

UTBYTE TILL NORDAMERIKA & SYDAFRIKA

Katie Fagerström
Studievägledare, Internationalisering

7 oktober 2026



Hur?

Bilaterala avtal och ISEP nätverk:

- Åbo Akademi har bilaterala avtal med universitet i USA, Kanada och Sydafrika
- Man kan också åka till USA, Kanada och Sydafrika via utbytesnätverk ISEP (sista presentation)

Ansökan:

- Man ansöker via ÅAs gemensamma ansökningsblankett i SOLEMOVE (deadline **29.01.2027, kl. 15:00**)
- Ansökan till ISEP görs efter man har fått en plats från ÅA (deadline 01.03.2027 (hösten 27) och 15.09.2027 (våren 28))

Stipendium:

- ÅA stipendium är **1800€/ termin**

Ansökan

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/franska) eller TOEFL språktest
 - Ett **motiveringsbrev** på engelska/mottagaruniversitetets språk (Kanada = franska) till första valet
 - 2 **rekommendationsbrev**
 - Skicka in ansökan elektroniskt och med alla bilagor till Internationella enheten **innan deadline – 29.01.27 kl. 15.**

Ansökan

2. ÅA **nominerar dig** till värduniversitetet
3. Fyll i **SoleGrant** för att få **stipendium (1800€ per termin)**
4. Fyll i **värduniversitetets egen ansökan**
 - Börja med ansökan direkt då du får mejl om att ansökan är öppen från värduniversitetet.
 - Läs och följ instruktionerna noggrant
 - Ladda upp bilagor
 - Håll reda på deadlines
 - Läs din mejl regelbundet!
5. När du fått **besked** om antagning: **ansök** om visum, försäkringar, ta vacciner etc.

Motiveringsbrev

- Motiveringsbrevet är en av den **viktigaste delarna** av ansökan tillsammans med studieplanen
- Vad vi söker efter:
 - **Kommunikativ förmåga** – hur väl studenten formulerar sig
 - **Akademiska målsättningar** för utbytet: vad vill studenten uppnå med utlandsstudier inom examen vid ÅA och **varför** behöver studenten åka på utbyte **till det specifika universitet** utanför Europa.
 - Hur väl **passar kurserna** i studieplanen ihop med den **akademiska motiveringen**
 - Tidigare erfarenheter som förberett studenten för det tilltänkta utbytet
 - Viljan att **dela med sig** av och sprida erfarenheter från utbytesstudierna **efter hemkomst**
 - Viljan att **representera** hemuniversitetet och vara akademins **ambassadör i världen**

Rekommendationsbrev

- Dessutom krävs det även 2 rekommendationsbrev av akademisk personal.
- Börja med dessa två i **otroligt god tid!**



Språkkunskaper

- Man behöver mycket god **engelska** för alla bilaterala avtal i USA, Kanada och Syd Afrika, samt mycket bra **franska** för den fransktalande del av Kanada.
- Det flesta universitet godkänna språkcentrets språk intyg (engelska nivå 3), men vissa kräver ett extra språktest (avgiftsbelagt) – kolla ÅA:s websida för mer info.



TOEFL iBT home test

- Fyrdelat test: läsförståelse, hörförståelse, muntlig och skriftlig förmåga
- Tar fyra timmar att avlägga, i Helsingfors eller online - "Home Test"
- Kostar ca 280 euro
- Lönar sig att boka tid genast!
- www.ets.org

USA

California State University, Long Beach

Fort Lewis College, Colorado

NorthWest Missouri State University,
Missouri

Troy University, Alabama

Presbyterian College, South Carolina

Utica College, New York

Florida A&M



Universitet och högskolor i USA

- USA har ett stort utbud av högre utbildning – från stora forskningsuniversitet till mindre colleges.
 - **Universitet** – erbjuder vanligtvis kandidat, magisters och doktorandutbildningar
 - **Colleges** – ofta mindre i storlek, med fokus på kandidatstudier
 - **Stor variation** – universitet och colleges skiljer sig mycket när det gäller storklet, studieutbud, campus, studieliv osv.
- Utbytesstudier i USA innebär akademiska erfarenheter och också möjlighet att uppleva amerikanskt campusliv och en ny kultur.



