



## DAAD-Abschlussbericht PROMOS-Stipendium

<b>Heimathochschule</b>	Universität zu Köln
<b>Studiengang</b>	Ma.Sc. Chemistry
<b>Gastinstitut</b>	Sanford Burnham Prebys Medical Discovery Institute, San Diego, Kalifornien, USA
<b>Auslandsaufenthalt</b>	Nov 2019–April 2020

### Bewerbungsvorbereitungen

Während meiner Arbeit am Max Planck Institut in Köln hörte ich von Prof. Malene Hansens Arbeit. Da sich ihr Forschungsgebiet stark mit meinem Interessengebiet überschneidet, beschloss ich mich bei ihr auf ein Praktikum zu bewerben. Mein Gedanke, und das habe ich in meiner Bewerbung auch explizit genannt, war, dass ich nach einem erfolgreichen Praktikum möglicherweise für meine Doktorarbeit bleiben könnte. Aber ob es nun tatsächlich zur Doktorarbeit kommt oder nicht, der Auslandsaufenthalt würde mir neben dem rein Fachlichen auch eine Menge an unvergesslichen Eindrücken, Kulturaustausch und Englischtraining bieten. Zu meiner Freude bekam ich von Frau Hansen nach einem Skype Interview die Bestätigung das ich gerne für ein Praktikum in ihre Arbeitsgruppe am Sanford Burnham Prebys Institut kommen könnte. Da Praktika in den Staaten scheinbar nicht, oder nur sehr spärlich vergütet sind, war es für mich unglaublich wichtig zusätzliche finanzielle Unterstützung zu erhalten. Nach ausgiebiger online Recherche musste ich leider feststellen, dass für mein Profil, Masterstudent mit abgeschlossener Masterarbeit im Übergangszustand zur Doktorarbeit, kaum Programme gibt. Glücklicherweise bezieht sich das PROMOS Reisekostenstipendium auch auf Studenten in meiner Situation und ich war glücklich, dass sich der DAAD dazu entschloss mich finanziell zu unterstützen.

### Visum, Flugorganisation und Einreise

Das dauert alles länger als man denkt! Und ist teuer! Um sich auf ein J1 Visum zu bewerben muss man online eine Menge dokumente ausfüllen und Gebühren überweisen. In der Summe habe ich für das Visum alleine um die 500€ aus eigener Tasche bezahlt. Wenn man alles erfolgreich hinter sich bringt kann man sich schließlich für ein persönliches Interview an einem der US-amerikanischen Generalkonsulate bewerben. Am Tag des Interviews war ich natürlich nervös, was wenn mein Antrag abgelehnt würde? Aber das Interview selber war ohne zu übertreiben keine fünf Minuten lang. Ich habe den Eindruck da geht es darum zu schauen ob der Antragsteller ein wenig Englisch versteht und einmal einen persönlichen Kontakt herzustellen. Mein Interview im Generalkonsulat in Frankfurt war am 8. Oktober 2019. Und ich plante am 2. November in die Staaten einzureisen! Ich gebe zu, ich war ein wenig spät dran. **An dieser Stelle möchte ich jeden der zögert weil er oder sie sich unsicher ist ob es noch pünktlich klappt dazu ermutigen es zumindest zu versuchen!** So habe ich es also gemacht und glücklicherweise hat alles in den Zeitrahmen gepasst. Zwei Wochen nach meinem Interview bekam ich auch schon meinen Reisepass mit eingeklebtem Visum zurück. Und an diesem Tag habe ich dann auch mein Flugticket für meinen Reiseantritt in zwei Wochen gebucht, meine Anzahlung für mein WG Zimmer überwiesen und meine DAAD Auslandskrankenversicherung abgeschlossen.

Bei dem Flug handelte es sich nicht um einen Direktflug, sondern es gab einen 1:30 stündigen Zwischenstop in Seattle. Dort kam es dann auch zur offiziellen Einreise in die USA. Die

Einreiseformalitäten selber gehen recht schnell („Was ist die Dauer und der Zweck des Aufenthalts?“, Dokumente und Papiere checken, unter Umständen werden auch nochmal die Taschen durchgeschaut). Was die meiste Zeit in Anspruch nimmt ist das Warten in der Schlange. Und man braucht viel Geduld auch wenn man sich nach einem gefühlt ewigen Flug besseres vorstellen kann als hier in der Schlange zu stehen. Man möchte schließlich nicht negativ auffallen. Aber schlussendlich kam ich mit meinem Anschlussflug am San Diego Flughafen an.

