

دفترچه راهنمای دانشجویان در کشور فنلاند



سرپرستی علمی ج.ا.ایران در منطقه شمکن

بخش نخست

اطلاعات پایه ای درباره فنلاند

سرپرستی علمی ج.ا.ایران در منطقه شمکن

معرفی اجمالی فنلاند



فنلاند کشوری در شمال اروپا و از کشورهای حوزه نوردیک است. این کشور در منطقه اسکاندیناوی واقع شده و از غرب با سوئد، از شرق با روسیه، از شمال با نروژ و در جنوب هم از طریق خلیج فنلاند با کشور استونی همجوار است. فنلاند عضو اتحادیه اروپا، حوزه شنگن، اتحادیه اقتصادی اروپا و واحد پول اروپاست.

جمعیت فنلاند ۵,۴۳۷,۵۹۴ نفر است که بیشتر در نواحی جنوبی و جنوب غربی ساکن هستند. پایتخت فنلاند شهر هلسینکی است که حدود ۶۰۰ هزار نفر جمعیت دارد و با احتساب شهرهای حومه آن، شامل اسپو، وانتا و کونیانن، بالغ بر ۱,۶ میلیون نفر جمعیت دارد. فنلاند کشوری دو زبانه است و فنلاندی و سوئدی زبان های رسمی این کشور هستند؛ ولی زبان انگلیسی هم به طور گسترده ای مخصوصاً در جوامع دانشگاهی و تجاری استفاده می شود. بیشتر مردم زبان انگلیسی می دانند.

فنلاند با مساحت ۳۳۸,۱۲۷ کیلومتر مربع، هفتمین کشور بزرگ اروپاست. تراکم جمعیت در آن نسبتاً پایین است و در هر کیلومتر مربع تقریباً ۱۷ نفر زندگی می کنند. مخصوصاً در نواحی شمالی و استان لاپلاند این تراکم جمعیت بسیار کمتر است.



فنلاند از ۶ استان تشکیل شده که عبارتند از فنلاند جنوبی، فنلاند شرقی، فنلاند غربی، اولو، لاپلاند و آلد. آلد جزیره ای خود گردان در غرب فنلاند در دریای بالتیک و کوچکترین استان فنلاند است که ساکنان آن سوئدی زبان هستند.

این کشور ۳۵۰ شهر و بخش دارد که شهرهای مهم آن بعد از هلسینکی، عبارتند از اسپو، تورکو، تامپره، وانتا، اولو، کوپیو، جیواسکیلا و یوانسو.^۱

^۱ Helsinki, Espoo, Turku, Tampere, Vantaa, Oulu, Kuopio, Jyväskylä, Joensuu



فنلاند سرزمینی نسبتاً هموار با چندین هزار دریاچه و پوشیده از جنگل و در حقیقت کشور دریاچه و جنگل است، به طوری که ۱۰ درصد از خاک آن را دریاچه و ۷۰ درصد آن را جنگل پوشانده است. به علت برخورداری از دریاچه های فراوان به کشور هزار دریاچه نیز مشهور است؛ طبق بعضی آمار در حدود ۲۰۰,۰۰۰ دریاچه کوچک و بزرگ در سراسر این کشور وجود دارد که عمدتاً در مرکز و شرق آن واقع شده اند. بزرگترین دریاچه فنلاند سایما نام دارد که ۴۳۷۷ متر مربع مساحت آن است.

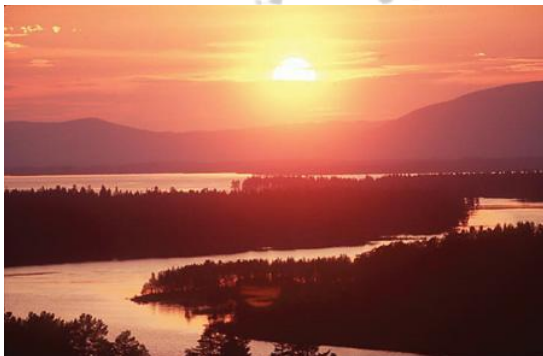
غیر از بلندی های شمال غرب، بیشتر نواحی فنلاند متشکل از زمین های پست است و هرچه از شمال به سمت جنوب پیش رویم، زمین مسطح تر و جلگه ای تر می شود. بلندترین نقطه فنلاند قله هالتیاتونتوری است که در حدود ۱۳۲۴ متر ارتفاع دارد و در شمال غربی آن، نزدیک مرز نروژ قرار دارد.

رودهای مهم فنلاند عبارتند از: پاتس یوکی، تورنیو یوکی، کمی یوکی، کوکمان یوکی؛ بلندترین رود آن کمی یوکی به طول ۴۸۳ کیلومتر است. این کشور ۲۰,۰۰۰ جزیره با وسعتی بیش از ۱۰۰,۰۰۰ کیلومتر مربع دارد.

قرار داشتن یک سوم از خاک فنلاند در بالای مدار قطب شمالی، این کشور را پس از ایسلند، به شمالی ترین کشور جهان مبدل کرده است. به علت نامساعد بودن آب و هوای شمال فنلاند، اکثر مردم در جنوب کشور زندگی می کنند. در زمستان، آب دریاها، دریاچه ها و رودخانه ها یخ می بندد و در زمستان های بسیار سرد، ضخامت یخ ممکن است تا چندین متر هم برسد. مسیرهای کشتیرانی در آبهای کشورهای شمالی با استفاده از یخ شکن باز می شود. فنلاند در یکی از سردترین مناطق آب و هوایی کره زمین واقع شده است. زمستان ها در فنلاند بسیار سرد و تاریک است. بارش برف از حدود ماه نوامبر آغاز می شود و تا اواخر ماه مارس ادامه دارد. برف های سنگین زمستانی و هوای معمولاً چندین درجه زیر صفر، در تمام زمستان باعث یخبندان های شدید می گردد. ارتفاع برف ممکن است تا ۵۰ سانتیمتر و در قسمت های شمالی کشور تا یک متر هم برسد. دمای هوا در زمستان اغلب زیر صفر است و گاهی تا ۲۰- درجه در نواحی جنوبی و تا

۴۰- درجه در قسمت های شمالی و لاپلاند می رسد. در طول زمستان تابش خورشید بسیار کم است و در ماه های دسامبر، ژانویه و فوریه در حدود ۵ تا ۶ ساعت است. در لاپلاند در شمال فنلاند خورشید به مدت دو ماه از خط افق بالا نمی آید.

تابستان ها در فنلاند نسبتاً معتدل است و دمای هوا به ندرت از ۳۰ درجه بالاتر می رود. ماه جولای معمولاً گرم ترین ماه سال است که دما بین ۲۰ تا ۳۰ درجه در نوسان است. در برخی مواقع ممکن است به بالای ۳۰ درجه هم برسد. تابستان ها در این کشور بسیار روشن و روزها طولانی است؛ خورشید در نیمه شب غروب می کند و تاریکی مطلق وجود ندارد. در قسمت های شمالی و لاپلاند به مدت ۲ ماه خورشید اصلاً غروب نمی کند و روشنایی مطلق وجود دارد.



یکی از ویژگی های اقلیمی فنلاند وزش باد است که تقریباً در تمام ایام سال وجود دارد، مخصوصاً تابستان ها هوا عمدتاً ابری همراه با باد و باران است. تقریباً به طور میانگین در تمام ایام تابستان و پاییز باران می بارد که خود به نوعی باعث تلطیف هوا و متعادل شدن دما می شود.



این کشور به خاطر طبیعت بکر و دست نخورده اش معروف است و زیبایی های طبیعت در بخش های شمالی آن الهام بخش هنرمندان بزرگی نظیر سیلیوس، آهنگ ساز بنام و آلتو، طراح و معمار مشهور فنلاندی، بوده است.



استان شمالی فنلاند، لاپلاند، یکی از جاذبه های طبیعی این کشور است که همه ساله گردشگران زیادی را از دیگر مناطق فنلاند و دیگر کشورهای اروپایی چون انگلستان به خود جذب می کند. لاپلاند در مدار قطبی واقع شده و یکی از شمالی ترین نقاط قابل سکونت کره زمین است؛ از اینرو جذابیت های منحصر به فردی چه در تابستان و چه در زمستان دارد. در تابستان هوا بسیار روشن

است و حدود دو ماه خورشید اصلاً غروب نمی کند، مخصوصاً در شب نیمه تابستان که خورشید در شب در

بالاترین سطح خود از افق قرار می گیرد. در این شب افراد زیادی به این شهر می روند تا خورشید نیمه شب را به نظاره بنشینند. این منطقه در زمستان هم جذابیت های خاص خود را دارد. تماشای روشنایی های شمالی، دیدن بابانوئل در دهکده سانتا کلوس (دهکده بابا نوئل) و برخورداری از قابلیت های گوناگون برای فعالیت ها و ورزش های زمستانی، گردشگران بیشماری را در ایام کریسمس و تعطیلات پایان سال به آنجا سرازیر می کند. دانشگاه ها و انجمن های دانشجویی نیز تورهای زمستانی و تابستانی نسبتاً ارزان قیمتی برای دانشجویان تدارک می بینند.



نظام سیاسی و اداری فنلاند

سیستم حکومتی در فنلاند جمهوری دموکرات است. رئیس جمهور که مسئولیت اصلی هدایت سیاست های خارجی را بر عهده دارد، هر شش سال یک بار و با رای مستقیم مردم انتخاب می شود. او مسئول معرفی نخست وزیر است و نخست وزیر نیز کابینه را اداره می کند. قدرت اجرایی به رئیس جمهور واگذار می شود و او علاوه بر نخست وزیر، کابینه را نیز، انتصاب می کند و این کابینه در مقابل پارلمان پاسخگوست. نخست وزیر و کابینه اش باید بتوانند از مجلس رای اعتماد بگیرند. نخست وزیر منتخب مجلس و دیگر وزیران با هم هیئت دولت را تشکیل می دهند که همراه با رئیس جمهور قدرت اداری را در دست دارند.

در حال حاضر «سولی نینستو» رئیس جمهور فنلاند است که در فوریه ۲۰۱۲ به این سمت انتخاب شده است. پیش از وی رئیس جمهور این کشور خانم تارجا هالونن بود که در سال ۲۰۰۰ برای نخستین بار و به عنوان اولین زن و در سال ۲۰۰۶ برای بار دوم برای این سمت انتخاب شد. در جامعه فنلاند به طور کلی زن ها نقش بسیار برجسته ای در بسیاری فعالیت های سیاسی، اجتماعی و اقتصادی دارند. در واقع زنان فنلاندی بعد از نیوزلندی ها جزء اولین زنانی بودند که حق رای دادن و ورود به مجلس را به دست آوردند. در حال حاضر بسیاری از پست های کلیدی در این کشور در دست زنان است به طوری که در زمان خانم تارجا هالونن، نخست وزیر (حزب مرکزی) هم زن بود و چند وزیر زن نیز در کابینه حضور داشتند.