Fort Lewis College, Colorado

- Ett mindre och mysigt college omgivet av fantastiska berg, perfekt för studenter som tycker om friluftsliv, äventyr och en nära campusgemenskap.
- **Litet** universitet med ca **3500 studerande**, i Durango, Colorado.
- Finns **3 skidorter närar**, många vandringsled, en ispark.
- Durango ligger på hög höjd, 1990 meter, soliga somrar, vackra höstar, riktiga vintrar, utmärkta möjligheter till vintersports.
- Har en **blanding av ämnen** (Business Administration, Psychology, Environmental Studies, Biology, Teacher Education, Gender studies, Indigenous studies, Geologi, Biochemistry, Engineering, English Language, Peace Studies etc).
- **Små klasstorlekar**, lätt att träffa människor
- Studier **endast på kandidatnivå**
- **TOEFL/Duolingo språktest** krävs!





Utica University, New York

- Ett mindre universitet med ett **traditionellt amerikanskt campusliv**, en internationell studentgemenskap och goda möjligheter att resa i nordöstra USA.
- Ligger i upstate New York (6 timmar med tåg/bus till New York City) med **5,000 studerande**.
- Man får boende med andra utbytesstuderande och inhemska studerande på campus. **Stark fokus på internationella studerande**.
- Internationella ärenden stöder utbytesstuderande mycket. Stora mängder studentföreningar för **allt möjligt**.
- Kurser endast på **kandidat nivå**.
- Praktiska inriktade studier inom, **Health Sciences, IT, kriminologi och cyber defence, Homeland security and disaster management**, Fraud and Financial Crime Investigation, men ändå ett brett urval av andra ämnen (Ekonomi, Arts, Journalistik, Biologi, Biokemi, Antropologi, Human Rights, mycket mer.)
- **Språkintyg från språkcentret** krävs.





Presbyterian College, South Carolina

- Ett mycket litet och **familjärt college** med stark gemenskap och en genuin amerikansk collegeupplevelse i en **lugn stad**.
- Presbyterian College ligger i Clinton, endast 10,000 invånare.
- PC har idag **1200 studerande** - klasstorleken är mycket behaglig (ca 15 studerande per kurs).
- Stort **fokus på campusliv** – studerande gör ALLT där - lämnar inte campus område så mycket.
- Endast kurser på kandidat nivå.
- PC erbjuder mer än 90+ majors, minors och special program.
- Mycket bra program i **företagsekonomi, org & ledning, psykologi, religion, biologi, kemi, farmaci, marinbiologi, och statskunskap** - Samma upplägg i ämnen som AA har.
- Personlig **akademisk vägledning**.
- Det mest "small american college" upplevelse.





Troy University, Alabama

- Ett livligt och traditionellt universitet i södern med stark idrotts- och campuskultur, många internationella studenter (45 per år) och ett varmt klimat.
- Medelstort universitet, **11,000 studerande**.
- **Boende** för utbytesstuderande **garanterat**.
- Mer än **150 studentorganisationer** och möjlighet att träna olika sports (baseball, softball, basketball, cheerleading osv.)
- En del program på **magisternivå (bra program inom computer science)**
- Historia, Samhällsvetenskaper, IT, sociologi, teater, musik, Arts & visual arts
- Rekommenderar att åka dit på **höst terminen** – mera liv på campus (amerikansk fotboll på hösten/baseball på våren)
- Internationella ärenden ordna **pre-orientering**, orienteringsveckan, upphämtning från flygplatsen, hjälp med boende, kulturevenemang osv.
- Stor fokus på "american football" och andra sports.
- **Språkintyg från språkcentret** krävs





Northwest Missouri State University

- Ett **vänligt och campuscentrerat** universitet som erbjuder en klassisk amerikansk collegeupplevelse med stark gemenskap och idrottskultur i en liten stad.
- Ligger i Maryville, Missouri, småstad (10,000 invånare) där **universitetet står i centrum**.
- Närmaste storstad är Kansas City, ungefär 2 timmar bort med bil.
- Studierna här är **lugnare** med mycket som händer på campus. Lokaltrafik är begränsad.
- Har både **kandidat** – och **magisterutbildning**.
- Det som ÅA studerande speciellt kunde vara intresserade av är **IT programmen, marinbiologi, lärarprogrammet** och småbarnspedagogikprogrammet
- Dessutom erbjuder NWMSU också lärarstudenter från ÅA en möjlighet att **göra valfri skolpraktik** under 3-6 veckor.
- Man kan bo i dorms/residence hall, på det gröna och säkra campuset.
- **Språkintyg från språkcentret** krävs.



