

### *Vorbereitung*

Vorab zu meiner Person, damit die Hintergründe für die Wahl meiner Praktikumseinrichtung verständlich werden: Ich studiere Biologie im Master an der Universität in Göttingen. Da dieser Studiengang ein sehr forschungsorientierter ist, hatte ich mich dazu entschieden ein Laborpraktikum im Ausland zu machen. Einen Kontakt zu einer möglichen Praktikumsstelle habe ich über einen Professor, in dessen Arbeitsgruppe ich bereits an meiner Universität gearbeitet hatte, vermittelt bekommen. Vorteile dabei waren, dass eine Kooperation zwischen den beiden Arbeitsgruppen besteht und an ähnlichen Themen geforscht wird (es handelt sich um den selben Modellorganismus, was für mich von Vorteil ist, da ich damit bereits Erfahrungen gesammelt habe und es auch für meine zukünftige Masterarbeit hilfreich sein wird). Die Arbeitsgruppe (Leiter: Michalis Averof) befindet sich in Lyon, Frankreich und ist Mitglied einer Forschungseinrichtung namens „IGFL“ (Institute of Functional Genomics of Lyon).

Nachdem die Praktikumsstelle feststand, habe ich mich um die Bewerbung für ein Stipendium über ERASMUS+ gekümmert. Dafür sind einige Unterlagen auszufüllen und zu erstellen, aber alles ist machbar! Alle Informationen, die für die Bewerbung einzureichen sind und bis wann, findet man auf der Homepage des jeweiligen EU-Hochschulbüros (in meinem Falle die Universität Hannover (Hochschulpartnerschaft Niedersachsen), [http://www.dezernat4.uni-hannover.de/bewerbung\\_studierende0.html](http://www.dezernat4.uni-hannover.de/bewerbung_studierende0.html)). Aber auch an der jeweils eigenen Universität gibt es in der Regel einen Hochschulbeauftragten (für Göttingen Jan Oberdieck, Göttingen International/ Studium International), der einem bei weiteren Fragen helfen kann. In meinem Fall verlief alles problemlos, auch die Praktikumsstelle hat die Unterlagen, die ich für die Bewerbung brauchte, sorgfältig und zügig ausgefüllt. Nachdem mein Antrag bewilligt wurde, habe ich mich noch um zusätzliche Versicherungen, wie zum Beispiel Haftpflichtversicherung gekümmert (ein Formular zur Vorbereitung für einen Auslandsaufenthalt ist bei der Bewerbung mit auszufüllen. Da bekommt man schon einen guten Überblick). Nachdem alles Formelle organisiert war, stand dem Praktikumsantritt nichts mehr im Wege.

### *Wohnung, Transport, Handy*

Vor Beginn des Praktikums habe ich mich bereits über das Internet (easy WG) um eine Wohnung/WG bemüht. Dort konnte ich sowohl nach WGs suchen, als auch mein Profil angeben und sagen, wonach ich suche, und dann darauf hoffen, dass sich Leute für mich interessieren, die ein Zimmer/Wohnung frei haben/anbieten. Nach ein paar Tagen hatte ich auch Glück und kam mit jemandem in Kontakt und wir haben alles Nötige arrangiert, und eigentlich stand dem kleinen „Umzug“ nichts im Wege. Allerdings hatte ich etwas Pech, da sich erst später herausstellte, dass die Vermieterin keine Besucher akzeptiert (weil ich ihr erzählte, dass mich jemand besuchen kommen will), und hat mir aus diesem Grund 3 Wochen bevor es losgehen sollte die Wohnung wieder abgesagt.

Etwas deprimiert, habe ich die Wohnungssuche wieder aufgenommen. Diesmal aber weniger erfolgreich (noch nebenbei die Mieten in Lyon belaufen sich auf ca. 400-600€, je nachdem was man sucht). Etwas frustriert und dem Suchen leidig, habe ich mich letzten Endes dazu entschieden über airbnb Unterkünfte zu buchen, was auch eine super Sache ist, da man mit Leuten aus der Region in Kontakt kommen kann und man sich nicht um Möbel, Bettwäsche etc. Gedanken machen muss. Man kann max. für 4 Wochen buchen (auch immer Abhängig vom Vermieter). Eventuell muss man dann umziehen, was anstrengend sein kann. Man kann auch auf dieser Seite vor dem Buchen mit dem Vermieter in Kontakt treten und klären, wie lange man bleiben kann.

