

Voorbereiding

Internationale ervaring Stage en minor Social Work

2024/2025 + 2025/2026



HOGESCHOOL
ROTTERDAM

Toekomstmakers

Inleiding

Deze folder is bedoeld voor studenten die overwegen om in het derde of vierde jaar naar het buitenland te gaan. Je vindt hier de stappen die je moet volgen en voorwaarden voor een stage of minor in het buitenland. Daarnaast vind je ook informatie over afstuderen in het buitenland, beurzen en andere belangrijke praktische zaken.

Social Work-studenten maken in het 1e en 2e jaar kennis met internationalisering tijdens de aangeboden cursussen. Na deze kennismaking biedt het 3e of 4e studiejaar uitstekende kansen om internationale ervaring op te doen. Je kunt bijvoorbeeld stage in het buitenland lopen of een semester in het buitenland studeren als onderdeel van een minor. Studenten die ervoor kiezen om in Nederland te blijven, krijgen ook internationale ervaring door middel van specifieke internationaal gerichte opdrachten.

Waarom kiezen voor een stage of minor in het buitenland?

Een periode in het buitenland biedt de kans om je horizon te verbreden, nieuwe inzichten op je vakgebied op te doen, mensen uit andere culturen te ontmoeten en te werken in een land met een andere taal. Een internationale stage of minor laat je ook zien dat, ondanks culturele verschillen, er veel overeenkomsten zijn. Het is waardevol om je ervaringen te delen en kennis uit te wisselen. Bovendien helpt het je om interculturele vaardigheden en *21st century skills*¹ te ontwikkelen. Uit Amerikaans onderzoek blijkt dat mensen die in het buitenland hebben gewoond, beter in staat zijn om creatieve oplossingen voor problemen te bedenken.

De grootste meerwaarde van een buitenlandervaring is het direct ervaren van wat er buiten de Nederlandse beroepscontext speelt:

- Het is een unieke, leerzame en waardevolle ervaring.
- Je leert een nieuwe/andere taal spreken.
- Je woont en werkt in een andere cultuur.
- Je bouwt een internationaal netwerk op.
- Het is dé kans om jezelf verder te ontwikkelen, zowel persoonlijk als professioneel.
- Je ontwikkelt je interculturele competenties.
- Het maakt je cv aantrekkelijker.

Stage in de VSR start vanaf februari (t/m juni) 2025. Stage in de voltijd 3 is van februari t/m juni 2026. De tweede helft van je stage moet in Nederland plaatsvinden.

Er zijn twee manieren om internationale praktijkervaring op te doen:

- a. In een vooraf gevormde Internationale Leerwerkgemeenschap (LWG) op een locatie, aangeboden door de opleiding.

- b. Je kunt internationale praktijkervaring opdoen op een zelfgevoonden (leer)praktijkplek, die aan het begin van het jaar wordt gekoppeld aan andere plekken binnen een Internationale Leerwerkgemeenschap (LWG Combi). In plaats van fysieke ontmoetingen, vindt de samenwerking digitaal plaats.

Stage lopen in het buitenland

Het zelf regelen van een internationale stageplek is vaak lastiger dan een plek in een LWG in Nederland. Daarom is het belangrijk om tijdig te beginnen met voorbereiden en mogelijkheden te onderzoeken. Er zijn twee internationale LWG's: Ready4Life in Zuid-Afrika en de LWG Caribisch gebied, met vacatures op Hint. Ook studenten uit voorgaande jaren kunnen inspiratie bieden voor het vinden van een internationale stageplek.

Oriëntatiefase

- In semester 1 en 3 ontvang je informatie over stage lopen en praktijkervaring opdoen in het buitenland, ter voorbereiding op jaar 3.
- Je meldt bij je PI-docent dat je naar het buitenland wilt voor je Professionele Ontwikkeling. Tijdens het gesprek bespreek je je motivatie, gebaseerd op de punten in de formulieren A en B van het aanmeldformulier voor een buitenlandstage.
- Met een zelf ingevuld formulier B vraag je een gesprek aan bij je PI-docent om je wensen en de inhoud van je internationale praktijkstap te bespreken. Je vraagt je PI-docent ook om een schriftelijk advies via formulier C en een Letter of Reference in te vullen met behulp van formulier D.

