

# CANADA QUÉBEC - SHERBROOKE

## Art des Praktikums:

*Forschungsprojekt*

## Einsatzland / Einsatzort:

Land	<i>Canada – Québec</i>
Stadt	<i>Sherbrooke (Université de Sherbrooke)</i>
Amtssprache	<i>Französisch</i>
Empfohlene Impfungen	<i>Standard (u.a. Hep A+B), die Uni verlangt Titerbestimmungen und einen Tuberkulose Hauttest</i>

Kultur, Sprachen, Religionen, Ausbildungssystem etc.:

Sherbrooke ist eine kleinere Stadt in der Nähe von Montréal (ca. 1,5 Stunden Autofahrt) und liegt auch nur 1 Autofahrtstunde von der amerikanischen Grenze (Vermont) entfernt.

Die meisten Studierenden sind bilingual (Englisch und Französisch), wobei die primäre Amtssprache Französisch ist. Im Gegensatz zu Montréal trifft man auch auf viele (ältere) Leute, die nur Französisch sprechen.

Québécois (so heißen die Leute aus Québec) unterscheiden sich primär an der Sprache vom restlichen Teil der Bevölkerung. Sie sprechen einen speziellen Dialekt des Französischen, welcher sich jedoch im Wortschatz nur minimal unterscheidet. Ansonsten finde ich, dass die Kultur sehr dem Rest des Landes ähnelt. Sie sind dennoch sehr stolz auf ihre „eigene“ Kultur und den frankophoben Einfluss.

Ich habe in diesen vier Wochen wirklich sehr viel gelernt, habe jedoch nie einen allzu großen Stress dabeigehabt. Obwohl ich Austauschstudent war, hat mich das Forschungsteamteam gut aufgenommen.

## Gesundheitsprofil des Landes / der Region:

In Quebec (Kanada) gibt es eine gesetzliche Krankenversicherung und in der Regel sind die meisten Behandlungen damit abgedeckt. In der Regel ähnelt es dem europäischen Gesundheitsprofil. Der Standard und die Qualität sind sehr fortschrittlich.

Für Canada benötigt man keine speziellen Impfungen oder Ähnliches, sofern man alle regulären Impfungen hat.

Die typischen Krankheitsbilder decken sich mit denen von westlichen Staaten mit vor allem ´nicht-kommunizierbaren Krankheiten wie Diabetes, HKL, Adipositas und onkologische Erkrankungen.

## Ausbildungsstätte:

Ich habe mein Forschungspraktikum beim Anonio Conconi Lab am Institut für Mikrobiologie (Université der Sherbrooke) absolviert. Die Forschungsgruppe besteht aus dem Professor Antonio Conconi und zwei PhD-Studierenden, die nebenbei auch meine Betreuer\_innen waren.

Das Team arbeitet an verschiedenen interessanten Projekten rund um das Thema „DNA damage, DNA repair and maintenance of the genome“ Prof. Conconi war wirklich sehr bemüht, dass es mir gut geht während meinem Aufenthalt in Sherbrooke. Die zwei PhD Studierende waren sehr freundlich und immer

sehr hilfsbereit und bereit auch privat Sachen zu unternehmen.

Was ist mitzunehmen: Laptop. Ein weißer Labormantel wurde bereitgestellt, kann aber mitgenommen werden.

### **Arbeit und Ausbildung:**

Mein Arbeitstag begann um 09:00 Uhr morgens und endete um 17 Uhr. Ich wurde immer von einem der zwei PhD Studierenden betreut. In der ersten Woche wurden mir alle Verfahren erklärt: Elektrophorese, Immunhistochemie, Southern Blot, Phenol-Chloroform-Extraktion, ab der zweiten Woche durfte ich schon selbstständig Projekte durchführen.

Ich hatte sogar ein eigenes kleines Projekt: Dabei untersuchte ich die Resistenzentwicklung gegenüber Cisplatin bei Hefe-Zellen. Die Lösungen wurden auf eine Medium-Platte pipettiert und das Wachstum bei verschiedenen Lösungen konnte somit beobachtet und dokumentiert werden.

