



Lähtöorientaatio ulkomaille lähteille

Kansainväliset palvelut

24.10.2024



Vaihtoon lähtijän muistilista

- www.jyu.fi/fi/opiskelijalle/ka-ndi-ja-maisteriopiskelijan-ohjeet/kansainvalistytminen-ja-opiskelijavaihto

Ennen vaihtoa

Tutustu näihin ohjeisiin hyvissä ajoin ennen vaihdon alkua.



Vaihdon aikana

Muista tehdä nämä asiat vaihdon aikana.



Vaihdon jälkeen

Tee nämä vaihtosi päättyessä.



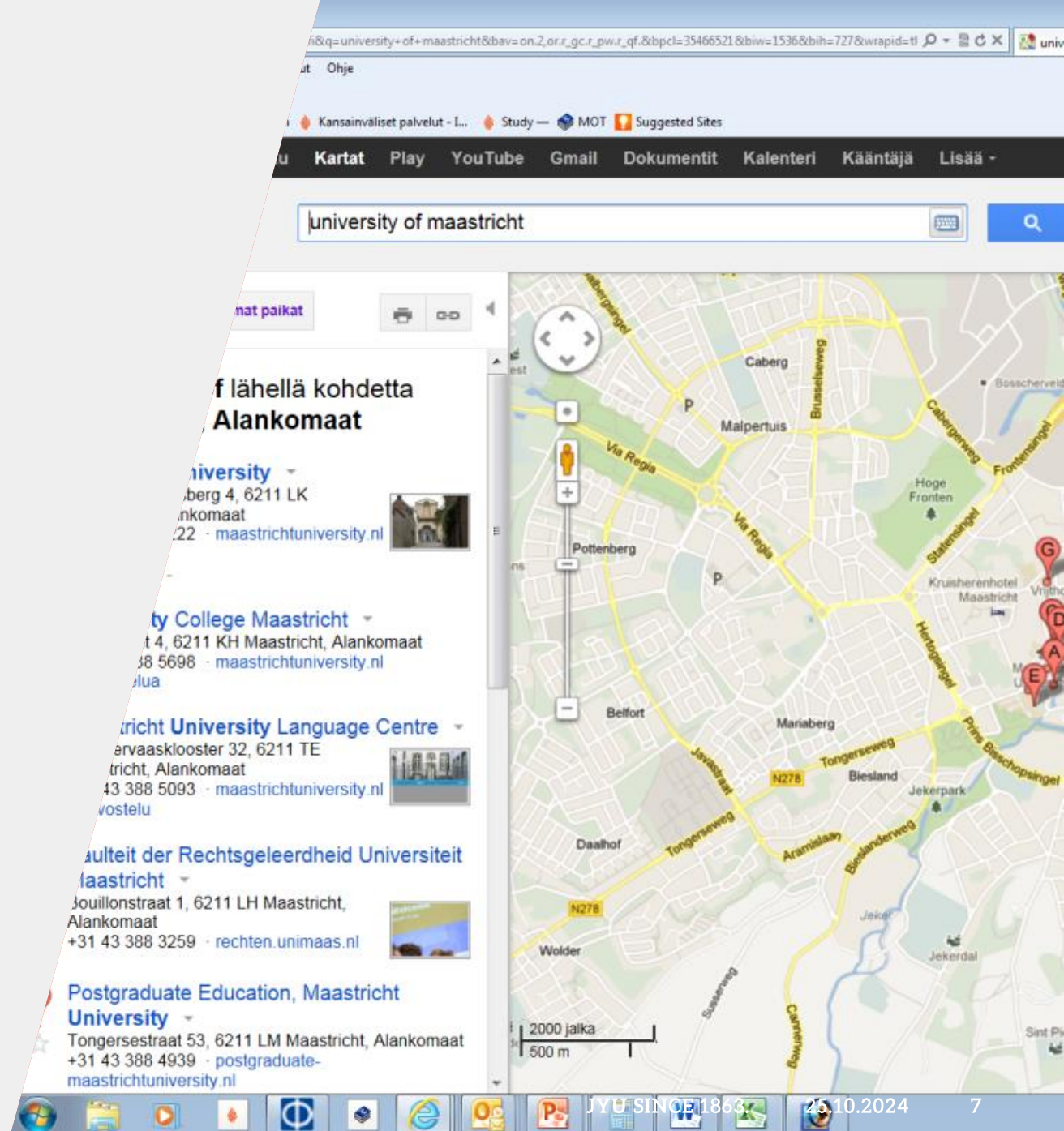


1. Ennen vaihtoa



Tutustu kohteeseen

- Kohdeyliopiston verkkosivut
- Kv-suunnittelijat
 - tiedekunnissa
 - kv-palveluissa
- Vaihtoraportit
- Ex-vaihtarit
- Vaihtoyliopiston someryhmät





- | | |
|--|-------------------------------------|
| UNIVERSITY OF LANSING
INTERNATIONAL STUDENT OFFICE
International Student Office
10000 E. Main St., Suite 5000
East Lansing, MI 48824
Tel: (517) 335-5150, 335-5151, 335-5152
Fax: (517) 335-5150 | <i>don't
forget to
sign</i> |
|--|-------------------------------------|

Application deadline: ☐ June 2004 ☐ November 2004	
--	--

**APPLICATION FOR ADMISSION
FOR EXCHANGE AND VISITING STUDENTS**

☐ Bilateral agreement ☐ ERASMUS ☐ ISEP ☐ Other programme ☐ Visiting student	☐ Academic year 2004/2005 ☐ Autumn semester 2004 ☐ Spring semester 2005
--	--

Studies at the University of Latvia For further information please check: www.unil.lv/students/officialdocumentsanddocumentsinenglish.html	
Faculty/Programme	Speciality/Curriculum

Surname	First names										
Current address	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 30%;">Telephone</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Fax</td> <td></td> </tr> <tr> <td>E-mail</td> <td></td> </tr> </table>	Telephone		Fax		E-mail					
Telephone											
Fax											
E-mail											
Valid until											
Permanent address (if different from above)	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 30%;">Telephone</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Fax</td> <td></td> </tr> <tr> <td>E-mail</td> <td></td> </tr> </table>	Telephone		Fax		E-mail					
Telephone											
Fax											
E-mail											
Date of birth	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 30%;">Place of birth</td> <td style="width: 40%;">Citizenship</td> </tr> <tr> <td> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 33%; text-align: center;">Day</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">Month</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">Year</td> </tr> <tr> <td style="height: 20px;"></td> <td></td> <td></td> </tr> </table> </td> <td style="width: 30%;"></td> </tr> </table>	Place of birth	Citizenship	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 33%; text-align: center;">Day</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">Month</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">Year</td> </tr> <tr> <td style="height: 20px;"></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Day	Month	Year				
Place of birth	Citizenship										
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 33%; text-align: center;">Day</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">Month</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">Year</td> </tr> <tr> <td style="height: 20px;"></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Day	Month	Year								
Day	Month	Year									