“Studeren in het buitenland stimuleert de vaardigheden, de persoonlijke ontwikkeling en het aanpassingsvermogen van mensen en maakt ze beter inzetbaar”.

- Als je weet wat je wilt en je profielkeuze duidelijk is, begin je met het zoeken naar een geschikte stageplaats. Kijk eerst naar de Internationale LWG's op Hint of laat je informeren tijdens de LWG-expo in oktober 2025. Houd je mail in de gaten voor de uitnodiging. Tijdens de expo kun je spreken met studenten die hebben deelgenomen aan de LWG Zuid-Afrika en de begeleidende docenten. Als je iets anders zoekt, vind je in hoofdstuk 4 een lijst met handige websites. Sommige studenten kiezen voor een bemiddelingsbureau, maar houd er rekening mee dat daar kosten aan verbonden zijn. Deze kosten krijg je niet terug als de stage in het buitenland niet doorgaat, en kunnen niet worden verhaald op Hogeschool Rotterdam.
- Je kunt je ook oriënteren op internationale stagemarkten die buiten de hogeschool worden georganiseerd.
- Vraag rond in je netwerk en familie of zij contacten in het buitenland hebben die je kunnen helpen.
- Bij ISO-backoffice, kun je navragen waar de huidige lichting derdejaarsstudenten een (zelf verworven) internationale stageplek hebben gevonden.

Aan het einde van je oriëntatiefase heb je drie formulieren:

B – Aanmeldformulier buitenlandstage interesse

C – Schriftelijk advies SLC'er

D – Letter of reference: ingevuld door SLC'er

Alle drie de formulieren lever in als één pdf, digitaal in een mail aan sw-praktijklijn@hr.nl onder vermelding van: aanmelding stage buitenland.

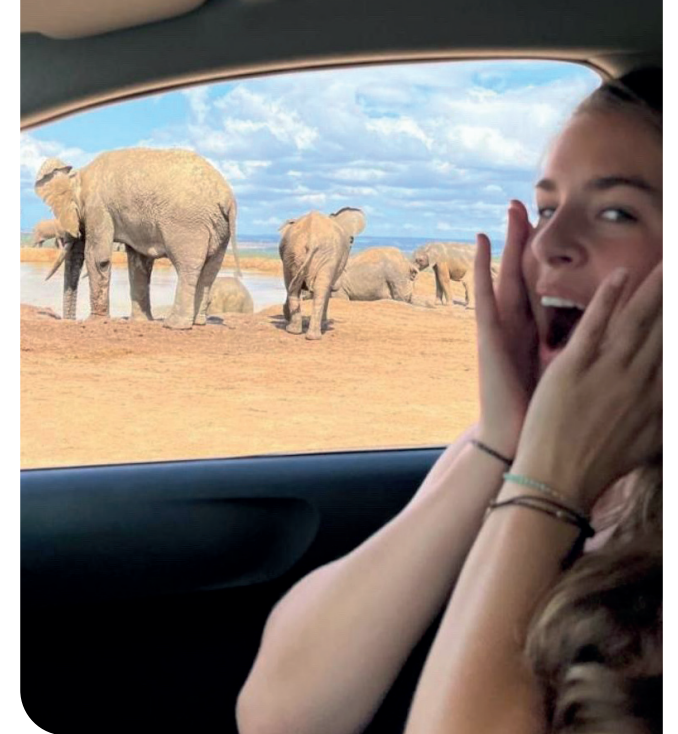
Uitvoeringsfase

Naast de bovengenoemde formulieren ben je verplicht de training 'Voorbereiding Internationale ervaring' te volgen. In deze training word je zowel inhoudelijk voor bereid (bijvoorbeeld op cultuurschok en intercultureel werken) als praktisch en logistiek ondersteund.

Er wordt een meet & greet ('Hello Goodbye') bijeenkomst georganiseerd, waarbij studenten die een buitenlandstage hebben gevolgd, in gesprek gaan met studenten die zich daarop voorbereiden. Deze uitwisseling is leerzaam en waardevol, en heeft veel studenten geholpen bij het vinden van een goede (overdracht)stageplek.

Als je voorkeur uitgaat naar één van de ISO-LWG's in het buitenland, kun je de volgende twee stappen overslaan.

