

# **Abschlussbericht Erasmus+ Praktikum**

## **Institute of Cancer Research, Sutton (London)**

1. Oktober bis 31. Dezember 2017

### **Praktikum**

Vor meiner Masterarbeit wollte ich gerne noch ein Auslandspraktikum machen. Für mich stand fest, dass es im Bereich der Medizinphysik sein sollte, am liebsten im Bereich MRT. Ein englischsprachiges Land war für mich ebenfalls wichtig. Durch einen Kontakt meines Professors habe ich vom Institute of Cancer Research in London erfahren, wo ich dann auch für drei Monate ein Praktikum bekommen habe.

Organisatorisch hat alles super geklappt, allerdings kann ich empfehlen die Erasmus-Dokumente rechtzeitig anzufordern, da Briefe aus England manchmal eine Weile brauchen bis sie in Deutschland ankommen.

Am ICR angekommen erwartete mich eine super Arbeitsatmosphäre. Mein Team bestand vorwiegend aus Doktoranden und Post-Docs, war also ziemlich jung und auch international. Meine Aufgabe war die Sequenzoptimierung einer MRT Sequenz. Zunächst hatte ich genügend Zeit um mit dem Thema vertraut zu werden und mir Grundkenntnisse in Matlab anzueignen. Ich habe MRT Daten in Matlab analysiert und in den Wochen darauf auch die Sequenz simuliert, um die optimalen Sequenzparameter zu finden. Meine Arbeitszeit konnte ich mir grundsätzlich selbst einteilen, meistens kam ich auf einen acht Stunden Tag. Vom Bahnhof in Sutton gibt es für Mitarbeiter einen kostenlosen Shuttlebus zum ICR der morgens und abends alle 15 Minuten fährt, im Winter oder bei schlechtem Wetter ist die Schlange aber meistens ziemlich lang.

### **Leben in London**

Das ICR hat zwei Standorte in London (Sutton und Chelsea), ich war in Sutton, was ca. eine halbe Stunde südlich von London City ist. Ich habe auch direkt in Sutton gewohnt, um nicht jeden Morgen pendeln zu müssen und da es deutlich günstiger ist als London City. Mit dem Zug braucht man eine halbe Stunde nach London Victoria. Sie fahren etwa jede Viertelstunde. Am Wochenende blieb also genug Zeit für Sightseeing.

London hat sehr viel zu bieten, von Shopping und Feiern bis zu Kultur. Mit Zug und Tube ist London gut zu erkunden. Mit der App CityMapper kann man sich Bahn-, Bus- und U-Bahn Verbindungen von A nach B geben lassen, was gerade am Anfang in London sehr praktisch ist. Ein Special ist Camden Town und Camden Markets bei Camden Lock, allerdings ist es eigentlich immer rappellvoll. Camden Markets liegt direkt am Regent's Canal. Bei schönem Wetter kann man am Ufer bis in den Regent's Park laufen.

Am ICR gab es jede Menge Freizeitangebote für Mitarbeiter, z.B. Brettspielabend, Squash, Volleyball. In unserer Arbeitsgruppe gab es auch immer wieder gemeinsame Unternehmungen, z.B. nach London zum Winter Wonderland. In Sutton selbst gibt es einige Restaurants, Bars, eine Boulderhalle und eine kleine Shoppingstraße.

### **Wohnen**

Wenn man in Sutton wohnt (und nicht in der City London) kann man sich eine Wohnung am besten vor Ort suchen. Die Airbnbs sind unverhältnismäßig teuer und meistens auch recht schlecht. Auf spareroom.co.uk findet man Angebote (ähnlich wie WG-gesucht). In London ist es üblich, dass eine Familie noch Zimmer in ihrem Haus vermietet, da die Lebenshaltungskosten recht hoch sind. Wenn man nur ein paar Monate bleibt ist das vermutlich die

günstigste Variante. Ich habe bei einem Ehepaar gewohnt, dessen Kinder alle bereits ausgezogen sind. Das Haus war super, mein Zimmer ebenfalls und die Lage war perfekt. Meine Vermieter haben mir sogar ein Fahrrad für die drei Monate geliehen.

### **Praktische Tipps**

Zunächst kann ich jedem empfehlen, sich eine Oyster Card zu kaufen. Mit ihr kann man in Bus, U-Bahn und Zug kontaktlos bezahlen. Im Bus wird kein Bargeld angenommen, nicht mal an den Bussen vom Flughafen. Wenn man also keine kontaktlose Bankkarte hat, ist man auf eine OysterCard angewiesen.

Falls man von der Praktikumsstelle Gehalt bekommt, braucht man meistens einen englischen Bankaccount. Das ist recht schwierig, da befristete Verträge von den Banken oft nicht akzeptiert werden. Die HSBC Bank hat eine Kooperation mit dem ICR und eröffnet Accounts für ICR Mitarbeiter, auch wenn man nur ein paar Monate in England ist.

### **Fazit**

Ich würde jederzeit wieder ein Praktikum am ICR machen und kann es nur weiterempfehlen. Ich habe sehr viel gelernt, was mir auch in meiner Masterarbeit helfen wird. Mein Englisch hat sich in der Zeit verbessert. Das Leben in einer Metropole war eine interessante Erfahrung. Allerdings kann ich mir nicht vorstellen auf Dauer in so einer Großstadt zu leben, da man sehr viel Zeit in der Tube oder in Zügen verbringt und es durch Unmengen an Touristen immer voll ist. Besonders empfehlen kann ich Richmond oder Greenwich, zwei von Londons Stadtteilen direkt an der Themse, die wunderschön sind und nicht komplett überlaufen.