Ulkomaanjakson osaamistavoitteet JYU:ssa 1/2

Ulkomaanjakson suoritettuaan opiskelija on:

- syventänyt akateemista asiantuntijuuttaan
- luonut vuorovaikutussuhteita ja verkostoitunut oman alansa osaajien kanssa
- kehittänyt kielitaitoaan, vuorovaikutustaitojaan, yhteistyötaitojaan ja kykyään toimia monikielisissä ja monikulttuurisissa ympäristöissä
- kasvattanut itsevarmuuttaan ja itsetuntemustaan, epävarmuuden sietokykyään ja joustavuuttaan
- kehittänyt kriittisen ajattelun taitojaan ja ongelmanratkaisutaitojaan



Ulkomaanjakson osaamistavoitteet JYU:ssa 2/2

Ulkomaanjakson suoritettuaan opiskelija

- ymmärtää erilaisten kulttuuristen tekijöiden ja kontekstien (kieli, kansallisuus, sukupuoli, ikä, yhteiskunnallinen asema, tieteenala, yms.) merkitystä vuorovaikutuksessa
- tiedostaa ja osaa analysoida oman kulttuurisen identiteetin muodostumiseen ja muokkautumiseen liittyviä tekijöitä
- ymmärtää ja kunnioittaa kulttuurista monimuotoisuutta
- on kiinnostunut globaaleista kysymyksistä ja osaa tarkastella niitä uudenaikaisista näkökulmista



Ulkomailla opitut taidot

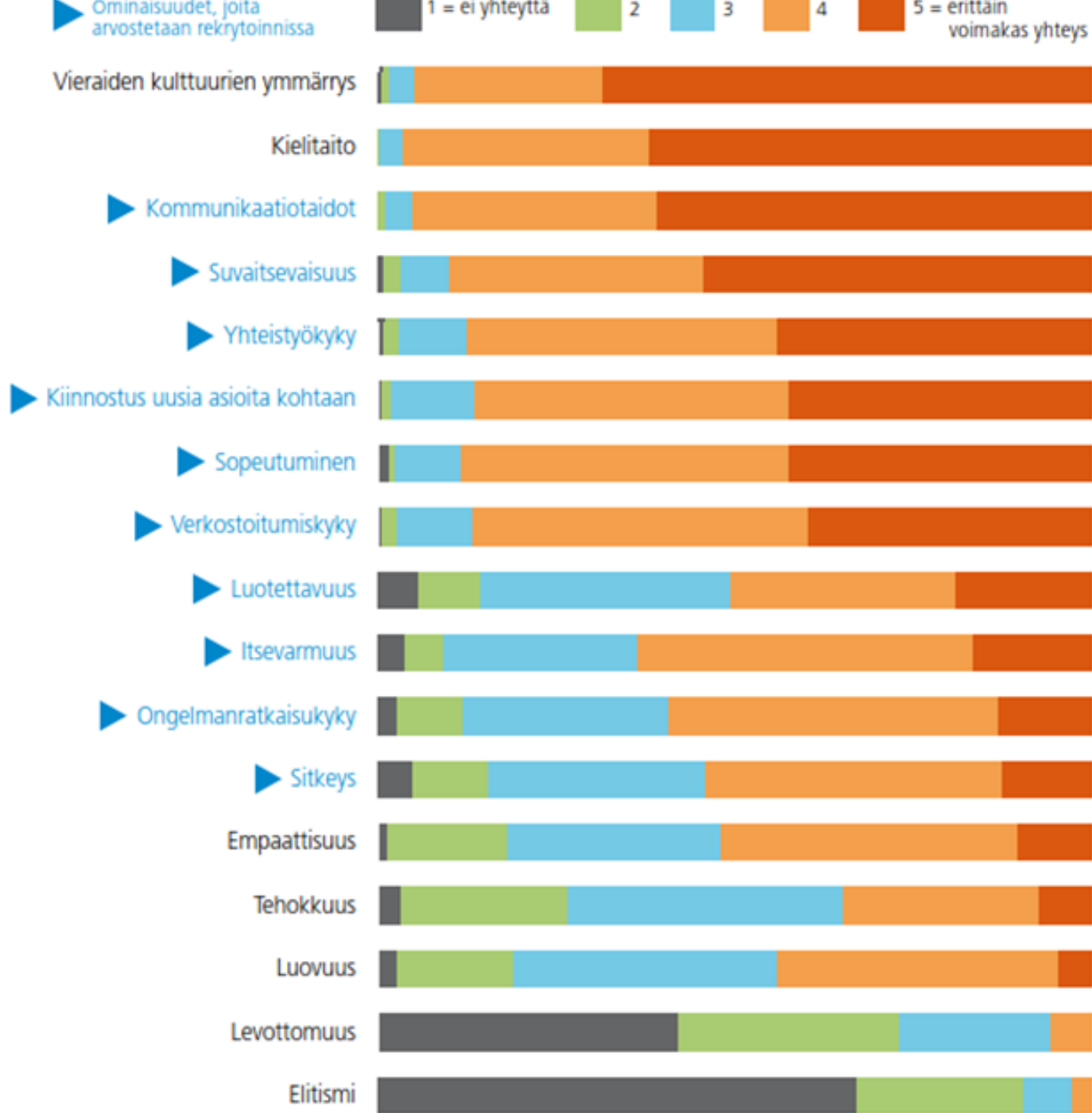


Lähde: Piilotettu osaaminen,
CIMO, 2015

- Perinteinen näkökulma ulkomaan jakson aikana opituista taidoista
 - Kielitaito
 - Suvaitsevaisuus
 - Kulttuurinen tieto
- Laajennettu näkökulma
 - Uteliaisuus
 - Sitkeys
 - Ongelmanratkaisutaidot
 - Tuottavuus

Ominaisuudet, joita työnantajat arvostavat rekrytoinnissa

Lähde: Piilotettu osaaminen, CIMO, 2015





Aseta tavoitteet

- 1) Tunnista kehitettävät osa-alueet
 - 2) Movin kurssit apuna, esim. Fundamentals in Intercultural and Multilingual Communication
 - 3) Kehitä taitoja osana vaihtoa
 - 4) Osoita CV:ssä
- Kehitettäviä taitoja, esim.
- oman alan osaaminen
 - kielitaito
 - ongelmanratkaisu
 - yhteistyökyky
 - viestintätaidot
 - kulttuurienvälinen viestintä
 - itseluottamus
 - jne.





