Erfahrungsbericht zum Praktikum am ICVS an der Universität Minho, Braga, Portugal:

Vorbereitung: Zu Beginn habe ich die Informationsveranstaltung der MHH besucht, in der Auslandsaufenthalte und ERASMUS erklärt wurden. Als ich mich dann für ein Auslandspraktikum entschieden habe, habe ich selbstständig interessante Arbeitsgruppen in Ländern gesucht, die mich persönlich interessiert haben. Ich habe verschiedene Arbeitsgruppen angefragt und tatsächlich nicht von allen eine Antwort bekommen. Hier würde ich empfehlen früh genug nach Arbeitsgruppen zu suchen und sich frühstmöglich zu bewerben. In den meisten Arbeitsgruppen gab es keine ausgeschriebenen Stellen, weshalb ich mich einfach initiativ beworben habe. Nachdem ich mit meiner Arbeitsgruppe alles geklärt hatte, habe ich mich an die Dokumente für ERASMUS herangesetzt und daraufhin alle Dokumente an Fr. Steinhusen gesendet. Sie antwortet immer sehr schnell, falls es also mal für eine längere Zeit zu keiner Antwort kommt, würde ich persönlich in ihren Öffnungszeiten im Büro vorbeischauen und persönlich alles Weitere klären. Die wichtigsten Informationen kann man auch auf der Homepage nachschauen.

Unterkunft: Als Unterkunft habe ich mich für ein AirBnB entschieden. Ich habe bereits sechs Monate vor Ankunft nach einem Zimmer in einer WG angefragt. Dieses war für 11 internationale Studierende ausgerichtet und war in etwa 10 Minuten Laufweg von der Universität Minho entfernt. Durch die internationale Ausrichtung konnte man sehr viel von anderen Kulturen lernen und bereits das Englisch für das Labor auffrischen.

Zeit im Labor: Zu Beginn habe ich eine ganz angenehme Einarbeitung durch meine Betreuerin bekommen. Da schon vor Beginn des Praktikums festgelegt war, was für ein Projekt ich bearbeite, konnten mir hier ganz gezielt die Methoden näher gebracht werden, die ich für mein Projekt gebraucht habe. Nicht nur meine Betreuerin, sondern die gesamte Arbeitsgruppe war super herzlich und hat mich in allem was anstand inkludiert. Gemeinsames Mittagessen und darauffolgendes Kaffee trinken war auch von vorneherein vorprogrammiert. Das Labor war neuwertig und super ausgestattet. Für die Benutzung der Hoods in der Zellkultur gab es online Kalender in die man sich ganz einfach eintragen konnte, sodass es zu keinen Überschneidungen mit anderen Arbeitsgruppen kommen konnte. Zu Beginn habe ich eine Präsentation gehalten, in der ich auf mein Projekt und die erwartetetn Ziele eingegangen bin. Es gab ebenfalls eine Biosafety-Schulung, nach der es eine kurze Klausur mit Single Choice Aufgaben gab.

Alltag und Freizeit: Sobald ich nach der Einarbeitung mit meinem Projekt gestartet habe, konnte ich mir die Zeiten flexibel einteilen. Ich habe die Organisation meines Projekts komplett selbst übernommen, habe daher meistens um 8 Uhr morgens gestartet. In Portugal starten die meisten Leute jedoch gegen 9.30 Uhr-10.00 Uhr, falls man also kein Frühaufsteher ist, ist das hier überhaupt kein Problem.
An den Wochenenden habe ich unterschiedliche Städte wie beispielsweise Porto besucht. Ich hatte das Glück, dass ich viele Freundschaften innerhalb meiner Arbeitsgruppe schließen konnte, weshalb ich meistens mit dem Auto unterwegs war. Da man jedoch in dem Zeitraum des Praktikums in der Universität Minho eingeschrieben ist, hat man hier die Möglichkeit sich eine Buskarte ausstellen zu lassen, mit der man umsonst in ganz Braga fahren kann. Hierfür gibt es ein bestimmtes Büro in der Universität innerhalb des Semesters oder eine Anlaufstelle im Rathaus, falls man außerhalb des Semesters ankommt. Innerhalb von Braga war die englische Sprache vor allem in Supermärkten oder dem Bus etwas schwierig, aber mit Gesten konnte man sich immer irgendwie verständigen. In den größeren Städten und am Institut konnte jeder Englisch sprechen (bis auf die Mensamitarbeiter).

Fazit: Allgemein kann ich ein Auslandspraktikum am ICVS in der Arbeitsgruppe “Cancer Biomarkers und Therapeutic Research” von Fatima Baltazar von Herzen empfehlen. Nicht nur die Möglichkeit komplett selbstständig an einem Projekt zu arbeiten, mit der Möglichkeit eigene Ideen einzubringen, sondern vielmehr der Umgang der Menschen miteinander und das Gemeinschaftsgefühl im Labor, haben dieses Praktikum zu was wirklich Besonderem gemacht. Persönlich finde ich Portugal ein wunderschönes Land mit tollen Städten, die man auf jeden Fall mal gesehen haben muss.