

Allt om högskolestudier på studera.nu



STUDERA UTOMLANDS

Internationella
PROGRAMKONTORET 

 HÖGSKOLEVERKET
Swedish National Agency for Higher Education

Innehåll

Ta chansen att studera utomlands	2
Flera sätt att studera utomlands	3
Låt planeringsarbetet ta tid	6
Var vill du studera?	8
Så bekostar du dina utlandsstudier	10
Se över dina försäkringar	12
Sök bostad i tid	13
Efter utlandsstudierna	14
Större utbytesprogram	15
Arkitektstudenten fick idé till examensarbete i Italien	16
Först fil. kand. i Australien – nu master i Kanada	18
Skrämmande men givande erfarenheter i Sydafrika	20
Fältstudie gav inblick i kubansk specialundervisning	22
Många fördelar med läkarstudier i Polen	24
Kontaktinformation	26

 **CHECKLISTA LÄNGST BAK!**



STUDERA UTOMLANDS Utgiven av Högskoleverket 2012

HUVUDREDAKTÖR Ann Sofie Fredriksson **GRAFISK FORM** Lena Ernstson **ILLUSTRATION** Nina von Rüdiger
TRYCK JMS Mediasystem AB, Vellinge, april 2012 **ISBN 978-91-85027-76-7**

Ta chansen att studera utomlands

Funderar du på att studera utomlands? Du är inte ensam. Varje år läser drygt 25 000 studenter från Sverige vid ett utländskt universitet. De flesta ordnar utlandsstudierna själva, men många åker också som utbytesstudenter från en svensk högskola.

En sak är nästan alla som läst utomlands ense om – får du chansen att åka ut och studera i ett annat land, ta den! Att leva i en främmande miljö och knyta kontakter berikar och utvecklar. Utlandsstudier ger goda språkkunskaper och internationell erfarenhet som är svår att få på annat sätt.

Den här broschyren ger en översikt över möjligheterna till utlandsstudier, tips om vad du ska tänka på när du planerar studierna, vem du kan kontakta och var du kan söka mer information.

Broschyren är gjord av Högskoleverket och Internationella programkontoret. Högskoleverket är en myndighet för universitets- och högskolefrågor och Internationella programkontoret hjälper skolor, universitet, företag, organisationer, lärare och studenter att delta i internationellt samarbete.

På studera.nu – Högskoleverkets webbplats får du aktuell information om högskolestudier – får du aktuell information om studier utomlands. Där finns också länkar till ländernas egen information. Mer information om utbytesprogram hittar du på Internationella programkontorets webbplats www.programkontoret.se, och på de svenska universitetens och högskolornas webbplatser.

Lycka till med utlandsstudierna!



Flera sätt att studera utomlands

Du kan studera utomlands på flera sätt. Du kan:

- Delta i ett utbytesprogram genom din högskola eller någon organisation som förmedlar kontakter och utbyten.
- Ordna dina utlandsstudier på egen hand som så kallad freemover-student.
- Åka ut och praktisera inom en högskoleutbildning.

Många fördelar med utbytesstudier

Som utbytesstudent läser du en del av din svenska högskoleutbildning utomlands. Utbytesprogrammen bygger på att de svenska universiteten och högskolorna har avtal om studentutbyte med utländska universitet. Därför kan valmöjligheterna skilja sig från högskola till högskola och även mellan institutioner inom en och samma högskola.

En stor fördel med att studera genom ett utbytesprogram är att du får tillgodoräkna dig dina

utlandsstudier i den svenska utbildningen. Du behöver inte heller betala någon terminsavgift. Inom flera utbytesprogram får du också automatiskt ett stipendium. Dessutom får du hjälp med mycket praktiskt arbete, till exempel ansökan och att skaffa bostad.


Erasmus – det största internationella utbytesprogrammet

Det finns flera internationella utbytesprogram för studenter. Erasmus och Nordplus är exempel på program som de flesta svenska universitet och högskolor deltar i. Erasmus, som är det största programmet, erbjuder utlandsstudier i europeiska länder medan Nordplus erbjuder studier i Norden.

På sajten www.erasmusstudent.se kan du själv söka var det är möjligt att studera med Erasmus, beroende på ditt val av högskola och ämne.

Det finns också program för utbyte med andra delar av världen, exempelvis Linnaeus-Palme som ger stipendier för studier i vissa utvecklingsländer.

Allmän information om internationella studentutbytesprogram finns hos Internationella programkontoret. Information om Nordplus hittar du även hos Nordiska ministerrådet. I slutet av denna broschyr finns en kort beskrivning av olika utbytesprogram.

 *Tänk efter före.
Välj inte första bästa
ställe bara för att
få resa.*

Högskolan har egna studentutbyten

De flesta universitet och högskolor har egna avtal för studentutbyten med utländska universitet i olika delar av världen. Flera högskolor erbjuder också kurser eller delar av kurser utomlands. Du kan vända dig till institutionen eller en internationell samordnare på högskolan för att få veta vilka utbyten som finns. Den ämnesansvariga eller studie- och yrkesvägledaren vid institutionen kan ge dig information om hur studierna kan tillgodoräknas.

På högskolornas webbplatser finns ofta information om de internationella samarbetena. Webbadresser till alla universitet och högskolor hittar du på studera.nu.

Flera sätt att praktisera utomlands

Även praktik utomlands kan vara en del av din utbildning och det finns program för praktik i andra länder. IAESTE erbjuder avlönade praktikplatser för teknologer och naturvetare.

Genom utbytesprogrammet Erasmus kan du få möjlighet att praktisera hos arbetsgivare i Europa. Sidans resestipendium ger stipendium för praktik inom internationella organisationer. Det finns även möjligheter att få stipendium för att göra examensarbete i ett utvecklingsland genom MFS-programmet (Minor Field Studies).

