

## Abschlussbericht über Ihre Stipendienzeit

Nachname, Vorname*	██████████
██████████	████████████████████
Stipendienprogramm	RISE weltweit
Förderzeitraum	01.06.2024 – 31.08.2024
Gastland/-ort	Norwegen, Bergen
Gastinstitution	University of Bergen

\*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.)*

Mein Praktikum habe ich an der University of Bergen an der Faculty of Biology von Juni bis August 2024 gemacht.

Gekümmert im vorraus hatte ich mich um eine Kreditkarte, da Norwegen NOK (norwegische Kronen) verwendet, nicht teil der EU ist und eigentlich alle Zahlungen per Karte abgehandelt werden. Bargeld habe ich wirklich garkeins benutzt. Ein Visum braucht man für 3 Monate keins. Kurz nach Erhalt des Praktikumsplatzes hatte ich eine Mail von meinem Gruppenleiter bekommen, auch um schnell alles Organisatorische zu klären mit der Gastuni, da die Deadline für die Registrierungen von Gaststudenten recht nah war. Sonstige Vorbereitungen waren eigentlich nur Packen und mich ein bisschen in das Projekt einlesen. Hingekommen bin ich per Flugzeug (Berlin nach Bergen, 80€) das geht direkt und am billigsten von Berlin und Hamburg. Entweder man bucht super früh oder sehr kurzfristig (das ist natürlich nie

garantiert ob es total billig bleibt) über die Websites der Fluggesellschaften direkt. Recherche macht man am besten über ein Incognito-Fenster im Browser, um Preiserhöhungen durch gespeicherte Suchanfragen zu vermeiden. Zurück kann man dann auch Fliegen, ich hatte mich aber der Umwelt zuliebe und da ich in meiner Zeit vorort einige Leute in Schweden kennengelernt hatte, für die Rückreise per Zug über Interrail entschieden mit verschiedenen Zwischenstopps in ca 2 Wochen. Auf direktem Weg kann man es von Bergen nach Hamburg in unter 20 h schaffen, ich hatte aber ein paar Umwege und brauchte daher einen 4 Tage Interrail Global Pass und ca. 30h.

Wir hatten dann auch noch einen Zoomcall, wo mir das Projekt vorgestellt wurde, ich viele Tipps bekommen habe und mein Gruppenleiter mir das Studentenwohnheim bei Haukelandsbakken empfohlen hat, worüber ich dann über die Website hybel.no (darüber findet man auch andere Angebote) ein Zimmer für 3 Monate für ca. 350€ (warm) gemietet habe. Auch da muss man schnell sein, die sind wohl oft ausgebucht. In dem Wohnheim gab es alles Nötige, Bettzeug sowie Decken und Kissen musste man selbst mitbringen. Es war nicht besonders schön und die Zimmer klein, aber es hat alles funktioniert. Die Hausverwaltung antwortet auf Fragen, allerdings muss man ein bisschen Zeit einplanen. Dazu kam, dass im Juli Sommerpause für Schüler, Studis und viele Arbeitnehmer ist, damit viele Projekte in Bergen stillstehen und das Wohnheim quasi leergefegt war (bis auf Touristen). Dementsprechend war das Wohnheim sehr leer und nicht besonders sozial.

Das Wohnheim war 20 min von der Uni weg, aber die Öffis bringen einen sehr zuverlässig und schnell überall hin. Alles fährt ca. bis 00:30. Nach meiner Ankunft hatte ich mir ein Monatsticket mit Studentenrabatt über die Skyss App gekauft (ca. 37€), und das eben für jeden Monat neu. Hat man Tage, die ungenutzt sind am Ende eines Tickets, kann man Skyss schreiben und kriegt ab Tag der Kontaktaufnahme die Kosten für das Ticket Rückerstattet. Bei dem Ticket handelt es sich um Zonentickets, in Bergen dann Zone A, womit man auch einen großen Teil des Umlandes abdecken kann und günstig Tagesausflüge zu den Inseln um Bergen etc. machen kann.

Sonst sind Einkaufskosten teurer als in Deutschland, ich habe ca. 80-100€ für Lebensmittel pro Monat ausgegeben, ohne Getränke und wenn man nicht auswärts isst. Auswärts essen kostet etwa 12-20€.