پارلمان ۲۰۰ نفر نماینده دارد که به مدت چهار سال تحت نظام تعیین تعداد نمایندگان به نسبت جمعیت هر منطقه با رای تمامی افراد واجد شرایط انتخاب می گردد.

فنلاند در سال ۱۹۹۵ به عضویت اتحادیه اروپا در آمد و نمایندگان فنلاند در اتحادیه اروپا هر ۵ سال یک بار انتخاب می شوند. این کشور از سال ۱۹۵۵ عضو سازمان ملل است. در سال ۲۰۰۱ به پیمان کشورهای حوزه شنگن پیوست و در سال ۲۰۰۲ هم رسماً واحد پول اروپایی (یورو) را جایگزین مارک فنلاند کرد. فنلاند همچنین عضو اتحادیه بازرگانی آزاد اروپا، کنفرانس امنیت و همکاری در اروپا، شورای اروپا و سازمان همکاری اقتصادی و توسعه اروپایی است. فنلاند به همراه سوئد، نروژ، دانمارک، ایسلند و سرزمین های متعلق به آنها شامل جزایر فارو، گرینلند و آلد، کشورهای حوزه نورددیک را تشکیل می دهند.

احزاب مهم سیاسی که در حال حاضر در پارلمان فنلاند نماینده دارند عبارتند از حزب مرکزی، حزب ائتلاف ملی (محافظه کار)، حزب سوسیال دموکرات، اتحاد جناح چپ، اتحاد سبز، حزب خلق سوئدی، حزب خلق لیبرال، حزب روستایی و حزب کمونیست. احزاب دیگری هم وجود دارند از جمله: حزب مستمندان، حزب کارگر و حزب مستقل که در حال حاضر در پارلمان فنلاند عضویت ندارند.

دستگاه اداری دولتی در فنلاند به دستگاه اداری مرکزی و دستگاه اداری محلی و منطقه ای تقسیم می شود. دستگاه اداری مرکزی شامل هیئت دولت و مراکز اداری و سازمان های سراسری از قبیل مرکز ثبت جمعیت و سازمان بازنشستگی ملی KELA می شود.

دستگاه اداری منطقه ای و محلی از نهادهایی تشکیل می شود که دارای فعالیت منطقه ای و محلی هستند از قبیل اداره ثبت احوال، فرمانداری ها و مراکز کار و امور اجتماعی. مسئولان دستگاه اداری محلی و منطقه ای دولتی با مسئولان شهرستان همکاری می کنند.

شهرستان ها در فنلاند خود مختار هستند. شهرستان ها برای ساکنان خود خدمات پایه ای را که در قانون آمده است فراهم می کنند. بالاترین مقام تصمیم گیرنده در شهرستان شورای شهرستان است که هر چهار سال یک بار در انتخاباتی که در سطح شهرستان برگزار می شود، انتخاب می گردد. فنلاند به بیست منطقه تقسیم شده است که شوراهای محلی با همکاری شهرداری های هر منطقه آنها را اداره می کنند. وظیفه اصلی مناطق، برنامه ریزی برای توسعه تجاری و آموزشی است. همچنین خدمات بهداشتی و درمانی هم به صورت محلی ارائه می شود. در حال حاضر شوراهای محلی را شوراهای شهر انتخاب می کنند و هر منطقه به تناسب جمعیت، نماینده خود را به شورای شهر می فرستد.

پلیس

پلیس در فنلاند وظیفه تامین انتظامات و امنیت جامعه و پیشگیری و بررسی جرائم و بزهکاری ها و اقامه دعوی و اتهام را بر عهده دارد. شکایت خود را می توانید در نزدیک ترین مرکز پلیس، تلفنی، از طریق دورنگار، با استفاده از فرم اینترنتی و یا اطلاع دادن به گشت پلیس انجام دهید. در صورتی که دلیلی مبنی بر اینکه جرمی انجام گرفته موجود باشد، پلیس تحقیقات اولیه را شروع می کند.

پلیس برای اتباع خارجی مقیم فنلاند اجازه اقامت و کار و ویزا صادر می کند. همچنین پلیس می تواند برای اتباع بیگانه که به طور دائم در فنلاند سکونت داشته و نامشان در سیستم اطلاعات و آمار جمعیت ثبت بوده و هویتشان به طور مطمئن قابل تشخیص و تصدیق باشد، کارت شناسایی صادر کند. این کارت به عنوان سند مسافرتی به کشورهای دیگر اعتبار ندارد ولی در فنلاند از آن می توان به عنوان مدرک شناسایی شخصی استفاده کرد.

گواهینامه رانندگی را نیز پلیس صادر می کند. گواهینامه باید به صورت کتبی و شخصاً از اداره پلیس شهرستان محل اقامت متقاضی درخواست شود. طبق کنوانسیون ژنو که ایران نیز از امضا کنندگان آن است، با داشتن گواهینامه ایرانی برای مدت یک سال بدون تعویض آن و صرفاً با داشتن همان گواهینامه می توان رانندگی کرد ولی اگر بیشتر از یک سال از ورود شما به فنلاند گذشته باشد، تا ۶ ماه وقت دارید که گواهینامه ایرانی خود را با فنلاندی تعویض کنید. در این صورت نیازی به شرکت در آزمون رانندگی نخواهید داشت؛ فقط با تایید دو نفر که تصدیق کنند شما در ۶ ماه اخیر در فنلاند رانندگی کرده اید، می توانید گواهینامه فنلاندی که در همه کشورهای اروپایی و اکثر کشورهای جهان معتبر است، بگیرید. پس از گذشت ۱۸ ماه از اقامت در فنلاند در صورتی که گواهینامه خود را تعویض نکرده باشید، باید در کلاس ها و امتحانات رانندگی شرکت کنید که معمولاً هم هزینه بالایی دارد.

سرستی علمی ج.ا.ایران در منطقه مسکن

رانندگی در فنلاند

خودروها در فنلاند از سمت راست حرکت می کنند. مقررات راهنمایی رانندگی به دقت رعایت می شود. طبق قانون سرنشینان اتومبیل باید کمربند ایمنی ببندند و کودکان کوتاه تر از ۱۳۵ سانتی متر باید در اتومبیل از صندلی ایمنی استفاده کنند. مسئولیت استفاده کودک از وسیله ایمنی و کمربند بر عهده بزرگسالی که است در اتومبیل حضور دارد. خودروها باید سالیانه معاینه فنی و ثبت شوند. برای رانندگی با اتومبیل و

موتور سیکلت باید گواهینامه داشت. برای گرفتن گواهینامه، شخص باید ۱۸ سال تمام داشته باشد. دوره آموزش رانندگی را می‌توان یا در مرکز تعلیم رانندگی گذراند و یا از طریق مجوز تعلیم رانندگی که پلیس به طور جداگانه صادر می‌کند. پس از گذراندن دوره تعلیم رانندگی، متقاضی گواهینامه باید برای اخذ مدرک رانندگی ابتدا امتحان کتبی و سپس آزمون عملی رانندگی را که اداره معاینه اتومبیل برگزار می‌کند، با موفقیت پشت سر گذارد.

اقتصاد



NOKIA
Connecting People

کشور فنلاند اقتصادی رقابتی دارد. این کشور یکی از پیش‌تازان صنایع ارتباطی و

مخابراتی در دنیاست. صنایع فلزکاری و فنی، به ویژه کشتی‌سازی، از جمله مهم‌ترین صنایع فنلاند است که به خاطر مرغوبیت و طراحی خوب شهرتی جهانی دارد.



بخش کشتی‌سازی و صنایع وابسته، مخصوصاً در بخش ساخت کشتی‌های توریستی و تفریحی، محصولات قابل قبولی در سطح دنیا دارد. در سال ۲۰۰۹ یک شرکت کشتی‌سازی در فنلاند بزرگ‌ترین کشتی تفریحی دنیا را به سفارش یک شرکت امریکایی ساخت.

صنایع مخابراتی، الکترونیک و ارتباطات راه دور، از عمده تولیدات و صادرات این کشور است. مثلاً، نوکیا بزرگ‌ترین تولید کننده تلفن‌های همراه در جهان است که شهرت جهانی دارد و محصولات آن از کیفیت قابل قبولی در سطح دنیا برخوردار است. کُنه KONE نیز یکی از بزرگ‌ترین شرکت‌ها در زمینه طراحی و تولید آسانسور، پله برقی و سیستم‌های بالابر در دنیاست.

تولید ناخالص فنلاند در سال ۲۰۱۲ حدود ۲۵۰ میلیارد دلار بود که ۰,۴۰ درصد از اقتصاد کل جهان را تشکیل می‌دهد. حدود ۳ درصد از تولید ناخالص فنلاند در بخش کشاورزی، ۳۱ درصد آن در بخش صنعت و ۶۶ درصد آن در بخش خدمات است. میزان بیکاری در فنلاند در جولای ۲۰۱۳ به ۶,۶ درصد و تعداد بیکاران به ۱۸۳ نفر کاهش یافت. میزان تورم در این کشور در تاریخ یاد شده، ۱,۵۰ درصد بوده است.

صادرات این کشور شامل ماشین‌آلات و تجهیزات، مواد شیمیایی، آهن آلات، الوار، کاغذ و خمیر کاغذ، تجهیزات مخابراتی، خدمات فنی و مهندسی، صنایع چوب و الوار، شیشه، فولاد و سرامیک است که به

کشورهای آلمان (۱۱ درصد)، سوئد (۱۰ درصد)، روسیه (۱۱ درصد)، انگلیس (۶ درصد)، امریکا (۵,۵ درصد) و هلند (۱,۵ درصد) صادر می شود.

واردات این کشور شامل مواد غذایی، نفت و فراورده های آن، مواد شیمیایی، تجهیزات حمل و نقل، آهن و فولاد، ماشین آلات، منسوجات و الیاف پارچه و پشم است که از کشورهای آلمان (۱۵,۵ درصد)، روسیه (۱۴ درصد)، سوئد (۱۳,۷ درصد)، هلند (۶,۶ درصد)، چین (۵,۴ درصد)، انگلیس (۴,۷ درصد) و دانمارک (۵,۵ درصد) صورت می گیرد. توسعه اقتصادی فنلاند با رشد شتاب آلودی به روند خود ادامه می دهد. در برخی از شاخه های صنعت، بهره وری نیروی کار از سطح کشورهای پیشرفته از جمله ایالات متحده نیز فراتر رفته است. فنلاند به همراه کشورهای منطقه اسکاندیناوی (نروژ، سوئد، دانمارک و ایسلند) موفق شده است بهره وری اقتصادی را با توزیع برابر درآمد تلفیق نماید و میزان فقر را در سطح پایینی نگه دارد. طی ۱۵۰ سال گذشته، فنلاند تحولات وسیعی را از سر گذرانده که به مدد آن از اقتصادی فقیر مبتنی بر کشاورزی به جامعه ای مدرن و اطلاعاتی تبدیل شده است. در سایه این فرایند، فنلاند به دولتی پیشرفته تبدیل شد، در عرصه جهانی شدن پذیرفته شد و به عضویت اتحادیه اروپا در آمد. البته رشد اقتصادی فنلاند چندان منحصر به فرد و بی همتا نیست، چون برخی از کشورها، به ویژه کشورهای تازه صنعتی شده آسیایی و سایر مناطق، از تجربیات فنلاند استفاده کرده اند؛ ولی نباید از نظر دور داشت که سیمای تجربه فنلاند به گونه ای است که به شکل خاصی آن را جالب توجه می سازد. یکی از این ویژگی ها، سرعت رشد اقتصادی این کشور است. رشد اقتصادی در فنلاند بسیار دیر روی داد، ولی سرعت آن به نسبت سایر کشورهای اروپای غربی، بسیار زیاد بود.

