

DÄNEMARK - AARHUS

Art des Praktikums:

Forschungsprojekt

Einsatzland / Einsatzort:

Land	Dänemark
Stadt	<i>Aarhus</i>
Amtssprache	<i>Dänisch, Englisch</i>
Empfohlene Impfungen	<i>Hepatitis B</i>

Kultur, Sprachen, Religionen, Ausbildungssystem etc.:

Die Dänen sind ungemein freundlich zu Austauschstudenten und jeder (von den Ärzten bis zu den Busfahrern) spricht hervorragend Englisch. Ihr braucht also vor Sprachbarrieren keine Angst haben. Die Dänische Sprache selbst ist lustig zu lesen und vor allem wenn man es hört hat man das Gefühl man sollte als Deutschsprachiger etwas verstehen, tut man allerdings so gut wie nie, nachdem gefühlte zwei Drittel jedes Wortes einfach verschluckt werden. Die Dänen sind nicht sehr religiös und sehr offen und entspannt, vor allem was das Studentenleben angeht. Studenten bekommen hier ein monatliches Gehalt von dem es sich scheinbar ganz gut leben lässt. Es ist hier auch üblich, dass sowohl vor, während und nach dem Studium teilweise mehrere Jahre frei genommen werden um die Welt zu bereisen! Im Vergleich zu anderen Ländern eine absolut beneidenswerte Einstellung. Nach einem Monat in Dänemark kann ich gut nachvollziehen wieso die Dänen in Umfragen als die glücklichsten Menschen der Welt gelten.

Ausbildungsstätte:

- Ausbildungsstätte: Aarhus University
- Abteilung: Neuroscience and Stereology

Arbeit und Ausbildung:

Unser Projekt hat sich mit der Auswirkung von antidepressiven Wirkstoffen auf die Struktur und Neuronendichte verschiedener Hippocampus-Areale auseinandergesetzt. Die Versuche wurden an Ratten durchgeführt, die wir Exchange-Studenten aber Aufgrund sehr strenger Ethik-Vorschriften nie zu Gesicht bekommen haben. Wir haben mit den bereits konservierten Gehirnen der Ratten gearbeitet.

Unsere Arbeitszeiten waren relativ fix zwischen 9:00 und 17:00. Wir konnten aber regelmäßig schon etwas früher gehen, um rechtzeitig zum Social Program zu kommen. Wir wurden von zwei PhD Studenten aus dem Iran betreut, die sich sehr aufopfernd um uns gekümmert haben und versucht haben uns möglichst viele Techniken und Arbeitsbereiche zu zeigen.

Im Prinzip war es unsere Aufgabe die Gehirne in Agar einzubetten, mit einem Vibratom zu schneiden und mit Nissl-Stain zu färben. Anschließend haben wir mit sehr moderner Software verschiedene Gebiete des Hippocampus und des Neo-Prefrontal Cortex analysiert und ausgewertet.

Bei den technisch etwas schwierigeren Methoden, wie zum Beispiel Elektronenmikroskopie und dem Confokal-Mikroskop, durften wir ebenfalls entweder zusehen oder assistieren.

Am Ende der 4 Wochen haben wir gemeinsam einen kleinen Vortrag zusammengestellt, um die Exchange Studenten die nach uns kamen, einzuschulen.

Wohnen und Essen:

Wir waren jeweils in Einzelzimmern in einem Studentenheim untergebracht. Mein Zimmer war groß, hell und sauber, es gab also nichts zu beklagen. Auch die Lage war perfekt, da wir mit dem Rad überall in weniger als 20 Minuten hinfahren konnten. Wir haben uns eine Küche mit dänischen Studenten geteilt und es wurde an vielen Abenden gemeinsam gekocht und gefeiert. Im Labor gab es häufig ein gemeinsames Frühstück und so viel Kaffee wie man trinken konnte. Zu Mittag gab es im angeschlossenen Krankenhaus ein gesundes Mittagsbuffet.

