

HÖGSKOLEN SKOLEN GUIDEN

NATIONS- LIV

I närmare 400 år har nationerna i Uppsala fungerat som ett andra hem för inflyttade studenter. I dag används de anrika lokalerna ofta till fester, men nationerna har betydligt mer än så att erbjuda. Läs mer på sidan 4.

IDENTITET

För att lyckas på högskolan krävs inte bara studiefлит, utan också tur och rätt bakgrund. Är du en typisk Moa som läser fristående kurser, en Handels-Carl-Fredric eller en Ricardo, vars mål är att få respekt (och pengar)? Vårt spel på sidan 24 ger dig svaret.

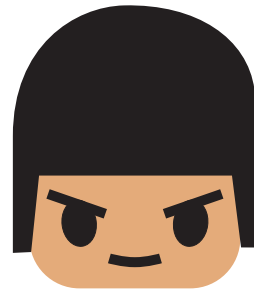
PENGAR

Hur ska man få studiemedlet att räcka hela månaden? Vi vet flera bra sätt att få koll på utgifterna: Spara pengar genom att välja rätt boende (sidan 8), Jens Linder tipsar om bästa budgetmaten (sidan 16), och så får du råd med kursböckerna (sidan 20).



Fusk drabbar kurskompisarna. sid 12

"Shit, 2400 kronor för kurslitteratur? Det måste vara något fel." Följ Ricardo på vägen till examen. sid 24



VI SOM GJORDE HÖGSKOLEGUIDEN

(Vilken utbildning har du och vad skulle du välja om du började plugga på nytt?)

Redaktör: Elin Sandström, elin.sandstrom@dn.se 08-738 23 15. Fil kand och journalistutbildning för akademiker. Jag skulle vilja göra något med mat, kanske läsa till kock eller sommelier.

Biträdande redaktör: Anna Bratt: En kort sejour på apotekarlinjen och en fil kand. Avslutade med journalistutbildning för akademiker. Jag tror faktiskt att jag skulle läsa psykologprogrammet.

Art director: Ebba Bonde, Beckmans, School of design (som den hette då). I dag drömmer jag om att söka till Dramatiska institutets regilinje eller till Fotohögskolan.

Bildredaktör: Daniel Qvarnström, Nordens fotoskola i Stockholm. Jag skulle studerat utomlands om jag fick välja på nytt.

Redigering: Lotta Holm, ett år på Kulturvetarlinjen, journalistutbildning på Skurups folkhögskola och tidningsdesign på Berghs SOC. Jag skulle vilja plugga till zoolog.

Redaktion: Lisa Bergman, Jur kand och journalistik (pågående). Skulle vilja läsa psykologi. Mattias Dahlgren, Fil kand samt (snart) en journalistutbildning. Skulle läsa franska tror jag.

Hanna Nordin, fristående kurser och just nu journalistik. Jag skulle gärna läsa till psykolog om jag inte hade journalistiken.

Baris Kayhan, Idéhistoria, missbrukarvård och pågående studier i journalistik. Jag skulle vilja läsa litteraturhistoria eller fortsättning på filosofin. Film vore också intressant.

Korrektur: Göran Berg
Omslag: Fellow Designers
Medverkande: Tina Danielsson, Mark Earthy, Lars Epstein, Fellow Designers, Johan Främst, Anne-Li Karlsson, Annelie Lindbergh, Jens Linder, Öyvind Lund, Kenneth Paulsson, Torbjörn Petersson, Kristoffer Poppius, Niclas Rydberg, Annika Rydman, Peter Sandberg, Tommy Svensson, Sandra Qvist, Johan Åkesson

Annonsor: Marlène Westman och Heléne Sjöman
Utgivningsdag: 7 mars 2006

Utgivare: Jan Wifstrand, journalistexamen, halv jur kand och lite språkstudier. Skulle göra färdigt juridiken i så fall. Samt lära mig spanska, tror jag.

BESTÄLL HÖGSKOLEGUIDEN

Strömberg distribution
Telefon 08-779 96 20
Adress Strömberg distribution, DN, 120 88 Stockholm
Fax 08-779 96 10
E-post dn@strd.se
Pris: Enstaka exemplar kan beställas utan kostnad på fax 08-738 13 55
Klassuppsättning om 30 exemplar kan beställas till en kostnad av 150 kronor plus moms.



Träning är en färskvara. sid 18



Tio tips inför utlandsstudierna. sid 14



CSI-effekten har slagit igenom. sid 26



Nationerna - mer än bara fest. sid 4



Laxrecept för alle. sid 16



Tandläkarutbildning på bettet. sid 30

Studentlivet - inte bara studier

ATT BÖRJA LÄSA på högskolan är inte bara att börja läsa nya ämnen, på en ny skola. För många är det då man flyttar hemifrån - kanske till en annan stad, man får sköta sin egen ekonomi och man tar ett stort steg på väg mot sin egen framtid när man väljer vad man vill med sitt liv. För att börja på högskolan är ofta det första riktigt stora steget på väg mot vuxenheten.

Fast i likhet med de flesta andra val i livet är högskolevalet inte slutgiltigt, man kan tillåta sig att känna sig fram och byta bana många gånger i livet.

En högskoleguide ska självklart guida till olika utbildningar, men ännu viktigare är att den visar vilket stort utbud av utbildningar som finns. Vi kan omöjligt berätta om alla, men vi kan inspirera dig att leta vidare, om

Är det så mycket fester som vissa säger? Hur gör man om man vill studera utomlands? Och vad betyder egentligen "dugga"?

du nu inte just vill läsa till tandläkare, silversmed, spelutvecklare eller någon av de andra utbildningarna vi har valt att berätta om.

Samtidigt är högskolestudier så mycket mer än bara studier. Var ska man bo? Hur funk

studiemedlet egentligen? Hur ska man klara av en fem timmar lång tenta utan att somna? Är det så mycket fester som vissa säger? Hur gör man om man vill studera utomlands? Och vad betyder egentligen "dugga"?

I ÅRETS HÖGSKOLEGUIDE berättar vi om allt som hör studentlivet till, både de bra och de dåliga sidorna. Å ena sidan är det inte alltid en dans på rosor att plugga. Man måste klara tentorna (utan att fuska), man måste få studiemedlet att räcka och man kanske tvingas dela studentkorridor med någon man inte gillar. Å andra sidan: Det kan bli de roligaste åren i ditt liv. Inget är så kul som att få lära sig saker man är intresserad av, det finns tricks för att få studiemedlet att räcka till och efter ett par veckor kan det visa sig att det där

puckot i studentrummet bredvid har världens skönaste humor.

Högskolelivet är sena kvällar över böcker, svåra tentor och nudlar. Men tro mig: Det är värt det, för det är under studietiden du utvecklas och blir DU. Och i det läget (får en högskoleguidesredaktör verkligen säga det här?) är det kanske inte så viktigt VAD du pluggar, utan ATT du pluggar.



ELIN SANDSTRÖM
redaktör för högskoleguiden
elin.sandstrom@dn.se



STUDENTLIV På 1600-talet, långt före snabbtågens tid, grundades Uppsalas nationer för att alla från dalmasar till smålänningar skulle känna sig hemma. De är fortfarande som ett andra hem för många, men i dag är nationerna storföretag med miljonomsättning.

TEXT **JOHAN ÅKESSON** FOTO **SANDRA QVIST**

NATIONERNA FÖRENAR

NÄR VI MARSCHERAR UPPFÖR den snötäckta Biskopsgatan och eftermiddagssolen slår mot Domkyrkotornen är känslan av ett tidlöst "Fanny & Alexander"-Uppsala så nära att det inte alls ser märkligt ut när led av studenter, somliga med vita mössor, två och två, ledda av fanbärare, rör sig från alla håll mot universitetsaulan. Tonåringar med kameramobiler tycker visserligen att det ser lustigt ut och knäpper fnittrande bilder på de förbipasserande studenterna.

På asfalten mellan den ståtliga statyn av Erik Gustaf Geijer och den breda stentrappan upp till aulan, ställer studenttågen upp sig på raka led. Sex nationer på var sida av trappan. Det är knäpptyst. Bilden påminner om slagscenen i "Braveheart" när de rivaliserande kämparna, i det här fallet studenterna, står ansikte mot ansikte, med sina lansar, som i dag är fanor, riktade mot fienden. Men i stället för dramatisk säckpipemusik, är det en nationsorkester som ansluter och börjar spela spexiga cirkusmarscher. Den trettonde nationen saknas. Efter några minuters väntan kommer till sist Stockholms nations nyinskrivna medlemmar i ett krokigt led.

NATIONEN SOM GÄRNA utger sig för att vara lite exklusivare än de andra tolv (en slogan för nationens verksamhet har varit: "lite dyrare, men lika bra") har med sig välsminkade Ebba von Sydow-kopior och finliga pojkestuder med en kvarlegad backslick. De kliver rakt in i aulan, före de tolv väntande nationerna. Norrlands nation, på vilken vi ska spendera kvällen, går in näst sist. Varför tycks ingen veta.

Fördrinken på Norrlands nation var avslutad redan klockan fyra. Unga studenter i nyköpta Dressmannkostymer och H&M-kreationer stod då nervöst och trampade med ett glas bubbel i handen. I vissa fall Pommac.

Flera av dem har flyttat till Uppsala inte

bara för att de hört att utbildningskvaliteten är hög här, utan också för att nationerna medför ett aktivt studentliv i staden. Alla tretton nationer har i kväll sitt eget reccegask. Och det är bara ett av väldigt många konstiga ord som man måste förstå för att klara sig i Uppsalas studentliv. Gask stavades till ganska nyligen gasque och är franska för gille, eller helt enkelt fest. En gask är en lång sittning, en middag med underhållning och traditionsenliga tal. Recce betyder recentior, som i sin tur betyder förstaårsstudent. Och det hela har alltså just börjat med en fördrink före den gemensamma välkomstceremonin i universitetsaulan.

Inne i aulan smyger en lucialiknande figur stelt fram, med blågult band kring kroppen och ett följe bakom sig. En äldre man med medaljonger runt halsen och några andra män och kvinnor med akademisk blick går till sina platser nära scenen. Det är kyrkotyst i lokalen. Luciakvinnan går upp på scenen och gestikulerar, likt en präst, att alla nu kan sätta sig ned. Några tal hålls från talarstolen, en representant från kuratorskonventet välkomnar studenterna med ett "kära recentiorer" och fortsätter med en uppmaning om att upptäcka det "färgsprakande, härliga nationslivet". Näste talare är den äldre mannen med medaljonger runt halsen som visar sig vara universitetets rektor Bo Sundqvist. Han läser innantill och snubblar vid de krångliga, latinska orden.

En halv kabaré, en manskör, lite svaljazz och en bön senare, går studenterna tillbaka till respektive nation. Med fanbärarna längst fram i leden.

NATIONERNA I UPPSALA grundades i mitten av 1600-talet. De har hela tiden haft för avsikt att vara ett andra hem för studenter. Några hundra år innan SJ började sälja X2000-biljetter till sistaminutenpris blev det sällan tillfälle för studenter att besöka sin hemort. Då kunde de i stället hänga med andra dalmasar

eller smålänningar, var man nu kom från, på nationerna.

Till en början ställde sig universitet skeptiskt till de nystartade nationerna, de såg organiserade studenter som ett hot. Men den vise professorn Olof Rudbeck föreslog att i stället för att bannlysa nationerna skulle en kontrollinstans införas. Så tillkom titeln inspektor, i dag ett eftertraktat extraknäck för professorer vid Uppsala universitet.

En inspektor håller koll på nationen. Förr såg han till att nationen följde stadgarna och att inte festerna gick över styr eller att studenterna gjorde pigor med barn. Det var på den tiden kvinnor inte tilläts studera. I dag handlar en inspektors uppgift mest om att sitta med på gaskerna, med ett lite större vinglas än studenterna, och representera en akademisk vishet. För studenterna är inspektorn också ett tillgängligt uppslagsverk på två ben. På Norrlands nation heter han sedan tre år tillbaka Tore Frängsmyr. Han närvarar vid tre gasker per termin.

– Ibland blir det extra fester, de kan vara oerhört roliga. Som veterangasken, det var en fest för alla som blev inskrivna i Norrlands nation före 1970, säger Tore Frängsmyr när vi sätter oss ned vid ett bord intill festsalen på Norrlands nation.

Kan du berätta lite mer om din uppgift som inspektor?

– Om jag tar det från början, och eftersom jag är historiker så gillar jag att ta det från början, så inspirerades Uppsalas nationer av hur det såg ut i Paris på 1200-talet. Där fanns då fyra nationer representerade, som bildade små grupper på universitetet. I Sverige översatte man denna princip till nationer uppdelade efter landskap och län. Då fanns så små nationer som Fjärdhundras nation med bara åtta medlemmar. Och det fanns också en adelsnation. Men den avskaffades på 1700-talet.

Men inspektorsuppgiften då?

– Ja, just det. I dag ser jag en inspektor mer

som en rådgivande, äldre landsman som finns där när nationens unga ledning behöver goda råd. Nationerna är som stora företag nu för tiden. Norrlands omsätter 22 miljoner kronor per år och har tolv heltidsanställda. Då kan det vara behövligt med ett bollplank.

– Jag försöker vara lite moraliserande på gaskerna också, uppmana studenterna att hitta balans mellan arbete och nöje.

Spårar aldrig gaskerna ur?

– Nej. Visst, det finns alltid i alla sammanhang några i utkanten som flippar ur, men gaskerna ska inte handla om att supa sig redlös. När jag är med sköter sig studenterna, sen stannar jag ju inte till sista droppen.

Manskören sjöng i kväll några visor om att "supa, supa, suuupa".

– Jo, men det är ju lite ironiskt.

Tror du att alla nya studenter kopplar ironin?

– Nej, det är möjligt. Jag var själv nykterist till jag fyllde 28 år, och kan hålla med om att det bitvis är lite för mycket spritromantik på gaskerna.

EFTER ATT RECENTIORERNA har signerat nationens gästbok kliver vi in i en mörk sal med vita dukar på borden, kristallkronor i taket och norrländska landskapsmålningar på väggarna. En marskalk slår i gonggongen, ungefär som i "Fångarna på fortet", och sånganföraren ber alla slå upp sidan 2 i den lilla röda boken på bordet och tillsammans sjunga Norrlandssången. Efter att samma sångledare förklarar reglerna för snapsandet slår marskalken än en gång i gonggongen och säger välartikulerat att Norrlands nations förste kurator Håkan Eriksson ska tala.

– Ni är det viktigaste vi har, våra medlemmar, säger han och använder sedan Asterix som en röd tråd genom talet.

Efter lite säljsnack avslutar han med ett "carpe nationis". Och sen en snapsvisa. Nästa talare säger något högrävande om Dag Ham-

"Till en början ställde sig universitet skeptiskt till de nystartade nationerna, de såg organiserade studenter som ett hot."



Kajsas Jacobsson, 2:e kurator på Gotlands nation i Uppsala, tycker att fler studenter ska engagera sig i nationerna.



En fördrink serveras redan klockan 15.30 i Norrlands nations pampiga lokaler. Reccegasken fortsätter sedan hela kvällen. (överst t v)

Tore Frängsmyr är Norrlands nations inspektor. Han sitter med på varje gask och försöker vara lite moraliserande i sina tal: "Jag uppmanar studenterna att hitta balans mellan arbete och nöje." (bilden t h)

Sånganförelse Fredrik Olofsson och Eva Rydell håller studenterna sysselsatta med snapsvisor under reccegaskens tre-rätters-middag. (stora bilden)

Andrea Sandberg, Sanna Schönmeyr och Anna Lappalainen förevisar gasken. (nedan)



marskjöld och Pär Lagerkvist. Någon berättar att den lilla röda sångboken på bordet är en present till de nya medlemmarna. Det är som att konfirmera sig på nytt.

Middagen är långdragen, en kör underhåller, och efter ett par timmar står alla på stolarna och sjunger snapsvisor om sprit. Det hela avslutas med kaffe och punsch där en manskör sjunger om "flickan, flaskan och fosterlandet".

Gaskerna fortsätter alltid med ett "släpp", ett helt vanligt disko, dit även andra studenter – icke-medlemmar – är välkomna.

På dansgolvet klickas Inner Circle i gång, och i baren intill kan man köpa en Orgasm för 41 kronor. På en handskriven skylt står det att dricks ger ett bättre sexliv. Liksom sittningen, väldigt studentkost, men på ett mer tidsenligt sätt.

Dagen efter är det lördagsfika på flera nationer. Också en tradition som hängt med ett

tag. På Gotlands nation står köttbullemackor, smörgåstårter, kladdkakor och annat som studenter gillar att äta till självkostnadspris framdukat på borden. Vid kassan betalar man sju kronor för självservering av kaffe och te.

Martina Malmros och Kajsa Jacobsson är förste respektive andre kurator på Gotlands nation. Kuratorer fungerar som en ledning för nationerna. De är studenter som tar ett år ledigt från sina studier för att arbeta heltid som kuratorer. För 6 900 kronor i månaden.

– Det är en uppgift som ger mycket erfarenhet och sociala kontakter. Det kräver också mycket ansvarstagande, säger Martina Malmros.

– Man får möjlighet att driva en hel verksamhet. Jag sköter bokföring och ekonomi, trots att det inte alls är vad jag studerat. Jag läser till personalvetare.

Känns det rätt att vara med och stödja na-

tionernas verksamhet? Gör inte de bara alla studenter till alkisar?

– Det är en tråkig stämpel som nationerna fått. Vi har mycket dagverksamhet också som inte alls har med alkohol att göra. Alkoholen är absolut en del av nationslivet, men man kan också göra tidning, prata i radio, sjunga i kör eller starta sin egen förening. Dessutom är inte alkoholen så billig på nationerna längre, menar Martina Malmros.

Varför ska man som student i Uppsala engagera sig i sin nation?

– För att få en bredd i sina studier. Man får göra sådant som det inte går att lära sig från en bok, säger Martina Malmros.

– På nationerna får du jobba med studenter från alla områden. Här finns blivande ekonomer, veterinärer, jurister. Den sociala biten är viktig, fortsätter Kajsa Jacobsson.

Fem minuters promenad bort, på andra sidan Fyrisån, ligger Värmlands nation. Där får kuratorskonventets ordförande, curator curatum Louise Frändberg med några vänner. Kuratorskonventet är ett samarbetsorgan mellan de tretton nationerna i Uppsala. Eller egentligen vore det mer korrekt att säga fjorton. Skånelands nation är också en nation, rent formellt, men saknar lokal och engagerade medlemmar. Den finns som ett alternativ till de studenter som inte vill vara medlemmar i en aktiv nation, men ändå är tvungna att vara inskrivna någonstans på grund av studentkårens regler.

Louise Frändberg har varit förste kurator på Värmlands nation. Hon har nu återgått till juridikprogrammet men jobbar samtidigt halvtid som curator curatum. Den akademiskt klingande titeln förkortas CC (kassören kallas



custos pecuniae, vars titel förkortas CP).

Louise, efter att ha varit med på ett reccegask måste jag fråga: Vad är skillnaden mellan en nation och en sekt?

– Haha, vadå, tyckte ni att det kändes så? Nej, nationerna finns till för att studenterna ska kunna använda dem som de vill. Det finns så klart traditioner, men det är inte allt.

Tror du att många nya studenter väljer Uppsala universitet för att det finns många nationer att gå ut och festa på?

– Festandet är kanske det man först får höra om, och kan absolut vara något som lockar studenter till Uppsala. Det är det som syns och omsätter mest pengar. Men det går fort att upptäcka att nationerna har mer att erbjuda.

Vilka skillnader finns mellan "sororities" som finns i alla amerikanska collegefilmer, och Uppsalas nationer?

– Här är det inte folk som står och skriker "beer keg" på festerna. Det har alltid hört till att dricka på gaskerna, men det blir mer och mer accepterat att dricka Pommac.

Vilken nation är bäst?

– Det kan jag inte säga, det får jag inte säga, skrattar Louise Frändberg och fortsätter:

– De är rätt likvärdiga, jag tror man blir nöjd vilken man än väljer.

Curator curatorum, recentior, custos pecuniae. Måste man kunna flytande latin för att bli medlem i nationerna?

– Nej inte alls, men man kan få feta stipendier om man kan det.

På väggarna i den stora fikasalen på Värmlands nation sitter elva guldinramade gubbar. Bland annat Louise Frändbergs pappa som var inspektör till för två sedan.

Är inte nationsvärlden lite gubbig?

Alla nya medlemmar, recentiorerna, får under reccegasken en röd sångbok. (mitten högst upp)

Fanbärare från Uppsalas nationer stegar upp mot universitetsaulan med ett led av studenter bakom sig. De nya studenterna välkomnas med en högtidlig ceremoni i aulan. (överst t h)

Louise Frändberg är curator curatorum, ordförande i kuratorskonventet. Med sina kolleger diskuterar hon nationernas funktion. På väggen är hennes pappa inramad. Han var inspektör för Värmlands nation fram till 2004. (ovan t h)

– Den har varit det, men det förändras. I dag är elva av tretton förstakuratorer kvinnor, berättar Louise Frändberg.

Runt om i salen sitter hungriga studenter och babblar mellan kaffeslurkarna. Varken här eller på Gotlands nation syns en enda skolbok på borden. Över huvud taget är det mycket snack om klubbar hit och körer dit, hemliga föreningar, billig öl, kladdkakor och teknologoveraller. Det där med böcker och tentaångest tycks vara förlegat. Åtminstone innanför nationernas dörrar. Inte så konstigt att Uppsala behåller sin position som ett av Sveriges största universitet.

JOHAN ÅKESSON
frilansjournalist
SANDRA QVIST
frilansfotograf

AKTIVA NATIONER

- I Uppsala finns tretton nationer med aktivt nationsliv: Gotlands nation, Gästrik-Hälsinge nation (kallas GH), Göteborgs nation, Kalmar nation, Norrlands nation, Smålands nation, Stockholms nation, Södermanlands-Nerikes nation (kallas Snärkes), Uppsalas nation, Värmlands nation, Västgöta nation, Västmanlands-Dala nation (kallas V-Dala) och Östgöta nation. Dessutom finns Skånelandens nation, som inte har någon aktivitet.
- Det finns nationer också i Lund. Många mindre studieorter har nationer, men de har inte alls en så omfattande verksamhet. Även i Finland finns nationerna.

Osäker på vilken typ av boende du ska välja? Det finns fördelar och nackdelar med alla, här är några:

EGEN LÄGENHET

+ Man får göra vad man vill.
Man får ha maten i fred i kylskåpet.
Man kan städa när man vill (fast är man slarvig av sig kan det vara ett minus...).

– Ensamt.
Dyrt.
Ofta ekande tomt i kylan.

KOLLEKTIV

+ Billigt.
Många fester.
Bra gemenskap.

– Omöjligt att få studiero.
Bäddat för konflikter om städveckor med mera.
Big Brother-varning.

LÄGENHET I ANDRA HAND

+ Ofta ganska lätt att hitta.
Man slipper skaffa möbler.
Flexibelt.

– Man kan vara tvungen att smyga med att man bor där.
Man kan bli utkastad med kort varsel.
Ofta dyrt i storstäder.
Man får den ordinarie hyresgästens konstiga post.

STUDENTKORRIDOR

+ Man kan sno mat om ens egen är slut.
Mycket socialt liv och många fester.
Ofta hyresfritt på sommaren.

– Det gemensamma köket är oftast äckligt.
Man får inte sätta upp grejer på väggarna.
Man är tvungen att samsas med idioter.

INNEBOENDE

+ Billigt.
Man har någon att dricka te med.
Man slipper köpa möbler.

– Man förväntas vara social.
Man är utlämnad till hyresvärdens konstiga regler.
Man kan aldrig räkna med att ta sovmorgon.

HOS MAMMA OCH PAPPA

+ Tokbilligt.
Hög service.
Familjegemenskap.

– Familjehögtiderna kan urarta till Norénderamer.
Taskiga vuxenpoäng.
Inget privatliv.

PÅ EN KOMPIS SOFFA

+ Billigt.
Kompisbonding.
Bra snyttläge.

– Parasitvibbar.
Ohållbart i längden.
Inget privatliv.

OCKUPERA

+ Gratis.
Inga grannar.
Flexibelt.

– Låg standard.
Olagligt.
Risk för polisbrutalitet.

HUSVAGN

+ Frihet.
Ganska billigt.
Ofta naturnära.

– Trångt.
Dåligt med bekvämligheter.
Ofta långt till city.

HUSVA

Löften om bostad går hem

BOENDE Fjorton av landets högskolor garanterar bostad åt sina studenter. Men på andra orter kan väntan på studentrum eller lägenhet bli lång. För många studenter har bostadssituationen avgjort var de väljer att läsa.

SVERIGES FÖRENADE STUDENTKÅRER har gjort uppskattningen att det saknas 30 000 studentbostäder i landet. Därför är bostadssituationen viktig vid valet av studieort för många studenter. Enligt Högskoleverket väljer en av tio högskola utifrån bostadsmarknaden. Lika många hävdar att deras studieresultat försämrats på grund av boendet.

I Uppsala står studentkårens nödboende – några sängar på ett vandrarhem – orörda när vårterminen drar i gång.

– Här är det total stiltje. Vi har inte haft

en enda nödställd student, säger Isak Bergdahl, bostadskoordinator vid Uppsala studentkår.

Han låter nästan lite förvånad. För bara några år sedan var köerna långa. Men under de senaste tre åren har bostadsbolaget Studentstaden byggt omkring 300 nya studentbostäder. Troligen kommer det att se lika bra ut också till hösten.

Lika ljus är dock inte läget i Halmstad. Där får en bostadslös student vänta i fem månader på att få ett studentrum på cirka 20 kvadrat. Kön till lägenheterna är ett år. Förra året fick 100 studenter tillfälliga sängplatser på före detta flygflottiljen F14.

Också i Göteborg är det svårt att få bostad.

– Här saknas det ungefär 1 000 studentbostäder. En ny student får vänta cirka sex månader på ett enkelrum och 1,5 år för en lägenhet, säger Mats Odersjö, som är vd för Stiftelsen Göteborgs studentbostäder.

Den som väljer att läsa i Stockholm till hösten får också vara beredd att köa. Kön till ett studentrum utanför tullarna är några månader lång, i city handlar det om ett till två års väntan.

– Men senare under året försvinner köerna utanför tullarna. Nu under våren har vi till exempel 100 lediga bostäder framför allt i Sickla, säger Anders Cronqvist, som är informationschef på Stiftelsen Stockholms studentbostäder.

MEN DET FINNS studieorter med bostadsgaranti redan vid terminsstart. Enligt Sveriges förenade studentkårer garanterar fjorton högskolor bostad åt sina studenter: Kalmar, Borlänge, Borås, Härnösand, Karlskrona, Ronneby, Karlshamn, Norrköping, Sundsvall, Östersund, Eskilstuna, Gävle, Karlstad, Västerås och Örebro.

Sveriges förenade studentkårer har räknat ut att en student i snitt betalar 2 981 kronor

BÖRJA LETA I GOD TID

- Börja söka bostad redan när du söker till högskolan.
- Ring studentkåren på studieorten eller kolla på nätet för att få tips på bostadsbolag, stiftelser och bostadsjourer.
- Känner du någon som pluggar där du vill läsa? Be honom eller henne hålla utkik efter "uthyres-lappar" på anslagstavlor.
- Annonsera efter boende.
- Sätt ut lappar på bibliotek, fik, studentbostadshus och institutioner.
- Gå samman med vänner eller kursare och hyr en lägenhet eller hus.
- Sök bostad på studentlya.nu

för sitt boende. För många studenter går alltså halva studiemedlet (som är cirka 6 900 kronor i månaden) åt till att betala hyran.

ANNA BRATT
anna.bratt@dn.se

SÅ VALDE VI:



JENNY LINDQVIST
ishockeyspelare
OS-hjältinna

Vad har du pluggat?

– Jag har gått treåriga samhällsplanerarlinjen vid Stockholms universitet. Men jobbet

blev för byråkratiskt och stillasittande. Jag vill kunna påverka människor och agera snabbt. Så nu läser jag andra terminen på Polishögskolan.
Hur påverkas studierna av ditt idrottande?
– Bara positivt. All träning tvingar mig att planera min tid noga. Jag har ett särskilt läshörn hemma, med en stol som bara får användas till läsning av kursböcker, ingenting annat.



FREDRIK LINDSTRÖM
programledare
och språkmänniska

Vilken examen skulle du köpa på internet, inte för kunskaperna utan bara för att ha ett snyggt examensbevis på väggen?

– Jag skulle inte vilja ha någon examen utan att studera först. Allt jag har läst har jag nämligen läst för att jag tycker det är roligt. Lustprincipen avgör allt, och ger allt bränsle som man behöver.



JONAS HASSEN KHEMIRI
författare

Vilken är den tråkigaste kursen du har läst?

– 5 poäng redovisning. Jag var ärligt fascinerad över att jag klarade att gå den kursen. Det kändes liksom som att själen sipprade ut genom hälen, om du förstår vad jag menar.

Hur var du som student?

– Jag var nog ganska osynlig. Jag tycker inte det är så kul med sociala gemenskaper som är påtvingade. Har aldrig förstått det där med studentliv, det är inte min påse.



GÖRAN HÅGGLUND
partiledare kristdemokraterna

Vad har du läst?

– Jag har inte läst vid universitetet. När jag var ung levde jag i föreställningen att jag skulle bli polis. Men jag halkade in på politikerbanan i stället. Sedan tog jag uppehåll och arbetade på försäkringsbolag och hos en fondkommissionär. Där fick jag gå flera internutbildningar.

Vad skulle du läsa i dag?

– Om jag fick spela om mitt liv skulle jag läsa internationell ekonomi, det verkar spännande.

