

Forschungspraktikum in Denver, USA, 2022.

Vorbereitung:

Im Sommer 2021 habe ich eine E-Mail an Prof. Christians geschickt. Das erste Mal haben wir uns über Zoom getroffen und über verschiedene Projekte unterhalten. Das Gespräch verlief gut und habe daraufhin eine Zusage bekommen. So habe ich mich vorbereitet:

- Erforderliche Dokumente für die Bewerbung: Physikumszeugnis, Immatrikulationsbescheinigung, Lebenslauf, Sprachtest (TOEFL).
- Visum: ich würde empfehlen, mind. 3-4 Monate vorher ein Visum zu beantragen. Vorher müssen einige Dokumente wie J-1 Visumvorbereitet werden, deshalb lohnt es sich ein halbes Jahr vorher damit auseinanderzusetzen. Das Visum habe ich im September beantragt und bekam es dann Mitte Februar (einen Monat vor der Abreise). Nun sollte der größte Stress vorbei sein und man kann sich um andere Sachen kümmern und entspannt zurücklehnen.
- Gesundheit: für den Aufenthalt war es erforderlich einen Covid-Impfnachweiß sowie eine Krankenversicherung, die über den ganzen Zeitraum des Aufenthaltes gültig ist, zu haben.
- Finanzierung: sowohl das PROMOS-Stipendium als auch das IC42 Labor unterstützt Studenten aus eigenen Mitteln.

Unterkunft:

Meine Unterkunft habe ich über die Facebookseite gefunden. Meistens klappt es gut, eine Wohnung vor Ort zu finden. Es gibt mehrere Gruppen auf Facebook. Auch die Craigslist-Seite war hilfreich.

Praktikum an der Gasteinrichtung:



Blick auf den Campus im Sommer

Die Arbeitszeiten waren von 9 bis 17 Uhr, manchmal durfte man früher gehen, manchmal blieb man länger, wenn längere Experimente geplant waren. Insgesamt war die Arbeitszeit flexibel, solange man die Arbeit geschafft hat. Die Integration lief super, die Mitarbeiter waren sehr nett und freundlich, und durch die Betreuung von meinem Mentor, der unglaublich hilfreich und geduldig war, hat vor allem viel am Anfang erklärt, habe ich mich wohl gefühlt. Das Coolste ist, dass je nach Projekt Kollaborationen mit anderen Instituten möglich sind. So habe ich z.B. neben der Anästhesiologie und Pharmakologie, einen Teil von Neuroscience abdecken konnte. Es gab viele Zusammenhänge zwischen verschiedenen Gebieten, die für mich persönlich den Aufenthalt noch spannender gemacht haben.

Ich durfte verschiedene Labortechniken kennenlernen: Arbeiten mit Massenspektrometern und Durchführung der Tierexperimente. Dienstags fanden Seminare statt. In den Seminaren wurden viele Forschungsgebiete thematisiert.

Alltag und Freizeit:

Allgemein:

Der Alltag im Labor mag ab und zu anstrengend sein, dennoch hatte ich am Wochenende meistens Zeit etwas Spannendes zu unternehmen. Wenn ihr gerne wandern geht, dann ist Colorado der absolute Traum dafür! Die Berge kann man von überall sehen und es gibt zahlreiche wunderschöne Orte zu entdecken! Ich hatte Glück, viele offenherzige und wundervolle Menschen aus verschiedenen Ländern kennenzulernen.

Ich war viel unterwegs, in der Natur, wandern, campen, und klettern. Ich hatte die Gelegenheit, mir verschiedene Staaten anzuschauen. Das war eine unvergessliche Erfahrung, da jeder Staat in den USA ganz unterschiedlich ist, vom Klima bis zur Kultur und den Menschen!



Downtown Denver, Colorado



Rocky Mountain National Park, Colorado



Antelope Canyon, Arizona



Camping in Telluride, Colorado

Transport:

Da das öffentliche Verkehrsmittel nicht so gut wie in Deutschland ist und viele Orte nur mit Autos zu erreichen sind, ist es wichtig, hier ein Auto zu haben. Ich habe nicht sehr weit vom Campus gewohnt, daher kam ich mit einem Fahrrad gut zurecht (habe auf Marketplace Facebook ein gebrauchtes Fahrrad gekauft). Nur im Winter (es gibt viel Schnee) musste ich öfter den Zug/Bus nehmen.

Wetter:

Ich habe das Wetter geliebt! Colorado hat fast 300 Sonnentage im Jahr, also man bekommt genügend Vitamin D hier, auch im Winter. Die Luft ist ziemlich trocken, daher ist die Kälte im Winter gut zu ertragen. Die Sommertage können sehr heiß werden, und zwar bis zu 40 Grad Celsius! Habt genügend Wasser und Sonnencreme dabei!

Tipps:

- Am Anfang, wenn man im neuen Land ist, freut man sich, neue Menschen kennenzulernen. Auf dem Campus gibt es die Gruppe der Internationalstudierenden, die häufiger wandern, zusammen Kaffee trinken gehen, Sport machen und Spiele Abende veranstalten. Für den Einstieg ist es super!
- Wenn ihr vorhabt, öfters Bus/Bahn zu fahren, gibt es einen sogenannten EcoPass, den ihr von der Uni beantragen könnt. Für 30\$ im Monat könnt ihr unbegrenzt fahren.

Fazit:

Absolut empfehlenswert! Die USA ist sehr eindrucksvoll und aufregend. Ich habe nicht nur fachlich sehr viel neues erfahren, sondern auch unglaublich gute Freizeit hatte und viele herzensgute Menschen kennengelernt.