

Foto: C. Husevåg, utveksling i Portugal



Foto: A. Berg, utveksling i Skottland

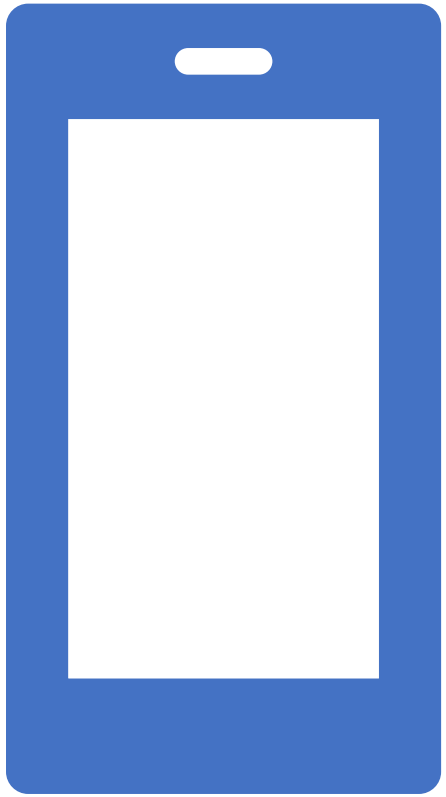
Informasjonsmøte om utveksling til Europa

Våren 2027

Hva skal vi snakke om i dag?

- Språk
- Lånekassen
- Bolig
- Pass og visum
- Erasmus+
- Forsikring
- Semesterregistrering
- Godkjenning
- Sikkerhet og beredskap

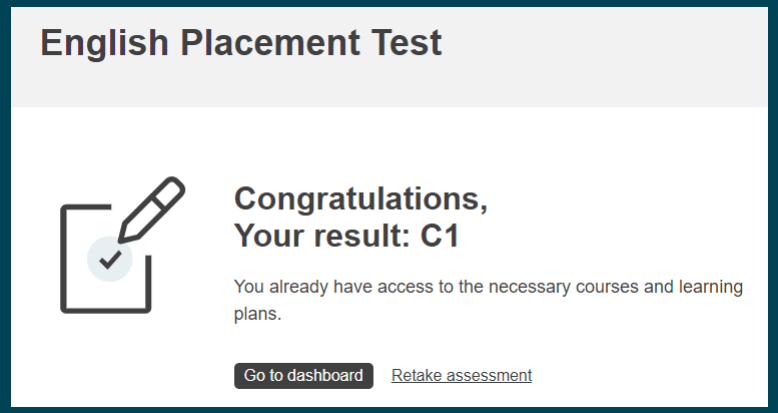

Foto: H. Sævareid, utveksling i Danmark

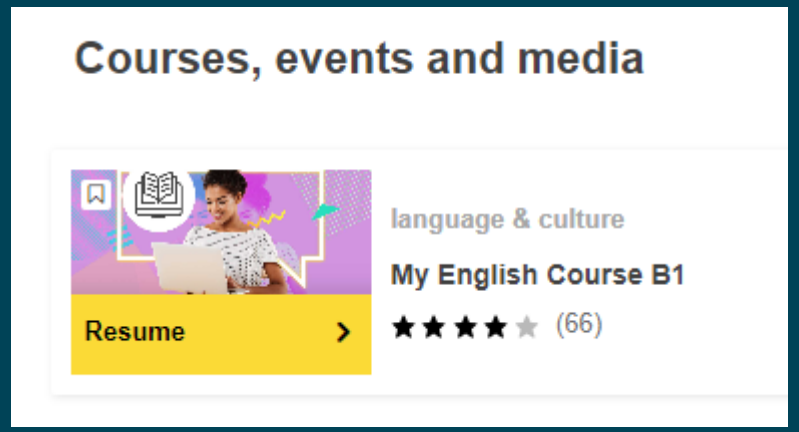


Det viktigste

BRUK APPEN!

Språk





- Sjeldent med språkkrav – men vi ser det mer hvert år
- Online språktest og kurs (OLS) i undervisningsspråket før avreise – via EU Academy-portal
- Språkkurs i vertslandet på over fire uker i forkant av oppholdet kan gi støtte fra Lånekassen dersom det er et ikke-engelskspråklige kurs

Skjermbilder fra EU Academy

Lånekassen

Lånekassen – hva?

