

UTBYTEN I NORDEN VIA NORDPLUS/ERASMUS+

Katie Fagerström
Studievägledare, Internationalisering

VARFÖR ÅKA PÅ UTBYTE INOM NORDEN?

- **Lätt att resa** i Norden
- Kulturen och språket känns nära men ändå annorlunda
 - **Kan studera på norska/danska**
- Känslan av **samhörighet** inom Norden
- Mindre risk för hemlängtan och kulturchock
- Lätt för vänner och familj att komma på **besök** eller själv besöka hemlandet
- Vardagsliv underlättas av att man kan **kommunicera på sitt språk**



Illustration by Sweden.se

VARFÖR ÅKA PÅ UTBYTE INOM NORDEN?



Image from <https://www.dreamstime.com/photos-images/scandinavia-map.html>

- **Liknande kurser** och undervisningsmetoder underlättar studier utomlands
- **Brett urval** av kurser på ett nordiskt språk och på engelska
- **Mindre extra kostnader** för utbyte (visum, flygbiljetter osv)
- Nya **karriärvägar** öppnar sig i grannländerna
- **Miljövänlig väl** – kan åka på utbyte via tåg/båt/bus

ÅA-STUDERANDE I NORDISKA LÄNDER 2025-2026



SVERIGE

Stockholms universitet
Lunds universitet
Mälardalens universitet

DANMARK

Aarhus Universitet
Syddansk Universitet
Københavns Universitet

NORGE

Universitetet i Bergen
Handelshøyskolen BI
Høgskulen i Volda
Ntnu – Norges Teknisk-Naturvitenskapelige
Universitet

ISLAND

Reykjavik University
Háskóli Íslands
Háskólinn Á Akureyri

UTBYTE VIA NORDPLUS

- Nordplus-programmet är ett **utbytesprogram** för studerande och lärare vid nordiska universitet och högskolor.
- Nordplus-programmet har **ämnesvisa undernätverk**.
- Dessa **undernätverk** är gjort upp av universitet som har **liknande undervisning/forskning** i ett ämne.
- ÅA är medlem i **20 olika Nordplus** nätverk totalt.



Nordplus



ÄMNESVISA NORDPLUS NÄTVERK

× Historia

Historia – Ann-Catrin Östman

Nätverket koordineras av ämnet historia vid ÅA.

Medlemsuniversitet:

- **UiT- The Arctic University of Norway**
- **Norges Teknisk-Naturvitenskapelige universitet (NTNU)**
- **Aarhus Universitet**
- **Háskóli Íslands**
- **Uppsala universitet**

× Juridik

Juridik – Tuija-Liisa Pohja

Koordineras av **Riga Graduate School of Law**

Danmark:

- **Aarhus universitet**
- **Köpenhamns universitet**
- **Syddansk universitet**
- **Aarhus University**
- **Aalborg University**

Island:

- **Reykjavík university**
- **University of Iceland**

Norge:

- **Universitetet i Bergen**
- **Universitetet i Oslo**
- **Universitetet i Tromsø**
- **UiT The Arctic University of Norway**

Sverige:

- **Karlstad University**
- **Uppsala University**
- **Umeå University**
- **Örebro University**
- **Lund University**
- **University of Gothenburg**

Estland:

VAR ÄR MITT ÄMNES-NÄTVERK?



ÖPPET NÄTVERK NORDLYS

- **Aktivt** nätverk med **27 medlemsuniversitet**
- För studerande **vars ämnen inte har ett eget nätverk**
- För studerande som **ska läsa annat än sitt huvudämne** under utbytet



Image from <https://www.nordlys.info/english/>

VISSA NORDPLUS NÄTVERK ÄR FINANSIERAD VIA ERASMUS

Vissa Nordplus nätverk är finansierad via Erasmus+ som betyder att utbytesstuderande kommer att få Erasmusstipendier (**540€ per månad**) och även Erasmus utbytesstuderandestatus.



Nordplus



Erasmus+

VILKA NÄTVERK ÄR FINANSIERAD VIA ERASMUS+?

- Biologi
- Folkloristik
- Företagsekonomi (NOREK)
- Historia
- Juridik
- NORDLIKS
- NORDLYS (Exklusive Färöarnas universitet)
- NORDTEK
- Statskunskap



NORDPLUS FINANSIERAD NÄTVERK

- Bildkonst
- Filosofi
- Finska
- Informationsvetenskap
- Lärarutbildning
- Lärarutbildning i Norden
- Nordic Early Literacy
- Psykologi
- Slöjdpedagogik
- Teologi



Stipendiet är 250 €/månad, för maximalt nio månader per läsår. Härutöver ges ett resebidrag, på 330€ till Danmark, Estland, Lettland, Litauen, Norge och Sverige, 660 € till Island och 1,300€ till Grönland.

Ansökan i SoleMove

1. Fyll i ÅA:s ansökningsblankett - **SoleMove**

- Bilagor enligt anvisningar på webben:
 - **Foto** på dig själv
 - **Studieprestationsutdrag** på engelska från peppi
 - Godkända **studieplaner** – till alla universitet man ansöka till
 - **Språkintyg** från språkcentret (B2 nivå på i engelska)
- Skicka in ansökan elektroniskt och med alla bilagor till Internationella enheten **innan deadlinen – 30.01.26 kl. 15.**

VAD SÄGER ÅA STUDERANDE OM UTBYTE INOM NORDEN?

Citat från studerande

” Det är 100% värt att åka på utbyte även om det inte blir den perfekta upplevelsen som man har föreställt sig. Man får så många bra erfarenheter, nya vänner och lär sig så mycket om sig själv och om sina förmågor. Särskilt för såna som funderar på om de alls skulle klara av att studera på engelska eller inte vet om de klarar av att bo utomlands tror jag att det är extra bra för det finns ett så stort stöd nätverk av andra utbytesstuderanden.

ÅA-student vid Syddansk Universitetet, Danmark

Citat från studerande

"Ta vara på Norges otroliga natur och gå på "tur", lär känna nya människor, var aktiv på föreläsningarna och våga ställ frågor, var spontan och sist men inte minst: skriv en "bucketlist" på allt du vill hinna se och göra!"

ÅA-student vid Universitet i Bergen, Norge

TA KONTAKT

Om du vill vet mera om utbyte med Nordplus:

- **Ta kontakt med mig för att boka en tid!**
- **Katie.Fagerstrom@abo.fi**

**For mer information och en fullständig lista på partneruniversitet på Åk på utbyte-
webben:**

<https://www.abo.fi/studera-hos-oss/ak-utomlands/aka-pa-utbyte/>



ATT RESA ÄR ATT LEVA
- H.C ANDERSON

Any
Questions