- Heb je zelf een stageplek in het buitenland gevonden, dan moet je deze laten goedkeuren. De stage moet niet alleen passen bij je profiel, maar ook aansluiten bij de opleidingscompetenties en leerresultaten op niveau 3 (VSR-studenten) of het eindniveau voor reguliere tweedejaars studenten. Gebruik formulieren E en F om je internationale stageplek goed in kaart te



brengen, inclusief taken, ontwikkelingsmogelijkheden en praktijkbegeleiding.

- Heb je dit goed beschreven, dan stuur je een e-mail naar iso-internationalisering@hr.nl onder vermelding van het door jou gekozen profiel², met als onderwerp: *Goedkeuring gevraagd voor buitenlandstage*. Op basis van de door jou aangeleverde informatie in bijlage E en F wordt een beslissing genomen.

Word je voorstel afgekeurd dan ontvang je een toelichting op de beslissing en feedback om verder aan de slag te gaan. Het kan zijn dat je wordt gevraagd een afspraak te maken met een coördinator van jaar 3 om je zelfgevoonden stageplek mondeling te bespreken.

Afrondingsfase

Er volgt een individueel 'groen licht'-gesprek, waarin definitief wordt vastgesteld of aan alle voorwaarden is voldaan (zie de voorwaarden hieronder). Er wordt gecontroleerd of alle buitenlandgegevens in Osiris buitenland zijn opgenomen. Het ingevulde Overdrachtsformulier G en de definitieve goedkeuring H worden vervolgens aan jouw dossier toegevoegd.

In overleg met de coördinatoren van jaar 3 en/of de onderwijsmanager wordt er voor jou een begeleidend lwg-docent aangewezen. Vóór je vertrek vinden er gesprekken of introductiebijeenkomsten plaats. Het doel van deze bijeenkomsten is om elkaar beter te leren kennen, de begeleiding en werkwijze duidelijk door te spreken, en wederzijdse verwachtingen helder te maken. Zo kun je goed voorbereid en geïnformeerd aan je derde jaar in het buitenland beginnen. Tijdens deze bijeenkomsten worden ook praktische afspraken gemaakt over de begeleiding, het flankerend onderwijs, de supervisie, de boekenlijst en het gebruik van digitale platforms voor communicatie en werk.

¹ 21st century skills is een verzamelterm voor vaardigheden zoals creatief denken, kritisch denken, samenwerken, IC-geletterdheid, informatievaardigheden, probleem oplossen, communiceren en zelfregulering. Het zijn vaardigheden die belangrijk worden geacht in de huidige kennis- en netwerksamenleving.

Voorwaarden voor een buitenlandstage op een rij (checklist):

- Je hebt je propedeuse behaald.
- Je hebt minimaal 48 studiepunten in het tweede studiejaar behaald. Controleer dit ook zelf in OSIRIS.
- Je hebt van PI jaar twee behaald (beide cursussen) net als leren in de beroepspraktijk.
- Er is een schriftelijk onderbouwd positief advies van de Studieloopbaancoach (formulier C) ingeleverd, samen met het formulier Aanmelding Buitenlandstage Interesse (formulier B) en een Letter of Reference, ingevuld door SLC'er (formulier D).
- Je hebt deelgenomen aan de verplichte training 'Vorbereiding Internationale ervaring' (OP2 of OP4). Meld je aan via iso-internationalisering@hr.nl.
- Je beschikt in het buitenland over een computer en de mogelijkheid om via internet te communiceren met je begeleidend lwg-docent.
- Je gaat goed verzekerd naar het buitenland.
- Je hebt je buitenlandgegevens in [Osiris Buitenland](#) geplaatst.
- Je hebt overdrachtsformulier (formulier G) volledig ingevuld.
- Je hebt een ondertekende overeenkomst voor na je terugkeer uit het buitenland ingeleverd via sw-praktijklijn@hr.nl

Let op: voor de lwg Zuid-Afrika of Caribisch gebied, dient de lwg-overeenkomst ingevuld en getekend te zijn door jouzelf, je stageorganisatie en je lwg-docent.