FAMU Florida A&M

- Ett livligt universitet med **stark kulturell identitet**, gemenskap, musik och idrott samt ett **rikt studentliv** i en riktig universitetsstad.
- FAMU ligger i Tallahassee, 200,000 invånare, **11,000** studerande.
- Större stad med **mycket att göra**. Studerande väldigt aktiva här.
- **Lätt att resa** bort från campus med lokaltrafik. 40 min med bil/bus till närmast strand (gulf of mexico)
- FAMU tävlar i NCAA Division I **amerikansk fotboll**, och har en marschorkester kring matcherna är en av de **mest kända marschorkestrarna i USA**.
- Erbjuder kurser på **kandidat och magisters** nivå - Jättebra program inom **computer science** och **cyber security**, criminology, political sciences, **business och sociology**, kommunikation, pedagogik och klasslärare/småbarnslärare, matematik, all natural sciences.
- Möjlighet att göra en skolpraktik.
- Internationella ärenden stöder med boende och upphämtning från flygfältet – **kan dock ha långsamma svar och admin processer! Var beredd att göra mycket själv!!**
- **Språkintyg från språkcentret** krävs.





California State University, Long Beach

- **Ett stort**, mångsidigt och internationellt universitet med strandliv, sol, stadsliv och Los Angeles på nära håll.
- Hör till California State University som har **23 campus**.
- CSULB ligger i Long Beach, och har över **33.000 studerande**. **Inte den traditionella US college stil**. Nära stranden och 30 km från LA.
- Studerande mycket varierad, alla bo inte på campus, mindre "campus centred" universitet.
- **Dyraste** av alla ställen i USA.
- Följande colleges finns vid universitetet: The Arts, Business Administration, Education, Engineering, Health & Human Services, Liberal Arts, Natural Sciences & Mathematics
- Platser inom management och marketing är **mycket svåra att få**. En flexibel studieplan rekommenderas.
- **Språkintyg från språkcentret** krävs.
- 1 plats 27-28



Studerande berättar:

Överlag, USA är väldigt dyrt så se till att ha en bra finansierings plan för att täcka alla kostnader, speciellt om man känner på sig att man vill göra/se saker utanför sin universitetsstad. Se till att alla försäkringar osv. är i kraft och täckande samt att alla papper som visum är i skick, USA är väldigt strikt.

Det var väldigt kul att se kulturskillnaderna från Finland till USA och överlag var det ett roligt utbyte. Prata med alla och var social. Amerikaner är väldigt sociala och trevliga så det är relativt enkelt att få nya kontakter.

Studerande vid FAMU, våren 2026



KANADA

MacEwan University, Edmonton Alberta

Trent University, Ontario

Université Laval, Quebec



Universitet och högskolor i Kanada

- Kanada har ett högklassigt utbildningssystem – från stora forskningsuniversitet till mindre colleges.
 - **Universitet** – erbjuder vanligtvis kandidat, magisters och doktorandutbildningar
 - **Colleges** – ofta mindre i storlek, med fokus på mer praktiskt och yrkesinriktat lärande
 - **Stor variation** – finns både stora, internationellt inriktade universitet och mindre universitet
 - **Provinserna har stor betydelse** – utbildningssystemet är decentraliserat i Kanada, innebär att organisation och utbildningar kan skilja sig mellan städer
 - **Två officiella språk** – engelska och franska.
- Utbytesstudier i Kanada erbjuder högkvalitativa studier, internationella miljöer och möjligheten att uppleva mångsida natur och kultur.



Trent University

- Ett **medelstort universitet** med små klass storlekar, nära lärarkontakt och starka utbildningar, beläget i **en naturskön miljö** med goda möjligheter till friluftsliv och relativt nära Toronto.
- **12,000 studerande** - annorlunda credit system; **0,5 credits är 5 sp!**
- Mesta program på **kandidat nivå** men några på magisters nivå – 100+ program.
- Speciellt bra kurser i **business, environment, education, indigenous studies, nursing.**
- Bra **idrott**; speciellt jättebra rodd! 30km vandringsled bredvid campuset.
- Lätt att fara på exkursioner.
- 90 minuter från Toronto och 12 x bus per dag från Peterborough campus till Toronto.
- **Språkintyg från språkcentret** krävs
- **1 plats 27-28**