- Samme støtte som om du var hjemme. Både stipend og lån
- Du får alt utbetalt i én utbetaling
- Les mer og bruk Lånekassens egen kalkulator på nettsidene deres

https://lanekassen.no/nb-NO/stipend-og-lan/utland/utveksling-til-et-universitet-eller-en-hoyskole/

Lånekassen

Hvordan søke om lån?

- Søk elektronisk som vanlig, kryss av for at du skal på utveksling og at det *ikke* er skolepenger. Du trenger da ikke å levere flere vedlegg.
- **Husk å laste opp opptaksbrev i utvekslingsappen!** Dette er lånekassen sitt «bevis» på at du skal på utveksling


Foto: H. Solevåg, utveksling i Danmark

Bolig

- Du er **selv ansvarlig** for å skaffe deg bolig
- De fleste universitetene tilbyr studenthybler
- Du får informasjon om dette fra vertsinstitusjonen og søker selv
- Skal du skaffe deg bolig privat?
  - Dra dit et par uker før og skaff deg da et midlertidig sted å bo (hotell, hostell, AirBnB)
  - Bestill visninger før du reiser
  - Aldri signer på noe eller betale noe uten å ha sett leiligheten

Pass

- Sørg for at du har et pass som er gyldig til og med seks måneder etter hjemkomst



Bilde hentet fra Global Residence Index, Unsplash

Stipend fra Erasmus+

Alle som skal på Erasmus+ utveksling slipper å betale skolepenger og kan få ekstrastipend fra EU

Stipendsatser:

- € 410 pr måned for «lavkostland»
- € 460 pr måned for «høykostland»

70 % av stipendet ved avreise og 30 % etter hjemkomst



Foto: M. Melkevik, utveksling i Tsjekkia



Foto: H. Solevåg, utveksling i Danmark

Erasmus+ Stipend: tilleggsstipend

Rent praksisopphold

+ 150 Euro per måned

Underrepresenterte grupper

+ 250 Euro per måned

- Barn under 18
- Omsorgsansvar for familiemedlemmer
- Varig nedsatt funksjonsevne og/eller kroniske sykdommer
- Flyktningstatus
- Urfolk og nasjonale minoriteter

https://www.hvl.no/erasmus

Erasmus+ Stipend: før du reiser

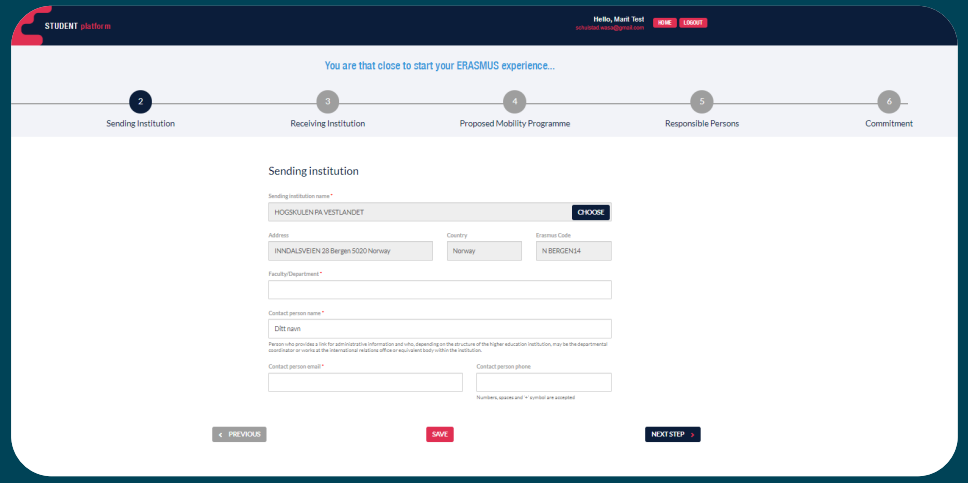
For å første del av stipendet må du ha fullført og signert:

- Online Learning Agreement (OLA)
  - Digitalt eller papir (praksis)
- Erasmus+ Grant Agreement
  - Digitalt gjennom appen

Etter opptaksbrev er lastet opp, legger du inn nødvendig informasjon som bankkontonummer osv.

Følg prosessen:

- HVLs utvekslingsapp
- www.hvl.no/erasmus



Skjermbilde fra Online Learning Agreement

MILJØSTIPEND

3000 kroner fra HVL om du reiser miljøvennlig.

Gjelder til eller fra utveksling.

