

## **Erfahrungsbericht: 3-monatiges Praktikum in Dublin, Irland**

*Mitte Mai bis Anfang August*

Ich habe im Rahmen meines Masterstudiums Biochemie ein dreimonatiges Praktikum am Royal College of Surgeons in Ireland (RCSI) in Dublin absolviert.

---

### **Kontaktaufnahme, Erasmus-Dokumente, Zeitplan**

Ich bin auf einen Erfahrungsbericht auf der MHH-Website gestoßen, in dem jemand sein Praktikum am RCSI in Dublin beschrieben hat. Ich hatte zufällig bei dem Professor, durch den der Kontakt nach Dublin entstanden ist, im vorherigen Sommersemester ein Modul belegt. Ich habe ihn Ende 2024 kontaktiert. Prof. Peter Claus hat mir daraufhin den Kontakt zu Prof. Fabio Quondamatteo vermittelt. Prof. Quondamatteo hat mir sehr schnell geantwortet und mir gemeinsam mit Adrian Dervan ein Projekt im Bereich der Anatomie vorgeschlagen. So hatte ich bereits Mitte/Ende Januar eine feste Zusage.

Anschließend habe ich mich bei Frau Steinhusen gemeldet, um die Erasmus+-Förderung zu beantragen. Ich habe sie per E-Mail kontaktiert und bin anschließend direkt zu ihr in die Sprechstunde gegangen. Für das Praktikum benötigte außerdem Herr Professor Meyer (mein Studiengangskoordinator) zunächst eine Inhaltsangabe des Projekts, die ich ihm Anfang Februar geschickt habe. Kurz darauf kam die feste Zusage von Frau Steinhusen. Das Learning Agreement habe ich Ende März/Anfang April zusammen mit Lebenslauf, Passbild, Immatrikulationsbescheinigung, Englischnachweis und Bewerbungsformular bei Frau Steinhusen eingereicht.

Parallel dazu habe ich mich um die notwendigen Versicherungen gekümmert (Unfallversicherung mit weltweitem Schutz, Reiseversicherung mit Rücktransport, Haftpflichtversicherung mit europaweitem Schutz). Dabei habe ich Unterstützung von Frau Steinhusen und Herrn Professor Meyer erhalten. Alle Versicherungsscheine konnte ich so Mitte März an Frau Steinhusen weiterleiten. Anfang Mai lag dann das Grant Agreement zur Unterschrift bereit, womit die Vorbereitung für das Praktikum und die Förderung abgeschlossen war.

Zu Beginn des Praktikums habe ich in Dublin das „Certificate of Arrival“ und am Ende das „Letter of Confirmation“ ausgefüllt. Nach Abschluss des Praktikums habe ich das Learning Agreement fertiggestellt, den Erasmus+ Participant Report ausgefüllt, der mir per E-Mail zugeschickt wurde, und diesen Erfahrungsbericht geschrieben.

---

### **Flüge, Unterkunft, öffentlicher Verkehr**

Flüge nach Dublin gibt es gut ab Hamburg, z. B. mit Aer Lingus oder Ryanair. Ich selbst bin jedoch von Düsseldorf aus mit Eurowings geflogen. Bei der Wohnungssuche hatte ich große Unterstützung vom Studentenbüro des RCSI. Die Wohnungssituation in Dublin ist leider schwierig: Das Angebot ist gering, die Mieten hoch. Über die Website *Collegecribs.ie* habe ich schließlich eine Unterkunft bei einer sehr netten älteren Dame gefunden. Die Wohnung lag im Südwesten der Stadt in einer ruhigen, schönen Gegend mit guter Anbindung an das

Stadtzentrum und zur Universität. Ich habe je nach Verkehrslage ca. 35 Minuten zur Uni gebraucht.

Die Busverbindungen in Dublin sind grundsätzlich gut (theoretisch), und die Nutzung des öffentlichen Verkehrs ist nicht teuer. Allerdings verspäten sich die Busse auch mal oder fallen ganz aus. Da aber viele Busse fahren, muss man selten lange warten –Am besten besorgt man sich vorab oder vor Ort eine Leap Card, das geht einfach online. Wichtig: Man muss Busse aktiv heranwinken, sonst halten sie nicht! Auch die Straßenbahn (Luas) und der Vorortzug (DART) waren sehr gut, die habe ich jedoch eher seltener genutzt.

---

## **Infos zum Praktikum**

Das RCSI ist vor allem eine medizinische Universität, aber es wird auch viel Forschung betrieben. Daher arbeiten viele PhD-Studierende und Bachelorstudierende anderer Universitäten in den Laboren. Mein Projekt wurde von Prof. Fabio Quondamatteo (Head of Anatomy) und Adrian Dervan (Tissue Engineering Research Group, TERG) betreut. Zusammen mit einer anderen Medizinstudentin vom RCSI arbeitete ich an dem Projekt.

