

Vaihto-opiskelu ja harjoittelu ulkomailla

The world is a book,
and those who do not travel, read only a page.
(Saint Augustine)

Itä-Suomen yliopisto

Oppaan tietoihin voi tulla muutoksia.

Painettu syyskuussa 2016

1. painos

Sisältö

1	Lähde maailmalle.....	4
2	Vaihdon suunnittelu	5
2.1	Kuka voi lähteä?.....	5
2.2	Miten aloittaa?.....	5
2.3	Vaihdon kesto.....	6
2.4	Opiskelukieli	6
3	Vaihtoon hakeminen	7
3.1	Haun ensimmäinen vaihe.....	7
3.2	Hakuajat	8
3.3	Valintakriteerit.....	8
3.4	Haun toinen vaihe	8
3.5	Opintosuunnitelma	9
3.6	Kielitestit ja kielitodistukset.....	9
3.7	Rahoitus	10
4	Vaihto-ohjelmat.....	12
4.1	Nordplus ja Nordlys: Pohjoismaat ja Baltia	12
4.2	Erasmus+: Eurooppa	13
4.3	FIRST: Venäjä.....	15
4.4	ISEP: USA ja muu maailma	16
4.5	north2north	18
4.6	Kahdenvälisiin sopimuksiin perustuvat vaihtopaikat	18
4.7	Muut vaihtomahdollisuudet	19
5	Harjoittelu ulkomailla.....	22
6	Vaihto-opiskelijan oikeudet ja velvollisuudet	23
7	Käytännön asioita ennen vaihtoa	24
7.1	Apuraha	24
7.2	Ilmoittautuminen läsnäolevaksi kotiyliopistoon	24
7.3	Oleskelulupa- ja viisumiasiat.....	24
7.4	Vakuutus	25
7.5	Terveydenhuolto	25
7.6	Asuminen	25
7.7	Raha-asiat	26
7.8	Uuteen kulttuuriin sopeutuminen.....	26
7.9	Lähtöorientaatio	26

8	Käytännön asioita vaihdon jälkeen.....	27
8.1	Ulkomailla suoritettujen opintojen hyväksilukeminen.....	27
8.2	Dokumentit	27
8.3	Kotikansainvälistyminen.....	28
8.4	Muuta	28
9	Toimintaohjeet tiivistetysti	29
10	Tietolähteitä	31
11	Yhteystiedot.....	32

1 Lähde maailmalle

Tässä oppaassa esitellään Itä-Suomen yliopiston opiskelijoilleen tarjoamia mahdollisuuksia suorittaa osa tutkinnosta ulkomailla. Valmiita mahdollisuuksia on paljon ja tämä opas tarjoaa niihin yleiskatsauksen.

Ulkomailla opiskelu tai harjoittelu tarjoaa erinomaisia oppimiskokemuksia ja uutta perspektiiviä omaan alaan ja urasuunnitelmiin. Se antaa mahdollisuuden tutustua uusiin ajattelutapoihin, erilaisiin ihmisiin ja kulttuureihin. Vaihto parantaa kielitaitoa ja kilpailukykyä työmarkkinoilla. Vaihdoista palanneet opiskelijat kertovat saaneensa lisää itsevarmuutta ja itsetuntemusta. Vaihdoissa olleet ovat kuvailleet kokemuksiaan näin:

"Suosittelen vaihto-opiskelua lämpimästi kaikille, mutta eniten kuitenkin niille, jotka ovat lähtemisen suhteen epävarmoja."

"Lähde ja koe! Vaihtoon lähteminen on hyvä tapa tutustua uusiin ihmisiin ja kulttuureihin sekä saada elinikäisiä ystäviä."

"Vaihdoissa oppii itsenäisyyttä, kärsivällisyyttä sekä uusista yllättävistäkin tilanteista selviämistä. Suosittelen vaihtoon lähtöä jokaiselle!"

"Nyt tiedän tulevani toimeen vieraalla kielellä vieraassa ympäristössä, ja todella nauttivani siitä."

"Suosittelen vaihtoa juuri sinulle joka mietit tietokoneen ääressä, että uskallankohan lähteä. Kaikki järjestyy!"

"Opiskelu ja luennot olivat antoisia, mutta eniten sain siitä tunteesta, joka syntyy kulttuurien kohtaamisesta. Tunne on mahtava eikä sitä voi oikein kuvailla, se pitää kokea."

"Vaikka se vaatii mukavuusalueelta poistumista ja välillä on vaikeaa, kaikki on sen arvoista. Olen niin ylpeä itsestäni, että uskalsin lähteä."

"En vaihtaisi hetkeäkään pois. Erasmus on ollut tähänastisen elämäni parasta aikaa!"

"Uskon vaihdon avartavan maailmankuvaa, matkustipa sitten kauas tai lähelle. Siksi voin suositella kokemusta kaikille!"

2 Vaihdon suunnittelu

2.1 Kuka voi lähteä?

Vaihto-opiskelijaksi voivat hakea kaikki Itä-Suomen yliopistossa kirjoilla olevat tutkinto-opiskelijat, joiden opinnot ovat edenneet normaalisti. Vaihdon alkaessa tulee olla suoritettuna vähintään yhden lukuvuoden korkeakouluopinnot. Lisäksi laitoksen/osaston tulee puoltaa vaihtoon lähtemistä ja tehdä opiskelijan kanssa vaihtoajan opintosuunnitelma, sillä vaihdon aikana tehdyt opinnot tai harjoittelu hyväksiluetetaan tutkintoon.

Vaihtoon lähteminen ei edellytä täydellistä kielitaitoa tai huippuarvosanoja, vaan kaikilla tutkinto-opiskelijoilla on hyvät mahdollisuudet lähteä suorittamaan osa tutkinnotaan ulkomaille opintojen tai harjoittelun muodossa. Riittävään kielitaitoon tulee kuitenkin kiinnittää huomiota, etenkin jos vaihtokohde on jokin muu kuin englanninkielinen maa.

Vaihdon tavoitteena on paitsi suorittaa oman alan opintoja tai harjoittelua ja parantaa kielitaitoa, myös kehittää opiskelijan kulttuurienvälisen viestinnän taitoja ja erilaisuuden ymmärtämistä ja hyväksymistä.

2.2 Miten aloittaa?

Vaihto-opiskelun tai harjoittelun suunnitteleminen kannattaa aloittaa riittävän ajoissa, jotta haun ja käytännön asioiden hoitamiseen on tarpeeksi aikaa. Kiinnostus vaihtoon lähtemiseen kannattaa tuoda esille myös henkilökohtaisessa opintosuunnitelmassa. Vaihdon suunnittelu kannattaa aloittaa perusasioista: haluaako opiskelemaan vai suorittamaan harjoittelua, mihin maahan haluaa vaihtoon, milloin haluaa vaihtoon ja mikä on sopiva vaihdon kesto. On helpointa aloittaa tutustumalla Itä-Suomen yliopiston tarjoamiin vaihtokohteisiin. Yleensä kannattaa miettiä pari itselle sopivaa vaihtoehtoa. Kohdemaan ja yliopiston valinnassa on hyvä ottaa huomioon se, miten vaihtoajan opinnot sopivat osaksi tutkintoa Itä-Suomen yliopistossa.

Vaihtopaikkoja on runsaasti tarjolla eri puolilla maailmaa ja niiden määrä vaihtelee hieman vuosittain. Kaikki paikat eivät välttämättä tule haettaviksi joka vuosi. Haettaviksi voi tulla myös paikkoja, joita ei ole esitelty tässä oppaassa. Ajantasainen tieto kulloinkin haettavana olevista paikoista löytyy hakuilmoituksesta, Kamusta (<http://kamu.uef.fi>) sekä Kansainvälisten liikkuvuuspalveluiden verkkosivuilta (<http://www.uef.fi/opiskelu/kansainvalinen-opiskelu>).

Vaihdon suunnittelussa on tärkeää ottaa huomioon vaihdon rahoitus. Virallisten vaihto-ohjelmien tai sopimusten kautta ulkomaille opiskelemaan lähtevä Itä-Suomen yliopiston opiskelija on vapautettu usein kalliistakin lukukausimaksuista vastaanottavassa yliopistossa (paitsi ISEP Direct-ohjelmassa). Ulkomailla opiskelusta ja elämästä kuitenkin aiheutuu usein ylimääräisiä kuluja. Opintojen rahoitus on järjestettävä

kotimaasta jo ennen lähtöä. Lisäksi joissakin maissa halutaan jo etukäteen varmistaa opiskelijan toimeentulo esimerkiksi oleskeluluvan myöntämisen yhteydessä.

Rahoitusmahdollisuuksia ovat esimerkiksi:

- Itä-Suomen yliopiston apuraha (yliopiston järjestämiin vaihtopaikkoihin kuuluu ohjelmakohtainen apuraha)
- freemover-apuraha itse hankittuihin opiskelupaikkoihin (harkinnanvarainen)
- opintotuki
- säätiöiden, järjestöjen, rahastojen, liittojen, yhdistysten ja ystävyysseurojen jakamat stipendit (lisätietoja <http://www.syl.fi> tai <http://www.saatiopalvelu.fi>)
- kotikuntien myöntämät stipendit

Vaihto-ohjelmissa voidaan myöntää esteettömyystukea henkilöille, joilla on erityistarpeita. Lisätukea voi hakea opiskelija, jonka vaihto-opiskelu ei ole fyysisen tai psyykkisen terveydentilan vuoksi mahdollista ilman ylimääräistä taloudellista tukea. Erasmus-ohjelmaan hyväksytyt opiskelijat, joilla on alaikäisiä huollettavia lapsia, voivat hakea apurahaan lapsikorotusta.

Tietoa eri vaihtomahdollisuuksista saa tämän oppaan lisäksi Kansainvälisistä liikkuvuuspalveluista, Kamusta ja Kansainvälisten liikkuvuuspalveluiden verkkosivuilta.

