

Erfahrungsbericht

Praktikum in **Mailand** an der Università Vita-Salute San Raffaele,
Division: Immunology, Transplantation and Infectious Diseases
Unit: Immunogenetics, Leukemia Genomics and Immunobiology

Vorbereitung

Die Planung des Praktikums verlief bei mir sehr spontan, da aufgrund der Corona Pandemie die Lage alles andere als vorhersehbar war. Ich habe in meinem Bachelorstudiengang bereits ein Praktikum im Ausland absolviert und es hat mir so gut gefallen, dass ich mir auch für mein Masterstudium ein Auslandsaufenthalt gewünscht habe. Als ich mich dazu entschlossen habe, dass ich trotz der Pandemie (die Lage war zu dem Zeitpunkt etwas entspannter) für das 6-wöchige Praktikum ins Ausland gehen möchte, habe ich mir umgehend Gedanken gemacht welche Länder für mich in Frage kommen und auch in welchem Bereich ich im Labor arbeiten möchte. Mit meinen Wünschen und Zielen bin ich anschließend zu einer Professorin gegangen, die sich sehr darüber gefreut hat und mir unbedingt geraten hat ins Ausland zu gehen. Sie hat mir zwei Kontakte genannt bei denen ich mich vorstellen sollte, sie hat mir sogar geholfen eine E-Mail zu formulieren, bald habe ich eine Antwort bekommen mit einer Einladung zum e-meeting. Kurze Zeit später habe ich eine Zusage bekommen und die Formalitäten haben begonnen. Erasmus+ Bewerbung, Formulare ausfüllen etc., alles ziemlich unkompliziert von der MHH aus. Etwas komplizierter wurde bei der Gasthochschule, ich sollte einen 16-stündigen Sicherheitskurs absolvieren, der aus Videos (größtenteils auf Italienisch mit englischen Untertiteln) und Text bestand, mit einem abschließenden Test, der bestanden werden musste und gar nicht so einfach war, es hat funktioniert (mit etwas Glück) beim zweiten Versuch. Dazu kamen Anforderungen zu Impfnachweisen, Antikörpertests (Masern, Hepatitis etc. alles Mögliche) sogar auch zu einem Tuberkulin-Hauttest, der um die 50 € gekostet hat und den ich selber bezahlen musste (alles andere wurde durch den Betriebsarzt in der MHH kostenlos durchgeführt). Also alles ziemlich zeitaufwendig und nicht ganz stressfrei durch die Spontanität. Dazu kamen noch weitere Bewerbungsunterlagen für das Erasmus Büro in der Gastuniversität.

Unterkunft

Die Suche nach einer Unterkunft war etwas komplizierter, da bei Zimmeranzeigen meist eine Mindestmietzeit (6-12 Monate) als Voraussetzung gestellt war und das Gleiche bei den Studentenwohnheimen. Im Endeffekt bin ich auf airbnb fündig geworden und mit der Unterkunft sehr zufrieden gewesen. Die Lage war etwas außerhalb von Mailand, sehr nah an der Uni (1 Haltestelle mit der Metro oder 15 min mit dem Fahrrad) und das Zentrum war trotzdem schnell erreichbar. Dennoch sollte man wissen, dass Unterkünfte in Mailand sehr teuer sind. Ich habe für mein Zimmer 570 € im Monat bezahlt und es war verhältnismäßig günstig! Bei längeren Aufenthalten wäre es vermutlich einfacher/etwas günstiger pro Monat, aber kein Zimmer unter 500 € (nicht mal ein geteiltes Zimmer).

Studium an der Gasthochschule

Ich vermute es ist von Arbeitsgruppe zu Arbeitsgruppe sehr unterschiedlich. Ich wurde sehr schnell in das „Team“ eingebunden und hatte ein sehr gutes Verhältnis zu meinen Kollegen. Sie waren alle hilfsbereit und freundlich und wir haben auch privat Dinge zusammen unternommen.

San Raffaele ist eine private Universität mit einem sehr guten Ruf, modern eingerichtet und gut gepflegt.

Alltag und Freizeit

Am Anfang habe ich bei wenigen Erasmus Veranstaltungen mitgemacht und habe ein paar Leute kennengelernt, das Angebot war sehr vielfältig und es gab sogar eine Willkommensveranstaltung in Präsenz. Ich hatte aber zusätzlich an Sportangeboten, die ich auf social media gefunden habe, mitgemacht und dort weitere Kontakte geknüpft. Dabei hatte ich Anschluss gefunden und viele italienische Freunde gefunden, was sehr schön war und es hat mir erlaubt einen größeren Einblick in die italienische Kultur zu gewinnen.

Das Monatsticket für alle Metro Linien innerhalb Mailands kostet für Studenten nur knapp 30 € und ich habe zusätzlich ein Fahrrad bei swapfiets geliehen (ca 19 € pro Monat, Versicherung inklusive).

Die Arbeit im Labor hat gegen 9.30 Uhr angefangen und je nach Versuchen zu sehr unterschiedlichen Uhrzeiten geendet.

Das italienische Essen ist super! Es wird immer ein großer Wert auf gutes Essen gelegt, zumindest fürs Abendessen, oft isst man dann außerhalb und in Gesellschaft. Das hat mir sehr gut gefallen. Man bekommt nahezu überall einen guten Kaffee serviert, selbst sehr kleine heruntergekommene Läden haben richtig gute Kaffeemaschinen, Filterkaffee existiert nicht.

Mailand als Stadt würde ich als interessant bezeichnen mit vielen Freizeitmöglichkeiten. Ich bin allerdings eher ein Natur Mensch und die ist um Mailand herum einfach unglaublich schön! Man ist in 1,5 h Zugfahrt in den Bergen, in 3 h am Meer oder am Gardasee. Ich hatte auch mein Auto dabei und habe ziemlich viele Ausflüge gemacht, es lohnt sich, es gibt in der nahen Umgebung so viel zu entdecken!

Fazit

Die Mindestdauer des Praktikums im Rahmen der Erasmus+ Förderung beträgt 60 Tage, deshalb wurden aus 6 Wochen 9 Wochen Praktikum. Meiner Meinung nach trotzdem etwas zu kurze Zeit für ein Auslandsaufenthalt, man ist quasi gerade angekommen, hat sich eingelebt und dann musste man sich ziemlich bald schon verabschieden. Dennoch war es eine schöne Erfahrung und der Aufwand hat sich definitiv gelohnt! Ich habe neue Freunde gewonnen, ein weiteres Labor/andere Abläufe kennengelernt, neue Methoden gelernt, anderes Land und Kultur erfahren und andere Perspektiven gesehen, dazu auch noch mein Englisch vertieft.

Beste Erfahrungen: definitiv das Essen, der Kaffee, herzensliebe Menschen und die Umgebung mit wunderschöner Natur (Como Lake, Lecco, Cinque Terre, Aosta, Genova, La Spezia, Verona und und und)

Schlechteste Erfahrung: Vorsicht beim Radfahren! Kaum Fahrradwege und man muss damit klarkommen, dass man quasi unsichtbar für Autofahrer ist.