Extra stipendium för funktionshindrade

Inom vissa utbytesprogram, exempelvis Erasmus och Linnaeus-Palme, finns det möjlighet att an-

söka om extra stipendium om du har funktionshinder och behöver extra stöd under utbytet.

Stor valfrihet att ordna utlandsstudierna själv

Att själv ordna sina utlandsstudier som så kallad freemover-student ger stor valfrihet. Du bestämmer var och vad du ska studera och om du ska läsa hela eller bara en del av utbildningen utomlands.

Men att ordna utlandsstudierna på egen hand ställer också krav. Du måste själv skaffa all information och hålla kontakten med universitet och myndigheter. Du sköter kursval, ansökan och allt annat själv, något som tar mycket tid.

Jämför utbildningarna

Börja med att skaffa så mycket information som möjligt om de universitet och utbildningar du är intresserad av. Jämför kurstid, antagningskrav och kostnader. Ta reda på om universiteten är godkända av en statlig myndighet eller någon annan organisation i det egna landet.

Vad är utbildningen värd?

Studier tillgodoräknas eller värderas inte automatiskt. Försök därför ta reda på hur du kan få utbildningen värderad i Sverige. Om du väljer att utbilda dig till något av de yrken som är reglerade i Sverige bör du ta reda på vilka regler som gäller. Information om tillgodoräknande och värdering av utländsk utbildning hittar du på Högskoleverkets webbplats www.hsv.se.

Planerar du att fortsätta studierna i Sverige är det bra att kontakta det universitet eller den högskola du vill studera vid redan innan du åker utomlands. Det är nämligen högskolan där du läser vidare som avgör hur du får tillgodoräkna dig dina utländska studier.

Du bör välja kurser som inte överlappar det du har läst eller tänker läsa i Sverige.

Väljer du kurser som ligger på svensk universitetsnivå är förutsättningarna goda att du får tillgodoräkna dig studierna. Kan du dessutom få dina utlandsstudier uttryckta i europeiska poängsystemet (ECTS), så underlättar det en bedömning av studiernas omfattning.

Godkänt språktest ett vanligt krav

För att komma in vid ett utländskt universitet krävs nästan alltid grundläggande behörighet för högre studier i Sverige. Behöver du ett intyg som visar att du har behörighet för högskolestudier kan du få det av Verket för högskoleservice, VHS. Mer information hittar du på www.vhs.se.

Oftast ska du även ha gjort ett språktest med godkänt resultat. Det finns olika språktest – de utländska universitet du söker till kan informera dig om vad som krävs för att få studera hos dem. Det är också de som sätter gränsen för godkänd på testet. Testen ges bara vid vissa tillfällen och

det kan ta lång tid att få resultaten, så var ute i god tid. På studera.nu finns mer information om vem du kan kontakta för att få göra ett språktest.

Antagningen till utländska universitet sker ibland på annat sätt än i Sverige. Förutom språktest kan olika inträdesprov förekomma. Du kan också behöva motivera varför du vill gå utbildningen med ett personligt brev. Skicka gärna med ett rekommendationsbrev från någon som känner dig väl, till exempel en lärare eller tränare.

Översätt dina betyg

Oftast behöver dina gymnasiebetyg översättas. Skolverket har en mall för att översätta betyg till engelska på sin webbplats www.skolverket.se.

Behöver du en godkänd betygsöversättning kan du kontakta Kammarkollegiet som har kontaktuppgifter till auktoriserade översättare. Tänk på att aldrig skicka iväg dina originalbetyg.

Ansökningshandlingar från universitetet

Kontakta det utländska universitet du är intresserad av att studera vid och be om ansökningshandlingar och instruktioner för hur du ansöker. En del länder har centrala antagningsenheter medan du i andra länder skickar din ansökan direkt till universitetet.

Var noga med att din ansökan blir korrekt – annars riskerar du att gallras bort direkt.

Låt planeringsarbetet ta tid


Att planera utlandsstudierna är en stor och viktig del av själva resan. Att söka information tar tid och kräver en hel del av dig. Samtidigt är det nödvändigt för att dina utlandsstudier ska bli bra.

Om du ordnar studierna själv kan det ta upp till ett år att förbereda, söka och bli antagen. Åker du som utbytesstudent behöver du oftast inte riktigt lika lång framförhållning – men var ändå ute i god tid. Kolla upp ansökningstiden vilken ibland kan var ganska långt innan själva utbytet.

Ringa in ditt val

Fundera över varför du vill studera utomlands. Är det för studiernas skull eller är det något annat som lockar? Vad vill du läsa och var finns utbildningen? På vilket språk vill du studera?

Vilka förväntningar har du på studierna och hur kan du förbereda dig? Försök ta reda på så mycket du kan om de olika möjligheterna. Jämför kursutbud, antagningskrav och kostnader.

 *Bestäm vad du vill ha ut av resan. Om målet är mer kunskap, sök sådant som passar in.*

Fundera också på tidpunkten. När vill du åka iväg och hur länge vill du vara borta?

Vad du vill göra efter dina studier är också en viktig fråga att ta ställning till.

Kontakta en studie- och yrkesvägledare

Det är bra att tala med någon om dina planer på att studera utomlands. Alla svar finns inte på en plats så sök information på flera olika ställen. Ta gärna kontakt med en studie- och yrkesvägledare, till exempel på din skola eller högskola. Berätta om vad du vill med dina studier och utlandsvistelsen.

Studerar du redan på en högskola och vill åka som utbytesstudent kan du också kontakta en studie- och yrkesvägledare vid din institution eller den person på institutionen som har hand om internationellt utbyte. Den personen kan hjälpa dig att reda ut vilka möjligheter som finns till utbytesstudier och hur utbytesstudierna kan passa in i dina studier.

