

LIVSLÅNGT LÄRANDE PÅ DISTANS

## Man lever så länge man lär...

Den danske författaren Soya formulerade ett och annat visdomsord under sin levnad. Hans visdomsord står sig gott än idag – de tål till och med att lekas med!

Idag är det kompetensutveckling och livslångt lärande som gäller.

Numera ses högskolestudier inte bara som en möjlighet – för de allra flesta är studierna en självklarhet!

Efter Kunskapslyftet vill många veta ännu mera...

Då är det dags att ta steget till högskola och universitet – till distansutbildningen.

Tack vare datorn – och tack vare nätet – kan ditt eget hem t o m bli ditt eget universitet!

Man skulle nästan kunna tro att Soya talade om distansutbildning när han konstaterade: Man lär så länge man lever.

Luleå tekniska universitet  
Umeå universitet  
Mitthögskolan  
Högskolan i Gävle

Arbetet  
Utbildning

Livets

Arne Larsson 98

## Alltid i främsta rummet

Du som läser på distans sitter inte så ofta i lektionssalen – däremot sitter du alltid i främsta rummet när distansutbildningen formas.

Då är det dina kunskapsbehov och din lärandemiljö som står i fokus.

Förutom den traditionella distansutbildningen med regelbundna sammankomster finns det också distansutbildning som ges via nätet!

Vilken distansutbildning du än väljer, kommer modern teknik att underlätta dina studier.

### OLIKA UTBILDNINGSFORMER:

- en eller flera träffar **på universitetet eller högskolan**
- träffar **på annan ort**, t ex vid lokala lärcenter eller studiecenter.
- **inga träffar** – undervisningen ges istället med stöd av IT.

Distansformerna kombinerar ofta på olika sätt.

I kursbeskrivningen ser du hur din kurs är uppbyggd. Där anges i regel också studieorter och tidpunkter för alla sammankomster.

## Modern utbildning och teknik

En del kurser kan du följa på Internet, andra använder sig av datorkonferenssystem.

Telebild är ett annat exempel – det används när avståndet till studieorten är långt.

Kommunernas studiecenter har den utrustning som utbildningen kräver. Dit kan du gå om du inte har egen dator eller om du behöver hjälp med tekniken.



## Sammankomster

Eftersom gemensamma studier brukar ge bra resultat, hjälper vi till med att bilda studiegrupper – på studiecentrum, på jobbet, på nätet.

Distanskurser brukar också ha minst en samling på studieorten eller på hemortens studiecentrum.

Det är då du lär känna dina studiekamrater.

## Välj bland kurser och program

Distansutbudet handlar ofta om kortare eller längre kurser – men det går även att välja hela utbildningsprogram.

Kurserna brukar vara anpassade för deltidsstudier, det rör sig om 5-10 poäng per termin.

De flesta kurserna startar i september och januari.

Exakta tidpunkter anges i kursbeskrivningarna.

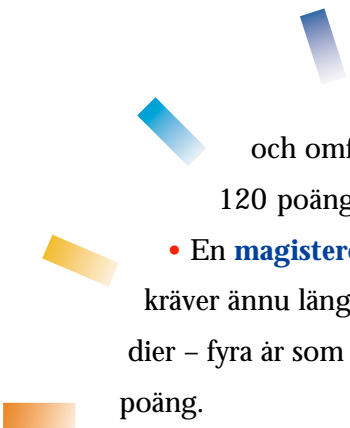
Högskolornas och universitetens tryckta kataloger informerar också om distansutbudet – det gör även de kursdatabaser som finns på Internet. En distanskurs är naturligtvis likvärdig med motsvarande kurs på högskoleorten.

## Examensmöjligheter

Idag är det inte så många distansutbildningar som leder ända fram till en examen.

Men visst kan du välja en studieväg som leder till en examen:

- En **högskoleexamen** på 80 poäng omfattar två års heltidsstudier.
- En **kandidatexamen** sträcker sig över tre studieår



och omfattar  
120 poäng.

- En **magisterexamen** kräver ännu längre studier – fyra år som ger 160 poäng.
- Även en **yrkesexamen** kan läsas på distans.

Mera information om examina finns på universitetens och högskolornas hemsidor samt i de tryckta kurskatalogerna.

Studievägledarna vet också vad som gäller.

## Behöriga att studera

Det krävs alltid vissa grundläggande kunskaper – så kallad **grundläggande behörighet** – för att du ska vara behörig till högskoleutbildning.

För vissa utbildningar ställs även krav på särskilda förkunskaper – **särskild behörighet**.

För att bli antagen måste både de grundläggande och de särskilda behörighetsvillkoren vara uppfyllda.

Kurskatalogerna och kursdatabaserna berättar om vad som krävs.

Om du är osäker på vad som gäller för dig bör du givetvis kontakta en studievägledare.

## Många äro kallade...

Vissa utbildningar är populärare än andra. Om en utbildning får fler sökande än det finns studieplatser, genomförs ett urval.