2.3 Vaihdon kesto

Vaihtojakso on yleensä yhden lukukauden tai yhden lukuvuoden mittainen. Vaihdon tarkka kesto ja ajankohta määräytyvät kohdeyliopiston aikataulujen mukaisesti. Opiskelijan tulee noudattaa kohdeyliopiston käytäntöjä eli osallistua opintojen alussa orientaatioon tai vastaaviin tilaisuuksiin sekä suorittaa valitsemansa kurssit loppuun asti tenttijaksot mukaan lukien. Vaihtojakson vähimmäiskesto (lyhytkursseja lukuun ottamatta) on 3 kk ja enimmäiskesto 12 kk.

2.4 Opiskelukieli

Pääsääntö on, että opetus yliopistoissa tapahtuu maan omalla kielellä. Englanninkielisen opetuksen määrä vaihtelee maittäin, yliopistoittain ja jopa saman yliopiston sisällä oppiaineittain. Mahdollinen englanninkielinen opetustarjonta kannattaa tarkistaa kohdeyliopiston verkkosivuilta jo hyvissä ajoin vaihtoa suunniteltaessa. Monissa maissa ja yliopistoissa ei englanninkielistä opetusta ole lainkaan. Vaihto-ohjelman tai kohdeyliopiston järjestämille kielikursseille kannattaa osallistua. Joissakin yliopistoissa järjestetään myös maksullisia kielikursseja. Kohdemaan kieltä kannattaa opiskella jo ennen vaihtoa. Itä-Suomen yliopiston kielikeskus tarjoaa kielikursseja, joista löytyy lisätietoja: <http://www.uef.fi/kielikeskus> .

3 Vaihtoon hakeminen

Haku vaihto-opiskelijaksi on kaksivaiheinen: ensin haetaan Itä-Suomen yliopiston ehdokkaaksi vaihtoon ja sen jälkeen vaihto-opiskelijaksi vastaanottavaan yliopistoon eli kohdeyliopistoon. Kohdeyliopisto tekee lopullisen päätöksen hyväksynnästä.

3.1 Haun ensimmäinen vaihe

Ensimmäisessä vaiheessa hakeminen tapahtuu Itä-Suomen yliopiston sisäisessä SoleMOVE-hakujärjestelmässä tietyinä hakuaikana. Hakuajana voi hakea 1-2 paikkaa, ja nämä vaihtopaikat voivat olla eri vaihto-ohjelmissa. Opiskelijalle voidaan kuitenkin myöntää vain yksi paikka.

Hakuilmoitukset löytyvät hakuaikoina Kamusta osoitteesta <http://kamu.uef.fi> sekä Kansainvälisten liikkuvuuspalveluiden verkkosivujen Ajankohtaista-palstalta osoitteesta <http://www.uef.fi/opiskelu/kansainvalinen-opiskelu>.

Haun ensimmäisessä vaiheessa täytetään sähköinen hakemus SoleMOVE-hakujärjestelmässä hakuajana. Hakemuksen liitteeksi tarvitaan seuraavat dokumentit:

- ✓ opintosuoritusote
- ✓ motivaatiokirje (Letter of Motivation)

Opintosuoritusotteen voi haun ensimmäisessä vaiheessa tilata itse WebOodin kautta, jolloin sen saa valmiiksi sähköisessä muodossa. Haun toisessa vaiheessa tarvitaan virallinen englanninkielinen ECTS-opintosuoritusote, jonka saa opintopalveluista.

Motivaatiokirje on vapaamuotoinen hakemus, jossa opiskelija perustelee miksi haluaa vaihtoon kyseiseen maahan ja yliopistoon sekä kuvailee opintotaustaansa ja opinto- ja urasuunnitelmia. Motivaatiokirje kirjoitetaan englanniksi tai kohdeyliopiston opiskelukielellä. Suositeltava pituus on yksi A4.

Mikäli opiskelija valitaan Itä-Suomen yliopiston ehdokkaaksi vaihtoon, hän saa haun toisessa vaiheessa hakuohjeet Kansainvälisistä liikkuvuuspalveluista tai suoraan kohdeyliopistolta. Hakuohjeet ovat yliopistokohtaiset.

3.2 Hakuajat

Huom! Muutokset hakuaikoihin ovat mahdollisia. Ilmoitettuja hakuaikoja tulee noudattaa.

- | | |
|-----------------------|-----------------------------------------------|
| 1.–15.11. | Kahdenväliset vaihtopaikat, ISEP, north2north |
| 1.–15.2. | Erasmus, Nordlys, FIRST |
| 1.–15.11. ja 1.–15.5. | Freemover-apuraha (mikäli haettavissa) |

Täydennyshaku

Hakuajan jälkeen vapaaksi jääneitä paikkoja voi hakea täydennyshaussa. **Täydennyshakua ei välttämättä järjestetä joka vuosi joka ohjelmassa.** Opiskelijat valitaan paikkoihin kelpoisten hakemusten saapumisjärjestyksessä. Poikkeuksena on ISEP-ohjelma, jossa valinta tehdään täydennyshaun päätyttyä. Täydennyshaun aikana kannattaa varmistaa viimeisin vaihtopaikkatilanne Kansainvälisistä liikkuvuuspalveluista.

- | | |
|------------|----------------------------|
| 1.2.–15.9. | Kahdenväliset vaihtopaikat |
| 1.–31.5. | ISEP, Nordlys |
| 1.5.–15.9. | Erasmus, FIRST |

3.3 Valintakriteerit

Opinto- ja opetuspalveluiden johtaja tekee päätöksen Nordlys-, ISEP-, FIRST- ja north2north -vaihtoon ja kahdenvälisiin vaihtopaikkoihin valittavista opiskelijoista. Laitokset/osastot puolestaan päättävät Erasmus-ohjelmassa ja alakohteisissa verkostoissa (esim. Nordplus-verkostot) vaihtoon ehdokkaaksi valittavista opiskelijoista.

Valintakriteerejä ovat mm.:

- motivaatio
- opintojen eteneminen ja opintojen vaihe
- vaihto-opintojen soveltuvuus opintoihin
- kielitaito

Valinnoissa voidaan käyttää tarvittaessa myös muita kriteerejä (esim. arvosanat). Harkintoja voidaan lisäksi haastatella.

3.4 Haun toinen vaihe

Haun toisessa vaiheessa haetaan vaihtopaikkaa kohdeyliopistolta. ISEP-ohjelmaan haettaessa hakemukseen merkitään 5-10 vaihtoehtoista kohdeyliopistoa. Kohdeyliopisto tekee lopullisen päätöksen opiskelijan hyväksymisestä.

Haun toisessa vaiheessa opiskelija täyttää kohdeyliopiston hakemuksen, hankkii siihen vaadittavat liitteet (mm. vaihtoajan opintosuunnitelma eli Learning Agreement), ja toimittaa hakemuksen yliopistokohtaisen ohjeistuksen mukaisesti joko suoraan kohdeyliopistolle tai Kansainvälisiin liikkuvuuspalveluihin, josta hakemus toimitetaan eteenpäin kohdeyliopistolle.

Akateeminen suositus vaaditaan joihinkin kohteisiin, mm. ISEP-ohjelmaan. Opiskelija pyytää suosituksen hyvissä ajoin itse sopivaksi katsomaltaan henkilöltä, joka kuuluu yliopiston akateemiseen henkilökuntaan (esim. opettaja tai professori). ISEP:n sähköisessä hakujärjestelmässä on “Academic Reference”-osio, johon opiskelija täyttää suosittelevan yhteyshenkilön tiedot, jolloin automaattinen ohjeistus koskien suosituksen jättämistä lähtee järjestelmästä suosittelevan sähköpostiin.

Kohdeyliopisto tekee lopullisen päätöksen valinnasta. Kun vaihtopaikka on varmistunut, opiskelija voi hoitaa käytännön järjestelyt kuten esim. lentolippujen varaamisen ja viisumin/oleskeluluvan hankkimisen.

3.5 Opintosuunnitelma

Vaihto-opiskelun edellytys on, että ulkomailla vaihdon aikana suoritettavat opinnot hyväksytään osaksi opiskelijan kotiyliopistossa suorittamaa tutkintoa. Osana hakuprosessia opiskelijan tulee tehdä opintosuunnitelma (Learning Agreement) ja sopia opinnoista laitoksella/osastolla hyvissä ajoin ennen vaihto-opiskelujakson alkua. Opiskelijan on pyrittävä mahdollisuuksien mukaan selvittämään, mitä kursseja kohdeyliopisto tarjoaa ja miten kurssit soveltuvat tutkintoon. Kurssitarjontaan voi tutustua esim. kohdeyliopistojen verkkosivuilla. Opintosuunnitelma tehdään Learning Agreement -lomakkeelle ja sen allekirjoittaa laitoksen/osaston kv-yhteyshenkilö tai muu edustaja. Opintosuunnitelmaa joutuu usein muuttamaan vielä vaihdon aikana kohdeyliopiston kurssitarjonnan varmistuttua. Muutoksista tulee aina sopia laitoksen/osaston kanssa. Eri laitosten/osastojen kansainvälisten yhteyshenkilöiden yhteystiedot löytyvät Kamusta ja Kansainvälisten liikkuvuuspalveluiden verkkosivuilta.

3.6 Kielitestit ja kielitodistukset

Kaikilla vaihtoon hakijoilla tulee olla vähintään perustaidot siinä kielessä, jolla aikoo suorittaa opintoja kohdeyliopistossa. Kohdeyliopisto voi vaatia hakemuksen liitteeksi todistuksen kielitaidosta. Vaatimukset ovat yliopistokohtaisia, ja vaadittava kielitaidotodistus voi olla esimerkiksi kohdeyliopiston oma lomake, vapaamuotoinen arvio opiskelijan kielitaidosta tai virallinen kielitestitulos.

Jotkut kohdeyliopistot vaativat hakemuksen liitteeksi TOEFL-kielikokeen tuloksen. Vaikeustasoltaan TOEFL vastaa ylioppilaskirjoitusten A-englannin koetta. TOEFL-kielikoe on internetpohjainen ja sen voi suorittaa Helsingissä. Testiaika on varattava hyvissä ajoin, sillä testipäivät täyttyvät nopeasti. Testi on maksullinen (245 USD syyskuussa 2016), ja maksu maksetaan ilmoittautumisen yhteydessä. Lisätietoja testistä, testiin ilmoittautumisesta ja hinnoista on osoitteessa <http://www.ets.org/toefl>.