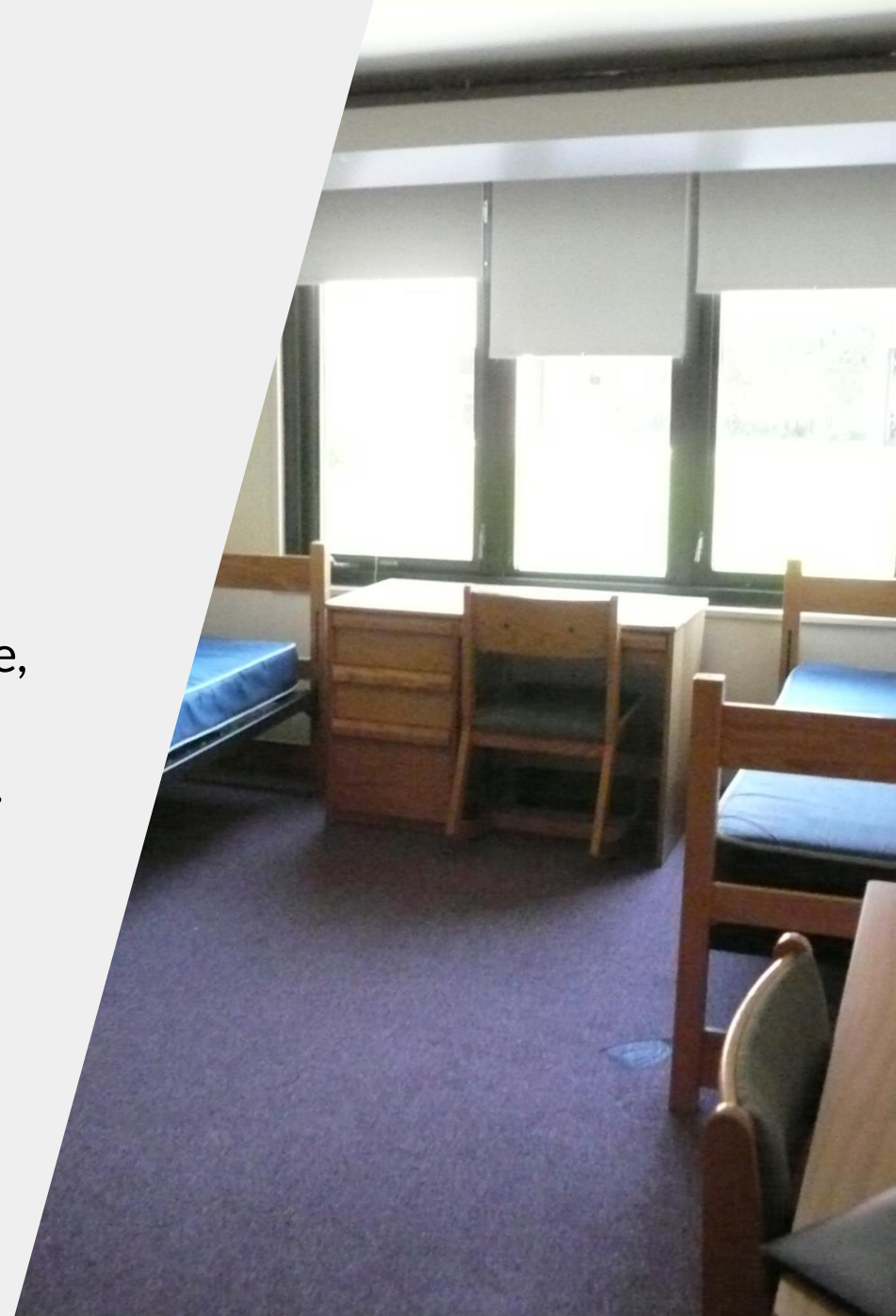
Mitä taitoja haluaisit kehittää osana vaihtokokemustasi?

Keskustele aiheesta vieruskaverin kanssa



Asuminen

- Opiskelija-asunnot: hae kohdeyliopiston kautta
- Yksityinen sektori
 - varaa ensin tilapäismajoitus (hostel, Airbnb) viikoksi ja tutustu asuntoihin paikan päällä
 - tarkista vuokrasopimuksen ehdot, irtisanomisaika ja se, mitä vuokraan sisältyy
- Soihdulla asunnon voi luovuttaa väliaikaisesti toiselle (max. 24 kk)
- KOASilla asunnon voi välivuokrata (max 12 kk)
- Vuokraa asuntosi/etsi asuntoa:
 - JYYn asuntopalsta (vaihtoon saapuvat!)
 - HousingAnywhere.com, airbnb.com, www.wimdu.fi





Opintojen suunnittelu

- Tee opintosuunnitelma ennen vaihtoon lähtöä. Keskustele siitä HOPS-ohjaajan tai tdk:n kv-suunnittelijan kanssa.
- Learning Agreement (LA):
 - Erasmus-opiskelijat: sähköinen LA laaditaan Mobility-Onlinen kautta → saat tästä ohjeet sähköpostitse
 - Muut ohjelmat: LA laaditaan osana Mobility-Onlinen työnkulkua
- LA:n hyväksyminen
 - Erasmus-opiskelijat: JY:n tdk:n kv-suunnittelija ja vastaanottava yo hyväksyvät LA:n sähköisesti (tai s-postitse)
 - Muut ohjelmat: lähetä LA hyväksyttäväksi ensin JY:n tdk:n kv-suunnittelijalle ja tämän jälkeen vaihtoyliopistoon s-postitse
- 30 ECTS cr. (European credit system) per lukukausi



Matka-apuraha 1/2

- Hae Mobility-Onlinessa: saat hakuohjeet s-postitse
- Nordplus: hae tdk. kv-suunnittelijan kautta
- Sveitsiin lähtevät: apurahaohjeistus kohdeyliopistosta
- Vaihdon päivämäärät
 - Aloituspvm = 1. pvä, jolloin pitää olla kohteessa (esim. orientaation tai kielikurssin 1. päivä)
 - Päättyispvm = pvm, jolloin pitää olla kohteessa opintoja suorittaaksesi (esim. viimeinen tenttipäivä)
- Apuraha
 - Määrä: riippuu vaihto-ohjelmasta ja vaihdon kestosta
 - Maksetaan pääsääntöisesti kuukausi ennen vaihdon alkua
 - Ei vaikutusta opintotukeen, ei vaikuta verotukseen