Finns det ingen på din institution som har hand om utbytesstudier så kontakta det internationella kontoret eller liknande på din högskola.

Sök inspiration från andra

Utbildningsmässor och liknande evenemang kan ge mycket inspiration och kunskap. Ofta finns där studenter som läst vid utländska uni-

versitet och som gärna berättar om sina erfarenheter. I databasen Stars, www.stars.liu.se, kan du också ta del av utbytesstudenters egna rapporter från sina studieperioder utomlands. Ett tips är också att söka i olika sociala medier. Det finns många som bloggar om sitt liv som student i utlandet, liksom Facebookgrupper kring de olika utbytesprogrammen.

Du kan även läsa mer om utlandsstudier på studera.nu.

Det finns också andra organisationer och myndigheter som informerar om studier utomlands. I slutet av den här broschyren hittar du flera av dessa. De flesta universitet och organisationer har även bra webbplatser där du kan få mycket information.

För att få reda på vilka möjligheter som finns vid din högskola kan du kontakta studie- och yrkesvägledaren eller det internationella kontoret eller motsvarande på din högskola.



Var vill du studera?

Fundera noga över vilket land du vill studera i. Vad prioriterar du – språk, geografiskt läge, kultur, ett särskilt universitet eller kanske något annat?

Du kan kontakta det utländska universitetet direkt. På universitetens webbplatser får du ofta all information du behöver.

På studera.nu/studerautomlands/lander finns information om utbildning uppdelad efter land. Där hittar du bland annat länkar till ländernas egna utbildningsmyndigheter.

Via flera organisationer och nätverks webbplatser kan du få information om högre studier i utlandet, till exempel Enic-Naric, Eurydice, Hallå Norden! och Ploteus. Det finns också utländska organisationer i Sverige som informerar om studier i sina hemländer. Dessa är British Council, Franska institutet, Fulbright Commission (USA), Goethe-Institut (Tyskland), Italienska kulturinstitutet, Polska institutet och Sverige–Amerika Stiftelsen.

 Vi pratade med en tidigare student och fick bra råd.

Kontaktinformation till organisationerna finns i slutet av den här broschyren och på studera.nu. Om du inte hittar information om ett land kan du kontakta dess ambassad för att få veta mer.

Åker du som utbytesstudent kan du få mycket information genom din högskola.

Behövs visum och uppehållstillstånd?

Ska du studera i ett annat EU-land (gäller även Island, Liechtenstein, Norge och Schweiz) i mindre än tre månader behöver du varken visum eller uppehållstillstånd. Däremot måste du ha ett giltigt pass. Om studieperioden är längre än tre månader har du rätt att få uppehållstillstånd. Då måste du vara inskriven vid ett universitet som är godkänt av utbildningsmyndigheten i studielandet, ha en sjukförsäkring och tillräckligt med pengar att leva på.

Upphållstillståndet ansöker du om på det aktuella landets ambassad eller på plats i landet. Om du väljer att ansöka på plats i landet kan det utländska universitetet informera dig om vilken myndighet du ska kontakta. Riksdagens EU-upplysning svarar på frågor om dina rättigheter som EU-medborgare.

Ska du studera i ett land utanför EU måste du ha ett studentvisum. Hos Utrikesdepartementet kan du få information om visering. Kontakta det aktuella landets ambassad för att få veta vad visu-

met kostar och hur lång tid det tar att få det. Tänk på att ansöka om visum i god tid före din avresa.

Viktigt med goda språkkunskaper

Du måste ha goda språkkunskaper för att kunna följa undervisningen i ett främmande land. Studierna sker ofta på landets eget språk, men det finns undantag. Vissa utländska universitet anordnar förberedande språkkurser på olika nivåer. Ta kontakt med det universitet du är intresserad av för att få information om dessa kurser.

Åker du inom ett utbytesprogram har du i många fall möjlighet att få pengar till språkstudier inför din utbytesperiod. Detta gäller i synnerhet om du åker på utbyte inom Erasmus. För de flesta länder finns det möjlighet att få stipendium för att studera landets språk i speciellt anordnade kurser. När du åker inom ett utbytesprogram sker undervisningen i många fall på engelska.

Genom Utrikespolitiska institutet kan du mot betalning beställa allmän information om världens alla länder. Utrikesdepartementet ger både råd och rekommendationer inför utlandsresan.



Så bekostar du dina utlandsstudier

Gör en budget där du försöker uppskatta hur din ekonomi kommer att bli under utlandsstudierna. Räkna till exempel på kostnader för resor, visum, boende, eventuella terminsavgifter, inskrivningsavgift, kurslitteratur, försäkring och levnadsomkostnader. Fundera också på hur du kan förbättra dina inkomster. Ska du ta extra studielån? Finns det stipendier du kan söka?

Studiemedlen varierar

Reglerna för att få studiemedel vid utlandsstudier liknar dem för studier i Sverige. Men det finns några viktiga skillnader. Utbildningssystemen och förutsättningarna är inte likadana i alla länder.

Centrala studiestödsnämnden, CSN, är den myndighet du ska vända dig till för att få information om studiemedel. Där ansöker du även om studiemedel och där kan du få veta mer om vilka krav som ställs på dig och den utbildning du ska läsa.

Flera grundläggande krav

Det finns grundläggande krav som alla som söker studiemedel för utlandsstudier måste uppfylla. Här följer de viktigaste kraven:

- För studier utanför EU krävs att studierna bedrivs på heltid och pågår i minst 13 veckor i följd.