Useimmiten kannattaa pyytää TOEFL-testin tulosta lähetettäväksi myös Itä-Suomen yliopistoon, josta se voidaan tarvittaessa toimittaa kohdeyliopistoon. Itä-Suomen yliopiston TOEFL-koodi on 9779. Testin tulos on voimassa 2 vuotta.

TOEFL-testin sijaan voi tehdä myös IELTS-testin, mutta kohdeyliopistosta tulee aina ensin tarkistaa, mikä testi hyväksytään. Lisätietoja IELTS-testistä: <http://www.finn-brit.fi/exams-tests/ielts> .

Vaihtoon hakeva opiskelija voi myös tarvittaessa kysyä kielitaitotodistusta Itä-Suomen yliopiston kielikeskukselta, mikäli hän on suorittanut tutkintoon kuuluvat pakolliset englannin kieli- ja viestintäopinnot. Lisätietoa todistuksista on osoitteessa <http://www.uef.fi/kielikeskus> .

3.7 Rahoitus

Yliopiston apuraha

Itä-Suomen yliopisto myöntää apurahan niille opiskelijoilleen, jotka lähtevät vaihtoon yliopiston vaihto-ohjelman tai kahdenvälisen sopimuksen kautta. Apurahaa ei tarvitse erikseen hakea, mutta opiskelijan tulee toimittaa Kv-liikkuvuuspalveluihin dokumentit apurahan maksatusta varten. Lisätietoja apurahoista ohjelmakohtaisesti löydät osiosta *4. Vaihto-ohjelmat*.

Opintotuki

Ulkomailla väliaikaisesti opiskelevalle voidaan myöntää normaali opintoraha sekä ulkomaan asumislisä, joka on max. 210 €/kk. Asumislisä on pienempi tietyissä alhaisen vuokratason maissa. Mikäli tuolloin todelliset asumismenot ovat suuremmat, opiskelija voi esittää opintotukeen selvityksen vuokrasta, jolloin asumislisää voi saada enemmän, kuitenkin enintään 210 €/kk. Mikäli opiskelija ei vielä lähtövaiheessa tiedä asunnon vuokraa vaihtokohteessa, hakemukseen laitetaan oma arvio. Opintolainan valtiontakaus on ulkomaisissa opinnoissa korkeakouluopiskelijoilla 700 €/kk.

Opintotuen myöntämisen yleisenä ehtona on opintojen riittävä edistyminen (keskimäärin vähintään 5 opintopistettä/opintotukikuu ja tämän lisäksi vähintään 20 op lukuvuodessa). Opiskelijan tulee tehdä vaihtojaksosta olosuhdemuutosilmoitus mahdollisimman pian sen jälkeen kun ulkomaan opiskelu- tai harjoittelujakso on varmistunut. Opintotukiasiat ja tukisummat tulee aina tarkistaa opintotukitoimistosta. Lisätietoja opintotuesta: <http://www.kela.fi>, <http://www.uef.fi/opiskelu/opintotuki>, opintotuki@uef.fi.

Maakohtaisia apurahoja

DAAD / Saksa

DAAD (Deutsche Akademische Austauschdienst) myöntää apurahoja korkeakouluopiskelijoille ja tutkijoille Saksassa tapahtuvaan opiskeluun. Apurahaa voivat hakea

myös vaihto-ohjelmien (esim. Erasmus) kautta vaihtoon lähtevät opiskelijat. Lisätietoa DAAD:n apurahoista löytyy Saksan Helsingin-suurlähetystön sivuilta <http://www.helsinki.diplo.de/> → Koulutus; Opiskelemaan Saksaan; Stipendit.

ASLA-Fulbright Graduate Grants / USA

ASLA-Fulbright-ohjelma tarjoaa stipendin yhden lukuvuoden opintoihin ylempään korkeakoulututkintoon (Master's degree) johtavassa koulutusohjelmassa Yhdysvalloissa. Stipendi voidaan myöntää myös yhden lukuvuoden määräaikaiseen opiskeluun, joka ei johda tutkinnon suorittamiseen. Ohjelma on tarkoitettu korkeakoulututkinnon suorittaneille Suomen kansalaisille. Opiskelun Yhdysvalloissa tulee alkaa ASLA-Fulbright-stipendillä. Hakijalla ei tarvitse olla opiskelupaikkaa hakuvaiheessa. Stipendiaattia avustetaan tarvittaessa opiskelupaikan hakemisessa. Lisätiedot, hakuohjeet ja lomakkeet löytyvät osoitteesta <http://www.fulbright.fi> → Stipendiohjelmat

Fulbright Center Undergraduate Grants / USA

Fulbright Center Undergraduate Grants -ohjelma tarjoaa stipendin yhden lukuvuoden opintoihin alempaan korkeakoulututkintoon (Bachelor's degree) johtavassa koulutusohjelmassa Yhdysvalloissa. Ohjelma on tarkoitettu Suomen kansalaisille, jotka ovat saaneet opiskelupaikan akkreditoidusta amerikkalaisesta yliopistosta tai korkeakoulusta, mutta eivät vielä ole aloittaneet opintojaan Yhdysvalloissa. Stipendiä voivat hakea myös yhden lukuvuoden määräaikaisia opintoja Yhdysvalloissa suunnittelevat opiskelijat, mm. Itä-Suomen yliopiston kautta yhden lukuvuoden vaihto-ohjelmiin lähtijät. Lisätietoja ja hakuohjeet: <http://www.fulbright.fi> → Stipendiohjelmat

4 Vaihto-ohjelmat

4.1 Nordplus ja Nordlys: Pohjoismaat ja Baltia

Nordplus (Nordiskt program för studerande och lärare vid universitet och högskolor) on Pohjoismaiden ministerineuvoston rahoittama vaihto-ohjelma, johon kuuluu oppiainekohtaisia verkostoja. Ohjelmaan osallistuvat kaikki Pohjoismaat itsehallintoalueineen sekä Baltian maat. Lisätietoja CIMOn sivuilta osoitteessa <http://www.cimo.fi>.

Nordlys

Nordlys on Nordplus-ohjelman verkosto, joka on tarkoitettu opiskelijoille, joiden oman pääaineen laitos/osasto ei ole mukana vakiintuneessa oppiainekohtaisessa Nordplus-verkostossa tai jotka haluavat opiskella vaihdon aikana muuta kuin pääai-
nettaan.

- Kenelle:** Perustutkinto-opiskelijoille.
Milloin: Aikaisintaan toisena opiskeluvuotena.
Minne: Lähes kaikki pohjoismaiset yliopistot (ks. alla oleva listaus). Yliopistojen verkkosivuilta saa tietoa mm. opetustarjonnasta.
Kesto: 1-2 lukukautta
Hakuaika: Hakuaika on vuosittain 1.–15.2. Varsinaisessa haussa käyttämättä jääneet paikat täytetään täydennyshaussa. Nordlys-vaihtopaikkaa haetaan Kansainvälisistä liikkuvuuspalveluista.
Rahoitus: Nordlys-apuraha on 200 euroa/kk (enintään 5 kk). Lisäapurahojen myöntäminen koko lukuvuoden kestäviin vaihtoihin on mahdollista.
Huomioitavaa: Nordlys-ohjelma edellyttää, että opiskelija saa toisessa pohjoismaisessa yliopistossa suoritettut opinnot hyväksytyiksi täysimääräisinä osaksi kotimaista opinto-ohjelmaa. Hyväksilukemisessa käytetään apuna ECTS-järjestelmää.

Seuraavat pohjoismaiset yliopistot ovat mukana Nordlys-verkostossa:

Islanti: Háskóli Islands (Reykjavik), Háskólinn á Akureyri, Háskólinn í Reykjavik

Norja: Universitetet i Bergen, Universitetet i Oslo, Universitetet i Tromsø, Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet (Trondheim), Universitetet i Stavanger, Universitetet i Agder (Kristiansand)

Ruotsi: Göteborgs universitet, Stockholms universitet, Umeå universitet, Karlstads universitet, Uppsala universitet, Linköpings universitet, Örebro universitet, Linnéuniversitetet (Växjö), Luleå tekniska universitet, Lunds universitet, Mittuniversitetet (Sundsvall, Härnösand, Östersund)

Tanska: Københavns Universitet, Aalborg Universitet, Syddansk Universitet (Odense), Aarhus Universitet, Roskilde Universitetscenter, Fróðskaparsetur Føroya (Färsaaret), Illisimatusarfik (Grönlanti)

Lisätietoja Nordlys-verkostosta ja linkit verkostoon kuuluvien yliopistojen verkkosivuille löytyvät osoitteesta <http://www.nordlys.info/>.

Oppiainekohtaiset Nordplus-verkostot

- Kenelle:** Perustutkinto-opiskelijoille.
Milloin: Aikaisintaan toisena opiskeluvuotena.
Minne: Verkostoon kuuluvat yliopistot (lisätietoja Kv-liikkuvuuspalveluiden verkkosivuilla). Yliopistojen verkkosivuilta saa tietoa mm. opetus-tarjonnasta.
Kesto: 1–12 kk
Hakuaika: Nordplus-haku tapahtuu oman oppiaineen yhteyshenkilön kautta.
Rahoitus: Nordplus-apuraha on enintään 200 euroa/kk + mahdollinen kohdemaan mukainen matka-apuraha.
Huomioitavaa: Nordplus-ohjelma edellyttää, että opiskelija saa toisessa pohjois-maisessa yliopistossa suoritettut opinnot hyväksytyiksi täysimääräisinä osaksi tutkintoa. Hyväksilukemisessa käytetään apuna ECTS-järjestelmää.