Baskurs i maskering för killar

För dig som gillar färg och form, att ingå i ett team, att berätta en historia, att skapa en karaktär och att använda handen som verktyg. En 20 veckors kurs i perukmakeri, maskering och teater teori. Start augusti 2006 med en introduktionsvecka i slutet av våren.
Ansökan DI tillhanda senast 15 mars 2006

Baskurs i film

En praktisk filmkurs under 20 veckor med start i augusti 2006. För dig som har gått ut gymnasiet och sysslat lite med film. Kortfilm - fiktion- och dokumentär, teori och skrivövningar.
Ansökan DI tillhanda senast 18 april 2006

 Dramatiska institutet

www.draminst.se
info@draminst.se
tel 08-55 57 20 00
(vardagar 10.00-11.30)

Krishantering och internationell samverkan

- Utbildning och kompetensutveckling i statskunskap -

Samhällets krisberedskap och svenskt försvar är inne i en dynamisk omställning. Ett komplext och omvärldsberoende samhälle är sårbart. Naturkatastrofer och tekniska fel i infrastrukturen drabbar alla. Våldsanvändning och krigshandlingar har ändrat karaktär. Samtida hot och kriser är ofta gränsöverskridande och sammansatta. De löses bäst i samverkan, nationellt och internationellt.

Utbildningen riktar sig till dig som redan är verksam, eller som vill verka, inom samhällets krisberedskap. Programmet och kurserna omfattar nivåerna A-D samt en praktiktermin för deltagare i uppdragsutbildning. Utbildningen genomförs på uppdrag av Krisberedskapsmyndigheten och i samarbete med Uppsala universitet. Undervisningen bedrivs i Försvarshögskolans lokaler.

Ytterligare information om utbildningen samt anmälan hittar du på Försvarshögskolans webbplats (www.fhs.se/civilautbildningar).
Ansökan senast 15 april 2006.



**Vill du.se vägen
till din framtid och
dina drömmar?**



**- Sveriges vackraste
högskolebibliotek?**

- Ja förmodligen

Vi brinner för kunskap!



**HÖGSKOLAN
I GÄVLE**
www.hig.se

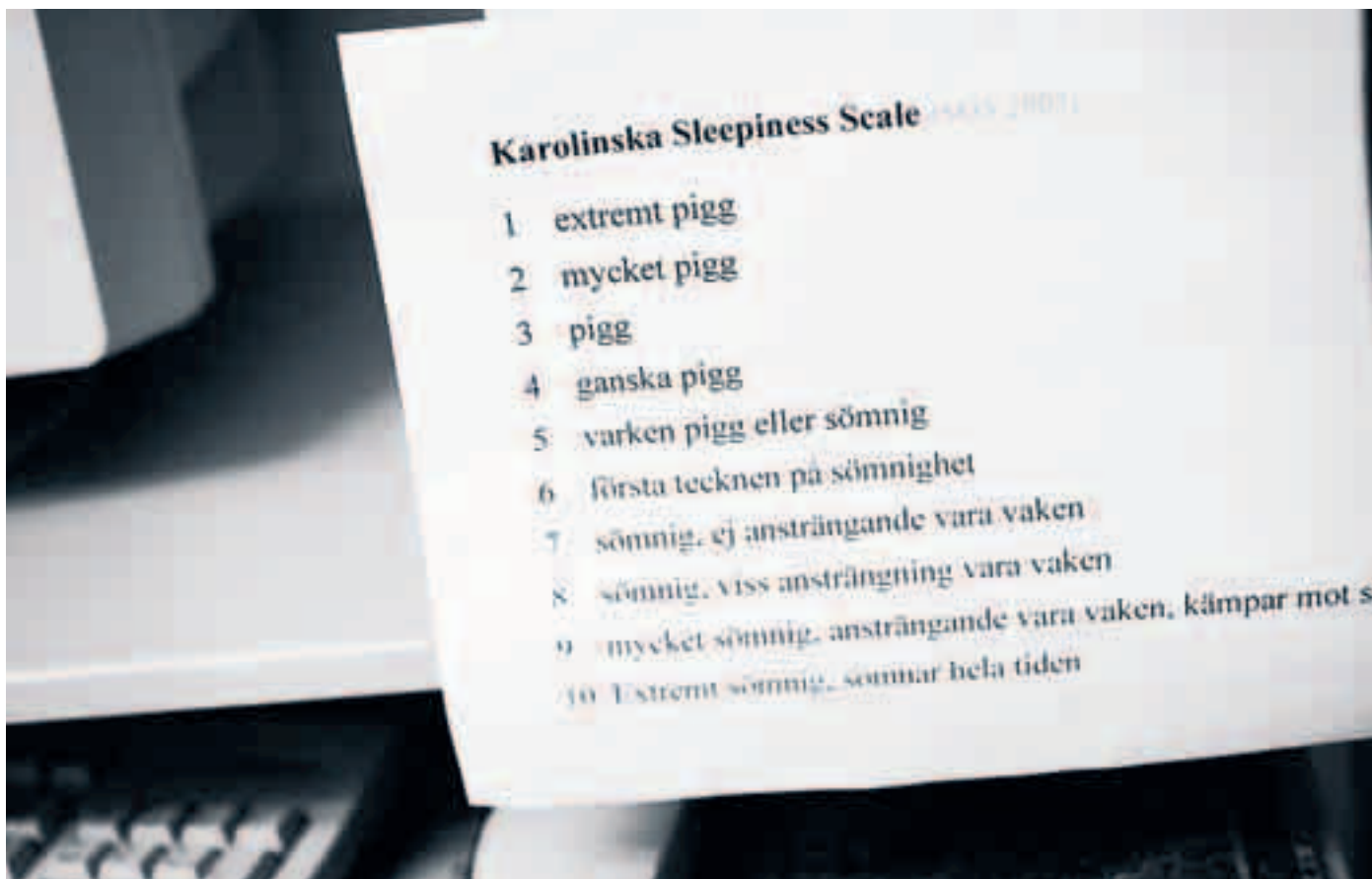
**Student i Stockholm?
Bo hos oss!**

**Tusentals
bostäder
i Stockholm
- bara för
studenter**

Gå in på www.sssb.se



Sov så klarar du tentan



SÖMN Sov gott så lyckas du bättre med dina studier. För lite sömn gör dig både dummare och mindre potent.

KLOCKAN ÄR 23. Du har suttit en hel dag på biblioteket och pluggat till tentan som är om två dagar. Nu är du i valet och kvalet:

Ska du stanna uppe i två, tre timmar till och läsa de sista kapitlen i kurslitteraturen? Eller ska du lägga dig och gå upp tidigt på morgonen?

För sömnforskaren Torbjörn Åkerstedt är svaret enkelt.

– Jag skulle gå och lägga mig. De sista timmarna blir nog inte särskilt effektiva. Hjärnan klarar inte av mycket mer än åtta timmars inläring. Om du blir för trött, eller får för lite sömn under natten, minns du ändå inte vad du har läst.

Sömnen har stor betydelse för hur väl du lyckas i dina studier. Det är under sömnen som minnena fastnar. Det du har läst under dagen lagras först i ett mellanlager, korttidsminnet, som finns i ett sjöhästliknande område i hjärnan som heter hippocampus.

Under natten flyttas de nya kunskaperna över till långtidslagret i hjärnbarken.

Om du får för lite sömn sker inte överflyttningen. Då minns du inte heller det du läste under dagen.

Minnen är elektriska signaler som transporteras runt i hjärnan av nervceller. När en nervcell med ny kunskap hittar en kompis som bär på liknande information kopplas de båda ihop. När en lång dags pluggande går mot natt är hjärnan fullproppad med nya kopplingar.

– Enligt en forskningsteori sker en storstädning när vi sover. Nästan 99 procent av alla kopplingar tas bort, annars skulle ny kunskap inte få plats. Dessutom skulle hjärnan kräva alldeles för mycket energi, säger Torbjörn Åkerstedt, som är professor i beteendefysiologi vid både Institutet för psykosocial medicin och Karolinska institutet.

UNDER SÖMNUM LAGRAS inte bara ny kunskap. Allt som brutits ner på cellnivå under dagen repareras. Immunsystemet trimmas, ämnesomsättningen, kroppstemperaturen, pulsen, andningsfrekvensen och blodflödet i hjärnan sänks.

Det är också då som hjärnan lagrar energi, kraft som den behöver för att fungera under dagen. För lite sömn ger hjärnan mindre energiförråd.

– Du blir mindre intelligent, helt enkelt. Dessutom finns studier som visar att du också blir mindre potent om du sover för lite.

Torbjörn Åkerstedt forskar bland annat på utbrändhet och brist på sömn. Han ser tydliga kopplingar mellan de båda. Den som är stressad (och kanske riskerar att bli utbränd) sover dåligt och naggar dessutom gärna på sömnen för att hinna med allt som ska göras.

Men det är ingen bra idé. Under sömnen sänks halterna av stresshormonet kortisol.



Sömnforskning har visat att elever som man trodde hade inlärningsproblem i själva verket sov för lite. För att hjärnan ska koppla rätt måste vi sova bra, hur många timmar vi behöver är individuellt.

FOTO: SANDRA QVIST

SÅ VALDE VI:



CARIN RODEBJER
designer

Vad har du pluggat?

– Jag läste vid Fashion Institute of Technology i New York. Där läste jag bland annat mönsterkonstruktion, design, teckning, gradering och materiallära. Men jag tog aldrig någon examen, för det började snurra på för mitt företag redan under studietiden.

Hur var det att studera i New York?

– Jag pluggade bara, gjorde i princip ingenting annat. Jag prioriterade studierna, helt enkelt.



STEFAN HOLM
höjdhoppare

Vad har du pluggat?

– Jag har läst 40 p statistik, 20 p nationalekonomi, 20 p informatik (tog dock bara 11 p) och 40 p idrottsvetenskap vid

Högskolan i Karlstad (som nu heter Karlstads universitet).

Hur gjorde du för att hinna med både tentaläsning och träning?

– Det handlar i grund och botten om planering och disciplin. Jag kan inte träna mer än högst 3,5-4 timmar per dag, sen är det upp till mig att använda resten av dygnet på bästa möjliga sätt.



JOHN AJVIDE LINDQVIST
författare

Vad har du läst på universitetet?

– Jag har en oavslutad kurs i litteraturvetenskap. Jag gjorde allt utom uppsatsen. Och så har jag en halv kurs i spanska.

Varför blev det ingen uppsats?

– Jag hade sådan otrolig hybris när jag valde ämne. Det visade sig att jag inte kunde skriva om det jag ville, så då struntade jag i alltihop. Men hybrisen har jag kvar.



ÖZZ NUJEN
ståuppkomiker
och programledare

Vad har du läst?

– Jag pluggade radio på Dramatiska institutet.

Vilken kurs var roligast?

– Radioteater. Där gick man från ax till limpa. Jag fick skriva manus, hitta skådisar, klippa programmet och mycket annat.

Tips till kommande studenter?

– Tro på dig själv. Blir du nekad en kurs eller jobb, tänk så här: "Det är de som förlorar på det och inte jag."

För lite sömn gör att hormonhalterna blir för höga och då förstärks effekterna av den stress man utsätts för under dagen. Blodfettnivåer blir förhöjda och insulinet klarar inte av att ta hand om blodsockret, som blir för högt (insulinintolerans).

– Om du börjar med för lite sömn på måndagen och fortsätter under veckan så är du definitionsmässigt diabetiker på fredagen. Så ser blodfetterna och insulinhalterna ut. Men bara du tar igen sömnen under helgen återställs nivåerna igen.

Brist på sömn leder också till ökad risk för hjärt-kärlsjukdom.

ÅTTA TIMMARS SÖMN per natt sägs ju vara det optimala för människan. Men det är högst individuellt, menar Torbjörn Åkerstedt.

Däremot visar forskning att halveras sömnen får man sämre minne, sämre lokalsinne och har svårare att lösa problem.

– Det tycks som effekterna börjar redan vid sju timmars sömn per natt. Har man sovit fyra, fem timmar per natt under en arbetsvecka så är man lika trött på fredagen som om man skulle ha varit vaken en helt natt!

En av fyra i åldrarna 16–24 år säger sig ha problem med sömnen. Det är en fyrdubbling på tio år. Förklaringen är troligen den stress som skapas när samhället ställer allt fler krav: på utbildning, att ständigt vara tillgänglig, att man ska se ut på ett visst sätt, ha vissa kläder och ha gott om pengar. Studier från USA visar att unga som anses ha inlärningsproblem i själva verket led av störd sömn.

För studenter är också de oregelbundna varnorna ett stort hot mot sömnen. Sena nätter och för mycket festande gör att den biologiska klockan, som styr hormonhalterna i kroppen, helt kommer ur fas.

Men hur tar man då bäst igen förlorad sömn efter en utekväll?

– Med en siesta. Det är oslagbart. Om du inte har en säng i närheten, lägg dig över bordet och sov i cirka trettio minuter. Om du sover längre går ämnesomsättningen ner, hjärnan får mindre energi och då blir du seg när du vaknar.

Kan man sova för mycket?

– Det verkar så, man känner ju sig seg i huvudet om man har sovit ovanligt länge. Men forskningen har inte lyckats visa varför det är så.

ANNA BRATT
anna.bratt@dn.se

GODA RÅD FÖR SKÖN SÖMN

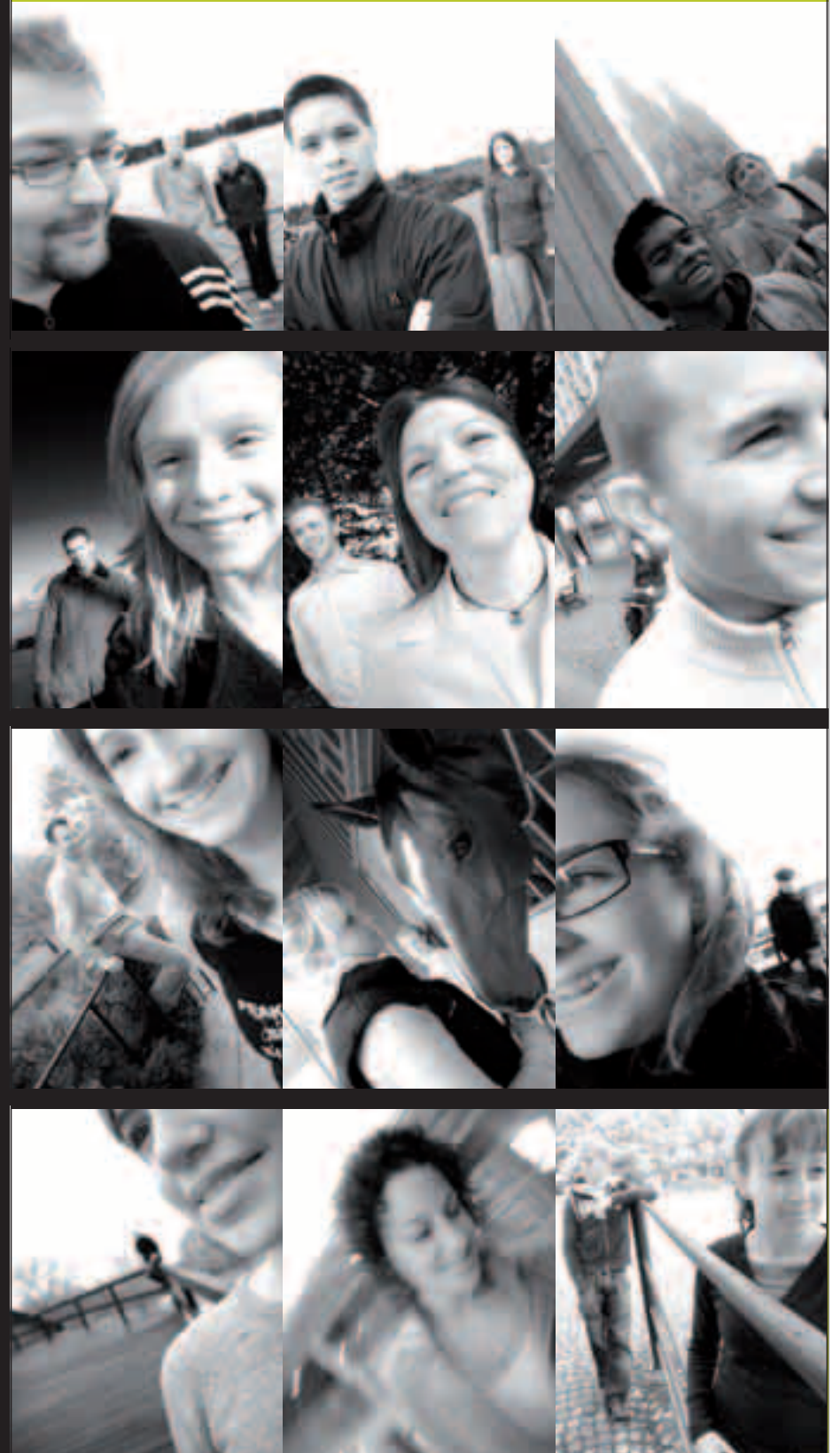
- Ha det mörkt och svalt i rummet, 13–18 grader.
- Undvik choklad, alkohol och koffeinhaltiga drycker före läggdags.
- Försök att lägga dig vid samma tid varje dag.
- Om du tagit en tupplur under dagen, lägg dig något senare på kvällen.
- Du sover bättre om du har tränat fysiskt under dagen.
- Om tankarna snurrar kring något som stressar dig: Skriv ner problem och lösning på en lapp. Tvinga dig sedan att tänka på något trevligt i stället.



”Om du börjar med för lite sömn på måndagen och fortsätter under veckan så är du definitionsmässigt diabetiker på fredagen.”

Torbjörn Åkerstedt, sömnforskare

Om du kan tänka dig att ha en vetenskapsman karvande i dig kan du tjäna pengar på att sälja din kropp till medicinska experiment, bara du inte är spruträdd. Eller rädd för biverkningar. Allt från en tusenlapp för en spruta och några undersökningar, till 20 000 kronor för långvarigt pillerknappande och flera övernattnings.



SLU, Sveriges lantbruksuniversitet, utvecklar kunskapen om det som lever och växer. Vi har utbildningar som du inte hittar någon annanstans i Sverige, till exempel **veterinär, landskapsarkitekt och jägmästare.**

Förutom dessa finns fler attraktiva utbildningsprogram att välja mellan. Men du måste själv ta första steget! Läs resten av tidningen och du kommer att hitta ytterligare ett tjugotal.



EBBA VON SYDOW
chefredaktör för Veckorevyn
Vad har du läst på högskolan?
– Lite på juristlinjen, journalistik i Boston och media och kommunikation i Göteborg.

Vilka är dina bästa tips för att dryga ut studentkassan?

– Skicka in en lista över frilansförslag till Veckorevyn. Jag tycker det är förvånande hur få tjejer som vågar tro på sina idéer och vara företagssamma nog att tjäna pengar på dem.

Vilken är din drömutbildning?

– Läkarlinjen.



IBRAHIM BAYLAN
skolminister

Vad har du läst?

– Jag har läst statskunskap, nationalekonomi, juridik och statistik. Men jag har ingen fil kand eftersom jag aldrig skrev

min c-uppsats.

Vad skulle du läsa i dag?

– Det samma!

www.slu.se

PLAGIAT Det är inte svårt för en student att mygla till sig sina poäng. De som åker fast blir fler för varje år. Nu börjar fusket till och med drabba de ärliga studenterna.

Fusket slår tillbaka

TACK VARE INTERNET finns många genvägar till studiepoängen. Men om det är den nya tekniken som gör att antalet avstängningar och varningar ökar år efter år är det ingen som vet.

–Vi vet inte heller om det är så att fusket brer ut sig eller om lärarna har blivit bättre på att upptäcka det, säger Pontus Kyrk, jurist på Högskoleverket.

Mellan 2001 och 2004 ökade antalet fällningar från 130 till 368. Av dessa fälldes 215 studenter för att ha plagierat andras texter. 77 ertappades med fuskklappar och andra otillåtna hjälpmedel under tentamen. 54 fälldes för otillåtet samarbete och 22 störde undervisningen.

Jan-Olof Åberg, som är lektor i sociologi och vice rektor vid Karlstads universitet, har räknat ut att en fuskavslöjad sociologistudent kostar honom två arbetsdagar.

–Det är en allvarlig anklagelse jag riktar mot studenten. Jag måste ju vara säker på min sak, säger han.

Fuskärenden avgörs i en disciplinnämnd som finns vid alla högskolor och universitet. Men innan ärendet tas upp i nämnden måste läraren visa hur studenten har fuskat, skriva en anmälan och sedan bli intervjuad av en handläggare vid disciplinnämnden.

MARIA WÅHLSTRÖM BÄCKE undervisar i engelska vid Karlstads universitet. Ämnet är utsatt eftersom det finns så mycket material tillgängligt på internet. Bara i USA finns hundratals så kallade paper mills som säljer färdiga texter och uppsatser i olika ämnen.

Under de två senaste åren har tio av Maria Wählström Bäckes studenter fällts i disciplinnämnden. Hon läste deras texter som var ganska medelmåttiga, men som plötsligt glimrade till. Då googlade hon texterna och strax hittade sökmotorn originaltexten på internet.

–Varje gång jag kommer på någon känner jag en fruktansvärd uppgivenhet. Ska jag få lov att dra i gång den här processen igen? Det känns så onödigt. Jag vill hellre ägna min tid åt planering av lektionerna, för det är det som får stryka på foten.

Det har hänt att Maria Wählström Bäcke har låtit bli att anmäla fuskare just för att anmälan tar så mycket av hennes tid. En avstängning är ändå inte en särskilt hård påföljd, menar hon.

–Men jag har aldrig låtit studenten komma undan. Han eller hon har fått skriva om uppsatsen i ett nytt ämne.

Nu tar hon till några knep för att avskräcka studenterna: Studierna inleds med att studenterna får skriva en uppsats i ett personligt ämne, som inte går att planka.

–Sedan har jag den uppsatsen att gå tillbaka till för att jämföra språk och stilistik. Visst utvecklas studenterna under studiernas gång, men vissa karaktäristiska drag blir kvar, säger hon.

Fusket tar inte bara mycket tid av lärarna.



FOTO: ANNE-LI KARLSSON

Kontrollen av studenternas arbeten håller på att bli onödigt sträng, menar Jan-Olof Åberg:

–Vi har till exempel infört en särskild blankett där studenterna på C-nivån försäkrar att de inte har fuskat och att de har tagit del av våra regler. Ingen ska kunna skylla på att de inte visste vad som gäller. Jag tror att det här leder till att vi får ett kallare klimat vid universiteten.

Men det som oroar honom mest är det faktum att studenterna kanske får färre fria uppgifter på grund av risken för fusk.

–Det är inte alltid läraren hinner göra nya inlämningsuppgifter som funkar. Risken finns

att lärare låter bli att ge hemuppgifter. Och det kan ju påverka kvaliteten på kursen.

DET LÄROSÄTE SOM BRUKAR toppa listan över fällningar är Södertörns högskola utanför Stockholm. En förklaring till den kanske inte så smickrande topplaceringen är att lärarna jobbar medvetet mot fusk och därför har skärpt kontrollen.

Therese Molander är studentrepresentant i disciplinnämnden vid Södertörn.

Det ökade fusket upprör många studenter och måste tas på allvar, menar hon.

–De ärliga studenterna jobbar hårt och så kan vissa enkelt fuska sig till samma resultat.

Vad ska man äta för att orka med en lång tenta? Tricket är att hålla blodsockret på en jämn nivå, enligt näringsfysiologen Fredrik Paulun. Mandel, russin och torkade aprikoser är bra. Max en kopp kaffe. Gärna ett smörgåspaket, där brödet har hela korn, och ost, skinka eller leverpastej som pålägg.

ORDAGRANN KOPIERING

- En student i management i Växjö kopierade ett helt kapitel från en tidigare c-uppsats. Han ändrade bara vi-formen i originalet till jag-form. Handledaren blev dock misstänksam och anmälde studenten, som avstängdes i tre månader.
- Två studenter i systemteknik i Luleå anmäldes för att ha kopierat en annan grups laborationsrapport. De erkände och förklarade att det berodde på tidspress. De stängdes av i tre veckor.
- En student i genusvetenskap vid Södertörns högskola kopierade ordagrant en essä ur kurslitteraturen i en hemskrivning. Hon nekade inte till detta, men hänvisade till att hon glömt att skriva ut fotnoterna på grund av en hektisk familjesituation. Studenten avstängdes i tre månader.
- Maxstraffet är sex månaders avstängning. Disciplinnämnden består av rektor som oftast är ordförande, en jurist, en företrädare för lärarna och en studentrepresentant. Den som fälls kan överklaga till länsrätt och kammarrätt.

Källa: Högskolorna.

Det minskar ju värdet på ens examen. Många känner sig själva ifrågasatta när en kursare fälls för fusk.

Oftast är det rädsla för att inte få studiemedel som ligger bakom fusket. Inte sällan finns sjukdom med i bilden.

Andra motiverar sitt handlande med att läraren gett en "sätta dit-tenta" med detaljfrågor. Fuskaren upplever att läraren jävlas och då är det okej att jävlas tillbaka.

–**I MÅNGA FALL HANDLAR** det också om personlig moral. Alla andra fuskar ju med bidrag och tv-licenser ... säger Håkan Hult, som är professor i pedagogik vid Linköpings universitet.

Han driver ett forskningsprojekt som undersöker mekanismerna bakom fusket inom universitetsvärlden.

Hur ska man då göra för att minska fusket? Fler lärare måste använda programvaror som avslöjar plagiat, menar Håkan Hult.

–Men framför allt måste lärarna diskutera med studenterna varför det är fel. Om studenten verkligen vill förstå det som lärs ut lurar han eller hon sig rejält. Men om målet bara är en merithandling så spelar det ingen roll om studenten fuskar. Varje student måste bli sedd, då är det lättare att känna sig lojal med systemet. Men det är svårt i det massutbildningssystem vi har i dag.

ANNA BRATT
anna.bratt@dn.se

SÅ VALDE VI:



LINA SJÖBERG
författare

Vad har du läst vid universitetet?
–Teologi, litteraturvetenskap, klassisk hebreiska. Nu läser jag forskarutbildning i teologi.

Hur har du haft nytta av studierna i ditt skrivande?

–Rent metodiskt har jag haft nytta av vanan att läsa och leta, och att producera text utan att känna inspiration. Jag har kunnat tolka min skönlitteratur medan jag skriver och fått redskap för att vara min värsta kritiker.



DAVID BATRA
komiker

Vad har du läst på universitetet?
–Ekonomistudier i Lund och USA.

Var du aktiv i studentlivet?

–Ärligt talat så var jag inte alls förtjust i kårliv med spex och pubar. Många tycker typ att "du som är komiker borde ju ha spexat", men icke. Jag har aldrig varit någon föreningsmänniska, skrivit justeringprotokoll och så. Jag gjorde studentradio och tv, men utan att ta ansvar. Man kan säga att jag var en free rider.



JANNE JOSEFSSON
journalist

Har du någon utbildning?

–Ja, det kan man fråga sig, ha, ha. Jag har läst pedagogik och gått på journalisthögskolan.

Vilket är ditt bästa minne från högskoletiden?

–Det måste vara när jag råkade i luven på Günther Wallraff för att jag tyckte att han borde ha bött i kollektivjordbruk i Portugal för att skriva om det. I dag har jag större förståelse för att han inte gjorde det.



MAUD OLOFSSON
partiledare centerpartiet

Har du läst vid universitetet?

–Nej, jag var skoltrött efter gymnasiet och började jobba i stället. Sen födde jag tre i barn

i rask takt och hade inte ekonomi att börja läsa.

Har du saknat att du inte har läst vidare?

–Ja, det har jag gjort hela mitt liv. Studier ger en gemenskap som man har med sig hela livet. Studier ger också ett sätt att förhålla sig, ett kritiskt tänkande, till olika material. Jag har kompenserat detta med politiken. I dag skulle jag läsa juridik, som min dotter.



Häst på heltid

Hippologprogrammet är landets enda universitetsutbildning med renodlad hästinriktning. Den är till för dig som vill arbeta professionellt med hästar. I din ansökan väljer du mellan fyra olika inriktningar: Stallchef – Ridlärare – Trav – Galopp.

Aktuell information om våra utbildningar finns alltid på www.slu.se

Hippolog-programmet

80 poäng
Studieort: Wången
Strömsholm, Flyinge



Universitetet som utbildar och forskar för livet



Yrkesutbildning med framtidsutsikter!

Lär Dig arbeta med landskapsinformation

Arbeta i ett fritt yrke, ute eller inne, med information om landskapet som underlag för samhällsbyggnad. Din blivande arbetsgivare är konsultföretag, byggföretag, statliga verk eller kommuner.



Datorstödd Mättnings- och kartteknik, KY

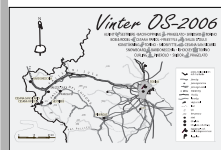
En 2-årig kvalificerad yrkesutbildning, 82 poäng, med en tredjedel av kurs tiden förlagd till olika arbetsplatser.

Start: 21 augusti 2006

Ansökan: senast 22 maj 2006

Var? Campus Haninge

Information: www.kartotek.se



Kart- och teknikutbildarna i Haninge AB

Kontakt: Stig Husberg, tfn 08-707 32 00, info@kartotek.se

Datavetenskap med inriktning mot IT-arkitekt
Arkitekten, IT-byggets designer, ett kliv uppåt i värdekedjan

Kreativ Programmering
3D-modellering, animering – digital film och specialeffekter

En spännande IT-klöver från Högskolan i Gävle

Datavetenskap med inriktning mot Visiomatik
Att visa det som är avgörande – så att andra förstår

Internetteknologi
Nätet – framtidens arbetsmarknad

"Varje nytt tillfälle kräver nya lösningar – att arbeta med datorer blir aldrig tråkigt!"



www.hig.se/kp
www.hig.se/it-arkitekt
www.hig.se/visiomatik
www.hig.se/internetteknologi

Snabbfil till arbetslivet och Kvalificerad Yrkesutbildning i Östergötland inom 23 olika branscher och yrken

För mer information surfa till:

www.vuxenstudera.nu



Enkelt, snabbt och rätt.

Ska du studera med studiemedel i höst? Den 22 maj blir det smidigare att söka studiemedel. Anmäl dig som e-kund och lämna en e-ansökan direkt via internet. Allt du behöver är en e-legitimation. Läs mer om våra e-tjänster i Mina sidor på www.csn.se. Gör det enkelt för dig.



