

Erfahrungsbericht San Diego – Arbeiten wo andere Urlaub machen

Für mein Research Project und Master Thesis habe ich 10 Monate im wunderschönen San Diego im Süden des „sunshine state“ Kalifornien, USA verbracht ... sunshine state ist rückblickend zwar eine irreführende Bezeichnung aber zunächst möchte ich euch mit diesem Erfahrungsbericht ein paar Einblicke ins kalifornische Leben geben und Hinweise für einen Auslandsaufenthalt in den USA darstellen.



1. Bewerbungen und Organisatorisches

San Diego ist ein wahres Paradies für medizinische Forschung. Die interessantesten Einrichtungen sind hierbei wahrscheinlich das Salk-Institute, die University of California, San Diego (UCSD), das Scripps Institute sowie das Sanford-Burnham Medical Research Institute. Im zuletzt genannten habe ich meine Praxisphase absolviert, wobei das Bewerbungsverfahren sehr unkompliziert war. Nach einer Initiativ Bewerbung in der Arbeitsgruppe von Stuart A. Lipton habe ich prompt eine Stellenzusage bekommen. Der weitere Organisatorische Aufwand um ein Visum zu erlangen benötigt leider sehr viel mehr Aufwand. Zunächst einmal benötigt man ein J1-Visum um als Student arbeiten zu können. Das wichtigste Dokument hierfür ist das „Certificate of eligibility for exchange visitor (J-1) status“ dieses konnte in meinem Fall von dem Institute selbst ausgestellt werden, da diese über eine eigene Visa-Abteilung verfügen. Ist dies nicht der Fall benötigt ihr einen „legal sponsor“ in den USA der dieses Dokument ausstellt, dieses „sponsoring“ lassen sich die Unternehmen allerdings mit 650 € bezahlen, somit kann alleine der Visa Antrag schnell über 1000 € kosten. Auch sonst ist ein USA Aufenthalt nicht unbedingt ein Schnäppchen. Um die **minimalen** Lebenskosten wie Wohnung und Essen zu decken sollte man **mindestens 1500 €** pro Monat zur Verfügung haben (kein Scherz ist wirklich so). Daher sollte man sich rechtzeitig um Stipendien und finanzielle Unterstützung bemühen und im Notfall nicht davor zurückschrecken den Fehlbetrag durch einen Kredit zu decken. Wie ich hoffentlich in den nächsten Abschnitten erläutern kann ist es aus meiner Sicht sehr viel sinnvoller mit Kredit 10 Monate in Kalifornien zu leben statt sich einen Gebrauchtwagen zu kaufen.

2. Arbeit und Wohnen

Wie bereits erwähnt ist das Südkalifornische Leben nicht wirklich preiswert, das gilt natürlich auch für die Miete. Wer den Anspruch hat ein eigenes Zimmer zu bewohnen braucht unter 550 € Kaltmiete nicht zu suchen. Wem es genügt ein Zimmer mit einer fremden Person zu teilen der ist ab 350 € dabei. Bei der Wohnungssuche stellt sich zunächst die Frage ob man lieber in Nähe von Instituten und Strand wohnt (Nord-San Diego), mit dem Nachteil das Nachtleben nicht existiert oder zentraler in der Stadt mit Nachtleben. Hierbei sollte man

beachten das öffentliche Verkehrsmittel in den USA außerordentlich schlecht sind. Man sollte sich also überlegen ob man sich ein Auto anschaffen kann oder ob man die Strecke von Wohnung zur Arbeit mit dem Radel bewältigen kann. Für die Wohnungssuche im Allgemeinen sowie alle Arten von Anschaffungen ist die Seite <http://sandiego.craigslist.org/> zu empfehlen. Bei der Wohnungssuche gilt es nicht die Nerven zu verlieren. Der Immobilien Markt ist sehr kurzlebig, meistens werden in den Annoncen von Heute Mitbewohner für Morgen gesucht. So habe auch ich mein Zimmer erst wenige Tage vor Abflug gefunden und ohne je ein Bild gesehen zu haben zugesagt (1 Zusage aus ca. 50 Anfragen) ... glücklicherweise bin ich dann in einem 1.5 Mio. \$ Anwesen mit Meerblick im nördlichen Teil von San Diego (Del Mar) gelandet ☺.