سرمایه گذاری در امر تحقیق و توسعه، نیروی انسانی و آموزش از عوامل مهم تاثیر گذار در رشد و توسعه پایدار اقتصادی این کشور است. یک عامل بسیار مهم در شکل گیری «معجزه» فنلاند در دهه ۹۰، رشد چشمگیر صنعت فناوری اطلاعات و ارتباطات، به ویژه فناوری تلفن های همراه بود. نقش ICT در صادرات فنلاند و به طور کلی اقتصاد این کشور غیر قابل انکار است. سهم مهمی از رشد بهره وری این کشور در دهه ۹۰ متوجه این بخش است. رشد بخش ICT فنلاند توجه کشورها و دولت های بسیاری را به خود جلب کرده است و بیشتر آنها مایلند از چنین دگرگونی مثبتی بهره مند شوند.

فنلاند در چند سال اخیر یکی از بهترین اقتصادهای اتحادیه اروپا بوده و سیستم های مالی و بانک های این کشور کمتر از بحران های مالی جهانی تاثیر پذیرفته است. هرچند که در دراز مدت فنلاند با مشکل

پیری جمعیت و کاهش بهره وری که به نوعی اقتصاد رقابتی، رشد اقتصادی و توسعه مالی پایدار این کشور را تهدید می کند، مواجه خواهد بود.

به خاطر شرایط آب و هوایی خاص، کشاورزی و زراعت بسیار محدود است و فقط بعضی تولیدات پایه که قسمتی از نیاز داخلی را تامین می کند، در فصل تابستان و در دیگر فصل های سال به صورت گلخانه ای کشت می شود. جنگل داری در این کشور از اهمیت ویژه ای برخوردار است. فراورده های جنگلی قسمت اعظمی از صادرات این کشور را تشکیل می دهد و برای بسیاری از جمعیت روستایی ایجاد شغل می کند. جنگل ها حدود دو سوم کشور را پوشانده و تولیدات چوبی بیش از یک سوم درآمد ارزی فنلاند را به خود اختصاص داده است. با وجود این، به غیر از جنگل ها، مس و رودخانه های مناسب برای تولید انرژی هیدرو الکتریک، این کشور منابع طبیعی اندکی دارد. صنعت ماهیگیری یکی از صنایع عمده است و بخش کشاورزی و دامداری، غلات و لبنیات کافی برای صدور تولید می کند.

فنلاند سرزمین معماری چوبی است و چوب در واقع سمبل این کشور محسوب می شود و برخی از معماران، این کشور را سرزمین معماری چوبی لقب داده اند. امروزه معماران به کاربرد چوب در ساختمان های خود بسیار اهمیت می دهند چرا که چوب علاوه بر برخورداری از زیبایی و اصالت و انعطاف پذیری، در مقایسه با بسیاری از مصالح، کم هزینه تر است؛ مجموع این عوامل ارزش آن را بیش از پیش روشن می سازد. در واقع اکثر خانه های روستایی، کلبه ها و ویلاهای شخصی که در کنار رودخانه ها، دریاچه ها و جنگل ها واقع شده اند، از چوب ساخته شده اند.

سطح زندگی

فنلاند از لحاظ استانداردهای زندگی یکی از بهترین کشورهاست. سطح زندگی در فنلاند برابر با متوسط سطح زندگی در کشورهای اتحادیه اروپا و در مواردی بالاتر از بعضی از آنهاست و در مقایسه با دیگر کشورها، فنلاند از کشورهای ثروتمند محسوب می شود. اکثر خانواده ها صاحب خانه و خودرو بوده و از امکانات مالی مسافرت به خارج کشور برخوردار هستند. سیستم آموزشی، بهداشتی و درمانی، حمل و نقل و ارتباطات به نحو بسیار مطلوبی اداره می شوند و از استانداردهای قابل قبول جهانی برخوردارند.

از لحاظ کیفیت زندگی و فراهم بودن زمینه های لازم برای خوشبختی و شادمانی، مردم فنلاند در ردیف شادترین مردمان جهان هستند به نحوی که در رده بندی شادترین کشورهای جهان، فنلاند پس از نروژ

در جایگاه دوم قرار دارد. فنلاند جامعه ای اطلاعاتی و فنی است و از انواع فناوری های مورد نیاز به شکلی مناسب و در همه بخش ها استفاده می شود. ضریب نفوذ فناوری در زندگی مردم، از تلفن همراه گرفته تا اینترنت و کامپیوتر، بالاست، به طوری که، به نسبت جمعیت، در فنلاند بیشتر از هر کشور دیگری تلفن همراه وجود دارد.

بیمه های اجتماعی در کشور فنلاند نقش مهمی در توسعه رفاه ملی دارد و این کشور دارای سیستم رفاه ملی است. اگر شخص ساکن فنلاند بیکار، مریض یا خیلی سالخورده و ناتوان از اداره کردن زندگی خود باشد، جامعه برای تامین نیازمندی های اولیه، به او کمک می کند. برای اینکه بتوان رفاه ملی را با برجا نگاه داشت، به کار و تلاش همگی نیاز مبرم وجود دارد. بنابراین افراد تا زمانی که امکان دارد با کار و تلاش و پرداخت مالیات سعی در کمک به این سیستم دارند. نظام مالیاتی بخش قابل توجهی از درآمد های دولتی است که صرف راه و آبادانی کشور می شود.

فناوری اطلاعات و ارتباطات

کشور فنلاند از نظر زیرساخت های فناوری اطلاعات و ارتباطات یکی از پیشتازان عرصه جهانی است. صنعت مخابرات آن اعتبار جهانی دارد، به طوری که شرکت هایی همچون نوکیا و وایسالا از ابتکار عمل بالایی در این عرصه برخوردارند.

این کشور همچنین یکی از موفق ترین کشورهای جهان در زمینه ارائه اینترنت پر سرعت با پهنای باند بالاست. اکثر مردم به اینترنت دسترسی دارند و زیرساخت های فناوری در این کشور به گونه ای است که اجازه به کار گیری فناوری اطلاعات در همه زمینه ها را فراهم آورده است. فنلاند نخستین کشور جهان است که دسترسی به خدمات اینترنت پر سرعت را برای شهروندانش حق اساسی شناخت و دولت فنلاند اعلام کرد شهروندان این کشور از اتصال اینترنت پر سرعت به عنوان حقی اساسی مانند خدمات پستی یا مخابراتی بهره مند خواهند شد. در این کشور در حدود ۲ میلیون و ۳۳۰ هزار هاست وجود دارد و تقریباً ۹۱ درصد جمعیت کاربر اینترنت هستند.

براساس استراتژی وزارت حمل و نقل و ارتباطات فنلاند، تمامی خدمات دهندگان مخابراتی باید به کاربران خانگی و کاربران تجاری، اتصال های اینترنت پر سرعت با قیمت مناسب ارائه کنند و بدون توجه به محل زندگی آنها، باید اتصال یک مگ بر ثانیه را در اختیار تمامی خانواده های فنلاندی بگذارند. سازمان

تنظیم مقررات مخابراتی فنلاند، مسئول تعیین مراکز خدمات مخابراتی در مناطقی است که هنوز اینترنت پر سرعت در آنجا راه اندازی نشده است. دولت فنلاند همچنین پروژه ای را برای متصل کردن تمام مردم فنلاند به فیبر نوری پرسرعت یا شبکه های کابلی تا سال ۲۰۱۵، به اجرا گذاشته است که به شهروندان این امکان را می دهد که به اینترنت با سرعت ۱۰۰ مگ بر ثانیه دسترسی پیدا کنند.

سیستم تلویزیون در فنلاند پیشرفته است. در حال حاضر تمامی شبکه ها و کانال های تلویزیونی این کشور دیجیتال است و آخرین سیستم آنالوگ در سال ۲۰۰۷ از رده خارج شد. تلویزیون در سال ۱۹۵۷ در فنلاند شروع به کار کرد و در سال ۱۹۶۹ به سیستم تلویزیون رنگی ارتقا پیدا کرد. در سال ۲۰۰۸ تلویزیون دیجیتالی و کابلی به طور گسترده ای وارد سیستم ارتباطی فنلاند شد. در حال حاضر ۵ شبکه تلویزیونی دولتی در فنلاند وجود دارد که یکی از آنها به سوئدی زبان اختصاص دارد. امکان اشتراک برای دریافت کانال های ماهواره ای و کابلی زیادی از طریق شرکت های ارائه کننده این سرویس ها وجود دارد.

همچنین فنلاند یکی از کشورهایی است که بیشترین میزان توزیع تلفن همراه در بین شهروندان خود را دارد به طوری که آمار تلفن های همراه در این کشور از جمعیت آن بیشتر است. اپراتورهای مختلف تلفن همراه سرویس های مختلفی از قبیل اینترنت موبایل، سیستم ارسال پیام صوتی و تصویری و مکالمه تصویری را با قیمت های مناسب در اختیار کاربران خود قرار می دهند. برخی از شرکت های مهم تلفن همراه در فنلاند عبارتند از دی ان آ، سونرا، الیسا.

واحد پول

واحد پول فنلاند یورو، معادل ۱۰۰ سنت، است. این کشور از سال ۲۰۰۲ به عضویت واحد پولی



اروپایی، یورو، در آمد و مارک، واحد پولی قبلی خود را کنار گذاشت.