Als het gaat om een zelf verworven internationale stageplek, dan gelden de volgende **aanvullende** voorwaarden:

- Je praktijkplek is goed beschreven via de Workplace Scan (Formulier E en F)
- Er is schriftelijke goedkeuring van de jaar 3 coördinator(en).
- Er is een korte cv van de praktijkbegeleider aangeleverd via sw-praktijklijn@hr.nl en bij de jaar 3 coördinator(en).
- Je stagepraktijkbegeleiding dient goed geregeld zijn: er is een gekwalificeerde stage/praktijkbegeleider (on-site internship supervisor) op minimaal hbo-niveau en er is een afspraak gemaakt dat de werkbegeleiding, voor de duur van 1 uur, minimaal 1x in de 14 dagen plaatsvindt. De overeenkomst wordt tijdens de keuzecursus gedeeld met studenten.
- Er is een Engelstalig contract (Internship agreement), ondertekend door jouzelf, je stageorganisatie en je praktijk-coördinator buitenland, vóór vertrek naar het buitenland en verstuurd naar sw-praktijklijn@hr.nl.

Let op: Zonder getekende overeenkomst is er geen sprake van een geldige praktijkleerstage.

Tot slot nog het verzoek om na terugkomst deel te nemen aan een presentatie over je internationale leerervaringen voor de nieuwe groep tweedejaarsstudenten in de 'Hello Goodbye'-bijeenkomst of om voorlichting te geven op de lwg-expo in oktober.

Minor in het buitenland

Je kunt zelf meer informatie over een minor vinden op de websites van de onderwijsinstellingen. Hieronder wordt de procedure kort toegelicht. Met de genoemde onderwijsinstellingen in het buitenland hebben wij afspraken, je kunt daar een ERASMUS-beurs aanvragen.

Heb je interesse in een minor waar Hogeschool Rotterdam een overeenkomst mee heeft, stuur dan z.s.m. een e-mail naar iso-internationalisering@hr.nl, zodat je door COIA (Centre of International Affairs van Hogeschool Rotterdam) genomineerd kunt worden voor de minor van jouw keuze. Bij de meeste hogescholen is er een limiet aan het aantal studenten dat mag deelnemen, vaak maximaal twee studenten per studiejaar. Nomineren voor een minor moet voor 1 maart 2025.

De volgende informatie neem je op in je bericht:

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Voor- en achternaam• Geslacht• Geboortedatum• Nationaliteit | <ul style="list-style-type: none">• Student e-mailadres• Naam minor in het buitenland• Naam instituut in het buitenland• Land van instituut in het buitenland• Opleiding aan de HR, in dit geval Social Work |
|--|--|

Nadat de onderwijsinstelling in het buitenland je aanvraag heeft goedgekeurd, ontvang je hierover een e-mail. Het kan zijn dat ze aanvullende informatie van je nodig hebben, die je zelf moet aanleveren. Daarna speelt het COIA geen rol meer in het proces.

Nadat de onderwijsinstelling in het buitenland je aanvraag heeft goedgekeurd, ontvang je hierover een e-mail. Het kan zijn dat ze aanvullende informatie van je nodig hebben, die je zelf moet aanleveren. Daarna speelt het COIA geen rol meer in het proces.

Alle buitenlandminoren moeten goedgekeurd worden door de examencommissie. De procedure hiervoor is als volgt:

- Als je toestemming hebt gekregen van de onderwijsorganisatie in het buitenland, vul je de leerovereenkomst in en dien je deze via Osiris Zaak in bij de examencommissie. Deze leerovereenkomst wordt geplaatst op Hint en gedeeld in Brightspace. In de leerovereenkomst beschrijf je de cursussen die je binnen de minor in het buitenland volgt. Beschrijf de inhoud, de omvang (EC) en hoe er getoetst wordt. Neem waar mogelijk een verwijzing (url) op naar de informatie. Een minor is totaal 30 EC, dus daar moet ook de buitenlandminor aan voldoen. Daarnaast hanteert de examencommissie de volgende criteria om te bepalen of de externe minor van voldoende niveau is, de minor:
 - heeft een voldoende verbredend en/of verdiepend karakter;
 - draagt bij aan het behalen van het niveau dat nodig is voor de graad voor deze opleiding, en past binnen het (thema van) het profiel van de opleiding;
 - heeft voldoende samenhang met het bachelorprogramma, maar niet teveel overlap;
 - is naar omvang en diepgang vergelijkbaar met de minoren van de hogeschool (hbo-niveau).
- Schrijf je vóór 1 mei 2025 (bij vertrek in september 2025) in voor een beurs. Ook als het nog niet zeker is of je wordt aangenomen door de onderwijsinstelling van je keuze, of als je nog wijzigingen wilt aanbrengen, of als je nog niet helemaal zeker weet of je daadwerkelijk naar het buitenland gaat, kun en moet je de beurs aanvragen. Je kunt de aanvraag later altijd nog annuleren. Meld je aan via de hintpagina [Apply for an scholarship](#)
- Na goedkeuring van de onderwijsinstelling in het buitenland kun je praktische zaken regelen, zoals huisvesting en andere voorbereidingen. Voor tips en informatie over mogelijke beurzen kun je terecht bij het COIA via coia-info@hr.nl of zie [HINT](#)). Zij kunnen je ook informeren over hoe het zit met collegegeld.