UTLANDSSTUDIER Som att behandlas som ett barn. Så beskriver Jonah Wigerhäll studierna i Peking. Här anses den som inte går på föreläsningarna vara respektlös mot läraren. Men här finns också en omsorg om studenterna som saknas i Sverige.

Längtan bort ledde till Kina

JONAH WIGERHÄLL HAR flyttat ut ur studenthemmet och hyr numera en lägenhet nära Pekings universitet ihop med kompis.

Han är en 24-årig utbytesstudent från Lunds universitet, som tidigt längtade österut från landsbygden i nordöstra Skåne. Han började studier i det ämne som i dag snabbt växer i popularitet över stora delar av världen.

– De flesta svenskar som studerar på universitetet i Kina läser kinesiska. Det kan vara lite svårt att ställa om sig för en svensk. Det är som om man kastas tillbaka till gymnasiet igen och inte riktigt behandlas som en vuxen person av lärarna, men det sker i all välmening, säger Jonah Wigerhäll över en kopp svart kaffe på ett kafé, inte långt från universitetsområdet.

– Jag hade försovit mig två morgnar på kort tid. Då blev jag stoppad av en lärare i korridoren som försiktigt föreslog: du borde kanske gå och lägga dig lite tidigare på kvällarna. Lärarna visar en social omsorg som inte finns på universitetet i Sverige, beskriver han.

Närvaroplikten är sträng. Den som inte dyker upp vid lektioner och föreläsningar anses inte visa läraren full respekt. Däremot är lärarna

”Det kinesiska skol-systemet är sympatiskt. Jag hade varit räddare för att gå i amerikansk eller fransk skola.”

snälla när de rättar tentorna. Någon miss kan kompenseras med en inlämningsuppgift, förklarar Jonah Wigerhäll, som bekostar studierna med stipendium från Sverige och studielån.

Efter två års heltidsstudier i Lund, efter ett tidigare studieår i Tianjin i Kina och efter drygt en termin på Beida, Pekings universitet, talar han i dag flytande kinesiska. Han gjorde ett speciellt test på internet, som fastslog att han behärskade 3 075 tecken. I snitt behärskar kineser mellan 5 000 och 10 000 tecken.

– Pedagogiken är annorlunda i Kina. Vi imiterar läraren, och läser högt. Jag kan tänka mig att undervisningen var så på 50-talet i Sverige, men utbildningen förnyas nu snabbt i Kina.

Fyra timmar om dagen i skolan, och tre, fyra timmar hemma varje dag är vad Jonah lägger ned på kinesiskan. Framtidsplaner har kommit och gått. Ibland har han tänkt sig en framtid som översättare, ibland som journalist. Klassisk litteratur, som han läst, ger inget självskrivet jobb. Däremot finns det numera skraddarsydda kurser i kinesiska för ekonomer (även i Sverige).

DET ÄR DEN VÄXANDE ekonomin i Kina och chansen att tjäna pengar som skapat suget hos många att lära sig kinesiska, tror han.



Efter drygt tre års helårsstudier i kinesiska talar Jonah Wigerhäll språket flytande. Av kinesiskans cirka 50 000 tecken behärskar han omkring 3 000.

FOTO: TORBJÖRN PETERSSON

Själv vill han gärna stanna i Kina ytterligare en tid och läsa kinesisk litteratur. Kan-ske flytta till kusten i södra Kina eller till Taiwan.

– Oavsett varför man väljer att studera i Kina blir det ett spännande år. Kina är ett intressant land, och det kinesiska skolsystemet är sympatiskt. De ser till dig. Jag hade varit räddare för att gå i amerikansk eller fransk skola, säger den 24-årige skåningen.

Ibland är livet i Peking annorlunda, andra gånger är det uppenbart vilken internationell miljö som växer fram. Då känns det som om

hela världen kommit till Peking för att göra affärer eller lära kinesiska.

PÅ FRITIDEN TRÄNAR Jonah Wigerhäll kung fu hos en lärare som började med att säga att någon mästare kunde han aldrig bli eftersom han inte börjat som femåring. Sen sa tränaren att det inte gjorde något. På helgerna träffar han kompisar på stan, som universitetsstudenter gör var som helst i världen.

– Ändå tror jag folk har svårt att föreställa sig hur det är att bo i Peking. Jag skrev hem och berättade att jag hade varit och köpt el

i affären. Vadå köpt el? undrade de, när jag hade fyllt på mitt elkort.

En annan morgon ringde telefonen med en förinspelad röst som sa att telefonräkningen måste betalas omedelbart. Det kommer aldrig någon skriftlig räkning. I stället mässar en kvinna med entonig röst i luren – den rösten har nog alla utlänningar bosatta i Peking hört, när de glömt att gå till banken efter den 15:e i varje månad.

TORBJÖRN PETERSSON
DN:s korrespondent
torbjorn.petersson@dn.se

SÅ VALDE VI:



ZANYAR ADAMI
chefredaktör för tidningen
Gringo

Vad har du pluggat?

– 120 poäng medieteknik på KTH i Stockholm.

Vilken examen skulle du

vilja ha?

– En kaospilotutbildning. Man lär sig lösa problem i kaotiska miljöer och kaotiska situationer. Just nu skulle mitt liv behöva det.

Någon examen du skulle vilja ge till någon?

– Genusvetenskap till Slitz chefredaktör.



FILIP HAMMAR
journalist

Vad har du pluggat?

– Jag har bara läst 20 poäng historia. Vi lärde oss väldigt lite om mycket. Min ambition var att fortsätta men så ham-

nade jag på Aftonbladet.

Hur blev du journalist då?

– Genom tidningen Värnpliktsnytt. Det var fantastiskt, vi var åtta killar som gjorde en egen tidning. Väldigt många journalister har skrivit där, Anders Nunstedt, Jan Guillou tror jag, Erik Fichtelius. Man måste i och för sig göra minst fem veckor i lumpen.



MORGAN ALLING
skådespelare på Dramaten

Vad har du läst?

– Jag gick skådespelarutbildningen på Teaterhögskolan i Malmö 1987-90.

Vad skulle du läsa i dag?

– Just nu skulle jag gärna läsa företagsekonomi eftersom jag startar teatrar och driver olika projekt. Om jag fick börja om på nytt skulle jag fortfarande söka till Teaterhögskolan. Det är det här jag älskar och brinner för.



CARIN HJULSTRÖM LIVH
journalist och programledare

**Vad har du för högskole-
utbildning?**

– Journalisthögskolan i Göteborg.

Vad skulle du välja i dag?

– Veterinärhögskolan. Jag tycker att det vore jättekul att vara veterinär. Eller förresten, jag skulle helst gå kronprinsessan Victorias skraddarsydda utbildning – tänk dig att få komma till alla möjliga ställen för att få reda på hur samhället fungerar.

Pank efter helgens fest? Bli då kompis med kårfolket. Kåren kan kännas som en sekt: toppstyrd och de invigda har förmåner. Bli därför en av dem, kanske genom att jobba där. Ofta kommer du in gratis och betalar mindre för drickat. Ju viktigare folk du känner, desto mer pengar får du kvar.

Intresset för Asien ökar

VARJE ÅR LÄSER NÄRMARE 30 000 svenska studenter vid ett utländskt universitet. De flesta pluggar i Storbritannien eller USA. Men nu börjar Tokyo, Peking och Singapore locka som studieort.

Fortfarande väljer de flesta att läsa i Europa eller USA. Två av tre som läste utomlands förra året valde Europa, främst Storbritannien, Spanien och Frankrike. Bara i Storbritannien pluggade drygt 5 000 svenskar.

Intresset för USA tycks däremot minska. Förra året pluggade drygt 3 700 studenter i USA, jämfört med drygt 6 000 läsåret 1997/98. Allt enligt Centrala studiestödsnämndens siffror.

I stället är Asien en bubblare. Närmare 1 000 svenskar läste i Asien förra året, varav de flesta i Japan, Kina och Singapore – och de blir fler för varje år. Kinaforskaren och professorn Torbjörn Lodén vid Stockholms universitet är inte förvånad.

– Intresset för Kina och Asien ökar i hela västvärlden. Det har naturligtvis att göra med Kinas nya ekonomiska roll och inflytande i världen. Det märks inte minst på trycket på våra kurser i kinesiska här i Stockholm, säger han.

Torbjörn Lodén spår att nästa trend blir indiska studier. Indien är en av världens snabbast växande ekonomier.

De flesta tillbringar en eller ett par terminer utomlands. Oftast inom ramen för ett

utbytesprogram, som till exempel Erasmus, som är EU:s program för studentutbyte.

Men de som väljer att läsa en hel utbildning i ett annat land blir fler och fler. Nästan var femte utlandsstuderande tar sin examen utomlands. Det handlar oftast om utbildningar där det är stor konkurrens om platserna i Sverige, som till exempel läkar- och veterinärutbildningarna. För ett par år sedan läste 400 svenskar till läkare i Danmark.

Det största ämnesområdet för dem som reser i väg på egen hand är humaniora, särskilt språk och konst följt av samhällsvetenskap, ekonomi och juridik. Inom Erasmusutbytet handlar det främst om studier i företagsekonomi och teknologi.

ATT HA LÄST UTOMLANDS är ofta en merit när man söker jobb, men kanske inte alltid på det sätt man tänker sig. Enligt rekryteringskonsulten Anna Rydell på Manpower hör det till undantagen att arbetsgivare frågar efter särskilda språkkunskaper.

– Utlandsstudier visar att man vågar testa nya saker. Säg att en arbetsgivare söker en person som är drivande och vågar gå utanför ramarna. I vår personlighetsbedömning kan utlandsstudier vara ett tecken på just de egenskaperna, säger Anna Rydell.

ANNA BRATT
anna.bratt@dn.se

TIO STEG TILL STUDIER UTOMLANDS

1. De flesta högskolor och universitet har egna utbytesprogram. De har ofta internationella samordnare, som kan hjälpa dig.
2. För dig som ordnar studierna själv kan det vara bra att ta kontakt med branschorganisationer i Sverige och fråga vilka utländska utbildningar de har goda erfarenheter av. Eller läs om andras upplevelser på www.stars.liu.se/outbound.
3. Om du reser på egen hand kan det ta upp till ett år att förbereda, söka och bli antagen till en utbildning. Du bör alltså börja planera dina studier i god tid.
4. Fundera på vad du vill med utlandsstudierna för att välja rätt – är det annat som lockar än bara studierna?
5. Kolla med Högskoleverket om hur de bedömer utbildningen. På deras sajt hsv.se finns en databas med tidigare gjorda bedömningar av utländska utbildningar. Du får då veta vilken svensk examen din utlandsexamen motsvarar. Det underlättar när du ska

- söka jobb i framtiden. Om du vill fortsätta läsa i Sverige efter utlandsvistelsen bör du kolla om det svenska universitetet låter dig tillgodräkna dig dina utländska studier.
6. Många universitet kräver att du gör ett språktest eller intagningsprov. Troligen behöver du också översätta dina gymnasiebetyg. Skolverket har en mall för att översättning av betyg på sin webbplats. Kammarkollegiet kan ge dig namn på auktoriserade översättare.
7. Kolla om du behöver visum.
8. Gör en budget för din studietid utomlands. Kan du söka stipendier för studierna? Kontakta Centrala studiestödsnämnden för att kolla vad som gäller för studiemedel för studier i det land du är intresserad av. Du kan till exempel få ta lån för terminavgifter.
9. Se över dina försäkringar.
10. Sök bostad, till exempel genom det universitet där du ska studera.



ELISABETH FRITZ
brottmålsadvokat

Vad har du läst?
– Jag har läst juristlinjen (180 p) vid Stockholms universitet.
Vilken kurs var roligast?
– Den absolut roligaste och

klart överlägsna kursen var straffrätten, dels teoretisk och praktiskt. Jag tyckte det var roligt och stimulerande med rättegångsspelen när man fick vara aktiv och låtsas vara advokat. Sedan utvecklade sig framtiden till att jag blev en aktiv brottmålsadvokat som älskar att processa i domstol. Det kanske inte var en slump!



LEIF PAGROTSKY
utbildnings- och kulturminister

Vad har du läst?
– Jag läste mängder med ämnen, t ex kinesiska och vetenskapsteori. National-

ekonomi var mitt huvudämne. Jag har tagit fil kand, pol mag och ekonomexamen.
Läste du något för rent nöjes skull?
– Jag tog en matlagningskurs på studentkåren. Jag ville lära mig koka potatis eftersom jag precis flyttat hemifrån. Men det första vi fick göra var osso buco och glace au four.

Påbyggnadsutbildningar

Du som redan har en akademisk utbildning har möjlighet att vidareutbilda dig genom de påbyggnadsutbildningar som SLU erbjuder, exempelvis:

Affärsledarskap för den gröna sektorn

påbyggnadsprogram på kandidatnivå
40/50 poäng. Studieort: Alnarp

Urban Forestry and Urban Greening

magisterprogram med ämnesbredd
40 poäng. Studieort: Alnarp

Master of Science Programme in Renewable Energy

påbyggnadsprogram på magisternivå
40 poäng. Studieort: Uppsala

Golfbane- och grönyteförvaltning

magisterprogram med ämnesbredd
40 poäng. Studieort: Uppsala

Natur, hälsa och trädgård

magisterprogram med ämnesbredd
40 poäng. Studieort: Alnarp

Landsbygdsutveckling

magisterprogram med ämnesbredd
40 poäng. Studieort: Uppsala

Livsmedelstillsyn

magisterprogram med ämnesbredd
40 poäng. Studieort: Uppsala

www.slu.se



Universitetet som utbildar och forskar för livet

Vill du plugga i Australien?

Flytta till Jönköping.

På Ingenjörshögskolan i Jönköping tänker vi lite annorlunda. Ta bara vårt samarbete med andra universitet: vill du plugga utomlands har du hela 64 skolor i 34 länder att välja mellan.

Men det finns mer som är annorlunda. Ingenjörsutbildningar för dig som har matte C eller D. Tvååriga utbildningar i allt ifrån ljusdesign till grafisk design och webbutveckling. Utöver detta, har vi fristående kurser och påbyggnadsutbildningar som gör att du själv kan välja om du vill bredda eller fördjupa dina kunskaper.

Ska vi fortsätta? Då kan vi berätta att alla får personliga fadderföretag, att högskolan ligger mitt i stan och att det är hyfsat lätt att hitta bostad. Du får till och med hjälp att starta eget företag i vårt Science Park. Dessutom säger Högskoleverkets rapport att de studenter som snabbast får jobb, är de som tagit examen hos oss.

Ja, du förstår själv. Flyttar du hit kan du komma hur långt som helst. Inte bara till Australien.

Beställ vår nya katalog genom att SMS:a ING till 71130. Det kostar bara som ett vanligt SMS. Du kan också ringa 036-10 10 00 eller gå in på www.ing.hj.se.



INGENJÖRSHÖGSKOLAN

HÖGSKOLAN I JÖNKÖPING

ÖPPET HUS 25 MARS, 10.00–14.00

MAT Hur lagar man god, billig och enkel mat? DN:s kock Jens Linder vägleder dig fram till goda rätter med köttfärs, lax eller kikärtor som bas. De kan varieras i det oändliga och passar en students skrala ekonomi.

TEXT OCH RECEPT **JENS LINDER**

När kylskåpet är lika tomt som plånboken och alla pantflaskor för länge sedan omsatts i nudlar, kan det vara läge för ett stipendium. Stipendier finns hur många som helst, det gäller bara att hitta dem. Ofta är reglerna äldre än gammelmormor – ”två kronor i bidrag till student från Småland med tolv syskon”. Men det finns massor som funkar också.

Tusen och en rätt

I **STUDENTKORRIDORENS KÖK** är allt möjligt. Somliga lagar avancerade läckerheter, andra värmer blodpudding eller öppnar ravioliburkar. Det är en spännande plats där man kan lära sig ett och annat om man håller ögonen öppna. Jag minns själv de vilda protester som uppstod när jag lagade till njure och svamp i min studiekorridor. Den omiskännliga njurdoften spred sig in till mina goda grannar, och de var inte tacksamma.

Nåväl, för många som börjar läsa på högskolan är mathållningen ingen picknick. Inte så få bor hemifrån för första gången och har kanske inte så mycket vana vid spisen.

Från och till kan det också hända att hushållskassan är mager. Då gäller det att kunna laga god mat med enkla ingredienser.

Hur gör man då för att bli en bättre studentkock?

För det första: skaffa en baskokbok. Inget hushåll – hur bohemiskt och slarvigt det än är – bör vara utan en sådan. I den kan man alltid kolla saker man är osäker på inom matlagningen. Och bland de flera hundra recepten bör man kunna finna sina egna favoriter.

Ytterligare ett råd är att slå sig samman med andra i ett matlag – med studiekamrater eller korridorgrannar – för att få variation, sällskap och för att spara pengar. Det är ju mycket lärorikt att se andra laga mat. De kanske kommer från en annan del av landet, eller från ett annat land och har rätter och metoder som kan vara nog så intressanta.

Man gör också klokt i fördjupa sig i husmanskost (från Sverige och övriga världen) eftersom denna vardagliga kokkonst bygger på enkla råvaror. Dillkött, kalops, laxpudding, kålpudding, torsk med äggsås, får i kål – listan på billiga och suveränt goda husmansrätter kan göras lång. Ofta är dessa baserade på grovträdigt framdelskött som kräver långkok – det är perfekt att plugga medan grytan sjuder på spisen en bit ifrån.

ANDRA MYCKET BILLIGA råvaror är lever, njure, hjärta som man kan göra goda grytor och stuvningar på. Kålväxter och rotsaker är även de billiga och goda. Botanisera i mormors kokbok så kommer ni att finna vägen.

Baljväxter som torkade linser och bönor är nyttiga och överkomliga ingredienser som går att variera i oändlighet och står sig kulinariskt ofta bättre på egen hand än potatis, vitt ris och pasta.

Knäckebröd, skorpor, riskex och andra hållbara produkter bör inhandlas när studielånet ännu finns kvar på kontot, likaså krossade tomater och andra grönsakskonserv, kryddor, ketchup (som anses extremt nyttigt), senap, vinäger och andra bulkvaror.

Sedan är det bara att sätta i gång. Våga experimentera, provlaga och proväta – för varje misslyckande undviker du nya i framtiden. Tänk på att krydda och salta lite i taget och hela tiden smaka på det som lagas till, så ska det funka för det mesta.

I det följande har jag försökt skapa mallrecept för tre billiga råvaror som är lätta att få tag på och enkla att variera. Lycka till.

KÖTTFÄRS PÅ MÅNGA VIS

3–4 portioner
400 g köttfärs

Malt kött är ett kulinariskt universalmedel. Det är billigt, lätt att variera och kan förvandlas till allt från köttbullar till färsfyllda grönsaker. Man kan variera mellan blandfärs, nötfärs, fläskfärs, kalvfärs, lammfärs och olika slags färs på vilt.

Det är lika bra att laga till minst 400 gram färs åt gången, det räcker till 3–4 portioner. Då har man rester till någon av de närmaste dagarna. Det är klokt att laga till färsen så snabbt som möjligt, eftersom rå köttfärs är mumma för ondsinta bakterier. Förutom följande förslag kan man förstås använda färs till köttfärssås, moussaka, lasagne, färsfylld paprika, aubergine eller squash, köttfärspaj och mycket mer.

1. Förbered färsen

Blanda blandfärsen med 1/2–1 tsk salt, 1 ägg, 4 msk ströbröd (eller 3/4 dl havregryn eller 1 stor kokt, skalad och mosad potatis) upplöst i 1 1/2 dl vatten.

2. Krydda

Använd något av följande alternativ för att krydda färsen (i vilka mängder får man prova sig fram till):

- a) Mald svartpeppar eller vitpeppar samt lite kajennpeppar (eller chilipulver).
- b) Mald svartpeppar, torkad timjan, rosmarin, kyndel, mejram eller oregano eller färsk finhackad persilja.
- c) Spiskummin, mald koriander och lite kanel.

- d) Peppar och finhackad dill.
- e) Peppar och finhackad vitlök.

3. Smaksätt

Eventuellt kan man smaksätta ytterligare med något av följande:

- a) En finhackad smörfräst gul lök (eller rödlök eller schalottenlök).
- b) Rå finhackad purjolök.
- c) 1 dl majskorn.
- d) 2 dl finhackad svamp som fräses i smör eller olja.
- e) Fetaost som smulas.
- f) 5 finhackade sardellfiléer.
- g) 1 dl urkärnade och finhackade gröna eller svart oliver.

4. Forma färsen

Gör köttbullar/frikadeller, järpar, pannbiffar eller en köttfärslimpa.

5. Tillaga

Använd lämpligt tillvägagångssätt för att laga till din färs. Du kan:

- a) Steka dem (i smör eller olja) i panna tills de precis blivit genomstekta (gäller ej köttfärslimpa).
- b) Ugnsbaka dem i en 225 grader varm ugn i 15–25 minuter (beroende på färsbitarnas storlek) – för köttfärslimpa 175 grader i cirka 45 minuter.
- c) Sjud dem i buljong i cirka 5 minuter.

6. Servera

Till exempel med stekt lök, skysås, tomatsås, ketchup, stark senap, bbq-sås samt kokt eller stekt potatis, ris, pasta, bulgur eller couscous. Sallad eller rårivna rotsaker är gott till.

KAMELEONTLAX

1–2 portioner
200 g laxfilé

Numera är lax vår mest konsumerade fisk, den är billig, nyttig och lätt att laga till många olika vis, inte minst på grund av sin fasta konsistens. Alla tillagningsmetoder passar inte alla tillbehör. Man får använda sitt sunda förnuft.

1. Förbered fisken

Ta bort eventuella ben i laxen och skölj den om det behövs.

2. Tillaga

Bearbeta och laga till på något av nedanstående sätt (för kryddning, se punkt 3):

- a) Salta, krydda och ugnsbaka fisken i 200 grader i cirka 10 minuter.
 - b) Salta, krydda och stek i olja eller smör i stekpanna.
 - c) Salta, krydda och grilla på utegrill eller i grillpanna.
 - d) Salta, krydda och sota (stek utan fett i panna)
 - e) Salta, krydda och skär i småbitar, trä på spett och grilla.
 - f) Salta, krydda, skär i småbitar och sjud i fisk- eller skaldjursbuljong.
 - g) Salta, krydda, skär i småbitar och sjud i krossade tomater som smaksatts med salt och kryddor.
 - h) Sjud laxen i saltat vatten, buljong eller blandning av buljong, vitt vin.
 - i) Inkoka laxen genom att sjuda den i saltat vatten med cirka 1/5 vinäger. Låt kallna.
 - j) Grava genom att strö över en blandning av en del socker och en del salt, smaksatt med dill, persilja och/eller gräslök samt vitpeppar. Låt stå i kylskåp 1–2 dygn. Vänd då och då.
- 3. Krydda om det behövs**
Möjliga kryddningar för olika metoder under punkt 2 a–e:
- a) Citronpeppar och timjan.
 - b) Vitpeppar, timjan och rosmarin eller annan torkad ört.
 - c) Svartpeppar, dragon och pressad citron.
 - d) Finhackad färs chili, chilipulver eller kajennpeppar.
 - e) Finhackad färs gräslök.
 - f) Fransk senap.
 - h) Wasabi (”japansk pepparrot”).
 - i) Pressad apelsin, citron eller lime.

4. Servera

Till exempel med flera av dessa:

- a) Kalla såser gjorda på gräddfil och majonnäs eller crème fraiche samt olika örter, finhackad saltgurka, syltlök, färs gurka, inlagd rödbeta och rårivna eller hackad färs gurka, gul lök, selleri, palsternacka etc.
- b) Varma såser som hollandaise, bearnaise, mjölsås med olika smaksättning
- c) Fransk senap eller riven pepparrot.
- d) Sallad
- e) Potatis, pasta, ris, couscous, bulgur eller liknande.



ILLUSTRATION: ANNE-LI KARLSSON

KIKÄRTER SOM DU BEHAGAR

2-4 portioner
400 g kikärtor, egenkokta eller på burk

Kikärtor är nyttiga och enormt goda med sin både milda och fylliga smak. Tillvägagångssättet kan appliceras på många sorters bönor och linser.

1. Krydda kikärtorna

Använd något av följande alternativ (smaksätt lite i taget och smaka av under tiden):

- a) Mald svartpeppar och kajennpeppar (eller chilipulver).
- b) Torkad timjan, rosmarin, kyndel, mejram eller oregano eller färsk finhackad persilja,

färsk korianderblad eller gräslök.

- c) Spiskummin, paprikapulver och chilipulver.
- d) Tahini (sesampasta).

2. Smaksätt

Något av följande (eller kombinationer av de olika alternativen) kan användas för att förhöja smaken ytterligare:

- a) En finhackad salladslök, purjolök, gul lök, rödlök eller schalottenlök.
- b) Fetaost eller getost som smulas.
- c) 2 hackade tomater.
- d) 1 dl urkärnade och finhackade gröna eller svarta oliver.

- e) Finhackad vitlök.
- f) Urkärnad finhackad gurka.

3. Stänk över

Häll på en skvätt av något av följande eller kombinationer:

- a) Olivolja, rapsolja, majsolja eller annan god vegetabilisk olja.
- b) Pressad citron eller lime eller vinäger.

4. Bearbeta

Gör något av följande med dina kikärtor:

- a) Blanda runt noga.
- b) Grovhacka.
- c) Mixa till en slät smet.

- d) Mixa till en slät smet och blanda ut med vatten, spad från kikärtskoket, hönsbuljong eller naturell yoghurt.

- e) Fräs i någon matolja eller smör.
- f) Vispa ihop 3-4 ägg och stek till omelett.

5. Servera

Till exempel som:

- a) Sallad som den är, eller som tillbehör till stekt eller grillad fisk, fågel eller kött.
- b) Gucka för dipping eller som tillbehör till fisk, fågel eller kött.
- c) Soppa.
- d) Varm grönsaksröra.
- e) Omelett.

**”Våga experimentera, provlaga och proväta
- för varje misslyckande undviker du nya
i framtiden.”**



Malin Pantzar, här med sonen Aston och hans kompis Moa ...



... får tips av hälsopedagogen Alexandra Berglund ...



... om hur hon ska få tid och ork att börja träna igen.

Studie Lyft

TRÄNING Motion stärker inte bara kroppen. Studierna går också lättare. Men för en student med barn är det svårt att få tiden att räcka till. DN lät en hälsocoach göra ett motionsprogram åt småbarnsföräldern Malin Pantzar, och åt alla andra som inte har tid att träna.

RYGGEN OCH AXLARNA värker lite. Konditionen är inte vad den borde vara, hon är ofta trött och några extra kilon finns kvar från graviditeten.

– Jag har inga magmuskler kvar. Jag känner mig gammal fast jag bara är trettio, säger Malin Pantzar och suckar.

Nu vill Malin komma i form. Målet är att bli piggare och starkare. Men framför allt vill hon få mer energi för både studierna och lille Aston, 14 månader.

Han slarar förtjust med ett kastrullock på golvet hemma i familjens kök i Aspudden. Bredvid honom sitter hans bästa kompis Moa, 17 månader. Ingen av dem har fått dagisplats än, och Malin och Moas mamma turas om att passa barnen.

Student på sjuksköterskeprogrammet på heltid, pappa Johan jobbar och ingen dagisplats – att få tid över till träning låter som önsketänkande.

Men enligt idrottsläraren och hälsocoachen Alexandra Berglund är det just i sådana lägen som man verkligen behöver träna.

– Träningen gör att man känner sig mindre stressad och mår bättre. Då är det lättare att känna harmoni och att man har kontroll över vardagen, säger hon.

Det finns flera studier som visar att fysisk träning gynnar både minne och inlärning. Men träning är färskvara för hjärnan, det gäller alltså att träna regelbundet.

DET VAR ETT PAR ÅR sedan Malin tränade regelbundet. Hon beskriver sig själv som periodare när det gäller träning.

– Jag köper kort på gym och kör spinning och bodypump tre gånger i veckan i några veckor. Sedan blir jag förkyld i ett par veckor och då är det kört, säger hon.

För att Malin ska slippa att än en gång köpa ett dyrt träningskort som bara blir liggande vill Alexandra att hon ska börja träna stegvis.

– För det första vill jag att du gör upp en plan. Skriv ner vad du vill förändra. Bestäm dig för om du vill börja träna eller ändra dina kostvanor, inte båda samtidigt. Gör en sak i taget, då är chansen större att du lyckas.

Malins träningsprogram delas upp i två faser. Den första fasen är en mjukstart. Malin ska utnyttja varje tillfälle till vardagsmotion. Det vill säga aldrig ta hissen eller rulltrappan, och gå av bussen några hållplatser tidigare för att få en promenad. Sammanlagt minst

SEX SNABBA FÖR OTRÄNADE



Armhävningar. Gör 10–15x3, på knä eller klassiska.



Situps. Titta upp mot taket, då skonas nacken. Gör 15x3 raka och 15x3 åt sidorna.



Utfall. Effektiv lår- och rumpr träning. Ta ett kliv framåt, håll ryggen rak, jobba upp och ner, 15x3.



Dips. Händerna på soffbord eller trappsteg bakom dig, benen rakt ut framför dig, hämlarna i golvet. Lyft och sänk kroppen tills baksidorna av armarna (triceps) är parallella med golvet, 15x3.



Ryggövning. Stå på alla fyra, lyft motsatt arm och ben rakt ut och upp, eller liggande: lyft bröstskorgen från golvet, titta i golvet. 15x3.



Tåhävningar. 15x3. Övningarna tar max 20 minuter när du fått upp farten.

trettio minuters fysisk aktivitet om dagen är målet.

– Om en kompis vill att ni ska träffas och fika, föreslå att ni tar en promenad i stället. Eller passa på att åka pulka med Aston. Att snabbt gå upp för backar i snön är jättebra träning.

Malin undrar om det stämmer att promenader före frukost bränner mer fett än senare under dagen.

– Det finns studier som visar det. Men när man börjar träna tycker jag att man ska göra det så enkelt som möjligt. Det är inte roligt att ställa väckarklockan en halvtimme tidigare för att ge sig ut och gå.

