



Praktikumsbericht

(Erasmus+ Praktika – SMP)

Angaben zur Person und zum Praktikum der/des Studierenden

| | |
|---|--|
| Studienfach: Pharmaceutical Sciences | Studienabschnitt (Bachelor/Master/Staatsex.): Master |
| Praktikumszeitraum: 02.11.2020 – 30.07.2021 | Praktikumsort: Luxemburg |
| Praktikumstitel (z.B. „Praktikum im Goethe Institut London als MitarbeiterIn in der Kulturabteilung“): Forschungspraktikum im Luxembourg Institute of Health als Mitglied der Tumor Stroma Interactions Arbeitsgruppe im Department of Oncology | |

1. Planung und Vorbereitung

Im Rahmen meines Pharmaceutical Sciences Masterstudiums an der LMU habe ich mich für ein 9-monatiges Forschungspraktikum in der Arbeitsgruppe Tumor Stroma Interactions (TSI) im Department of Oncology am Luxembourg Institute of Health (LIH) in Luxemburg entschieden. Da meine ursprünglichen Pläne, das Praktikum im EU-Ausland durchzuführen aufgrund der COVID-19 Situation leider nicht stattfinden konnten, habe ich mich bewusst dazu entschlossen ein Praktikum im Bereich der Krebsforschung innerhalb der EU anzugehen. Dafür habe ich mich bei der Suche nach einem Praktikumsplatz vor allem auf die Websites unterschiedlicher europäischer Forschungsinstitute bezogen. Die Praktikumsstelle am LIH war auf der Homepage (<https://www.lih.lu/jobs>) ausgeschrieben und somit konnte ich mich unkompliziert über das online Bewerbungsformular bewerben und wurde dann in der gleichen Woche noch zu einem Bewerbungsgespräch eingeladen. Nach einem virtuellen ersten Gespräch hatte ich anschließend die Möglichkeit, mir das Labor in Luxemburg anzuschauen und konnte so meine zukünftigen Arbeitskollegen bereits im Vorfeld persönlich kennenlernen. Diese persönliche Ebene empfand ich als sehr angenehm und dies hat auch maßgeblich zu meiner Zusage der Praktikumsstelle beigetragen. Den Bewerbungsprozess und auch die administrativen Angelegenheiten nach der Zusage liefen insgesamt sehr schnell und reibungslos ab, so musste ich nie lange auf eine Rückmeldung warten. Auch trotz einiger



Schwierigkeiten, bedingt durch die steigenden COVID-19 Inzidenzwerte, während meines Praktikumsbeginn im November 2020, haben sich die Arbeitsgruppenleiter besonders engagiert, so dass ich trotz Lockdown und Laborschichtdienst mein Praktikum beginnen durfte. Mir gefiel in dieser Hinsicht vor allem die offene Kommunikation zwischen Arbeitsgruppenleiter, Praktikumskoordinatorin des Personalbüros sowie mir als Praktikantin.

2. Praktikumsverlauf

Während meines Praktikums am LIH habe ich hauptsächlich am Projekt einer Senior Postdoctoral Researcher (im nachfolgenden „Betreuerin“ genannt) der Arbeitsgruppe gearbeitet und mitgewirkt. Die erste Woche meines Praktikums bestand hauptsächlich aus Schulungen, die ich absolvieren musste, um zum Beispiel den Zugang zu den Biosafety Level 2 Zellkulturlabors zu erhalten. Die Trainings fand ich jedoch sehr sinnvoll, um meine Kenntnisse aufzufrischen, bevor es dann mit der eigentlichen Laborarbeit losging. Während der ersten Zeit habe ich sehr eng mit meiner Betreuerin zusammengearbeitet und wurde in verschiedene Methoden und Techniken eingearbeitet. Relativ schnell konnte ich dann schon meine eigenen Versuche organisieren, sowie die Planung meiner Arbeitswoche selbst einteilen und gestalten. Meine Betreuerin hat mich bei Fragen unterstützt, mir aber in gleichem Maß auch Freiheiten und Vertrauen in meine Arbeit geschenkt. Das Arbeitsklima hat mir somit sehr gut gefallen und habe nicht nur im Labor viel dazugelernt, sondern auch in der Organisation der Forschungsarbeit. Durch die 9-monatige Dauer des Praktikums konnte ich so viele Fortschritte beobachten und es hat mir besonders viel Spaß gemacht, das Projekt voranzubringen und mich durch die lange Zeit auch richtig tiefgründig in das Thema einzuarbeiten.

Neben der Projektgestaltung und der Laborarbeit habe ich aber vor allem auch sprachlich viel dazugelernt. Die Sprachenvielfalt und Internationalität in Luxemburg empfand ich als sehr großes Potenzial, Fremdsprachen aufzubessern und internationale Kontakte zu knüpfen. Allein in meiner Arbeitsgruppe waren bereits 7 Nationalitäten (Frankreich, Belgien, Deutschland, Italien, Spanien, Argentinien und Luxemburg) vertreten, so dass man täglich mit den unterschiedlichsten Sprachen in Kontakt kam. So konnte ich trotz der englischen Arbeitssprache, meine Französischkenntnisse merklich aufbessern und gleichzeitig war es auch manchmal schön, Gespräche in der eigenen Muttersprache führen zu können. Diese Internationalität und Sprachenvielfalt herrscht nicht nur im LIH sondern auch insgesamt in Luxemburg, so dass ich persönlich selten Probleme aufgrund des Sprachverständnisses hatte.