Nordplus-ohjelma perustuu ainekohtaisiin verkostoihin. Itä-Suomen yliopisto on mukana seuraavien oppiaineiden verkostoissa:

- lääketiede
- suomen kieli ja kulttuuritieteet
- ruotsin kieli
- maantiede
- metsätiede
- sovellettu fysiikka ja ympäristötiede
- oikeustiede
- farmasia

Lisätietoja oppiainekohtaisista verkostoista ja niiden vaihtokohteista saa ko. laitoksen/osaston kansainväliseltä yhteyshenkilöltä, Kamusta sekä Kansainvälisten liikkuvuuspalveluiden verkkosivuilta: www.uef.fi/opiskelu/kansainvalinen-opiskelu.

4.2 Erasmus+: Eurooppa

Erasmus on Euroopan laajin korkeakouluopiskelijoiden vaihto-ohjelma. Erasmus-ohjelman kautta voi hakea opiskelemaan tai harjoitteluun EU-maihin (ei Suomeen) sekä Islantiin, Liechtensteiniin, Makedoniaan, Norjaan ja Turkkiin. Opiskelija voi suorittaa useita Erasmus-ohjelman opiskelu- ja harjoittelujaksoja opintojensa aikana. Jaksojen

tulee sijoittua opintojen eri tasoille (kandi-, maisteri-, tohtoriopinnot) siten, että opiskelu- ja harjoittelujaksoja voi olla yhteensä enintään 12 kuukauden ajan kullakin kolmella tutkintotasolla.

Erasmus-opiskelu

Kenelle:	Kaikkien alojen perus- ja jatkotutkinto-opiskelijat.
Milloin:	Aikaisintaan toisena opiskeluvuotena.
Minne:	Satoja hakukohteita eri puolilla Eurooppaa, lista löytyy Kamusta (http://kamu.uef.fi) sekä osoitteesta www.uef.fi/opiskelu/kansainvalinen-opiskelu .
Kesto:	1-2 lukukautta
Hakuaika:	Hakuaika on vuosittain 1.–15.2. Varsinaisessa haussa käyttämättä jääneitä paikkoja voidaan täyttää täydennyshaussa.
Rahoitus:	Erasmus-apurahan suuruus vaihtelee vuosittain ja se määräytyy vaihdon keston ja kohdemaan mukaan (n. 200–250 euroa/kk). Henkilöt, joilla on fyysisestä tai psyykkisestä terveydentilasta johdettavia erityistarpeita voivat hakea vaihtoon lisätukea. Opiskelijat, joilla on alaikäisiä huollettavia lapsia, voivat hakea lapsikorotusta.
Huomioitavaa:	Vaihtosopimukset ovat laitos-/osastokohtaisia. Opiskelijat tekevät Erasmus-ohjelmaan kuuluvan online-kielitestin ennen vaihdon alkua.

Opiskelijavaihto perustuu yliopiston laitosten/osastojen solmimiin kahdenvälisiin sopimuksiin. Vaihtoon tulee hakea ensisijaisesti oman pää- tai sivuaineen vaihtosopimusten kautta. Toissijaisesti voi hakea oman tiedekunnan muiden laitosten/osastojen paikkoja. Muun laitoksen/osaston vaihtosopimusta käytettäessä on kuitenkin huomioitava, että monissa kohdeyliopistoissa opiskelu on rajattu sopimuksessa mainittuun oppiaineeseen tai tiedekuntaan, eivätkä yliopistot ota vastaan muita kuin sopimusalan opiskelijoita.

Haku on kaksivaiheinen: ensin laitos/osasto Itä-Suomen yliopistossa hyväksyy vaihtohakemuksen ja se käsitellään Kansainvälisissä liikkuvuuspalveluissa. Tämän jälkeen opiskelija tekee hakemuksen kohdeyliopistoon sen edellyttämällä tavalla. Lopullinen päätös hyväksynnästä tulee vastaanottavalta yliopistolta.

Erasmus-harjoittelu

Opiskelija voi hakea Erasmus-harjoitteluun suorittamaan opintoihin liittyvää vapaaehtoista tai pakollista työharjoittelua. Harjoittelusta on sovittava oman laitoksen/osaston kanssa. Harjoittelupaikaksi soveltuvat yritykset sekä yksityiset ja julkiset organisaatiot. Harjoittelupaikka ei voi olla EU:n organisaatio eikä EU:n ohjelmia hallinnoiva organisaatio.

Kenelle:	Kaikkien alojen perus- ja jatkotutkinto-opiskelijat.
Milloin:	Ensimmäisestä opiskeluvuodesta lähtien
Minne:	Opiskelijan tulee hankkia harjoittelupaikka itse.
Kesto:	3–12 kk
Hakuaika:	Jatkuva haku.

Rahoitus: Erasmus-harjoitteluapurahan suuruus vaihtelee vuosittain ja määräytyy kohdemaan mukaan (n. 300-350 euroa/kk). Apuraha myönnetään kolmen kuukauden ajalle (harjoittelun kesto voi olla pidempi). Henkilöt, joilla on fyysisestä tai psyykkisestä terveydentilasta johtuvia erityistarpeita voivat hakea vaihtoon lisätukea. Opiskelijat, joilla on alaikäisiä huollettavia lapsia, voivat hakea apuraahan korotusta.

Huomioitavaa: Ennen harjoittelun alkua opiskelijalle laaditaan harjoittelusopimus. Opiskelija ei voi saada yliopiston maksamaa harjoittelutukea tai CIMOn apurahaa ja Erasmus-apurahaa samaan harjoitteluun. Erasmus-apuraha on aina ensisijainen tukimuoto Euroopassa suoritettaviin harjoitteluihin. Opiskelijat tekevät Erasmus-ohjelmaan kuuluvan online-kielitestin ennen harjoittelun alkua.

4.3 FIRST: Venäjä

FIRST – Finnish-Russian Student Exchange Programme

Kenelle: Kaikkien alojen perustutkinto-opiskelijat lukuun ottamatta venäjän kielen pääaineopiskelijoita voivat osallistua. Apuraha voidaan myöntää vain täysipäiväiseen opiskeluun Venäjällä.

Minne: Verkostoon kuuluvat seuraavat yliopistot

- Northern (Arctic) Federal University (in Arkhangelsk)
- Herzen State Pedagogical University of Russia
- National Mineral Resources University, St. Petersburg
- The St. Petersburg Orthodox Theological Academy and Seminary
- Tver State University
- Syktyvkar Forest Institute
- The Northern (Petrozavodsk) Branch of the Russian Legal Academy of the Ministry of Justice of the Russian Federation
- St. Petersburg State Forest Technical University
- St. Petersburg State University of Information Technologies, Mechanics and Optics (NRU ITMO)
- St. Petersburg State Pavlov Medical University
- St. Petersburg State Polytechnic University (IMOP)
- St. Petersburg State University of Economics (UNECON)
- St. Petersburg State University
- Petrozavodsk State University
- Murmansk State Technical University
- International Institute of Business Education (MIBO)

Linkit verkostoon kuuluvien yliopistojen verkkosivuille löytyvät osoitteesta www.uef.fi/opiskelu/kansainvalinen-opiskelu .

Kesto: 1-2 lukukautta

Hakuaika: Hakuaika on vuosittain 1.–15.2. Varsinaisessa haussa käyttämättä

jääneitä paikkoja voidaan täyttää täydennyshaussa.

Rahoitus: Apurahan suuruus on enintään 560 e/kk ja sitä voidaan maksaa enintään 4 kuukauden ajalta. Lisäapurahojen myöntäminen koko lukuvuoden kestäviin vaihtoihin on mahdollista. FIRST-apuraha voidaan maksaa opiskelijalle vain kerran.

Huomioitavaa: Opetus venäläisissä yliopistoissa on pääsääntöisesti venäjäksi. Englanninkielistä opetusta on tarjolla monissa yliopistoissa; asia on kuitenkin aina tarkistettava tapauskohtaisesti.

FIRST-vaihtopaikka voidaan myöntää myös venäjän kielen opiskeluun, mikäli nämä opinnot sisällytetään täysimääräisesti opiskelijan tutkintoon Itä-Suomen yliopistossa. Venäjää pääaineena opiskelevat eivät voi hakea FIRST-vaihtoon, mutta venäjää sivuaineena opiskelevat voivat hakea, jos he opiskelevat kohdeyliopistossa päätoimisesti jotain muuta ainetta kuin venäjän kieltä. FIRST-ohjelmassa vaaditaan, että opiskelija saa vaihdon aikana suoritettavat opinnot hyväksytyiksi täysimääräisinä osaksi kotimaista opinto-ohjelmaa. Hyväksilukemisessa käytetään ECTS-järjestelmää.

4.4 ISEP: USA ja muu maailma

ISEP – International Student Exchange Programme

ISEP on kansainvälinen vastavuoroisuuteen perustuva vaihto-ohjelma, jonka kautta vaihtoon voivat hakea kaikki perustutkinto-opiskelijat. ISEP-vaihto-ohjelma jakautuu kahteen alaohjelmaan: ISEP USA ja ISEP International-to-International.

Vaihtoon lähtevä opiskelija maksaa omalle yliopistolle ISEP-maksun, joka ei ole maksu opinnoista vaan kattaa asumis- ja ruokailukustannukset kohdeyliopistossa vaihdon aikana. Opiskelija maksaa itse matkat ja vapaa-ajan kustannukset sekä pakollisen ISEP-vakuutuksen. Vaihtoon lähtevät opiskelijat maksavat ISEP-maksun yhdessä erässä ennen vaihdon alkua.

Hakeminen ISEP-vaihtoon on kaksivaiheinen. Ensimmäisessä vaiheessa haetaan Itä-Suomen yliopiston ehdokkaaksi ISEP-vaihtoon. Ensimmäisen vaiheen hakemuksen liitettävästä motivaatiokirjeestä on käytävä ilmi maat/kielialueet, joiden yliopistoihin opiskelija aikoo hakea. Kohdeyliopistovaihtoehdot listataan vasta haun toisessa vaiheessa. Itä-Suomen yliopisto valitsee hakuajan päättymisen jälkeen vaihtoon esitettävät opiskelijat. Vaihtoon esitettävien opiskelijoiden määrä suhteutetaan Itä-Suomen yliopistoon saapuvien ISEP-opiskelijoiden määrään.

