

PLUGGA UTOMLANDS!

För dig som vill bli en trygg och empatisk socialarbetare som kan tänka "utanför boxen" samtidigt som du får en oförglömlig upplevelse!



Vad kan du få ut av att göra VFU utomlands?

- ▶ En livsomvälvande upplevelse och erfarenhet
- ▶ Nya begrepp/dimensioner av praktiskt socialt arbete
- ▶ Kritiska, antirasistiska och globala perspektiv
- ▶ Ökad tolerans för olikhet
- ▶ Ökad förståelse för global social rättvisa
- ▶ Ökad kritisk förmåga
- ▶ Ökad kreativitet och innovativitet
- ▶ Ökad flexibilitet och större empatisk förmåga

Ex. på frågor som väcks:

- Vilket mål ska vi egentligen ha med socialt arbete (ex harm reduction VS förändring)?
- Vilken betydelse har samhällssystem och kulturell kontext för det sociala arbetet?
- Hur ser en på barn, psykiskt sjuka - människan som subjekt/individ kontra objekt/del i kollektivet?
- *Vem är jag* egentligen? (ex hantera skuld känslor pga privilegier, att vara "den andre")?

Utmaningar

- ▶ Att hantera språksvårigheter.
- ▶ Att hantera kulturella skillnader i värderingar..
- ▶ Att ifrågasätta sig själv och sin egen position.
- ▶ Att hantera skillnader i hur socialt arbete utförs.
- ▶ Hemlängtan
- ▶ Att hantera hemkomsten.

MEN - det är genom utmaningar som du utvecklas!



*Men kommer jag att få jobb hemma sedan?
Kommer jag inte missa saker jag skulle ha
lärt mig på VFU i Sverige?*

- ▶ Att ha studerat utomlands tyder på nyfikenhet, mod, initiativförmåga, flexibilitet
- ▶ Utlandsstudier ger ett *mervärde* i ditt lärande - du blir mer *bildad* vilket möjliggör en annan slags professionsutövning i framtiden.
- ▶ Erfarenhet av svenskt socialt arbete kan du få ändå under studietiden genom ex. sommarjobb eller volontärarbete (så du missar inget oersättligt genom att göra VFU utomlands).
- ▶ Långt ifrån alla blir erbjudna jobb på sin studieplats i Sverige.

Viktigt att tänka på

Om du funderar på att åka utomlands, tänk igenom:

- Kan en utlandsplacering **erbjuda det jag vill ha ut av kursen?**
- Hur väl kan jag klara de eventuella **fysiska och psykiska påfrestningarna?**
- Hur ser mina **ekonomiska förutsättningar** ut? Räkna med att utlands-VFU kostar en del pengar.

Informera dig så mycket som möjligt om den tilltänkta studieplatsen.

Ansvarsfördelning:

- Den akademiska kvaliteten - Örebro universitet
- Ekonomiska och praktiska angelägenheter, hälsa och säkerhet - Du själv

Kom ihåg att i utlandet är du ambassadör för Sverige och för Oru!

Sweden-India Project (Swindia)

Innehåll:

Mycket bred insyn i socialt arbete på framför allt samhälls- och gruppnivå och med olika målgrupper, i stad, på landsbygd och med ursprungsbefolkning.

Ex på teman: trafficking och prostitution, missbruk, psykisk ohälsa, kvinnors rättigheter, community development

Upplägg:

Olika teman behandlas genom: fältstudier - deltagande observation/interaktion med praktiker och brukare, föreläsningar/seminarier, skriftliga reflektion

Dessutom

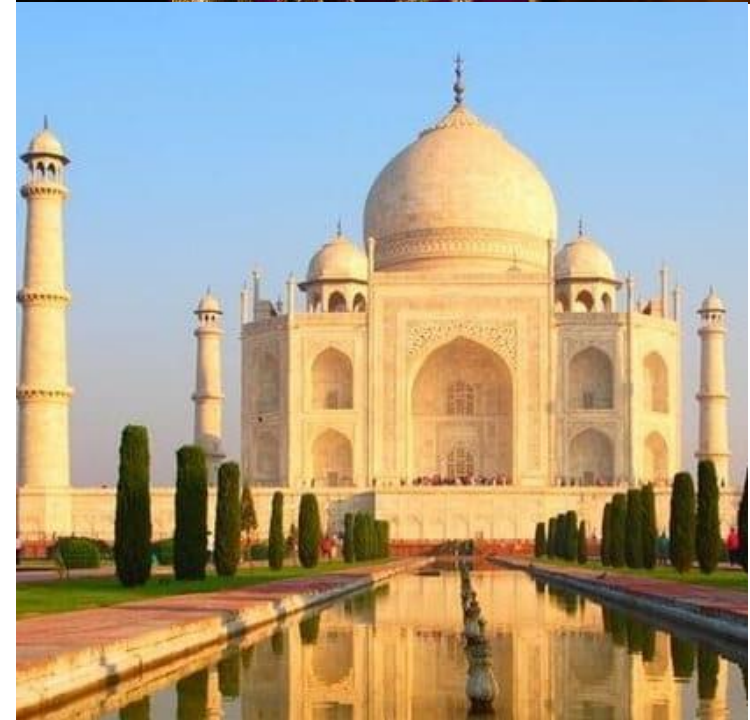
Kulturella aktiviteter.