UTÖVER DEN DAGLIGA motionen vill Alexandra att Malin ska ge sig ut på en timslång promenad två gånger i veckan. Hon ska gå så pass fort att hon blir svettig. De kommer överens om att den bästa stunden på vardagarna är när Aston har somnat vid 20-tiden.

– Om du mest av allt känner för att kasta dig i tv-soffan kan du tänka att du ska belöna dig med något när du kommer hem. Inte något att äta, utan till exempel att du ska ta dig ett långt bad.

Alexandra föreslår också att Malin ska göra sex snabba övningar framför teven varje kväll (se faktaruta). Malin ska köra sin mjukstart i

sex veckor. Hon är lite skeptisk – är det allt? Kommer hon verkligen att se resultat?

– Ja absolut. Flåset kommer att bli bättre, och du har fått en bra uppbyggnad som minskar skaderisken. Men det viktigaste är att du har fått in nya rutiner. Du har ordnat ditt liv så att du kan få till två träningspass i veckan. Både du och din omgivning har vant sig vid det.

Till en början kommer Malin troligen inte att känna sig piggare av träningen, snarare tvärtom.

– Men det dröjer inte länge förrän man faktiskt klarar av att sova mindre under till exempel tentaperioder. Träningen gör att man sover bättre och då blir man mer utvilad på dagarna, berättar Alexandra.

För att hålla motivationen uppe föreslår Alexandra att Malin ska investera i bra träningskläder och skor, och dessutom köpa en träningsdagbok (som också finns att ladda ner gratis på webben).

– Man glömmer så fort vilken form man var i när man började träna, och dessutom är det roligt att se vilka framsteg man gör.

EFTER UNGEFÄR TVÅ MÅNADERS mjukstart är det dags att öka intensiteten. Malin har tillgång till ett gym där hon pluggar i Flemingsberg. Där kan hon träna före eller efter föreläsningarna. Hon har också ett gym och basgång på 15 minuters promenadavstånd från bostaden.

– Köp ett klippkort till en början, bara för att känna efter om det är rätt ställe för dig.

Träningen bör vara varierad, kroppen vänjer sig snabbt. Ett pass spinning och ett pass bodypump till exempel. Eller simning och ett pass i gymmet. Tillsammans med trettio minuters daglig rörelse räcker det för att få en bra grundkondition och styrka.

– Men om man vill gå ner mer i vikt måste man träna minst tre gånger i veckan och tänka mer på vad man äter.

Det närmar sig lunchtid för Aston och Moa. Medan Malin sätter på pastavatten pratar vi om Alexandras råd. Känns de rimliga?

– Absolut, det gör de. I dag har jag ingen tid för mig själv. Två träningsstimmar i veckan låter som rena lyxen. Bara tanken på att få rå om sig själv är otroligt motiverande, säger hon och bär i väg Aston för ett blöjbyte på skötbordet.

ANNA BRATT
anna.bratt@dn.se



Styrketräning hemma sparar tid. Alexandra Berglund visar hur Malin Pantzar kan använda soffbordet för dips, bakvända armhävningar för överarmarna.

FOTO: NICLAS RYBERG

KURSLITTERATUR Hur mycket en student tvingas lägga ut på kurslitteratur varierar stort mellan olika utbildningar. Men behöver man verkligen köpa alla böcker som hör till utbildningen?

Spara tusenlappar på begagnade

PÅ JURISTLINJEN i Stockholm får studenterna betala över 5 000 kronor för kurslitteratur första terminen om de köper alla böcker. De som läser industriell ekonomi på Chalmers får lägga ut 1 800 kronor.

Så stora kan skillnaderna vara mellan olika program.

Men det finns sätt att minska kostnaderna. Ny kurslitteratur är billigast på nätet. Enklast är att låta en sajt som www.pricerunner.com jämföra priserna hos olika företag. Ibland skiljer det flera hundra kronor för samma bok. Leveranstiden är oftast tre till fem dagar. Det kan också löna sig att köpa böcker från utländska sajter.

Begagnade böcker är alltid prisvärda, men man får räkna med klotter på var och varannan sida. En som i stort sett bara köper begagnade böcker är Bawer Alacabek som läser juridik vid Stockholms universitet. Han lägger runt 1 000 kronor på litteraturen per termin.

– Kostar boken 300 kronor i bokhandeln köper jag den begagnad för kanske 180 kronor och säljer den sedan för nästan samma pris. Ännu billigare blir det om man köper från någon man känner. Har man riktig tur får man böckerna gratis, säger Bawer som rekommenderar att man håller ett öga på skolans anslagstavlor efter billiga böcker.

På kurslitteratur.se som säljer begagnade böcker kostade juristlinjens sju ton böcker

cirka 3 000 kronor, alltså drygt 2 000 kronor mindre än nya böcker köpta på nätet. Men det gäller att vara uppmärksam på vem som betalar frakten.

Tidigare kunde man kopiera hela böcker för privat bruk, men det är olagligt sedan 2005.

”Juridikstudenterna är också de största tjuvarna av kurslitteratur på Stadsbiblioteket.”

Lagen säger att man bara får kopiera ”begränsade” delar av en bok.

– Man får inte kopiera mer än halva boken, egentligen inte ens det, säger juristen Isabel Dunkars på Bonus Presskopia.

MEN LAGEN ÄR lite suddig, och man tvingas tolka den lite som man vill. Däremot är det okej att kopiera hela böcker om de är korta. Hur många sidor en ”kort” bok är, är inte heller glasklart.

Men måste man verkligen köpa alla böcker som står på litteraturlistan?

– Jag har inte köpt en enda bok hittills, säger Aytac Kozanli, som läser andra terminen på lärarprogrammet vid Södertörns högskola.

Aytacs hemlighet är föreläsningarna. Där får han veta vilka böcker och sidor han ska läsa.

– Det är idiotiskt att gå på föreläsningarna och bara sova där. Jag är aktiv och för anteckningar, säger Aytac, som lånar böckerna långt före föreläsningarna.

– Jag lånar böckerna minst en, två veckor innan kursen börjar, annars finns de inte kvar. Det finns också böcker som man inte får låna utan måste läsa på biblioteket. De använder jag också mycket.

MARIANNE LEVIN är professor och lärare på juristlinjen vid Stockholms universitet. Hon säger att man inte behöver köpa alla böcker, men de flesta.

– Man måste väga in att man faktiskt har nytta av många av böckerna också ute i arbetslivet.

På juristlinjen finns kurslitteratur och rekommenderad litteratur.

– Kurslitteraturen bör man läsa om man ska få godkänt på kursen, den rekommenderade om man vill fördjupa sig i ämnet. I regel är det bra att läsa det rekommenderade också.

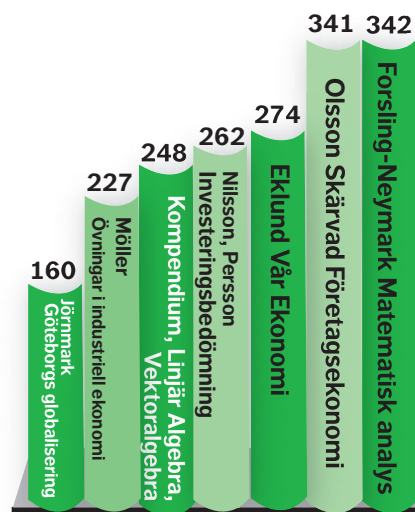
Juridikstudenterna är de största tjuvarna av kurslitteratur på Stadsbiblioteket, enligt Martin Hafström, verksamhetscontroller på Stadsbiblioteket. Cirka 3 000 juridikböcker försvinner varje år.

BARIS KAYHAN
baris.kayhan@dn.se

■ Så mycket kostar kurslitteraturen första terminen

INDUSTRIELL EKONOMI, Chalmers

1 854 kronor



– Att tänka är stort att processa är större!

Projektbaserad ingenjörutbildning
– vi gör det andra pratar om!

HÖGSKOLAN I GÄVLE
www.hig.se/ingenjor

Dataingenjör, Ekonomiingenjör, Elektronikingenjör, Energiingenjör, Maskiningenjör

Människan och djuren

Relationen mellan djur och människa blir allt viktigare och behovet av djupare kunskaper om djurs beteende och behov kommer att öka. Den här utbildningen är den första i sitt slag och du kan få jobb i djurparker, inom djurskyddstillsyn eller zoohandel.

Aktuell information om våra utbildningar finns alltid på www.slu.se

Etologi- och djurskyddsprogrammet

120 poäng
Studieort: Skara

SLU
Universitetet som utbildar och forskar för livet

Vill du arbeta med livets viktigaste frågor?

Sök till våra utbildningar nu!

– Jag sökte till KI eftersom jag vill ha ett kreativt och utmanande jobb samtidigt som jag gör något konkret för andra människor, säger Katarina Gospic.

Öppet Hus på Sveriges bästa* medicinska universitet 15 mars

Välkommen till Karolinska Institutet, KI Campus Huddinge, onsdagen den 15 mars 2006 kl. 13-17. Kom och träffa Karolinska Institutets studenter, lärare och studievägledare.

Adress: Alfred Nobels Allé 8, Huddinge.
Tag pendeltåg till Flemingsberg, följ sedan skyltningen. Södertörns högskola har också Öppet Hus vid samma tillfälle.
* Enligt flera undersökningar rankas KI som Sveriges främsta och ett av världens ledande medicinska universitet.

Sveriges största centrum för medicinsk utbildning och forskning

Vid Karolinska Institutet kan du utbilda dig till arbetsterapeut, audionom, barnmorska, biomedicinare, biomedicinsk analytiker, biomedicinsk analytiker – fysiologi, folkhälsovetare, medicinsk informatiker, logoped, läkare, optiker, podiater (medicinsk fotvård), psykoterapeut, röntgensjuksköterska, sjukgymnast, sjuksköterska, tandhygienist, tandläkare, tandtekniker och toxikolog. Vi har även fristående kurser, specialistutbildning för sjuksköterskor, magisterkurser och forskarutbildning.

Karolinska Institutet ska genom forskning, utbildning och information medverka till att förbättra människors hälsa.

Mer information: ki.se

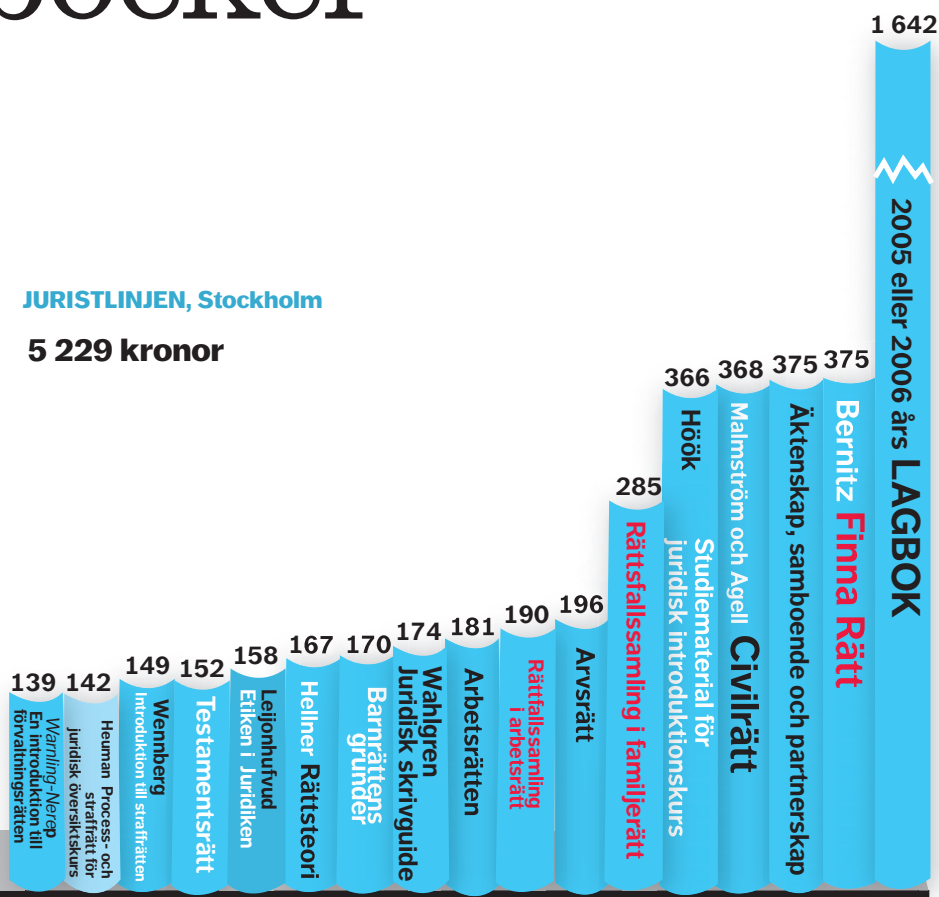
Karolinska Institutet

Högskoleverkets nya undersökning visar att i snitt 78 procent av Sveriges studenter som tog examen 2001/2002 är etablerade på arbetsmarknaden – för studenter från Karolinska Institutet är siffran hela 90 procent.

böcker

JURISTLINJEN, Stockholm

5 229 kronor



Fotnot: Priserna är hämtade från pricerunner.com den 14 februari 2006.

GRAFIK: DN

Srårptkekongilo,

Srpårktenkologi, Språkteknologi!

Språkteknologi är ett brett och tvärvetenskapligt område där språk- och datavetenskap möts. Du får både lära dig hur människans språk är uppbyggt och hur en dator ska programmeras för att kunna hantera mänskligt språk. En språkteknolog kan till exempel arbeta med verktyg för automatisk översättning, sökmotorer för Internet, talbaserade telefonsjänster, hjälpmedel för språkinläring och stavnings- och grammatikkontroll. Målet är att i större utsträckning kunna använda mänskligt språk i kommunikationen med datorn.

Språkteknologi (som också går under benämningen datalingvistik) kan läsas antingen som helt program, som påbyggnadsutbildning eller som profil vid bland annat univer-siteten i Göteborg, Lund, Stockholm, Uppsala och Växjö samt KTH. För mer information om området som sådant och om de utbildningar som ges vid de olika lärosätena se

Göteborg
www.cling.gu.se

Stockholm
www.ling.su.se/DaLi

KTH
www.csc.kth.se/stava

Uppsala
stp.lingfil.uu.se

Lund
www.ling.lu.se/spt

Växjö
www.vxu.se/msi/utb

www.språkteknologi.se



Teologiska Högskolan, Stockholm

Välkommen till höstens
program och kurser!

Besöksdag på THS
fredag den 10 mars 2006

För info: www.ths.se,
08-564 357 00



www.ths.se

- Teologi/religionsvetenskap
- Teologie kandidatexamen
- Religionskunskap för blivande lärare
- Mänskliga rättigheter och demokrati
- Nätkurser/Enstaka kurser

Sista ansökningsdag 18 april



Teologiska Högskolan, Stockholm • Åkeshovsvägen 29
168 39 Bromma • Tel 08-564 357 00 • www.ths.se • ths@ths.se

Skogsmästar- programmet

120 poäng
Studieort: Skinnskatteberg



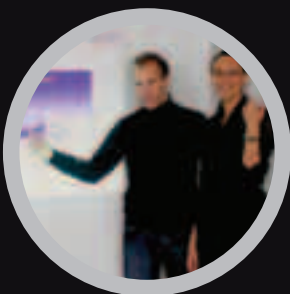
Universitetet som utbildar
och forskar för livet

Förvalta Sveriges gröna guld

Att ha ett jobb i skogen, och att arbeta med människor och skogens produkter är berikande på mer än ett sätt. Skogsmästare är ett yrke där man kan uppleva naturen och samtidigt ta vara på en förnyelsebar råvara som har mycket stor betydelse för Sverige.

Aktuell information om våra utbildningar finns alltid på www.slu.se

Välj en utbildning som leder till jobb!



Ekonomi & försäljning

- Business IT
- Försäljning och säljledning



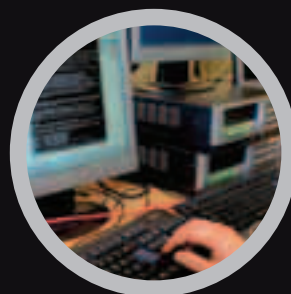
Bygg

- Byggnadsingenjör
- Byggnadsingenjör ROT
- Anläggningsingenjör
- Fastighetsingenjör



Design

- Digital Graphics
- Förpackningsdesign
- Interaktionsdesign



System

- Linuxsystem
- Nätsystem
- Programutveckling

- Avgiftsfria ✓
- Pengar från CSN ✓
- Praktik ✓

NACKADEMIN

Beställ katalogen på
www.nackademin.se

FUNKTIONSHINDER Hon kan varken se eller höra, men ändå läser Malin Eriksson på universitetet. Hon hör till de 4500 studenter som med olika former av stöd pluggar trots ett funktionshinder.

TEXT **HANNA NORDIN** FOTO **NICLAS RYBERG**

Världen finns i deras

DET ÄR TIDIG KVÄLL och filosofiföreläsning i en hörsal på Örebro universitet. Salen är halvfull och studenterna lite eftermiddagsdåsig. Längst fram vid ena väggen sitter Malin Eriksson som varken hör eller ser. På var sin sida om henne sitter Micaéla Rauséus och Cecilia Hedlund, hennes två tolkar. Deras uppgift är genom att teckna i Malins hand berätta vad läraren säger. Micaéla börjar och Malin vänder sitt ansikte mot henne. Hon ser koncentrerad ut, skrattar när någon säger något lustigt. Efter tio minuter tar Cecilia över och Malins uppmärksamhet riktar intensivt mot henne. Ibland tolkar den ena tolken vad föreläsaren säger samtidigt som den andre återger något som händer i salen, båda har Malin i händerna. Det är ett livligt samtal under total tystnad.

Så avlöser tolkarna varandra hela lektionen. I salen sitter också en student och tar anteckningar som Malin sen får kopiera.

På Stiftelsen Teckenspråkscentrum tidigare på dagen träffar vi för första gången Malin och hennes syster Linda, som också har dövblindhet. Det är viktigt för dem att jag skriver just "har dövblindhet", och inte "är dövblind". De är inte sitt handikapp. I Sverige har 1300 personer dövblindhet.

Malin och Linda står i vestibulen och håller var sin tolk i handen. Tolkarna är deras röst, öron och ögon och leder vägen för dem. Först känns det ovanligt att prata via tolkarna, men det blir snart naturligt. Linda använder bara teckenspråk, medan Malin tar emot information genom teckenspråk från tolken men svarar med sin egen röst.

– När jag var liten hörde jag bra och lärde mig tala, men när jag blev äldre blev hörseln sämre och jag fick lära mig teckenspråk. Men svenska känns som mitt naturliga språk, därför har jag fortsatt använda det, säger Malin.

LINDA BERÄTTAR ATT hon också talade när hon var liten men när hon flyttade till en dövklass i gymnasiet blev det normalt att välja teckenspråket, eftersom alla andra talade det.

– Jag vill bara använda ett språk, jag blir förvirrad om jag ska svara på svenska när någon talar till mig på teckenspråk.

Trots dövblindheten har både Linda och Malin efter gymnasiet läst vidare på universitetet. Linda har läst två år på folkhögskola, handikappombudsmanprogrammet. På Örebro universitet läste hon psykologi, teckenspråk och engelska för döva.

Malin har läst svenska, lite runkunskap och nu läser hon filosofi.

– Jag tycker att jag har fått ganska bra hjälp av universitetet. Men ett år sökte jag svenska i Örebro och då fick jag ingen tolk så jag fick pendla till Karlstad i stället. Största problemet var kurslitteraturen. För att en bok ska komma ut på cd så att vi kan köra den i vår dator och få punktskrift tar det 6–8 veckor. Så ibland har jag inte fått litteraturen i tid och det har varit svårt att läsa i kapp.

Vi sitter runt ett bord i ett avskilt rum, tolkarnas ögon och händer är på hjälp. Allt som sägs och händer i rummet förmedlas. Tolkarna berättar om varje leende och ansiktsuttryck. Ibland tar det lite längre tid om allt ska bli sagt och tolkat på rätt sätt. Jag frågar hur man lär sig ett språk utan att varken se eller höra. Linda berättar att de som föds helt dövblinda har stora problem att lära sig ett språk, eftersom man måste lära sig med bara känseln.

– För vissa går det bra, men en del får aldrig ett vanligt språk. Deras närstående får då lära sig att läsa av hans eller hennes behov på kroppsspråket. Kanske kan de skapa egna tecken, säger Linda.

Det tycks omöjligt att föreställa sig hur det är att vara blind och döv för någon som både hör och ser. Jag vill förstå hur de tar in sin verklighet, men alla frågor känns dumma. Malin försöker ändå ge en bild av sin värld.

– Jag kan höra att folk pratar och jag kan känna igen rösten och veta vem det är men inte höra vad de säger. Jag får inget sammanhang. Det är svårt att veta vad jag verkligen ser och hör och vad jag tror att jag ser eller hör.

Hur fungerar det att vara så nära en annan människa så ofta, någon som ska uttrycka din personlighet och samtidigt tolka världen åt dig, undrar jag. Linda skruvar sig lite och säger diplomatiskt "vissa tolkar passar mig bättre än andra". Malin säger att det varierar mycket hur bra man trivs med sin tolk, och att personkemin självklart spelar roll. Vissa är helt perfekta för sociala sammanhang medan andra funkar bäst på lektioner. Hon betonar också att det är viktigt att man får samma tolkar under en hel kurs, så att de är insatta i ämnet.

LINDA OCH MALIN bor i var sin lägenhet i utkanten av Örebro. Linda har femton timmars ledsagning i veckan, men sällan när hon är hemma. Det är när hon ska handla, träna eller göra något ute som hon behöver ledsagning och tolk. Malin har tillgång till personlig assistent när hon behöver det, men det är för att hon har nedsatt rörelseförmåga.

– Det som är svårast med att ha dövblindhet är att vi är så beroende av andra. Vi behöver ju tolkar och måste planera hela tiden, det

”En del får aldrig ett vanligt språk. Deras närstående får då lära sig att läsa av den dövblindes behov på kroppsspråket.”

går inte att göra något spontant. Det är också svårt att få hjälp av myndigheter. Jag vet aldrig om jag kommer få en tolk när jag vill göra något, säger Malin.

Om hon ska ta sig någonstans utan tolk krävs det att hon känner till omgivningen väl.

Både Linda och Malin gick vanlig grundskola och hade en speciallärare som fanns på skolan varje dag. Linda hade inga problem med skolarbetet men kan se nu i efterhand att det sociala livet inte var så bra under skollåren. Hon fick ingen bra kontakt med de andra flickorna när hörseln blev sämre.

I dag finns mycket av det sociala umgänget på Stiftelsen Teckenspråkscentrum där Linda jobbar med undervisning i teckenspråk och håller i möten med föreningen Sveriges dövblinda. Malin har också arbetat på Teckenspråkscentrum och är ordförande i lokalföreningen Sveriges dövblinda i Örebro, som bland annat driver intressepolitiska frågor rörande bland annat tolkhjälp och informationsanpassning.

DISKUSSIONERNA BÖRJAR komma i gång på Malins filosofilektion. Man diskuterar rätten att döda och äta djur. Läraren vrider och vänder på argumenten för att starta debatt. Tolkarna har fått upp farten och Malin följer med intresserat. Då och då får läraren upprepa vad han sagt så att tolken hinner med. När jag smyger i väg är studenterna helt inne i moraldiskussionerna.

HANNA NORDIN
hanna.nordin@dn.se



Det svåraste är att vara så beroende av andra, berättar Malin Eriksson. "Vi behöver ju tolkar och måste planera hela tiden, det går inte att göra något spontant."



Malin Eriksson på filosofiföreläsning med två tolkar. Ibland tolkar den ena vad som sägs samtidigt som den andra berättar vad som händer i salen.

händer



FOTO: NICLAS RYBERG



Malin Erikssons syster Linda Eriksson (t v) har läst psykologi, teckenspråk och engelska för döva på Örebro universitet. Nu arbetar hon på Stiftelsen Teckenspråkscentrum.

Exakt klockan tio på kvällen öppnar studenter, på balkonger och tak i Flogsta i Uppsala, struparna och skriker. Ut ska prestationsångest och frustration. Fenomenet kallas Flogstavrålet, eller "tio-skriket" i övriga delar av landet. Riten lär härstamma från 1100-talet då Uppsala blev kristet. Skriket ska ha varit en missuppfattad bön.

Kunskap A och O för dyslektiker

– B, D, G, T låter ju precis likadant! Varför finns det så många bokstäver! Erik Eierud är frustrerad. Han är dyslektiker och studerar fysik på Karolinska institutet. Vilket inte alltid är det lättaste. Kunskapen på universiteten om dyslexi är fortfarande dålig.

ERIK EIERUD 35, BABAK ASADI, 23, och Sebastian Victorin, 20, är samlade i Eriks lägenhet. De ska ha möte med dyslexiföreningen Dyx, som stödjer dyslektiker som studerar.

Erik upptäckte inte förrän för två år sedan, när han var 33 år, att han har dyslexi. Hela livet hade han läst långsamt. När han fick svar från dyslexiutredningen grät han, det var så skönt att få reda på vad som var fel. Babak beskriver också känslan av lättnad när han fick bekräftat att han har dyslexi. Det var i trean på gymnasiet. Men hans lärare trodde honom inte. Det var först på universitetet, där han läser filosofi och säkerhetspolitik, som han fick hjälp. Nu skriver han hemtentor i stället för salstentor till exempel.

–Salstentor är ett gammalt äckligt sätt att testa kunskap. Aldrig någonsin senare i arbetslivet kommer jag att behöva presentera kunskap på det här sättet. Man måste inse att olika människor måste få lära sig på olika sätt. Jag älskar att lära mig genom att diskutera med andra och jag brukar rita teckningar i stället för att skriva, säger Babak.

Han berättar att informationen i en tjock bok helt enkelt inte fastnar i huvudet och att han är dålig på detaljkunskap.

–Då kan jag tappa ord och så blir jag frustrerad. Man kan säga att det uppstår hack i min kommunikation.

ZEBASTIAN FICK REDA PÅ att han har dyslexi i trean på lågstadiet och har egentligen inte haft så stora problem i skolan. Han tycker att han fick bra hjälp. Han fick sitta längre på prov i svenska och engelska. I matte hade han däremot hur lätt som helst. Efter gymnasiet började han läsa på ekonomit utbildningen vid Stockholms universitet men har avbrutit studierna för att han fick jobb. Han tycker inte att han fick någon vidare hjälp att klara studierna från institutionen.

–En dyslektiker behöver mer än en timme extra på tentorna. En dyslektiker behöver omvårdnad.

Men även om det ibland är dåligt med kunskapen kring dyslexi på universiteten så finns det hjälp att få. Dyslektiker erbjuds att få kurslitteratur i talboksform. Om man inte har en talbok kan man skanna boken i datorn där ett talsyntesprogram omvandlar texten till tal.

–Det kan ta en hel dag att skanna in en halvtjock bok. Jag sparar ju tid jämfört med att läsa men det är ju väldigt tidskrävande ändå. Jag lägger ner väldigt mycket tid på plagget, säger Erik.

Dessutom spelar han in sina föreläsningar på en mp3-spelare. Man har som dyslektiker också rätt att få hjälp att skriva anteckningar på lektioner. Då brukar en noggrann kursare, mot ersättning, skriva extra tydliga anteckningar som dyslektikern får kopiera. Man kan också få plugghjälp. Alla tre är överens om att rutinerna hade kunnat vara bättre på institutionerna. Det är väldigt olika hur man blir bemött.

ERIK, BABAK OCH ZEBASTIAN diskuterar hur det känns att ha de här problemen.

–Det svåraste med att vara dyslektiker är väl all information som man måste dra igenom. Och att det ska gå så snabbt. Vi skulle typ behöva ett år för att klara en termin, för att hinna med.

Babak håller inte med.

–Om vi ska tävla på samma sätt som icke-dyslektiker kommer vi alltid ligga efter. Vi behöver andra sätt att lära oss, det är lösningen.

Babak vet att han kommer att lyckas i livet.

–Jag ska bli visionär, guru inom filosofi och politik. Jag vet att det låter kaxigt men jag vet att jag kommer att ha fått ut mer av mina studier än andra när jag är klar. Jag har fått kämpa mer och det är det som gör att man lyckas, även i arbetslivet.

HANNA NORDIN

DYSLEXI

- Trots omfattande forskning om dyslexi finns det fortfarande kunskapsluckor inom ämnet. Men i dag är de flesta forskare överens om att dyslexi främst yttrar sig som dålig ordavkodning, och att den underliggande orsaken är svårigheter med den ljudmässiga sidan av språket, fonologin.
- Förmodligen finns det en genetisk disposition till grund för dyslexi, men hur svåra problemen blir beror även på miljömässiga faktorer.
- För ett barn med dyslexi är det extra viktigt att få träna på språklig medvetenhet, och att arbeta strukturerat med att förbättra sin läs- och skrivförmåga för att klara av studier och senare arbetsliv. Det är också viktigt att man tar hjälp av de kompensatoriska hjälpmedel som finns.

HÖGSKOLESPELET Hur du klarar dina år i studentlivets högre skola är ett spel som involverar tur, skicklighet och efternamn. Alltid lär du dig något.

SPEL **KRISTOFFER POPPIUS** ILLUSTRATION **FELLOW DESIGNERS**

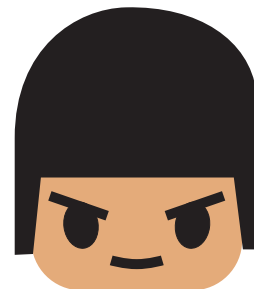
HÖGRE UTBILDNING

RICARDO

Dina föräldrar flydde militärjuntan i Argentina för trettio år sedan, de är högtbildade akademiker men jobbar nu inom restaurang- respektive sanitetsbranschen. Det är din uppgift i livet att göra dem stolta genom att bli jurist: Jobba med flyktingar eller mänskliga rättigheter. Bli accepterad och respekterad i samhället. Tjäna fett med pengar och köpa en stadsjeep.

MOA

Du är uppvuxen bland vita bokhyllor fyllda av sociologiska avhandlingar och Glenn Gould-skivor, ska läsa på universitetet är självklart, egen i Lund, som mamma, eller i Uppsala pappa, Stockholm är lite av en revolt. Du med studielån är väl inte så farligt, det alla, och du kommer att tjäna pengar en dag när du blir arkitekt eller psykolog. Ta lite tid och låt mogna fram vad du vill göra i livet medan du läser lite fristående kurser.