Finanzielles:

Für die Anreise nach Aarhus empfehle ich euch, nicht bis zum Aarhus Airport (heißt auch Vistrup Airport) zu fliegen sondern von Copenhagen aus einen Zug oder einen Bus zu nehmen. Der Aarhus Airport ist nämlich winzig und selbst mit dem Taxi etwa ein Stunde von Aarhus entfernt, was euch verdammt teuer kommen kann wenn gerade kein Bus fährt.

Zum Telefonieren könnt ihr euch dort eine SIM-Karte kaufen, die 100 Kronen kostet und mit der ihr locker für einen Monat über die Runden kommt. Internet kann man sich so auch aufs Handy holen.

Zum Transport empfehle ich euch ein Rad auszuleihen, denn Aarhus ist perfekt aufs radeln ausgelegt. Außerdem bekommt man mehr vom Dänemark-Feeling wenn man überall mit dem Rad hinfährt. Es gibt dort auch „gratis“ Citybikes, welche man um 20 Kronen Pfand an einigen Stellen ausleihen kann. Nachdem Aarhus aber teilweise sehr hügelig ist und die Gangschaltung an den gratis Rädern sehr schlecht ist empfehle ich euch trotzdem ein ordentliches Rad zu organisieren. Meines hat etwa 300 Kronen für 4 Wochen gekostet.

Dänemark ist ein relativ teures Land, ihr müsst also damit rechnen beim einkaufen etwas mehr Geld auszugeben als ihr es gewohnt seid. Die Kautions für das Zimmer waren 500 Kronen, das Social Program für die 2 gemeinsamen Wochenenden in Odense und Aalborg haben 1000 Kronen gekostet. Wir konnten sehr billiges Bier im Studentenheim kaufen und auch das Essen war vergleichsweise günstig wenn man die Dänen nach Geheimtipps fragt. Alles in allem kommt es natürlich darauf an, wie viel ihr selbst ausgeben wollt, nachdem auch das Social Program nicht verpflichtend ist. Für mich war es aber jede Krone wert. Rechnet also mit Ausgaben im Bereich zwischen 600 und 800 Euro.

Welche Internetadressen empfehlst Du:

- Die folgenden Adressen sind sicher nicht lebensnotwendig, ich fand sie allerdings ganz lustig.
- <http://matadornetwork.com/abroad/how-to-piss-off-a-dane/>
- <http://www.howtoliveindenmark.com/>

Fotos:



Freier Teil:

Ich kann jedem nur empfehlen einen Forschungsaustausch in Dänemark zu machen. Ich würde es sofort wieder tun. Man lernt so viele neue tolle Leute aus aller Welt kennen und hat sehr viel Spaß zusammen. Die NORE und LORE in Aarhus, Aalborg und Odense waren sehr engagiert und haben uns jedes zweite Wochenende im Rahmen eines Social Weekend alle zusammen in einer Stadt empfangen, damit wir die Leute aus den anderen Städten auch kennenlernen.

Selbst unter der Woche war das Social Program top organisiert und es wurde einem nie langweilig. Wir waren gemeinsam bei Pub-Quizzes, Karaoke-Abenden, Grill-Parties, Tanz-Clubs, Museen und historischen Nachbauten wie der „Gamle By“ einer authentisch nachgebauten dänischen Altstadt. Wir haben auch die nördlichste Spitze von Dänemark besucht und für etwa 30 Sekunden war ich der nördlichste Mensch in Dänemark (auf jeden Fall einen Eintrag im Lebenslauf wert ;)) Auch fachlich habe ich viel dazugelernt und bin jetzt mit vielen Arbeitsmethoden in der Neurowissenschaft vertraut, die ich sonst wahrscheinlich nie zu Gesicht bekommen hätte. Traut euch mitzumachen, ihr werdet es genauso lieben wie ich!