- För studier inom EU är kraven desamma som vid studier i Sverige, det vill säga att studierna ska ske minst på halvtid och pågå under minst tre veckor.
- Utbildningen ska hålla så kallad godtagbar standard. Det innebär att utbildningen ska vara erkänd av utbildningsmyndigheterna i studielandet.
- Du måste ha varit bosatt i Sverige under minst två år i följd under de senaste fem åren samt ha antagits till den utbildning du söker studiemedel för. För utländska medborgare finns särskilda villkor när det gäller studiemedel för studier utomlands.

Rätt till studiemedel vid utbytesstudier

Utbytesstudier som anordnas genom din svenska högskola och som kommer att tillgodoräknas som en del i din utbildning ger generellt rätt till studiemedel. Som utbytesstudent inom ett program får du ett stipendium som i stort sett täcker merkostnaderna i samband med dina utlandsstudier. Stipendier inom utbytesprogram som finansieras av EU eller den svenska staten räknas normalt inte som inkomst och ska därmed inte påverka studiemedlets storlek.

Särskilda regler för språkstudier

Du kan även få studiemedel för språkkurser utomlands, men då gäller vissa regler. Vill du till exempel studera ett europeiskt språk måste du läsa det i Europa. Du måste även ha motsvarande grundläggande behörighet, vilket innebär att du har godkänt i minst 90 procent av ämnena i ditt slutbetyg från gymnasiet. Språkkursen ska avslutas med ett kunskapsprov som visar om du är godkänd eller inte.

Större lån vid utlandsstudier

Bidragdelen för studier utomlands är samma som för studier i Sverige. Däremot varierar lånedelen beroende på vilket land du ska studera i. Du kan också få låna extra pengar till resa, försäkring och terminsavgift.

Ibland vill det utländska universitetet eller landets visummyndighet veta om du kan finansiera dina studier innan du har fått ett beslut om studiemedel. CSN kan utfärda ett intyg som visar att utbildningen ger generell rätt till studiemedel.

Dryga ut med stipendier

Det kan vara dyrare att studera utomlands än i Sverige så det är värt att lägga ned lite arbete på att hitta stipendier. Vissa stipendier delas bara ut en gång per år så var ute i god tid.

En del stipendier kan alla söka, men de flesta har speciella villkor och krav. Ta reda på vad sti-

pendiet vill främja och om du stämmer in på villkoren som ställs.

De svenska universiteten och högskolorna har information om de stipendier som studenter hos dem kan söka. Även Svenska institutet har information om vissa stipendier. Du kan också fråga det universitet du söker till om de har stipendier för utländska studenter.

Inom utbytesprogrammen är det i regel ett stipendium kopplat till utbytesplatsen. Det innebär att du får stipendiet automatiskt.

Det finns många olika typer av stipendieförvaltare, till exempel föreningar, stiftelser, banker, advokatkontor och privatpersoner. Information om stipendier finns hos till exempel församlingar, skolor, kommuner och länsstyrelser. På biblioteken kan du låna stipendiehandböcker.

Internet är också en bra kanal för att söka stipendier. På studera.nu finns länkar och kortfattad information om stipendier.

Vanligt med terminsavgifter

Utländska universitet tar ofta ut terminsavgifter. Hur stora terminsavgifterna är varierar. Om du utbildar dig utomlands på egen hand kan du söka extra studiemedel för terminsavgiften.

Får du en plats som utbytesstudent genom ett svenskt universitet eller en högskola betalar du ingen terminsavgift.

Se över dina försäkringar

Det är viktigt att ha ett heltäckande försäkringskydd under utlandsvistelsen. Se till att du har en bra olycksfalls- och livförsäkring samt en ansvarsförsäkring.

När du studerar utomlands har du rätt till sjukvård och andra förmåner inom EU och i andra länder som Sverige har avtal med. Men du måste kunna visa upp ett intyg på att du har rätt till svensk sjukförsäkring. Från försäkringskassan kan du få ett sjukförsäkringskort som gäller inom EU/EES och Schweiz. Försäkringskassan ger även information om vilka andra länder Sverige har avtal med. I vissa EU-länder kan du få förmånliga studentförsäkringar.

I en del länder är det nödvändigt att ha en privat sjukvårdsförsäkring. Teckna en försäkring som gör det möjligt att till exempel få läkarvård

eller hemtransport vid olycksfall, utan att du själv behöver stå för kostnaderna. Hos Försäkringskassan får du veta mer om vad som gäller för sjukvård och sjukpenning i utlandet. Du kan också kontakta ditt försäkringsbolag. Det universitet du ska studera vid kan också ge information om försäkringar.

Kontrollera om din hemförsäkring gäller för de tillhörigheter du tar med dig utomlands. Undersök också om reseförsäkring ingår i hemförsäkringen och för hur lång utlandsvistelse den i så fall gäller.

När du åker som utbytesstudent genom en svensk högskola så täcks du som regel av en försäkring som högskolan tecknar. Kolla med din högskola innan du åker för att få reda på vad som gäller.



Jag har fått nyttiga erfarenheter och vänner för livet.

Sök bostad i tid

De flesta utländska universitet hjälper internationella studenter att hitta bostad. Kontakta det universitet du vill studera vid och fråga om vilken bostadsservice de har. En del universitet förmedlar till exempel boende hos värdfamiljer.

Om du måste ordna bostad själv kan du kontakta lokala bostadsförmedlingar eller annonsera i dagspressen. Det finns också flera annonsplatser för studentbostäder på internet.

Du kan också söka bostad i utbildningsdatabasen Ploteus, där du kan hitta länkar till studentboende i olika länder.

Tänk på att söka bostad i god tid. I många städer är det bostadsbrist. Ofta kan du söka bostad samtidigt som du ansöker till universitetet.

Åker du som utbytesstudent kan det utländska universitetet ibland hjälpa till med att förmedla bostad.

Det bästa är att bo någonstans tillfälligt och leta bostad på plats.