- Schrijf je voor de zekerheid ook in via Osiris voor een minor op de HR of via Kies op Maat voor op een andere hogeschool in Nederland, als back-up voor het geval je buitenlandavontuur niet doorgaat.
- Meld je aan voor de verplichte training 'Vorbereiding internationale ervaring' door een e-mail te sturen naar iso-internationalisering@hr.nl. Deze training zal plaatsvinden in OP2 of OP4.
- Tijdens dit gesprek wordt gecontroleerd of je alles goed hebt geregeld, of je voldoet aan de voorwaarden om naar het buitenland te gaan, en of je Osiris buitenland correct en volledig hebt ingevuld. Dit is belangrijk zodat we je kunnen bereiken in geval van een calamiteit.

Tip: voor ISO-studenten kan de hogeschoolbrede minor [Beyond Borders](#) interessant zijn. Voor deze minor hoeft je je niet in te schrijven voor de verplichte ISO-bijeenkomst, want bij deze minor word je door IVG voorbereid op je buitenlandervaring.

NB: Je kunt ook zelf een minor zoeken, maar dit is een ingewikkeld proces. Je moet zelf een school vinden en er moet vervolgens een check worden gedaan of het onderwijsprogramma geschikt is. Daarnaast moet de school akkoord gaan met een eenmalig kortdurend Erasmus+ contract. Veel scholen zullen dit contract echter afwijzen, omdat onze hogeschool niets kan terugbieden. Dit betekent dat je dubbele kosten zult hebben (collegegeld hier en in het buitenland) en je niet in aanmerking komt voor de beurs. Als je deze route toch wilt volgen, neem dan contact met ons op via iso-internationalisering@hr.nl

Voorbeeld internationale ISO-minors

Head- Heart- Hands/Denemarken: Aarhus

Dow you want to make a difference in the lives of others?

Do you want to work with social care using creative methods? And do you want to help develop the democratic welfare state? Join Head-Heart-Hands! <https://en.via.dk/programmes/exchange/head-heart-hands>

“Wie thuisblijft, doet zichzelf tekort” en “Een ervaring van onschatbare waarde”.

Lopende contracten:

Karel de Grote Hogeschool	Antwerpen	Welfare
Odisee (voorheen HUB Hogeschool-Universiteit Brussel)	Brussel/Gent	Welfare
Erasmushogeschool Brussel	Brussel	Social Work
Hogeschool Gent	Gent	Welfare
Hogeschool West Vlaanderen HOWEST	Kortrijk	Welfare
VIA University College	Aarhus	Social Work
Universitat de Girona	Girona	Welfare

Nature in social education/Denemarken: Aarhus

Do you want to work with nature, well-being and sustainable development as perspectives in social education? Do you want to explore and participate in the development of pedagogical practice? Then join Nature in Social Education!
<https://en.via.dk/programmes/exchange/nature-in-social-education>

Migration and Refugees/België: Kortrijk

The English-taught semester on Migration and Refugees takes place in autumn as a block course with a wide range of modules. The modules include lectures, field trips, group works, testimonies of experts from the field and contact with people displaced due to conflict, war and persecution.
[English-taught semester Migration and Refugees \(autumn or full year\)](#)

Praktische zaken

Bij het regelen van een internationale stage of minor komt veel kijken. De onderstaande punten kunnen je helpen om alles op een efficiënte en zorgvuldige manier in orde te maken.

