

# SCHWEDEN - UPPSALA

## Art des Praktikums:

Forschungsprojekt *“The role of glutamine transporters in regulating food intake”*

## Einsatzland / Einsatzort:

Land	<i>Schweden</i>
Stadt	<i>Uppsala</i>
Amtssprache	<i>Schwedisch</i>
Empfohlene Impfungen	<i>FSME</i>

Schweden ist ein nordeuropäisches Land mit einem gut ausgebauten Sozialsystem. Im Norden gibt es eine Minderheit mit einer eigenen Sprache, die Samen. Sie züchten Rentiere. Schweden hat eine reiche Kultur, die ihren Höhepunkt jedes Jahr im Midsommar-Fest findet. Der Großteil der Schweden sind Protestanten. Das Besondere an Uppsala ist die lange Studenten-Tradition. Jeder Student muss Mitglied einer sogenannten Nation, also Studentenverbindung sein. Diese ist in die Regionen von Schweden unterteilt, man muss aber nicht aus der jeweiligen Region stammen, um beizutreten. Die meisten Nationen haben dann eigene Lokale und Pubs, wo man nur mit Studentenausweis reinkommt. Das Bier und Essen sind dort sehr günstig, wobei die Auswahl an Speisen eher gering ist. Die meiste Zeit gibt es Burger.

## Gesundheitsprofil des Landes / der Region:

Schweden gehört zu den reichsten Ländern der Welt mit einem ausgezeichneten Sozialsystem. Der Zugang zum Krankenhaus ist für alle frei. Es muss aber eine Arztgebühr bezahlt werden, die von den einzelnen Provinzen selbst festgelegt wird. Wie in Österreich gibt es auch in Schweden FSME und man sollte sich dagegen impfen lassen.

## Ausbildungsstätte:

Ich arbeitete im Biomedical Center der Universität Uppsala in einem Forschungslabor für neurobiologische Pharmakologie. Dort wurde mit Fliegen und Mäusen das Gehirn erforscht. Neben einem Mantel braucht man nichts mitbringen.

## Arbeit und Ausbildung:

Mein Arbeitstag begann meistens um halb 9, wo ich oftmals der erste im Labor war, da viele auf Urlaub waren. Ich bereitete dann alles für die Versuche vor und lies Papers. Um 9 ist meine Betreuerin gekommen, mit der ich dann Versuche gemacht habe. In der ersten Woche haben wir Schnitte von Rattenhirnen mit Immunhistochemie gefärbt. Danach mussten wir uns um die Fruchtfliegen kümmern und wir machten den Großteil der Zeit quantitative Real-Time PCR. Nach einer Woche Einschulung konnte ich die letzten zwei Wochen die PCR's selbstständig erledigen und ich bekam eine Liste von Genen, die analysiert werden mussten. Die Ergebnisse wurden dann zusammen besprochen. Alles in allem konnte ich sehr viel über Laborarbeit lernen.

## **Wohnen und Essen:**

Wir wurden in einem wunderschönen Studentenheim gleich neben dem Krankenhaus untergebracht. Jeder bekam ein Schlafzimmer mit Küche und eigenem Bad. Lediglich ein Gemeinschaftsraum fehlte, da das Wetter aber ausgezeichnet war, verbrachten wir viel Zeit im Garten. Einmal pro Tag bekamen wir ein volles Mittagessen im Krankenhaus. Alternativ konnte man sich auch etwas im Krankenhaus-Supermarkt aussuchen.

## **Finanzielles:**

Zusätzliche Versicherungen werden nicht benötigt, da Schweden zur EU gehört. Die Währung ist aber die schwedische Krone. Die Preise im Supermarkt sind vergleichbar mit Österreich, die Gastronomie ist aber schon wesentlich teurer und ein Abendessen kostet im Schnitt 20 Euros, wobei es auch günstigere Alternativen gibt. Aufgrund der hohen Besteuerung ist Alkohol in Schweden sehr kostspielig. Bezahlt wird fast überall mit Kreditkarte, die auf jeden Fall in Schweden benötigt wird. Der öffentliche Verkehr ist zwar recht günstig, wir mieteten uns aber Fahrräder um 40 Euro für den ganzen Monat, was ich nur jedem empfehlen kann. Die Anreise gestaltete sich ganz einfach über den Flughafen Arlanda-Stockholm, der mit dem Bus nur eine dreiviertel Stunde entfernt liegt. Allgemein kann man fast jeden Ort in Schweden mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichen. Als Europäer kann man seine SIM-Karte benutzen.

## **Welche Internetadressen empfiehlst Du:**

- ✓ [www.visitstockholm.com](http://www.visitstockholm.com)
- ✓ [www.flixbus.com](http://www.flixbus.com)
- ✓ [www.rome2rio.com](http://www.rome2rio.com)

## **Welche Bücher kannst Du empfehlen:**

- ✓ Lonely Planet Schweden

## Fotos:



## Freier Teil:

Alles in allem war dieser Austausch ein unvergessliches Erlebnis. Uppsala ist eine wunderschöne Stadt und Unterkunft und Projekt waren großartig. Wir hatten ein ausgezeichnetes Social Program mit Höhepunkten wie Kajak fahren und die Fahrt nach Helsinki. Wir alle hatten viel Spaß und konnten sehr viel Neues über andere Kulturen und auch über uns lernen. Uppsala im Juli kann ich nur jeden wärmstens empfehlen.