- Ett **modernt och mångsidigt** universitet med mera praktiskt inriktade studier, starkt studentstöd och ett **brett utbud** av utbildningar i en livlig storstad.
- Ligger i Edmonton, Alberta. Campus är mitt in centrum.
- Edmonton är en av Kanadas **soligaste** och **yeongsta** städer. Har smeknamnet "Canadas Festival City" eftersom det har festivaler året runt.
- **19,000 studerande** - trots stort universitet, får man bra kontakt med lärarna. Kurser i de flesta ämnen, men stor betoning på praktiska ämnen.
 - statsvetenskap, international business, kemiteknik, Engineering, osv.
 - **Psykologi- och biologikurser kan vara extremt svåra/omöjliga att få plats på.**
- **Språkintyg från språkcentret** krävs
- Studerande varit väldigt nöjda här!





UNIVERSITÉ
LAVAL

Université Laval, Quebec

- Ett **stort och välkänd** franskspråkigt universitet med ett **mycket brett** utbildningsutbud och stark akademisk profil inom många olika ämnesområden.
- 47,000 studerande
- 17 fakulteter, över 500 olika program (på kandidat och magisters nivå)
- **Minst B2 i franska**, motsvara franska **nivå 4 på ÅA**.
- Kurser inom historia, statskunskap, rättsvetenskap, sociologi, franska språket och litteraturen, företagsekonomi, kemiteknik och mycket mer.
- **Kurser på engelska inom Företagsekonomi samt English language and literature**



Studerande berättar:

Ta vara på chansen nu när du bor fyra månader i ett annat land och gå ut och gör grejer! Ingen skillnad om du gör det ensam eller med någon annan så blir det skoj ändå. Edmonton är en miljonstad så finns nog mycket saker att hitta på.

Bjud på dig själv! Finns inga långvariga sociala konsekvenser för du kommer ju ändå aldrig se människorna där efter utbytet, så var inte rädd att skämma ut dig eller liknande, ingen kommer bry sig.

Studerande vid MacEwan University, våren 2026



SYDAFRIKA

Bilaterala avtal med:

- Stellenbosch Univeristy
- University of KwaZulu-Natal



Universitet och högskolor i Sydafrika

- Sydafrika har ett varierat utbildningssystem – med stora forskningsuniversitet och mindre praktiskt inriktade lärosäten.
 - **Universitet** – erbjuder kandidat, magisters och doktorandutbildningar
 - **Olika typer av lärosäten** – finns också universitet med större fokus på praktiska och yrkesinriktade studier
 - **Internationell miljö** – ett mångspråkigt och kulturellt varierat land
 - **Engelska** – används brett som undervisnings och studiespråk, även om landet har flera officiella språk.
- Utbytesstudier i Sydafrika erbjuder universitetsstudier med nya kulturella perspektiv i ett land med stor kulturell variation.

- Ett **välkänd och internationellt** forskningsuniversitet med ett brett utbildningsutbud, **livligt campusliv** och en vacker placering bland berg och vingårdar nära Kapstaden (50km).
- Utbytesstuderande **väljer bland kurser inom det reguljära kursutbudet** som erbjuds av flera olika fakultet, och kompletterar vid behov med kurser från GEP (Global Education Programmes)
- Undervisningsspråk är afrikaans och engelska
- **Deltagaravgift på 2200€ per termin.** För avgifter får man studieplats och **boende på campus**
- Även Exchange Administration Fee på cirka **500e** för IT-tjänster, gym, medlemskap i olika föreningar mm.
- **Bästa ämnen** att studera vis Stellenbosch: **utvecklingsstudier, juridik och teologi**



UNIVERSITY OF KWAZULU-NATAL

- Ligger vid den sydöstra kusten i Sydafrika
- Undervisning på engelska
- Studier erbjuds vid fyra fakulteter: College of Humanities, College of Agriculture, Engineering & Science, College of Health Sciences och College of Law and Management Studies.
- **Deltagaravgift på 2200€ per termin.** För avgiften får man **studieplats och boende**