KARIN

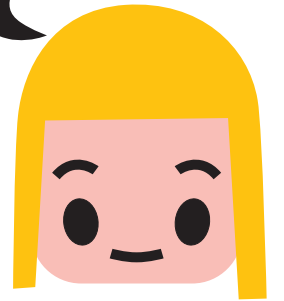
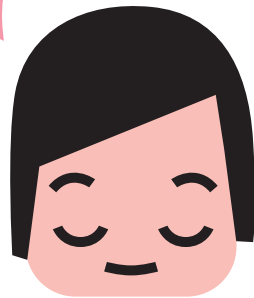
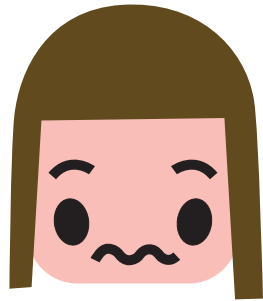
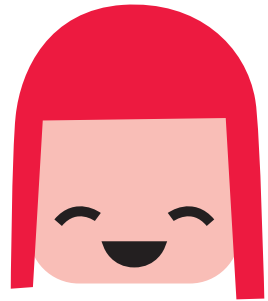
Du har vid 38 års ålder beslutat dig för att lägga om kurs i livet och utbilda dig till journalist. "Det är aldrig för sent", säger du till dig själv likt ett mantra, men eftersom du redan tagit så mycket studiemedel du kan, tolv terminer enligt gamla systemet, måste du fortsätta jobba som socialsekreterare med apatiska barn på dagarna, och gå kvällskurser.

CARL-FREDRIC

Pengar har aldrig varit en issue för dig, uppvuxen som du är på en gård utanför Helsingborg. Efter studentexamen på Lundsberg och en termins språkstudier i Frankrike är du nu redo för Handelshögskolan. Du har en ny oljerock, en halsduk knuten som en snara runt halsen och en överlägsen uppsyn. Studielån? Man är väl ingen sässe, vi har pengar, gamla pengar (men bidragsdelen kan jag väl ta).

CAMILLA

Du var den första i din släkt som gick ut treårigt gymnasium och nu har du – trots grymtningar från pappa om att "skaffa dig ett hederligt jobb" och från mamma om att det bara är bögar som går på universitetet – fått för dig att läsa vidare. Efter 1.9 på Högskoleprovet kom du in på Lärarhögskolan. Ett nytt liv börjar i dag.



Du har en homosexuell upplevelse på bibliotekets toa och allt faller på plats. Du känner en bultande lust att hoppa av och resa till Paris. Men du skulle bli förskjuten av släkten. Stå över ett kast, tänk på Penelope Cruz och kämpa på.

Två Falck-vakter tar dig när du försöker åka gratis på bussen. Du hade inte råd med månadskort och skulle ju bara en hållplats. Men de går inte att resonera med. Stå över ett kast och gå till läkaren (tur att du betalt terminsavgiften och är försäkrad).

Du sover fjorton timmar per dygn av depression. Det kan ha att göra med att du är ihop med en idiot. Gå tre steg tillbaka till kuratorn och prata ut (bara du inte missar tentan nästa vecka, för att få studiemedel nästa termin måste du ju ta dina 15 poäng).

Du får jobb på bokförlag! Om du vill har du vunnit och kan sluta spela (och börja betala tillbaka lånet på 230 000 på 25 år, enligt nya systemet, inte 4 procent av inkomsten resten av livet – om de inte avskrivs – som förr), eller spela vidare för formell examen.

Du engagerar dig i kåren och driver kravet om höjda studiemedel med motiveringen att det är absurt att de inte ökat i takt med inflationen. Du vinner valet och blir ordförande. Ibrahim Baylan, move over, det är en ny svartskalle i stan, gå ett steg framåt!

Sök den flummiga sommarkursen "Kreativt skrivande, 5 poäng" och ta lite extra studielån så du får o kvar i studentrummet i höst, för det krävs ju att man tar 10 per termin. Ett lätt steg tillbaka så klarar du hemtentan.

Okej, nu finns det ingen utväg. Du måste ha pengar, annars blir du vräkt. Du kan inte fråga mamma, du får inte ens ta ett ockerlån på nån internetbank. Du ställer dig på Malmskillnadsgatan, för att se hur det känns. Stå över ett kast och känn på det.

Du börjar skriva en ärligt självutlämnande blogg om ditt liv, efter två veckor har den 1000 unika besökare varje dag. DN ringer och frågar om du vill skriva en artikelserie för dem. Man ska aldrig ge upp. Gå ett steg framåt och i mål.

Något är fel med kreditkortet, den månatliga överföringen från pappa har krånglat och i kväll fyller Nusse jugofem och det ska firas med galej. Panik! Ring pappa och stå över ett kast. Skandal, vi har varit kunder i banken i fem generationer, tjyvsamhälle!

Din gamla dator kraschar och du måste köpa en ny. Ta tunnelbanan till Hässelby där Heikko från annonsen "Snapp affär, heta grejer" i Gula tidningen väntar i port 10 C. Det tar ett kast.

Du ärver en miljon. Slå ett extraslag.

Du pratar som en gubbe, skriver inte helt modernt, och om sanningen ska fram har du inte alla hästar i stallet. Alla klubbblazrar i garderoben? Alla pomadaflaskor i badrumsskåpet? Och så läspar du. Stå över ett kast och muta en kursare att skriva din c-uppsats.

Det är sommar och du får inget studiemedel på tre månader. Du kan inte flytta hem och det finns inga jobb, ens på långvården. FANIHEL-VETEJÄVLASKIT! Gå till soc och bli förnedrad i ett kast, har du extrem tur får du åtminstone låna lite pengar.

Larmrapporter om framtida arbetslöshet och en insikt om livets meningslöshet gör att du hoppar av och börjar jobba inom vården i stället. Det går inte att bryta mönster, men du gjorde i alla fall ett tappert försök, det var beundransvärt.

Du har utvecklat en speciell talang; med vädjande blick på Seven Eleven får du varje dag en bulle, du åker på barnbiljett på tåget och slipper lämna in hemtentan i tid. Du börjar nästan bli orolig för vad du utstrålar. Men skit i det nu – slå ett extraslag.

Larmrapporter om framtida arbetslöshet och en insikt om livets meningslöshet gör att du hoppar av och börjar jobba inom vården i stället. Det går inte att bryta mönster, men du gjorde i alla fall ett tappert försök, det var beundransvärt.

FORENSISK VETENSKAP Drömmer du om att bli hjälte genom att göra brottsplatsundersökningar, säkra bevis och ställa brottslingar inför rätta? Tre utbildningar kan vara vägen till ett jobb som hämtat ur teveserien CSI.

Upp till bevis

I DEN AMERIKANSKA SERIEN "CSI" (Crime Scene Investigation) tar kriminalteknikerna vetenskapen till hjälp i jakten på mördare. De undersöker illa åtgångna lik, studerar pyttesmå partiklar i mikroskop eller plockar isär datorer och bilar. Allt för att hitta bevis som kan fälla gärningsmannen.

"CSI" lockar varje vecka hundratusentals tittare i Sverige. När filmen "Top Gun" gick på bioerna på 1980-talet fick Flygvapnet rekordmånga ansökningar. Nu har serien "CSI" gjort jobbet som kriminaltekniker hetare än någonsin.

Det märker inte minst studievägledaren Karin Björsten vid Linköpings universitet. Till hösten börjar det nya, treåriga programmet Kemisk analysteknik och många hör av sig med frågor om utbildningen.

– De vill veta om man blir kriminaltekniker och får jobba som i "CSI". Det är målet för många som ringer. Vi märker en tydlig CSI-effekt, säger hon.

För att bli kriminaltekniker krävs polisutbildning. Men polisen rekryterar civila för liknande tjänster vid till exempel spår- och fingeravtryckslabben.

DEN NYA UTBILDNINGEN i Linköping är tänkt att ge en bred bas inom kemi, matematik och bioteknik. Man läser också analytisk kemi, dataanalys, toxikologi, genetik och mätmeto-

der. Under den senare delen av utbildningen får studenterna välja mellan två inriktningar: forensisk teknik (som har till uppgift att hjälpa rättsväsendet, till exempel genom kemisk analys av spår) eller olika former av miljöarbete.

EFTER EXAMEN får studenterna förhoppningsvis jobb hos polisen, Statens kriminaltekniska laboratorium (SKL), Rättsmedicinalverket, läkemedelsföretag eller inom livsmedelsindustrin.

Men det är inte bara kemister som är hjältar inom "CSI". Ibland får vi också se dataexperter som lyckas finna raderade filer på datorer eller i mobiltelefoner. Två utbildningar som därför också hoppas på "CSI-effekten" är de treåriga programmen Digitalbrott och eSäkerhet (Högskolan i Dalarna) samt IT-säkerhet (Blekinge tekniska högskola).

Här är det datorn som är brottsplatsen. På utbildningen Digitalbrott och eSäkerhet får studenterna först en datavetenskaplig grund att stå på.

– Sedan får de lära sig att utföra digitala kriminaltekniska utredningar med spårökning och dokumentation, säger Mark Dougherty, professor i datateknik vid Högskolan i Dalarna.

Framtida arbetsgivare kan tänkas bli polisen, SKL, åklagare och privata företag.

I BLEKINGE FINNS en liknande utbildning, IT-säkerhet. Här får studenterna också lära sig att utföra digitala kriminaltekniska undersökningar och digital bevisföring. Men här handlar det mer om att täppa till säkerhetsluckorna från början när olika datasystem och nätverk byggs upp.

Att polisen i framtiden kommer att specialrekrytera datavetare med forensisk bakgrund är kriminalinspektören Jerker Jansson vid Västerortspolisens IT-grupp övertygad om. IT-brottsligheten både ökar och utvecklas i allt högre takt. Han ser en ny trend:

– Tidigare skedde brotten med hjälp av datorer. Nu tar mobiltelefonerna deras plats, säger han.

ANNA BRATT
anna.bratt@dn.se



"CSI-effekten." Många vill ha liknande jobb som Gary Sinise – Mack "Mac" Taylor – i den amerikanska teveserien "CSI" och söker sig till de utbildningar som finns på svenska universitet.

FOTO: PRESSBILD

TRE UTBILDNINGAR

- **Kemisk analysteknik (120 poäng)** är en ny utbildning som från hösten ges vid Linköpings universitet. Efter examen kan du läsa vidare till en magisterexamen.
- **Digitalbrott och eSäkerhet (120 poäng)** ges från hösten vid Högskolan i Dalarna i Borlänge.
- **IT-säkerhet (120 poäng)** finns vid Blekinge tekniska högskola i Ronneby.
- **Teveserien "CSI"** startade år 2000 i USA. Avsnittet som avslutade säsongen 2004–2005 regisserades av Quentin Tarantino och sågs av 40 miljoner tittare.

"Behovet är idag stort, mycket stort om vi tittar på de roller där dubbel kompetens är ett måste."

Anders Kopp, Partner TS manager på Microsoft i Kista.

Läs mer om Högskolans utbildningar på www.his.se



En utbildning – dubbla kompetenser

Modern företagsekonomi eller logistik – kombinerat med informationsteknik. Du behöver inte välja!

Management och IT www.his.se/mit

E-logistik och IT www.his.se/elit

Utbilda dig till sjuksköterska vid ett universitet!

Karolinska Institutet (KI) är i dag ett av Europas största medicinska universitet. Det är också Sveriges största centrum för medicinsk forskning och utbildning med 40 procent av all medicinsk akademisk forskning och 30 procent av landets medicinska utbildningar.

Som student vid Karolinska Institutet får dina studier en extra dimension genom samverkan mellan forskning och utbildning.

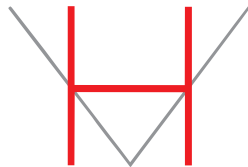
Utbildningen till sjuksköterska

(120 poäng) sker vid KI Campus Huddinge i samverkan mellan olika KI-institutioner. Utbildningen ges även som en utökad form av distansutbildningar i Visby och Norrtälje.

Läs mer på <http://info.ki.se>

<http://courses.ki.se/utbildningsprogram/Sjukskoterska/startside>

Katalogbeställning: tel. 0346-85392



HV SKOLA

För dig som tycker slöjd och form är viktigt

Högre hemslöjdsutbildning 2006/08
Textil hantverksutbildning 2006/09
Sista ansökningsdag 18 april 2006

Kortkurser i trä och textil
Sept-maj 2006/07
Kvällstid och veckoslut
Sommar 2006 – dagtid, vecka 24–27

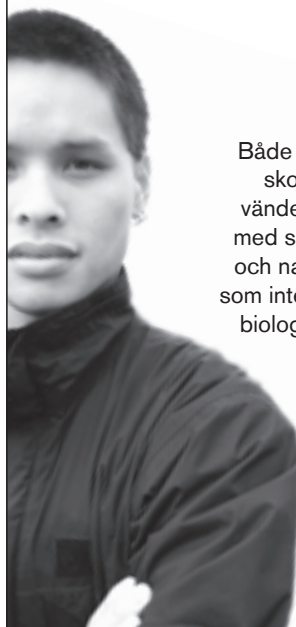
Öppet hus
17-18 mars kl. 11.00–17.00

HV SKOLA
Djurgårdsslätten 82-84
115 21 Stockholm
www.hv-skola.com

En plats där hjärna
och hjärta möts.
Vill du.se?



HÖGSKOLAN
Dalarna



Dra åt skogen

Både jägmästarprogrammet och skogliga magisterprogrammet vänder sig till dig som vill arbeta med skog och skogsnäring, miljö och naturresurser såväl i Sverige som internationellt. Du kombinerar biologi med ekonomi, teknik och marknadsföring.

Aktuell information om våra utbildningar finns alltid på www.slu.se

Jägmästar-/ Skogliga magister- programmet

200/180 poäng
Studieort: Umeå



Universitetet som utbildar
och forskar för livet



ERSTA
SKÖNDAL
HÖGSKOLA

Välkommen till en högskola där frågor kring människosyn och etik har en framskjuten roll!

Ersta Sköndal högskola är en öppen akademisk mötesplats för utbildning och forskning inom diakoni, etik, kyrkomusik, socialt arbete, teologi och vårdvetenskap.

Högskolan har två campus i Stockholmsområdet – campus Ersta och campus Sköndal – med sammanlagt ca 1000 studenter.

Ersta Sköndal högskola har examensrättigheter för Socionomexamen / Magisterexamen i socialt arbete / Sjuksköterskeexamen / Specialistsjuksköterskeexamen i psykiatri / Kandidatexamen i omvårdnad / Magisterexamen i vårdvetenskap / Högskoleexamen i teologi / Högskoleexamen och kandidatexamen i kyrkomusik

Dessutom har vi ett 4-årigt samordnat utbildningsprogram som leder till sjuksköterske- respektive socionomexamen och en ettårig diakonutbildning. Vi erbjuder också kortare kurser och fort- och vidareutbildningar.

Läs om våra program och kurser på www.esh.se

E-POST: info@esh.se

TELEFON: 08-555 050 00

ADRESS: Box 11189, 100 61 Stockholm

15 000 studenter • 40 program • 500 kurser • Många distansutbildningar • Bostadsgaranti

Vill du arbeta med människor?

Mittuniversitetet erbjuder flera utbildningsprogram för dig som är intresserad av ett yrke där du arbetar med människor. Gemensamt för dessa utbildningar är att de innehåller praktik. Du förbereds därför på ett intressant och roligt sätt inför ditt kommande arbetsliv.

- **Interkulturell och internationell socionom-utbildning, 140 p**
Campus Östersund
- **Lärarytelse, 140–220 p**
Campus Härnösand eller distans
- **Programmet för personal- och arbetslivsfrågor, 140/160 p**
Campus Östersund
- **Socionomutbildning, 140 p**
Campus Östersund

Läs mer om Mittuniversitetets utbildningar på www.miun.se
Beställ vår utbildningskatalog på webben eller ring 020-97 50 00.

Sista ansökningsdag till höstens utbildningar är 15 april.



Mittuniversitetet
MID SWEDEN UNIVERSITY

Härnösand • Sundsvall • Örnsköldsvik • Östersund



Jobb på heltid, halvtidsstudier på distans. Mathias Zellinger gillar att plugga och är på väg att ta sin andra högskoleexamen.

FOTO: SANDRA QVIST

DISTANSSTUDIER Mathias Zellinger jobbar heltid. Samtidigt läser han till civilekonom på högskolan i Gävle, fast i Stockholm. I Gävle har han bara varit en gång, på uppropet.

Ta ut rätt kurs på distans

MATHIAS ZELLINGER ÄR SEN. En dryg halvtimme försenad och lätt andfådd ursäktar han sig. Det var ett möte på jobbet.

Om att plugga tycker han – mycket!

– Jag läser inte för att få ett snyggt papper. Jag vill veta, det är kunskapen som intresserar mig. Men den måste ju gå att använda också. Så förklarar Mathias Zellinger att han nu är på väg mot sin andra högskoleexamen.

Först läste han på KTH i Stockholm. Där tog han en civilingenjörsexamen på 180 poäng. Nu är det alltså ekonomistudier i Gävle som gäller.

Mellan KTH och Gävle har han hunnit med en klassisk, nästan amerikansk, framgångs-saga. Från extrajobb i kassan på Tygvaruhuset till tjänsten som företagets utvecklingschef. Och det på bara några veckor.

Det känns logiskt. Mathias ger intryck av att allt ska gå snabbt – och det ska vara målinriktat. Han pratar fort och återkommer ofta till vikten av att sträva mot något.

– Jag tror att det är jätteviktigt att sätta upp mål för sig själv. Har man bara det så ser man till att uppfylla dem, säger Mathias Zellinger med eftertryck.

Han påbörjade ekonomutbildningen ungefär samtidigt som han började som utvecklingschef. Han jobbar alltså heltid, ibland mer än så, samtidigt som han studerar på halvtid. Oftast får han ändå tiden att gå ihop. I veckorna blir det förstas mest jobb och plugg, men

på helgerna har han tid för annat. I snitt ägnar han 10–15 timmar i veckan åt studierna.

För tillfället är Mathias singel – kanske en förutsättning för att hinna med allting?

Hans situation är inte unik bland distansstudenter. Många arbetar samtidigt som de pluggar. På Mathias utbildning uppskattar han att ungefär 80–90 procent jobbar heltid.

Flexibilitet är ett ord som ofta nämns i samband med distansplugg – var du vill, när du vill, hur du vill – ungefär så.

MATHIAS ZELLINGERS KURSARE är spridda över hela Sverige, några bort till och med utomlands.

– Ja, det är en som bor i Australien och en som har en dykarskola i Thailand. Hos honom tänkte vi ha nästa grupparbete, säger Mathias med ett skratt.

Så nog går det att vara flexibel. Kurserna läggs ut på nätet i förväg. Sedan kan man välja lite själv när man gör dem. Förutom tentor och inlämningsuppgifter, då finns det alltid en tidsgräns.

Hittills har det varit ungefär en inlämningsuppgift varannan vecka för Mathias.

Förutom studiematerialet som läggs ut på nätet läser man kurslitteratur på egen hand. Litteraturen diskuteras sedan på nätseminarier i forumform då deltagarna loggar in på en bestämd tidpunkt och gör inlägg i forumet. Ut-

GOTLAND I TOPP

- Högskolan på Gotland är svensk mästare i distansutbildningar, i alla fall om man ser till andelen kurser. Omkring hälften av utbildningarna är på distans och sex av tio studenter läser nätkurser.
- På jumboplats kommer Handelshögskolan i Stockholm. Där ges inga kurser alls på distans.
- På www.netuniversity.se kan du söka efter distansutbildningar. Där finns cirka 2 600 kurser och 100 program från 35 högskolor och universitet.
- På skolornas hemsidor kan det finnas ytterligare distansutbildningar.
- På www.studera.nu hittar du alla svenska universitet och högskolor. Där kan du också hitta utbildningar, både på distans och campus.
- För att leta efter ett lärcentra nära dig, surfa till www.larcentra.se

över det har man egen kontakt med lärarna.

– På det hela taget funkar det otroligt bra. Utbildningen är i och för sig ganska ny, så vissa barnsjukdomar förekommer förstås. Ibland önskar jag till exempel att lärarna var lite lättare att få tag på, men annars är jag jättenöjd, säger Mathias om utbildningen så här långt.

Mathias är även nöjd med att han började sin studentkarriär på campus, inte på distans. Han tror att det kan vara lite lättare att komma in i studierna där, eftersom all kunskap är samlad och lätt att komma åt på ett annat sätt.

– Man har ju en annan tillgång till lärare och professorer på campus. På KTH var vi i skolan hela dagarna. Då var det bara att springa upp till professorn om man undrade något.

Även studentlivet är, eller kan vara, intensivare om man pluggar på campus. Det kan bli lite knöligt att ta en fika med kursarna om en bor i Thailand, en i Stockholm och en i Ystad, eller så. För att inte tala om student- och tentapubar.

DISTANSSTUDIERNAS HAR i stället andra fördelar, framför allt då flexibiliteten. För Mathias är det en förutsättning att själv kunna välja när han ska plugga.

– Som mitt liv ser ut just nu är campusstudier inte att tänka på. Dessutom har jag gjort den biten och det var roligt då men nu är det annat som gäller, säger Mathias Zellinger.

Han tycker att han har valt rätt sak i rätt ordning och han har alltid ett mål att sträva mot.

– Allting går så mycket lättare då, konstaterar han innan han går bort till bilen för att åka hem till datorn och ta några nya högskolepoäng.

MATTIAS DAHLGREN
mattias.dahlgren@dn.se

Är du en "gammal" student, över 26 år, så kan du inte räkna med att få samma rabatt som dina yngre kursare, även om du har precis lika lite pengar. På Stadsteatern i Göteborg får studenter under 26 år 135 kronor i rabatt på en biljett till Stora scenen medan de över 26 bara får 50 kr i rabatt.

Det går lika bra på lite avstånd

Chatt och videokonferens i stället för mossiga föreläsningar. Plugga på tider och platser som passar dig och inte schemaläggaren. Om du tycker det låter bra kanske du ska bli en iStudent, eller distansstudent som det egentligen heter.

ALLT FLER VÄLJER ATT läsa på distans. Höstterminen 2004 valde 37 900 personer internet framför campus. Det betyder att drygt var tionde student i Sverige läser på distans. Tio år tidigare var det bara var tjugonde.

Det finns olika former av distansutbildningar. Allt från ren distans – där elever och lärare aldrig träffas – till utbildningar som kräver att man kommer till skolan en eller ett par gånger i månaden.

Enligt Högskoleverket är distansstudenten äldre, har fler barn och har oftare jobb vid sidan av studierna jämfört med campusstudenten. Dessutom bor de oftare i glesbygd eller mindre samhällen och har i större utsträckning arbetarbakgrund.

Det finns en myndighet som förmodligen har det längsta namnet inom det offentliga Sverige, nämligen Myndigheten för nätverk och samarbete inom högre utbildning.

Där arbetar Ann Sofie Fredriksson som informatör. Hon berättar att ett av myndighetens uppdrag är att bredda rekryteringen till högskolan, att till exempel få människor som saknar studievana att söka till högre studier. De studenterna har alltså blivit fler, mycket tack vara möjligheten till distansstudier.

–Egentligen är det lite konstigt. För på ett sätt kräver det mycket mer än vanliga studier. Man måste ha en väldig disciplin och dessutom behärska tekniken. Jag beundrar verkligen de studenter som klarar det, säger Ann Sofie Fredriksson.

HAR MAN PROBLEM med disciplinen och/eller tekniken eller bara tycker att det är tråkigt att sitta hemma ensam kan man söka sig till ett lärocentrum. De finns i de flesta kommuner i Sverige. Där kan distansstudenter få tillgång till datorer med racerinternet, videokonferensanläggningar och annan teknik. Dessutom erbjuds kaffe med sällskap.

Många lärocentra har också direkta samarbeten med högskolor och universitet.

–Här kan man till exempel läsa sjuksköterskeprogrammet på Karolinska institutet i Stockholm eller sociala omsorgsprogrammet på högskolan i Gävle, fast i Norrtälje, berättar Tina Eriksson som är utbildningsadministratör på lärocentrum i Norrtälje.

Studenterna kommer då till lärocentrum mellan två och fem dagar i veckan för videoföreläsningar och grupparbeten.

–Många har barn som går i skolan och en partner som jobbar i Norrtälje. För dem är det inget alternativ att flytta någon annanstans för att plugga, säger Tina Eriksson.

STUDIER PÅ DISTANS är helt jämställda campusstudier. Man får samma poäng, samma examen och har rätt till samma studiebidrag. Däremot finns ett problem som uppmärksammas av studentkärerna. Det är det så kallade kårobligatoriet.

–Många distansstudenter läser på flera skolor samtidigt. Eftersom man måste vara medlem i studentkåren där man är inskriven innebär det att studenterna måste betala flera kåravgifter. Det är ett problem, men regeringen utreder frågan just nu så förhoppningsvis händer det något snart, säger Per Anders Strandberg på Sveriges förenade studentkårer.

Hur är det med kvaliteten på utbildningen? Får man lika mycket kunskaper på distans?

Enligt utbildarna själva är det lika bra med en distansutbildning som om man läst på plats. Och arbetsgivarna tycks hålla med. I alla fall enligt Johan Skarborg som är vd för rekryteringsföretaget Academic work.

–Vi har inte märkt någon skillnad. Våra kunder vill ha den kompetens som krävs för arbetsuppgifterna. Hur man skaffat den är mindre viktigt. Det är snarare en fråga om attityd, att man passar in på arbetsplatsen.

Det verkar alltså som om distansutbildningar är toppen på alla sätt?

Nja, kanske inte helt sant. Ann Sofie Fredriksson kan se vissa problem.

–Ja, studenterna vill ha utbildningar helt utan sammankomster men många lärare är motsträviga. En hel del lärare tycker att det ska vara som det alltid har varit.

MATTIAS DAHLGREN
mattias.dahlgren@dn.se



Jag räddar ditt liv varje dag.

Vill du också rädda liv?
Sök till utbildningen "Skydd mot olyckor!"
LÄS MER PÅ WWW.BRANDMAN.SRV.SE

Som brandman räddar jag liv varje dag, inte bara när olyckan är framme. Det förebyggande arbetet är minst lika viktigt. Helst ska jag ju aldrig behöva rädda dig ur ett brinnande hus. Räddningsverkets utbildning "Skydd mot olyckor" ger mig dessutom andra möjligheter än brandmannayrket. Jag kan arbeta med säkerhet på många sätt, inom företag och offentlig förvaltning.



15 000 studenter • 40 program • 500 kurser • Många distansutbildningar • Bostadsgaranti

Unika utbildningar för dig som söker det lilla extra

Mittuniversitetet erbjuder unika utbildningar för dig som gillar sport och upplevelser eller natur och miljö.

Sport och upplevelseteknologi

• **Biologiprogram, inriktning idrottsfysiologi, 120 p**
Campus Sundsvall

• **Idrottsvetenskapligt program, 120 p**
Campus Östersund

• **Sportteknologi – innovativ produktutveckling med inriktning sport och upplevelser, 120 p**
Campus Östersund

Turism

• **Turismvetenskaplig utbildning, 120/160 p, med inriktning turismvetenskap alt. upplevelseproduktion och turism**
Campus Östersund

Naturvetenskap

• **Biologiprogram, inriktning naturvårdsbiologi, 120 p**
Campus Sundsvall

• **Molekylärvetenskapligt program, 120 p**
Campus Sundsvall

Miljövetenskap med fokus på hållbar utveckling

• **Internationella ekoteknikprogrammet, 120 p**
Campus Östersund eller distans

Läs mer om Mittuniversitetets utbildningar på www.miun.se
Beställ vår utbildningskatalog på webben eller ring 020-97 50 00.

Sista ansökningsdag till höstens utbildningar är 15 april.



Mittuniversitetet
MID SWEDEN UNIVERSITY

Härnösand • Sundsvall • Örnsköldsvik • Östersund



Monica Oskarsson borrar i "patienten", i bakgrunden skymtar Nadya Estafahan. Deras "patient" är ett huvud i plast med käkar och tänder som en människa.

FOTO:TOMMY SVENSSON

Bländande framtidsutsikter

TANDLÄKARLINJEN – Jag har alltid gillat att gå till tandläkaren, säger Maria Sjöback, som läser femte terminen på tandläkarlinjen i Göteborg.

FEMTE TERMINEN ÄR den termin man på allvar tar itu med yrkets praktiska delar. När vi träffar Maria har hon laboration i "restaurativ teknik". Det innebär att hennes patient har ett antal hål som ska borraras och lagas.

– Du ser hur jag har arbetat här. Sedan ska vi laga med kompositfyllningar. Amalgam jobbar vi inte med och det är kanske synd eftersom vi kommer att få ersätta amalgamfyllningar när vi kommer ut i arbete, säger Maria.

"Patienten" är ett huvud i plast med käkar och tänder och ett gummiansikte som ger ungefär samma tillgång till munhålan och tänderna som en människa.

För Maria var det ett ojämnt bett som krävde

en hel del tandreglering hos tandläkaren som öppnade hennes ögon för yrket. För kurskamraten David Reinedahl handlade det om ett fall från en trädkoja som gav rejäla tandskador.

– Men jag gillade också att gå till tandläkaren. Jag hade nästan beslutat mig för Handelshögskolan, när jag tyckte att jag kunde bryta med familjetraditionerna och sökte till tandläkarutbildningen.

HÖGA INTAGNINGSPÖÄNG

- **Tandläkarutbildningen är tio terminer.**
- **Utbildningen finns i Umeå, Stockholm, Malmö och Göteborg.**
- **Intagningspoängen är mycket hög, 20,0 i första urvalet 19,90 efter urval två.**
- **Lönen för en nylegitimerad allmäntandläkare inom folktandvården ligger mellan 24 000 och 27 000 i månaden, enligt Tandläkarförbundet. För specialister eller klinikchefer ligger lönen mellan 35 000–40 000 kronor i månaden.**

Både Maria och David lockas av att det är både ett praktiskt och teoretiskt yrke.