Efter utlandsstudierna

Alla utbildningar vid utländska universitet kan inte jämföras med svenska högskolestudier. Skillnaderna mellan utbildningssystemen gör att dina studier kanske inte kan tillgodoräknas fullt ut, även om du läst vid ett godkänt universitet och fått studiemedel. För att underlätta bedömningen av dina utländska betyg är det bra att ha så mycket dokumentation som möjligt. Det kan till exempel vara dokumentation över det utländska universitetets betygsskalor och terminstider samt en definition av vad heltidsstudier på universitetet innebär. Betygsbedömningen går också lättare om du har papper på utbildningens innehåll.

Fortsatta studier – kontakta högskolan

Vill du fortsätta studera i Sverige ska du kontakta den högskola du vill studera vid. Där får du mer information om hur du kan tillgodoräkna dig din utländska utbildning och hur du kan kombinera den med deras utbildningar. Alla dina kurser kanske inte räknas som akademiska poäng.

Studerar du inom ett utbytesprogram räknas dina utländska högskolepoäng in i din svenska examen. Dina studier tillgodoräknas enligt en studieplan du gör upp med din högskola innan du åker i väg. Det är viktigt att du har kommit överens med högskolan om vilka kurser du ska läsa under utbytesperioden för att vara säker på att du kan tillgodoräkna dig kurserna när du kommer hem.

Vänd dig till studievägledningen på din högskola för mer information.

Värderad examen förenklar jobsök

Har du en avslutad utländsk högskoleutbildning kan du få den bedömd av Högskoleverket, som talar om vilken svensk examen din utländska examen motsvarar. Detta underlättar för både dig och arbetsgivaren när du söker jobb.

Högskoleverket kan inte i förväg säga hur – bara om – en utbildning kan värderas. Språkutbildningar av olika slag som inte är akademiska värderas inte av Högskoleverket. Högskoleverket värderar inte heller delar av en utbildning utan bara en hel examen. Det finns en databas där du kan söka bland tidigare bedömningar av utländska utbildningar på www.hsv.se/databas-bedomning.

Speciella krav för vissa yrken

En del yrken, till exempel advokat, sjukgymnast och läkare, kräver att du har auktorisation, legitimation eller motsvarande för att få arbeta i Sverige. Dessa yrken kallas reglerade yrken. För att kunna arbeta inom ett reglerat yrke måste du få din utländska utbildning bedömd.

Hos Högskoleverket finns mer information om vilka yrken som är reglerade och vem som bedömer de olika utbildningarna.

Större utbytesprogram

För att kunna ta del av utbytesprogrammen måste du studera vid ett svenskt universitet eller en svensk högskola. Tillgången på stipendier och platser varierar beroende på högskola. Många universitet och högskolor har också andra stipendier och utbyten för studier utomlands. Kontakta alltid högskolan för att få veta vad som finns att söka för dig.

Här är en lista över de största programmen.

Studier

ERASMUS är ett EU-finansierat utbytesprogram för studier och praktik inom Europa. Du kan studera mellan 3 och 12 månader utan att betala terminsavgift och samtidigt få ett stipendium. Dina studier tillgodoräknas när du kommer hem. Du vänder dig till studievägledaren eller den internationella koordinatören vid din institution eller högskola för mer information och för att ansöka. En första sökning av möjliga utbytesplatser kan du göra på www.erasmusstudent.se.

LINNAEUS-PALME är ett Sidafinansierat utbytesprogram för studier i utvecklingsländer. Du kan studera mellan 3 och 12 månader utan att betala terminsavgift och samtidigt få ett stipendium. Dina studier tillgodoräknas när du kommer hem. Du vänder dig till studievägledaren eller den internationella koordinatören vid din institu-

tion eller högskola för mer information och för att ansöka.

MINOR FIELD STUDIES (MFS) är ett Sidafinansierat stipendieprogram för fältstudier i utvecklingsländer. Under fältstudierna samlar du material till en uppsats eller examensarbete som en del av studierna. Du vänder dig till studievägledaren eller den internationella koordinatören vid din institution eller högskola för mer information och för att ansöka.

NORDPLUS är Nordiska ministerrådets utbytesprogram för studier i Norden och Baltikum. Du kan studera mellan 1 och 12 månader utan att betala terminsavgift och samtidigt få ett stipendium. Dina studier tillgodoräknas när du kommer hem. Du vänder dig till studievägledaren eller den internationella koordinatören vid din institution eller högskola för mer information och för att ansöka.

SVENSKA INSTITUTET (SI) erbjuder både individuella stipendier och möjligheter att söka stöd för institutionellt samarbete. Från SI kan man ansöka om stipendier för studier i flera länder, bland andra Ryssland och Japan. Gå in på institutets webbplats för att ta reda på vilka stipendiemöjligheter som erbjuds.



FOTO: Johan Lindvall

Arkitektstudenten **fick idé** till examensarbete i Italien

NAMN: Carl-Henrik Barnekow

ÅLDER: 29 år

UTBILDNING: planeringsarkitekt
vid Blekinge tekniska högskola, BTH

VAD: Utbytesstudier, Erasmusstipendium

VAR: Politecnico di Milano, Italien

Bättre än så här kan det knappast bli, säger Carl-Henrik Barnekow om halvåret som utbytesstudent på universitetet Politecnico di Milano. Studierna, det italienska språket, den sociala samvaron – allt utföll till största belåtenhet. Trots att han inte alls hade planerat att åka.

Det var en slump att Carl-Henrik kom iväg till Italien. En vän upplyste honom att tiden att söka stipendier gick ut dagen efter. Så han sökte. Det blev Italien och ett av de universitet som Blekinge tekniska högskola har utbytte med.