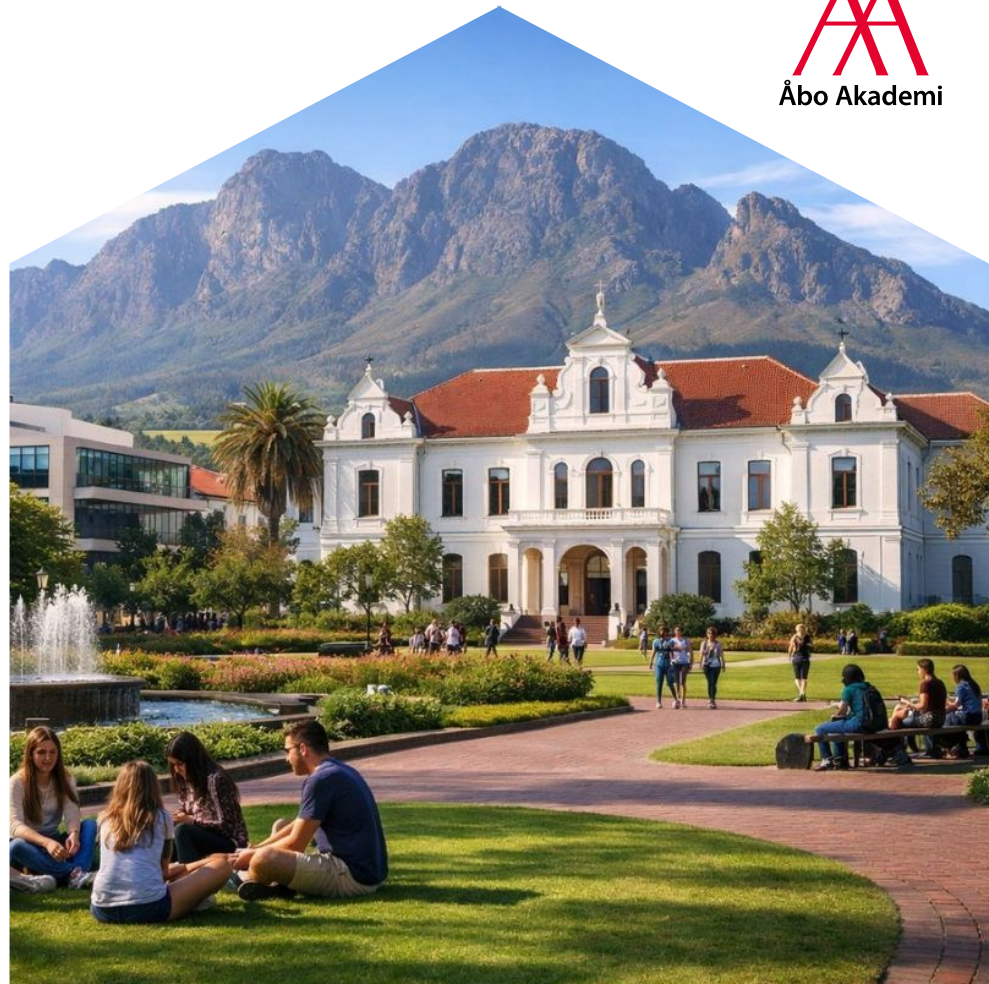
Bild från: <https://www.expedia.com/KwaZulu-Natal.dx6051470>

Studerande berättar:

Åk, även om det känns skrämmande! Utbytet i Sydafrika var de roligaste och häftigaste fyra månaderna i mitt liv och jag ser tillbaka på det endast med värme. Jag har fått vänner för livet, och man får perspektiv som man aldrig skulle få i en europeisk kontext, eller genom att enbart åka dit som turist.

Sydafrika är ett fantastiskt land, men det är också ett land med stora skillnader och en historia som är viktig att förstå. Läs gärna på lite om landet innan du åker, men försök framför allt att vara öppen och bilda dig en egen uppfattning när du väl är på plats. Jag skulle utan tvekan göra om utbytet och rekommenderar verkligen Stellenbosch till andra studerande.

Studerande vid Stellenbosch University, våren 2026



Tips

- Läs feedback i SoleMove!
- Kolla/läsa om stället universitet, videos på YouTube.
- Börja planera i tid:
 - Studieplaner
 - Rekommendationsbrev
 - Motiveringsbrev
 - Språktest
 - Visa process



Ta kontakt!

Om du vill vet mera om utbyte med utbyte till Nordamerika eller Sydafrika, 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/>