3. Soziale Kontakte, Alltag und Freizeit

Leider war mein Aufenthalt in Luxemburg anfangs sehr von den Einschränkungen der COVID-19 Pandemie geprägt. Durch die Schichtarbeit im Labor, war es anfangs etwas schwierig, meine Arbeitskollegen besser kennenzulernen, da man täglich lediglich die Hälfte der Arbeitsgruppe im Labor getroffen hat. Dies hat sich aber im Lauf des Praktikums zum Besseren gewendet, so dass wir auch außerhalb der Arbeitszeiten öfters was unternehmen konnten. Eine sehr beliebte Freizeitaktivität für mich ist das Klettern und umso schöner war es, dass eine Arbeitskollegin die gleichen Interessen teilte und wir so gemeinsam nach der Arbeit in der Kletterhalle „d’Coque“ am Kirchberg in Luxemburg (Stadt) trainieren konnten. Aufgrund der Lage des Department of Oncology des LIH in Strassen/Belair hatte man eine gute Anbindung zum Stadtzentrum, so dass ich auch nach der Arbeit ab April, nach Ende des Lockdowns noch durch die schöne Altstadt Luxemburgs flanieren und auf einer der vielen Terrassen den Feierabend einleiten konnte (hier kann ich das Lokal „de gudde Wëllen“ nur empfehlen, welches im Sommer eine Terrasse mit einem herrlichen Ausblick über die alten Festungsmauern der Stadt anbietet).



Abbildung 1: Historische Altstadt und Festungsmauer der Stadt Luxemburg



Abbildung 2: Ausblick von der Terrasse des Lokals "de gudde Wëllen"

Die Nutzung der öffentlichen Verkehrsmittel in Luxemburg ist kostenlos und erspart einem so viele Kosten und Mühen. Die Transportmittel, vor allem Direktverbindungen sowie die Stadtbusse innerhalb der Hauptstadt Luxemburg sind auch größtenteils zuverlässig und wurden zum Haupttransportmittel auf meinem Arbeitsweg. In der Freizeitgestaltung war ein Auto jedoch sehr praktisch, vor allem, wenn man Unternehmungen außerhalb der Stadt Luxemburg

machen wollte. Das Land Luxemburg hat viele schöne und außergewöhnliche Naturlandschaften (hier empfehle vor allem das Müllerthal und die „Auto-Pédestre“ Rundwanderwege in den verschiedenen Regionen des Landes), sowie historische kleine Städte (Diekirch, Echternach, Clervaux) oder Festungen außerhalb der Hauptstadt (besonders schön ist die Burg in Vianden) zu bieten, die man während eines längeren Aufenthalts auf jeden Fall erkunden sollte. Als Anlauf- oder Infostelle kann ich auf das City Tourist Office in der Hauptstadt empfehlen, davon abgesehen haben viele der kleineren Städte des Landes ebenfalls ihre eigenen Tourismusbüros, bei denen man sich noch spezifischer über die Gegend informieren kann. Ebenfalls praktisch fand ich die Website Visit Luxembourg (<https://www.visitluxembourg.com/de>), die mir zusätzliche Inspiration für weitere Unternehmungen in Luxemburg gab.



Abbildung 3: Burg Vianden

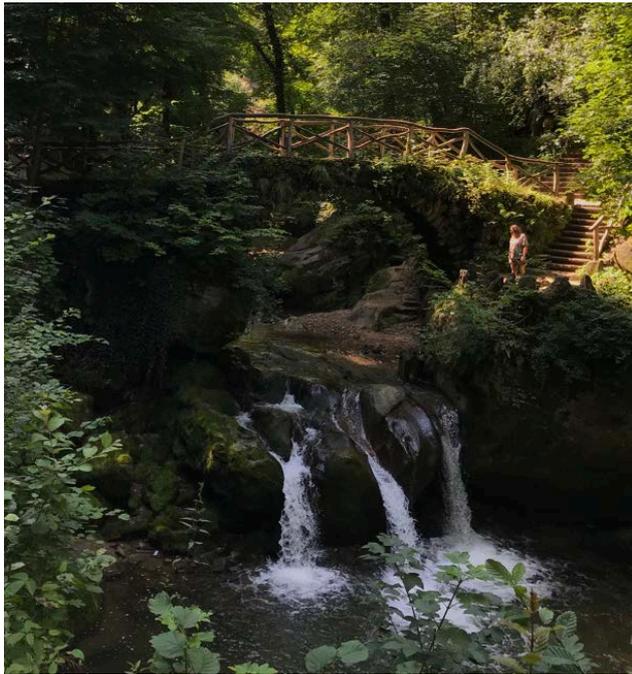


Abbildung 4: Schiessentümpel Wasserfall



Abbildung 5: Müllerthal Trail

4. Kosten und Finanzierung

Auch wenn Luxemburg hinsichtlich der Lebenskosten im Vergleich zu Deutschland deutlich teurer ist, so gibt es in Luxemburg dennoch den Vorteil, dass die meisten Praktikumsstellen (vor allem Pflichtpraktika, die länger als 4 Wochen dauern) bezahlt werden. Da öffentliche Transportmittel in Luxemburg kostenfrei sind, konnte ich wiederum viel Geld sparen, was die teureren Lebenshaltungskosten etwas ausgeglichen haben.