Matka-apuraha 2/2

- Apurahan edellytys: fyysinen vaihtojakso vaihtokohteessa
- Apurahan saa, jos opiskelet ja oleskelet vaihtoajan vaihtokohteessa, vaikka vaihtoyliopiston opetus olisikin etäopetusta
- Kotimaasta käsin suoritettavaan virtuaalivaihtoon ei ole mahdollista saada apurahaa



Opintotuki ulkomailla

- Opintoraha sama kuin Suomessa (n. 279 € / kk)
- Ulkomailla kiinteä asumislisä (210 € / kk)
- Ulkomaan opintolaina (1000 € / kk)
- Hae: www.kela.fi
- Tieto vaihtojaksosta menee Kelalle siinä vaiheessa, kun apurahaa on haettu Mobility-Online järjestelmässä → jos tarvitset sitä ennen esim. kohdeyliopiston hakemukseen/viisumihakemukseen todistuksen tuloistasi Kelasta, pyydä vaihtotodistus kv-palveluista





Yliopistoon ilmoittautuminen

- Ilmoittaudu ennen vaihtoon lähtöä **läsnä olevaksi** opiskelijaksi Jyväskylän yliopistoon [OILI-ilmoittautumispalvelussa](#)
 - OILI-palveluun kirjaudutaan yliopiston käyttäjätunnuksella
 - Läsnä olevaksi ilmoittautumisen yhteydessä maksetaan ylioppilaskunnan jäsenmaksu verkkomaksuna
 - Maksa myös YTHS:n osuus [Kelalle](#)
- Jos ilmoittaudut yliopistoon vasta 31.7. jälkeen, sinulta peritään uudelleenkirjaamismaksu



Virkistä kielitaitosi

- Movi
- Each One Teach One
- Sovellukset, esim. Duolingo, WordDive, Mondly, Memrise, Mango languages
- OLS (Online Linguistic Support) Erasmus-opiskelijoille

LANGUAGE

LOG IN

Each One

Menu

Welcome to Each One Teach

Centre for Multilingual Academic Communication

Each One Teach One, also known as EOTO, is a pair programme for you who want to know students from different countries and learn different languages. By this 3 ECTS-credit programme, students help each other learn their **mother languages or the languages of their education**, and culture.

Do you want to know more? Read on to learn about Each One Teach One!

- [Information about EOTO](#) tells you all you need to know about the programme.
- [Search ads](#) - Find a study partner here! Read other students' search ads or leave your own.

JYU SINCE 1863

25.10.2024

21



Erasmus+ OLS

- Kielitestaus- ja valmennusjärjestelmä Erasmus-opiskelijoille
- Erasmus-opiskelijavaihtoon lähtevien on mahdollista suorittaa verkkopohjainen kielitesti opiskelukielessään
- Kielitestin jälkeen voit osallistua ilmaisille online-kielikursseille
- Saat tarkemmat ohjeet sähköpostitse





Kulttuurien kohtaaminen

- Tutustu paikalliseen kulttuuriin ja normeihin
- Helpottaa sopeutumista
- Kulttuurienvälistä viestintää
 - Movin kurssit
 - www2.pacific.edu/sis/culture
- Kulttuurishokki normaalia, mutta yksilöllistä



Oleskeluluvat ja viisumit

- Pohjoismaiden kansalaiset Pohjoismaihin
 - Passi riittää
- EU-kansalaiset toiseen EU-maahan
 - Oleskelun rekisteröinti kohdemaassa
- Muut kansallisuudet / muut kohdemaat
 - Oleskelulupa/opiskelijaviisumi yleensä vaaditaan
 - Haetaan etukäteen kohdemaan suurlähetystöstä - hae hyvissä ajoin!
 - Ota huomioon, että joihinkin maihin viisumin hakeminen voi maksaa jopa satoja euroja (esim. Yhdysvallat)



EU-kansalaiset: kohteena EU, Norja, Islanti tai Sveitsi:

- Eurooppalainen sairaanhoitokortti
 - Hae: www.kela.fi
 - Julkista terveydenhoitoa paikallisin hinnoin
- Oma matkavakuutus rinnalle

Muut maat:

- Yksityinen matkavakuutus





Rokotukset

- Selvitä ennakkoon vaihtokohteen tartuntatautilanne ja rokotussuositukset esim. [matkailijan terveysoppaasta](#)
- Matkailuterveyden kartoituslomake YTHS:n [Self-palvelussa](#) (<https://www.yths.fi/palvelut/tartuntatautien-ehkaisy/matkailuneuvonta/>)
→ Täytä 3 kk ennen lähtöä kartoittaaksesi rokotustarpeesi
- Koronarokotus: hoida kuntoon hyvissä ajoin!
- Perusrokotukset: jäykkäkouristus-kurkkumätä, polio ja MPR (tuhkarokko, sikotauti ja vihurirokko) ilmaisia
- Muut rokotteet: pyydä resepti YTHS:ltä, osta rokote apteekista ja ota rokote YTHS:llä
- Malarialääkitys tarvitaan tietyillä alueilla
- Jos tarvitset vaihtohakemusta varten terveystodistuksen, ota yhteyttä kunnallisen puolen terveyskeskukseen tai yksityiseen lääkärisasemaan
→ YTHS:n kautta tehdään terveystarkastuksia ja -todistuksia ainoastaan pakolliseen vaihtoon lähteville.



Terveydenhoito ja lääkkeet

- Älä keskeytä terveytesi hoitoa lähtiessäsi vaihtoon!
- Ota mukaan pitkäaikaislääkitys
 - Esim. astma, allergia, diabetes, verenpaine, e-pillarit jne.
 - Lääkemääräys mukaan tulliin
 - Ota huomioon mahdolliset tullimääräykset lääkkeiden maahantuonnista
- Ota mukaan
 - englanninkielinen resepti. Saat sen apteekista tai lääkkeen määrääjältä. Suomalaista sähköistä reseptiä voit käyttää osassa Euroopan maista.
 - selvitys lääkityksestäsi ja sen perusteista, sairautesi diagnoositiedot tai hoitokertomus. Nämä saat lääkkeen määrääjältä.
- Apteekit ulkomailla myyvät lääkkeitä oman maan lainsäädäntönsä mukaisesti. On mahdollista, että saamasi lääke on erilaista kuin Suomesta ostettu lääke.
- Huolehdi elintarvike- ja käsihygieniasta
- Vinkki: ota mukaan ripulilääkkeitä



Mielen hyvinvointi vaihdon aikana 1/2

- Mielenterveyden haasteita ei voi jättää kotimaahan → saattavat myös pahentua, koska vaihto vaatii mm. epävarmuudensietokykyä
- Jos sinulla on mielialalääkitys, älä lopeta sitä vaihdon ajaksi ja varmista, että sinulla on lääkettä tarvittava määrä. Muista mahdolliset lääkerajoitukset.
- Selvitä jo etukäteen, minkälaisia palveluita ja tukea vaihtoyliopistosi mahdollisesti tarjoaa – tässä on suurta vaihtelua
- Jos sinulla on hoitoyhteys mielenterveysasioissa (esim. YTHS), ole yhteydessä omaan hoitotahoosi ja selvitä, voitko saada tukea vaihdon ajalle.





