Deutscher Akademischer Austauschdienst
German Academic Exchange Service

Abschlussbericht

über Ihre Stipendienzeit

Nachname, Vorname*	Richerzhagen, Ines
E-Mail-Adresse*	ines@richerzhagen.koeln
Stipendienprogramm	RISE weltweit (MITACS Globalink Internship)
Förderzeitraum	05/2023 – 07-2023
Gastland/-ort	Kanada, Edmonton
Gastinstitution	University of Alberta; Li Ka Shing Center for Health Research Innovation

*Im Rahmen des Abschlussberichts haben Sie die Möglichkeit, freiwillige weitere Angaben zu machen. Sie können Ihren Namen und Ihre E-Mail-Adresse angeben, falls Sie mit einer **Weitergabe dieser Daten an künftige Stipendiatinnen und Stipendiaten** und einer **Kontaktaufnahme** durch diesen Personenkreis einverstanden sind. Bitte beachten Sie, dass diese Angaben nicht erforderlich sind und Sie allein entscheiden, ob Sie diese Daten mitteilen möchten. Eine Einwilligung können Sie jederzeit widerrufen, ohne dass die Rechtmäßigkeit der aufgrund der Einwilligung bis zum Widerruf erfolgten Verarbeitung berührt wird. Richten Sie ggf. Ihren Widerruf über das Portal an den DAAD.

Hinweise:

Der Abschlussbericht ist **spätestens zwei Monate nach Förderende** einzureichen. Er soll Hinweise auf die Situation des Studienfaches im Gastland und die Arbeitssituation an der Hochschule/dem Gastlabor/der Praktikumsstelle enthalten. Insbesondere sollten Sie über die Ergebnisse des Aufenthaltes im Hinblick auf Erfolge und ggf. Hindernisse berichten. Besuche von Fachtagungen und Konferenzen sind ebenfalls von Interesse sowie Anregungen, die der Verbesserung der Arbeit des DAAD dienen.

Kurzstipendiatinnen und -stipendiaten (bis zu einer Förderdauer von 6 Monaten) sollten ergänzend auf folgende praktische Aspekte des Aufenthalts eingehen: Vorbereitung des Aufenthalts, Kontaktaufnahme zur Gastinstitution, Visum/Aufenthaltsgenehmigung, Zahlungsverkehr, Zimmersuche und Miethöhe, Freizeitgestaltung, nützliche Adressen im Gastland. Mit Annahme des Stipendiums (lt. Ziffer 10 der „Allgemeinen Bedingungen für Stipendiatinnen und Stipendiaten des DAAD im Ausland“) haben Sie sich bereit erklärt, dass dieser Bericht ohne Nennung Ihres Namens und Ihrer Kontaktdaten an künftige Stipendiatinnen und Stipendiaten des DAAD zur Information weitergegeben werden kann. Wenn Sie Ihren Namen und Ihre E-Mail-Adresse jedoch gerne mitteilen möchten, um eine eventuelle Kontaktaufnahme zu ermöglichen, tragen Sie Ihre Kontaktdaten bitte oben ein. Aus Gründen des Datenschutzes bitten wir Sie, in Ihrem Abschlussbericht keine personenbezogenen Daten Dritter zu nennen. Dazu gehören alle Informationen, die sich auf eine identifizierte oder identifizierbare natürliche Person beziehen, z.B. Namen, Kontaktdaten, Position im Institut, etc.

Weitere Einzelheiten zur Berichtspflicht sind ggf. in den "Besonderen Bedingungen" enthalten.

Bitte laden Sie den Bericht im PDF-Format über das DAAD-Portal unter dem Menüpunkt **„Berichte – Abschlussbericht“** hoch.

Verlauf des Vorhabens *(Textfeld erweitert sich nach Eingabe automatisch; Formatierungen sind jedoch nicht möglich. Für eine bessere Strukturierung können Sie dieses Formular als Deckblatt nutzen und den Bericht als Anlage beifügen.)*

1. Vorbereitung

Die Vorbereitung und auch die Bewerbung empfand ich als sehr entspannt und auch übersichtlich, auch wenn man die Bewerbungsfrist für Kanada git im Blick haben sollte, da diese früher und gesondert ist als der Bewerbungszeitraum für alle anderen Länder.

