

# Abschlussbericht

## *Erasmus Auslandspraktikum*

September-Oktober 2017

**Universitat Autònoma de Barcelona (UAB)**

---



# 1. VORBEREITUNG

---

Schon ab Dezember habe ich angefangen Dozenten zu fragen, ob Sie Kontakte im Ausland für ein Auslandspraktikum haben. Zusätzlich habe ich auch meinen Mentor gefragt, ob er mir aushelfen könne. Er wies mich auf eine Kollegin, Professor Grothe, in der Neuroanatomie und Zellbiologie der MHH hin. Mit ihr und noch einem anderen Dozenten des Masters Biomedizin arrangierte ich zwei Treffen für Januar. Professor Grothe hatte gute Kontakte zur UAB in Barcelona und erkundigte sich auch gleich dort, ob dort eine Praktikumsmöglichkeit bestand. Das andere Treffen lief ebenfalls gut, allerdings war ich mehr von der Idee nach Barcelona zu gehen angetan und da Professor Grothe auch schon angefragt hatte, wollte ich erstmal die Antwort abwarten. Schließlich, war es möglich dort mein Praktikum zu absolvieren. Nach den Prüfungen im Februar fing ich an mich um meine Erasmus Unterlagen zu kümmern. Dies war leider nicht so straight-forward wie erwartet, da ich nur nach und nach herausfand was benötigt wird. Tipp: Es ist ausreichend das Learning Agreement per Email zu geschickt zu bekommen!

Zusammenfassend, würde ich raten früh genug bei den Dozenten und auch Professoren, die nicht am Studiengang beteiligt sind, anzufragen, da ein Treffen zu organisieren zwischen Weihnachten, Praktika und Prüfungen im Februar zeitlich eng werden kann. Des Weiteren, hat sich bei vielen meiner Kommilitonen herausgestellt, dass Kontakte ihrer Dozenten des Vertrauens keine Möglichkeit für Praktika finden konnten. Somit mussten sie weitere Treffen arrangieren und auf weitere Emailantworten warten, während die Zeit verstrich. Die Zeit nach den Prüfungen im Februar/März würde ich empfehlen der Erasmus Vorbereitungen zu widmen, da diese aufwendig sein können. Um die Erasmus Dokumente ausfüllen zu können, muss schon feststehen welches Institut man besuchen wird! Denkt dran, dass man für Erasmus mind. **60 Tage** im Ausland sein muss, d.h. 8 Wochen (56 Tage) sind nicht ausreichend und, dass das Learning Agreement und alle weiteren Unterlagen bis **spätestens 2 Monate vor Praktikumsbeginn** eingereicht werden müssen!

## **2. UNTERKUNFT**

---

Die Unterkunftssuche war ebenfalls schwerer als gedacht. Allerdings lag dies zum größten Teil daran, dass mein Freund mich für längere Zeit besuchen würde (da er von überallaus arbeiten kann) und die meisten Unterkünfte keine Pärchen erlaubten (warum auch immer). Des Weiteren, musste meine Unterkunft unbedingt an der Zug Linie zur UAB liegen, da diese eine Stunde außerhalb der Stadt liegt. Für alle die überlegen, in solch einer Situation, lieber näher an der Uni zu wohnen anstatt in der Stadt, denen würde ich davon abraten, weil man abends immer noch gut die Stadt erkunden kann – vor allem Barcelonas tolle kleine Gassen. Zusätzlich sind die externen Betreuer, meiner Erfahrung nach, sehr nachsichtig und wissen natürlich auch, dass ihr die Stadt erkunden wollt, daher sind die Arbeitszeiten auch eher entspannt.

Zurück zum Thema, Wohnungen bzw. Zimmer habe ich über Airbnb, UniPlaces und WG-Websites gesucht. Am Ende habe ich ein Zimmer in Grazia über Airbnb gefunden, worüber ich auch immer gute Erfahrungen gemacht habe! Zum Kostenaspekt: ich habe rund 550 Euro pro Monat für relativ kleines Zimmer bezahlt. Die Lebenskosten fand ich relativ günstig, da ein Lidl um die Ecke war. Ein 30-Tage Ticket zur Uni hat mich 70 Euro gekostet. Dies beinhaltet allerdings alle öffentlichen Verkehrsmittel in der Zone 2. Insgesamt doch sehr kosten intensiv, daher hatte ich schon im Voraus meine Wohnung in Hannover untervermietet und hatte somit insgesamt ähnliche Lebensunterhaltskosten wie hier Zuhause.