Mielen hyvinvointi vaihdon aikana 2/2

- Mieti jo etukäteen kuka on luottohenkilösi vaihdon aikana ja kenelle voit puhua
→ Pidä yhteyttä läheisiin.
- Reagoi ajoissa ja pyydä apua.
- Ole matalalla kynnyksellä ja ajoissa yhteydessä tiedekuntasi kv-suunnittelijaan tai Hyvikseen, kun jokin mietityttää!
- Muista, että oli sinulla mielenterveyden kanssa haasteita tai ei, vaihto voi nostattaa monenlaisia tunteita: niin iloa, onnistumisen kokemuksia ja itsevarmuutta kuin jännitystä, pelkoa ja epävarmuuttakin.
→ Tämä kuuluu asiaan ja nimenomaan tekee vaihdosta ikimuistoisen!



Vakuutus

- Opiskelijat
 - Ei JY:n vakuuttamia
 - Hanki oma vakuutus
 - Tarkista vakuutuksen tarjoama kriisiturva
- Harjoittelijat
 - Palkattomassa harjoittelussa olevat vakuutettu JY:n puolesta (työpaikalla tapahtuvat tapaturmat)
- Matkavakuutukset
 - Hanki koko vaihdon ajalle!
 - Jatkuva vakuutus voi olla edullisempi (tarkista voimassaoloaika)
 - Tarkista, mitä kattaa
 - Matkatavaravakuutus voi olla osa kotivakuutustasi
- Opiskelijavakuutuksia
 - Vertaile eri vakuutusyhtiöitä



Matkustaminen

- Varaa matkat vasta sitten, kun saat hyväksymiskirjeen ja varmistuksen maahanpääsystä
- Hanki matkaliput, joissa on peruutus- tai muutosturva





Matkustaminen

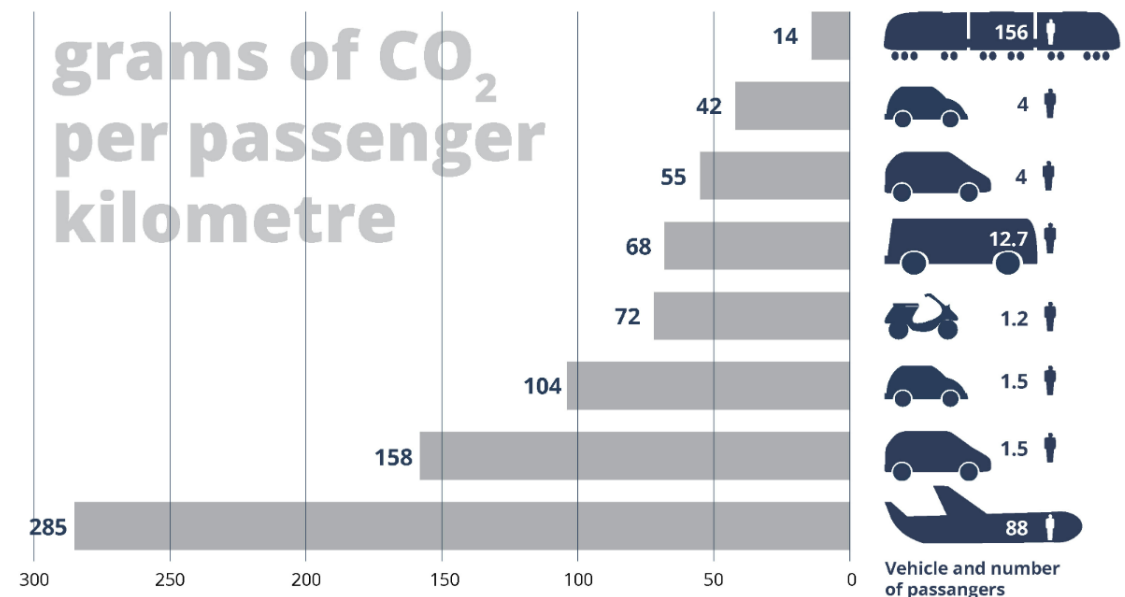
- Matkatavarat
 - Matkatavaraohjeet lentoyhtiön sivuilta
 - Usein lisämaksullista
 - Tarkista matkatavaroiden maksimikoko ja paino
 - Ylimääräinen tavara esim. matkarahtina



Vihreä liikkuvuus

- Ota huomioon vaihtojakson vaikutukset ympäristölle!
- Jotta ilmaston lämpeneminen jäisi alle +2 C:
 - Oma hiilijalanjälki max. 2300 kg CO₂
 - Tästä matkustamisen ja liikkumisen hiilijalanjälki max. 25 % (575 kg)

CO₂ emissions from passenger transport



Note: The figures have been estimated with an average number of passengers per vehicle. The addition of more passengers results in fuel consumption – and hence also CO₂ emissions – penalty as the vehicle becomes heavier, but the final figure in grams of CO₂ per passenger is obviously lower. Inland ship emission factor is estimated to be 245 gCO₂/pkm but data availability is still not comparable to that of other modes. Estimations based on TRACCS database, 2013 and TERM027 indicator.