Jetzt zum Projekt selbst. Ich habe am Ph.D.-Projekt meiner Supervisorin mitgearbeitet. Das setzte sich zusammen aus Drosophila Pflege, Kreuzung, wing disc sezieren der Larven, Färben, Mikroskopieren (confocal microscopy) und Datenauswertung. Die ersten 3 Wochen wurde ich eingearbeitet, danach habe ich alle Abläufe einmal mitgemacht und mir meine Arbeitszeiten frei einteilen können. 1x pro Woche gab es Labmeetings, in denen der Fortschritt bzw aktuelle Stand von jedem Forschungsgruppenmitglied mehr oder weniger ausführlich Besprochen wurde. Das Arbeitsumfeld war sehr entspannt und alle waren total hilfsbereit. Bei Fragen zum Projekt aber auch allgemeine Fragen zum Leben in Norwegen waren alle Gruppenmitglieder immer da zum Helfen. Auch hier war zwischenzeitlich durch die Urlaubszeit teilweise kaum jemand im Labor, aber irgendwann konnte man immer vor Ort ansprechen wenn es Probleme gab. Am Ende meines Projektes gab es dann eine Große Abschlusspräsentation.

Sprachlich hatte ich mich ein wenig mit den Grundkenntnissen über Onlineplattformen schlau gemacht, vor Ort sprechen aber alle wirklich fließend Englisch und Kommunikation war so nie ein Problem. Leute waren immer super hilfsbereit wenn ich mal nicht weiter wusste! Dem entgegen gelten Skandinavien auf der persönlichen Ebene eher als verschlossen, was beim ersten Ankommen schwierig sein kann, um Freunde zu finden. Auch durch die Sommerpause habe ich im ersten Monat primär Leute getroffen die dann ende Juni Bergen verlassen haben. Ab mitte August kommen dann viele neue Studierende an, wobei dass dann meine Endphase war. Um trotzdem Kontakte zu knüpfen habe ich gleich zu beginn Facebook durchstöbert um an Sprotgruppen zu kommen, sehr zu empfehlen war die Acroyoga Gruppe in Bergen. Sonst gibt es zb im Stadtteil Sletten kostenlose Beachvolleyballfelder und andere Sportplätze. Generell ist der Facebook Messenger die Haupttapp zum chatten, Whatsapp ist eher seltener. Auch Bumble und Tinder

friends waren super Möglichkeiten, um Andere kennenzulernen. Ich habe am Anfang alles mögliche mitgemacht und so schnell ein paar super tolle Leute kennengelernt!

An Freizeitaktivitäten waren trotz Sommerpause immer wieder Konzerte in kleinen Bars, die Musikscene ist dort nämlich riesig! Da lohnt es sich einfach mal ein bisschen rumzulaufen und zu schauen, wo grade gute Musik herkommt. Victorias Café and Pub hatte fast jedes Wochenende Events.

Wenn man sich in der Stadt bewegt ist regenfeste Kleidung super wichtig. Bergen ist die regenreichste Stadt Europas, ohne mindestens Regenschirm und Regenjacke wird man sehr nass, am besten hat man auch Regenfeste Schuhe wenn man viel wandern gehen möchte.

Sonst kann man quasi 3 Meter aus der Stadt rausgehen und findet sich mitten in den Bergen wieder, man kann großartig Wandern in allen Schwierigkeitsstufen, und Bergseen, Wasserfälle und Täler erkunden. Viele Leute starten am höchsten Berg Ulriken und laufen von dort weiter, man hat aber generell unzählige Möglichkeiten. Floyen ist ein sehr zugänglich er Berg aber auch mit am touristischsten. Für alle Outdoor-Aktivitäten kann man DNT cabins buchen, die gibt es im ganzen Land und haben manchmal nur Betten, manchmal aber auch Strom, fließend Wasser und und und. Die Preise stehen auf der Website, eine Mitgliedschaft lohnt sich schon ab 3 Übernachtungen. Sonst gibt es auch Day Cabins in denen man nicht schlafen kann aber toll Pause macht auf einer langen Tour oder sich vor Unwettern schützen kann. Die sind in der Regel offen und kostenlos. Equipment muss man nicht zwingend mitbringen, bei BUA kann man sich alles von Zelt bis SUP über Campingkochsets ausleihen für ein paar Tage, und auch das kostenlos.