Haun toisessa vaiheessa Kansainvälisissä liikkuvuuspalveluissa luodaan opiskelijoille tunnukset ISEP:n sähköiseen hakujärjestelmään, jossa opiskelija täyttää hakemuksen ja liittää siihen vaadittavat liitteet. Ennen sähköisen hakemuksen täyttämistä on syytä lukea ISEP:n verkkosivuilta löytyvät hakuohjeet huolella.

Yhdysvaltoihin ja Kanadaan haettaessa hakemukseen tulee liittää TOEFL-kielikokeen tulos. Muiden maiden osalta kielitaitovaatimukset on tarkistettava yliopistoittain. Opiskelija merkitsee hakemukseen 5-10 hakukohdetta ja ISEP-keskustoimisto Yh-

dysvalloissa huolehtii opiskelijan sijoittamisesta sopivaan kohdeyliopistoon. Opiskelija voi halutessaan listata hakemukseensa sekä ISEP USA- että ISEP I-to-I –kohdeyliopistoja. Kohdeyliopisto tekee lopullisen päätöksen opiskelijan hyväksymisestä.

Lisätietoja saa Kansainvälisistä liikkuvuuspalveluista ja ISEP:n verkkosivuilta.

ISEP – Yhdysvallat

- Kenelle:** Perustutkinto-opiskelijat (lukuunottamatta kliinistä lääketiedettä)
Minne: Yli 150 yliopistoa Yhdysvalloissa
Kesto: 1 lukukausi
Hakuaika: Hakuaika on vuosittain 1.–15.11. Varsinaisessa haussa käyttämättä jääneet paikat voidaan täyttää täydennyshaussa.
Rahoitus: Opiskelijan maksettava ISEP-maksu on n. 2700 euroa yhdeltä lukukaudelta. Itä-Suomen yliopisto maksaa opiskelijalle apurahan.
Huomioitavaa: TOEFL-kielikoe vaaditaan. Testiajan varaaminen on ajankohtaista vasta haun toisessa vaiheessa. Kohdeyliopistossa suoritettavat opinnot tulee voida hyväksyä osaksi opiskelijan pää- tai sivuaineopintoja Itä-Suomen yliopistossa. ISEP-vaihtoon voi liittää myös opintoihin kuuluvan harjoittelun Yhdysvalloissa. Harjoittelu-aika on maksimissaan samanpituisen kuin opiskelu-aika ISEP-yliopistossa. Harjoitteluun haetaan vasta kohdemaassa. Opiskelija vastaa itse harjoittelupaikan hankkimisesta.
Lisätietoja: <http://www.isepstudyabroad.org>

ISEP I-to-I (International-to-International)

ISEP I-to-I on yli 150 yliopiston verkosto, johon kuuluu yliopistoja ympäri maailmaa. Tämän ohjelman kautta voi hakea Euroopan ja kaukomaiden kohteisiin.

- Kenelle:** Perustutkinto-opiskelijat
Minne: Mukana yli 50 maata eri maanosista; esim. Kanada, Argentiina, Chile, Meksiko, Australia, Japani, Etelä-Korea, Indonesia, Sveitsi, Iso-Britannia
Kesto: 1 lukukausi
Hakuaika: Hakuaika on vuosittain 1.–15.11. Varsinaisessa haussa käyttämättä jääneet paikat voidaan täyttää täydennyshaussa.
Rahoitus: Opiskelijan maksettava ISEP-maksu on n. 2700 euroa. Itä-Suomen yliopisto maksaa opiskelijalle apurahan.
Huomioitavaa: Tarkista kielivaatimukset eri maihin. Mikäli ISEP-hakemuksen liitteeksi vaaditaan virallinen kielitodistus, sen hankinta on ajankohtaista vasta haun toisessa vaiheessa. Kohdeyliopistossa suoritettavat opinnot tulee voida hyväksyä osaksi opiskelijan pää- tai sivuaineopintoja Itä-Suomen yliopistossa.
Lisätietoja: <http://www.isepstudyabroad.org>

ISEP Direct

Muutammat ISEP-yliopistot ovat mukana myös (tai ainoastaan) ISEP Direct-ohjelmassa. Tällöin vaihto ei ole vastavuoroista ja opiskelija maksaa lukukausimaksut kohdeyliopistossa. Kotiyliopisto ei tällöin peri ISEP-maksua. Hakijoiden määrää ei ole rajattu eli opiskelijalla on hyvät mahdollisuudet saada opiskelupaikka. ISEP Direct -ohjelmassa mukana olevat yliopistot löytyvät täältä: <http://www.isepstudyabroad.org>

4.5 north2north

north2north-ohjelma tukee opiskelijoiden liikkuvuutta Pohjois-Amerikassa, Pohjoismaissa ja Venäjällä. Se on University of the Arctic -verkoston sisäinen opiskelijaliikkuvuusohjelma. *Vaihto-opintojen tulee liittyä arktisuuteen tai pohjoisuuteen.*

Kenelle:	Perustutkinto-opiskelijat
Kesto:	1-2 lukukautta
Hakuaika:	Hakuaika on vuosittain 1.–15.11.
Rahoitus:	Apurahan suuruus vaihtelee vuosittain ja se ilmoitetaan hakuilmoituksessa.
Lisätietoja:	http://education.uarctic.org/mobility/about-north2north/

4.6 Kahdenvälisiin sopimuksiin perustuvat vaihtopaikat

Yliopistolla on lukuisia kahdenvälisiä opiskelijavaihdon sopimuksia partneriyliopistojen kanssa. Suurin osa sopimuksista on Euroopan ulkopuolisiin yliopistoihin, mutta sopimuksia on myös Eurooppaan ja Venäjälle. Vaihtokohteiden erityispiirteet ja alakohtainen soveltuvuus tulee huomioida. Haettavana olevat vaihtopaikat vaihtelevat lukuvuosittain. [Hakuilmoituksessa ja Kansainvälisissä liikkuvuuspalveluissa on ajantasainen tieto vaihtopaikoista.](#)

Kenelle:	Pääasiassa perustutkinto-opiskelijat, mutta rajoitetusti myös jatko-tutkinto-opiskelijat.
Kesto:	1-2 lukukautta
Hakuaika:	Hakuaika on vuosittain 1.–15.11. Varsinaisessa haussa käyttämättä jääneet paikat voidaan täyttää täydennyshaussa.
Rahoitus:	Itä-Suomen yliopisto maksaa apurahan.
Lisätietoja:	http://kamu.uef.fi & www.uef.fi/opiskelu/kansainvalinen-opiskelu

Itä-Suomen yliopistolla on kahdenväliseen sopimukseen perustuvia opiskelijavaihtopaikkoja mm. seuraavien yliopistojen kanssa:

Chiba University, Japani
Hokkaido University, Japani
Kansai Gaidai University, Japani
Prefectural University of Hiroshima, Japani
Ryukoku University, Japani

Toyohashi University of Technology, Japani
Nara Institute of Science and Technology, Japani
Utsunomiya University, Japani

Hong Kong Baptist University, Kiina
Fudan University, Shanghai, Kiina
Nanjing University, Kiina
Northeast Forestry University, Kiina
Shanghai University of Traditional Chinese Medicine, Kiina
The University of Nottingham, Ningbo, Kiina

Ajou University, Korea
Keimyung University, Korea
Sungkyunkwan University, Korea
Yonsei University, Korea

Universidad Autónoma de Ciudad Juárez, Meksiko
Universidad de Guadalajara, Meksiko

University of Namibia, Namibia

Université de Caen, Ranska

Mae Fah Luang University, Thaimaa

Ohio Northern University, USA

Northern (Arctic) Federal University, Venäjä
Petrozavodsk State University, Venäjä
St. Petersburg State University, Venäjä
St. Petersburg State University of Economics (UNECON), Venäjä
Moscow State Linguistic University, Venäjä
Moscow State State Pedagogical University, Venäjä

4.7 Muut vaihtomahdollisuudet

Nordic Centre at Fudan University, Shanghai, Kiina

Nordic Centre at Fudaniin kuuluu Fudanin yliopisto ja 25 pohjoismaista yliopistoa. Nordic Centre järjestää vuosittain *Introduction to Modern China* -kesäkurssin, jolle Itä-Suomen yliopiston tutkinto-opiskelijat voivat hakea.

Kenelle: Yhteiskuntatieteiden ja kauppatieteiden opiskelijat sekä muut perustutkinto-opiskelijat, jotka voivat saada opinnot hyväksiluettua tutkintoonsa.

Kesto: 3 viikon kesäkurssi, yleensä kesä-heinäkuussa

Hakuaika: Kevätlukukaudella, tarkempi ajankohta ilmoitetaan erikseen.

- Rahoitus:** Kurssi on ilmainen, matkakulut ja asumisen opiskelija maksaa itse. Itä-Suomen yliopisto maksaa opiskelijalle apurahan.
- Lisätietoja:** <http://www.nordiccentre.org>

Nordic Centre in India

The Nordic Centre in India (NCI) on pohjoismainen yliopistojen konsortio, jonka tavoitteena on edistää Intian ja Pohjoismaiden välistä korkeakoulutuksen ja tutkimuksen yhteistyötä. Nordic Centre järjestää eri alojen kursseja Intiassa, joille opiskelijoilla on mahdollisuus osallistua.

