

Mein Auslandssemester am Dana Farber Cancer Institute (DFCI) in Boston, USA

Bei meinem 6-monatigen Auslandssemester von September bis Ende Februar handelt es sich um ein Laborpraktikum am DFCI, welches ein Krankenhaus mit Forschungseinrichtungen ist und sich auf dem Campus der Harvard Medical School in Boston, MA, USA befindet.

Vorbereitung (Planung, Organisation und Bewerbung)

Ich bin auf die Bewerbung am DFCI über eine Liste von unserem Studiengangs-Koordinator Herrn Dr. Meyer gestoßen. Auf dieser Liste sind alle Orte aufgeführt, an denen ehemalige Studenten bereits für Auslandssemester aus unserem Studiengang gewesen sind. Eine ehemalige Studentin war bereits am DFCI, jedoch hat mich die Forschungsrichtung der Arbeitsgruppe nicht so sehr interessiert. Daher habe ich mich einfach bei anderen Arbeitsgruppen, die mich von ihrem Internetauftritt sehr interessierten, beworben. Ich habe dies etwa 10 Monate im Voraus getan. Mein Bewerbungsgespräch verlief über Skype und war sehr entspannt. Ich sollte nur ein bisschen erzählen, was ich bisher schon für Erfahrungen im Labor gesammelt habe. Ich habe den Antrag des Visums dann direkt am DFCI ausfüllen lassen, dies kann auch einige Zeit in Anspruch nehmen, da erst Kontakt zu der entsprechenden HR Abteilung hergestellt werden muss usw. Meinen Termin bei der Botschaft in Berlin konnte ich mir dann etwa im April aussuchen und wählte einen Termin Anfang Mai. Der Reisepass war nach dem Besuch schon nach 2 Wochen wieder da. Wichtig ist, dass man alle Zahlungen vor dem Gespräch bei der Botschaft tätigt, also die *Sevis fee* und die Visumsgebühr (Überweisung an unterschiedliche Konten).

Unterkunft

Man sollte sich darüber bewusst sein, dass WG-Zimmer in Boston um ein Vielfaches teurer sind als hier. Viele Zimmer in der Stadt kosten weit über 1000 USD und oft wird auch nur für 1 Jahr vermietet. Da es neben dem PROMOS-Stipendium schwierig ist an größere Stipendien für ein Auslandssemester außerhalb Europas zu kommen, sollte man sich dessen bewusst sein. Auch die Lebenshaltungskosten, wie etwa Einkäufe im Supermarkt, sind deutlich teurer in Amerika. Für kürzere Zeiträume sind häufig Airbnbs praktisch, die wiederum jedoch auch meist nicht gerade preiswert sind. Ich hatte Glück und habe über die Internetseite *Roomster.com* ein Zimmer gefunden, das zwar etwas außerhalb lag aber dafür preislich etwas mehr im Rahmen mit 800 USD. Ich musste dann jeden Tag 50-60 min zum DFCI pendeln, was vielleicht erstmal suboptimal klingt, aber da das U-Bahn-Netz in Boston für amerikanische Verhältnisse relativ verlässlich ist, war es eigentlich kein Problem. Der kleine Vorort Winthrop in dem ich gewohnt habe, hatte außerdem einen sehr schönen Strand und war sehr sicher. Zu meidende Wohngegenden in Boston sind vor allem Roxbury und Dorchester. Viele, die auf dem Campus der Harvard Medical School arbeiten, auf dem auch das DFCI liegt, wohnen z.B. in Jamaica Plane oder Brookline.

Praktikum

Das Labor von Edward Chouchani im Department Cancer Biology, in dem ich gearbeitet habe, hat sich mit Stoffwechselforschung und Mitochondrien beschäftigt, was sehr viel mit

Metabolomics und Proteomics verbunden war. Ebenfalls wurden auch viele *in vivo* Versuche mit Mäusen durchgeführt. Anfangs habe ich alles sehr kleinlich gezeigt bekommen, konnte dann aber irgendwann auch selbstständig arbeiten an meinem Projekt. Nebenbei habe ich dem Labmanager (so werden die TA's in Amerika genannt) bei anfallenden Labor-Routearbeiten wie DNA-Isolierungen und PCR viel geholfen. Was mir besonders gut gefallen hat, war, dass wir viele PhD-Studenten und auch sonst nur junge Postdocs im Labor hatten, wodurch eine sehr lockere Atmosphäre entstanden ist und wir freitagsabends häufig auch zusammen noch was trinken gegangen sind oder uns bei jemanden zuhause getroffen haben. Oft haben die Labore auch einen Abschnitt über das „Social-Life“ auf ihrer Internetseite. Dies würde ich auf jeden Fall vor der Bewerbung auch mal checken, da es viel ausmacht, wenn man im Labor gut Anschluss finden kann.