5. Praktikum und Studium

Das Praktikum war insgesamt sehr vielfältig und ich konnte viele der biochemischen Methoden, die ich, während meines Pharmaceutical Sciences Bachelor- und Masterstudiums gelernt habe, umsetzen. Somit kann ich sagen, dass mich mein Studium an der LMU und besonders die vielen Laborpraktika während des Studiums, gut auf dieses längere Forschungspraktikum vorbereitet hat, so konnte ich auch neuere Techniken und Methoden schnell erlernen und umsetzen. Neben der praktischen Arbeit konnte ich auch thematisch viel in diesem Praktikum lernen und mein Wissen im vor allem im Bereich der Immunologie und Onkologie über die Grundkenntnisse des Studiums weiter ausbauen und vertiefen.

Durch das 9-monatige Praktikum in Luxemburg hat sich vor allem jedoch meine Einstellung zu künftigen Berufsvorstellungen gefestigt. Die tagtägliche Arbeit im Labor sowie die



wissenschaftlichen Diskussionen im Rahmen der wöchentlichen Arbeitsgruppenseminare haben mich zusätzlich in dem Vorhaben bestärkt, nach dem Masterstudium eine Promotion anzustreben. Das, was mich, während diesem Praktikum besonders begeistert hat, waren die zahlreichen Vorträge renommierter, internationaler Forscher, die das Department of Oncology im Rahmen der „Lecture Series in Cancer Research“ virtuell organisiert hat. Diese Vorträge haben mir zusätzlich neue Perspektiven gegeben und ich konnte viele lehrreiche Erfahrungen sammeln, auch außerhalb des eigenen Forschungsprojekts.

6. Fazit

Zugegebenermaßen hatte ich vor meinem Praktikum keine konkreten Vorstellungen über das luxemburgische Forschungswesen. Deswegen war es für mich umso spannender zu sehen, auf welchem einem hohen internationalen Niveau sich die Forschung des doch, vergleichsweise kleinen Landes bewegt. Vor allem die externen (virtuellen) Gäste der Vortragsserien, sowie die große Internationalität der Forscher innerhalb des Instituts haben maßgeblich dazu beigetragen. Ein weiterer positiver Aspekt des internationalen Umfelds war für mich die Möglichkeit, so einfach meine verschiedenen Sprachkenntnisse aufzubessern und zu festigen. Durch die Gespräche mit internationalen Arbeitskollegen konnte ich auch andere Kulturen etwas besser kennenzulernen. Gleichzeitig war dies aber auch vor allem am Anfang des Praktikums eine kleine Herausforderung, da ich mich erst an das neue Arbeitsumfeld gewöhnen und sprachlich einfinden musste. Auch wenn innerhalb des Instituts jeder englisch spricht und auch in Luxemburg die meisten englisch (oder auch deutsch) sprechen und verstehen, so würde ich es auf jeden Fall empfehlen, im Vorfeld einen kleinen französischen Grundwortschatz aufzubauen, da im Allgemeinen doch oft Konversationen auf französisch initiiert werden.

Ich kann die Praktikumsstelle am Luxembourg Institute of Health gänzlich weiterempfehlen, ich wurde sehr nett empfangen und während meiner Praktikumszeit vollkommen in die Arbeitsgruppe integriert. Davon abgesehen konnte auch gute Freundschaften mit Masterstudenten oder Doktoranden außerhalb der eigenen Arbeitsgruppe schließen, die auch nach Ende des Praktikums aufrechterhalten blieben. Ich habe mich während des Praktikums immer sehr wohl gefühlt und auch bei Problemen (fachliche und persönliche) wurde mir schnell geholfen. Die TSI Gruppe nimmt auch weiterhin jederzeit Praktikanten auf, die ein Pflichtpraktikum während ihres Studiums absolvieren müssen.

Was mich in der Zeit im Praktikum besonders geprägt hat, ist die persönliche und zwischenmenschliche Ebene innerhalb der Arbeitsgruppe. Vor allem die vielen Gespräche auf



Augenhöhe, mit meiner Betreuerin, den Arbeitsgruppenleitern sowie den Doktoranden und weiteren Mitgliedern des Teams haben mir viele großartige Möglichkeiten eröffnet. Auch was die berufliche Zukunft sowie zukünftige Entscheidungen anbelangt, konnte ich jederzeit um Rat bitten und sehr viel von den bereits etwas erfahreneren Forschern lernen.

Insgesamt hatte ich eine sehr schöne Zeit in Luxemburg und ich kann ein Auslandspraktikum im LIH jedem nur empfehlen.