- Kenelle:** Yhteiskuntatieteiden, ympäristötieteiden ja terveystieteiden opiskelijat sekä muut perustutkinto-opiskelijat, jotka voivat saada opinnot hyväksiluettua tutkintoonsa.
- Minne:** 3 eri kurssia eri kaupungeissa:
- *Contemporary India* kesä-heinäkuussa Hyderabadissa
- *Demography, Gender and Reproductive Health* heinä-elokuussa Mumbaissa
- *Approaching the Environment in India* heinä-elokuussa Bangalossa
- Kesto:** 4 viikkoa
- Hakuaika:** Kevätlukukaudella, tarkempi ajankohta ilmoitetaan erikseen.
- Rahoitus:** Kurssimaksu n. 1000 € sisältää asumisen, ruuan ja opetuksen. Matkakulut opiskelija maksaa itse. Itä-Suomen yliopisto maksaa opiskelijalle apurahan.
- Lisätietoja:** <http://www.nordiccentreindia.com>

Itsenäisesti ulkomaille

Ulkomaisiin yliopistoihin voi hakeutua suorittamaan vaihto-opiskelujaksoa myös vaihto-ohjelmien ulkopuolella, ns. freemoverina. Tällöin opiskelija hankkii opiskelu-paikan itsenäisesti ja vastaa vaihtoon liittyvistä asioista itse. Itsenäisesti lähtiessä opiskelijan on valmistauduttava olemaan erittäin oma-aloitteinen ja tiedonhakuun on varattava aikaa. Prosessi kannattaa aloittaa ajoissa.

Hakukäytännöt, hakuajat ja lukukausimaksut vaihtelevat maittain, yliopistoittain ja aloittain. Jo alkuvaiheissa on hyvä tarkistaa vastaanottavalta yliopistolta, periikö se lukukausimaksuja ja miettiä rahoituksen järjestäminen. Lisäksi kannattaa selvittää, saako kohdeyliopistosta apua asunnon hankinnassa ja muissa käytännön asioissa.

Apuna opiskelumaan ja -paikan valinnassa toimivat mm. CIMOn julkaisemat oppaat: <http://www.maailmalle.net/> ja <http://www.maatiето.net/>. Myös laitoksen ja tiedekunnan mahdollisia kontakteja ulkomaille kannattaa kartoittaa.

Freemover-apuraha

- Kenelle:** Perus- ja jatkotutkinto-opiskelijat. Vaihto-ohjelmien ja sopimusten ulkopuolella liikkuvat eli opiskelijat, jotka ovat hankkineet vaihto-opiskelupaikkansa ulkomailta itse.
- Kesto:** Apuraha myönnetään 3 kk tai sitä pidempiin opiskeluvaihtoihin.
- Hakuaika:** Kaksi kertaa vuodessa: 1.-15.5. ja 1.-15.11.
Huom! Apuraha ei välttämättä ole haettavana joka vuosi.
- Rahoitus:** Apurahan suuruus on sama kuin vaihto-ohjelmien kautta lähteville opiskelijoille. Kohdeyliopisto saattaa periä lukukausimaksuja.
- Huomioitavaa:** Opintojen ulkomailla tulee sisältyä Itä-Suomen yliopistossa suoritettavaan tutkintoon, ja opiskelijan laitoksen/osaston on puollettava vaihtoa. Ulkomaan opinnot eivät saa johtaa tutkintoon ulkomailla. Apurahaa on haettava ennen ulkomaan opintojen alkua. Apurahaa ei myönnetä harjoitteluun ulkomailla. Apurahaa ei yleensä myönnetä, mikäli opiskelijalla on ollut mahdollisuus hakeutua samaan kohteeseen yliopiston vaihto-ohjelmien tai -sopimusten kautta. Tarkemmat hakuohjeet julkaistaan hakuaikojen alkaessa. Freemover-apurahan myöntäminen on harkinnanvaraista.

Erasmus+ globaali liikkuvuus

Korkeakoulujen Erasmus+ globaali liikkuvuus -ohjelmaan kuuluu Euroopan ulkopuolisia kumppanimaita. Liikkuvuusohjelma sisältää myös opiskelijavaihtoa. Ohjelmaa koordinoidaan Kehittämispalveluissa.

- Kenelle:** Perustutkinto-opiskelijoille
- Minne:** Esim. Marokko, Serbia
- Kesto:** 3-12 kk
- Rahoitus:** 650 €/kk sekä matka-apuraha
- Huomioitavaa:** Opintojen ulkomailla tulee sisältyä Itä-Suomen yliopistossa suoritettavaan tutkintoon, ja opiskelijan laitoksen/osaston on puollettava vaihtoa. Vaihto-opiskelu ei saa johtaa tutkintoon ulkomailla. Hakuaajat vaihtelevat.
- Lisätietoja:** Kirsi Karjalainen, Kehittämispalvelut/Yliopistopalvelut
kirsi.karjalainen@uef.fi
<http://www.uef.fi/fi/web/icm>

5 Harjoittelu ulkomailla

Kansainvälinen harjoittelu tarjoaa mahdollisuuden määräaikaiseen työskentelyyn ulkomailla. Harjoittelu tarkoittaa työskentelyä omalla alalla ja sen päämääränä on tukea opintoja sekä kasvattaa jo olemassa olevaa ammattitaitoa. Hakijalta edellytetään riittävää kielitaitoa sekä eräissä ohjelmissa jo loppuvaiheeseen edenneitä opintoja. Harjoittelu voi vaihdella muutaman viikon mittaisesta kesätyöstä aina vuoden kestävään työskentelyjaksoon ulkomailla.

Harjoittelumahdollisuuksia kannattaa ryhtyä selvittämään hyvissä ajoin. Kansainvälisten liikkuvuuspalveluiden tietoon tulevista harjoittelupaikoista ilmoitetaan verkkosivuilla. Harjoitteluohjelmien ja -paikkojen hakuajat vaihtelevat, joten ne kannattaa selvittää ajoissa. ETA-alueen ulkopuolelle tarvitaan työlupa ja usein myös viisumi.

Harjoittelupaikkaa hakiessa on yleensä hyvä kirjoittaa hakukirje ja liittää sen mukaan CV ja opintosuoritusote, kaikki englanniksi tai kohdemaan kielellä.

Harjoittelupaikka on ulkomailta huomattavasti helpompi saada, jos hakemuksessa voi mainita, että työnantajan ei tarvitse maksaa palkkaa. Mikäli harjoittelu kuuluu Itä-Suomen yliopistossa suoritettavaan tutkintoon ja opiskelija on opintotukeen oikeutettu, voi yleensä saada opintotukea ulkomaille.

Harjoittelujaksoihin näissä kohteissa voi tiedustella laitoksen/osaston maksamaa harjoittelutukea tai Erasmus-harjoitteluapurahaa. Erasmus-harjoittelusta on kerrottu osassa 4. *Vaihto-ohjelmat*.

CIMOn (Kansainvälisen liikkuvuuden ja yhteistyön keskus) järjestämistä ja/tai rahoittamista harjoittelumahdollisuuksista saa lisätietoja osoitteesta <http://www.cimo.fi/ohjelmat> .

6 Vaihto-opiskelijan oikeudet ja velvollisuudet

Opiskelijalla on oikeus

- saada pääsääntöisesti vapautus mahdollisista lukukausi-, kuulustelu- tai vastaavista maksuista, mikäli vaihto tapahtuu Itä-Suomen yliopiston vaihto-ohjelmien tai sopimusten kautta.
- hakea opintotukea ulkomaanopiskelun ajaksi.
- tehdä opintosuunnitelma eli Learning Agreement yhdessä oman laitoksen/osaston kansainvälisten asioiden yhteyshenkilön kanssa. Opintosuunnitelma sisältää alustavan suunnitelman ulkomailla suoritettavista opinnoista. Opintosuunnitelman tekeminen auttaa opintojen hyväksilukemisessa.
- saada Learning Agreementin mukaisesti suoritettavat opinnot osaksi kotiyliopistossa suoritettavaa tutkintoa. Asiasta on keskusteltava tarkemmin laitoksen/osaston kv-yhteyshenkilön kanssa.
- saada kohdeyliopiston opintosuoritusote/todistus ulkomailla suoritetuista opinnoista.
- vaihdon jälkeen anoa tarvittaessa lisäaikaa tutkinnon suorittamiseen vaihto-opiskelijajaksos perusteella.

Opiskelijalla on velvollisuus

- suunnitella opinnot etukäteen ja keskustella opintosuunnitelman muutoksista HOPS-ohjaajan kanssa.
- osallistua Kansainvälisten liikkuvuuspalveluiden järjestämään lähtöorientaatioon tai perehtyä vastaaviin asioihin itsenäisesti.
- suorittaa koko sovittu vaihto vastaanottavassa yliopistossa, tentit mukaan luettuina sekä noudattaa vastaanottavan yliopiston sääntöjä ja määräyksiä.
- sopia viipymättä kaikista Learning Agreementiin tehtävistä muutoksista laitoksen/osaston kv-yhteyshenkilön kanssa.
- säilyttää allekirjoitettu Learning Agreement.
- hakea vaihto-opintojen hyväksilukemista laitoksella/osastolla vaihdon jälkeen, sillä opinnot eivät siirry automaattisesti ulkomailta Itä-Suomen yliopiston opintorekisteriin.
- huolehtia itse omasta vakuutusturvastaan koko ulkomailla opiskelun ja matkojen ajan.
- toimittaa vaihdon todentavat dokumentit Kansainvälisten liikkuvuuspalveluiden antamien ohjeiden mukaan
- ilmoittaa välittömästi Kansainvälisiin liikkuvuuspalveluihin mikäli vaihto peruuntuu tai keskeytyy.

7 Käytännön asioita ennen vaihtoa

7.1 Apuraha

Ennen vaihtoon lähtöä opiskelijan tulee palauttaa Kansainvälisiin liikkuvuuspalveluihin vähintään apurahan vastaanottamislomake ja kopio vastaanottavan yliopiston hyväksymisilmoituksesta. Apurahaa ei makseta ennen näiden dokumenttien palauttamista. Apuraha maksetaan opiskelijan ilmoittamalle tilille aikaisintaan kuukautta ennen vaihdon alkua. Apurahan maksatukseen kuluu noin kuukausi, joten dokumentit kannattaa palauttaa ajoissa.