Source: EEA report TERM 2014
eea.europa.eu/transport



Vihreä liikkuvuus

- Pyri minimoimaan matkustamisen aiheuttama vaikutus ympäristölle
- Suunnittele matka huolellisesti
- Suosi matalampi päästöisiä matkustusmuotoja:
 - Juna, linja-auto, kimppakyydit, LNG-laivat
 - Jos lennettävä, suosi suoria lentoja tai jatka matkaa suoran lennon jälkeen maitse, esim. junalla tai bussilla
 - Matkusta vihreästi edes toiseen suuntaan
 - Pakkaa kevyesti → mitä enemmän matkatavaroita, sitä enemmän lentokone käyttää polttoainetta
- Vihreä liikkuvuus joissain tapauksissa edullisempaa ja nopeampaa kuin lentäminen (esim. Pohjoismaat, Baltia)
- Interrail-passi Erasmus-opiskelijoille: <https://www.interrail.eu/en/interrail-passes/erasmus>



Vihreä liikkuvuus: matka Berliiniin

- Juna-lentomatka:
 - Jyväskylä-Helsinki (juna)
 - Helsinki-Berliini (lento)
 - Matkustusaika: 7 h 8 min
 - Päästöt/meno-paluu: 826.4 kg CO₂-eq
- Vihreä liikkuvuus:
 - Jyväskylä-Turku (juna)
 - Turku-Tukholma (lautta)
 - Tukholma-Berliini (juna)
 - Matkustusaika: 31 h 9 min
 - Päästöt/meno-paluu: 480.8 kg CO₂-eq (-42%)

Lähde: Stefan Baumeister, JYU, 2023



Vihreän liikkuvuuden tuki Erasmus-opiskelijoille 1/2

- Maks. 6 ylimääräistä matkapäivää + korotettu matkatuki matkan pituuden mukaan
- Tuen edellytyksenä:
 - meno- ja paluumatka on tehty vähintään puoliksi vihreästi (puolet etäisyydestä, ei matkaan käytetystä ajasta) tai
 - meno- tai paluumatka vaihtokohteeseen on tehty kokonaan vihreästi (harvoin on mahdollista)
 - matka tulee suorittaa mahdollisimman suoraan lähtökohteesta määränpäähän (ei kiertoreittiä)
 - vihreä liikkuvuus: juna, bussit, kimpakyydit autolla ja polkupyörä, eli muut paitsi lentäminen ja risteilyalukset/lautat → lentämistä ja risteilyaluksia ei lasketa 'vihreäksi', vaikka korvaisit hiilijalanjälkeäsi
- Voidaan myöntää sekä pitkään että lyhyeen Erasmus-liikkuvuuteen sekä Erasmus-työharjoitteluun



Vihreän liikkuvuuden tuki Erasmus-opiskelijoille 2/2

- Kuinka haetaan:
 - Prosessi on osa Mobility-Onlinen työnkulukua
 - Tee ensin yksityiskohtainen matkasuunnitelma sekä meno- että paluumatkalle → kv-palvelut tarkistaa täyttääkö suunnitelma vihreän lisätuen kriteerit ja kuinka moneen lisämatkustuspäivään olet oikeutettu
 - Jos suunnitelmasi hyväksytään, saat kv-palveluista pyynnön täyttää vihreän liikkuvuuden *vakuuslomakkeen*, jossa lupaat sitoutua vihreän liikkuvuuden sääntöihin
- Milloin haetaan:
 - Vihreää lisätukea tulee hakea hyvissä ajoin, **ennen** vaihdon ja matkan alkamista
- Lisätietoa: <https://www.jyu.fi/fi/opiskelijalle/kandi-ja-maisteriopiskelijan-ohjeet/kansainvalistaminen-ja-opiskelijavaihto/vihrea-liikkuvuus>



Erasmus-ohjelman kiinteä lisätuki / fewer opportunities top-up

- Tarkoitettu alla oleviin ryhmiin kuuluville opiskelijoille:
 - **perheelliset** (opiskelijalla on alaikäinen lapsi tai lapsia huollettavanaan),
 - **omaishoitajana toimivat** (opiskelija on tehnyt sopimuksen omaishoidosta kunnan kanssa),
 - **henkilöt, joilla on EU:n vammaiskortti, tai oikeus siihen,**
 - **vammaiset ja toimintarajoitteiset** (vähintään keskivaikea toiminnanvajausta),
 - **henkilöt, joilla on vakava tai krooninen terveysongelma** (vähintään keskivaikea toiminnanvajausta), tai
 - **kansainvälistä suojelua saaneet** (pakolaiset, turvapaikanhakijat, kansainvälistä tai toissijaista suojelua saaneet, tai opiskelijalla on pakolaisen matkustusasiakirja)
- Pitkäkestoisessa liikkuvuudessa: +250 €/kk
- Lisäinfoa: <https://www.jyu.fi/fi/opiskelijalle/kandi-ja-maisteriopiskelijan-ohjeet/kansainvalistaminen-ja-opiskelijavaihto/saavutettavuus-opiskelijavaihdossa>



Erasmus+ -esteettömyys- ja osallisuustuki

- Todellisiin kustannuksiin perustuva osallisuustuki opiskelijoille, joiden fyysisestä, henkisestä, terveydellisestä tai henkilökohtaisesta tilanteesta johtuvia vaihtoon liittyviä ylimääräisiä kuluja **ei voida kattaa muulla rahoituksella.**
- Tuen vähimmäismäärä on 200 euroa
- Aloita valmistelut viimeistään **6 kuukautta** ennen lähtöä. Tuen hakemisen lisäksi tiedonhankinta ja erityisjärjestelyiden varmistaminen vaihtokohteessa voivat viedä aikaa.
- Hakulomakkeeseen tarvitaan
 - kuvaus tarvittavista tukipalveluista
 - arvio kustannuksista
 - lääkärintodistus
- Päätöksen tuen myöntämisestä ja sen suuruudesta tekee Opetushallitus. Tuen tarve ja laatu vaihtelevat yksilöllisesti, joten myönnettävä tukisumma päätetään Opetushallituksessa aina tapauskohtaisesti.



ISIC

- Alennuksia lennoista ja nähtävyyksistä voi saada ISIC-kortilla (saatavilla myös digitaalisena):
www.frank.fi tai www.isic.fi
- ISIC ei korvaa paikallista opiskelijakorttia





Raha-asiat

- Suositus: vähintään kaksi maksukorttia, esim. debit-kortti & luottokortti
- Tarkista korttien voimassaoloaika, nostorajat ja turvarajat
- Tilit
 - EU-maksu = IBAN + BIC + €
 - Uutta tiliä ei tarvita SEPA-alueella
 - Muut maat: kysy kokemuksia ex-vaihtareilta



Osoitteenmuutos

- Tee muuttoilmoitus:
<https://dvv.fi/muutto>
- Samalla ilmoituksella sekä Digi- ja väestötietovirastolle että Postille
- Käänä posti esim. vanhemmille





Matkustusturvallisuus

1/4

- Missä tahansa voi tapahtua mitä tahansa!
- Opiskelijavaihdon vastuulomake osana apurahaprosessia





Matkustusturvallisuus 2/4

- Selvitä kohdemaan (+ mahd. kauttakulkumaan) maahantulokäytännöt
- Selvitä, millaiseen maahan ja kaupunkiin olet menossa
- Kiinnitä huomiota kulttuuriin, tapoihin, pukeutumissääntöihin
- ICE (In Case of Emergency)
- Hätänumero EU:ssa 112, selvitä kohdemaasi hätänumero etukäteen ja talleta puhelimeen



Matkustusturvallisuus 3/4

- Kriisitilanteessa:
 - noudata paikallisviranomaisten ohjeita
 - apua Suomen edustustoista
- 24/7 palvelua ulkoministeriön ympärivuorokautisesta päivystyksestä (+358 9 160 55555, sähköposti paivystys.um@gov.fi).
- Kriisitilanteista tiedotetaan matkustustiedotteissa, edustustojen ja ulkoministeriön verkkosivuilla ja sosiaalisen median kanavilla.
- Kriisitilanteesta tiedotetaan myös suoraan matkustusilmoituksen tehneille tilanteen vaatiessa.



