

NORDEN VIA NORDPLUS/ ERASMUS+

Katie Fagerström
Studievägledare, Internationalisering

7 oktober 2026



Varför Norden?

- **Högkvalitativ utbildning** – starka universitet och högskolor med ett brett utbud av utbildning och kurser
- **Språket** - Möjligheten att studera på svenska/norska/danska och engelska
- **Internationell studiemiljö** – campusen har studerande från hela världen
- **Liknande utbildningssystem** – lättare att hitta kurser som anpassa dina studier
- **Nära med ändå nytt** – kortare avstånd, smidigt att resa, mindre risk för hemlängtan och kulturchock, lätt för folk att komma på besök eller själv komma hem.
- **Miljövänligt val** – möjligt att åka med tåg/båt/bus
- **Mindre extra kostnader** – inget visum, billigare resor.
- **Lättare** - vardagsliv underlättas av att man kan kommunicera på sitt språk



ÅA-studerande i Nordiska länder 25-27



SVERIGE

Stockholms universitet
Lunds universitet
Uppsala Universitet

DANMARK

Aarhus Universitet
Syddansk Universitet
Københavns Universitet

NORGE

Universitetet i Bergen
Universitetet i Oslo
Universitetet i Stavanger
NTNU – Norges Teknisk-Naturvitenskapelige
Universitet

ISLAND

Reykjavik University
Háskóli Íslands
Háskólinn Á Akureyri

Studerande berättar:

Försök att inte planera för mycket utan ta det som det kommer. Vädret styr allt liv på Island, vilket betyder att man ibland helt enkelt inte kan ta sig iväg från en ort till en annan, eftersom vägarna kan vara stängda på grund av snöstormar (detta hände till och med ännu i april).

Islänningar är superhärliga och hjälpsamma, men man måste själv ta kontakt med dem eller påbörja en konversation, eftersom de på samma sätt som finnar kan verka lite introverta och privata. Men bara man börjar tala med dem hjälper de och tipsar de dig om vad som helst. Det finns många facebookgrupper och nätsidor för samkörning på Island, eftersom alla islänningar har en bil och det är ett väldigt billigt och smidigt sätt att resa mellan till exempel norra Island och Reykjavik.

Studerande i Háskólinn Á Akureyri, våren 26



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 – Tullja-Liisa Pohja

Koordineras av **Rīga 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?



Nordlys – Öppet nätverk

- **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
- Många studerande åka via Nordlys nätverk inom Norden.

Vissa 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?

Följande Nordplus nätverk är finansierad via Erasmus+, betyder att studerande får Erasmus+ stipendier via dessa nätverk:

- 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.

Kontakta Katie i god tid om intresserad av att åka på utbyte inom ett Nordplus finansierad nätverk – måste kolla med nätverkskoordinatorn om det finns finansiering för utbytesstudier.

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)
2. Skicka in ansökan elektroniskt och med alla bilagor till Internationella enheten **innan deadline – 29.01.27 kl. 15.**



Studerande berättar:

Jag rekommenderar Norge väldigt starkt för personer som gillar att vara i naturen, speciellt i fjällen. Norge har oändligt med vandringsmöjligheter och det blir aldrig tråkigt om man gillar sådant! Däremot rekommenderar jag inte att åka till Norge (speciellt Bergen) om man inte är väderfålig, då det regnar väldigt på den norska västkusten.

Mitt största tips för ett halvår i Norge är att njuta fullt ut av den unika naturen som finns där eftersom den skiljer sig rejält från den vi har i Finland!

Studerande i Bergen, våren 26



Ta kontakt!

Om du vill vet mera om utbyte med Nordplus, stipendier, nätverk, vart man ska åka, ta kontakt med Katie!

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/>