€50 ekstra fra Erasmus+

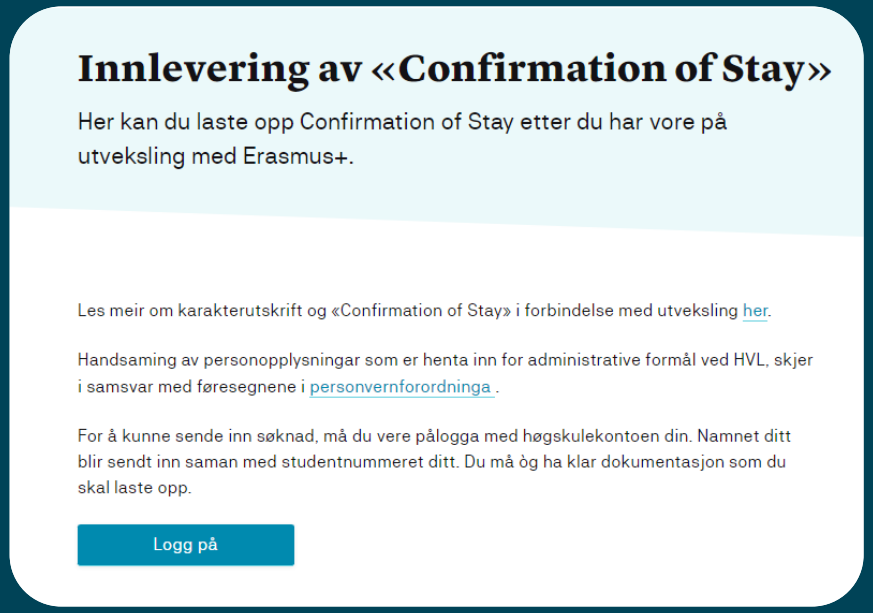
Les mer om vilkår på HVL sine nettsider om miljøstipend.



Høgskulen på Vestlandet

Erasmus+ Stipend: når du kommer hjem

- For å få andre del av stipendet:
  1. Levert Confirmation of Stay
     - https://www.hvl.no/om/sentrale-dokument/skjema/confirmation-of-stay/
  2. Levert Erasmus Participant Report
     - Sendes automatisk på epost den dagen du er registrert med hjemreise.



Innlevering av «Confirmation of Stay»

Her kan du laste opp Confirmation of Stay etter du har vore på utveksling med Erasmus+.

Les meir om karakterutskrift og «Confirmation of Stay» i forbindelse med utveksling her.

Handsaming av personopplysningar som er henta inn for administrative formål ved HVL, skjer i samsvar med føresegnene i personvernforordninga .

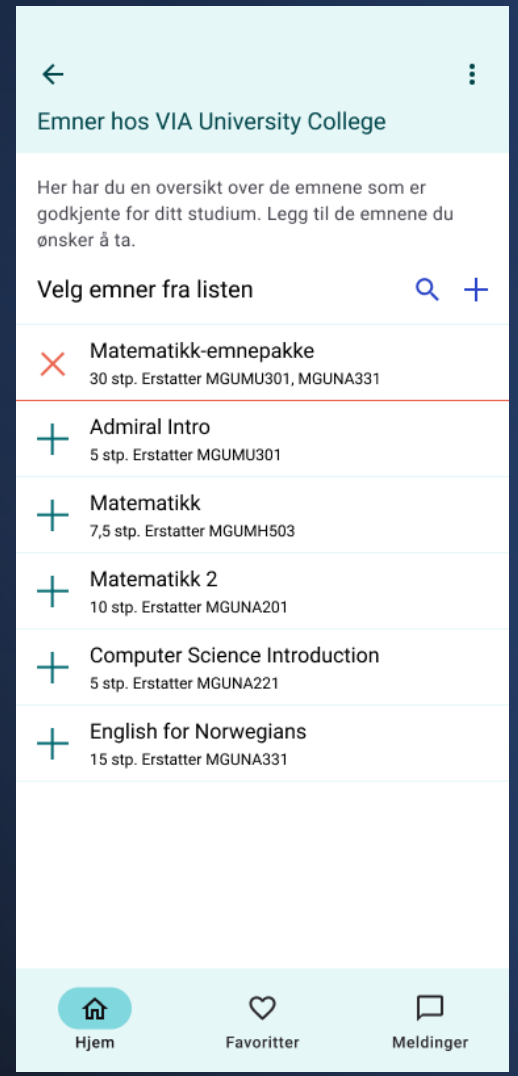
For å kunne sende inn søknad, må du vere pålogga med høgskulekontoen din. Namnet ditt blir sendt inn saman med studentnummeret ditt. Du må òg ha klar dokumentasjon som du skal laste opp.