### **Ankunft und Unterkunft, die ersten Tage**

Ich habe mich in meiner Heimat schon nach Wohnungen in San Diego umgeschaut. Oder sagen wir viel eher nach WGs. Die Wohnungspreise sind unglaublich hoch! Es gibt verschiedene Möglichkeiten WG Zimmer zu finden. Ich hatte von „craigslist.org“ gehört, darunter kann man sich das USA Äquivalent zu ebay-Kleinanzeigen vorstellen, und mein WG Zimmer über diese Internetseite gefunden. ABER ich habe während meines Aufenthalts gelernt, dass es deutlich günstiger geht! Ich bin mit \$950/Monat für mein 14qm großes Zimmer nur ganz knapp über dem Durchschnitt. Ich kann nur empfehlen sich mein diversen Facebook Gruppen schlau zu machen und Zimmer zu suchen. Da wird man üblicherweise schnell für um die \$700/Monat. Eine Gruppen die ich hier nur empfehlen kann ist „UCSD housing“ (UCSD=University of California San Diego). Da ich mich nun aber schon für 6 Monate für mein WG-Zimmer verpflichtet hatte, bin ich vom Flughafen aus zu meinem neuen Zuhause. „Uber“ ist hier allgegenwärtig, schnell und vertrauensvoll! Es gibt eine genauso Gute aber etwas günstigere Variante „Lyft“. Öffentlich Verkehrsmittel sind ausserhalb von San Diego Down Town sehr schlecht ausgebaut. Von meinem Haus aus zu meiner Praktikumsstelle habe ich mit dem Bus 1:30 Stunden gebraucht, das sind mindestand 3 Stunden am Tag, wenn alles gut läuft... Oft aber verpasst man seinen Anschluss und muss zusätzlich warten. Ein Monatsticket kostet \$72, sonst zahlt man \$2.50 pro Fahrt. Ich habe mich auch am Fahrradfahren versucht. Das ist zwar schneller als mit dem Bus (ca 50 min), aber wegen der unglaublich hügeligen Landschaft alles andere als eine Freude. Schlussendlich habe ich mir ein Auto zugelegt. Jetzt pendle ich nur noch 15 min! Ich habe mich immer als umweltbewussten Menschen betrachtet, aber mit der Hilfe eines Autos JEDEN TAG mindestens 2:30 Stunden zu sparen hat mein umweltbewusstes Ich zumindest für die Zeit meines Aufenthalts mal eben zum Schweigen gebracht.

Nach der Ankunft in den USA sollte man sich so schnell wie möglich um eine Amerikanische SIM Karte bemühen. Das erleichtert einem das Leben sehr. Ich habe mich für AT&T entschieden.

### **Arbeiten am SBP Medical Discovery Institut**

Mein Praktikum am SBP MDI beinhaltet eine große Menge an Laborarbeit. Frau Hansens Arbeitsgruppe besteht aus etwa 10 Leuten von denen keine einzige Person Amerikaner ist. Ich finde dieses internationale Arbeitsfeld unglaublich toll! Wir haben Vertreter aus Dänemark, Spanien, Hong Kong, China, Malaysia, Indonesien, Indien, Deutschland und Weißrussland. Da alle meiner Kollegen hier her gezogen sind und die meisten dadurch Freunde und Familie zuhause gelassen haben sind alle offen und stetig auf der Suche nach neuen Kontakten. Somit habe ich mich hier sehr schnell wohl und adoptiert gefühlt. Ich wurde von Anfang an für Gruppenaktivitäten eingeladen und während ich noch kein Auto hatte wurde mir meistens von verschiedenen Leuten angeboten, dass man mich entweder Zuhause abholen oder nach der Aktivität nach Hause fahren könnte. Dafür bin ich meinen Kollegen sehr Dankbar!

SBP bietet auch eine Menge Freizeitaktivitäten an. Von kostenfreien Kursen (Zumba, KungFu, Yoga, Joggen, Wandern, Selbstverteidigung) bis hin zu kostenpflichtigen Tagesausflügen (zB Ski Laufen im drei Stunden entfernten Big Bear) war alles dabei. Und die Veranstalter haben sich immer gefreut mich als neues Gesicht kennen zu lernen.

## Freizeit in San Diego

### *Ozean*

Bevor ich überhaupt nach San Diego gekommen bin hatte ich mir schon vorgenommen Surfen zu lernen. Gesagt getan! An meinem ersten Wochenende bin ich zum ersten Mal runter zu einem der vielen Strände der Region. Und das Wasser war gespickt mit Surfern und der Strand voll mit Menschen. Kann man sich kaum vorstellen wenn man bedenkt, dass es mitte November war. Aber die Winter hier sind unglaublich mild. Somit habe ich mich sofort für eine Surfkurs angemeldet. Einen Einstigerkurs später bin ich oft mit meinem neuen Neoprenanzug und einem gemieteten Surfbrett (die kann man dort in jedem Surf Laden für etwa \$8/zwei Stunden ausleihen) zum Strand runter. Nur muss man eine kleine Faustregel im Kopf behalten: Während und bis zu drei Tage nach Regen soll man nicht ins Wasser. In dieser Zeit wird der Schmutz und Dreck der Stadt ins Wasser geschwemmt. Es gibt eine hohe Risikogefahr für Infektionen und Hepatitis. Also etwas was man sich tatsächlich zu Herzen nehmen sollte. Surfen ist auch eine tolle Möglichkeit neue Menschen kennen zu lernen. Surfer sind von Hause aus offene und sympatische Leute die das Leben und die Erhaltung des Ökosystems „Ozean“ als Art Religion verstehen.

