrierte mich auch in die Gemeinschaft im Labor. Die Leute waren alle ausgesprochen nett, und bemühten sich, meine Zeit am Institut so gut wie möglich zu machen.

6. Ausstattung der Gasteinrichtung (Bibliothek, Computerräume)

Im Buck Institute gibt es Computerräume, ein Learning Center, wo Summer Schools abgehalten werden, einen kleinen Fitnessraum mit diversen Gewichten und Geräten, eine Cafeteria (mit allerdings eher wenig Auswahl - man bringt sich am besten ein Lunch von zuhause mit) sowie diverse Couch- und Stuhlecken, in denen man seine freie Zeit verbringen kann. Die Seminarräume sind alle mit Beamern ausgestattet. Im Außenbereich gibt es einige Sitzgelegenheiten und auf dem Campus laufen einem immer mal wieder Rehe und Truthähne über den Weg.

Der gesamte Campus und das Gebäude sind sehr gepflegt und architektonisch ein wahrer Hingucker. Der einzige Nachteil ist, dass das BUCK relativ abgeschieden auf einem kleinen Hügel liegt, und man definitiv auf ein Auto angewiesen ist, um jeden Tag zur Arbeit zu kommen.

7. Alltag und Freizeit (Sehenswertes, Kulinarisches, Geld-Abheben, Handy, Jobs)

Der Laboralltag beginnt sehr gemütlich gegen 9.30 Uhr, dafür dauert der Arbeitstag auch je nachdem was man zutun hat bis um ca. 17.30 Uhr. Unter der Woche hat man eher weniger Zeit, die Umgebung zu erkunden. Abends kann man zum Beispiel im Mission Bezirk von San Francisco diverse Lokale und Tanzbars erkunden. Kulinarisch findet sich für jeden Geschmack etwas, von Indisch über Puerto Ricanisch bis zum High End Mexikaner. Die besten Burger gibts bei Super-Duper-Burger.

In der Innenstadt von San Francisco gibt es das Museum of Modern Art mit tollen Ausstellungen, ein Must-see ist die Fisherman's Wharf mit tollen Fischlokalen. Shoppen kann man in der Gegend um den Union Square: Dort findet man neben Macy's und Bloomingdales auch kleinere coole Läden mit toller Auswahl. Die Golden Gate Bridge lässt sich gut mit dem Fahrrad erkunden und auf der anderen Seite der Brücke liegt Sausalito, ein kleines Küstendorf mit vielen netten Cafes. Mit der Fähre kann man schnell und relativ günstig die Bay Area überqueren und wird mit tollen Blicken auf die City, Alcatraz und die Golden Gate Bridge verwöhnt.

Am Wochenende sind wir einmal nach Lake Tahoe gefahren (ca. 350 km), wo man im Winter toll Schifahren kann und im Sommer einzigartige Wanderungen machen kann. Die Muir Woods in Mill Valley sind auch sehenswert.

Geld-Abheben ist generell mit einer Gebühr und einem eher schlechten Wechselkurs verbunden, am einfachsten ist es, eine Kreditkarte zu benutzen, mit der man wirklich überall bezahlen kann. Am ersten Tag nach meiner Ankunft habe ich mir im AT&T Store eine Prepaid Sim Karte besorgt: Für 35\$ Dollar im Monat bekommt man 1GB Highspeed Internet, gratis Telefonie und SMS innerhalb der USA.

8. Finanzielles (Lebenshaltungskosten, Stipendien)

Kalifornien ist generell teuer und man muss mit mindestens 1500\$ pro Monat für WG-Zimmer und Lebenshaltungskosten rechnen. Wenn man während dem Aufenthalt auch noch viel sehen erleben will, läuft es eher auf 2000-2500\$ pro Monat hinaus. Ich habe den Sofie-Wallner-Preis für meine Leistungen im 1. Staatsexamen gewonnen, der die Reisekosten mit bis zu 1500€ unterstützt hat. Zusätzlich habe ich mich für ein PROMOS Stipendium beworben und so nochmal 1900€ als Unterstützung vom DAAD bekommen. So waren meine Kosten eigentlich gedeckt.

9. Fazit (beste und schlechteste Erfahrung)

Meine beste Erfahrung innerhalb des Labors war das Labmeeting am Ende meines Aufenthalts: Ich musste eine kurze Präsentation über mein Projekt und meine Tätigkeiten halten und hatte dem ganzen eher mit gemischten Gefühlen gegenüber geblickt. Ich war dann ganz überrascht, wie konstruktiv alle Mitarbeiter auf mein Thema eingingen und mir Ratschläge gaben, was ich in der Zukunft verändern könnte um verbesserte Ergebnisse zu erhalten. Ich habe sehr viel aus diesem Meeting für mich persönlich mitgenommen.

In meiner Freizeit war eine Radtour in der Bucht von San Francisco und über die Golden Gate Bridge eine meiner besten Erfahrungen.

Meine schlechteste Erfahrung war wahrscheinlich die Einreise in die USA. Die Schlangen vor der Immigration Control waren unglaublich lang, und die Mitarbeiter lassen sich alle Zeit der Welt. Da ich nicht sehr viel Zeit hatte und meinen Weiterflug nach San Francisco nicht verpassen wollte, fragte ich ob ich die Schlange passieren durfte, was sofort ausgeschlossen wurde. Am Schalter selbst wird man penibel zu alle kleinsten Einzelheiten gefragt und verbringt dort nochmal einige Minuten.

10. Wichtige Kontakte und Links

Prof. Dr. Eric Verdin, CEO und Präsident: everdin@buckinstitute.org

Juniper Pennypacker, Assistant Director: jpennypacker@buckinstitute.org

Homepage: www.buckinstitute.org, Verdin Lab: <http://verdin.buckinstitute.org>