– Jag vill gärna jobba med händerna och jag ser fram mot att ha kontakt med patienter, säger Maria.

Som tandläkare kan man arbeta som privat-tandläkare eller på folktandvården, som är det första jobbet för de flesta. Man kan också utbilda sig till specialisttandläkare och arbetar då ofta på universitetsklinik eller i folktandvården.

I GÖTEBORG är de första två läsåren dominerade av basämnena av samma typ som medicinarutbildningen. Fjärde terminen närmar man sig hantverket och från femte terminen är det tandläkeriet som dominerar.

Det är enligt David och Maria mycket att läsa in men inte något som är svårt att förstå.

Strävan på alla tandläkarutbildningar är att lägga allt praktiskt arbete så tidigt som möjligt under studierna. Det samma gäller med den första patientkontakten.

Utbildningen sker i en forskningsmiljö, men de flesta tandläkarstudenter har fokus på att bli praktiserande tandläkare efter fem år. Forskningsintresset vaknar ofta under utbildningen.

– Jag har just nu inga forskningsplaner, säger Maria.

David däremot har ett forskningsprojekt på gång.

– Jag lägger upp en studie på en ovanlig godartad tumör som förekommer i munhålan. Jag kan tänka mig att fortsätta med forskning och vidareutbildning parallellt med arbetet som tandläkare.

PETER SANDBERG
peter.sandberg@dn.se

FRAMTIDSUTSIKTER:

Enligt Tandläkarförbundet ser arbetsmarknaden mycket ljus ut under många år framöver. Det är brist på tandläkare redan i dag och pensionsavgångarna blir stora under de närmaste åren.



BLI KALMARSTUDENT!

Gå in på www.hik.se och var med och tävla om en splitter ny hoj!

Hur och varför påverkas vi av kemiska ämnen i vår omgivning? Toxikologutbildningen vid Karolinska Institutet ger dig kunskapen!

Utbildningen är både yrkes- och forskningsinriktad och ger stora möjligheter till karriär inom toxikologins breda fält från molekylära aspekter till riskbedömning.

Några fakta

Toxikologi är läran om kemiska ämnens skadliga effekter på levande organismer. Som toxikolog studerar och bedömer du bl.a. risken för uppkomst av fosterskador, allergier och cancer.

Toxikologutbildningen är en 80 poängs påbyggnadsutbildning som leder fram till medicine magisterexamen i toxikologi.

Toxikologi 1, 20 poäng
Startar den 28 augusti 2006.

Toxikologprogrammet,
60 poäng (bygger på Toxikologi 1)
Startar den 15 januari 2007.

Förkunskaper

Minst 80 högskolepoäng inom biologiska, biokemiska, biomedicinska eller farmaceutiska ämnesområden.

Information

<http://ki.se>
Studievägledare Anna Lena Marcus
tel: 08-524 875 68
Studierektor Inger Johansson, Institutet för miljömedicin, e-post: Inger.Johansson@ki.se

Anmälan

Blankett kan fås från
Anna.Lena.Marcus@ki.se eller <http://ki.se>
(se Utbildning/Anmälningblanketter/
Påbyggnadsprogram och kurser).

Toxikologutbildningen

Sista ansökningsdag 15 april



Utbildningar som leder direkt till jobb.

KVALIFICERADE YRKESUTBILDNINGAR MED START HÖSTEN 2006 Sista ansökningsdag 2 maj

RESOR OCH TURISM, 80P

▶ Arbeta som resesäljare/reserådgivare. Utbildningen är certifierad av TRAC (Travel Academy).

REDOVISNINGSKONSULT, 80P

▶ Arbeta på redovisnings- och bokföringsbyrå eller bemanningsföretag inriktat på ekonomisk konsultation.

MEDICINSK SEKRETERARE, 60P

▶ Arbeta som sekreterare/administratör på läkemedelsföretag, sjukhus eller inom företagshälsövård.

HOTEL MANAGEMENT, 80P

▶ Arbeta som receptionschef, konferensansvarig eller ekonomi/marknadsansvarig på hotell.



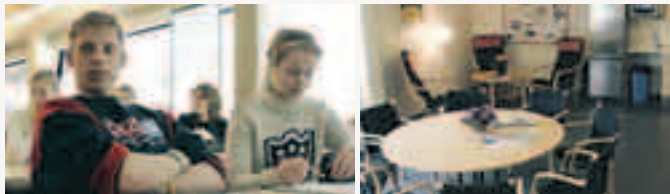
FRANS SCHARTAUS HANDELSINSTITUT | Stockholm | Telefon 08-508 402 00 | www.schartau.se

SCHARTAU



Nordiska detaljhandelslinjen

Högskoleutbildning för dig som vill arbeta i handeln



Campus Roslagen erbjuder välutrustade studentlägenheter, ljusa och fräscha föreläsningssalar samt trivsamma gemensamma utrymmen.

Vid Nordiska Detaljhandelshögskolan i Norrtälje ger Stockholms universitet en akademisk ekonomutbildning (120/160 p) utvecklad tillsammans med företagen inom detaljhandeln.

Utbildningen bedrivs på Campus Roslagen i skärgårdsstaden Norrtälje, 50 minuters bussresa norrut från Stockholms universitet, Frescati. Studentbostäder garanteras den som antas till utbildning förlagd till Campus Roslagen. För mer information om studentbostäderna, besök www.campus-roslagen.se

Nästa linjegrupp startar hösten 2006. Anmälan görs till antagningsenheten vid Stockholms universitet senast den 15 april 2006. Anmälningblankett finns på www.su.se

Mer information: www.utbildning.su.se/katalog/linjer/55.asp
oln@fek.su.se

Miljöövervakningsprogrammet

160 poäng
Studieort: Umeå



Universitetet som utbildar och forskar för livet

Naturvård – lokalt och globalt

Programmet riktar sig till dig som vill jobba med att undersöka och följa miljöförändringar i skogar, mark och vattenområden. Du får en naturvetenskaplig bas kombinerad med miljöjuridik, miljöekonomi och geografisk informationsteknik.

Aktuell information om våra utbildningar finns alltid på www.slu.se



du.se

punkten i mitten



HÖGSKOLAN
Dalarna

15 000 studenter • 40 program • 500 kurser • Många distansutbildningar • Bostadsgaranti

Utbildningar för dig som vill ha en lysande framtid

Mittuniversitetets civilingenjör- och ingenjörutbildningar ger dig möjlighet att få jobb inom flera olika spännande framtidsyrken.

Civilingenjörutbildningar

- Civilingenjörutbildning i biofiberteknik, 180 p
 - Civilingenjörutbildning i elektroniksystem, 180 p
 - Civilingenjörutbildning i informationsteknologi, 180 p
 - Civilingenjörutbildning i teknisk design, 180 p
 - Civilingenjörutbildning i teknisk fysik, 180 p
- Civilingenjörutbildningarna ges vid Campus Sundsvall

Ingenjörutbildningar

- Byggingenjör, 120 p
Campus Östersund
- Data- och elektroingenjörutbildning, 120 p
Campus Sundsvall
- Energiutvecklingsingenjör, 120 p
Campus Sundsvall
- Internetbaserad högskoleingenjörutbildning i datateknik/elektroteknik, 120 p

Läs mer om Mittuniversitetets utbildningar på www.miun.se
Beställ vår utbildningskatalog på webben eller ring 020-97 50 00.

Sista ansökningsdag till höstens utbildningar är 15 april.



Mittuniversitetet
MID SWEDEN UNIVERSITY

Härnösand • Sundsvall • Örnsköldsvik • Östersund

Skogligt basår

Omfattning: 1 läsår
Studieort: Uppsala,
Jällaskolan



Universitetet som utbildar
och forskar för livet

Skaffa dig behörighet – både teori och praktik

Skogligt basår ger dig behörighet till SLU:s Skogsmästarprogram. Studierna på Jällaskolan omfattar grunder i skogsskötsel genom att teori och praktik varvas. Under praktikperioderna, totalt 24 veckor, sker en del av studierna på distans. Basåret har startats för att få fler kvinnor till skogsnäringen.

Aktuell information om våra utbildningar finns alltid på www.slu.se



Vill du bli en problemlösare? Vi kan hjälpa dig på vägen!

Matematik genomsyrar så gott som hela samhället, så behovet av matematisk kompetens är stort.

Matematiska institutionen vid Stockholms universitet erbjuder dig ett brett utbud av utbildningslinjer som t.ex. Biomatematiklinjen, Matematisk-datalogiska linjen och Matematik-ekonomilinen. Vi har även ett mycket brett sortiment av fristående kurser.

För mer information om matematikstudier, besök oss gärna på www.math.su.se/blivandestudent eller kontakta vår studievägledning på studievagledning@math.su.se, eller på tfn 08-164521.



Matematiska institutionen
Stockholms universitet

Illustration: Nino Keller

Det här är en vanlig annons. Eller början på resten av ditt liv.

Utbilda dig till art director, grafisk designer, produktions- eller projektledare, copywriter, scriptwriter, marknadskommunikatör, informatör eller webbstrateg.

I höst startar sju diplomutbildningar på Berghs School of Communication. Du studerar ett eller två år på hel- eller deltid.

Välkommen på våra informationskvällar under våren. Då presenterar vi diplomutbildningarna och bjuder på en miniföreläsning om kommunikation. Vi berättar också om våra stipendier och om bachelorprogrammet, som innebär en termin i Stockholm och fem terminer i Australien.

För mer info, ring 08-587 550 00 eller besök www.berghs.se.

BERGHS
SCHOOL OF
COMMUNICATION



www.mmedu.net

Ansök senast 15 april!

Multimedia pedagogik - teknik

Vi utbildar multimediaexperter!

Vi erbjuder ett tvärvetenskapligt utbildningsprogram som kombinerar studier av pedagogik och teknik. Hos oss får du kunskap om människans relation till digital medie- och kommunikationsteknologi och vara med och skapa en ny mänskligare teknik.

Gränssnitt: människa

Det finns idag ett stort behov av kombinationen av kunskaper om människor och digital medie- och kommunikationsteknik och behoven kommer att öka. Det räcker inte med att förstå hur tekniken fungerar – för att kunna driva utvecklingen vidare måste man också förstå människan som skapare, användare och utvecklare av informations- och kommunikationsteknik.

Pedagogiska institutionen & Data- och systemvetenskap

Utbildningen bedrivs i samarbete mellan Pedagogiska institutionen, Campus Frescati, och Institutionen för Data- och systemvetenskap, Campus IT-universitetet i Kista. Multimedia pedagogik - teknik är ett treårigt program (120 p.) och har funnits sedan 1993.

<multimedia>
PEDAGOGIK - TEKNIK



Det är nu det roliga börjar!

Med en examen från en välrenommerad skola ökar dina valmöjligheter. En gedigen utbildning inom ekonomi eller juridik ger dig helt enkelt fler möjligheter på arbetsmarknaden.

Men examen är inte allt. Vägen dit är lika viktig. Hos oss kan du se fram emot några av de roligaste åren i ditt liv. Vi är kända för en god stämning med högt i tak. Vi finns ju trots allt i Göteborg – Sveriges trevligaste storstad. Och vill du läsa utomlands är möjligheterna ovanligt goda.

Hos oss kan du bli vad du vill. Missa inte sista ansökningsdagen den 15 april. **Beställ vår utbildningskatalog på www.handels.gu.se eller på telefon 031-773 49 48.**



Handelshögskolan
VID GÖTEBORGS UNIVERSITET



Lönande studier för miljön

EKONOMI FÖR HÅLLBAR UTVECKLING Bryr du dig om miljön och vill påverka världen i rätt riktning? På Mälardalens högskola kan du läsa till en examen i företagsökonomi kombinerat med miljövetenskap, och få ett jobb som kan göra skillnad.

– **MILJÖTÄNKANDET LIGGER** väldigt mycket i tiden nu, så det kommer att finnas bra jobb-möjligheter efter utbildningen, säger studenten Anna Jacobsson som läser på programmet ekonomi för hållbar utveckling.

Anna hade redan innan hon började utbildningen bestämt sig för att läsa ekonomi, till skillnad från många andra studenter som valde utbildningen för miljöinriktningens skull.

– Jag valde det här för att jag tror att det är väldigt viktigt att nischa sig, för att kunna konkurrera med dem som bara har en ekonomenexamen.

Hon är nöjd med utbildningen men säger att hon var lite skeptisk i början. Hon ville inte att det skulle vara för mycket tyngdpunkt på miljö, men det har varit lagom fördelning.

När hon är klar får hon en dubbel examen, en i miljö och en i företagsekonomi. Miljökurserna består bland annat av miljö rätt, grundkurs i miljövetenskap och en kurs i miljöledningssystem, där man lär sig hur företag kan organisera sitt miljöarbete.

– Kurserna i miljövetenskap har varit väldigt intressanta, man har ju fått helt nya perspektiv på saker. Jag har insett hur bräckligt samhället är och börjat se mer kritisk på politiken och hur samhället är uppbyggt.

Det här är en bra utbildning att välja om man är intresserad av ekonomi, eftersom den ger en bred och bra bas samtidigt som man får en specialkompetens, tycker Anna.

– Det ställs högre krav på företag i dag när det gäller miljöledningssystem. Lagstiftningen blir hårdare och då är det bra för företagen med folk som har den här kunskapen.

Studenterna får bland annat arbeta med projekt på företag.

– Jag gjorde ett projektarbete där jag skulle granska ett företags miljöledningssystem och utvärdera hur de hade lyckats. Vi fick tillgång till deras miljöperm och fick ge våra synpunkter på förändringar. Och några i min klass har startat eget konsultföretag som hjälper företag att förbättra sitt miljöarbete.

ELIN DAHLMAN är programansvarig på utbildningen och berättar vilken typ av jobb man kan få.

– En del av våra studenter har blivit politi-



Anna Jacobsson valde företagsekonomi med miljövetenskap av strategiska skäl. "Jag tror att det är väldigt viktigt att nischa sig."

FOTO: NICLAS RYBERG

ker, eller sakkunniga till politiker. Andra jobb man kan få är som miljöstrateg på kommuner och myndigheter. På privata företag jobbar man som miljösamordnare.

Mälardalens högskola finns både i Eskilstuna och i Västerås. Anna bor en bit utanför Västerås och en av anledningarna till att hon började här var att kommunen har en bostads-garanti för studenter. Hon tycker det är schyst att skolan är liten eftersom man lär känna de flesta studenterna, och man hälsar på gamla lärare.

Om hon får drömma skulle hon gärna se

sig själv på ett "trevligt ekonomijobb", kanske som chef, om några år. Och kanske ha råd att ha några hästar.

HANNA NORDIN
hanna.nordin@dn.se

FRAMTIDSUTSIKTER:

– Hållbar utveckling blir allt viktigare. Enligt Saco har ekonomer med den här bredden större chanser att få jobb än vanliga dussinekonomer. Elin Dahlman, kursansvarig på programmet.

ALLA SÖKANDE KOM IN

- Varje år tas 45 studenter in till programmet ekonomi för hållbar utveckling.
- Vid förra antagningen kom alla som sökte in.
- Fördelningen mellan män och kvinnor är 30–70.
- Liknande utbildningar är Miljö- och utvecklingsprogrammet vid Södertörns högskola eller Naturresursekonomi vid SLU i Uppsala.

Ställer du samma krav på killar och tjejer?

En bra lärare får eleverna att förstå att de kan mer än de tror. Är du bra på att förklara, utmana och inspirera? På Lärarhögskolan får du chansen att utvecklas.

Bra lärare behövs!

Sök senast 15 april! www.lararhogskolan.se



15 000 studenter • 40 program • 500 kurser • Många distansutbildningar • Bostadsgaranti

Vill du vara med och skapa framtidens teknik och IT?

För drygt tio år sedan fanns inte e-post, ingen visste vad SMS var och mobiltelefoner var stora som resväskor. Mycket har hänt sedan dess och ännu mer kommer att hända i framtiden. Ingen kan i dag föreställa sig alla nya tillämpningar inom IT som kommer om ytterligare tio år. Arbetsmarknaden signalerar ett stort och tydligt framtida behov av IT-utbildade. Ta chansen – var med och skapa framtidens IT! Mittuniversitetet erbjuder spännande IT-utbildningar med många olika inriktningar. Välj den som passar dig bäst!

- **Datateknikutbildning, 120 p**
Campus Sundsvall
- **Högskoletekniker, 80 p**
Campus Sundsvall och i Nyköping
- **Informationsförvaltning, 120 p**
Campus Härnösand
- **IT-system för sport och upplevelser, 120 p**
Campus Östersund
- **Medieteknikutbildning, 120 p**
Campus Sundsvall
- **Samhällsinformatik, 120 p**
Campus Sundsvall
- **Yrkehögskoleutbildning med inriktningarna nätverksdrift och webbapplikationer, 80 p**
Distans

Läs mer om Mittuniversitetets utbildningar på www.miun.se
Beställ vår utbildningskatalog på webben eller ring 020-97 50 00.

Sista ansökningsdag till höstens utbildningar är 15 april.



Mittuniversitetet
MID SWEDEN UNIVERSITY

Härnösand • Sundsvall • Örnsköldsvik • Östersund

Spela och lek på fullt allvar

SPELDESIGN Calle Crafoord minns första veckan på speldesignutbildningen på Gotland.

– Helt plötsligt var alla i klassen spelördar. Det var fett grymt. I gymnasiet var det kanske två, tre stycken, om ens det.

CALLE SITTER OCH TUGGAR på några pommes frites på ett hamburgerställe. Han ser ut som en rockare: svart tröja med döds-kalle, svart kavaj och svarta jeans med en kedja i stål för nycklarna.

Calle började plugga speldesign 2003 och är inne på sitt sista år. För honom blev utbildningen en räddning. Innan pluggade han ett tekniskt basår i Göteborg. Av 40 poäng lyckades han ta 6 och blev av med sitt studielån.

– Basåret var skittråkigt, det var bara teori. Föreläsning, bok, föreläsning, bok. Det är lättare när man får kunskap i ett sammanhang som på spelutbildningen, säger Calle som också fick

tillbaka sitt studiemedel efter att ha tagit 34 poäng första terminen på Gotland.

Speldesignprogrammet på Gotlands högskola är en treårig utbildning, som startades 2001 under IT-erans glada dagar. Utbildningen har i dag ett nära samarbete med spelbranschen, vilket gör att lärarna snabbt fångar upp nya behov.

I Visby finns också en av landets två "motion capture studios".

Det är en studio där mänskliga rörelser förvandlas till realistiska dataanimationer. Små markörer fästs på kroppen på en människa, som sedan filmas när hon rör sig.

Markörerna förvandlas till ett slags streckgubbar på dataskärmen. Sedan kan dataanimatören förvandla streckgubbens rörelser till de hos exempelvis en figur som "Gollum" i "Sagen om ringen".

Calle säger att lärarna försöker få dem att tänka brett, det är viktigare med en schyst idé än snygg grafik. Spelet måste vara intressant.

EN AV FÖRDELARNA med utbildningen är att man lär sig lika mycket av klasskamraterna som av lärarna, menar Calle. Dessutom får man massor av kontakter.

Det är inte lätt att få jobb i spelbranschen även om den nyrekryterar mer än någonsin.

– Får man inte in foten kan man alltid starta ett eget företag, då kommer klasskompisarna väl till hands, säger Calle.

Spelbranschen är ung, därför kan man fortfarande vara med och forma den.

– Lycka till med det inom film eller musik med flera hundra år i ryggen, säger Calle och småskrattar.

Hur är det med tjejer på spelutbildningarna? Ja, letar du så hittar du inte många. På Gotland har det gått 15 tjejer av 158 elever se-



FOTO: SANDRA QVIST

Det går alltid att starta eget om det inte fixar sig med jobb menar Calle Crafoord, som pluggar speldesign på Gotland.

dan starten. Micke Müller är programansvarig och förklarar varför:

– Det är inte tjejtigt att spela spel. Tjejer upplever själva att de inte är tekniska. Men i år kommer vi att satsa nästan alla våra resurser på att rekrytera tjejer. Målet är ju självklart att få hit 50 procent tjejer, men får vi ihop 25 procent är jag jättenöjd.

Calle tycker att man inte behöver vara teknisk eller ett mattesnille för att plugga spel-

design, det viktiga är att man gillar spel. Allt annat fixar sig.

BARIS KAYHAN
baris.kayhan@dn.se

FRAMTIDSUTSIKTER:

– De närmaste två åren kommer troligen 300–500 personer anställas, en ökning med 50 procent. Per Strömbäck, vd för branschorganisationen Spelplan-ASGD.

SÖK IN PÅ ARBETS PROV

- Huvudämne är spelutveckling inom datorspel, mobila och platsbaserade spel. Dessutom ingår studier i simulering, narration och interaktiv narration, människa/maskin-interaktion och spelestetik.
- Förutom vissa betygskrav ingår personligt brev och arbetsprov i ansökan.
- Andra högskolor som har kurser i spelutveckling är Skövde högskola, Chalmers, KTH och Blekinge tekniska högskola.

GENUSVETENSKAPLIGT PROGRAM

Vill du läsa genusvetenskap?

Sök programmet (120 poäng) eller läs fristående kurs där du t ex får kunskap om

- Hur könsidentiteter formas
- Hur kön, sexualitet, etnicitet och klass samverkar i samhället

Utmana ditt sätt att tänka!

Information – Centrum för genusvetenskap,
www.genus.lu.se

Studievägledare Valeria Naters 046-222 0801
valeria.naters@genus.lu.se

Studierektor Marta Cuesta 046-222 8069
marta.cuesta@genus.lu.se

Sista ansökningsdag 15 april 2006



LUNDS
UNIVERSITET

Sök innan 15 april

Danshögskolan

Sveriges enda högskola för dans och nycirkus
www.danshogskolan.se

www.tekniskfysik.se

Är du intresserad av vård och teknik?
Vill du veta mer om hörsel och kommunikation?

UTBILDA DIG TILL
legitimerad
Audionom

vid Karolinska Institutet
3 år - 120 poäng

Sök till HT 2006 senast
den **15 april**.

http://www.ki.se/utbildningskatalog/2006/pgmaudio_se.html

eller kontakta

Ann-Christin.Johnson@ki.se
Tel 08- 524 889 57

Visste du att ...
... örat sänder ut ljud?

med en känslig mikrofon kan man registrera svaga
signaler och mäta hörseln på nyfödda barn.



**Karolinska
Institutet**

**Mat & Teknologi-
programmet**

120 poäng
Studieort: Skara



Universitetet som utbildar
och forskar för livet

Morgondagens mat

Mat berör oss alla, dagligen.
Spelar det någon roll om köttbul-
larna toppas med fabriksjord eller
hemkört lingonsylt? I vårt program
får du i projektform samarbeta
med matproducenter och utveckla
produkter som är säkra, prisvärda
och efterfrågade.

Aktuell information om våra utbild-
ningar finns alltid på www.slu.se

Internationella utbildningar

Nå dina karriärsmål med hjälp av
EFs utbildningar!

Vi erbjuder:

- Språkstudier i kombination med akademiska ämnen
- Mastersprogram inom: Media & Art,
Hotel & Tourism, IT och Business
- Examenskurser i alla språk
- Praktikprogram
- CSN-berättigade kurser



**Internationella
Språkskolor**

Ring gratis:
0200-81 00 00

www.ef.com

NYCKELVIKSSKOLAN



Nyckelviksskolan har sju olika
ettåriga utbildningar inom konst,
konsthantverk och formgivning
samt en tvåårig yrkesutbildning
för hantverkspedagoger.

Ansökan till läsåret 2006/07
vill vi ha senast 20 april.

Besök oss på Vårutställningen
31 mars - 2 april.

Granvägen 1-3 på Lidingö,
tel 08-544 81 500, mer info på
www.nyckelviksskolan.se



Sektionen för geo- och miljövetenskaper
Stockholms universitet

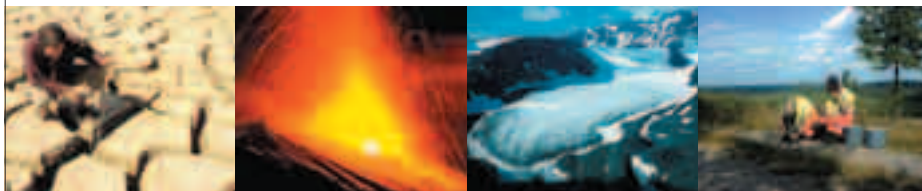
utbildar för en

GLOBAL ARBETSMARKNAD



**Geovetarlinjen
Biogeovetarlinjen
Geografiprogrammet
Miljövetenskapliga linjen**
och många fristående kurser

För mer information www.geo.su.se/utbildning
eller kontakta studievägledaren 08-16 47 98



Idag arbetar geo- och miljövetare från Stockholms universitet bl.a. i Antarktis, Arktis, Australien, Bangladesh, Belgien, Chile, England, Estland, Finland, Grekland, Island, Italien, Japan, Laos, Mozambique, Namibia, Norge, Pakistan, Saudiarabien, Spanien, Svalbard, Sverige, Tanzania, USA, Zimbabwe och Österrike samt alla världshav

15 000 studenter • 40 program • 500 kurser • Många distansutbildningar • Bostadsgaranti

**Breda utbildningar med
världen som arbetsfält**

Mittuniversitetet erbjuder flera breda utbildningsprogram inom humaniora och samhällsvetenskap som ger dig möjlighet att få jobb inom en mängd områden. Merparten av utbildningarna förbereder dig dessutom för en internationell karriär.

- **Beteendevetenskapligt program med inriktning mot datavetenskap/humanvetenskap, 120/160 p**
Campus Härnösand
- **Ekonomutbildning, 120/160 p**
Campus Sundsvall, Campus Östersund
- **Internationellt samhällsvetarprogram med inriktning mot kommunikation, makt och demokrati, 120/160 p**
Campus Sundsvall, Campus Östersund
- **Språk mitt i Europa, engelska, 120 p**
Campus Härnösand

Läs mer om Mittuniversitetets utbildningar på www.miun.se
Beställ vår utbildningskatalog på webben eller ring 020-97 50 00.

**Sista ansökningsdag till höstens
utbildningar är 15 april.**



Mittuniversitetet
MID SWEDEN UNIVERSITY

Härnösand • Sundsvall • Örnsköldsvik • Östersund

Satsa på en framtid som dansare!

Hos oss får du en gedigen utbildning

Dansarutbildningen

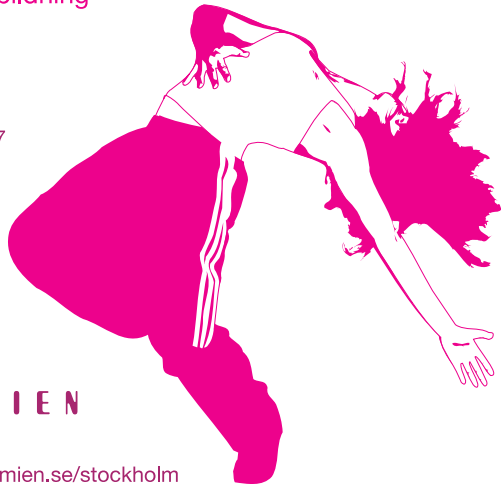
3 år på heltid

sista ansökan 7/6, audition 26/6 - 7/7

Förberedande danslinjer

1 år på halvtid

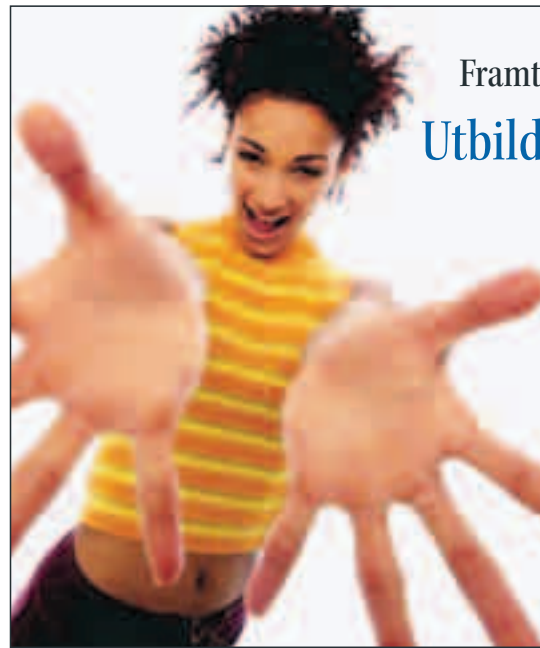
sista ansökan 27/6, audition 8/7



BALETTAKADEMIEN

En del av Folkuniversitetet

Tel 08-789 41 20 www.balettakademien.se/stockholm



Framtiden ligger i dina händer Utbilda dig till Naprapat

Är du intresserad av en utbildning som förenar beteendevetenskap och naturvetenskap? Då är Naprapat-högskolan något för dig. Under fyra intensiva studieår läser du medicinska ämnen, fysioterapi, manuell medicin och idrottsmedicin. Utbildningen sker under tillsyn av Högskoleverket.

Öppet hus 25 mars

Anmäl dig på 08-160 120 alternativt maila info@nph.se eller om du vill ha mer information.

NAPRAPAT  HÖGSKOLAN

Agronom-programmet

– livsmedel

180 poäng
Studieort: Uppsala



Universitetet som utbildar
och forskar för livet

Från jord till bord

Intresset för matens kvalitet, liksom etisk och uthållig livsmedelsproduktion blir allt större i samhället. Mat ska inte bara vara god och fräsch, den ska även vara säker, näringsriktig och hälsosam. Som livsmedelsagronom har du unik kunskap om råvarorna.