Financiële kant

Stagelopen of studeren in het buitenland brengt vaak hogere kosten met zich mee dan je in Nederland gewend bent. Je betaalt voor huisvesting, levensonderhoud, transport en eventuele extra activiteiten. Daarnaast moet misschien ook de inkomsten uit een bijbaantje missen. Je kunt thuis wel op allerlei zaken bezuinigen. We hebben er een aantal voor je op een rijtje gezet:

Kamer onderverhuren

Wanneer je je kamer wilt onderhuren (vaak kan dit als het voor een korte periode is), heb je tijdens je verblijf in het buitenland in ieder geval geen kosten voor je huur. Scheelt je al gauw een paar honderd euro per maand.

Studiefinanciering

Als je tijdelijk in het buitenland stageloopt of studeert, kun je je studiefinanciering behouden als je voldoet aan een aantal voorwaarden. Het is van belang dat je als voltijdstudent ingeschreven blijft staan bij Hogeschool Rotterdam en dat de stage/minor in het buitenland deel uitmaakt van je Nederlandse opleiding. Kijk voor meer informatie over studiefinanciering in het buitenland op de website van de [Dienst Uitvoering Onderwijs \(DUO\)](#). Begin op tijd (3 maanden van tevoren!), het duurt namelijk een week of acht voordat je gegevens verwerkt zijn.
(St)opzeggen
Naast je kamer zijn er ook andere zaken die je (tijdelijk) op kunt zeggen. Denk bijvoorbeeld aan abonnementen op tijdschriften, de sportschool, bibliotheek of je OV-jaarkaart.

OV-vergoeding

Ga je tijdelijk voor je studie naar het buitenland, dan kun je een maandelijkse OV-vergoeding krijgen. Je kunt namelijk geen gebruik maken van je studenten OV. Download het formulier [OV-vergoeding buitenland](#) en geef daarop aan dat je naar het buitenland gaat. Per maand heb je het recht op een OV-vergoeding. Zet wel je studenten OV tijdig stop.

De verklaring vanuit de onderwijsinstelling (Hogeschool Rotterdam) laat je ondertekenen en van een stempel voorzien bij het StudentenServiceCentrum (SSC) op de Rochussenstraat 198, begane grond, telefonisch bereikbaar via: 010-794 42 00 of e-mail: ssc-communicatie@hr.nl of chat: maandag t/m vrijdag: 9.30 uur – 16.00 uur.

Beurs aanvragen

Lees via [deze link](#) belangrijke informatie over de verschillende beurzen. Let daarbij goed op de gegeven deadlines voor beursaanvragen. Voor specifieke vragen over beurzen kun je contact opnemen met CoIA. Contactgegevens van CoIA staan ook vermeld op de webpagina.

Beurzen uit fondsen

[De beursopener](#) is een zoekmachine voor studenten, stagiaires en onderzoekers die voor studie, stage of onderzoek naar het buitenland willen en op zoek zijn naar beurzen en fondsen.

- In het verleden hebben studenten wel eens een beroep gedaan op de volgende fondsen:
- 1 Stichting Bekker-La Bastide-Fonds
 - 2 Fundatie van de Vrijvrouwe van Renswoude
 - 3 Stichting Scholten-Cordes Fonds
 - 4 Stichting Hendrik Mullerfonds
 - 5 TekstvakStichting Van Beek-Donner

- De meeste fondsen hebben een aantal algemene voorwaarden die zij hanteren, zoals:
- Een motivatiebrief (waarom zou het fonds jou ondersteunen)
 - Een begroting (DUO opnemen in begroting, inkomsten/uitgaven/schuldpositie)
 - CV
 - Overzicht Osiris
 - Overzicht DUO (basisbeurs/aanvullende beurs)
 - Kopie paspoort
 - Soms een referentiebrief van docent/begeleider (zie het format in Appendix D)
 - Brief studentendecaan
 - Bevestiging vanuit onderwijsinstelling dat het om een stage gaat (vanuit SSC te regelen)

Daarnaast zijn er ook wel specifieke eisen wat betreft de duur van de stage en de inleveringsdatum van de beursaanvraag (meestal 3-4 maanden voor vertrek).