Ein Tipp: Im August sind in Frankreich große Ferien, und deshalb kann alles etwas langsamer ablaufen. Außerdem geht Ende September die Uni wieder los, was bedeutet das Ende August, und im September viele Studenten auf Wohnungssuche sind- der Markt ist heiß umkämpft!

Lyon hat ein gutes Nahverkehrssystem. Besonders gut hat mir gefallen, dass man sich Fahrräder an vielen Stationen ausleihen kann (véloV) und gut mit diesen vorankommt (Jahresabonnement 15€, wenn man unter 26 Jahre alt ist; die ersten 60 min einer jeden Fahrt sind frei), da vor allem entlang der Rhône der Radweg gut ausgebaut ist und auch die Umgebung schön anzusehen ist. Auch die anderen öffentlichen Verkehrsmittel sind ziemlich gut ausgebaut (Tramway, Métro und Bus). Eine Monatskarte für Studenten kostet ca. 30€ (einmalig 5€ für die Plastikkarte), die man sich in den verschiedenen TCL-Büros (z.B. Part Dieu, Perrache; es gibt insgesamt 8) direkt ausstellen lassen.

Ein günstiger Mobiltarif Anbieter ist freemobil. Für 2€ pro Monat kann man nach Deutschland (und andere Länder) 2h kostenlos telefonieren, SMS in Frankreich sind auch mit inbegriffen, mobile Daten sind 50MB- einfach mal im Internet schauen. Ich hatte mich nicht rechtzeitig in Lyon darum gekümmert, sodass ich letzten Endes mit meiner deutschen Nummer wie gewohnt alles erledigt habe (wenn man WLAN hat, kann man ja auch übers Internet telefonieren- skype, whatsapp, FaceTime), was natürlich sehr teuer sein kann (vorher beim deutschen Anbieter informieren, was im Tarif für das Ausland dabei ist).

### *Unternehmen, Praktikumsaufgaben*

Die unabhängige Arbeitsgruppe, bei der ich mein Praktikum absolviert habe, ist Teil des IGFL (The Institute of Functional Genomics of Lyon, <http://igfl.ens-lyon.fr/about-igfl/about-igfl>). Diese Forschungseinrichtung wird von der „Ecole Normale Supérieure de Lyon“ (ENS), dem CNRS (Le Centre national de la recherche scientifique ist eine öffentliche Einrichtung, für das die Regierungsabteilung Bildung und Forschung verantwortlich ist) und der „Université Claude Bernard Lyon 1“ geführt. Das IGFL interessiert sich hauptsächlich für funktionale Genetik, sprich wie lebende Organismen funktionieren, entstehen und sich entwickeln. Und außerdem wie deren Genome diese fundamentalen Entwicklungsprozesse kontrollieren und es möglich machen, dass sich Organismen an die Umwelt anpassen. Daher findet man im IGFL unterschiedliche Arbeitsgruppen mit verschiedenen Forschern, wie z.B. Entwicklungsbiologen, Bioinformatiker, Evolutionsbiologen, Molekularbiologen, Zellbiologen und viele mehr. Dadurch wird ein großer Bereich in der biologischen Forschung abgedeckt und Kollaborationen innerhalb des Instituts, sowie Austausch zwischen den Wissenschaftlern können ermöglicht werden. Für Studenten ist das IGFL eine gute Plattform um unterschiedliche Bereiche der Biologie kennenzulernen.

Ich habe in der Arbeitsgruppe „Comparative Developmental Biology and Regeneration“ gearbeitet. Dort habe ich selbstständig an einem eigenständigen Projekt gearbeitet, bei dem es darum ging, eine neue Methode zur „clonal analysis“ zu etablieren. Dafür musste ich alle anfallenden Arbeiten im Labor erledigen, wie zum Beispiel die Pflege rund um den Modellorganismus, *Tribolium castaneum* (Mehlkäfer), PCRs, Fixierungen von *Tribolium*-Embryonen, Klonierungen, Antikörperfärbungen und „Whole Mount *in situ* Hybridisierungen“, sowie die Aufzeichnungen der Ergebnisse am Mikroskop. Aber auch das Führen eines Laborbuchs, die Teilnahme an Seminaren und das Halten von wissenschaftlichen Vorträgen gehörten zu meinen Aufgaben. Die Betreuung während des gesamten Praktikums war sehr gut- bei Fragen war jeder Zeit ein Ansprechpartner da und es gab auch wissenschaftliche Gespräche und Anregungen zu meinem Projekt. Alle Mitglieder der Arbeitsgruppe waren hilfsbereit, freundlich und aufgeschlossen. Ich habe mich gut in das Team integriert gefühlt. Auch zu Aktivitäten am Wochenende wurde ich eingeladen. Die Kommunikation innerhalb des Labors fand auf Englisch statt, da die Gruppe sehr international ist und Englisch auch die Wissenschaftssprache ist.