فنلاند در یک نگاه

- حکومت: جمهوری

- مساحت: ۱۴۵,۳۳۸ کیلومتر مربع
- جمعیت: ۵,۴۳۹,۷۴۱ نفر (جولای ۲۰۱۳)
- زبان: فنلاندی، سوئدی
- پایتخت: هلسینکی
- واحد پول: یورو
- عضویت در اتحادیه اروپا، منطقه شنگن، سازمان ملل و کشورهای نوردیک
- دین: مسیحیت (۸۵ درصد)، پروتستان، شاخه لوتر اوانجلیک
- اقوام و نژادها: ۹۳ درصد فنلاندی، ۶ درصد سوئدی و ۱ درصد اقوام دیگر از تبارهای استونیایی، کولی های اروپایی و سامی، مهاجران سومالیایی، عرب، کرد، ترک و افغان.
- درآمد سرانه: ۳۸۶۵۸,۲۹ (سال ۲۰۱۲)
- میزان بیسوادی: تقریباً صفر
- امید به زندگی: مردان ۷۷ سال، زنان ۸۴ سال
- میزان تورم: ۱,۵ درصد (جولای ۲۰۱۳)
- میزان رشد اقتصادی: ۰,۲۰ درصد (۲۰۱۳)
- میزان بیکاری: ۶,۶۰ درصد
- رشد سالانه جمعیت: ۰,۰۶۵ درصد (۲۰۱۲)
- بانک های مهم: سمپو، نوردیا، اوکو
- شرکت های مهم: کُنه، نوکیا
- تعداد خارجی ها: حدود ۱۰۰ هزار نفر
- تاریخ استقلال: ۶ دسامبر ۱۹۱۷

در فنلاند دو زبان رسمی وجود دارد، فنلاندی و سوئدی. زبان مادری ۹۱ درصد از فنلاندی‌ها، فنلاندی (فینی) است. زبان سوئدی دومین زبان رسمی این کشور است که ۵,۵ درصد از مردم به آن صحبت می‌کنند. زبان سوئدی بیشتر در سواحل غربی و جنوبی فنلاند صحبت می‌شود. در بخش‌هایی از شمال فنلاند نیز، در لاپلاند، قوم سامی (لاپی) به زبان سامی صحبت می‌کنند.

ریشه زبان فنلاندی که به خانواده زبان‌های فنلاندی-یوگری تعلق دارد به مناطق میانی روسیه باز می‌گردد؛ ولی لغاتی از زبان‌های دیگر از جمله خانواده زبان‌های بالتیک و زبان‌های ژرمن نیز وارد زبان فنلاندی شده‌اند. قدمت حضور جمعیت سوئدی زبان در فنلاند به بیش از ۸۰۰ سال می‌رسد.

در قرن‌های ۱۲ و ۱۳ میلادی، ساکنان جدیدی که بیشتر از نواحی مرکزی سوئد به فنلاند مهاجرت کردند، لهجه آن زمان زبان سوئدی را با خود آوردند.

اقلیت‌ها نیز به زبان مادری خود صحبت می‌کنند. خارجی‌ها ۱۵۰ ملیت مختلف را تشکیل می‌دهند. بزرگترین گروه‌های خارجی عبارتند از مهاجران روس، استونیایی، سوئدی، سومالیایی و اتباع کشور یوگسلاوی سابق.

معمولاً تمام مکاتبات و قوانین و بخشنامه‌های اداری به هر دو زبان انجام می‌شود. برای انجام امور روزمره و در مراجعه به ادارات و سازمان‌های دولتی و محلی، مراجعه‌کننده می‌تواند به هر کدام از این دو زبان صحبت کند. زبان انگلیسی هم به نوعی سومین زبان کشور است و مانند بسیاری دیگر از کشورهای اروپایی در خیلی موارد مدارک، متن‌ها و محتوای بسیاری از سایت‌ها به زبان انگلیسی نیز ارائه می‌شود.

اگرچه اکثر فنلاندی‌ها زبان انگلیسی را به راحتی صحبت می‌کنند یا حداقل می‌توانند ارتباط مناسبی برقرار کنند و شما در مدت اقامت خود در فنلاند به ندرت به علت ندانستن زبان فنلاندی با مشکل مواجه خواهید شد، ولی برای انطباق بهتر با جامعه و محیط زندگی، بهتر است زبان فنلاندی را بیاموزید. فنلاندی‌ها ممکن است به رغم توانایی در صحبت کردن به زبان انگلیسی به دلیل خصلت خجالتی بودنشان ترجیح دهند که فنلاندی صحبت کنند؛ بنابراین تعجب نکنید اگر با یک فنلاندی به زبان انگلیسی شروع به صحبت کنید و او به زبان انگلیسی به شما بگوید که انگلیسی نمی‌داند. البته این خصوصیت زیاد فراگیر نیست و این روزها با افزایش خارجی‌ها و مهاجران در این کشور فنلاندی‌ها بیشتر از قبل درگیر ارتباط و اختلاط با دیگران می‌باشند.

شوند و مخصوصاً نسل جوان به دلیل ارتباطات بین المللی زیاد، از توانایی های زبانی قابل توجهی برخوردار است.

جایگاه دین و مذهب

در فنلاند مذهب آزاد است. به عبارت دیگر هر کسی حق دارد برای خود مذهب انتخاب کرده و به انجام مراسم آن بپردازد و نیز اعتقادات خود را بیان کند. همچنین همه حق دارند عضو تشکیلات مذهبی باشند. قانون مانع این نیست که کسی همزمان در چند تشکیلات مذهبی مختلف عضویت داشته باشد.



تشکیلات مذهبی خود تصمیم گیری می کنند که آیا اعضایشان می توانند در تشکیلات مذهبی دیگری نیز عضو باشند یا نه.

بیشتر فنلاندی ها مسیحی هستند و به کلیسای لوتری یا ارتدکس تعلق دارند. این دو کلیسا در تاریخ و

فرهنگ فنلاند از اهمیت زیادی برخوردارند، به همین دلیل موقعیت خاصی داشته و پایه قانونی دارند.

مسیحیان کلیسای اوانجلیک- لوتری حدود ۸۳ درصد، ارتودوکس ها حدود ۱ درصد، بقیه فرقه های مسیحی ۱ درصد را تشکیل می دهند و حدود ۱۵ درصد هم پیرو هیچ دین و مذهب خاصی نیستند.

انجمن های مذهبی مهم دیگر عبارتند از شاهدین یهوه، کلیسای آزاد فنلاند، کلیسای کاتولیک فنلاند، کلیسای ادونتیست فنلاند و کلیسای مورمن. تشکیلات مذهبی بیشمار دیگری نیز در فنلاند فعالیت می کنند. مسلمانان هم از دیگر اقلیت های مذهبی در فنلاند امروز بوده و کمتر از ۱ درصد از جامعه مذهبی این کشور را تشکیل می دهند.

سرپرستی علمی ج.ا. ایران در منطقه مسکن

مسلمانان در فنلاند

جمعیت مسلمانان در فنلاند نسبت به دیگر کشورهای اروپایی نسبتاً کمتر است. اولین گروه مسلمانان که تاتارها بودند در اواخر قرن نوزدهم وارد فنلاند شدند و در سال ۱۹۲۵ انجمن مسلمانان فنلاند را پایه گذاری کردند. اما به تدریج در اواخر قرن بیستم رفته رفته جمعیت مسلمانان در فنلاند رو به افزایش گذاشت

و شمار زیادی از مسلمانان سومالیایی، عرب، افغان و پاکستانی وارد فنلاند شدند. در حال حاضر تخمین زده می شود حدود ۴۲ هزار مسلمان در فنلاند زندگی می کند. بیشتر جمعیت مسلمانان در نواحی جنوبی فنلاند، مناطق نزدیک به پایتخت از قبیل وانتا، اسپو و هلسینکی و تورکو زندگی می کنند و مسلمانان شیعه و سنی برای خود دارای مسجد و مراکز مذهبی هستند که مراسم مذهبی و عبادات گروهی را در آن انجام می دهند. اقلیت مسلمانان فنلاند اگرچه با کمبودهایی مواجه هستند، اما از آزادی های زیادی برخوردارند و در صلح و آرامش در کنار مردم فنلاند زندگی می کنند. این روزها مسلمانان در تلاش برای ورود به صحنه های سیاسی و اجتماعی هستند تا بیشتر بتوانند نیازهای جامعه مسلمانان را برطرف کنند.

ویژگی های فرهنگی و آداب و رسوم

خلق و خو و آداب و رسوم فنلاندی ها به نوعی متأثر از شرایط خاص اقلیمی و ویژگی های طبیعی در طی سالیان متمادی است. فنلاندی ها افرادی کم حرف، ساکت، آرام و تا حدی خجالتی هستند. آنها بیشتر به امور خود مشغولند و به این دلیل در امور شخصی دیگران وارد نمی شوند و به همه افراد و ایده ها هم احترام می گذارند. با این حال، همانطور که به حریم شخصی دیگران احترام می گذارند، از دیگران هم همین انتظار را دارند. گفته می شود که حریم خصوصی افراد در فنلاند تقریباً از تمام کشورهای اروپایی بیشتر است، به این مفهوم که زیاد خود را با دیگران درگیر نمی کنند و از اینکه دیگران هم به حریم خصوصی آنها زیاد نزدیک شوند، احساس راحتی نمی کنند. به این دلیل در حالت کلی خلوت گزینی و آرامش در تنهایی و به دور از هیاهوی جمعی از ایده آل های زندگی به سبک فنلاندی به حساب می آید. گفته می شود که یک فنلاندی به سختی با دیگران ارتباط برقرار می کند و به آسانی با کسی دوست نمی شود ولی اگر ارتباط موثری برقرار شود و رابطه دوستی شکل بگیرد، تقریباً پایدار است. معروف است که آشنا شدن با فنلاندی ها ممکن است سخت باشد ولی دوستی با آنان عمری است. ارتباطات مردم به دلیل بافت زندگی جامعه فنلاند که معمولاً به صورت پراکنده و بیلاقی است، زیاد مثل کشورهای جنوبی اروپا پر شور و شوق و گرم نیست. جامعه فنلاند مانند خیلی از کشورهای غربی فردگراست و حقوق و حریم شخصی افراد بسیار محترم است. در فنلاند امروزی اساس اجتماع را فرد تشکیل می دهد نه خانواده.

در فرهنگ این کشور، همچون اغلب کشورهای غربی، فرد از جایگاه ویژه ای برخوردار است. به انسان کوشا و با اراده ارزش داده می شود.

فنلاندی ها از وقت خود به طور معقول استفاده می کنند. همه چیز را از پیش برنامه ریزی کرده و برنامه ها و زمان های توافق شده را رعایت می کنند. به قول خود عمل می کنند و از دیگران نیز همین انتظار را دارند.

فنلاندی ها ترجیح می دهند تضادها را با گفتگو حل کنند. مسائل را مستقیماً و صادقانه عنوان می کنند و نمی خواهند کسی را در شرایط سختی قرار دهند. ترجیح می دهند احساسات خود را به صورت علنی ابراز نکنند.

در بین مسایلی که برای فنلاندی ها اهمیت دارد می توان مثلاً از طبیعت، سکوت و سونا نام برد. فنلاندی ها هم با اعضای خانواده سونا می روند و هم با دوستان و شرکای تجاری خود. گاهی گفتگوها و تبادل نظرهای مهم سیاسی نیز در سونا انجام می گیرد! ورزش و مطالعه از ویژگی های بارز فنلاندی هاست. آنها برنامه های منظمی برای پیاده روی، دوچرخه سواری، شنا و اسکی دارند. به دلیل شرایط اقلیمی و آب و هوایی فنلاند، این کشور اسکی، هاکی روی یخ و اسکیت از ورزش های محبوب فنلاندی هاست. در اکثر شهرها به موازات پیاده روها و همچنین جنگل های اطراف آن مسیرهای دوچرخه سواری وجود دارد که بستر مناسبی برای انجام این ورزش و پیاده روی فراهم آورده است.

