

Ich studiere Molecular Life Science in Hamburg und ging für ein drei monatiges Forschungspraktikum nach Umeå in Schweden. Dort arbeitete ich im "Umeå Centre for Molecular Medicine" (UCMM) in der Arbeitsgruppe von Jonathan Gilthorpe bei der Erforschung von neurodegenerativen Erkrankungen. Ich hatte das Glück, dass mein Thema interdisziplinär war und ich somit in zwei Departments arbeiten konnte. Beide Teams waren sehr international und es wurde nur Englisch gesprochen. Mein Betreuer nahm sich in den ersten Tagen viel Zeit, mir mein Projekt zu erklären und mich in die Arbeitsweise einzuführen. In der folgenden Woche wurden mir von dem PhD die wichtigsten Methoden erläutert und anschließend habe ich meine Versuche selbst entworfen und geplant. Nach Rücksprache mit meinem Betreuer konnte ich meine Versuche und somit meine Zeit selbst frei einteilen. Es wurde ein hohes Maß an Selbständigkeit und Verantwortung erwartet, es war jedoch zu keinem Zeitpunkt so, dass ich mich überfordert fühlte, da ich bei jeglichen methodischen und sonstigen Problemen mich sowohl an meinen Betreuer als auch an alle Kollegen wenden konnte. Die Kollegen und alle Mitarbeiter waren immer super freundlich und hilfsbereit und es war selbstverständlich dass ich ein Teil der „social evenings“ als auch der Weihnachtsfeier war.

Durch die Kooperation meiner Universität mit der Universität Umeå wurde für mich ein Zimmer in Ålidhem organisiert. In diesem Stadtteil leben die meisten Studenten und dort gibt es auch die meisten Parties. Ich habe in der Pedagoggränd gewohnt, dort leben pro Stock 9 Studenten in einem Korridor und teilen sich eine Küche und einen kleinen Gemeinschaftsraum mit Fernseher. In der Gemeinschaftsküche gab es alles was man zum Kochen braucht in Gemeinschaftsschränken. Mein Zimmer war ca. 20 m<sup>2</sup> groß und bestand aus einem Wohn-/Schlafzimmer, einem Bad sowie einem Flur mit einer Schrankwand. Mein Zimmer hatte außer dem Interieur keine Ausstattung, deswegen musste ich Bettwäsche, Kissen und Decken kaufen. Dies ist sehr gut möglich im Ica Maxi Store in Strömpilen. Von Ålidhem fährt man ca. 10 min. mit dem Rad dorthin. bzw. läuft ca. 30-40 min. Die Miete betrug rund 3000 SEK darin war Internet und Waschmaschinenbenutzung inkludiert. 3 Minuten von meinem Korridor entfernt befindet sich das Ålidhems Centrum mit Supermärkten (Mo. bis So von 9-22 Uhr geöffnet), Apotheke, Blumenladen, Post, Kiosk, Pizzeria und Kebab-Bude.

Die freie Zeit sollte man in Umeå am besten in der freien Natur verbringen. Der Nydala-See liegt in der Nähe von Ålidhem und lohnt sich für viele Ausflüge, sei es Grillen am Ufer oder Nordlichter in der Nacht beobachten. Als weiteres Highlight sei die High Coast zu empfehlen. Das International Office bietet immer wieder Ausflüge dorthin an. Ich bin jedoch mit Arbeitskollegen und neuen Freunden dort hingefahren und eine wunderschöne Wanderung war das Ergebnis. Ein weiteres unvergessliches Erlebnis, das ich nur jeden empfehlen kann, ist der Besuch der Elchfarm in Bjurholm. Dort erwartet euch ein Elchmuseum und ihr könnt die Elche beobachten und sogar streicheln.

Ich habe während meiner Zeit in Umeå jede Menge Spaß gehabt, viel gelernt, tolle Menschen kennengelernt und kann es nur jedem weiterempfehlen.