Ziel des Projekts war es, durch detaillierte Präparation zweier menschlicher Körperspender exakte Daten zur Feinanatomie des Rückenmarks und des Wirbelkanals zu erheben, insbesondere im Hinblick auf altersbedingte Veränderungen. Diese Informationen sollen helfen, chirurgische Zugänge zur Wirbelsäule zu bewerten und potenzielle Wege für die Verabreichung von Biomaterialien zur Behandlung von Rückenmarksverletzungen zu identifizieren. Langfristig soll das Projekt die Grundlagen für die Entwicklung altersgerechter, minimalinvasiver Therapien schaffen und so die klinische Umsetzung neuer regenerativer Ansätze unterstützen.

Da das Projekt im Bereich der Anatomie liegt, einem Themenfeld, das in meinem Studium bislang nicht so detailliert behandelt wurde, habe ich im Vorfeld entsprechende Informationen erhalten, welche Inhalte ich mir zusätzlich aneignen sollte. Das war für mich vollkommen in Ordnung.

Da ich während meiner Tätigkeit kontinuierlich mit Kolleginnen und Kollegen zusammenarbeitete, fiel es mir leicht, neue Kontakte zu knüpfen und Freundschaften aufzubauen. So hatte ich schon bald Menschen, mit denen ich gemeinsam Mittagessen konnte und die mit mir Dublin erkundeten. Generell waren alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sowohl der TERG-Gruppe als auch der Anatomie-Gruppe ausgesprochen freundlich und hilfsbereit.

---

## **Zur Sprache**

Da wir zu zweit an dem Projekt gearbeitet haben, musste ich viel Englisch sprechen. Mit der Zeit konnte ich mich dabei immer sicherer ausdrücken. Auch wenn ich noch Verbesserungspotenzial sehe, hat mich das Praktikum insgesamt deutlich selbstbewusster im Umgang mit der englischen Sprache gemacht.

---

## **Zum Wetter**

Das Wetter war tatsächlich besser als erwartet. Im Mai hatten wir traumhaftes Wetter: Sonnenschein und angenehme 20 Grad bei wenig Regen. Auch insgesamt war das Wetter sehr gut; die Temperaturen lagen im Schnitt zwischen 15 und 25 Grad, was ich für den Sommer sehr angenehm fand. Natürlich kam ab und zu das typisch irische Wetter durch, was ich aber gar nicht schlimm, sondern eher schön fand. Generell kann es in Irland an jedem Tag Sonne, Regen und Wind geben – das Wetter kann sehr schnell wechseln. Insgesamt ist es im Sommer jedoch nicht so heiß wie in Deutschland, was ich persönlich sehr angenehm fand.

---

## **Ausflüge / Freizeit**

Ich hatte nach dem Praktikum unter der Woche oft noch etwas Zeit, um Dublin zu erkunden. An den Wochenenden nutzte ich die Gelegenheit, verschiedene Orte in Irland zu besuchen, zum Beispiel Galway oder Cork. Dadurch habe ich in den drei Monaten nicht nur die Stadt selbst gut kennengelernt, sondern auch viel vom Land gesehen. Drei Monate sind meiner Meinung nach eine ideale Zeitspanne, um Dublin intensiv zu erleben und gleichzeitig Ausflüge innerhalb Irlands zu unternehmen.

---

## **Dublin generell**

Dublin ist eine schöne, lebendige Stadt, die zwar auch einige weniger ansprechende Ecken hat, aber vor allem mit ihren charmanten Häusern und großartigen Pubs überzeugt. Besonders gut gefallen hat mir die Vielfalt der Stadt. Sehr schön fand ich, dass an fast jeder Straßenecke Musik gespielt wird. Darüber hinaus bietet Dublin eine große landschaftliche Abwechslung: Man kann in den Bergen wandern, am Strand entspannen oder am Hafen spazieren gehen. Zudem gibt es zahlreiche Parks direkt im Zentrum sowie Wanderwege und Gärten mit Blick auf das Meer.

---

## **Meine Tipps für Dublin**

- Live-Musik in den Pubs genießen
- Guinness trinken
- durch den St. Stephen's Green Park schlendern
- Ausflug nach Howth (Markt & Wanderweg)
- Second-Hand-Shopping
- Blackrock Market (sehr empfehlenswert)
- George Street Arcade
- Dún Laoghaire Harbour
- Powerscourt Gardens
- Dubh Linn Gardens
- Spicebag probieren
- durch die Grafton Street spazieren und Straßenmusik genießen
- Trinity College besuchen

---

## **Meine Ausflüge in Irland**

- Mietwagen-Ausflug und Nordirland-Tour: Causeway Coastal Route, Newcastle, Giant's Causeway, Portrush, Derry, Malin Head (nördlichster Punkt Irlands)
- Cliffs of Moher mit Bootstour
- Galway (unbedingt besuchen!)
- Connemara-Tour inkl. Kylemore Abbey und Cong (GetYourGuide-Tour)
- Powerscourt House and Gardens
- Wicklow Mountains (GetYourGuide-Tour)
- Cork mit Besuch des Blackrock Castle

---

## **Fazit**

Alles in allem war es eine großartige Erfahrung. Ich habe die Natur Irlands und die Vielfalt Dublins sehr genossen. Nach den drei Monaten habe ich mich aber auch wieder auf Zuhause sowie meine Familie und Freunde gefreut. Für mich waren Dublin und diese Zeitspanne perfekt für mein Auslandspraktikum!