Logg på

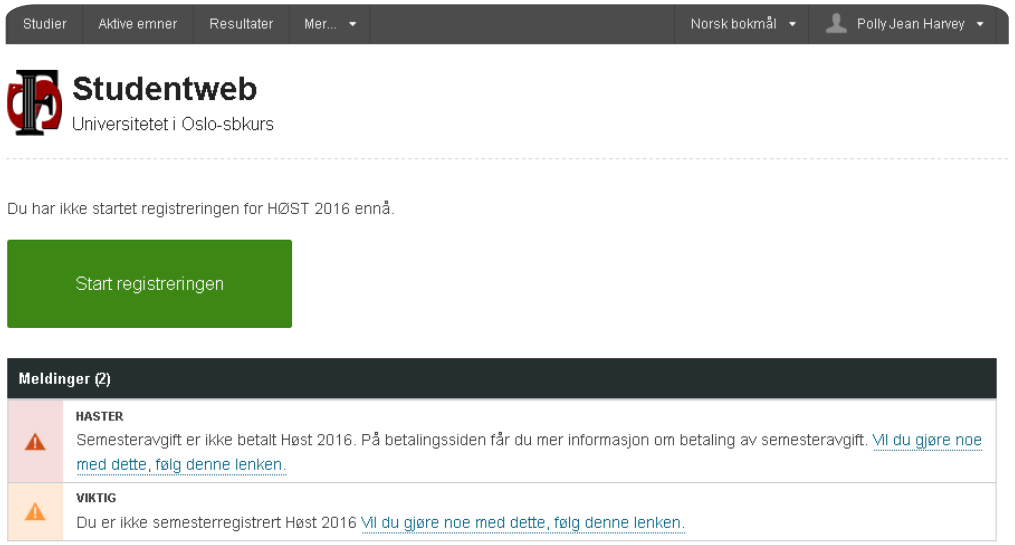
Utvekslingsplan

- Forhåndsgodkjent utvekslingsplan i appen er utgangspunktet for å få **oppholdet godkjent**

- Endring av fag skal ALLTID klareres med faglig kontaktperson for studieprogrammet først
  - Endre utvekslingsplan (app) og Learning Agreement/OLA



Registrering



- Betal semesteravgift og registrer deg på nett innen september/februar
- Bekreft studieplan, men ikke meld deg opp i emner
  - Unntak: der studieprogrammet har et «utvekslingsemne»
- Kontakt studieveileder hvis du er usikker på hva som gjelder for ditt studieprogram

- Ved avbrudd/forlenging av utenlandsopphold skal alltid AFII og studieprogrammet informeres