فنلاندی ها ترجیح می دهند در وسایل نقلیه عمومی مثل اتوبوس و مترو، به جای گفتگو با یکدیگر مطالعه کنند و روزنامه بخوانند.



یکی از عاداتی که به آن مشهورند، نوشیدن قهوه زیاد است به طوری که معمولاً اکثر جلسات و ملاقات ها را با قهوه شروع می کنند؛ مخصوصاً نوشیدن قهوه هنگام صبح به اعتقاد آنها باعث سرحال شدن فرد می شود. قهوه را معمولاً با یک شیرینی فنلاندی به اسم پولا صرف می کنند.

سرپرستی علمی ج.ا. ایران در منطقه مسکن

خانواده

امروزه خانواده های فنلاندی کوچک بوده و معمولاً یک یا دو بچه دارند؛ تعداد خانواده هایی که بیشتر از سه فرزند داشته باشند، بسیار نادر است. تمام زوج ها خواهان بچه دار شدن نیستند و تنها زندگی

کردن هم غیر عادی تلقی نمی شود. سن ازدواج در فنلاند نسبتاً بالاست و افراد ترجیح می دهند وقتی موقعیت مناسب اقتصادی داشتند، ازدواج کنند. به نظر می رسد فنلاندی ها مقید به خانواده باشند با وجود این آمار طلاق هم در این کشور بالاست. طبق بعضی آمارها، از هر ۳ ازدواج یکی به طلاق منجر می شود به این دلیل خانواده های زیادی هستند که والدین یک بار قبلاً طلاق گرفته و کودکان مشترک آنها از ازدواج جدید همراه با کودکان هر دوی آنان از ازدواج های قبلی با هم زندگی می کنند.

ارتباط با طبیعت

هرچند که بخش عظیمی از مردم یعنی حدود ۶۵ درصد از کل جمعیت در شهرها زندگی می کنند ولی علاقه زیادی به طبیعت دارند و خیلی از آنها اوقات فراغت و تعطیلی خود را در طبیعت سپری می کنند. فنلاندی ها ارتباط خوبی با طبیعت دارند و از قدم زدن در جنگل، اسکی کردن، شکار، جمع آوری قارچ و میوه های جنگلی مثل انواع توت های وحشی لذت می برند. خیلی از فنلاندی ها کلبه تابستانی دارند که غالباً در کنار دریا یا دریاچه در مناطق روستایی واقع است و تعطیلات خود را با انواع تفریحات و سرگرمی ها از قبیل سونا، شنا، قایقرانی و ماهیگیری سپری می کنند.

آشنایی و آداب معاشرت

فنلاندی ها با گفتن صبح بخیر *hyvää huomenta* در صبح، روز بخیر *hyvää päivää* در طی روز و عصر بخیر *hyvää iltaa* در زمان عصر، به هم سلام می کنند. غالباً سلام کردن به طور خلاصه و با گفتن *päivää* یا *iltaa* و یا *huomenta* نیز انجام می شود. آشنایان و دوستان همچنین می توانند *hei* یا *terve* بگویند. موقع رد شدن از مقابل هم غالباً دست نیز تکان می دهند. هنگام معرفی یا در دیدار پس از مدتی دوری دست می دهند. دست دادنشان تقریباً کوتاه و محکم است. در این دست دادن ها حالات دیگری مانند لمس کردن آرنج ها یا شانه ها به کار برده نمی شود. اگر بخواهند احترام ویژه ای را نشان دهند، در همان حالت قسمت بالاتنه را خم کرده و تعظیم می کنند. البته و معمولاً فقط با تکان دادن سر در حال حفظ کردن تماس نگاهی و لبخند دوستانه، ادای احترام می کنند. در هر حال از لمس کردن هم خودداری می کنند؛ گرچه معمولاً احوالپرسی و دست دادن برای جنس مخالف به صورت در آغوش گرفتن و بعضی اوقات هم با روبوسی همراه است که این سنتی اجتماعی و فرهنگی است و کاملاً طبیعی به شمار می رود.

فنلاندی ها آدم های ساکت، کمرو و آرامی هستند که در نگاه اول ممکن است زیاد خونگرم به نظر نرسند. ممکن است در ابتدا کم حرف و دارای رفتاری غیر دوستانه به نظر آیند ولی اصولاً انسان های مهربان و مودبی هستند. بهتر از آنکه حرف بزنند می شنوند. هنگام صحبت کردن مستقیم به چشم های همدیگر نگاه کرده و رک و صریح بدون مغلطه و مقدمه چینی حرف های خود را می گویند. با صدای بلند و سریع صحبت نمی کنند، سکوت و وقفه بخش های طبیعی و معمولی از مذاکره و گفتگو تلقی می شوند. در عوض قطع کردن صحبت طرف مقابل بی تربیتی محسوب می شود.

در گفتگو غیر رسمی هستند، تو خطاب کردن و به کار بردن اسم کوچک افراد در همه رده ها و با هر موقعیتی امری کاملاً معمولی است. احساسات خود را آنی و به سرعت نشان نمی دهند، سعی در حفظ مسائل شخصی و خصوصی خود می کنند، سرشان به کارهای خودشان است و به مسائل شخصی و خصوصی دیگران احترام می گذارند و در آنها دخالت نمی کند. فنلاندی ها برای درستکاری و صداقت ارزش قائل می شوند و به حرف دوستان خود اعتماد می کنند.

برخی از رسوم جامعه فنلاند را می توان به این صورت خلاصه کرد (ضرب المثل فنلاندی: در هر کشوری باید طبق رسوم همان کشور رفتار کرد).

- دقیق بودن در فنلاند از اهمیت بسیاری برخوردار است. سر قرار خود دیر نروید چرا که این عمل بسیار ناپسند و بی ادبانه تلقی می شود. سر وقت در محل ملاقات حضور داشته باشید.

- صداقت برای فنلاندی ها یکی از مهمترین ویژگی های اخلاقی است و عدم صداقت و دروغ شاید بیش از هر چیزی آنها را آزرده می کند.

- هنگام صحبت صدای خود را بالا نبرید، به خصوص در اماکن عمومی. صحبت با صدای بلند عملی دور از ادب محسوب می شود چرا که خودشان آرام هستند.

- به یاد داشته باشید که هنگام صحبت با آنها مستقیم به چشمانشان نگاه کنید. اگر کسی به پایین و یا جای دیگر نگاه کند، دروغگو تصور می شود.

- اگر برای دیدار به خانه یک فنلاندی می روید، از پیش به او اطلاع دهید. تنهایی و حریم خصوصی برای آنان بسیار مهم است.

- هنگام ورود به خانه فنلاندی ها کفش خود را از پا در آورید و یا با خود کفش جداگانه مخصوص داخل خانه همراه ببرید.
- در فنلاند طبیعی است که در رستوران هر کس پول غذای خودش را حساب کند. با این حال می توان مودبانه پیشنهاد پرداخت پول غذای دیگری را داد.
- در فنلاند معمولاً قهوه زیاد و در همه جا صرف می شود؛ مثلاً جلسات همیشه با نوشیدن قهوه شروع می شود.
- چنانچه در اتوبوس کسی پیش شما نمی نشیند تعجب نکنید، اهمیت تنهایی و حریم خصوصی را به یاد داشته باشید.
- به یاد داشته باشید هنگامی که در طبیعت هستید با احترام با آن رفتار کنید. طبیعت برای فنلاندی ها عزیز و محترم است.
- جامعه فنلاند به خوبی سازمان دهی شده و با نظم و ترتیب است. نظم و ترتیب را در صف ها نیز به یاد داشته باشید.
- در خانه های آپارتمانی شب زمان سکوت است که می تواند مثلاً از ساعت ۲۲ شروع شود.

سونای

سونای یکی از ارکان اصلی زندگی فنلاندی هاست و در مجموع حدود ۱ میلیون و ششصد هزار سونا



در کل کشور وجود دارد. خاستگاه و زادگاه سونا کشور فنلاند است. قدمت سونا در این کشور به هزار سال پیش باز می گردد. سونا در کشور فنلاند آیینی کهن و مقدس محسوب می شود و هویت فنلاندی هاست. به چند مورد از ویژگی های این آیین نزد مردم فنلاند می توان به این صورت اشاره کرد:

- حتی جلسات کاری نیز ممکن است در سونا برگزار شود.

- در فصل زمستان پس از سونا گرفتن در دریاچه و یا برکه بسیار سرد و یخ زده آب تنی می کنند و یا روی برف غلت می زنند.

تغذیه

آشپزی فنلاندی متأثر از غذاهای قاره ای، روسی و سوئدی است. غذاهای سنتی هم شامل ماهی و گوشت گوزن می شود و می تواند برنج، سیب زمینی و گوشت خوک را نیز در برگیرد. فنلاندی ها به ماهیگیری علاقه زیادی دارند به همین دلیل یکی از مهم ترین ارکان سبد غذایی آنها انواع ماهی است. در فنلاند کیفیت نان بسیار بالاست و معمولاً نان ها با انواع افزودنی های لازم غنی می شوند. فنلاندی ها علاقه زیادی به نان های به اصطلاح سیاه دارند که دارای ترکیباتی از فیبر و جو است. همچنین مقدار زیادی شیر و فرآورده های لبنی در سبد غذایی روزانه خود دارند و به دلیل کمبود تابش خورشید سعی می کنند کمبود ویتامین ها مثل ویتامین دی را با شیر، لبنیات و ماهی جبران کنند. کیفیت مواد غذایی و انواع خوراکی ها در فنلاند از استانداردهای قابل قبولی برخوردار است و به همین دلیل رژیم غذایی فنلاندی ها و ترکیبات به کار رفته در آن از سلامت لازم برخوردار است.

مختصری درباره تاریخ فنلاند

پس از دوران یخبندان و تقریباً ده هزار سال پیش، مهاجرت نوع بشر به فنلاند شروع شد. مهاجران از مناطق شرقی یعنی از ناحیه روسیه کنونی و نیز از جنوب از طریق کشورهای بالتیک وارد فنلاند می شدند. فنلاند برای قرن ها، از قرن دوازدهم میلادی تا قرن نوزدهم، سال ۱۸۰۹، بخشی از سوئد بوده است به طوری که در حال حاضر هم حدود ۶ درصد از کل جمعیت این کشور را سوئدی زبان ها تشکیل می دهند. بعد از انقلاب ۱۹۱۷ روسیه، فنلاند ایالتی مستقل شد و از آن تاریخ به صورت جمهوری در آمد. گذشتگان ساکنان فعلی فنلاند یعنی فین ها در اواخر قرن اول و در اوایل قرن دوم میلادی مهاجرت خود را از ساحل جنوبی خلیج فنلاند به سوی فنلاند آغاز کردند. تا آن زمان فنلاند تقریباً غیر مسکونی بود و فقط قوم لاپ در آن متفرق بودند. پس از ورود فین ها، لاپ ها به سمت شمال رفتند.