Voor informatie: neem contact op met de [decaan van je locatie](#). Zij kunnen jouw fondsaanvraag ondersteunen. Het is belangrijk om vroegtijdig informatie in te winnen over mogelijke financiering. Er zijn specifieke deadlines en vóór die tijd moet je veel zaken invullen en uitzoeken.

Bij het CoIA kun je terecht voor informatie en de verschillende inschrijfformulieren. Voor vragen algemeen/beurzen coia-exchange@hr.nl
Telefoon: 010 – 794 6005/6295
Vragen studie buitenland studyabroad@hr.nl

Bezoekadres: Kralingse Zoom 91, Rotterdam, KZ.B1.114
Openingstijden maandag – vrijdag, van 10.00 tot 16.00 uur
Raadpleeg [de website](#) voor meer informatie.

Fondsenwerving

Loop je stage voor of bij een goed doel? Denk dan ook eens na over sponsoring en fondsenwerving.

Levensonderhoud en persoonlijke uitgaven

Zoek van tevoren goed uit welke extra kosten je kunt verwachten, zoals inentingen, een visum en mogelijk

een verplichte zorgverzekering van het land (bijvoorbeeld in Zuid-Afrika). Houd ook rekening met kosten voor uitstapjes die je wilt maken. Vergelijk de kosten van levensonderhoud ter plaatse, aangezien verblijf, eten, internet en uitgaan vaak duurder of goedkoper zijn dan in Nederland.

Huisvesting

Je kunt op verschillende manieren woonruimte in het buitenland regelen. Het is het handigst om de buitenlandse instelling waar je naartoe gaat te vragen of zij je kunnen helpen. Daarnaast raden we aan te onderzoeken hoe andere studenten, die jou zijn voorgegaan, hun huisvesting hebben geregeld. Er zijn verschillende opties, zoals een kamer op de campus, een gastgezin, een jeugdherberg of het huren van een kamer.

Informatie over huisvesting in verschillende landen, hoe je woonruimte kunt vinden en wat het ongeveer kost vind je [hier](#).

Visa

Als Nederlandse staatsburger heb je voor landen binnen de Europese Unie geen visum of werkvergunning nodig. Voor andere Europese landen, zoals Turkije, is het meestal vrij eenvoudig om een visum of werkvergunning te regelen. In niet-Europese landen is het proces vaak ingewikkelder en kan het aanvragen van deze documenten soms maanden duren.

Op de website van [de visumdienst](#) lees je of je een visa nodig hebt. Regel je visumaanvraag ruim van tevoren. Vaak moet je dan al alles rond hebben met betrekking tot je stageplek in het buitenland, en verschillende formulieren en verklaringen in je bezit hebben.

Verzekering

Zorg ervoor dat je goed verzekerd naar het buitenland vertrekt. Vaak heb je een extra verzekering nodig bovenop je basiszorgverzekering voor medische kosten. Vraag bij je verzekeringsmaatschappij na welke kosten wel en niet gedekt zijn, en controleer of je aansprakelijkheidsverzekering voldoende dekking biedt voor een langere periode in het buitenland. Informeer ook naar de kosten om je voor die periode extra te verzekeren. Daarnaast is het belangrijk om [hier](#) te checken of de dekking voldoende is in het land waar je naartoe gaat.

Inentingen

Voor inentingen kun je terecht bij de GGD. Op de [website van de GGD](#) vind je de voor jou dichtstbijzijnde GGD-vestiging. Daar vind je ook de openingstijden, telefoonnummers en eventuele andere benodigde informatie. De inentingen zijn voor eigen rekening, maar worden soms wel vergoed vanuit (de aanvullingen van) je zorgverzekering. In plaats van de GGD kun je ook terecht bij de Havenpolikliniek in Rotterdam.

Begin tijdig (ca. 1,5 – 2 maanden van tevoren) met de inentingen, voor sommige inentingen moet je een aantal keren terugkomen. Afhankelijk van het land kan het zijn dat je naast de inentingen ook een TBC-vrij verklaring nodig hebt. Vraag dit na bij de stage-instelling of de GGD.