7.2 Ilmoittautuminen läsnäolevaksi kotiyliopistoon

Vaihtoon lähtevän opiskelijan tulee ilmoittautua läsnäolevaksi opiskelijaksi Itä-Suomen yliopistoon koko vaihdon ajaksi ja maksaa ylioppilaskunnan jäsenmaksu. Läsnäolevaksi ilmoittautuminen vaihdon ajalle on välttämätöntä, jotta vaihdon aikana suoritettavat opinnot voidaan kirjata rekisteriin oikealle ajanjaksolle. Läsnäolevaksi opiskelijaksi ilmoittautuminen on myös opintotuen ja apurahan maksamisen edellytys.

7.3 Oleskelulupa- ja viisumiasiat

Suomen kansalaisen ei tarvitse hankkia oleskelulupaa tai viisumia lähtiessään vaihtoon EU- ja ETA-maihin. Mikäli opiskelija oleskelee toisessa EU- tai ETA-maassa yli kolme kuukautta, hänen tulee rekisteröityä asukkaaksi paikan päällä. Lisätietoja voi kysyä kohdeyliopistosta.

Mikäli opiskelija matkustaa maahan, johon tarvitaan opiskelijan oleskelulupa, on sitä haettava mahdollisimman hyvissä ajoin ennen vaihdon alkamista. Joihinkin maihin tarvitaan lisäksi viisumi. Lupahakemusten käsittelyajat saattavat olla yllättävän pitkät. Lupakäytännöt muuttuvat jatkuvasti, joten vaatimukset ja viimeisimmät tiedot tulee aina tarkistaa kohdemaan suurlähetystöstä tai konsulaatista.

Oleskelulupahakemuksen käsittelyä varten tulee yleensä olla seuraavat asiakirjat:

- huolellisesti täytetty hakemus ja passivalokuvia
- hyväksytyt, voimassa olevat matkustusasiakirjat (käytännössä passi, joka on voimassa koko vaihdon ajan ja vielä tietyn ajan vaihdon jälkeen)
- asiakirjat, joilla osoitetaan suunnitellun oleskelun tarkoitus ja edellytykset (esim. hyväksymiskirje vastaanottavasta yliopistosta, vaihtotodistus Itä-Suomen yliopistosta, todistukset toimeentuloon riittävistä rahavaroista)
- matkavakuutus, jonka voimassaolo kattaa koko oleskelun keston

Jos suurlähetystössä tarvitsee asioida henkilökohtaisesti, on huolehdittava että kaikki tarvittavat paperit ja asiakirjat ovat mukana. Puutteellisia hakemuksia ei yleensä käsitellä, joten hakijan tulee noudattaa tarkoin annettuja ohjeita mm. vaadittavista liitteistä.

7.4 Vakuutus

Itä-Suomen yliopisto ei vakuuta vaihtoon lähteviä opiskelijoita, joten on tärkeää, että kaikki vaihtoon lähtevät opiskelijat hankkivat matka-vakuutuksen. On hyvä huolehtia, että vakuutus kattaa mahdolliset loma-ajat, matkat, vapaa-ajan ja tarvittaessa myös työnteon.

EU- ja ETA-maahan lähtijä tarvitsee myös Kelan myöntämän eurooppalaisen sairaanhoitokortin (EHIC), jolla saa toisessa EU- ja ETA-maassa sekä Sveitsissä oleskellessaan lääketieteellisistä syistä välttämättömän sairaanhoidon ko. maan lainsäädännön ja järjestelmän mukaisesti ja samoin omavastuukustannuksin ja menettelyin kuin kyseisen maan omat kansalaiset. Eurooppalaisella sairaanhoitokortilla ei saa korvausta sairastumisen tai onnettomuuden takia poikkeuksellisesta kuljetuksesta. Varsinainen matkavakuutus korvaa tällaisia kustannuksia samoin kuin lisämaksuja ja omavastuuosuuksia hoidosta.

7.5 Terveystieteiden tutkimuskeskus

On suositeltavaa käydä Ylioppilaiden Terveystieteiden tutkimuskeskuksessa (YTHS) tai muussa terveydenhuollossa hoitamassa terveysasiat kuntoon hyvissä ajoin ennen vaihtoon lähtöä. Reseptit kannattaa uusia ja varata riittävä määrä reseptilääkkeitä mukaan. Rokotuksia varten terveydenhuollossa on syytä käydä hyvissä ajoin ennen matkaa. Lisätietoa rokotuksista ja muusta matkoihin liittyvästä terveydenhuollosta saat YTHS:n Matkailuneuvonnasta sekä Terveysten ja Hyvinvoinnin laitoksen Matkailijan Terveystieteiden tutkimuskeskuksesta:

<http://www.yths.fi/matkailuneuvonta>

http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/tutkimus/tyokalut/matkailijan_terveysopas

<http://www.rokote.fi>

7.6 Asuminen

Asumisjärjestelyt vaihtelevat suuresti eri maiden ja yliopistojen välillä. Yleensä vaihto-ohjelman kautta lähdeettäessä vastaanottava yliopisto avustaa asunnon hankinnassa. Tietoa asuntoasioista saa usein hyväksymiskirjeen ja infopakettien mukana tai kohdeyliopiston sivuilta. Materiaali kannattaa lukea huolellisesti läpi ja noudattaa tarkoin siinä mainittuja ohjeita. Joskus asuntohakemus tulee lähettää jo samanaikaisesti vaihtohakemuksen kanssa. Asunnonhaku kannattaa aloittaa heti kun mahdol-

lista, sillä mitä suuremmasta kaupungista on kyse, sitä haastavampaa asunnon löytäminen voi olla. Mikäli vastaanottavalla yliopistolla ei ole opiskelija-asuntolaa, neuvoa voi kysyä vastaanottavan yliopiston kansainvälisestä toimistosta, aikaisemmin samassa kohteessa olleilta vaihto-opiskelijoilta tai kampuksella vaihdossa olevilta opiskelijoilta. Joskus asunnosta ei ole varmuutta ennen lähtöä, mutta asuntoa voi hyvin etsiä vielä paikan päälläkin. Hyvä käytäntö on varata muutaman ensimmäisen yön majoitus esim. hostellista.

7.7 Raha-asiat

Pankit tarjoavat erilaisia vaihtoehtoja raha-asioiden hoitoon ulkomailla. Kansainvälisen luottokortin (esim. Visa tai MasterCard) hankkiminen on suositeltavaa mikäli mahdollista. Uusien pankkikorttien saaminen kestää jonkin aikaa, joten kortti tulee tilata ajoissa.

Pankkitilin avaamisesta vaihtokohteessa kannattaa kysyä aiemmin vaihdossa olleilta opiskelijoilta tai kohdeyliopiston kansainvälisestä toimistosta. On kuitenkin varauduttava siihen, että joissain maissa tilin avaaminen ulkomaalaiselle ei ole edes mahdollista. Lisäksi tilin avaaminen ja sulkeminen voi olla hankalaa ja kallista.

7.8 Uuteen kulttuuriin sopeutuminen

Uuteen kulttuuriin sopeutuminen on prosessi, joka pitää sisällään erilaisia vaiheita. Prosessin aikana tuntemukset voivat vaihdella euforiasta epätoivoon ja kaiken uuden hehkutuksesta pohjattomaan koti-ikävään. Jokainen kokee uuteen ympäristöön sopeutumisen omalla tavallaan. Ulkomailla eläminen on tutustumismatka paitsi kohdemaan kulttuuriin (ja toisten vaihto-opiskelijoiden kulttuuriin), myös omaan itseen ja omaan kulttuuriin. Tulemme tietoisiksi omista arvoistamme ja asenteistamme vasta kun kohtaamme toisenlaisen arvomaailman. Jotta vaihtokokemuksesta saisi mahdollisimman paljon irti, on muistettava avoin ja arvostava asenne erilaisuutta kohtaan. Sopeutumisprosessi kannattaa ottaa ennen kaikkea oppimiskokemuksena.

On hyvä tunnistaa oman sopeutumisprosessin vaiheita ja pohtia omia keinoja selviytyä mahdollisista tiukoista paikoista. Ongelmien kanssa ei tarvitse jäädä yksin, vaan kannattaa jutella niistä muiden vaihto-opiskelijoiden kanssa. Lisäksi on hyvä pitää säännöllisesti yhteyttä perheeseen ja ystäviin, ja tarvittaessa ottaa yhteyttä koti- ja kohdeyliopiston kv-asioiden koordinaattoreihin.

7.9 Lähtöorientaatio

Ennen vaihtoon lähtemistä opiskelijan on suositeltavaa osallistua Kansainvälisten liikkuvuuspalveluiden järjestämään lähtöorientaatioon. Lähtöorientaatiossa annetaan tietoa keskeisimmistä vaihdon asioista: käytännön järjestelyistä, rahoituksesta, opintojen suunnittelusta, uuteen kulttuuriin sopeutumisesta jne. Lähtöorientaatio järjestetään yleensä huhtikuussa ja suppeampana marraskuussa. Kansainväliset liikkuvuuspalvelut tiedottaa vaihtoon lähtijöitä lähtöorientaation tarkemmasta ajankohdasta.

8 Käytännön asioita vaihdon jälkeen

Kotiinpaluu vaihdon jälkeen vaatii usein oman totuttelunsa. On siis hyvä muistaa, että myös silloin kannattaa antaa itselleen aikaa sopeutua. Kansainvälistymisen ei tarvitse päättyä vaihtojaksoon vaan kotimaassakin on monia mahdollisuuksia jatkaa kansainvälisen kokemuksen hankkimista ja kansainvälisen osaamisen kehittämistä. Seuraavassa on ohjeita vaihdon päättymiseen liittyvistä käytännön asioista.