– Jag är kvartsitalienare och ville lära mig italienska, säger han.

Han blev smått förskräckt när tidigare studenter sa att alla kurser var på italienska. Så han åkte till Perugia och läste en EILC-intensivkurs (Erasmus Intensive Language Course) i italienska. Sedan uppdagades det att Politecnico faktiskt hade kurser på engelska.

– Jag valde några av de engelska kurserna. Annars hade jag varit tvungen att koncentrera mig för mycket på språket.

Carl-Henrik hade ett absolut mål med resan. Han skulle resa för att lära sig något, inte för att bara ha kul och festa. Kurserna på Politecnicos arkitekturfakultet i Milano hade andra inriktningar än de han läste i Sverige och det ville han tillgodogöra sig.

Han pluggar till arkitekt på BTH och valde att läsa kurser inriktade mot konflikthantering, urban etnografi och en projektkurs kring social planering.

Kurserna har bland annat gett honom underlag till det examensarbete han nu planerar – en studie i Neapel kring infrastrukturfrågor.

– Dessutom har jag lärt känna Italien och fått mer förståelse för hur olika våra kulturer är. Där är det mera lät gå-mentalitet. När CSN krävde att jag skulle ordna fram dokument sa de på Politecnico att det inte behövdes. Det blir en del intressanta kulturella krocksar.

– Jag fick också stor förståelse för hur det känns att komma utifrån, att vara utlänning, säger Carl-Henrik och berättar att sedan han kom tillbaka har han börjat umgås mer med utbytesstudenterna på BTH.





FOTO: Jeff Gowlett

Först fil. kand. i Australien – nu master i Kanada

NAMN: Cecilia Sjöström

ÅLDER: 24 år

UTBILDNING: Masterstudier i
experimentell medicin

VAD: Freemoverstudent

VAR: University of British Columbia,
Vancouver, Kanada

Nästa steg i karriären är taget. Cecilia Sjöström har flyttat till Kanada för en masterutbildning i experimentell medicin vid University of British Columbia (UBC) i Vancouver. Grundutbildningen skaffade hon sig i Australien – en fil. kand. i biomedicin från University of Sunshine Coast. Hon hoppas bli klar med sin master på två år.

– Min forskning rör hudcancer och arbetet på labbet är ett heltidsjobb, men jag kan lägga en hel del tid på studier även när jag jobbar på labbet. Det är viktigt att få bra betyg på kurserna så att man har större chans att få stipendier.

Den stora skillnaden mellan de två universiteten är storleken. UBC är mycket större och ett av de bättre universiteten i Kanada, ja, rentav i världen.

– Men det känns som om jag aldrig är på campus. Mina lektioner är förlagda till Vancouver General Hospital nära mitt laboratorium.

Den stora skillnaden mellan Kanada och Australien är vädret.

– I Vancouver är det bara på sommaren som man har bara linne och kort kjol på sig.

Hur kom det sig att det blev utlandsstudier?

– Jag har alltid gillat Australien och det engelska språket. Jag ville resa och så gillade jag biologi och medicin. När jag hittade the University of Sunshine Coast i Sippy Downs så kändes det helt rätt.

Cecilia hade fyra underbara år i Australien med hårda studier men också med många upplevelser i det stora landet. Först bodde hon på campus för att sedan flytta till en lägenhet precis vid havet. Det enda negativa med utlandsstudier är kostnaden. Förutom att hon hade det vanliga studielånet lånade hon också pengar till terminsavgifterna.

Stanna minst ett år är rådet hon ger till alla som funderar på utlandsstudier. En termin är för kort för att hinna känna in ett land och dess folk och kultur.

– **Börja i tid med förberedelserna! Det är bra att ha minst tio månader på sig och slippa att hamna i tidspress kring boende och annat viktigt, säger Cecilia.**





Skrämmande men givande erfarenheter i Sydafrika

NAMN: Linda Hallberg

ÅLDER: 23 år

UTBILDNING: Sjuksköterskeprogrammet
på Hälsohögskolan i Jönköping

VAD: Utbytesstudier, Linnaeus-Palme-
stipendium

VAR: University of Limpopo, Sydafrika

FOTO: Cici Jonson

Mötet med akutvården i Sydafrika blev chockartat men mycket lärorikt för Linda Hallberg. Hon beskriver hur mottagningsrummen fylldes av människor i koma – och hur blod rann på golven.

– Det låter kanske hemskt, men sådana erfarenheter gav mig mest, säger Linda som har som mål att arbeta med akutvård här hemma.

Linda är en av flera studenter från Hälsohögskolan i Jönköping som varit utbytesstudent i Limpopo i Sydafrika. När Linda åkte iväg hade hon en termin kvar på sjuksköterskeutbildningen.

Linda hade aldrig suttit i en ambulans eller varit på en olycksplats tidigare. I Sydafrika kastades hon rakt in i den brutala verkligheten. Hon fick ge hjärt-lungräddning till en mycket svårt skadad yngling och direkt därefter blev teamet kallat till ett hem för att ta hand om en skottskadad man.

– Det var rent surrealistiskt, erfarenheter jag aldrig skulle ha fått här. Vår och deras verklighet ser oerhört olika ut, säger Linda.

– Den sydafrikanska sjukvården imponerade mycket. Landet är bland de ledande i världen inom trauma-

sjukvård. Det är därför så många studenter vill åka dit och lära sig.

– Jag vill jobba inom ambulans- och intensivvård. Att få uppleva och lära mig det jag gjorde i Sydafrika gör det lättare för mig att hantera sådana situationer i framtiden.

Linda fick hjälp av studievägledaren att ansöka om utbytesstudierna och fick ett stipendium genom utbytesprogrammet Linnaeus-Palme. Hon reste tillsammans med en kurskamrat – Tina. Eftersom de redan kommit så långt i sin utbildning skräddarsyddes utbildningen i Limpopo.