سوئد در سال ۱۸۰۹ فنلاند را به الکساندر اول تزار روسیه تسلیم کرد. در سال ۱۹۰۱ مردم فنلاند دارای مجلس قانونگذاری و حق رای شدند. با روی کار آمدن بلشویک‌ها در روسیه در سال ۱۹۱۷، همان مجلس، استقلال فنلاند را اعلام کرد. در سال ۱۹۲۰ شوروی نیز استقلال فنلاند را به رسمیت شناخت. پس از جنگ جهانی دوم به خصوص با آغاز نیمه دوم قرن حاضر، فنلاند وضع طبیعی خود را به دست آورد و با وجود روابط تلخ گذشته با شوروی، هم اکنون روابط دوستانه با این کشور دارد. در قرن دوازدهم فنلاندی‌ها برای حفظ خود در مقابل دشمنانشان، به خصوص روس‌ها، از سوئد طلب کمک کردند و بدین گونه فنلاند به تصرف سوئد در آمد.

دوران حکومت سوئد

فنلاند به مدت بیش از ۶۰۰ سال از قرون وسطی تا اوایل ۱۸۰۰ به سوئد تعلق داشت. در طی این دوران سوئد و روسیه برای تسلط بر فنلاند با هم مبارزه می کردند که این مبارزات غالباً مسلحانه بود. در قرارداد صلح جزیره په کینه (Pähkinäsaari) در سال ۱۳۲۳ میلادی، توافق شد که مناطق غربی و جنوبی فنلاند کنونی به سوئد تعلق داشته باشند و مناطق شرقی آن تحت تسلط روسیه باشد. بعدها در نتیجه جنگ‌هایی که در قرون ۱۶ و ۱۷ انجام گرفت، مناطق سوئدی فنلاند گسترش بسیاری یافت. با این حال سوئد در جنگ‌های قرن هجدهم، مناطق متعلق به خود را از دست داد و نهایتاً در سال ۱۸۰۹، فنلاند به طور کامل تحت حکومت روسیه قرار گرفت.

فنلاند بخشی از روسیه

فنلاند در دوران حکومت روسیه، کشوری بود خود مختار در قلمرو دوک کبیر به نحوی که اداره امور کشور به دست دولت خود فنلاند یعنی مجلس سنا بود؛ ولی دوک کبیر فنلاند امپراتور روسیه بود. در دوران حکومت روسیه، فنلاند واحد پولی مستقل خود را نیز تعیین کرد و ارتش روسیه تا مدت‌ها دارای بخش نظامیان فنلاندی بود. فنلاندی‌ها با مهارت کامل از خودمختاری خویش برای پیشبرد اهدافشان استفاده می کردند. زبان فنلاندی، فرهنگ فنلاندی و کسب و کار و فعالیت‌های اقتصادی در این دوران به شدت تقویت شد. با این حال سیاست روسی سازی که روسیه در اوایل دهه ۱۹۰۰ به کار گرفت و با عدم پذیرش فنلاندی‌ها مواجه گردید، باعث تیرگی روابط بین فنلاند و حکمرانان روسیه شد.

پس از انقلاب اکتبر در روسیه، مجلس فنلاند در تاریخ ششم دسامبر ۱۹۱۷ اعلامیه استقلال را که به معنای جدا شدن فنلاند از روسیه بود تصویب کرد. در اوایل سال ۱۹۱۸، جنگ داخلی شدیدی در فنلاند آغاز شد که در آن سرخ ها، نماینده کارگران، با سفیدها، نماینده سرمایه داران و کشاورزان، شروع به جنگ کردند. در ماه می ۱۹۱۸، جنگ با شکست سرخ ها پایان یافت. سیستم حکومتی فنلاند استقلال یافته، جمهوری شد؛ رئیس جمهور را هر شش سال یک بار مردم انتخاب می کنند و وضع قوانین نیز بر عهده مجلس است که نمایندگان آن با رای مردم انتخاب می شوند.

جنگ زمستانی و ادامه جنگ

در سال ۱۹۳۹، اتحاد جماهیر شوروی به فنلاند حمله کرد و بدین ترتیب جنگ زمستانی شروع شد. در واقع در دوران جنگ جهانی دوم، دو جنگ بین فنلاند و اتحاد جماهیر شوروی روی داد که یکی از آنها جنگ زمستانی بود؛ این جنگ در سال ۱۹۴۰ اتفاق افتاد؛ دیگری ادامه جنگ بود که در سال های ۱۹۴۱-۱۹۴۴ انجام شد. نتیجه جنگ ها این بود که فنلاند کاریالا و برخی مناطق دیگر را به اتحاد جماهیر شوروی واگذار کرد. ۴۳۰ هزار فنلاندی که در این مناطق سکونت داشتند خانه و کاشانه خود را رها کرده و به دیگر مناطق فنلاند که در کنترل فنلاندی ها باقی مانده بود، پناهنده و اسکان داده شدند. با این حال، مهم ترین موضوع این بود که طی جنگ جهانی دوم، فنلاند هرگز اشغال نشد و علیرغم اینکه مناطقی از خاک خود را از دست داد، کشوری مستقل باقی ماند.

فنلاند پس از جنگ ها

پس از این جنگ ها، فنلاند وضعیت نامشخصی داشت. در ابتدا بیم آن می رفت که اتحاد جماهیر شوروی تلاش کند همچون دیگر همسایگان اروپایی خود که پس از جنگ، کمونیست شده بودند، فنلاند را نیز به کشوری کمونیستی تبدیل کند. فنلاند به هر حال توانست روابط خوبی با اتحاد جماهیر شوروی برقرار کند، نظام اجتماعی دموکرات خود را حفظ کند و روابط تجاری خود را با کشورهای غربی نیز بالا ببرد. با این حال در وضعیتی قرار گرفت که باید تا مدت های طولانی در سیاست های خارجی خود تعادل بین اتحاد

جماهیر شوروی و غرب را حفظ می کرد. پیشرفت اقتصادی فنلاند در دوران پس از جنگ بسیار خوب بود. با فروش کالا به ویژه کاغذ و دیگر تولیدات صنعت جنگل به دیگر کشورهای جهان کسب درآمد می کرد و این درآمد را برای بالا بردن سطح رفاه مردم به کار می برد. خدمات اجتماعی با ایجاد سیستم های تحصیل، بهداشت و تامین اجتماعی گسترش داده شد و فنلاند را به کشوری مرفه و مدرن تبدیل کرد.

فنلاند در اروپای جدید

هنگامی که جنگ سرد در اواخر دهه ۸۰ در اروپا به پایان رسید، فنلاند نیز در سیاست خارجی خود اصلاحاتی انجام داد. فنلاند در سال ۱۹۹۵ به عضویت اتحادیه اروپا (EU) درآمد. در سال ۲۰۰۲ از اولین کشورهای عضو اتحادیه اروپا بود که شروع به استفاده از واحد پولی مشترک اتحادیه اروپا، یورو، کرد و بدین ترتیب واحد پول خود را که مارک بود، کنار گذاشت. پس از فروپاشی اتحاد جماهیر شوروی، فنلاند دچار رکود شدیدی شد. این موضوع نیز روشن بود که اقتصاد فنلاند علاوه بر صنعت سنتی کاغذ خویش، نیاز به شرکت های موفق جدیدی در زمینه ها و رشته های دیگر نیز داشت. تلفن های همراه و دیگر کالاهای فناوری سطح بالا، کلید موفقیت فنلاند شدند و اقتصاد فنلاند با این کالاهای خود، چهره جدید مدرنی به خود گرفت.

اعیاد و جشن های ملی و مذهبی در فنلاند

اعیاد مذهبی

عید پاک



عید پاک یا ایستر یکی از تعطیلات مذهبی مسیحیان است که هر سال یک روز یکشنبه از ۲۲ مارس تا ۲۵ آوریل است. مسیحیان اعتقاد دارند در این روز حضرت عیسی مسیح که در روز فصح به صلیب کشیده شده بود، در این روز که ماه بدر کامل بود، عروج کرد و به آسمان رفت. برای فنلاندی ها این روز همچنین نشانی آمدن فصل بهار است. فنلاندی ها معمولاً سبزه می کارند و آن را با تخم مرغ رنگ شده و نوارهای رنگی تزیین می کنند. در روزهای منتهی به یکشنبه نخل، کودکان در سراسر فنلاند با

جمع آوری ترکه های درخت که آنها را با نوارهای رنگی و کاغذی می آریند، خود را برای این روز آماده می کنند.

در روز نخل، کودکان معمولاً لباس جادوگران می پوشند و با سبدهای خود که از این شاخه های تزئین شده در آن گذاشته اند، در خانه ها می روند و شعر خاصی می خوانند و برای اهل خانه سلامتی و سالی خوب آرزو می کنند. سپس شاخه ای را به اهل خانه می دهند و در مقابل به عنوان پاداشی کوچک انتظار دارند چیزی مثل کمی شیرینی، تخم مرغ رنگی یا چند سکه در سبد آنها گذاشته شود. در سواحل غربی فنلاند همچنین مرسوم است که به نشانه راندن ارواح خبیثه، آتش بر پا می کنند. در فنلاند غذاهای مخصوص عید پاک گوشت بره و دسرهایی مثل کشک و ماستینه است که با پودینگ خاصی به اسم مامی که با شکر و خامه سرو می شود، همراه است.

یکی از رسوم بسیار رایج در عید پاک رنگ کردن تخم مرغ و خوردن آن است. رنگ کردن تخم مرغ سنتی دیرینه است و احتمالاً اشاره به هنر رنگرزی عیسی مسیح دارد که جامه ها را به هر رنگی که می خواست در می آورد. روز عید به ویژه بچه ها تخم مرغ های رنگین را که خرگوشی در گوشه و کنار باغ پنهان کرده، پیدا می کنند و با لذت می خورند.

جمعه خوب

در دین مسیح، جمعه خوب، آخرین جمعه قبل از عید پاک است. مسیحیان این روز را به مناسبت عروج حضرت عیسی گرامی می دارند. این روز در مذهب کاتولیک معمولاً با روزه داری و توبه همراه است.

کریسمس کوچک

از یکی دو ماه مانده به کریسمس (از ماه نوامبر) فنلاندی ها شروع به برگزاری جشن ها و مراسمی می کنند که تا کریسمس ادامه پیدا می کند. در این قبیل مراسم و مهمانی ها، نوع غذا و تزئین آن به نوعی یادآور کریسمس است و معمولاً با سرودخوانی و انجام بعضی بازی های خاص همراه است. همچنین ممکن است بابا نوئل به بچه ها هدیه بدهد.