Grupprocesser

Handledare/samordnare Lakshmi Kumar (sedan 1997)

Obligatorisk tid i Indien 20 augusti - 5 dec 2025

Följ nuvarande Swindia-grupp på Instagram! Kontot heter "swindia_ht25"



Tanzania

Innehåll

Det sociala arbetets förutsättningar, samhällseliga och kulturella kontext studeras likväl som insatser riktade till olika målgrupper, framför allt barn, kvinnor och familjer, men även community development-insatser

Exempel på teman: empowerment, gatubarn, våld i nära relation, missbruk, social rättvisa och mänskliga rättigheter.

Upplägg

2 veckors teoretisk introduktion varvad med fältbesök.

2 perioder av placering i verksamhet med vissa egna (enkla) arbetsuppgifter. Ex: måla hönsbush, hålla i samtalsgrupp med flickor.

Varvad med fältstudier med deltagande observation/interaktion med brukare och praktiker

Handledare/samordnare Frida Marealle (svensk socionom verksam i Tanzania) + lokala handledare/socialarbetare

Obligatorisk tid i Tanzania: terminsstart – mitten av maj 2026

Följ nuvarande Tanzani-grupp på Instagram! Kontot heter "tanzania_ht25"



Indien eller Tanzania???

... spelar ingen roll?

Indien

- ▶ Bredd - men även djup
- ▶ Säkert land att befinna sig i
- ▶ Upparbetat och väl etablerat



Tanzania

- ▶ Djup - men även bredd
- ▶ Säkert land att befinna sig i
- ▶ Upparbetat och väl etablerat



Project Playground Kapstaden, Sydafrika

- ▶ Framtidstro för unga genom aktiv fritid, självkänsla och trygghet
- ▶ Målgrupp: barn och unga 3-21 år från kåkstäderna där livet präglas av fattigdom, missbruk, våld och arbetslöshet.
- ▶ Grundat av två svenskar 2010
- ▶ Gratis, utbildande och organiserad fritid, efter skoltid och på helger + hembesök. Insatser för att stärka familjer på individ, grupp och samhällsnivå
- ▶ Dagverksamhet för funktionsnedsatta och för de minsta barnen
- ▶ Studenter gör hela sin VFU i denna verksamhet
- ▶ Tid i Sydafrika: terminsstart - mitten av maj



Egen studieplats

Bara tillsammans med minst en studiekamrat

Terminsstart– mitten av maj

Krav på plats, att:

verksamheten bedriver socialt arbete

kursmålen kan uppnås

akademiskt utbildad (socialt arbete) handledare finns tillgänglig
regelbunden och kontinuerlig handledning erbjuds

Hur hittar du en plats? Ex på sökvägar:

egna kontakter, internet, lokala organisationer.

Kvalitetssäkring av plats

Informera dig noga!

Tydliggör studentrollen: du är student - inte volontär.

Camilla behöver godkänna platsen. Lämna info + kontaktuppgifter.

Kostnader (obs! ungefärliga)

Enligt studenter: CSN + merkostnadslån + lite sparade pengar
= 15-16.000/mån = lagom med pengar.

Räckte till resor på fritiden också. Hyr ut lägenheten hemma!

Swindia

Ca 40.000 Skr för hela perioden
(runt 8000 Skr/mån) Inkluderar:

boende, frukost+middag de flesta dagar, vissa resor (resekostnader för lokaltrafik tillkommer), avgift till mottagande organisationer

Runt 3-5.000/månad i fickpengar

Flyg 7-9000 Skr ToR

Visum: ca 1000Skr

OBS! Se detaljerad info på Oru:s hemsida

Tanzania

Runt 35.000 för hela perioden
(5000-7000 Skr/mån) varav:

Programavgift: runt 500 USD
Skr/månad & person (inkl. boende m. frukost, nattvakt, städning, resor kopplade till VFU, hjälp och stöd med olika praktiska saker)

Övriga levnadsomkostnader (lunch, middag o lokaltrafik):
3000 Kr/mån).

Flyg 8-10.000kr ToR

Visum: 150 USD

OBS! Se detaljerad info på Oru:s hemsida

Sydafrika

Boende (i dyrt område) 8000 Skr/person och månad? Billigare om man kan dela.