Godkjenning av fag

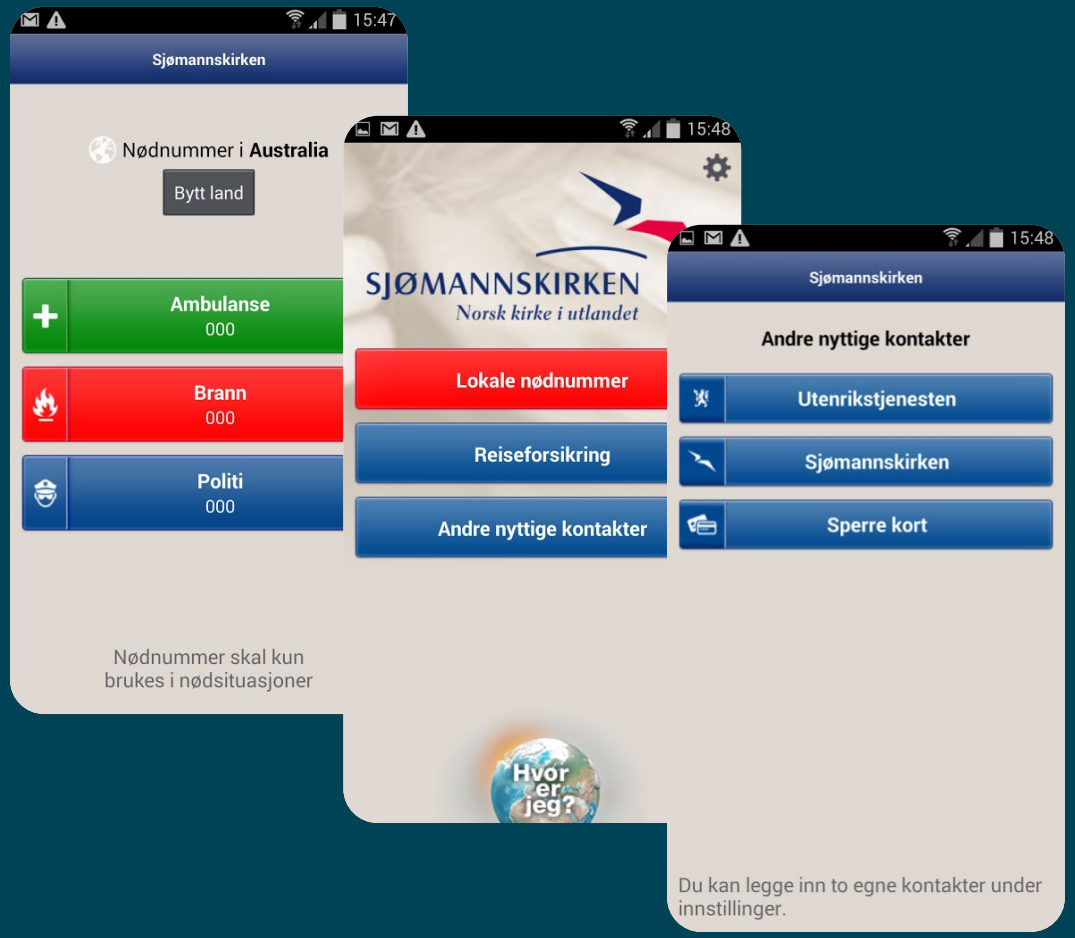
- Lever inn karakterutskrift/praksisbekreftelse (HVL) på nett
- Ditt ansvar å innhente karakterutskrift - undersøk hvordan du får tak i den ved vertsinstitusjonen
- Lever inn Confirmation of Stay (HVL)
- Godkjenningen vises først i vitnemålsportalen **etter du har fått vitnemålet** (etter endt utdanning)



Forberedelser

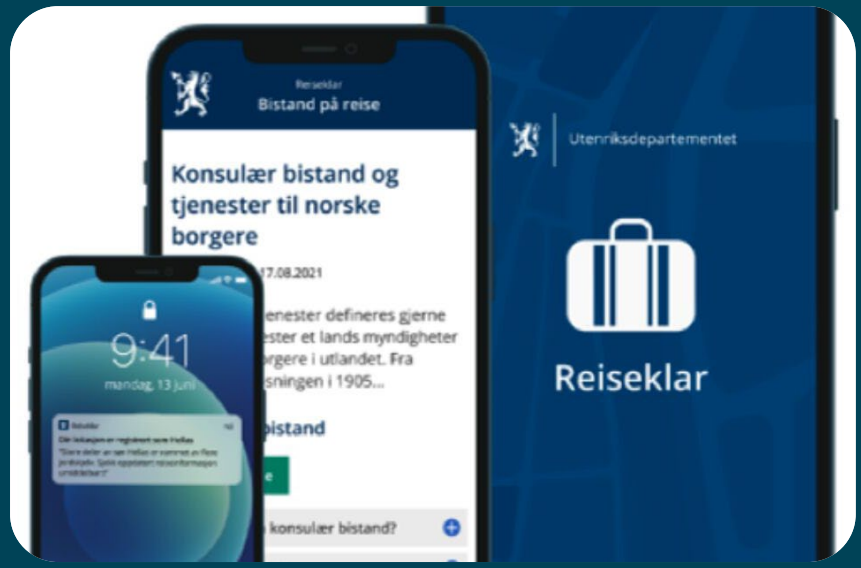
- Studentreiseforsikring
- Vaksiner
  - Sjekk ut hva som gjelder for deg og ta vaksiner i god tid.
- Minoritet?
  - Undersøk om det finnes interessegrupper på universitetet, landet eller byen

- Oppdater StudentWeb med semesteradresse og telefonnummer
- Hold kontakt med familie
- Hjelp til forberedelser på HVL sine nettsider:
  - Ta gode valg på utveksling
  - Finansiering, reise, helse og sikkerhet