Aktuell information om våra utbildningar finns alltid på www.slu.se



STUDERA I STOCKHOLM Sveriges största studentstad

STUDIEMÄSSA I KULTURHUSET 6, 7 samt 10-13 april kl. 11.00-18.00

- Orientera dig bland Stockholms högskoleutbildningar
- Hämta ansökningshandlingar
- Få hjälp med din ansökan

www.stockholmsakademiskaforum.se

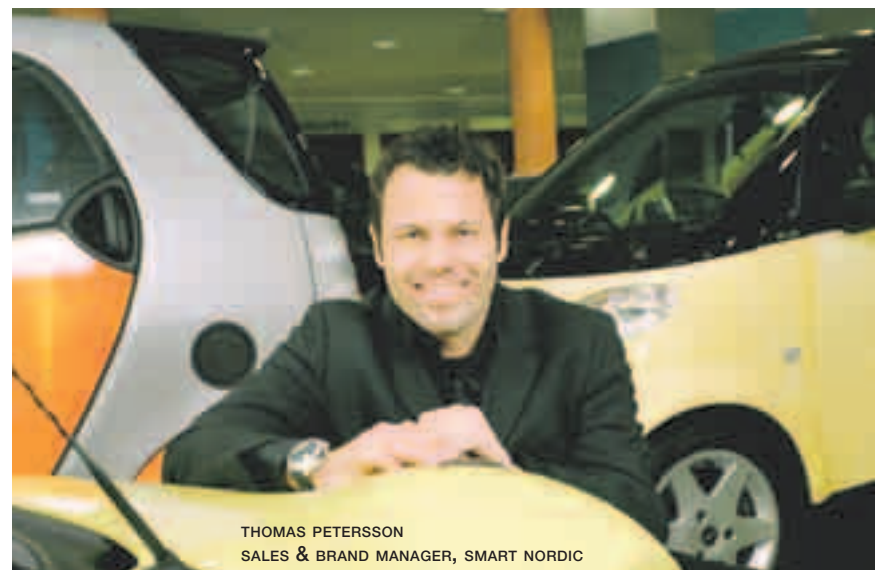
Stockholms Akademiska Forum
HÖGSKOLOR OCH UNIVERSITET I SAMVERKAN



ÖREBRO UNIVERSITET

www.oru.se

Sista anmälningsdag 15 april



THOMAS PETERSSON
SALES & BRAND MANAGER, SMART NORDIC

Thomas valde den smarta vägen till en ny karriär. Genom en av IHMs Kvalificerade Yrkesutbildningar, fick han kunskap och färdigheter som kvalificerar honom till flera spännande jobb.

Letar du efter en effektiv yrkesutbildning som ger dig praktisk erfarenhet längs vägen och som dessutom rankas högt av näringslivet? Då är du välkommen till IHM Business School! Utbildningarna är avgiftsfria, bedrivs på heltid och är CSN-berättigade.

”Utan mina två år på IHM hade jag aldrig fått det här jobbet”

Vill du också ge karriären en flygande start?

Läs mer om våra Kvalificerade Yrkesutbildningar i marknadsföring, ekonomi, försäljning och projektledning.

Gå in på www.ihm.se eller ring 0200-24 00 24.

Utbildningar inom marknadsföring, ledarskap, kommunikation och ekonomi

IHM



BUSINESS
SCHOOL

Plan för stan i sikte

SAMHÄLLSPLANERING Alla som vet vad man gör på samhällsplanerarlinjen räcker upp en hand!

Tänkte väl det. En som däremot vet är Katarina Kolysko som går utbildningens fjärde termin.

NÄR KATARINA KOLYSKO tog studenten, 2003, trodde hon först att hon ville bli jurist och började läsa juridik. Men hon insåg snabbt att det var fel så hon åkte till Australien för att plugga engelska i stället. Därifrån sökte hon och kom in på samhällsplanerarlinjen.

När hon började var hon lätt förvirrad.

–Man känner sig nog ganska lost i början av den här utbildningen. Det gjorde i alla fall jag, säger Katarina lite uppgivet.

Det kanske inte är så konstigt. Inte mindre än nio olika huvudämnen finns att välja mel-

lan. Från statistik, nationalekonomi och geovetenskap till etnologi och konstvetenskap – och lite däremellan.

Nu har jag grundkurserna i nationalekonomi och statistik, och med de ämnena kan man ju göra lite allt möjligt. Dessutom kommer jag fördjupa mig i ett ämne, säger hon. Men vad gör då en samhällsplanerare?

Många jobbar för kommuner och landsting. Man gör till exempel utredningar och lämnar underlag för politikernas beslut. Ska det nya köpcentret ligga till höger eller till vänster? Behövs nya vägar för att folk ska komma dit? Eller ska marken användas till något helt annat?

–Nu har jag grundkurserna i nationalekonomi och statistik, och med de ämnena kan man ju göra lite allt möjligt. Dessutom kommer jag fördjupa mig i ett ämne, säger hon. Men vad gör då en samhällsplanerare? Många jobbar för kommuner och landsting. Man gör till exempel utredningar och lämnar underlag för politikernas beslut. Ska det nya köpcentret ligga till höger eller till vänster? Behövs nya vägar för att folk ska komma dit? Eller ska marken användas till något helt annat?

I FRAMTIDEN vill Katarina Kolysko helst jobba med vattenfrågor eller stadsplanering, gärna utomlands.

–Jag tänkte söka sommarjobb på Sida för att få in en fot. Tredje året kan man också göra sitt examensarbete utomlands, men vi får se hur det blir, säger Katarina.

I undervisningen varvas föreläsningar med grupparbeten, rapportförfattande och fältstudier. Förra terminen var Katarina Kolysko och några kursare i Östhammar i tre dagar. De fick i uppdrag av kommunen att utreda hur en bit mark skulle användas. Var det ett kulturarv värt att bevara eller kunde marken användas till annat?



Efter examen hoppas Katarina Kolysko på att få arbeta utomlands.

FOTO: SANDRA QVIST

–Det var inget studiebesök utan kommunen behövde utredningen. Vi kom fram till en rad olika alternativ för hur marken skulle kunna användas.

Ur studentperspektiv tycker inte Katarina Kolysko att Stockholm har så mycket att ge. Hon skulle vilja ha ett mer aktivt studentliv.

–Det är klart att om man engagerar sig lite så finns det väl saker att göra. Men jag känner att Stockholm i sig erbjuder så mycket mer. Åker man till Umeå eller Kalmar till exempel så har

man kanske världens studentliv, men här finns det så otroligt mycket annat att göra också.

MATTIAS DAHLGREN
mattias.dahlgren@dn.se

FRAMTIDSUTSIKTER:

–Om fem år kommer det att finnas en jättarbetsmarknad på grund av att många går i pension. Anton Västberg, trafikplanerare på Stockholm stads stadsbyggnadskontor.

FINNS PÅ TVÅ ORTER

- Samhällsplanerarlinjen finns i Stockholm och Växjö.
- Utbildningen är tvärvetenskaplig, vilket innebär att sociala, ekonomiska och fysiska aspekter på samhällsplanering integreras.
- I Växjö har utbildningen en internationell inriktning, eftersom samhällsomvandlingen anses bli alltmer omvärldsberoende. Där kan studenterna välja att läsa en termin vid ett utländskt universitet.



RÖDA KORSET'S HÖGSKOLA

– utbildning och forskning inom vårdområdet

Välkomnar studenter till

- Sjuksköterskeprogrammet, 120 poäng
- Specialistsjuksköterska inom akutsjukvård med inriktning operationssjukvård, 40 poäng

Fristående kurser

- Smärta – Omvårdnad – Behandling, 11–20 poäng
- Magisterprogram Omvårdnad, 40 poäng
- Katastrofsjukvård i nationellt och internationellt perspektiv, 10 poäng

Uppdragsutbildningar

- Kliniska färdigheter inom hemsjukvård, 10 poäng
- Infektionssjukvård nationellt och internationellt, 10 poäng
- Kursavgift: 12.000 kr (exkl.moms)

Senaste ansökningsdag **15 april 2006**
För mer information ring **08-690 01 00**

E-mail: info@rkh.se
Hemsida: www.rkh.se

Agronomprogrammet

– mark/växt

180 poäng
Studieort: Uppsala



Universitetet som utbildar
och forskar för livet

En hållbar utveckling

Var med och påverka utvecklingen av lantbruket och miljön i Sverige och internationellt. Hur vi odlar och nyttjar mark och vatten påverkar miljön såväl i odlingslandskapet som i städernas närhet. Rådgivning, produktutveckling och forskning är några arbetsfält.

Aktuell information om våra utbildningar finns alltid på www.slu.se



Lunds Tekniska Högskola

Det bästa framtidsvalet

www.lth.se

Beställ nya utbildningskatalogen.

Sms:a "LTH" till 71130. Kostar inte mer än ett vanligt sms.



LUNDS
UNIVERSITET
Lunds Tekniska Högskola

Agronom-/ Magister- programmet

– husdjur

180/160 poäng
Studieort: Uppsala



Universitetet som utbildar
och forskar för livet

Husdjur för pro- duktion och fritid

Husdjursvetare arbetar för att de djur som människan håller för livsmedelsproduktion, sport eller sällskap, ska må bra. Utbildningens mål är att du på vetenskaplig grund ska kunna identifiera och lösa problem, samt planera för olika typer av djurhållning.

Aktuell information om våra utbildningar finns alltid på www.slu.se



Studera utomlands med IBS 2006–2007!

Tag chansen – studera utomlands! IBS är en av Sveriges ledande skolor för utlandsstudier med ett brett utbud av studiemedelsberättigade utbildningar och kurser i Europa, USA, Kanada, Australien och Nya Zeeland. Sista ansökningsdag är den 31 mars. Kontakta oss för information och ansökningshandlingar.

CSN

Informationsmöte

Lördagen den 11/3 kl 11.00–13.00
alt 14.30–17.30

Sheraton Stockholm Hotel & Towers
Tegelbacken 6

Anmäl dig på tel 08-24 40 60 eller www.ibs-education.com

Fri entré!



IBS

INTERNATIONAL BUSINESS SCHOOL

Sveavägen 22, 111 57 Stockholm • Tel. 08-24 40 60 • www.ibs-education.com

Logistik Sigtuna Nynäshamn

Kvalificerad Yrkesutbildning



Bli logistiker - ett spännande yrke med framtidsmöjligheter

Gå en bred kvalificerad yrkesutbildning i logistik som ger dig verktygen för att kunna arbeta med logistik hos olika företag. Du läser bland annat logistik, IT, ekonomi, matematik, engelska, avtalsrätt och miljö. Utbildningen är 2-årig och 1/3 sker på företag.

Kursstart augusti 2006
För information och ansökan
www.logistikstockholm.se

Kontakt:
Heléne Lövetoft Widén 08 520 680 94 e-post helv@utb.nynashamn.se
Anders Bergström 08 597 830 40 e-post anders.bergstrom@sigtuna.se

VAD VILL DU ARBETA MED?



I höst startar vi ett stort antal kostnadsfria och studiemedelsberättigande utbildningar på gymnasial och eftergymnasial nivå som:

AD-assistent, Advokatsekreterare, Datagrund, Datasäkerhet, Ekonomiassistent, Export- och importassistent, HR-assistent, Linux och Unix systemadministration, Marknadsassistent, Mäklarassistent, Nyföretagare, Nätverkstekniker, Objektorienterad programmering och utveckling, Projektledning av komplexa säkerhetslösningar, Receptionist/Telefonist, Redovisningsekonomi, Säljare, Utveckling och administration av databaser, Webbutvecklare.

Att läsa en utbildning på JENSEN vuxenutbildning innebär bland annat:

Träning för verkligheten. Lärare som är yrkesverksamma inom det område de utbildar i. Ger betyg och diplom/examensbevis. Kostnadsfritt och studiemedelsberättigande.

För mer information besök www.jensenvuxenutbildning.se eller ring 08-450 22 00 för studierådgivning.

En del av JENSEN education

JENSEN vuxenutbildning

TRÄNING FÖR VERKLIGHETEN



JENSEN education
VINNARE AV
STOCKHOLMS STADS
KVALITETSPRIS
2005

Industridesign av världsklass börjar i Umeå

Världen skriker efter bra industridesigners – vi utbildar dem. Designhögskolans utbildningar inom industridesign anses vara bland de främsta i Europa. Hos oss hittar du inspirationen och verktygen som ger dig rätt start på din karriär. Välj grundutbildningen eller gå vidare till någon av våra engelskspråkiga magisterprogram.

- **Industridesign** – Kandidatexamen, treårig utbildning

Du som avslutat din grundutbildning kan välja mellan tre specialiserade magisterprogram i industridesign, samtliga på två år, där all undervisning sker på engelska.

- **Fordonsdesign** – Magisterexamen i Transportation Design
- **Produktdesign** – Magisterexamen i Advanced Product Design
- **Interaktionsdesign** – Magisterexamen i Interaction Design

Att design är ett universellt språk märks hos oss – våra utbildningar lockar människor från världens alla hörn. Två av tre magisterstudenter och många av våra lärare kommer från andra länder. Designhögskolan är en del av Umeå universitet, Norrlands största, med omkring 29 000 studenter.

Vi har under åren utvecklat ett mycket nära samarbete med industrin, både lokalt, nationellt och internationellt. Därför kan vi ge dig professionella industridesigners som handledare i studentprojekten. Vi har också en egen forskningsavdelning på plats i våra splittrerna, utbyggda lokaler.

Utöver magisterprogrammen kan vi också erbjuda ettåriga, engelskspråkiga kurser i **Advanced Design Visualisation** och **Introduction to Industrial Design**.

För information om arbetsprover, hur ansökningsblanketter besök vår hemsida www.dh.umu.se eller kontakta oss på e-post, info@dh.umu.se

Sista ansökningsdag: 15 april

Designhögskolan, Umeå universitet

Designhögskolan, Umeå universitet 901 87 Umeå 090-786 76 99
www.dh.umu.se info@dh.umu.se



[www.svebo.se/
student](http://www.svebo.se/student)

Vi har studentbostäder
i hela Stockholm.

SB Svenska Bostäder

Rätten till ett bättre liv

JURISTLINJEN Mohammed Ali sitter framför datorn i sitt arbetsrum på Stockholms universitet. På dörren har han tre bilder, en på Dag Hammarskjöld och två på Malcolm X. Båda är hans förebilder.

– **JAG HAR ALLTID SETT** Malcolm X som en hjälte, säger Mohammed, någon som vågade stå emot orättvisor och arbetade för människors lika värde.

Mohammed läser juridik på Stockholms universitet och är inne på sin sista termin. Nästan fem långa år är snart över. Han vet inte vad han ska göra efter utbildningen men ska söka jobb och hoppas få arbeta på något FN-organ.

– Min dröm är att få jobba med globala utvecklingsfrågor och försöka ge samma rättigheter till andra, som vi i Sverige tar för givet, till exempel rätten till ett värdigt liv och yttrandefrihet, säger Mohammed som vill jobba i Nelson Mandelas och Mahatma Gandhis anda.

– För mig är juridiken ett verktyg – inte ett mål.

Mohammed kom till Sverige från krigets Eritrea 1987. Hans mamma arbetar som vårdbiträde och vill inte att hennes barn ska ha ett jobb där man sliter ut sig. Så valet stod mellan ekonomi och juridik för Mohammed.

HAN ÄR EN AV FÅ med icke-svensk bakgrund på utbildningen. Var han medveten om att han gav sig in i en bransch där det i stort sett bara jobbar etniska svenskar, och att det kanske skulle bli svårare att få jobb?

– Jo, svarar Mohammed, mina polare har påpekat det och kallat utbildningen för en meningslös investering. Men jag tycker inte att man ska sätta sina egna mål efter de normerna, utan sikta mot det man är intresserad av. Så länge man har ett mål kommer man att nå det.

Men det är nya tider. Många företag, myndigheter och advokatbyråer säger sig vilja ha in icke-svenskar i branschen. Om det verkligen stämmer vet inte Mohammed, men han tycker i alla fall att det ser bra ut i annonserna.

– För att ett samhälle ska fungera så måste alla grupper vara representerade i alla delar av samhället.

MOHAMMED JOBBAR OCKSÅ som amanuens i skolan, där han hjälper lärarna med administration och föreläsningar, det är därför han har ett arbetsrum. Mohammed lägger ner ungefär fyra timmar om dagen på studierna och inför tentorna blir det fler timmar.

I juristlinjen på Stockholms universitet ingår ingen praktik. Den som vill kan praktisera under studietiden, men advokatbyråerna vill att man ska ha läst i minst tre år innan man



Mohammed Ali ser i juridiken ett verktyg mot världens orättvisor.

FOTO: SANDRA QVIST

RÄTTSVETENSKAP I FOKUS

- Juristlinjen omfattar 180 poäng.
- Intagning sker två gånger per år.
- Juristlinjen finns även vid Uppsala universitet och Lunds universitet.
- Det är bara studier på juristlinjen som leder till juris kandidatexamen.
- Huvudämnet är rättsvetenskap. Europeisk integrationsrätt (EG-rätt) är ett exempel på specialisering.

skickar in sin ansökan. Mohammed varnar för en hel del föreläsningar och mycket läsning fram till dess.

– Det är mycket eget ansvar så mycket hänger på en själv, men juristlinjen var lättare än jag föreställde mig.

FÖR EN STOCKHOLMARE som Mohammed är närheten till familj och vänner det som är bra med att plugga i Stockholm. Det är samtidigt

en nackdel eftersom han inte har något behov av att träffa nya vänner.

BARIS KAYHAN
baris.kayhan@dn.se

FRAMTIDSUTSIKTER:
Enligt Ams ökar efterfrågan de närmaste 5–10 åren på grund av pensioneringar. Inom EU behövs det språkkunniga jurister samt specialister inom internationell rätt.



SÖK SOCIONOMUTBILDNING VID STOCKHOLMS UNIVERSITET!

SOCIONOMEXAMEN GER JOBB PÅ EN BRED ARBETSMARKNAD!
Flera inriktningar finns - tag kontakt med Socialhögskolan vid Stockholms universitet

Beställ via: www.su.se eller betalsamtal: 0900-102 23 23
Institutionens hemsida: www.socarb.su.se/utbildning.htm
Tel. studieadministration: 08-16 28 94
Studievägledning: 08-16 23 25
E-post: studievagledning@socarb.su.se

Anmälan senast 15 april

Kvalificerad Reseledare & Internationell Tour Manager

Start 21 augusti * Ansökan senast 31 maj



Konstfack

Konstfacks lärarutbildning 180-200 poäng

Du blir lärare för högre årskurser i grundskolan och gymnasieskolan. Utbildningen har konstnärlig inriktning med fokus på bild och visuell kultur. En del av dina studier tillbringar du på en grund- eller gymnasieskola. Du läser en eller två inriktningar vid Konstfack. Din andra inriktning kan läsas på annan högskola.

Konstfack erbjuder tre olika inriktningar:
Konst, Bild & Media och Design.

För information om ansökningshandlingar/arbetsprover:
tel 08-450 41 00 eller Konstfacks hemsida: www.konstfack.se.
Information om hur du ansöker finns på www.studera.nu.

Sök före 15 april.

FORSBERGS ANSÖKAN TILL HÖSTEN

**Grafisk Design 2 år. Copywriting 2 år.
Mode Design 2 år. Rörlig Design 2 år.
Start 28 augusti. Sista ansökan 8 juni.**

**Även långa och korta Kvällskurser,
Grundkurser och Distanskurser.
För mer information om utbildningarna:
Tel. 08-652 39 40
www.forsbergsskola.se**

Redovisningsekonom – utbildning på distans

Kunskap är lätt att bära

Diplomerad Redovisningsekonom

Kvalificerad utbildning som motsvarar 40 högskolepoäng.
(Redovisning, ekonomistyrning, handelsrätt och beskattning.)

Högre Redovisningsekonom

Kvalificerad fortsättningsutbildning som motsvarar 20 högskolepoäng.

Hogia Hogia Institutet
www.hogia.se/utbildning • utbildning@hogia.se

Internationell

KRIS- OCH KONFLIKTHANTERING 140 P

vid Umeå universitet. HT 2006

- Programmet bereder väg för en ny professionalitet inom området kris- och konflikthantering där akademiska studier kombineras med betydande inslag av praktik och praktiska övningar.
- Programmet förbereder för arbete inom offentliga institutioner på statlig, regional och lokal nivå samt i organisationer där kris- och konflikthantering förekommer som en del av nationella eller internationella åtaganden. Arbetsuppgifterna kan variera och omfatta sådant som handläggning, utredning, planering och deltagande i olika slag av insatser inom området kris- och konflikthantering.
- Programmets två första år (baskurser) läses i Sollefteå i samarbete med Räddningsverket på Sandö i Kramfors kommun. Fördjupningskurserna på B och C-nivå läses i Umeå.

Behörighet: D.3 exkl. kravet på arbetslivserfarenhet dvs. Ma B och Sh A.

Sista ansökningsdag: 15 april 2006.

Ytterligare information: www.pol.umu.se/IKK

Jan Engberg, 090-786 61 79
Universitetslektor
Statsvetenskapliga institutionen
jan.engberg@pol.umu.se

Torben Svensson, 0620-68 22 53
torben.svensson@sollefte.se
Sollefteå Lärcenter



FRI
ENTRÉ

MÄSSA OM UTLANDSSTUDIER

TRÄFFA ÖVER 20 UNIVERSITET

USA • KANADA • AUSTRALIEN • NYA ZEELAND • SINGAPORE

GÖTEBORG
TORS 9/3
SAS RADISSON HOTEL
SÖDRA HAMNGATAN 59 -63

CIS
Gränslösa Studier
www.cis.nu

STOCKHOLM
FRE 10/3 & LÖR 11/3
SHERATON HOTEL
TEGELBACKEN 6 (T-CENTRALEN)

MÄSSAN ÄR ÖPPEN KL. 13.00 -18.00



Foto: Magnus Eriksson

Ett SMS som kan förändra ditt liv!

Sök före 15 april

Beställ utbildningskatalogen genom att SMS:a MDH till 71130. Det kostar inte mer än ett vanligt SMS.

Du kan även ringa 021-10 15 20 eller gå in på www.mdh.se



Box 883, 721 23 Västerås/Eskilstuna, tel 021-10 13 00

Agronom-programmet

– ekonomi

180 poäng
Studieort: Uppsala



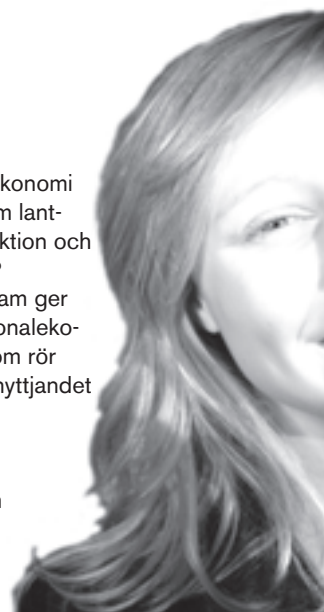
Universitetet som utbildar och forskar för livet

Räkna med verkligheten

Är du intresserad av ekonomi med tillämpningar inom lantbruk, livsmedelsproduktion och andra gröna näringar?

Detta agronomprogram ger dig företags- och nationalekonomiska kunskaper som rör småföretagande och nyttjandet av naturresurser.

Aktuell information om våra utbildningar finns alltid på www.slu.se



Kvalificerad säljare/marknadsförare 40p
Internationell säljare/marknadsförare 80p

Såld på att sälja?

Utbildningar som leder till jobb!
Sök till Sälj&Marknadshögskolans KY-utbildningar till säljare/marknadsförare, 40-80p

KVALIFICERAD SÄLJARE/MARKNADSFÖRARE, 40p

Genomförs under ett år och startar september 2006 i Malmö. Teori varvas med kvalificerad praktik. Metoden kallas Lärande i Arbete (LiA) och du delar din tid mellan Sälj&Marknadshögskolan och ett företag.

INTERNATIONELL SÄLJARE/MARKNADSFÖRARE, 80p

Genomförs under två år med start augusti/september 2006 i Stockholm, Göteborg och Örnsköldsvik. Utbildningens inriktning är Internationell Business och Marketing. Även här ingår Lärande i Arbete (LiA) på företag.

UTBILDNINGEN FÖRUTSÄTTER

grundläggande behörighet för högskolestudier och arbetslivserfarenhet. Uttagning sker genom intervjuer och lämplighetstest. För vår internationella utbildning krävs goda kunskaper i engelska. Utbildningen är kostnadsfri och berättigar till studiemedel. Sista ansökningsdag är 12 maj 2006.

UTBILDNINGEN GENOMFÖRS

av Sälj&Marknadshögskolan i nära samarbete med Handelshögskolan vid Umeå Universitet och näringslivet. Sälj&Marknadshögskolan finns i Stockholm, Göteborg, Malmö och Örnsköldsvik. Vi har också samarbetsavtal med utländska universitet.

INFORMATION/ANSÖKAN
www.smhsverige.se

Sälj&Marknadshögskolan
ETT FÖRETAG INOM MERCURI INTERNATIONAL

Drömmar av silver

ÄDELLAB/METALLFORMGIVNING Läder och latex doppat i paraffin. Eller riskorn i en nylonstrumpa, under en tunn hinna av silver. Den som utbildar sig till silversmed på Konstfack har inte bara silver i sina smycken.

SARA BORGEGÅRD TÄNDER brännaren med en cigarettändare och riktar lågan mot en liten platta av silver. På plattan sitter ett äggskal i silver, eller är det en blomma eller en ensam korall?

–Det ska bli en brosch. Jag försöker göra halsband, men till slut blir det alltid en brosch i alla fall, säger Sara och skrattar.

Ett smycke som bara består av silver hör till Saras undantag. Hon visar en brosch gjord av en limefrukt doppad i paraffin. Ett halsband (jo, det händer trots allt att hon gör annat än broscher) är gjort av glaspärlor från den vita färgen som används till mittlinjen på asfalte-

rade vägar. Just det halsbandet kanske skymtar i Cardigans nya video.

Studenterna på Konstfacks utbildning ädellab/metallformgivning (det vill säga silversmede och smyckekonst) i Stockholm förväntas experimentera ohämmt med både material och tekniker.

–Vi försöker hela tiden jobba med vad smycken är och vad de står för. Ett smycke kan vara en ren dekoration eller något som visar status, ett minne eller en talisman. Jag anser att smycken handlar lika mycket om kommunikation som dekoration.

De jobbar projektorienterat. De får ett problem som de ska lösa. Det kan till exempel vara att göra ett smycke på ett visst tema av något de hittar på marknaden.

Men det är sällan själva smycket som är det viktiga. Det är processen, val av material och teknik och inte minst hantverksskickligheten, som avgör om de blir godkända av läraren.

VARJE ÅR SÖKER fyrtio personer de åtta platserna på utbildningen. Sara Borgegård har gått grundutbildningen på tre år, nu går hon första året på det tvååriga magisterprogrammet.

Men vägen till Konstfack var lång. För att komma in krävs förberedande utbildning på till exempel folkhögskola. Sara hade tre års studier och ett lärlingsår hos en silversmed bakom sig innan hon kom in på Konstfack.

–Man förväntas kunna tekniken att löda, smida och att kunna teckna och måla, sånt får man inte lära sig här.

Studenterna har fri tillgång till de många verkstäderna i Konstfacks vita, rymliga lokaler. Här finns rum för arbete med syror, poleringsrum, "bankrum" med massor av hammare i olika modeller och en verkstad för plåtarbeten.



Sara Borgegård får själv betala allt material till sin silversmedsutbildning.

FOTO: LARS EPSTEIN

70 PROCENT ÄR KVINNOR

- 634 studenter läser på någon av utbildningarna vid Konstfack: Grafisk design och illustration, Industridesign, Inredningsarkitektur och möbeldesign, Keramik och glas, Konst, Lärarutbildning, Textil och Ädellab/metallformgivning.
- 70 procent av studenterna är kvinnor, resten män.
- Studenterna på utbildningen Ädellab/metallformgivning läser också konstteori och konstfilosofi.

Studenterna får själva stå för alla materialkostnader.

–Vi lägger ut cirka 1500 kronor i månaden bara på silver. De flesta måste arbeta vid sidan av studierna.

Varför valde du just silversmede?

–För mig är det något magiskt över att forma metallen, att kunna flytta molekyler i ett hårt material.

När Sara tar examen vill hon ha en egen verkstad med gallerilokal. Hon är inte orolig över framtiden.

–Nej, det går alltid att få beställningar på vigselringar. Jag kan inte hålla på med något annat. Det här ger mig så mycket.

ANNA BRATT
anna.bratt@dn.se

FRAMTIDSUTSIKTER:

–Svensk design är på frammarsch. Om fem år ser läget ännu bättre ut än i dag, eftersom vi riktar oss mer till en internationell marknad. Helena Söderberg, prefekt på Konstfack.



Är du språkintresserad?

Är du kille?

Vill du ha ett omväxlande jobb?

Du behövs som teckenspråkstolk!

www.blitolk.nu



Ekonomiprogrammet

– naturresursinriktning

160 poäng

Studieort: Uppsala



Universitetet som utbildar och forskar för livet

Naturens resurser omvandlade till kronor

Ekonomiska beslut om användningen av naturresurser är viktiga inom företag och myndigheter. Besluten påverkar inte bara produktionen utan även livskvalitet, miljö och hållbarhet. Du studerar generella ekonomiska teorier med anknytning till verkligheten.

Aktuell information om våra utbildningar finns alltid på www.slu.se



Är du nyfiken på forskning?

Sommarforskarskolan med biomedicinsk inriktning kan vara något för dig!

Vid Karolinska Institutet anordnas varje år en Sommarforskarskola för ungdomar från hela landet. Sommarforskarskolan är en 6-veckors kurs öppen för elever som nyligen avslutat årskurs 2 eller 3 på gymnasiet och består av föreläsningar, studiebesök och eget projektarbete vid något av Karolinska Institutets laboratorier i Solna eller Huddinge. För aktuella ansökningsblanketter och ytterligare information, se: www.ki.se (klicka på: Forskarutbildning /Forskarskolor/Sommarforskarskolan med biomedicinsk inriktning). Sista ansökningsdatum är den 24 mars 2006.

Plugg med många poängar

FORSKARUTBILDNING Vill du plugga resten av livet? Då är en forskarutbildning något att satsa på. Men det tar ju lite tid förstås, minst tre år på universitet eller högskola innan du ens kan söka.

MARIA M BERGLUND har studerat i Stockholm, Göteborg, Jönköping och Falun. Hon har läst svenska, engelska, genusvetenskap och filosofi. Men nu är hon i Karlstad och ska doktorera i litteraturvetenskap.

