

Praktikumsbericht Rotterdam

Studiengang: M.Sc. Molekulare Medizin, 3. Fachsemester

Praktikumsstelle: AG Willy Baarends, Entwicklungsbiologie, Erasmus MC, Rotterdam

Dauer: August-November 2015

Thematik: X-Inaktivierung in der Spermatogenese, Spermiogenese

Methoden: Immunhistochemie, RNA-Fish, Live-Imaging

Die Stadt: Rotterdam ist eine sehr lebendige Stadt. Sie wurde im 2. Weltkrieg sehr stark zerbombt und beim Wiederaufbau hat der Stadtrat entschieden, modernen Architekten freie Hand zu lassen. Das hat zu einem sehr modernen Stadtbild geführt, wie man es in Europa selten sieht. Viel Licht und breite Straßen zeichnen so ein komplett gegensätzliches Bild zum bekannten Amsterdam. Dazu kann man an fast jeder Ecke architektonisch einzigartige Bauwerke bewundern, wie zum Beispiel die Kubus-Häuser: würfelförmige Wohnungen auf Betonpfeilern – mitten in der Innenstadt. Rotterdam ist eine Geschäftsstadt, d.h. untertags kann man viele Geschäftsleute in Anzügen zu Meetings eilen sehen. Mit der Erasmus-Universität kommt allerdings auch das studentische Nachtleben nicht zu kurz in dieser Stadt und im Witte de Wit-Quartier finden sich einige gut besuchte Bars und Restaurants. Bevorzugtes Fortbewegungsmittel der Niederländer ist nach wie vor das Fahrrad, aber auch mit Bus, Tram und Metro kommt man in Rotterdam sehr gut von A nach B. Das wohl bekannteste Merkmal Rotterdams ist sein Hafen – Europas größter Binnenhafen. Ich kann nur empfehlen, eine Hafenrundfahrt mitzumachen!

Das Land: Die Niederlande sind ein kleines Land, was für reisewütige Praktikanten ein großer Vorteil ist. Ich war fast jedes Wochenende auf mindestens einem Städte-Trip quer durchs Land. Sehr praktisch hierbei ist die sog. OV-Chipkarte, eine Prepaid-Fahrkarte für den kompletten öffentlichen Nahverkehr in den Niederlanden. Man kann Guthaben aufladen und dann elektronisch in jedem Bus, jeder Tram und Metro und auch in den nationalen Zügen ein- und auschecken und das System bucht automatisch den Fahrpreis ab. Für alle, die ein längeres Praktikum machen, kann es sich lohnen eine personalisierte Chipkarte zu kaufen – da kann man eine Zusatzoption buchen, mit der man am Wochenende und außerhalb der Stoßzeiten kostenlos fahren kann. Außerdem gibt es regelmäßig in manchen Supermärkten (Kruidvat, Albert Heijn) Aktionen, wo Tageskarten für die ganze Niederlande zum vergünstigten Preis verkauft werden. Also: Augen auf, es lohnt sich! Amsterdam, Nijmegen, Utrecht, Den Haag – alle diese Städte sind in unter 2 Stunden mit dem Zug erreichbar (meine Lieblingsstadt: Utrecht!). Es kann sich auch lohnen, sich im Internet vorher zu informieren – für viele Städte gibt es kostenlose Stadtführungen, die einen auch in eher unbekanntere Ecken bringen.

Das ist jedoch nicht die einzige Möglichkeit: die Niederlande sind sehr flach und die Distanzen nicht riesig, deshalb kann man auch einige Städte sehr gut mit dem Fahrrad erreichen. Hinzu kommt, dass ein sehr gutes Netzwerk aus Fahrradwegen existiert. Auf der Homepage des Fahrradbundes (fietsersbond) kann man mit dem Routenplaner seine Wunschstrecke planen und aus verschiedenen Optionen auswählen (meine Empfehlung: das Knotenpunkt-Netzwerk). Aber auch ohne Planung kommt man irgendwann ans Ziel wenn man den roten Fahrradpfeilern folgt, die im ganzen Land verteilt sind (auch wenn man in der Regel dann nicht den idyllischen Weg mitten durch die Natur zu sehen bekommt). Mein Tipp zum Fahrradkauf: in den Second-Hand-Shops in Rotterdam selbst sind die Fahrräder meist gnadenlos überteuert – hier kann es sich lohnen mit dem Bus ein Stück weit aus der Stadt zu fahren und dort nach gebrauchten Rädern zu fragen. Außerdem gibt es verschiedene facebook-Gruppen mit guten Angeboten, hier ist allerdings Vorsicht geboten: Fahrrad-Diebstahl ist ein großes Problem und es kann durchaus sein, dass auch gestohlene Räder verkauft werden – auch als Käufer macht man sich strafbar! Am Besten immer einen Nachweis vom Vorbesitzer verlangen. Außerdem würde ich innerhalb Rotterdams immer empfehlen zusätzlich zu den üblichen integrierten Hinterrad-Schlössern ein Kettenschloss zu kaufen, um das Fahrrad an Gartenzäunen o.ä. festmachen zu können.