Sjømannskirkens app *Nødnummer*

HVL har beredskapsavtale med Sjømannskirken



UDs app *Reiseklar*

Skjermbilde fra regjeringen.no

Viktige epostadresser og telefonnumre

- AFII: international@hvl.no
- HVLs sentralbord: +47 55 58 58 00
- HVLs døgnåpne beredskapstelefon ved alvorlige hendelser:
  +47 48 11 07 00
- Sjømannskirkens døgnåpne nødtelefon: +47 951 19 181
- Hjelpetelefonen Mental Helse: +47 116 123 (www.sidetmedord.no)



Sikkerhet - Tips



Foto: C. Apeland, utveksling i Italia

- Følg lover og regler i vertslandet
- Spør de lokale om råd
  - Hvor er det utrygt å ferdes
  - Hva koster ting (drosje, driks, etc)
  - Hva er vanlig oppførsel i forskjellige situasjoner (fest, forelesning, hjem fra byen, etter at det har blitt mørkt)
- Ha samme tankesett om sikkerhet som du har hjemme.
  - F. eks: Sikkerhetsbelte i bil, hjelm når du sykler etc.
- Vær bevisst på omgivelsene dine
- www.sikresiden.no
- www.reiseregistrering.no



Foto fra Berlin: S. Madsen, utveksling i Danmark

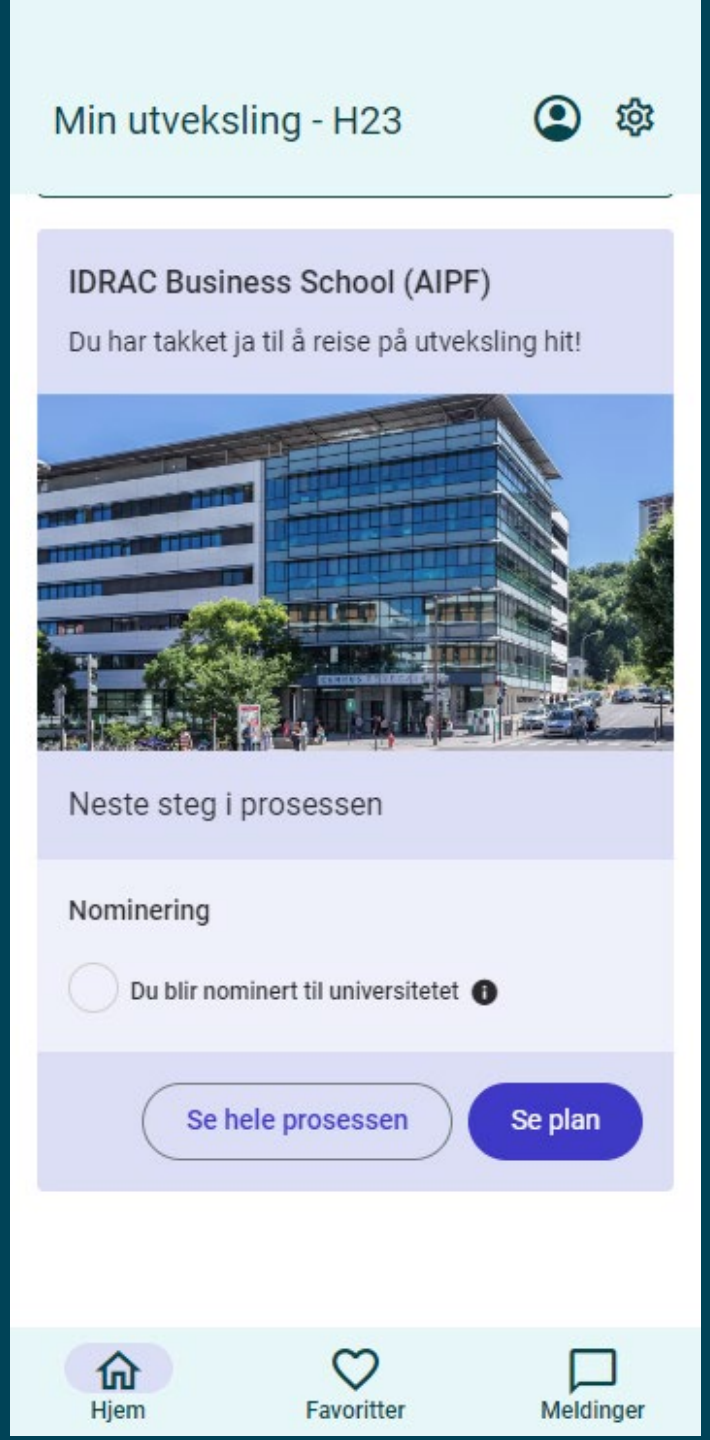
ANSA

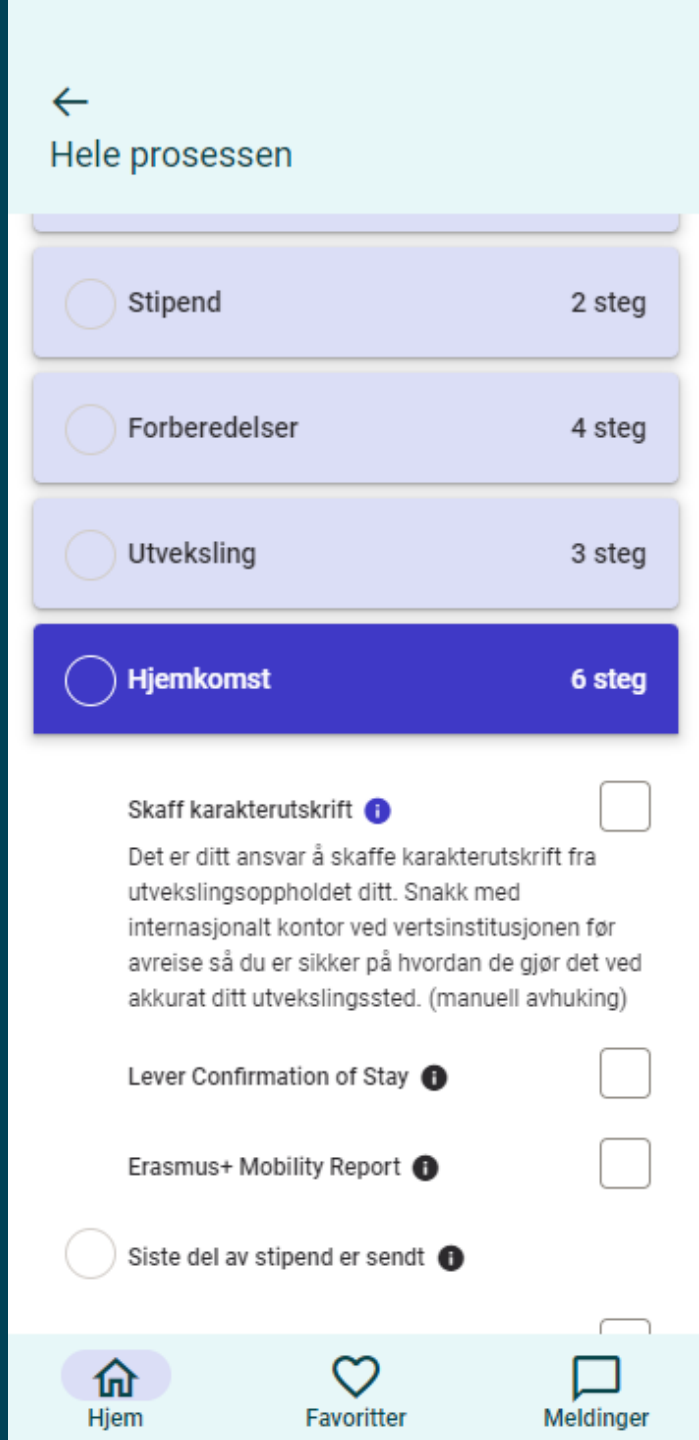
- Meld deg inn i ANSA: www.ansa.no
- ANSA er en studentorganisasjon som bistår norske studenter i utlandet.
- De har informasjon om land, forsikring og vaksiner.
- Stiller med beredskapshjelp, sosialarbeider mm.
- Studentreiseforsikring med innbakt ansvarsforsikring for helsefagstudenter
- ANSA har mer å «stille opp med» dersom du er medlem enn hvis du ikke er det
- Medlemsavgift: 50 kr per måned.
- ANSA har lokallag i 27 såkalte ANSA-land. Se listen her

Erasmus Student Network

- I de fleste studentbyene i Europa
- Nettverk av studenter som er på utveksling
- Sosialt og sted å bli kjent med folk

Hold deg oppdatert i appen










Takeover på Instagram?





@hvlutveksling