Sobald ich die Zusage hattet galt es mit dem Supervisor Kontaktaufzunehmen, um ein Startdatum des Praktikums festzulegen. Dies sollte möglich zeitnah passieren, damit dann auch zügig die Flüge gebucht werden können, um sich unnötige Kosten zu sparen, die zwar vom DAAD getragen werden, aber die Reisepauschale bleibt gleich. Heißt wenn man bei den Flügen Geld spart, hat man später vor Ort in Kanada etwas mehr Puffer.

Man sollte zudem auch rechtzeitig die Gültigkeit seines Reisepasses überprüfen, da sonst ein Neuer beantragt werden muss, bevor man die Flüge buchen kann, da die Ausweisnummer immer angegeben werden muss.

Eine Information, die ich finde, sehr ungenau kommuniziert worden ist, ist die „erlaubte“ Aufenthaltsdauer vor und nach des Praktikumszeitraums. Ich war mir immer sehr unsicher ob geduldet wird, schon mit etwas mehr Zeit im Voraus nach Kanada zu fliegen oder auch länger bleiben zu bleiben, nach Beendigung des Projekts. Kurze Antwort: Ja, beides ist möglich. Es gibt dabei nur ein paar Dinge zu beachten. Über den DAAD ist man über die 90 Tage des Praktikumszeitraums noch 3 Tage vorher und nachher versichert. Mit dem Visitor Record ist es erlaubt bis zu 120 Tage in Kanada zu bleiben. Möchte man also schon früher hin, und/oder länger bleiben ist das möglich sofern An und Abreise innerhalb der 120-Tage-Frist und man muss sich Gedanken über die Versicherungssituation machen. Es besteht die Möglichkeit auf eigene Kosten die Versicherung für einen gewünschten Zeitraum zu verlängern.

2. Kontaktaufnahme zur Gastinstitution

Ich bin mit meiner Supervisorin per E-Mail in Kontakt getreten. Hauptsächlich habe ich allerdings mit der Assistentin kommuniziert, da diese im Labor für mich verantwortlich war und so die Organisation übernommen hat. Ich habe dann auch erfahren, dass noch eine weitere Mitacs Studentin mit mir in der gleichen Laborgruppe arbeiten wird.

Ich habe dann von meiner Supervisorin die E-Mail von Ihr bekommen, was für mich sehr hilfreich war, da ich so schon mit ihr in Kontakt treten konnte, und wir uns so auch gegenseitig mit Fragen und Unsicherheiten helfen konnten. Außerdem war es ein schönes Gefühl schon jemanden zu kennen, wenn man in Kanada ankommt. Diese Bekanntschaft hat sich dann auch zu einer sehr guten Freundschaft weiterentwickelt, um welche ich sehr dankbar bin.

3. Visum

Die Beantragung eines Visums für Kanada ist als deutscher Staatsbürger sehr unkompliziert. Für die Einreise wird ledigleich eine gültige eTA vorausgesetzt, welche schnell und einfach auf der kanadischen regierungswebite beantragen lässt. Sofern keine besonderen Vorkomnisse, erhält man diese dann auch innerhalb weniger Minuten per Mail und kostet zu dem auf nur wenige Euro (ca. 5€).

Neben dem Visum, gibt es noch den Visitor Record. Diesen erhält man an dem ersten Flughafen in Kanada nach Einreise beim Immigration Office. Das Dokument wird einem jedoch nicht automatisch ausgehändigt sondern, es empfiehlt sich expliziet danach zu fragen, da dieses Dokument das Work Permit darstellt damit eine Eröffnung eines kanadischen Bankkontos sehr viel leichter ist. Dieses wiederrum ist relevant, um den Förderanteil von MITACS zu bekommen.

4. Zahlungsverkehr

Als Bezahlungsmethode in Kanada habe ich überwiegend meine Kreditkarte verwendet, da Bargeld in Kanada noch viel weniger gebraucht wird als in Deutschland. Man kann dort bis auf wenige Ausnahmen (wie zum Beispiel das Ticket im Bus) alles mit der Karte und kontaktlos, mittels der Tap-Funktion bezahlen, sofern diese aktiviert ist.