Da ich plane, meine Masterarbeit in der Arbeitsgruppe in Göttingen zu absolvieren (zwischen den Laboren in Göttingen und Lyon besteht eine Kooperation), bietet mir das Praktikum in Lyon eine gute Möglichkeit weitere und andere Methoden kennenzulernen, die ich womöglich für die Masterarbeit einsetzen kann.

Für meinen zukünftigen Beruf schätze ich diese Auslandserfahrung als sehr positiv ein. Praktische Erfahrungen sind sehr wichtig in der Forschung, sei es an der Universität oder in Unternehmen.

### *Land & Leute, Freizeit, Sprache*

Frankreich ist schon seit meiner Kindheit ein beliebtes Reiseziel, daher wusste ich schon zuvor wie ich das Land und die Leute einzuschätzen hatte. Mir gefällt der französische Lebensstil, weshalb ich mich während der drei Monate in Lyon auch gut aufgehoben gefühlt habe.

Lyon ist eine sehr schöne Stadt- es gibt den wunderschönen alten Stadtteil „Vieux Lyon“ (vom Fourvière hat man einen schönen Blick über Lyon), aber auch der Rest der Stadt hat viel zu bieten. Die Promenaden entlang der Rhône (und Saône) laden zu Spaziergängen ein, entspannen kann man sich bei gutem Wetter in den Parks (Parc de Gerland, Parc de la Tête d’Or mit Zoo, botanischem Garten und See (aber nicht zum Baden)).

Abends kann man es im Sommer gut entlang des „Quais“ aushalten. Dort sitzen viele Leute auf den Treppen oder man geht in eine der vielen Boot-Bars. Das Ambiente ist wirklich toll! Auch die Gegend um „Hôtel de Ville“ ist besuchenswert- hier gibt es einige Bars und Clubs. Am „Place Terreaux“ kann man tagsüber einen Kaffee trinken (teuer), aber dort gibt es auch ein nettes Nachtleben.

Wer gerne auf Märkte geht, wird in Lyon mit Sicherheit fündig! Ich habe gerne am Wochenende einen kleinen „Ausflug“ nach „Croix-Rousse“ gemacht. Dort gibt es am Wochenende einen schönen Markt und auch die Aussicht ist nett. In „Croix-Rousse“ gibt es auch zwei kleine Museen über die Seidenherstellung, für die Lyon bekannt ist. Spaziergänge von „Croix-Rousse“ wieder in die Stadt hinunter kann ich auch sehr empfehlen. Es gibt natürlich nicht nur an Wochenenden Märkte, sondern die ganze Woche lang verteilt über die ganze Stadt. Im Internet kann man sich darüber informieren, wann und wo es welche (Obst- und Gemüsemarkt, Flohmarkt, Kunstmarkt, etc.) gibt (<http://www.lyon.fr/page/les-marches-lyonnais.html>).

Über meine Praktikumsstelle habe ich einen einwöchigen Intensiv-Französischsprachkurs an der ENS vermittelt bekommen. Das fand ich sehr gut, nicht nur um mein Französisch zu verbessern und die Hürde des Sprechens zu überwinden, sondern auch um andere Leute kennen zu lernen. Da ich bereits in der Schule Französisch hatte und vor dem Praktikum noch einen Sprachkurs an der Uni gemacht hatte, konnte ich mich recht gut verständigen. Die Franzosen können leider nur selten Englisch sprechen, aber da Lyon für französische Verhältnisse eine recht große Stadt ist, trifft man hier vermehrt Leute, die einem auch auf Englisch antworten können, falls man sich auf Französisch nicht ausdrücken kann. Im Allgemeinen empfand ich die Leute in Lyon als hilfsbereit und freundlich und sie freuen sich immer, wenn man versucht französisch zu sprechen- also keine Hemmung, es kommt eher gut an.

Bei dem Französischkurs habe ich andere ERASMUS Studenten kennengelernt, und erfahren, dass es bei facebook eine Erasmus und international students Lyon Seite gibt, über die man mit Leuten in Kontakt kommen oder sich über anstehende Partys, WGs usw. informieren kann.

Lyon und das Praktikum haben mir sehr gut gefallen, und ich kann jedem empfehlen für einen Auslandsaufenthalt nach Lyon zu kommen. Das IGFL bietet eine gute Arbeitsatmosphäre mit freundlichen Mitarbeitern und einer modernen Einrichtung.