När hon får frågan om hur många högskolepoäng hon har blir hon först alldeles tyst.

–Hm, vänta, jag måste räkna lite (lååång paus), tja, det blir drygt 200 poäng som jag har skrapat ihop, säger hon till slut.

Det motsvarar ungefär fem års studier på heltid. Och det redan innan hon kom in på forskarutbildningen förra sommaren. Nu

återstår nästan fem år innan hon är klar med sin avhandling.

Maria M Berglund har alltid gillat att läsa böcker men det var först när hon började skriva uppsats i litteraturvetenskap som hon insåg att det var möjligt att förhålla sig på ett annat sätt till det hon läste. Att inte bara läsa för att det är roligt utan också läsa på andra sätt, att angripa böckerna från andra perspektiv. Det var ungefär då hon bestämde sig för att doktorera.

–Det är perfekt, först tänkte jag bli lärare men sen insåg jag att det här var så intressant så det vill jag fortsätta med. Nu får jag ju både undervisa och forska, säger hon.

Så vid sidan av den egna forskningen och obligatoriska kurser undervisar hon alltså på grundkurserna i litteratur. Att själv undervisa är något en forskarstudent oftast får räkna med. I Maria M Berglunds fall är det 20 procent undervisning, 20 procent kurser och resterande tid går till den egna forskningen och arbetet med avhandlingen.

Marias avhandling ska handla om varför kvinnliga författare fortfarande inte nämns lika mycket som män i de litteraturhistoriska böckerna.

–Förr skyllde man på att kvinnor inte hade samma utbildning som män och därför fanns det inte lika många kvinnliga författare. Det stämmer ju inte längre, men ändå är manliga författare överrepresenterade, säger Maria.

KARLSTAD SOM STUDENTSTAD har Maria M Berglund inte så stor koll på. Dels för att hon bara har bott där ett halvår, dels för att hon själv undervisar.

–Det skulle kännas lite konstigt att hänga med studenterna, men jag vet att kåren ordnar mycket aktiviteter. Så det händer ju en hel



Maria M Berglund har drygt fem år kvar till sin doktorsavhandling.

FOTO: ÖVIND LUND

FYRA ÅRS STUDIER

- För att bli antagen till en forskarutbildning måste man ha minst 120 högskolepoäng, oftast krävs 80 poäng i det ämne man ska forska i.
- En forskarutbildning är vanligtvis fyra år, motsvarande 160 poäng.
- Avhandlingen är värd 120 poäng, resten är läskurser.
- Vårterminen 2005 fanns det 19466 forskarstudenter i landet, varav 1929 inom humaniora/religionsvetenskap, det ämnesområde litteraturvetenskap tillhör.

del. Karlstad är dessutom en jättetrevlig stad med många krogar och pubar, säger hon.

Maria M Berglund tänker själv att hon ska fortsätta arbeta på universitet och forska i litteraturvetenskap även efter att hon är klar med sin avhandling. Så för hennes del är det definitivt plugg resten av livet.

Andra möjliga jobb för den som har doktorerat inom litteraturvetenskap är att bli kulturjournalist, bibliotekarie, kulturadministratör eller att arbeta på arkiv.

Just nu är det lite dåligt med universitetstjänster, men Maria M Berglund är optimist.

–De som sitter på tjänsterna i dag är rätt gamla. Så när jag blir klar, år 2010, borde det ha ordnat sig, tror hon.

MATTIAS DAHLGREN
mattias.dahlgren@dn.se

FRAMTIDSUTSIKTER:

–I dag är det lite kärt på arbetsmarknaden, speciellt i högskolevärlden. Det ser inte ut att förändras. Lars Burman, professor i litteraturvetenskap vid Uppsala universitet.

Naturrensprogrammet

– biologi och mark

160 poäng
Studieort: Uppsala



Universitetet som utbildar och forskar för livet

Studera sambanden i den levande naturen

Hur påverkas vattendrag av trafik, skogsbruk och jordbruk? Det ökade miljömedvetandet i samhället innebär en växande efterfrågan på kompetens inom naturresursområdet. Du får en bred tvärvetenskaplig utbildning med spetskunskap inom ämnen du själv valt.

Aktuell information om våra utbildningar finns alltid på www.slu.se

VÄLJ KULTURAMA!

2-ÅRIGA STUDIEMEDELSBERÄTTIGADE UTBILDNINGAR

SÅNG
MUSIK
MUSIKPRODUKTION
KOMPOSITION
DANS
MUSIKAL
TEATER
OPERA
FOTO
FILM

Ansök nu!

NORDENS LEDANDE KONSTNÄRLIGA SKOLA

Kulturama

08-505 900 00 | info@kulturama.com | kulturama.com

EN DEL AV MEDBORGARSKOLAN



Svenska för modern kommunikation

Grundkurs i praktisk svenska, 20 p, och fortsättningskursen *Text och textdesign*, 20 p, är till för dig som vill använda svenska språket som arbetsverktyg. I centrum står skrivande och talande liksom design av visuella texter. Perspektiven hämtar vi direkt från verkligheten i samarbete med företag, myndigheter och organisationer.

www.nordiska.su.se
Institutionen för nordiska språk



Hjärnkoll på tankar och teknik

KOGNITIONSVETENSKAP

Madeleine Kanderud, 21, läser andra året på kognitionsvetenskapliga programmet på högskolan i Skövde. Utbildningen går ut på att försöka förstå de mänskliga tankeprocesserna och öka förståelsen mellan människa och maskin.

LÅTER DET LUDDIGT? Trots att utbildningen funnits i tolv år på högskolan i Skövde vet varken företag eller studenter riktigt vad de har att vänta sig.

–Man vet inte exakt vad man blir, få företag annonserar efter kognitionsvetare. Men man kan jobba inom det mesta. Vi ska ut på tio veckors projektarbete på företag snart och jag vet att till exempel Volvo och Vägverket är intresserade, säger Madeleine.

Kognition innebär att man undersöker människans tänkande och hjärnans bearbetning av information. Forskningen uppstod i USA och England på 1960- och 70-talen. Resultaten har stor betydelse för forskningsområden som artificiell intelligens och kognitiv psykologi.

Man studerar bland annat minnesprocesser och problemlösning. Även de processer som styr hur människor lär sig förstå språk och känna igen begrepp är intressant för forskningen.

Ett ämne som är centralt för kognitionsvetenskapliga utbildningen i Skövde är mänskliga dator-interaktion. Då fokuserar man på hur datorer kan förbättras för att underlätta användningen och förståelsen av olika program.

Men vad gör ni konkret?

–Vi utvärderar olika tekniska produkter, hur anpassade de är för användaren. Till exempel en hemsida. Vi testar hur den fungerar, vilka fel som uppstår, om felmeddelanden fungerar. Vi kan också göra tekniska manualer mer lättbegripliga, säger Madeleine.

Utbildningen är tvärvetenskaplig och innehåller ämnen som psykologi, medvetandefilosofi, datavetenskap, lingvistik och neurovetenskap.

Madeleine, som gick teknikprogrammet på gymnasiet, säger att hon alltid velat arbeta med människor och teknik och att hon blev intresserad när hon läste om utbildningen i kurskatalogen.

PAUL HEMEREN ÄR PROGRAMANSVARIG för utbildningen. Han berättar att de flesta teknikföretag kan ha användning av studenternas kunskaper i data och kognition.

–Tänk dig Banverket, deras central som har koll på var alla tåg är och ansvarar för säkerheten. Våra studenter kan bidra till att utforma system som gör det lättare att förstå vad som händer på skärmarna.

Ju mer komplicerade tekniska produkter blir desto större blir behovet att öka produktens användbarhet.



Madeleine Kanderud lär sig göra tekniken mer begriplig för oss.

FOTO: JOHAN FRÄMST

–Tekniker stoppar ofta in en massa funktioner i produkterna utan att veta hur de kan användas, sådant kan kognitionsvetare lösa. Inom kärnkraftsindustrin och i flygplansmiljö kan den här kunskapen bland annat öka säkerheten.

Skövde är en liten och mysig stad där man lär känna de flesta studenterna, tycker Madeleine. Hon är ursprungligen från Stenungsund men bor nu i en studentlägenhet i Skövde. Hon går ofta på de aktiviteter

som kåren anordnar, pub på onsdagar och disko på lördagar.

HANNA NORDIN
hanna.nordin@dn.se

FRAMTIDSUTSIKTER:

–Möjligheterna att få jobb är ganska goda. Allt fler företag visar intresse för den här kunskapen. Mikael Wendelius, användbarhetsarkitekt i Göteborg.

ALLA SÖKANDE KOM IN

- Hittills har alla som sökt kognitionsvetenskapliga utbildningen i Skövde kommit in.
- Spridningen mellan män och kvinnor är cirka 50–50.
- Man kan lägga till ett magisterår när man gjort klart sin kandidatexamen.
- Ingångslönen är cirka 25 000 kr.

SWEDISH STUDENTS, MOST WELCOME to HUNGARY

STUDY MEDICINE, DENTISTRY,
PHARMACY VETERINARY PSYCHOLOGY.
Full DEGREE PROGRAMS in ENGLISH. EU-DIPLOMA!!!

SEMELWEIS MEDICAL UNIVERSITY BUDAPEST
MEDICAL UNIVERSITY PÉCS,
MEDICAL UNIVERSITY SZEGED,
St. ISTVÁN VETERINARY UNIVERSITY BUDAPEST
PSYCHOLOGY FACULTY ELTE BUDAPEST

FIRST ENTRANCE EXAM in STOCKHOLM, MARCH 25th,

For further info, please CONTACT:

Károly ZIMBORÁS, REPRESENTATIVE for SWEDEN

e-mail: karoly.zimboras@tetalap.hu

phone: + 36 1 214 77 14 or + 36 1 225 04 37, Fax: + 36 1 214 77 12

VISIT our WEB SIDE: www.studyhungary.

Most welcome! Excellent student life! Cheap service-cheap prices!

15 000 studenter • 40 program • 500 kurser • Många distansutbildningar • Bostadsgaranti

Är du intresserad av design, kommunikation eller medier?

Mittuniversitetet erbjuder följande populära utbildningar för dig som vill jobba med design, kommunikation eller inom mediebranschen.

Design

- **Grafisk design och kommunikation, 120 p**
Campus Sundsvall
- **Webbdesign, 120 p**
Campus Sundsvall
- **Kandidatutbildning i industridesign, 120 p**
Campus Sundsvall

Kommunikation och medier

- **Informations- och PR-programmet, 120 p**
Campus Sundsvall
- **Journalistprogrammet, 120 p**
Campus Sundsvall
- **Bildjournalistik, 120 p**
Campus Sundsvall
- **Påbyggnadskurs i journalistik för akademiker, 40 p**
Campus Sundsvall

Läs mer om Mittuniversitetets utbildningar på www.miun.se
Beställ vår utbildningskatalog på webben eller ring 020-97 50 00.

**Sista ansökningsdag till höstens
utbildningar är 15 april.**



Mittuniversitetet
MID SWEDEN UNIVERSITY

Härnösand • Sundsvall • Örnsköldsvik • Östersund

Bioteknologi- programmet

– biologi och mark

160 poäng
Studieort: Uppsala



Universitetet som utbildar
och forskar för livet

Se livet i detalj

Hur hänger allt ihop?

Var med och lägg livets pussel. Molekylärbiologiska tekniker har blivit viktiga redskap inom många områden. Utvecklingen av dessa ökar förståelsen för sammanhangen i naturen. Förbättrade jordbruksgrödor och nya läkemedel är några exempel.

Aktuell information om våra utbildningar finns alltid på www.slu.se

Sikta mot stjärnorna

RYMDTEKNIK Det låter oerhört spejsat. Men för studenten Frida Holmberg är det högst normal vardag.

– **MÅNGA BRUKAR** faktiskt fråga om jag ska bli astronaut. Ibland svarar jag ja för det är lättast, säger Frida Holmberg som kommer från Växjö.

Astronaut blir hon inte efter sina fyra och ett halvt år på civilingenjörsprogrammet med inriktning rymdteknik. Däremot kan hon söka jobb hos allt ifrån rymdindustrin till SMHI.

– Nu under mitt sista år inriktar jag mig på atmosfärfysik och fjärranalys. I framtiden vill jag arbeta med miljöobservationer från rymden, säger Frida Holmberg och fortsätter:

– Det kan handla om allt från att observera

klimatförändringar, orkaner, översvämningar eller hur växthuseffekten påverkar isens smältning på Nord- och Sydpolen.

De tre första åren läste Frida i Luleå, men under det fjärde året är det Kiruna som är studieort.

– Just att vi är i Kiruna ger oss en unik möjlighet att komma i kontakt med många av dem som jobbar med rymdteknik i Sverige. Flera är dessutom våra lärare, säger Frida Holmberg.

Både Umeå universitet och Luleå tekniska universitet har olika utbildningar med rymden som inriktning. I Kiruna har de båda universiteterna en gemensam institution där man även bedriver ett masterprogram och har sommarkurser som lockar studenter från hela världen.

– Vi är inte så många studenter så kontakten mellan oss och med lärarna är jättebra, säger Frida Holmberg.

RYMDTEKNIK

- Både Luleå tekniska universitet och Tekniska högskolan vid Umeå universitet har "rymdutbildningar" där hela eller delar av studietiden är förlagd till Kiruna.
- Luleå tekniska universitet har en civilingenjörsutbildning i rymdteknik där sista året läses i Kiruna. Luleå tekniska universitet har också ett internationellt magisterprogram, Erasmus mundus, med studenter från hela världen.
- Umeå universitet har ett magisterprogram i Kiruna.
- Av studenterna är cirka 75 procent män och 25 procent kvinnor.

DE TRE FÖRSTA ÅREN är väldigt teoretiska, berättar hon, men under det fjärde året lägger studenterna ner mycket tid på laborationer. Egna initiativ uppmuntras.

Frida trivs jättebra i Kiruna. Hon älskar vintern och passar på att åka skidor så ofta hon kan. Sofia Gunberg från Dingle, norr om Göteborg, trivs också i Sveriges nordligaste stad.

– Det är inte så mycket studentliv kanske, men vi har en studentförening som har hand om vår studentpub nere på stan. Och så umgås vi studenter förstås, säger Sofia Gunberg och fortsätter:

– Första året jag bodde här hade jag lite hemlängtan, men det var nog mest för att jag



Med rymdteknik i bagaget kommer Frida Holmberg att ha hela världen som sitt arbetsfält.

FOTO: KENNETH PAULSSON

aldrig tidigare bött hemifrån. Avståndet till Kiruna skrämde lite. Hade jag åkt 160 mil söderut i stället, hade jag hamnat i Italien.

Sofia Gunberg läser till högskoleingenjör i rymdteknik vid Umeå universitet. Hon lär sig bland annat hur satelliter konstrueras och byggs och om deras kommunikationssystem.

"Rymdstudenterna" har världen som arbetsmarknad – bokstavligen talat. Nasa och ESA är fullt möjliga arbetsgivare. Men många blir

också kvar i Sverige, bland annat på Esrange som ligger några mil från Kiruna.

ANNIKA RYDMAN
annika.rydman@vindeln.se

FRAMTIDSUTSIKTER:

– Elektronikutbildningen ger studenterna bra förutsättningar att få arbete, trots svackan i europeisk rymdverksamhet. Olle Norberg, chef på Esrange.



MEDIE
PRODUKTION

Kvalificerad Yrkesutbildning
i Örnsköldsvik

Tel. 0660 - 105 60
info@medieproducent.se

Medieproducent

- en bred basutbildning för
framtidens medievärld

www.medieproducent.se

Ansökan senast 15 maj - Start 4 september -06



TURISM
AKADEMIEN

Kvalificerad Yrkesutbildning
i Örnsköldsvik

Tel. 0660 - 105 60
info@tourism-academy.com

Turismentreprenör

- med spännande
internationell inriktning

www.tourism-academy.com

Ansökan senast 15 maj - Start 4 september -06



MUSIK
MAKARNA

Kvalificerad Yrkesutbildning
i Örnsköldsvik

Tel. 0660 - 105 60
info@musikmakarna.se

Musikmakare

- en unik utbildning för
låtskrivare och musikskapare

www.musikmakarna.se

Ansökan senast 15 maj - Start 4 september -06

UTBILDNINGAR PÅ KULTURVÅRD

Senaste ansökan 15 april*

Bebyggelseantikvarie

Bebyggelseutvecklingen i ett brett historiskt och kulturellt perspektiv.

Konservator

Bevarar och analyserar kulturhistoriska föremål, samlingar och miljöer.

Bygghantverk

Byggnadsvård, restaurering och småskalig nybyggnation.

Trädgårdshantverk

Gestaltning, odling och skötsel av park & trädgård.



GÖTEBORGS UNIVERSITET
Naturvetenskapliga fakulteten

* Gäller ej Trädgårdshantverk

Institutionen för kulturvård, Göteborg: tel 031-773 47 00. Mariestad (Dacapo hantverksskola): tel 0501-75 57 80
e-post: svl@icug.gu.se www.conservation.gu.se

Lantmästarprogrammet

80 poäng
Studieort: Alnarp



Universitetet som utbildar och forskar för livet

Bli jordbrukets problemlösare

Vill du utbilda dig till en ledande befattning inom jordbrukets biologiska, tekniska och ekonomiska områden?

Lantmästarprogrammet ger dig rätt kunskaper, en universitetsutbildning som kombinerar praktik och teori inom flera områden.

Aktuell information om våra utbildningar finns alltid på www.slu.se





TEKNAT
TEKNIK OCH NATURVETENSKAP



Civilingenjör

Datavetare

Högskoleingenjör

Naturvetare



www.teknat.uu.se/utbildning

MÄNNISKANS FYSIOLOGI, 20 p

En avancerad fristående 20-veckors universitetskurs om människokroppens funktioner ges vid Karolinska Institutet under ht 2006.

Kursen syftar till att ge en god förståelse om hur kroppens vävnader och organ normalt fungerar och samverkar. Kunskaperna kan sedan användas inom exempelvis vidareutbildning, forskning, sjukvård och näringsliv. Kursen är även mycket lämplig för dig som doktorerar inom biomedicin men saknar medicinsk bakgrund.

Kursstart: 28 augusti 2006

Övrigt: Heltid, kostnadsfri och berättigar till studiemedel

Innehåll: Nervsystemet; Hjärta; Cirkulation; Andning; Matmältning; Dyk-, rymd- och flygfysiologi; Temperatur-reglering; Muskel-, arbets- och träningsfysiologi; Njurar samt Hormonsystemet

http://courses.ki.se/fristaende_kurser/allmanna_kurser/QFYA01/startside

För ansökningsblanketter/information:
0346 853 92 eller 08 524 864 60



Sista ansökningsdag 15 april 2006

15 000 studenter • 40 program • 500 kurser • Många distansutbildningar • Bostadsgaranti

Studera på distans? Mycket att välja på!

Mittuniversitetet erbjuder ett stort antal kurser och program på distans. Vi är i dag bland de främsta både när det gäller upplägg av, och kvalitet på, distansutbildningar.

Upplägget på distansutbildningarna kan variera med träffar på campus eller lärcentra eller träffar via informations- och kommunikationsteknik. Träffarna kan även variera i längd från någon enstaka dag till hela samlingsveckor och vara obligatoriska eller ej. Det finns också utbildningar utan fysiska samlingsstillfällen. Mellan träffarna har du kontakt med lärarna, kurskamraterna samt universitetsbiblioteket via e-post, diskussionsforum, chatt med mera. En förutsättning för att delta i distansutbildningar är därför att du har tillgång till dator med Internet – hemma eller exempelvis på ett lärcentra.

Information om hur distansutbildningarna är upplagda och var träffarna är lokaliserade hittar du i respektive program- och kursbeskrivning i vår utbildningskatalog eller på www.miun.se

Läs mer om våra distansutbildningar och om vårt stora utbud av andra program och kurser på www.miun.se

Beställ vår utbildningskatalog på webben eller ring 020-97 50 00.

Sista ansökningsdag till höstens utbildningar är 15 april.



Härnösand • Sundsvall • Örnsköldsvik • Östersund

Civilingenjörsprogrammet

– energisystem
– miljö- och vattenteknik

180 poäng
Studieort: Alnarp



Universitetet som utbildar
och forskar för livet

Sol, vind och vatten – vad säger naturen?

Samhällets energiförsörjning är en allt hetare fråga, liksom hur vi ska tackla miljö- och vattentekniska problem. SLU, i samarbete med Uppsala universitet, erbjuder två attraktiva civilingenjörsprogram som ger dig unik kompetens att hitta lösningarna.

Aktuell information om våra utbildningar finns alltid på www.slu.se

Nyfiken på Människan i Världen?

läs socialantropologi vid Stockholms universitet!

socialantropologer arbetar inom områden som:
internationell verksamhet
medier
mångfalds- och integrationsfrågor
undervisning
undersökande verksamhet

www.socant.su.se
socant@socant.su.se
sista ansökningsdag: 15 april
tfn: 08-16 33 77, tfnbd: mån-to 14.00- 15.00
Socialantropologiska institutionen, Stockholms universitet

PASSENGER TICKET AND BAGGAGE CHECK		PASSENGER COUPON	
OPATBZ	DESTINATION VIA	The World JKPG International Business School NEW YORK MELBOURNE LONDON NEW DEHLI FRANKFURT	
	BUSINESS CLASS	<input checked="" type="checkbox"/> X	TOURIST CLASS <input type="checkbox"/> JKP06 JIBS
	PROGRAM	The BBA programme The BBI programme The International Economics and Policy programme The Commercial Law programme (for Swedish students only)	ECTS POINTS 210 180 210 270/300
	DEPARTURE ARRIVAL	2006-08-21 08.30 JKPG 2009/2010 JKPG	2006-08-21 08.30 2009/2010
	GL HF 78 65 22	PCB CH07 UNCH HW7 POS CKWY LANCHWT	
	MEANS OF TRANSPORTATION	Entrepreneurship, Business Renewal Innovation Creativity Analysis	
	GLHF13370004587		GLHF13370004587



Internationella Handelshögskolan

– TAR DIG UT I VÄRLDEN

Vill du ha en gedigen och yrkesinriktad akademisk utbildning som gör dig gångbar även internationellt? Vill du studera utomlands vid ett eller två av våra mer än 200 partneruniversitet över hela världen upp till ett år? Gå in på www.ihh.hj.se, läs mer och begrund. Välkommen till oss!

www.ihh.hj.se

26 ord

Akademisk kvart

En gammal tradition som innebär att föreläsningen börjar en kvart efter utsatt tid. Förekommer inte vid alla universitet.

Alumn

Före detta student, ofta medlem i förening för tidigare studenter vid en utbildning.

Basår

Basår är ett förberedande högskoleår. Du läser in vissa gymnasieämnen för att bli behörig till högskolestudier. Räknas inte som högskoleutbildning.

Campus

Många högskolor har sina institutioner inom ett begränsat geografiskt område. Detta kallas ofta campus.

Collegear

Är en kombination av gymnasie- och universitetsstudier. Kan ses som ett introduktionsår till universitetet.

Disputation

När en doktorand lägger fram, får kritik och försvarar sin doktorsavhandling.

Doktorand

Forskarstuderande som siktar mot doktorsexamen.

Dugga

En deltentamen, ofta under kursens gång. Klarar du den får du tillgodoräkna dig poäng på tentan.

Fadder

Student som har läst något år vid universitetet och hjälper nykomlingar med praktiska saker.

Filosofie kandidatexamen (fil kand)

Fil kand får du om tar minst 120 poäng (tre år), varav 60 poäng inom ett ämne. Det blir ditt huvudämne, inom vilket du har skrivit en c-uppsats på minst 10 poäng.

Högskola

Studier vid högskola ger akademisk grundexamen. Högskolorna har inte rätt att utfärda doktorsexamen.

Jubeldoktor

Hederstitel för en (oftast manlig) person som tog sin doktorsexamen för minst 50 år sedan.

Kursare

Kurskamrat.

Kårleg

Studenter måste enligt lag tillhöra en studentkår. Ger ett kårleg, som krävs för att få skriva tentamen och komma in på kår- och nationsfester.

Magisterexamen

Den som har en fil kand kan välja att läsa ytterligare minst ett år. Antingen tar man examen med ämnesdjup (80 poäng inom ett ämne), eller med ämnesbredd, vilket innebär 40 poäng med viss inriktning.

Munta

Muntlig tentamen.

Nollning

Initieringsrit till studierna, främst till program. Äldre studenter hittar på

mer eller mindre roliga uppdrag åt de nya studenterna (nollorna).

Overaller

Overall av arbetarmodell bärs främst av studenter vid program, till exempel teknologer, på fester och vid nollning. Overallen är ofta nerlusad av märken från olika studentkårer och fester.

Poäng

Högskolestudiernas omfattning anges i poäng. En poäng motsvarar en veckas heltidsstudier. 40 poäng motsvarar ett läsår.

Seminarium

Undervisning i gruppform, där en fråga diskuteras utifrån kurslitteraturen. Här märks det om man inte har läst kursböckerna.

Släpp

Innebär att du kan hoppa över middagen (sittningen) på en fest vid kår eller nation och i stället köpa biljetter till efterfesten. Ofta ingår pyttipanna eller korv i priset för släppbiljetten.

Spex

När studenter spelar teater kallas det ibland för spex.

Termin

Läsåret är uppdelat i två terminer. Höstterminen börjar omkring den 1 september och slutar vid 20 januari. Vårterminen börjar strax efter och pågår till början av juni.

Universitet

Har rätt att utfärda doktorsexamen. Får i regel mer statliga forskningsanslag än högskolor.

Yrkesteknisk utbildning

För dig som har minst fyra års yrkeserfarenhet från ett visst område.

Överläggare

Person som studerat mycket länge utan att någonsin ta en examen.



datum

15 mars

Sista anmälningsdag för dig som vill läsa en kort kurs redan under sommaren. Antagningen sköts oftast lokalt. I mitten av mars kan du också börja anmäla dig till högskoloutbildningar. Verket för högskoleservice, VHS, sköter antagningen till de flesta programmen. Stockholms universitet hör till undantagen. Du kan söka

via sajten www.studera.nu där du hittar alla program, eller skicka in din ansökan per post. Universitetet och högskolorna sköter däremot själva antagningen till fristående kurser.

15 april

Sista anmälningsdatum till högskolor och universitet. Men VHS godtar anmälningar som kommer in den 18 april, eftersom den 15 är en lördag.

15 juni

Senast den 15 juni ska du ha kompletterat din ansökan med betyg och andra meriter. Skickas till VHS.

13-18 juli

Antagningsbeskeden skickas till de sökande. Du får veta om du är antagen, reserv eller struken. Antagningsbeskedet är gemensamt för alla ansökningar du gjort, oavsett om du sökt genom VHS eller genom universitet/högskola.



nyheter

En av höstens många nya kurser är den treåriga utbildningen till kaospilot i Malmö. Här är ett axplock av övriga nyheter. Läs mer på högskolornas hemsidor.

Event manager (80p, Borås)
Butikschefsprogram, inriktning textil och mode (80 p, Borås)
Industriell utveckling och ledar-

skap (120p, Borlänge)
Interaktiv ljuddesign (120p, Hässelholm)
Designvetenskap (10p, Uppsala)
Civilingenjörsutbildning i biofiberteknik, (180p, Sundsvall)
Podiatriprogrammet (medicinsk fotvård, 120p, Karolinska institutet)
Natur, hälsa och trädgård (40p, SLU i Alnarp)
Golfbane- och grönyteförvaltning 40p, SLU i Uppsala)
Ekosystemteknik (120p, LTH i Lund)
Int. programmet för politik och ekonomi (120p, Uddevalla)
Psykologprogrammet med inriktning mot idrott (200p, Umeå)
Kulturanalysprogram (160p, Umeå)
Spa-program (80p, Umeå)
Grafisk design och kommunikation (120p, Norrköping)
Musik- och ljudsättningsingenjör (120p, Karlstad)



Karolinska
Institutet



Forskning inom biovetenskap?

Sök till Stockholms Biovetenskapliga Forskarskola läsåret 05/06!

Stockholms Biovetenskapliga Forskarskola drivs i samarbete mellan KI, SU och KTH.

Forskarskolan utgör ett överbyggande år (40 poäng) mellan grundutbildning och forskarutbildning och riktar sig till universitetsstuderande med utbildning som anknyter till det biovetenskapliga området

Behörighetskrav: Minimum 100 p från relevant högskoleutbildning. Sökanden får inte ha genomgått eller vara antagen till forskarutbildning.

Ansökan skickas till **Stockholms Biovetenskapliga Forskarskola**, Karolinska Institutet, MTC, Box 280, 171 77 Stockholm.

Sista ansökningsdag **15 april 2006**. Ansökningsblanketter och information, se www.fosko.ki.se

Naturvetenskapligt basår

Omfattning: Ett läsår
(40 veckor)
Studieort: Skara,
Katedralskolan



Universitetet som utbildar
och forskar för livet

Skaffa dig behörighet

Godkänt basår ger dig både behörighet och garanterad plats på Mat & Teknologiprogrammet i Skara efterföljande hösttermin. Det ger dig som t ex läser samhällsvetenskapligt program möjlighet att komplettera din behörighet med Ma D, Fy A, Ke A och Bi A. Förekunskapskrav för basåret är förutom grundläggande behörighet; Ma C, Sv B/Sv 2B och En A.

Aktuell information om våra utbildningar finns alltid på www.slu.se



MÅLERI, SKULPTUR, FOTOGRAFI,
DESIGN, & ILLUSTRATION ...

Hos oss får du en grundläggande konstnärlig utbildning. En bra start om du är intresserad av grafik, måleri, design, skulptur eller illustration.

Ring 08-789 43 40 så berättar vi mer.

www.konstskolan.se



Landskapsarkitektprogrammet

200 poäng
Studieort: Uppsala



Universitetet som utbildar
och forskar för livet

Designa din omvärld

Var med och forma en miljö som svarar mot människors önskan om rekreation, livskvalitet och upplevelser. Landskapsarkitektprogrammet ger dig kunskap om landskap och samhälle för arbete med planering och gestaltning av miljöer i staden och på landet.

Aktuell information om våra utbildningar finns alltid på www.slu.se