Die Leute: Die Niederländer sind ein sehr freundliches Volk. Bevor ich losgefahren bin haben mich mehrere Leute gewarnt, dass es Vorurteile gegen Deutsche geben könnte – mir ist allerdings in meiner ganzen Zeit dort kein einziger Niederländer unhöflich oder gar unfreundlich begegnet. Generell sind sie sehr hilfsbereite Menschen – ein großer Vorteil ist auch, dass die überwiegende Mehrheit Englisch spricht und viele sogar Deutsch in der Schule gelernt haben und so zumindest verstehen können. Das erleichtert die Kommunikation zu Beginn deutlich. Für jemanden wie mich, dessen Arbeitssprache englisch sein wird, ist es also nicht zwingend notwendig, die Sprache zu lernen. Wobei sich die Niederländer immer freuen, wenn man sich ein bisschen Mühe gibt. Es ist ein hoffnungsloses Unterfangen, Niederländisch „einfach so durch zuhören“ zu lernen – auch wenn es stellenweise dem Deutschen sehr ähnlich ist (zumindest in der geschriebenen Sprache). Man muss schon ein wenig Energie hineinstecken und entweder über den online-Sprachkurs, den das ERASMUS-Programm zur Verfügung stellt oder über Sprach-Websites wie [duolingo.de](https://www.duolingo.de). Eine Eigenschaft an die man sich vielleicht ein bisschen gewöhnen muss ist die niederländische Direktheit. Kritik wird nicht in Watte verpackt, sondern manches Mal durchaus brüsk vorgebracht. Man lernt allerdings recht schnell, damit umzugehen. Rotterdam, wie auch Amsterdam, sind sehr internationale Städte – hier kann man fast jede Nationalität der Welt antreffen. Das trägt dazu bei, dass viele Niederländer eine sehr offene Einstellung haben und gerade in diesen großen Städten sehr tolerant sind.

Die Wohnung: Rotterdam ist ein teurer Wohnungsmarkt – ich hatte Glück und konnte ein günstiges Zimmer (ungefähr Erlanger Preise) in guter Lage zur Arbeit ergattern. Im Vorfeld haben mir sowohl meine Betreuerin als auch die zuständige Sekretärin bei der Wohnungssuche geholfen. Generell sollte man sich schon früh darum bemühen, damit man nicht auf der Straße steht.

Das Labor: Willy Baarends leitet eine sehr kleine Arbeitsgruppe (sie selbst + eine Doktorandin) in der Abteilung für Entwicklungsbiologie. Das hat zur Folge, dass man sehr gut betreut wird – sowohl die Doktorandin als auch Frau Baarends selbst sind jederzeit für Fragen offen. Jedoch heißt es nicht, dass man im Labor vollkommen allein steht – es ist ein Großraumlabor, in dem drei Arbeitsgruppen arbeiten. So wird es nie langweilig und es gibt für jede Methode einen Experten, zu dem man mit Fragen kommen kann. Die Arbeitssprache ist, wie schon erwähnt, Englisch, was hauptsächlich an den vielen internationalen Doktoranden und Postdocs liegt. Die Niederländer unter sich sprechen schon meistens Niederländisch, aber jeder ist flüssig im Englischen. Am Erasmus MC sind viele verschiedene Forschungsrichtungen vertreten – das Fakultätsgebäude hat 24 Stockwerke, was einen wunderschönen Ausblick auf die Stadt gibt. Da Labor selbst befindet sich im 9. Stock, mit Panorama-Blick auf den Hafen und den Euromast.

Die Arbeitszeiten sind wie in jedem Labor sehr flexibel – generell habe ich immer um 9 mit der Arbeit angefangen. Je nachdem wie viel Arbeit ansteht, kann ein Arbeitstag bis 19 Uhr oder länger dauern, dafür kann man an anderen Tagen dann auch früher gehen. Es wird niemand gezwungen, lange zu arbeiten, d.h. man kann selbst entscheiden, wie viel Energie man in das Praktikum stecken möchte.

Während meines Praktikums habe ich eigentlich nur Immunfärbungen von Spreitungen, Paraffin- und Kryoschnitten angefertigt und analysiert. Im Haus stehen Weitfeld-Mikroskope, konfokale Mikroskope, Super Resolution Mikroskope und es werden vom Imaging Center Einweisungen und Kurse angeboten. Im Labor werden allerdings auch noch andere Methoden verwendet, u.a. RNA- und DNA-Fish, Protein-Arbeit, Zellkultur und Live-Imaging. Es ist also möglich, viele verschiedene Methoden zu lernen, je nach ausgewähltem Projekt und wenn man nachfragt, kann man auch projektferne Methoden zumindest ein bisschen ausprobieren. Die Atmosphäre im Labor ist sehr herzlich, ich habe mich dort sofort aufgenommen gefühlt. Ob gleichaltrige Studenten im Labor sind, kommt immer ein bisschen auf die Jahreszeit an – Anfang August war das halbe Labor leer, weil alle noch im Urlaub waren, aber spätestens ab Anfang September waren auch Bachelor- und Masterstudenten dort, mit denen man auch außerhalb der Arbeit etwas unternehmen kann.

Fazit: Ich persönlich habe mich in den Niederlanden sehr wohl gefühlt. Auch wenn ich im Praktikum meinen methodischen Horizont nicht groß erweitern konnte, so habe ich doch gelernt, wie die Dinge in einem fremden Labor außerhalb Deutschlands laufen und ich kann mir sicher sein, dass ich auch in Zukunft alleine in einem Labor im Ausland zurechtkommen werde, was doch ein beruhigendes Gefühl ist.