Generell waren die Projekte der Forschungsgruppe sehr interessant, da es um DNA-Repair Mechanismen handelte. Viele Versuche wurden auch mit UV-Strahlung gemacht, was sehr spannend war.

Ich konnte also sowohl viele neue Methoden als auch Theoriewissen dazulernen.

### **Wohnen und Essen:**

Ich war im Studierendenheim gleich am Campus untergebracht (5 min vom Labor). Dort hatte ich ein eigenes (kleines) Zimmer mit WLAN. Es gab Gemeinschaftsräume und eine eigene Küche für jeden Bereich.

Leider muss man sich das Geschirr selbst besorgen. Am besten man fragt seine Contact Person, damit man dies nicht extra für einen Monat kaufen muss.

Im Heim waren hauptsächlich Studierende der Gesundheitswissenschaften (Medizin, Pharmazie, Physio etc.) untergebracht. Auch waren ein paar Austauschstudierende da, mit denen ich mich schnell anfreunden konnte.

Der Health Campus ist leider etwas weit weg vom Stadtzentrum und direkt neben der Autobahn. Deshalb musste man leider immer den Bus nehmen (CAVE: 3,30\$CAN pro Fahrt!). Wenn man Glück hat, nehmen dich andere Studierende mit Auto mit zum Einkaufen.

Sherbrooke ist eine ruhige Stadt, in der man nicht so viel machen kann. Jedoch ist man mit Mitfahrgelegenheit oder Bus schnell einmal in Montréal oder man kann andere Teile von Québec oder Canada am Wochenende erkunden.

### **Finanzielles:**

- ✓ Flug Wien-New York ca. 500€
- ✓ Bus New York-Montréal ca. 65€ pro Hinfahrt
- ✓ Vorbereitungskosten
  - Ev. weitere Impfung
- ✓ Allgemein Auslandsversicherung
- ✓ Vor Ort
  - Man bekommt 200 \$CAN Essensgeld von IFMSA Québec
  - Monatsbuskarte kostet ca. 80 \$CAN (nicht empfehlenswert)

### Welche Internetadressen empfiehlst Du:

- ✓ Exchange Conditions: <http://exchange.ifmsa.org/exchange/score/explore/exchange-conditions>
- ✓ <http://ifmsa.qc.ca/>
- ✓ <http://www.conconilab.ca/>

### Welche Bücher kannst Du empfehlen:

- ✓ Lonely Planet Canada
- ✓ Französisch Wörterbuch

### Freier Teil:

Mein Austausch in Sherbrooke war eine einmalige und tolle Erfahrung. Auch wenn die Organisation vor Ort (IFMSA Québec) nicht sehr hilfreich war, habe ich trotzdem viele schöne Erfahrungen gemacht.

Ich konnte viele Einblicke in die große Welt der Forschung bekommen, viel Neues dazu lernen und viele nette Leute kennenlernen.

Durch dieses Praktikum habe ich viel Motivation bekommen, mich intensiver mit der Forschung zu beschäftigen. Das liegt vor allem auch am Team, das wirklich sehr toll war.

Ich würde jedem raten mit der AMSA ins Ausland zu gehen und insbesondere einen Forschungsaustausch zu absolvieren. Gerade für uns Mediziner\_innen ist es wichtig auch einen Einblick darin zu bekommen und ein besseres Verständnis bei unserer täglichen Arbeit zu haben.

Top To-Dos:

- Montréal (siehe Erfahrungsberichte)
- Québec-City
- Toronto & Niagara Falls
- Ottawa
- Mont-Orford National Park (Wandern)
- Mont-Tramblant National Park
- New York City
- Boston
- u.v.m.

Viel Spaß bei deinem Forschungsaufenthalt! Bei Fragen kannst du mir gerne schreiben: [d.mehic92@gmail.com](mailto:d.mehic92@gmail.com) (Dino Mehic)