– Årligt talat blev lektionerna lite tråkiga. Det hade varit roligare att vara på universitetet med alla studenter. Men det uppvägdes mer än väl av all den praktik som ingick, säger Linda.

Innan Linda och Sara reste träffade de en tidigare utbytesstudent som de fick goda råd av. Tjejerna bodde på ett vandrarhem de blivit rekommenderade och mötte där studenter från hela världen.

– Vi har fått vänner för livet, det var det som gav mest förutom praktiken. Och så den storslagna naturen, naturligtvis. Halvåret i Sydafrika bär jag med mig livet ut.





FOTO: Patrik Svedberg

Fältstudie gav inblick i kubansk special- undervisning

NAMN: Sara Andersson och Adam Götesson

ÅLDER: 27 och 28 år

UTBILDNING: Lärarprogrammet,
Högskolan i Jönköping

VAD: Utbytesstudier, MFS-programmet

VAR: University of Cienfuegos, Cienfuegos,
Kuba

När lärarstudenterna Adam Götesson och Sara Andersson skulle skriva sitt examensarbete på lärarutbildningen vid Högskolan i Jönköping stannade de inte kvar i Sverige. I stället åkte de iväg för att göra en fältstudie på Kuba.

– Jag hade riktigt bra betyg i de naturvetenskapliga ämnena, men lite sämre i andra. Då tyckte en vän till mig att jag skulle kolla om jag kunde komma in på någon läkarutbildning i Polen.

Deras uppsats belönades med det regionala priset Skolchefernas stipendier. Sara menar att många av de andra studenterna som examinerades samtidigt inte var lika entusiastiska i sitt skrivande – utlandserfarenheten bidrog till ett engagemang.

– Vi valde att göra studien på Kuba eftersom vi gärna ville åka till ett spansktalande land, berättar Sara som studerat i Spanien och därför kunde språket.

Dessutom hade de redan kontakter i Cienfuegos, Kuba, genom en kubansk utbytesstudent som bodde i Jönköping. Han hjälpte dem att ordna boende i en värdfamilj. Under två månader undersökte Sara och Adam hur man arbe-

tade med specialpedagogik på en grundskola i Cienfuegos. I skolan gick barn med rörelsehinder eller utvecklingsstörning.

På Kuba diagnostiserar man i hög utsträckning de barn som inte är som andra, och de går i särskilda specialskolor.

– Men det finns en tydlig målsättning att barnen ska anpassas till samhället och skolan förberedde eleverna på olika situationer. Till exempel fick barnen öva på att handla i en affär som de byggt upp på skolan, berättar Adam.

Även om varken Adam eller Sara skulle använda pedagogiken de fick inblick i på Kuba i sitt nuvarande arbete, tycker de att erfarenheten ändå gett dem en del bra saker.

– Det öppna förhållnings sättet som vi fick med oss kanske i viss mån förs över på eleverna, menar Sara.

Enligt en rapport från Internationella programkontoret anser 80 pro-

cent av MFS-studenterna att det är troligt att utlandserfarenheten bidragit till att de fått jobb. I samma undersökning uppger arbetsgivarna att utlandserfarenhet som är direkt kopplad till examen är värd mer än endast en inhemsk examen.





Många fördelar med läkarstudier i Polen

NAMN: Hanna Näsman

ÅLDER: 22 år

UTBILDNING: Läkarutbildning i 6 år

VAD: Freemoverstudent

VAR: Medical University of Gdansk, Gdansk,
Polen

FOTO: Carola Harrison Holmberg

Det är en barndomsdröm som har gått i uppfyllelse för Hanna. Efter gymnasiet jobbade hon i två år och trodde aldrig att hon skulle studera till läkare.

– Jag hade riktigt bra betyg i de naturvetenskapliga ämnena, men lite sämre i andra. Då tyckte en vän till mig att jag skulle kolla om jag kunde komma in på någon läkarutbildning i Polen.

Valet föll på Medical University of Gdansk, eftersom det var bra information om universitetet på nätet och det ligger vid havet. Området Gdansk, Gdynia och Sopot kändes inte heller så jättestort. Här bor 1,2 miljoner människor. Hanna fick göra ett intagningsprov i kemi och biologi. Hon tycker det är bra att kunskaperna i naturvetenskap väger så tungt.

Studierna är upplagda på ett annat sätt i Polen än i Sverige. Studenterna läser flera ämnen parallellt. Att gå på föreläsningar är frivilligt men det är en stor fördel att vara med på dem. Seminarier och praktiska lektioner är däremot obligatoriska. Undervisningen sker under alla sex åren på engelska men två gånger i veckan läser Hanna medicinsk polska. Från det tredje året får studenterna möta patienter. Varje år måste hon själv

ordna praktik med patientkontakt inom vården.

– Den första sommaren jobbade jag på ett äldreboende hemma i Sverige och jag ser bara en fördel i att få börja från grunden och ta hand om allt från att ge mediciner, ta hand om boende som till exempel har stomi eller kort sagt allmän omvårdnad.

Antalet studenter har nästan halverats från det att Hanna började. Anledningarna är flera. Det är tufft att flytta till ett annat land långt från nära och kära, tufft med terminsavgifter och hårda studier.

– Vissa kurser är årslånga och visserligen tentas delar av under året, men det är stora sluttentor i juni och missar man någon av dem så måste man gå om hela den kursen under följande år. Då är det är svårt att komma ikapp.

Hannas studiekamrater kommer från hela världen; Norge, Tyskland, Saudiarabien, USA och Kanada för att nämna några länder och så är det väldigt många svenskar. Men det blir inte mycket tid över till att träffa de andra och leva studentliv.