Meerblick hatte ich dann zusätzlich auch von meinem Büro im Institut. Hier war meine Arbeitsgruppe ein absoluter Volltreffer. Gearbeitet habe ich unter Anleitung von Shu-Ichi Okamoto und Tomohiro Nakamura. Da ich vom Institut nicht bezahlt wurde waren die beiden der Meinung ich sollte entscheiden wie viel Zeit ich im Labor verbringen möchte. Das hört sich zwar zunächst nach 10 Monaten Dauerurlaub an, da aber am SBMRI auf höchstem Niveau gearbeitet wird und die Arbeitsgruppe jährlich an höchster Stelle publiziert (Nature, Science und Cell) hat sich die „Motivationsfrage“ eigentlich nie gestellt. Ohne näher auf meine Arbeit einzugehen kann ich sagen dass die angebotenen Projekte wissenschaftlich höchst interessant und top aktuell sind. Die Zusammenarbeit in der Gruppe war aus meiner Sicht ideal, es gab eine gute Balance zwischen selbstbestimmten arbeiten und Projektentwicklung aber zugleich waren meine supervisor immer im Labor zugegen und konnten bei Fragestellungen helfen. Auch aus finanzieller Sicht ist das Forschen in den USA absolute erfreulich, von Antikörpern bis Mausmodelle oder human brain konnte so ziemlich alles organisiert werden. Von daher kann ich aus beruflicher Sicht einen Aufenthalt in den USA nur empfehlen. Auch Abseits der Arbeit war die Stimmung im Team wirklich gut, so sind wir zusammen zu Baseballspielen gegangen oder haben uns abends zum BBQ getroffen. So ein Glück mit der Arbeitsgruppe ist natürlich nicht allgemein gültig, daher empfehle ich euch zunächst einmal eine Bewerbung an die oben genannten Personen zu schicken.

3. Abseits der Arbeit

Die Planung der Freizeit gestaltet sich in San Diego für Personen mit Entscheidungsschwierigkeiten höchst kompliziert da man sich aus einer Fülle von Angeboten entscheiden muss. Von sportlich bis kulturell ist eigentlich für jeden immer etwas dabei. Klassische Sportvereine gibt es in den USA zwar nicht wer aber trotzdem im organisierten Rahmen sporteln will und Kontakt zu netten Leuten sucht der sollte sich an der UCSD eine Mitgliedschaft für die Sportabteilung (recreation) zu legen. Dort kann man dann eigentlich alles an Sportkursen belegen, von Surfkursen für Anfänger bis drill-Programme für ambitionierte Sportler ist alles dabei. Wenn man lieber etwas entspannteren Sport sucht mit Bierchen im Anschluss dem kann ich die Vavi community empfehlen. Hier werden Angebote für Freizeitsportler organisiert und verschiedene Angebote wie Bar-Touren zur Verfügung



gestellt was die Kontaktaufnahme auf jeden Fall erleichtert. In Kalifornien ist surfen natürlich Pflichtprogramm und auch sonst spielt sich viel am Strand ab. Die langen Sandstrände sind ideal zum joggen wo man sich gut auf die fast monatlich statt findenden Halb-/Marathon Veranstaltungen vorbereiten kann. Da ich mit einem japanischen Triathleten zusammengewohnt habe und relativ vorlaut bin musste ich dann natürlich auch das ein oder andere Rennen bestreiten. Sogar für den Wintersport ist in SoCal gesorgt, innerhalb von 3 Stunden Autofahrt ist man im „BigBear“ Skigebiet auf 3000m Höhe mit bestens präparierten Pisten und Funparks.