Dagliga resor till och från studieplatsen: 60-80 Skr enkel resa (men ibland bara 44 Skr)

Flyg 6-8.000 Skr ToR

Kostnader för visum: runt 1600 Skr

Egen plats

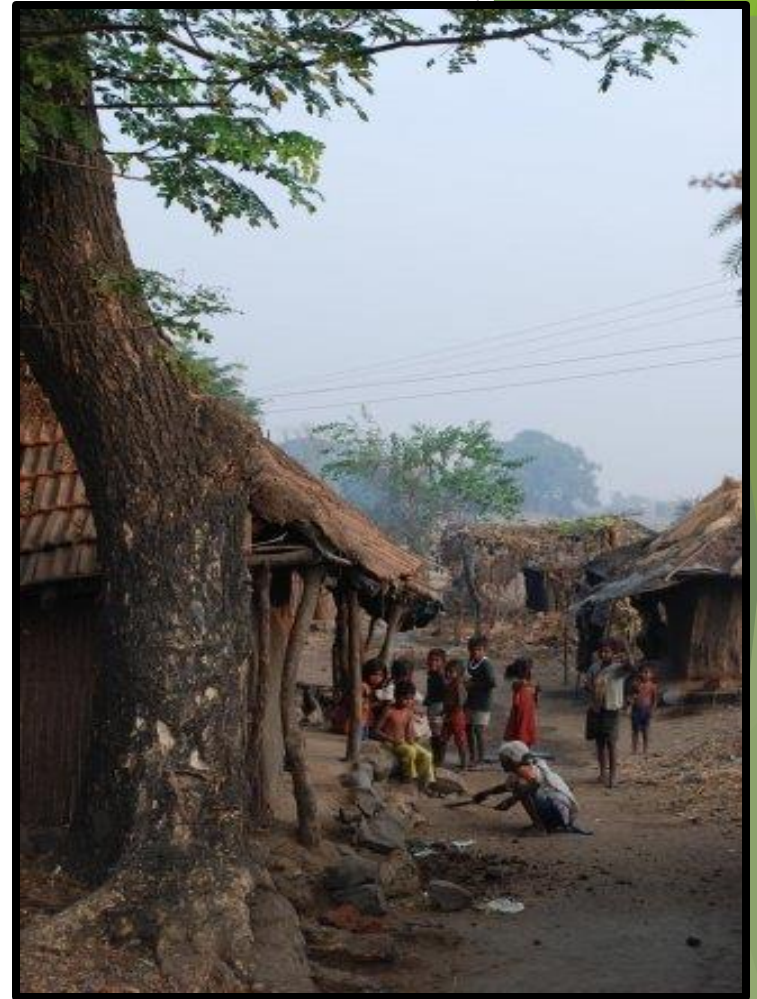
Beror på land, stad osv

ERASMUS praktikstipendium (inom Europa)

Tillkommer: visum, ev. vaccinationer, nöjen, fickpengar

Praktiska frågor

- ▶ Förkunskaper? (inga)
- ▶ Behörighet? (samma som för VFU i Sv)
- ▶ Förberedelser sker i december
- ▶ Vaccinationer, visum
- ▶ Boende (ordnat i Indien/Tanzania)
- ▶ Försäkring (gratis, heltäckande)
- ▶ CSN (beviljas i vanlig ordning).
Obs! Sök för två terminer!



Anmälan/ansökan internationell VFU

- Intresseanmälan på särskild blankett
(rangordna val mellan Swindia - Tanzania)
Ingen fundering EFTER ansökn deadline. Söker
du båda ska du vara säker på båda. Får du nr 2 får du
ta det.

Bifoga personligt brev Swindia/Tanzania

Bifoga ansökningsblankett till Sydafrika

Obs! Anmälan till Swindia/Tanzania
är "bindande".

- senast 3 oktober till
vfu.socionomprogrammet@oru.se



Vill du veta mer?

- ❖ Se hemsidan <https://www.oru.se/institutioner/beteende-social-och-rattsvetenskap/kontakt-och-presentation/amnenenheter/socialt-arbete/vfu-inom-socialt-arbete/vfu-for-socionomprogrammet/information-for-studenter/vfu-utomlands/>
- ❖ Se hemsida www.swedenindia.org
- ❖ Se hemsida <https://www.project-playground.org/sydafrika>
- ❖ Instagram: “tanzania_ht25”, ”swindia_ht25”
- ❖ Maila Camilla:
camilla.fridstrom@oru.se
- ❖ Maila tidigare utlands-studenter! Fråga Camilla efter mailadresser.
- ❖ Maila Lakshmi i Indien:
lakshmikumar62@gmail.com

Tack för att ni har lyssnat!