Dies bezüglich muss ich aus eigener Erfahrung jedoch empfehlen diese Funktion zu deaktivieren, da mir dort meine Wertgegenstände gestohlen worden sind. Hätte ich nicht das Glück gehabt mein Handy bei mir zu haben auf welchem eine App ist über die ich Benachrichtigungen bekomme, sobald Transaktionen getätigt werden, wäre ich nicht so schnell in der Lage gewesen die Karte zu deaktivieren und somit weitere Transaktionen zu verhindern. Auf Grund der aktivierten Tap Funktion beim Bezahlen war es für die Person kein Problem mit meiner Karte zu bezahlen, ohne den PIN kennen zu müssen.

Die Eröffnung eines kanadischen Kontos ist bei den meisten großen Banken wie RBC oder Scotiabank ohne Probleme, und in den meisten Fällen auch kostenfrei möglich. Besondern unkompliziert ist es, wenn man den Visitor Reco5rd am Flughafen angefordert hat. Die Eröffnung des Kotos ist wichtig, um die Fördergelder des kanadischen Partners vom DAAD zu erhalten. Grundsätzlich würde ich davon abraten dieses Konto als primäre Bezahlmethode zu verwenden, da die Gebühren recht hoch sind, wenn Geld von einem deutschen Konto auf dieses Konto geschickt werden soll.

Ich kann daher nur raten eine deutsche Kreditkarte bei sich zu haben mit der man gut zurechtkommt und die meisten Transaktionen vollziehen kann.

5. Wohnungssituation

Ich hatte bei der Wohnungssuche keine Probleme, allerdings habe ich da glaub ich auch einfach sehr viel Glück gehabt, da ich von sehr vielen anderen mitbekommen habe, dass diese teilweise sehr große Probleme hatten.

Je nach dem, zu welchem Zeitpunkt man sein Praktikum startet, hat man mehr oder weniger Auswahl. Zwischen Mai und Mitte/Ende August befinden sich die meisten Studierenden der Uni in einer Sommerpause, welche Zeit viele nutzen, um zu Ihren Eltern zu fahren oder sonst irgendwelche Umstände dafür sorgen, dass diese ihr WG-Zimmer untervermieten möchten. So war das auch bei mir der Fall wie ich an mein WG-Zimmer gekommen bin. Auf Facebook gibt es einige Gruppen, in denen Studierende (oder auch andere Personen) ein Inserat posten für eine Untervermietung. Diese Gruppen kann ich sehr empfehlen.

Problematische wird dies nur wenn man erst später (Juni/Juli) anreist und länger bleibt, da ab Mitte August/Anfang September viele Studierende zurückkehren, um im September das neue Semester zu beginnen. Ab diesem Zeitpunkt wird es dann auch schwierig ein Zimmer in den Studentenwohnheimen zu bekommen. Diese sind zudem auch wesentlich teurer als ein WG-Zimmer.

6. Praktikumszeit im Labor

Ich habe meine Zeit in einem Forschungslabor verbracht, welches sich viel damit beschäftigt hat, wie bestimmte Nahrungsbestandteile Einfluss auf das Immensystem haben. Ich hatte ein großartiges Team, und Sie waren stets bemüht mir eine gute Zeit und Erfahrung zu ermöglichen in der ich viel lerne, aber dennoch auch Spaß und Freizeit für andere Dinge habe. An den meisten Tagen war ich von 9 Uhr bis 4 Uhr im Labor.

Auf meiner Etage gab es noch 2 weitere Laborgruppen, welche ebenfalls internationale Praktikumsstudenten betreut haben. Gegen Ende hatten wir ein gemeinsames Symposium aller drei Laborgruppen, in welchem Zuge jeder der internationalen Studenten sein Forschungsprojekt vorstellen sollte. Dieser Vortrag sollte in etwa 10 Minuten lang sein und bot einem die Gelegenheit sich nochmal zusammenfassend gut mit seinem Projekt und den angewendeten Methoden auseinanderzusetzen. Außerdem war es sehr spannend einen Einblick in die Projekte der anderen Studierenden zu erlangen.

7. Freizeitgestaltung

In meiner Freizeit habe ich sehr viel Zeit mit Freunden verbracht, was häufig darin resultierte, dass wir uns zum Eis essen oder Kaffee trinken getroffen haben. Auch second-hand Shoppen wird in Kanada sehr großgeschrieben und ist wesentlich besser aufgebaut als in Deutschland mit deutlich mehr Auswahl und besseren Preisen.