8.1 Ulkomailla suoritettujen opintojen hyväksilukeminen

Opintojen hyväksilukeminen kotiyliopistossa helpottuu, jos opiskelija säilyttää kaiken materiaalin, joka liittyy ulkomailla suoritettuihin opintojaksoihin. Aikataulut, kurssikuvaukset, luentomuistiinpanot, harjoitustyöt, esseet, kirjallisuusluettelot jne. kannattaa tuoda mukana Suomeen. Materiaalin avulla on helpompi osoittaa kurssin sisältö, laajuus ja vaativuus. Opiskelijan tulee varmistaa ennen vaihdon päättymistä, että hän saa opintosuoritusotteen tai muun todistuksen suorittamistaan kursseista. Jotkut yliopistot voivat antaa todistuksen jo vaihdon päättyessä, mutta usein se lähetetään myöhemmin postissa joko opiskelijalle tai kotiyliopistoon. Kotiyliopistossa opiskelijan tulee itse toimittaa opintosuoritusote omalle laitokselle/osastolle, missä opintopisteet voidaan kirjata rekisteriin. Opintojen hyväksilukeminen ja kirjaaminen tapahtuu siis laitoksella/osastolla (ei Kansainvälisissä liikkuvuuspalveluissa). Mikäli opintojen hyväksilukemisessa on ongelmia, kannattaa ottaa yhteyttä Kansainvälisiin liikkuvuuspalveluihin.

Opintojen hyväksilukemisessa tulee ottaa huomioon opiskelujärjestelmien ja opintorakenteiden erilaisuus eri maissa. Hyväksilukemisen helpottamiseksi on luotu eurooppalainen ECTS-järjestelmä (European Credit Transfer System). ECTS:n mukaan täysipäiväinen opiskelija suorittaa lukuvuodessa 60 ECTS-pistettä. Suomen yksi opintopiste vastaa yhtä ECTS-pistettä. Kaikki kohdeyliopistot eivät kuitenkaan käytä ECTS-järjestelmää.

8.2 Dokumentit

Jokaisen ulkomailla vaihto-opiskelijana tai harjoittelijana olleen tulee vaihtojakson jälkeen palauttaa mahdollisimman pian seuraavat asiakirjat skannattuina SoleMOVE-hakujärjestelmään:

- todistus vaihdon kestosta (Letter of Confirmation)
- kopio ulkomailla suoritettujen opintojen todistuksesta tai opintosuoritusotteesta (Transcript of Academic Records)
- kopio allekirjoitetusta opintosuunnitelmasta (Learning Agreement + Changes to Learning Agreement)

Opiskelijan on lisäksi täytettävä

- vaihtoraportti SoleMOVEssa (Feedback-välilehti)
- Erasmus-raportti (Erasmus-vaihdossa olleet saavat henkilökohtaisen linkin sähköpostitse)

8.3 Kotikansainvälistyminen

Kansainvälistymistä voi kokea Itä-Suomen yliopistossakin. Ulkomaalaisten opiskelijoiden tuutorina toimiminen on erinomainen tapa kotikansainvälistyä. Kansainvälisten opiskelijoiden tuutorilta ei vaadita erityistaitoja, vaan riittää, että tuutorina toimiva on motivoitunut auttamaan kansainvälisiä opiskelijoita. Kv-tuutorin tehtäviin kuuluu mm. käytännön asioissa opastaminen. Lisätietoja kv-tuutoroinnista saat Kamun Opiskelijan käsikirjasta, osoitteesta <http://www.uef.fi/fi/opiskelu/kv-tuutorointi> sekä Kansainvälisistä liikkuvuuspalveluista.

Opiskelijat voivat osallistua myös ylioppilaskunnan kansainväliseen toimintaan. Katso lisätietoja: <http://isyy.fi/mukaan-toimintaan/kerhot/kerhot-kampuksilla/>

8.4 Muuta

Vaihtoon on mahdollista lähteä opintojen aikana useamman kerran. Erasmus- ja FIRST-ohjelmissa osallistumista on rajoitettu ohjelmien säännöissä. Muiden vaihtojen osalta lisätietoja saa Kansainvälisistä liikkuvuuspalveluista.

Paluorientaatio vaihdosta palanneille opiskelijoille järjestetään sekä syys- että kevätlukukaudella. Vaihdossa olleet ovat tervetulleita kertomaan kokemuksistaan ja keskustelemaan muiden vaihdossa olleiden kanssa. Paluorientaatioista ilmoitetaan sähköpostitse.

9 Toimintaohjeet tiivistetysti

Hakuvaiheessa

- Tutustu oman laitoksen/osaston vaihtokohteisiin sekä koko yliopistoa koskevien sopimusten tarjoamiin mahdollisuuksiin.
- Valitse opiskelun ja -kieli sekä vaihtoehdot kohdeyliopistoksi.
- Suunnittele opintosi kohdeyliopistossa mahdollisimman tarkasti.
- Suunnittele ulkomaanopintojesi rahoitus etukäteen.
- Keskustele laitoksen/osaston kv-yhteyshenkilön kanssa vaihdostasi ja ulkomaisten opintojen sisällyttämisestä tutkintoosi.
- Täytä hakulomake SoleMOVEssa huolellisesti hyvissä ajoin ennen hakuaajan päättymistä.
- Mikäli hakemuksesi liitteeksi vaaditaan kielitestitulokset, varaa aika kielitestiin hyvissä ajoin.
- Mikäli hakemuksesi liitteeksi tarvitaan akateeminen suositus, pyydä se hyvissä ajoin.
- Tultuasi valituksi Itä-Suomen yliopiston ehdokkaaksi, huolehdi kohdeyliopiston hakulomakkeiden täyttämistä ajoissa. Lopullisen päätöksen vaihtopaikan saamisesta tekee kohdeyliopisto.

Ennen lähtöä

- Ilmoittaudu vaihdon ajaksi läsnäolevaksi ja maksa ylioppilaskunnan jäsenmaksu.
- Ilmoita ulkomailla opiskelustasi opintotukeen olosuhdemuutosilmoituslomakkeella.
- Palauta tarvittavat lomakkeet Kansainvälisiin liikkuvuuspalveluihin.
- Tarkista passin voimassaolo. Joissakin maissa vaaditaan, että passi on voimassa vielä tietyn ajan maasta poistumisen jälkeenkin.
- Hoida mahdolliset viisumi- ja oleskelulupa-asiat kuntoon hyvissä ajoin.

- Varmista asunnon saanti ulkomailta. Selvitä, auttaako kohdeyliopisto asunnon hankkimisessa vai täytyykö sinun etsiä asunto itse.
- Osallistu ulkomaille vaihtoon lähteville tarkoitettuun lähtöorientaatioon.
- Varmista päivämäärä, jolloin sinun on oltava kohdeyliopistossasi. Usein kansainvälisille opiskelijoille järjestetään orientaatio, johon tulee osallistua. Varmista myös opintojen päättymisajankohta, huomioi esim. tenttijaksot.
- Tee matkasuunnitelma. Muista vertailla eri matkustusvaihtoehtojen hintoja.
- Vahvista kielitaitoasi ennen vaihtoon lähtemistä tarpeen ja mahdollisuuksien mukaan.
- Huolehdi tarvittavien vakuutusten ottamisesta. EU-maihin tarvitset myös Kelan myöntämän eurooppalaisen sairaanhoitokortin (EHIC).
- Muista ottaa mukaan kotiyliopistosi yhteystiedot. Ilmoita välittömästi opiskeluasi koskevista muutoksista kotiyliopistoosi.
- Pidä ulkomailta ollessasi yhteyttä kotimaan ystäviisi ja myös Kansainvälisiin liikkuvuuspalveluihin.
- Ota mukaasi kohdeyliopistolle materiaalia Itä-Suomen yliopistosta.
- Lähde matkaan avoimin mielin. Ulkomailta opiskelu antaa sinulle uusia virikkeitä, elämäkokemusta ja kielitaitoa.

Vaihdon jälkeen

- Huolehdi, että sinulla on riittävän selkeät tiedot ulkomailta suorittamistasi opinnoista, niiden sisällöistä sekä suoritetuista tenteistä ja arvostelusta.
- Ota mukaan esitteitä, oppaita ja muuta mahdollista materiaalia kohdemaastasi ja -yliopistosta.
- Hoida laitoksesi/osastosi kanssa vaihto-opintojesi hyväksilukeminen kotiyliopiston tutkintoon.
- Toimita Kansainvälisten liikkuvuuspalveluiden vaatimat vaihtoon liittyvät dokumentit SoleMOVEen.
- Älä unohda ystäviäsi vaihdon ajalta.
- Kansainvälistymistä voit jatkaa ryhtymällä saapuvien kansainvälisten opiskelijoiden tuutoriksi tai osallistumalla ylioppilaskunnan toimintaan.

10 Tietolähteitä

Kamun Opiskelijan käsikirjan vaihto-opiskeluosio

→ <http://kamu.uef.fi>

Kansainväliset liikkuvuuspalvelut

→ www.uef.fi/opiskelu/kansainvalinen-opiskelu

Kansainvälisen liikkuvuuden ja yhteistyön keskus CIMO

→ www.cimo.fi; www.maailmalle.net; www.maatieto.net

Tietoa opiskelusta Pohjoismaissa → www.norden.org

Nordlys-verkosto → www.nordlys.info

Kela → www.kela.fi

SYL → <http://apurahat.syl.fi>

Säätiöpalvelu → www.saatiopalvelu.fi

ISEP → www.isepstudyabroad.org

Tietoa EU- ja ETA-maiden koulutusjärjestelmistä

→ www.oph.fi; www.eurydice.org

TOEFL (Test of English as a Foreign Language)

→ www.ets.org/toefl

IELTS → <http://www.ielts.org/>

Fulbright Center → www.fulbright.fi

British Council → www.britishcouncil.fi

Goethe Instituut → www.goethe.de

DAAD → www.daad.de

Suomi-Amerikka yhdistysten liitto ry. → www.sayli.fi

Ranskan kulttuurikeskus → www.france.fi

11 Yhteystiedot

Kansainväliset liikkuvuuspalvelut / Opinto- ja opetuspalvelut

international@uef.fi

- **JOENSUU – Aurora, sisäänkäynti A**
- **KUOPIO – Canthia, Oppari**
- **SAVONLINNA – A 134**

Henkilökunnan tarkemmat yhteystiedot ja laitosten/osastojen kansainvälisten asioiden yhteyshenkilöiden nimet ovat Kamussa sekä Kansainvälisten liikkuvuuspalveluiden verkkosivuilla www.uef.fi/opiskelu/kansainvalinen-opiskelu .