تعطیلات کریسمس

روزهای ۲۵ و ۲۶ دسامبر به مناسبت میلاد حضرت مسیح از تعطیلات مذهبی به شمار می رود. مردم به روش های مختلف جشن های کریسمس را برگزار می کنند: با چراغانی کردن خانه، برافروختن شمع در خانه ها، پشت پنجره ها، ویتترین مغازه ها و تزیین درخت کریسمس.

شب کریسمس از اهمیت خاصی برخوردار است و فنلاندی ها در آن شب پوره برنج همراه نوعی سوپ شیرین که از میوه های خشک شده نظیر سیب، انگور، گلابی و آلو تهیه می شود، تناول می کنند. بچه ها در شب کریسمس هدیه های خود را از بابا نوئل، که در واقع یکی از اعضای بزرگتر خانواده در پوشش لباس بابا نوئل است، دریافت می کنند.

فنلاندی ها باور دارند که بابا نوئل در شمال فنلاند در مکانی نزدیک مدار قطبی زندگی می کند و همه ساله نامه های زیادی از فنلاند و سراسر دنیا برای او فرستاده می شود.

سال نو

تعطیلات کریسمس و سال نو مانند جشن یوهانس از مهمترین تعطیلات برای فنلاندی هاست. در



شهرهای بزرگ مثل هلسینکی مردم تا نیمه شب که زمان تحویل سال است در میدان های مرکزی شهر جمع می شوند. این مراسم با اجرای موسیقی و آتش بازی همراه است. خانواده ها به همراه بچه ها در محل زندگی خودشان نیز با آتشبازی و پرتاب فشفسه به استقبال سال نو می روند. یکی دیگر از رسوم فنلاندی ها در شب سال نو بعد از تمیز کردن خانه و خانه تکانی، رفتن به سوناست چرا که باور دارند به نوعی خود را برای لحظات اولیه سال نو تمیز، پالایش و تصفیه می کنند.

روز ولتاین

چهاردهم فوریه روز عشاق و دوستی است. در این روز مردم و کسانی که همدیگر را دوست دارند برای یکدیگر کارت و هدیه می فرستند و عشق و محبت خود را به نوعی به همدیگر ابراز می کنند.

جشن های ملی

روز استقلال



هر ساله، روز ۶ دسامبر، روز استقلال فنلاند است که یکی از تعطیلات ملی این کشور محسوب می شود. این روز برای فنلاند از اهمیت خاصی برخوردار است و از سال ۱۹۱۷ که فنلاند از روسیه مستقل شد، جشن گرفته می شود. مراسم رسمی با بالا بردن پرچم در تپه ای در هلسینکی آغاز می شود و با مراسم ضیافت شام و پذیرایی با حضور مهمانان خارجی در محل کاخ ریاست جمهوری به پایان می رسد.

نیمه تابستان (یوهانوس)

یوهانوس در اواخر ماه ژوئن آغاز فصل تابستان و بلندترین روز سال است. در فنلاند مردم با خارج شدن از خانه هایشان و رفتن به طبیعت و اقامت در کلبه های خود در کنار رودخانه ها و دریاچه ها آن را جشن می گیرند. در این روز شهرها تقریباً خالی از سکنه می شود و شاید بتوان گفت خلوت ترین ایام سال است. یوهانوس همچنین با برپایی آتش در مکان های خاص، موسیقی و رقص در اطراف آن همراه است.

می دی (واپو)



واپو در اولین روز ماه می یکی از مهم ترین روزها در فصل بهار است که فنلاندی ها، مخصوصاً گروه ها و انجمن های دانشجویی با برگزاری مراسمی خاص و پیک نیک، آن را جشن می گیرند. روز اول ماه می به طور سنتی برای گرامیداشت روز کارگر است ولی برای دانشجویان همراه با برنامه های متنوع و فعالیت های

گوناگونی است. در این روز دانشجویان و مردم در گروه های مختلف با پوشیدن لباس های رنگارنگ پر از نوشته ها و برچسب های گوناگون با کلاه های سفید رنگ به همراه انواع نوشیدنی ها و خوراکی ها به پارک

ها و فضاهای سبز می روند و تقریباً تمام روز را بیرون از خانه می گذرانند. اگر چه واپو معمولاً حتی از چند روز قبل از اول می نیز آغاز می شود، اما در غروب روز ۳۰ آوریل با گردهمایی های بزرگ در شهرهای مختلف و انجام مراسم خاصی به اوج خود می رسد و در روز اول می بیشتر با فعالیت های گروهی و برگزاری کمپ و پیک نیک در پارک ها و فضاهای طبیعی ادامه پیدا می کند.

حمل و نقل

شبکه حمل و نقل ریلی نقش مهمی در جابجایی مسافران در فنلاند ایفا می کند به طوری که بیشتر سفرهای بین شهری با قطار انجام می شود. شبکه خطوط ریلی فنلاند با حدود ۶۰۰۰ کیلومتر طول از شمال به جنوب و شرق به غرب اکثر شهرهای مهم را به همدیگر وصل می کند و در عین حال خطوط راه آهن فنلاند از طریق سوئد به دیگر کشورهای اروپایی و از طریق سنت پترزبورگ به روسیه متصل می شود.

برای کسب اطلاعات بیشتر، به [پایگاه اینترنتی](#) شبکه راه آهن فنلاند مراجعه کنید.



حمل و نقل هوایی



[فن ایر](#) بزرگ ترین شرکت هواپیمای فنلاند است و پروازهای بین المللی

به مقصد بیش از ۵۰ شهر در پنج قاره جهان از توکیو در آسیا تا نیویورک در امریکای شمالی انجام می دهد و یکی از امن ترین خطوط هوایی در اروپا و اسکاندیناوی محسوب می شود.

بلووان نیز یکی از شرکت های مسافرت هوایی است که در اصل شعبه فنلاندی شرکت هواپیمایی **اس آ اس** (شرکت هواپیمای اسکاندیناوی) است و عمدتاً به مقصد کشورهای اسکاندیناوی و اروپایی پرواز دارد. در زیر آدرس اینترنتی چند شرکت نسبتاً ارزان قیمت هوایی که از / به فنلاند پرواز انجام می دهند، می آید:



ایر بالتیک

www.airbaltic.com/public/index.html



ریان ایر

www.ryanair.com/en

ریان ایر که یکی از ارزان ترین خطوط هوایی اروپاست، در فنلاند نیز در ۲ فرودگاه مشغول فعالیت است. با این شرکت هوایی از شهر تامپره در مرکز فنلاند می توان به مقصد چندین شهر در کشورهای آلمان، انگلیس، ایتالیا و اسپانیا، با هزینه نسبتاً کم، پرواز کرد.

ایزی جت

www.easyjet.com/asp/en/book/index.asp?lang=en

ساختار نظام آموزشی

سراسر عمر را باید به دانش اندوزی گذراند (ضرب المثل فنلاندی)

آموزش پیش دبستانی

آموزش های پیش دبستانی با حمایت شهرداری های مناطق به کودکان ۱ تا ۶ سال در مراکز آموزشی تحت عنوان مرکز مراقبت های روزانه ارائه می گردد. در این مراکز، کودکان معمولاً به دو گروه سنی تقسیم می شوند: گروه تا ۳ سال و گروه ۳ تا ۶ سال. مطابق قانون فنلاند، پرستاری از کودکان با مادران شاغل، در صورت تقاضا، حداکثر تا سن ۳ سالگی الزامی است. حضور کودکان در مراکز مراقبتی روزانه Paivakoti به صورت نیمه روز یا تمام روز با تغذیه گرم آنان بوده و پرستاران کودک از کودکان مراقبت می کنند. در طول روز برنامه های متنوع آموزشی و تربیتی برای رشد بهینه کودکان ارائه می شود و معمولاً چه در زمستان و چه

در تابستان، بخشی از وقت آنها در بیرون از فضای مرکز صرف بازی و تقویت مهارت های حرکتی و جسمانی می گردد.

مهد کودک ها زیر نظر وزارت بهداشت و امور اجتماعی هستند. مسئولیت سازمان دهی مهد کودک ها بر عهده بخش خدمات اجتماعی اداره های محلی است. مطابق قانون، شهرداری ها نیز ملزم به احداث تعداد مکفی مهد کودک برای برآورده کردن نیاز آموزشی رده های سنی ۰ تا ۶ سال هستند. خدمات پیش دبستانی، در زمره خدمات اجتماعی است که شهریه آن بر حسب درآمد والدین و تعداد افراد خانواده تعیین می گردد. کلیه کودکان زیر رده سنی ۳ سال در صورت تمایل والدین، از حق حضور در مهدهای کودک برخوردار هستند. در غیر این صورت والدین حق مراقبت از کودک دریافت کرده و متناسب با سلیقه خود به مراقبت روزانه از کودک مبادرت می کنند. از آنجایی که ظرفیت محدود مهدهای کودک پذیرش کودکان بالای ۳ سال را با مشکل مواجه ساخته است، اولویت با کودکانی است که به دلایل آموزشی یا اجتماعی نیازمند بهره مندی از امکانات مهدکودک هستند. از جمله مهمترین برنامه های مراقبتی مهدهای کودک در فنلاند می توان به برنامه های مراقبتی روزانه مهدکودک و برنامه های مراقبتی روزانه خانگی اشاره کرد. مراقبت های روزانه عمدتاً عبارتست از بازی های برنامه ریزی شده در زمین بازی. هدف مراقبت های روزانه حمایت از والدین در فرایند تربیت کودک و ارتقای رشد و آموزش متعادل کودکان خردسال است.

آموزش های پایه

دوره آموزش پایه ۱۰ سال طول می کشد و از سن ۷ سالگی آغاز می شود. آموزش پایه به معنای حضور اجباری در مدرسه نیست بلکه نوآموزان مختار به کسب دانش و مهارت های معادل از منابع مختلف هستند. این در حالی است که تقریباً تمامی شهروندان فنلاندی در مدارس جامع (مراکز آموزشی ارائه کننده آموزش ۹ ساله پایه) حضور می یابند. آموزش پایه ترکیبی از مقاطع آموزشی ابتدایی و مقدماتی متوسطه (۴ سال آموزش ابتدایی + ۵ سال آموزش مقدماتی متوسطه) است. گفتنی است که تا پیش از دهه ۷۰، آموزش پایه از ساختاری متشکل از ۶ سال آموزش ابتدایی و ۲ تا ۳ سال آموزش اجتماعی تشکیل می شد. آموزش پایه از سن ۷ سالگی آغاز شده و تا سن ۱۶ سالگی به طول می انجامد. مسئولیت تقبل هزینه های آموزشی اعم از هزینه کتب و ملزومات آموزشی، تغذیه، خدمات پزشکی و دندانپزشکی بر عهده شهرداری هاست.