In Amerika ist es eher nicht üblich wie hier, dass alle zusammen in die Mensa gehen, aber man kann meistens ein paar Leute zum Mittag finden, mit denen man zusammen Pause macht. Ich habe mein Essen auch immer selber mitgebracht, da die Preise für Essen auf dem Campus ebenfalls sehr hoch sind.

Was mir ebenfalls besonders gut gefallen hat, sind die zahlreichen Vorträge, die man sich auf dem Campus anhören konnte. Zudem gab es jeden Freitag die sogenannte Happy Hour. Dabei gab es zunächst freies Bier, das man während einem wissenschaftlichen Vortrag trinken konnte und im Anschluss noch Pizza umsonst für alle. Im Anschluss sind wir dann häufig vom Labor noch weitergezogen. Im Oktober hatten wir außerdem einen Retreat vom Department für Cell Biology der Harvard Medical School, wo wir mit dem Labor und allen anderen Laboren dieses Departments für drei Tage in ein Tagungshotel gefahren sind. Neben den zahlreichen Vorträgen, war dies während der Freizeit eine super Möglichkeit für mich, um meine Labormitglieder und andere Leute des Instituts besser kennen zu lernen.

Alltag und Freizeit

Im Nachhinein bin ich sehr froh, dass ich Boston als Stadt in den USA ausgewählt habe. Die Stadt ist sehr vielseitig, relativ sicher und bietet viele Möglichkeiten für Freizeitaktivitäten. Außerdem gibt es extrem viele internationale Leute, wodurch eine gute Gemeinschaft entsteht. In der Woche war ich meistens den ganzen Tag im Labor (der Laboralltag startet erst gegen 9-9.30 a.m.). Da ich hauptsächlich im Winter da war, habe ich mich außerdem für ein Fitnessstudio angemeldet, um nach der Arbeit noch ein wenig Sport treiben zu können. Ansonsten habe ich ab und zu mit meiner Mitbewohnerin oder ein paar Freunden noch was in der Stadt unternommen. In Boston selbst kann man viel über die Geschichte Amerikas lernen und es gibt auch einige Museen, die sehr interessant sind. Zudem kann man nette Kanutouren auf dem Charles River unternehmen oder mit dem Zug (Commuter Rail) mit dem Wochenendticket Nachbarschaftsorte wie Salem erkunden. Am Wochenende habe ich dann besonders am Anfang als es noch relativ warm war, Ausflüge in der Umgebung unternommen. Cape Code lohnt sich auf jeden Fall für einen Wochenendausflug. Ebenso die White Mountains in New Hampshire zum Wandern. Hier ist es besonders schön in der Fall Season.

Ich habe zudem eine Freundin über ein verlängertes Wochenende in Los Angeles besucht und war ebenfalls für ein paar Tage in New York. Nach New York gibt es aus Boston sehr günstige Busverbindungen, das sollte man auf jeden Fall ausnutzen. Im Labor war es auch nie ein Problem, wenn ich gefragt habe, ob ich mal früher gehen kann oder einen Tag freinehme, um einen der Ausflüge zu unternehmen. Im Winter kann man aus Boston auch relativ schnell in New Hampshire zum Skifahren sein.



Skyline Boston



Cape Code

New Hampshire (Fall Season)

Fazit

Insgesamt war mein Auslandssemester eine super Erfahrung! Die Leute sind extrem verständnisvoll am Anfang, gerade wenn man sich noch nicht so gut ausdrücken kann in jeder Situation. Ich konnte mein Englisch sehr gut verbessern und es war auch nie ein Problem, wenn mir mal die Vokabeln fehlten. Die Amerikaner wollen einen verstehen und helfen immer weiter. Ich hatte auch super Glück mit meinem Labor, dass ich so schnell eingegliedert wurde und auch immer viel vom Labor aus unternommen wurde. Zudem bietet das DFCI und die angegliederte Harvard Medical School extrem viele Möglichkeiten, sodass es super war einen Einblick hierin zu gewinnen. Ich bin froh, dass ich mich für Boston entschieden habe und würde es jedem ans Herz legen, der die Möglichkeit dazu hat!