Matkustusturvallisuus 4/4

**Ulkoministeriön
matkustustiedotteet:**

<http://formin.finland.fi/>

→ Matkustaminen ja maat

→ Matkustustiedotteet

Tee matkustusilmoitus:

- [ulkoministeriön](#)
[verkkosivuilla](#) tai
- mobiilipalvelussa:
<http://m.formin.fi/> tai
- tekstiviestillä

Turvallisuusriskejä

- pandemiat
- pimeällä liikkuminen
- taskuvarka
- liikenne (rattijuopot)
- omien yhteystietojen jakaminen vieraille
- huumeet
- mielenosoitukset
- luonnonilmiöt (hurrikaanit, tulvat, maanjäristykset ym.)





Eri maiden turvallisuuustilanteesta

→ visionofhumanity.org/maps/#/



GLOBAL PEACE INDEX

GLOBAL TERRORISM INDEX

ECOLOGICAL THREAT REPORT

MEXICO PEACE INDEX

POSITIVE PEACE INDEX

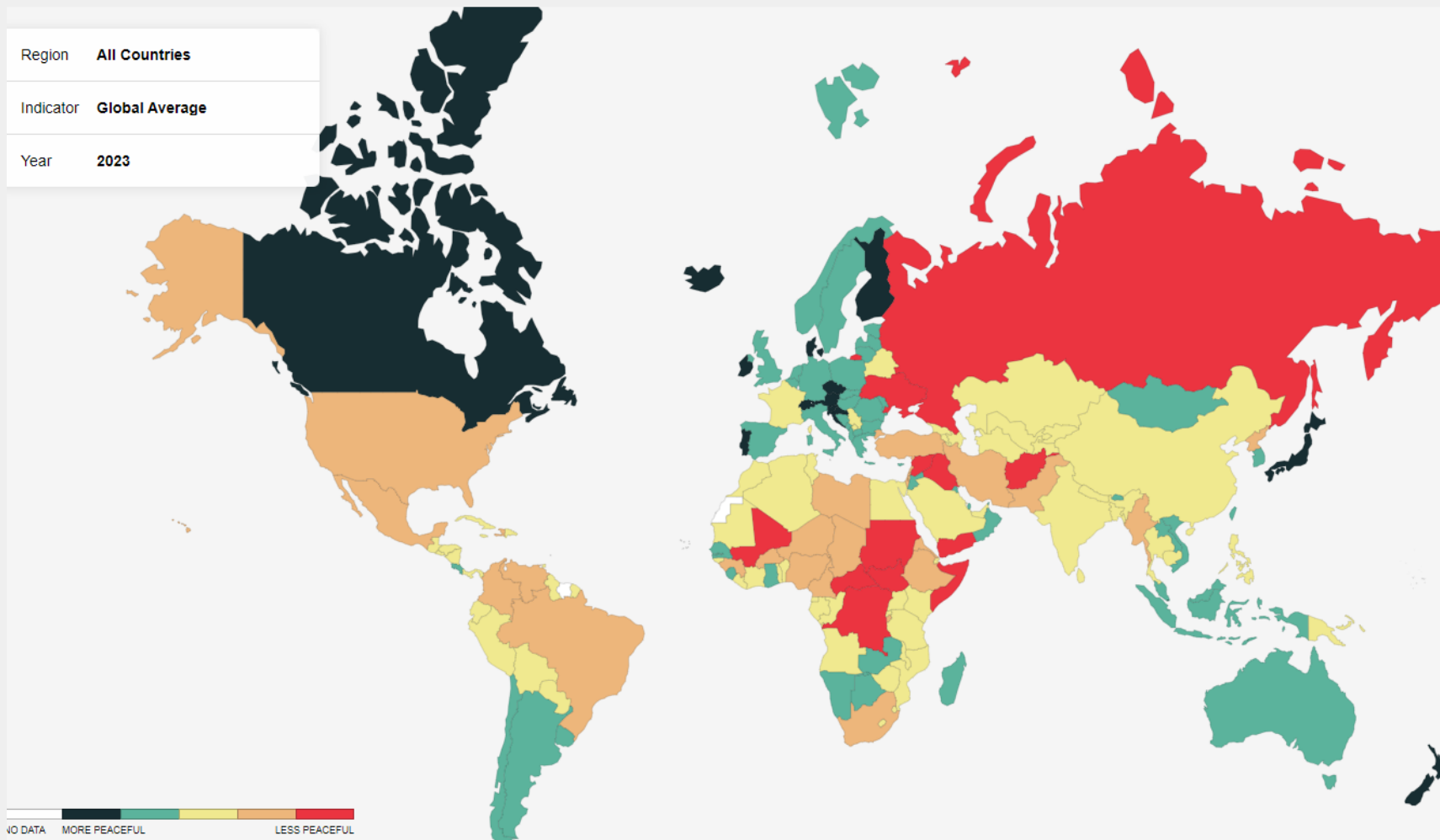
US PEACE INDEX

UK PEACE INDEX

Region **All Countries**

Indicator **Global Average**

Year **2023**



VO DATA MORE PEACEFUL LESS PEACEFUL

2023 Global Peace Index



Overall GPI Score

A composite index measuring the peacefulness of countries made up of 23 quantitative and qualitative indicators each weighted on a scale of 1-5. The lower the score the more peaceful the country.