Vor der Arbeit bin ich häufig ins Fitnessstudio der Universität gegangen welches nur wenige Gebäude entfernt von meinem Labor war.

Diesbezüglich ist zu erwähnen das die Sportangebote sehr vielfältig sind und preislich sehr studierenden freundlich sind. Für eine 4-monatige Membership habe ich ca. 85 CAD bezahlt. In dem Tarif waren neben dem Fitnessstudio auch der Zugang zu den universitären Schwimmbädern beinhaltet.

Die University of Alberta bietet ein sehr gutes Programm an für alle internationalen Studierende der Uni. Innerhalb dieses Programmes werden viele gratis oder günstige Aktivitäten und Ausflüge angeboten.

Kleinere Aktivitäten haben wöchentlich stattgefunden, aber auch größere Ausflüge wie ein Wochenende in den Rocky Mountains wurde von dem Programm organisiert und zu fairen Preisen angeboten. All diese Veranstaltungen waren für mich eine großartige Möglichkeit mit anderen internationalen Studierenden in Kontakt zu treten.

Dies empfand ich als sehr hilfreich, da wie zuvor schon erwähnt, auf Grund der Sommerpause sich nur wenig Studierende auf dem Campus befinden und so einem der Kontaktanschluss deutlich erleichtert wird.

8. Nützliche Adressen

Gut zu wissen ist ebenfalls, dass unser deutscher Führerschein ausreichend ist um in Kanada offiziell Auto fahren zu dürfen und auch eins zu mieten, was zwei Freundinnen und Ich auch für ein Wochenende getan haben, um auf eigene Faust in die Berge zum Wandern zu fahren. Dies kann ich auch jedem der sich für berge und wandern begeistern nur ans Herz legen, da die Berge sich nochmal deutlich von unseren Alpen unterscheiden.

Bevor man einen solchem Ausflug jedoch auf eigene Verantwortung plant, sollte man sich mit den möglichen Gefahrensituation (z.B. Begegnung mit Bären) vertraut machen und sich informieren, wie in so Situationen zu handeln ist.

Eine weitere wichtige Anlaufstelle ist das deutsche Konsulat in deiner Stadt. Auch wenn ich niemandem wünsche die Erfahrung machen zu müssen die se Behörde aufzusuchen, schadet es nicht sich im Vorhinein einmal zu informieren wo die nächstgelegene Stelle zu finden ist.

Was mir in Kanada aufgefallen ist, dass Auto fahren sehr verbreitet ist, und das auch deutlich stärker als in Deutschland. Daher waren viele immer mit den öffentlichen Verkehrsmitteln unterwegs, welches jedoch auf Dauer sehr teuer ist!

Ich habe von einem Freund vor Ort ein Fahrrad ausgeliehen bekommen, und eine Freundin hat sich für recht wenig Geld ein Fahrrad über Kijiji (das kanadische Äquivalent zu unserem Ebay) gekauft.

Man sollte dabei jedoch beachten, dass die meisten kanadischen Städte nicht besonders gut geeignet sind für Fahrradfahrer, da es davon sehr wenige gibt. Es gibt recht wenig Fahrradwege, weshalb man sich sicher fühlen sollte, auf „viel befahrenen“ Straßen oder dem Bürgersteig zu fahren. Auch nachts würde ich es nicht unbedingt empfehlen allein mit dem Fahrrad zu fahren.

9. Zusammenfassung

Rückblickend kann ich sagen, dass ich sehr positiv auf meine Zeit in Kanada zurückschaue und sehr dankbar bin, dass mir diese Möglichkeit gegeben wurde, einen anderen und intensiveren Einblick in die Laborarbeit zu erhalten. Ich konnte sehr viel in dieser Zeit über mich lernen und fantastische Menschen kennenlernen, welcher Kontakt hoffentlich auch in Zukunft weiter bestehen wird.

Ganz besonders möchte ich daher abschließend dem DAAD und Mitacs danken, dass ich teil dieses Stipendiums sein durfte und mir diese Möglichkeit gegeben wurde, die mich noch sehr lange prägen wird.