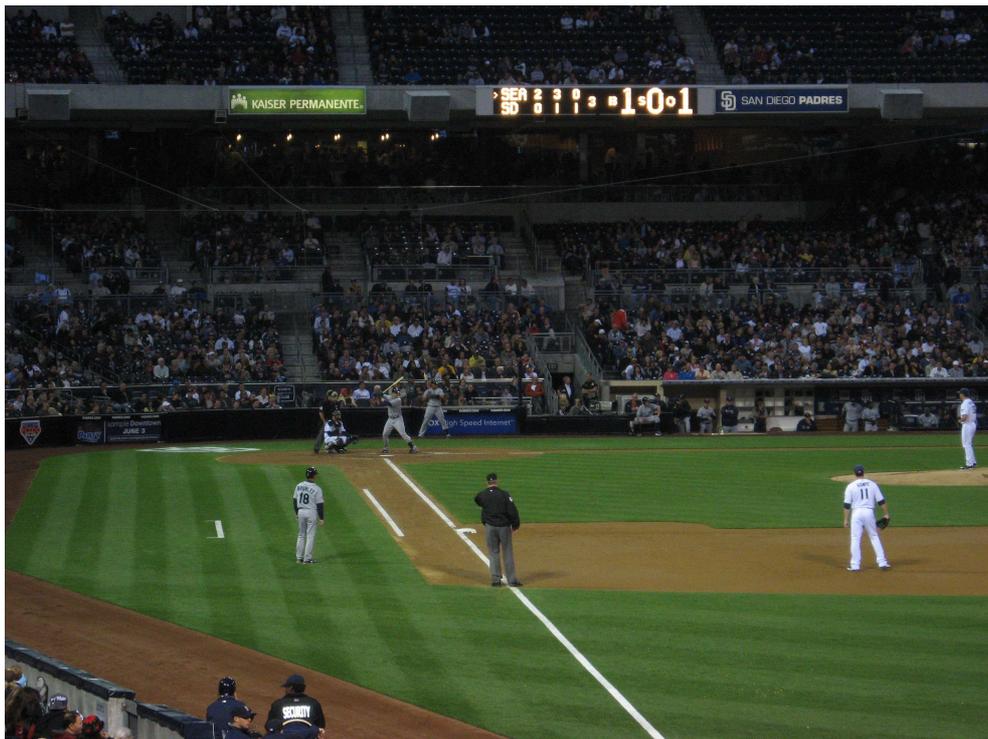
Wer
seine
Freizeit

lieber weniger sportlich gestalten möchte und noch ein bisschen Geld übrig hat kann sich die Zeit mit wandern in den riesigen Naturschutzgebieten vertreiben oder Wochenendtrips nach Los Angeles, San Francisco, Las Vegas oder Grand Canyon unternehmen. Ein Las Vegas Ausflug darf natürlich nicht fehlen und hierfür empfehle ich ein paar Tage frei zu nehmen und in der Zeit zwischen Sonntag und Donnerstag zu reisen. An den Tagen gibt es 65 m² Suiten wo man locker zu 3. Schlafen kann schon für 25\$ am Tag. Fürs zocken brauch man aber leider ein bisschen Kleingeld zur Hand weil es eigentliche keine Tische gibt mit einem Mindesteinsatz unter 5\$. Da ich mich in dieser Rubrik dumm und dusselig schreiben könnte habe ich zum Abschluss einfach nochmal ein paar Bilder eingefügt um ein kleines Gefühl von San Diego zu geben.





Mt Woodson hiking



Go Padres!



Sea World darf natürlich auch nicht fehlen



3 km über der mexikanischen Grenze ☺



Abschließend kann ich euch also beruflich und privat einen Aufenthalt in San Diego ohne Abstriche empfehlen und möchte diese Gelegenheit nutzen um mich bei der Fachhochschule, dem DAAD, der vestischen Freunde Gesellschaft und besonders bei Sören Perrey zu bedanken die mir diese Erfahrung ermöglicht haben.