## **3. MEIN PRAKTIKUM**

---

Die Arbeitsgruppe Navarro am UAB in der ich arbeitete forscht an Neuroregeneration. In meinem Thema ging es um die Frage ob freiwillige Bewegung zu der Motorneuron Degeneration in ALS Mäusen beiträgt. Meine Betreuerin hatte in einem vorherigen Experiment WT und SOD1 Mäuse, die in

jeweils in zwei Gruppen eingeteilt waren, gearbeitet. Eine Gruppe hatte Zugang zu einem Laufrad und die andere nicht. Physiologische Tests wurden durchgeführt und nach 20 Wochen das Lumbalrückenmark entnommen. Ich habe dann damit angefangen gefrorene Lumbalrückenmarke im Kryostat zu schneiden, dann mit Kristallviolett zu färben und schließlich die Motorneuronen zu zählen. Tatsächlich gab es eine Indikationen, dass die SOD1 Mäuse, die Zugang zum Laufrad hatten weniger überlebende Motorneuron hatten im Vergleich zu SOD1 Mäuse mit weniger Bewegung. Daraufhin, habe ich Astrozyten und Mikroglia mittels Immunohistochemie gefärbt um die Ausmaße der Neuroinflammation zu analysieren. Astrozyten und Mikroglia Aktivität waren ebenfalls hochreguliert in SOD1 Mäusen mit Laufradzugang, was auf verstärkte Neuroinflammation hinweist. Neuroinflammation geht oftmals mit vermehrter neuronalen Degeneration einher, woraus sich unser Hypothese bestätigt und die Studie mit einer höheren Anzahl an Tieren wiederholt werden kann. Das Thema war an sich sehr interessant. Allerdings, habe ich nicht ganz so viel geschafft während meiner Zeit, da die spanische Arbeitsmoral doch etwas entspannter ist. Daher hatte ich mehr Freizeit und konnte mir die Stadt somit mehr anschauen, was natürlich auch super war! ☺

#### **4. FREIZEIT & DIE STADT**

---

Barcelona ist eine unglaublich schöne Stadt! Süße Gassen, kleine Cafés und tolle Boutiquen und obendrauf noch das Mittelmeer. Natürlich scheint die Sonne jeden Tag und die Temperaturen gingen nie unter 20°C. Die Stadt ist sehenswert und bietet viele Möglichkeiten für Unternehmungen. Park Guell und die Sagrada Familla sind ein Muss! Des Weiteren finden zwischen August-Oktober mehrere Feste und Feiern statt, die katalonischen Flair aufleuchten lassen. In meiner Freizeit besuchte ich oftmals das Fitnessstudio direkt um die Ecke oder bummelte in der Stadt oder auch Grazia. Am Wochenende ging es dann an den Stadtstrand, Sehenswürdigkeiten anschauen oder die direkte Umgebung entdecken. Da ich viel Besuch von meiner Familie und Freunde hatte, war ich

nie allein und konnte die Sehenswürdigkeiten mit Ihnen erkunden. Andernfalls, bietet Meet-Up.com ein reiches Angebot an sozialen Treffen wie Yoga am Strand, Surfen, Sprachkurse und vieles mehr.





P.S. ihr solltet unbedingt die „Schokoladen Küche“ **Chök** aufsuchen!!

## 5. FAZIT

---

Barcelona ist unglaublich, vor allem um diese Jahreszeit rum! Während die Temperaturen in Deutschland schon langsam sinken, ist in Barcelona noch immer Sommer. Das Wetter ist schön warm um schwimmen zu gehen, aber nicht unerträglich heiß und erlaubt somit Wanderungen in der Umgebung. Mein Praktikum war inhaltlich leider nicht ganz so lehrreich wie erwartet, aber dennoch lohnenswert um in einen neuen Bereich reinzuschnuppern, eine neue Kultur sowie neue Leute kennenzulernen! Ich würde jedem empfehlen sich Barcelona einmal anzuschauen und genauso einen Austausch, egal in welcher Form, zu machen! Man lernt so viel Neues dazu und muss lernen auch mal komplett alleine klar zu kommen. Viel Spaß!