– Nej, jag hinner inte mycket mer än att plugga. Och träffar jag andra studenter så pratar vi nästan bara studier. Jag vill trycka på att det är viktigt att ha stöd från sin familj.

Det är billigt att bo, äta och leva här i Polen, men utan mina föräldrars stöd skulle jag ha mycket svårare att fixa detta.

Polen ligger lagom långt bort. För trots Skype, MSN och Facebook, så slår hemlängtan till ibland och då tar det inte så lång tid att ta sig hem eller för familj och vänner att komma till Gdansk.



Kontaktinformation

Svenska myndigheter och organisationer

CENTRALA STUDIESTÖDSNÄMNDEN (CSN), www.csn.se
Tfn: 0771-276 000 och 0771-276 800 (talsvar)

EU-UPPLYSNINGEN, www.eu-upplysningen.se
Tfn: 020-250 000

FÖRSÄKRINGSKASSAN, www.forsakringskassan.se
Tfn: 020-524 524 (servicetelefon)

HÖGSKOLEVERKET, www.hsv.se
Tfn: 08-563 085 00

IAESTE, www.iaeste.se
Tfn: 08-453 72 68

**INTERNATIONELLA PROGRAMKONTORET FÖR
UTBILDNINGSMRÅDET**, www.programkontoret.se
Tfn: 08-453 72 00

KAMMARKOLLEGIET, www.kammarkollegiet.se
Tfn: 08-700 08 00

FÖRENINGEN AUKTORISERADE TRANSLATORER,
www.eurofat.se

SKOLVERKET, www.skolverket.se
Tfn: 08-527 332 00

SVENSKA INSTITUTET, www.si.se
Tfn: 08-453 78 00

UTRIKESDEPARTEMENTET, www.ud.se
Tfn: 08-405 10 00

UTRIKESPOLITISKA INSTITUTET, www.ui.se
Tfn: 08-511 768 00

VERKET FÖR HÖGSKOLESERVICE (VHS), www.vhs.se
Tfn: 08-725 96 00

Studieinformation från utländska organisationer i Sverige

BRITISH COUNCIL, www.britishcouncil.se
Information om studier i Storbritannien.
Tfn: 0044-(0)161 957 77 55

FRANSKA INSTITUTET, www.franskainstitutet.se
Information om studier i Frankrike.
Tfn: 08-440 54 90

FULBRIGHT COMMISSION, www.fulbright.se
Information om studier i USA.
Tfn: 08-459 53 10

GOETHE-INSTITUT, www.goethe.de/ins/se/sto
Information om studier i Tyskland.
Tfn: 08-459 12 00 och 031-13 36 84.

ITALIENSKA KULTURINSTITUTET,
www.iicstockholm.esteri.it
Information om studier i Italien.
Tfn: 08-545 857 60

POLSKA INSTITUTET, www.polskainstitutet.se
Information om studier i Polen.
Tfn: 08-505 750 50

SVERIGE-AMERIKA STIFTELSEN, www.sweamfo.se
Information om studier i USA och Kanada.
Tfn: 08-611 46 11 och 08-611 46 44

Övriga webbadresser

AIESEC, www.aiesec.org

Studentdriven organisation som förmedlar praktikplatser.

ENIC-NARIC, www.enic-naric.net

Myndighetsnätverk för högre utbildning i Europa och världen.

ERASMUS, www.erasmusstudent.se

Europeiskt utbytesprogram för studier och praktik inom Europa

EUROPA, <http://europa.eu>

Europeiska unionens webbplats med information för EU-medborgare.

EURYDICE, www.eurydice.org

Europeiska kommissionens nätverk för högre utbildning i Europa.

HALLÅ NORDEN, www.hallonorden.org

Nordiska ministerrådets information om att studera i ett annat nordiskt land.

NORDISKA RÅDET OCH NORDISKA

MINISTERRÅDET, www.norden.org

De nordiska ländernas officiella samarbete.

PLOTEUS, <http://ec.europa.eu/ploteus>

Europeiska kommissionens webbplats om utbildningar och studentboende i Europa.

STUDERA.NU, www.studera.nu

Högskoleverkets webbplats för information om högskolestudier.

STUDY ABROAD WITHOUT LIMITS,

www.thelinknetwork.eu

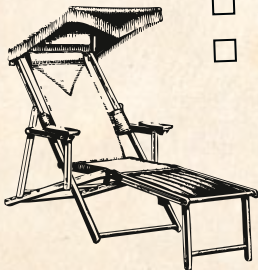
Webbplats med information och tips om att studera utomlands med funktionshinder.

STARS, www.stars.liu.se

Webbplats där man kan läsa om utbytesstudenters erfarenheter.

CHECKLISTA

- Läs broschyren **STUDERA UTOMLANDS**.
- Skaffa information om utländska universitet och utbildningar som intresserar dig.
- Bestäm om du ska åka på egen hand eller genom utbytesprogram.
- Om du ska läsa hela utbildningen utomlands, kontrollera hur den värderas i Sverige.
- Om du ska läsa delar av utbildningen utomlands, kontrollera att du kan tillgodoräkna dig kurserna i din svenska examen.
- Gör eventuella språktest.
- Skicka in din ansökan (kolla att den är komplett).
- Sök bostad.
- Ansök om studiemedel och eventuella stipendier.
- Ansök om visum (behövs inte inom EU/EES).
- Kontrollera ditt försäkringsskydd ...



studera.nu



Högskoleverket informerar om högskolestudier på studera.nu. Här kan du söka och jämföra utbildningar och få information om högskoleprovet, utlandsstudier, ekonomi och mycket mer.

Internationella programkontoret hjälper skolor, universitet, företag, organisationer och individer att delta i internationellt samarbete och utbyte.