I kurskataloger och kursdatabaser kan du läsa mer om vilka urvalsregler som gäller vid respektive högskola. Du kan också få den information som behövs genom att kontakta en studievägledare.

## Så här söker man

Kurskatalogerna och kursdatabaserna beskriver hur en högskoleansökan går till.

Ansökningshandlingarna får du från det universitet eller den högskola du söker till.

Ansökningstiderna är – med några få undantag – den 15 april och den 15 oktober.

## CSN ger sitt stöd

För att få studiemedel från Centrala Studiestödsnämnden, CSN, måste du minst studera på halvtid, alltså 10 poäng per termin. Du får ha viss inkomst samtidigt som du får studiemedel – men har du fyllt 45 år kan du endast få studiemedel om det finns särskilda skäl.

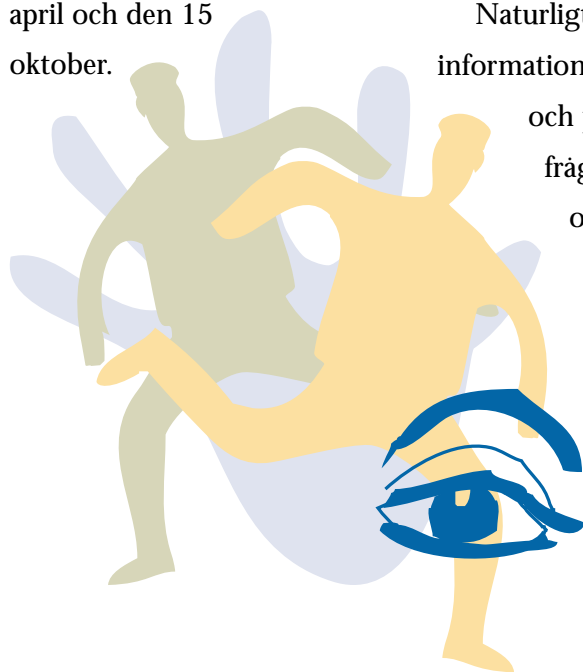
Aktuella regler, fribelopp m.m. anges i kurskataloger och kursdatabaser.

## Studievägledning

Om du har frågor och funderingar, kontakta någon av våra studievägledare.

De hjälper dej att bolla idéer, klargöra dina tankar och önskemål, vidga dina perspektiv och studieplanera för uppsatta mål.

Naturligtvis får du också information om aktuella kurser och program, svar på frågor om behörighet och urval, hjälp med värdering av tidigare studier, i Sverige eller utomlands – och mycket annat.



## Högskolor i samverkan

Universiteten och högskolorna i Norrland har länge samverkat inom distansutbildningen.

De ingår också i KHIS – Kommuner och Högskolor i samverkan.

Det är en samarbetsorganisation för de högskolor och studiecenter som finns i vår del av landet.

Högskolorna i norr samarbetar också med andra universitet och högskolor:

- Nationella Distanskonsortiet (universiteten i Lund, Växjö, Linköping, Uppsala, Umeå och KTH).
- Svenska Distanshögskolan (högskolorna i Karlskrona/Ronneby och Gävle, Örebro universitet, Mithögskolan, Luleå tekniska universitet, Utbildningsradion och TBV).

Kursutbudet från dessa konsortier finner du i kursdatabasen för respektive universitet och högskola – men också separata informationsblad och kurskataloger vid lärcenter, bibliotek, folkhögskolor, komvuxenheter, arbetsförmedlingar m fl (se även adresserna här intill).

## Studiecenter i kommunerna

Kommunernas studiecenter fungerar som mötesplatser för studerande.

Där finns även tillgång till tekniska hjälpmedel, som t ex Internet-anslutna datorer och telebildutrustning.

Du kan också få visst studie-stöd och service, t ex när det är dags att tenta på hemorten.

Kontakta din kommuns studiecenter och ta reda på vad de kan erbjuda.

Information finns också att hämta från KHIS hemsida: [www.khis.org](http://www.khis.org)

## Adresser & kontakter:

### Studievägledningen

#### Luleå tekniska universitet

971 87 Luleå

0920-72100

[www.luth.se](http://www.luth.se)

e-post:

[allm.studievagledn@](mailto:allm.studievagledn@adm.luth.se)

[adm.luth.se](mailto:adm.luth.se)

### Studievägledningen

#### Umeå universitet

901 87 Umeå

090-786 7499

[www.distans.umu.se](http://www.distans.umu.se)

e-post:

[studinfo@adm.umu.se](mailto:studinfo@adm.umu.se)

### Studievägledningen

#### Mithögskolan

840 73 Bispgården

871 88 Härnösand

851 70 Sundsvall

891 18 Örnsköldsvik

831 25 Östersund

060-14 84 60,

063-16 59 20

[www.mh.se](http://www.mh.se)

e-post: [info@mh.se](mailto:info@mh.se)

### Studievägledningen

#### Högskolan i Gävle

801 76 Gävle

026-648500 vx

[www.hig.se](http://www.hig.se)

e-post: [information@hig.se](mailto:information@hig.se)