Vlucht

Een voordelige optie is het boeken van een studenten-ticket via KLM. Daarvoor heb je bewijs nodig dat je student bent, bijvoorbeeld je OV-chipkaart of een internationale studentenkaart (ISIC). Het boeken van een vlucht voordat je zeker weet of je naar het buitenland kunt gaan (en of je aan de voorwaarden voldoet) is op eigen risico.

Voor het aanvragen van een ISIC heb je een bewijs van inschrijving van de hogeschool nodig (bijvoorbeeld je collegekaart van het lopende studiejaar, dus mét jaartal), een ingevuld aanvraagformulier, + € 15,- en een recente pasfoto. Meer informatie vind je op de website van [de ISIC](#) of van [Wyse](#).

[www.joho.nl](#) (veel algemeen nuttige informatie, biedt ook verzekeringen)

[www.kilroyworld.nl](#) (o.a. algemeen nuttige informatie)

Calamiteiten en Osiris buitenland

Omdat Hogeschool Rotterdam er zeker van wil zijn dat het goed gaat met onze studenten wanneer zij zich in het buitenland bevinden, heeft Hogeschool Rotterdam een calamiteitenplan opgesteld. De contactpersoon internationalisering van de opleiding checkt voorafgaand aan je buitenland periode het actuele reisadvies op [MinBuZa](#) en volgt het [HR-Calamiteitenplan](#) (bij kleurcode oranje mag je niet vertrekken).

Als onderdeel van dit calamiteitenplan stelt Hogeschool Rotterdam een noodnummer ter beschikking dat 24 uur per dag, 7 dagen in de week geraadpleegd kan worden in geval van een calamiteit in het buitenland. Dit noodnummer is: **0031-10-7949999**.

Studenten zijn verplicht voorafgaand hun reis- en verblijfsgegevens in te voeren in Osiris buitenland, evenals een contactpersoon die gebeld kan worden in geval van nood. Hiervoor is een [handleiding](#) beschikbaar.

Tot slot, heb je hier ook al aan gedacht?

Samen of niet?

Bedenk van tevoren goed of je alleen gaat of mét iemand. Wanneer je ervoor kiest om samen met iemand te gaan, dan is het belangrijk dat je goed met elkaar overweg kunt. Het kan prettig zijn om medestudenten om je heen te hebben op wie je altijd terug kan vallen en met wie je in je vrije tijd allerlei activiteiten kunt ondernemen. Kies je liever voor een LWG of locatie of voor een zelf verworven internationale plek (in een LWG Combi)?

Klimaat

Bedenk dat het klimaat in de gastlanden afhankelijk van de tijd van het jaar heel erg kan verschillen (temperatuurverschil, regentijd, etc.).

Kleding

Houd er rekening mee dat je je kleding aanpast aan het seizoen waarin je reist. Daarnaast kunnen er, afhankelijk van de cultuur van het land, (ongeschreven) kledingvoorschriften zijn. In India bijvoorbeeld is het niet gebruikelijk dat vrouwen met blote schouders en benen rondlopen. Informeer ook of er binnen de organisatie waar je stage loopt specifieke kledingadviezen zijn.

Internet

Als je eenmaal een woonplek hebt, kun je je gastgezin of verhuurder vragen waar je in de buurt betaalbaar en goed kunt internetten.

In veel landen is het internet minder stabiel en is de internetsnelheid langzamer dan je gewend bent.

Telefoon

Bellen van Nederland naar je Nederlandse mobiel in het land waar je stageloopt of studeert (en andersom) kan erg duur zijn. Je kunt in dat land een lokale simkaart kopen en deze gebruiken tijdens je verblijf. Dit heeft verschillende voordelen: je bent bereikbaar voor mensen die je daar ontmoet, en je kunt veel goedkoper gebeld worden door familie en vrienden uit Nederland.

Steun vanuit het thuisfront?

Als je 3 tot 5 maanden naar het buitenland gaat, is het fijn als je familie en vrienden je besluiten te steunen. Is het voor hen mogelijk om je daar te bezoeken? Heb je eerder last gehad van heimwee?

Handige stagesites

[www.go-europe.nl](#) - [www.jint.be](#) - [www.stagemotor.nl](#)
[www.europlacement.com](#) - [www.wilweg.nl](#) - [www.nuffic.nl](#)
[www.beursopener.nl](#)