RANK	REGION	SCORE
1	Iceland	1.124
2	Denmark	1.31
3	Ireland	1.312
4	New Zealand	1.313
5	Austria	1.316
6	Singapore	1.332
7	Portugal	1.333
8	Slovenia	1.334
9	Japan	1.336
10	Switzerland	1.339



Kertauksena

- Ennen matkaa, muista 4 M:ää:
 - Matkustustiedotteet
 - Matkustusilmoitus
 - Matkavakuutus
 - Matkustusasiakirjat (passi, viisumi)



Kerro kokemuksistasi muille

- Tee postauksia JYUstudyabroad Instagram -tilille. Kiinnostuitko? Ota yhteyttä: international-office@jyu.fi
- Pidä blogia: ilmoita osoite vaihtoraporttilomakkeella
- Kerro vaihtoyliopistosta, kohdemaasta- ja kaupungista, opinnoista, asumisesta, vapaa-ajasta jne.
- [Lisätietoja](#)



2. Vaihdon aikana



Saapumismuodollisuudet

• Ilmoittautuminen

- Paikallisessa kv-/opintotoimistossa/etänä
- Ota osaa orientaatioon!
- Oleskelun rekisteröiminen
 - Hae paikallisviranomaisilta, jos tarpeen



Pohdi hiilijalanjälkeäsi

1/2

- Vähennä kulutusta ja kierrätä
- Hanki käytettynä, lainaa tai vuokraa
- Vähennä veden kulutusta, erityisesti lämpimän veden
- Pidä laitteet suljettuina, kun et käytä niitä
- Kylmä ilmasto: pukeudu lämpimästi ja pidä huonelämpötila maltillisena
- Lämmin ilmasto: peitä ikkunat verhoilla, tuuleta yöllä, pidä ikkunat kiinni päivällä





Pohdi hiilijalanjälkeäsi 2/2

- Pohdi, kuinka paljon matkustat vaihtosi aikana ja millä matkustusvälineellä
- Matkaile kohteen lähialueella, jonne voi matkustaa bussilla, junalla tai pyörällä





Matkapuhelimet

- Muuta PIN-koodi nyt!
- Puhelimen tietoturva
- GSM vai CDMA?
- Aseta datakatto/saldoraja
- Varmuuskopioi puhelimen tiedot
- Ei roaming-maksuja EU:ssa kohtuullisen käytön osalta
- EU:n ulkopuolella
 - Tarkista roaming- maksut operaattoriltasi
 - Vinkit edullisista liittymistä ex-vaihtareilta tai paikallisilta opiskelijoilta
 - Käytä Wifiä



Suhteet

- Ole kiinnostunut myös, mitä kotimaahan jääneille kuuluu
- Pidä yhteyttä





Verkostoituminen

- Yritä tutustua myös paikallisiin
- Harrastusryhmät helppo väylä tutustua
- Seuraa paikallisuutisia
- Opiskelijajärjestöt järjestävät tapahtumia, esim. Erasmus Student Network (www.esn.org)





Todistus vaihtokaudesta (vain Erasmus+)

- Erasmus+ opiskelijat
 - Letter of Confirmation
- Erasmus+ harjoittelijat
 - Work Placement Confirmation
- Pyydä allekirjoitus vaihtoyliopistostasi ennen vaihdon päättymistä

To be completed by the host institution Liite 6

ERASMUS
Letter of Confirmation

It is hereby certified that

Mr / Ms _____

was an ERASMUS student in the university of

from _____ to _____

_____ Date _____ Stamp and Signature _____

Name of the signatory: _____

Function: _____



Olet JYU-lähettiläs

- Mainosta JYU:a
 - Esitteitä, videoita, ppt-esityksiä
 - JY:n [materiaalipankista](#)
 - www.jyu.fi/apply
- Opettele perusfaktat:
 - 6 tiedekuntaa
 - Kursseja englanniksi
 - Erinomaiset palvelut saapuville opiskelijoille

University of Jyväskylä

- founded in 1934
- one of the largest universities in Finland
- 6 faculties
- 15 000 students
- 1300 international students





Houston ... we have a problem

Kun törmäät vaikeuksiin

- Älä palaa kotimaahan välittömästi, ellei terveydentilasi sitä edellytä tai yliopistosi tai viranomaiset sitä suosita
- Ota yhteys JY:n ja kohdeyliopistosi vaihtovastaavan ja etsi ratkaisua
- Muista, että vaihtoapurahasi on sidottu vaihdon kestoon





Vaihtoajan muutos

- Ilmoita vaihtoajan muutoksista kv-palveluihin ja tiedekuntasi kv-suunnittelijalle
- Ilmoita myös Kelalle
- Vaihdon minimikesto on ohjelmasta riippuen 2-3 kk, Erasmus-vaihdossa 2 kk.
→ **HUOM!** 2-3 kk vaihdot eivät yleensä käytännössä mahdollisia.



Muista vaihdon aikana...



Pidä eurooppalainen sairaanhoitokortti ja/tai vakuutuskortti ja -tiedot aina mukanasasi.



Varmista kohteessa, mistä saat terveydenhoitoa ja mihin voit olla yhteydessä, jos sairastut.



Lue sähköpostiasi säännöllisesti ja pidä koti- ja kohdeyliopiston koordinaattorit ajan tasalla vaihdon muutoksista.



Seuraa luotettavia medioita ja muista lähdekriittisyys somessa.



3. Vaihdon jälkeen



Vaihdon jälkeen palautettavat

- Kirjoita vaihtoraportti tai ilmoita blogiosoite/Instagram hashtag Mobility-Onlinessa
- Lataa vaihtoyliopiston opintosuoritusote Mobility-Onlineen
- Anna palautetta vaihdosta JY:lle
- Vain Erasmus+:
 - Lopullinen LA (myös Nordlys ja Nordplus)
 - Letter of confirmation tai Work placement confirmation
 - EU Survey
 - OLS testin osa 2 (vapaaehtoinen)



Opintojen hyväksiluku

Hyväksilukua on haettava erikseen!

- [Hyväksilukuohjeet](#)
- Apua tdk:n koulutussuunnittelijalta tai tdk:n kv-suunnittelijalta

Kieliopinnot

- Hyväksiluku Movista
 1. Vaihdoissa suoritettut kieliopinnot
 2. Opintopisteet vieraalla kielellä suoritetuista oman alan opinnoista
 - Max 8 op, jos olet opiskellut kohdemaan kielellä omaa ainettasi
 - Max 4 op, jos olet opiskellut omaa ainettasi englanniksi
 - Huom! Ei koske kieliaineiden opiskelijoita



Paluutorientaatio

- 2 x vuodessa
- Kokemusten jako vaihdossa olleiden kesken
- Ajankohdat ilmoitetaan s-postilla





Ota yhteyttä

- [HelpJYU:n](#) kautta
- Kv-palveluiden asiointipiste:
tiistaisin klo 10-11 ja
torstaisin klo 12-13 Lähteellä
(yliopiston kirjasto), tila B154



Kysymyksiä?





Antoisaa vaihtokautta!