### *Kultur*

Naben dem Ozean sollte man dem San Diego Zoo einen Besuch abstatten. Der Zoo ist weltweit ausgezeichnet und wunderschön. Naben dem Zoo ist Balboa Park, eine Ansammlung von Museen und Ausstellungen. Und wenn man in Balboa Park ist, dann ist man quasi schon in San Diego Down Town. In Down Town bin ich persönlich nicht oft gewesen. Jedoch ist Little Italy und Old Town einen Besuch wert. Und auch Coronado Island sollte man sich nicht durch die Lappen gehen lassen. Obwohl ich hier das Gefühl hatte, dass dies doch eher der Stadtteil der gehobeneren Gesellschaft ist. Das krasse Gegenteil zu Coronado Island ist wohl Ocean Beach. Amerika ist der Ursprung der Hippie Kultur. Und in ganz Amerika ist der Knotenpunkt dafür Kalifornien. Und in Kalifornien ist es ohne Frage San Diegos Ocean Beach. Ich habe die Atmosphäre dort sehr genossen. Eine unglaubliche Facette an Menschen prägen das dortige Straßenbild. Und einmal die Woche findet der Farmers Markt statt. Neben den Ausstellern die Gemüse und Fast Food oder selbst gemachten Schmuck verkaufen, gibt es auch Aktivitäten. Beispielsweise einen Trommler Zirkel aus Laien Musikern. Im Kreis konnte man entweder selber Tanzen oder den Tanzenden zuschauen. Nach Sonnenuntergang gab es auch eine beeindruckende Feuer Show am Strand. Alles in allem ist ganz San Diego durch die vielen Studenten sehr International geprägt und offenherzig für neugierige Zugezogene.

### *Kulinarisches*

In San Diego findet man neben typisch Amerikanischer Küche wie BBQ und Burger auch unglaublich gute Mexikanische Gerichte. Da San Diego der südlichste Teil Kaliforniens ist und somit direkt an der Mexikanischen Grenze liegt, ist das aber ja nicht verwunderlich. Viele Restaurants bieten beispielsweise Tacos an, jedoch sind die meistens deutlich ver-amerikanisiert. Wer authentische Tacos probieren möchte sollte unbedingt in den Süden San Diegos nach Chula Vista fahren. Hier gibt es das berühmte berüchtigte Tacos El Gordo. Und wer ein paar Wörter Spanisch spricht wird hier mit offenen Armen empfangen. Aber trotz der Offenherzigkeit würde ich es nicht empfehlen alleine nach Chula Vista zu gehen, es ist eines der Regionen mit der höchsten Kriminalitätsrate. Wer Interesse hat sollte sich einfach jemanden suchen der die Umgebung kennt, dann ist ein Besuch kein Problem.

### *Nachtleben*

Wer das Nachtleben erkunden möchte, sollte ein paar Dinge wissen. Amerikaner sind sehr streng wenn es um den Ausschank von Alkohol geht! Ohne einen gültigen Reisepass (Nein, ein ausländischer Personalausweis oder Führerschein wird nicht akzeptiert) kann man keine einzige Bar betreten. Und ab 2 Uhr morgens darf kein Alkohol mehr verkauft werden, somit schließen die meisten Bars und Partys um diese Zeit. Wer sich denkt die Feier von der Bar aus auf die Straße zu verlagern wird enttäuscht. In Amerika der Konsum von Alkohol auf den Straßen verboten. Wenn man diese Dinge beachtet kann

man mit seinen Freunden eine gute Zeit haben und sich am Ende der Nacht von einem „Uber“ nach Hause fahren lassen.

### **Zusammenfassung**

Zusammenfassend kann ich nur betonen wie wichtig und bereichernd mein Auslandsaufenthalt für mich war. Ich habe unglaublich viele Erfahrungen gesammelt, Neues gelernt und Freunde aus der ganzen Welt gefunden. Es war nicht immer leicht! Plötzlich in einem neuen Land alleine da zu stehen ist eine große Herausforderung. Jedoch bietet die Offenheit der Bewohner einem eine große Hilfe. Ich kann es nur weiterempfehlen diese Erfahrungen selber zu machen. Dabei muss es nicht immer „so weit weg wie nur möglich“ sein. San Diego ist 9 Zeitzonen von Deutschland entfernt. Die Erfahrungen eines neuen Landes, neuer Kultur und einer anderen Arbeitsmoral kann man auch mit weniger Zeitzonen Unterschied machen. Ich bin aber froh, dass ich San Diego als mein Ziel gewählt habe! Während meines Aufenthalts habe ich mich auf jeden Fall neu kennen gelernt, persönlich weiter entwickelt und mich von meiner Profession leiten lassen. Und ich bin sehr dankbar, das mich der DAAD mit dem PROMOS-Reisekostenzuschus unterstützt hat!