گذراندن دوره آموزشی پایه در موفقیت دانش آموزان در کسب مهارت های آموزشی بسیار موثر به نظر می رسد. در تحلیل مقایسه ای بین المللی انجام گرفته در خصوص میزان باسوادی دانش آموزان اروپا، دانش آموزان فنلاندی در صدر قرار گرفتند. کسب چنین نتایج مطلوبی دلایل مختلفی دارد. در جامعه فنلاند، خواندن همیشه مهم بوده و مطالب خواندنی به راحتی در دسترس همگان قرار دارد. کتب آموزشی مدارس جامع نیز رایگان است. علاوه بر این، مجموعه ای از کتابخانه های محلی و کتابخانه های سیار، به رایگان در خدمت شهروندان مناطق مختلف کشور به ویژه مناطق روستایی قرار گرفته است. در این کشور، بیسوادی مسئله قابل توجهی نیست، در عوض آنچه مورد توجه است، سواد آموزی کاربردی است. به عبارت دیگر، باسوادی فقط به منزله داشتن توانایی پایه ای خواندن نیست، بلکه عبارتست از چگونگی بهره گیری بزرگسالان از اطلاعات مکتوب به منظور ارائه کارکردی فعال در جامعه. امروزه حتی سواد اطلاعاتی و نحوه کار با کامپیوتر و وسایل دیجیتالی مورد نیاز در جامعه مدرن نیز از مصادیق سواد محسوب می شود که فنلاند تلاش دارد تا حد مقدور شهروندان خود را با اینگونه فناوری ها و نحوه استفاده کاربردی آنها، چه در شغل و حرفه شان و چه در زندگی شخصی، آشنا سازد.

آموزش عالی

آموزش عالی در فنلاند در دانشگاه ها و پلی تکنیک ها ارائه می شود. موسسات پلی تکنیک متوجه زندگی شغلی بوده و مستلزم کسب مهارت های حرفه ای پیشرفته هستند. اما مشخصه دانشگاه ها، پژوهش علمی و آموزش عالی مبتنی بر آن است. نظام پلی تکنیک در دهه ۹۰ به منظور ایجاد بخشی غیر دانشگاهی در آموزش عالی ابداع شد. این نظام بر پایه شبکه سراسری از ۲۹ موسسه پلی تکنیک منطقه ای قرار دارد. پلی تکنیک ها وظایف تخصصی در بخش های منابع طبیعی، فناوری و ارتباطات، تجارت و مدیریت، گردشگری، هتلداری و مدیریت نهادی، مراقبت های بهداشتی و خدمات اجتماعی، فرهنگ و علوم انسانی را آموزش می دهند که پس از ۳،۵ تا ۴ سال به اخذ مدرک منتهی می شود. وزارت آموزش عالی مدارک آنها را تایید می کند اما خود پلی تکنیک ها درباره برنامه آموزشی شان تصمیم می گیرند. در کشور فنلاند ۲۰ دانشگاه شامل ۱۰ دانشگاه چند رشته ای، ۳ دانشگاه فناوری، ۳ دانشگاه اقتصاد و مدیریت و ۴ دانشگاه عالی هنر فعالیت دارد. تمامی دانشگاه های کشور فنلاند دولتی هستند. عبارات فنلاندی Yliopisto و Korleakoulu به معنای دانشگاه هستند. دانشگاه هلسینکی بهترین دانشگاه کشور است که با ظرفیت حدود چهل هزار دانشجو، از یک چهارم دانشجویان فنلاند ثبت نام می کند. با این حال کیفیت بالای تحصیلات عالی محدود به منطقه هلسینکی

نمی گردد. شهرهای تامپره (Tampere) و تورکو (Turku) هر دو به عنوان شهرهای دانشگاهی از شهرت فراوانی برخوردارند. پیشرفت سریع و موثر آموزش عالی در کشور فنلاند، در نتیجه مشارکت سه دانشگاه در تورکو و دو دانشگاه در تامپره، دانشگاه اولو (Oulu) و لاپلند (Lapland) در شمال، دانشگاه جیواسکیلا (Jyväskylä) در مرکز فنلاند، دانشگاه و دانشگاه تکنولوژی لاپینرانتا (Lappeenranta) در شرق و دانشگاه واسو (Vaasa) در سواحل غربی است. آموزش دانشگاهی مخصوصاً در مقاطع لیسانس و فوق لیسانس عمدتاً به زبان فنلاندی و در مواردی هم سوئدی است. البته هر روز بر تعداد رشته ها و واحدهای ارائه شده به زبان انگلیسی افزوده می شود.

کلیه دانشجویان فنلاندی ملزم به گذراندن آزمون های ارزیابی شایستگی در هر دو زبان فنلاندی و سوئدی یا حداقل یک زبان دیگر هستند. در تلاش برای همساز کردن رشد تعداد دانشجویان ورودی در قالب برنامه های مبادلاتی دو طرفه، آموزش به زبان انگلیسی تدریجاً رو به افزایش است. از کل دانشجویان شاغل به تحصیل در فنلاند، ۵۸ درصد در رشته های علوم انسانی، علوم اجتماعی، تعلیم و تربیت، اقتصاد، حقوق و الهیات، ۱۹ درصد در ریاضیات و علوم تجربی، ۱۶ درصد در فن شناسی و ۷ درصد در رشته پزشکی تحصیل می کنند. کلیه رشته های علمی در تمام دانشگاه ها قابل دسترسی نیستند. موسسات جدیدتر مخصوصاً موسسات علوم براساس اولویت مناطق احداث می شوند.

سال تحصیلی دانشگاهی از اوایل ماه سپتامبر آغاز شده و شامل ۲ ترم ۱۴ هفته ای است. ترم اول اواسط دسامبر خاتمه یافته و ترم دوم از اواسط ژانویه آغاز می شود و تا ماه می به طول می انجامد. تنها تعطیلی رسمی بین ترمی دانشگاه، تعطیلی یک هفته ای عید پاک است. اگر چه تعطیلات غیر رسمی زمستانه نیز در ماه فوریه/ مارس مطابق با تقویم مدارس دولتی وجود دارد.

ورود به دانشگاه

آن دسته از دانشجویانی که در آزمون نهایی فنلاند پذیرفته شده باشند، شایسته ورود به مراکز آموزش عالی هستند. از سال ۱۹۹۱، دانش آموزان مدارس عالی و آموزش عالی فنی و حرفه ای نیز از مجوز حضور در مراکز آموزش عالی برخوردار گردیده اند. دانشگاه ها خود شرایط ورودی را تعیین می کنند. معیارهای گزینش و مهلت ثبت نام بسته به نوع موسسه، رشته تحصیلی و حتی شاخه های تحصیلی متفاوت است. به طور کلی می توان گفت که پذیرش دانشجو در کشور فنلاند مبتنی بر موفقیت در آزمون ورودی و برخورداری

از دیپلم متوسطه است. حضور در آزمون های ورودی برای متقاضیان کلیه رشته ها اجباری است. تعداد دانشجویان پذیرفته شده در هر دانشگاه را خود موسسات و بر مبنای چهارچوب مصوب دولت تعیین می کنند. ورود به دانشگاه های فنلاند بسیار رقابتی است.

پذیرش دانشجویان از طریق آزمون ورودی و درصد نمرات گواهینامه لوکیو و آزمون ملی دانشجویی تعیین می گردد. علی رغم اینکه فنلاند به ازای هر شهر، از تعداد دانشجویان بیشتری نسبت به سایر کشورهای نوردیک (اسکاندیناوی، فنلاند و ایسلند) برخوردار است، تنها یک سوم دارندگان گواهینامه Cohort به دانشگاه راه می یابند. در مراکز آموزش عالی فنلاند، هیچ گونه شهریه ای از دانشجویان دریافت نمی شود و دانشجویان فقط ملزم به پرداخت حق بیمه درمانی و اتحادیه دانشجویی هستند. با وجود عدم پرداخت شهریه تحصیلی، دانشجویان از یارانه دولتی مشتمل بر وام تحصیلی و کمک هزینه های خرید ابزار آموزشی برخوردار می شوند.

دوره های تحصیلی

۱. دوره های پلی تکنیک (AMK/YH): منجر به کسب مدرک Bachelor می شود. این دوره ها ۴ سال طول می کشد و مستلزم گذراندن ۱۴۰ تا ۱۶۰ واحد درسی است. تعداد واحدهای مورد نیاز بستگی به رشته تحصیلی دارد و حداقل ۲۰ واحد به یک دوره تجربه کار علمی اختصاص دارد. در پایان دانشجو پایان نامه نیز ارائه می دهد.

۲. Kandidaati/ Kandidat (Bachelor): شامل سه تا چهار سال تحصیل تمام وقت است. این دوره در نظام جدید آموزشی فنلاند در دانشگاه ها گذرانده می شود که حداقل شامل ۱۲۰ واحد است و دانشجو دروس پایه و تخصصی را می گذراند. در سال آخر دانشجو باید پژوهش علمی را همراه پایان نامه ارائه دهد.

۳. Maisteri (Master): شامل ۵ تا ۷ سال تحصیل تمام وقت است. این دوره بعد از دیپلم دبیرستان، شامل گذراندن حداقل ۱۶۰ تا ۲۲۰ واحد تحصیلی و انجام پژوهش های علمی و ارائه پایان نامه است. اگر این تحصیلات بعد از دوره بند دو گذرانده شود، واحدهای مورد نیاز حداقل ۸۰ واحد است.

۴. در کشور فنلاند اعطای مدرک **Lisensiaatti/ Licentiat** نیز ممکن است که دانشجوی برای گرفتن آن موظف به گذراندن ۶۰ واحد خواهد بود. این دوره پژوهشی است. دانشجوی موظف به نوشتن پایان نامه و دفاع موفقیت آمیز در مقابل استادان است. اکثر دانشجویان این دوره را به عنوان مقدمه دوره دکترا می گذرانند که ۲ تا ۳ سال تحصیلی طول می کشد.

۵. **Tohtori/Doktor (Ph. D.)**: شرط ورود به دوره دکترا، داشتن مدرک بند سه یا **Magister**. یعنی کارشناسی ارشد است. دوره دکترا نیز در فنلاند ترکیبی از واحدهای درسی و پژوهشی است و ۴ تا ۵ سال به طور تمام وقت طول می کشد.

پذیرش دانشجویان خارجی

در فنلاند ورود به دانشگاه برای مقطع لیسانس نیازمند قبولی در آزمون ملی کنکور و داشتن مدرک لوکیو یا همان دیپلم متوسطه است. کسانی که مدرک متوسطه آنها در خارج از فنلاند کسب شده نیز به شرط اینکه شرایط عمومی پذیرش در رشته مربوط را داشته باشند و آزمون ملی کنکور فنلاندی را به زبان فنلاندی و سوئدی گذرانده باشند می توانند وارد دانشگاه شوند. در مواردی هم که رشته به زبان انگلیسی آموزش داده می شود شرایط خاص خود را دارد که توسط دانشگاه مربوط تعیین می گردد.

ساختار کادر دانشگاهی

ساختار آموزشی و مدیریتی در دانشگاه های فنلاند به این شکل است که در راس هر کدام از دانشکده ها یک یا چند استاد وجود دارند که به میزان قابل توجهی در دانشکده اعمال نفوذ می کنند. در رده های پایین تر تعداد زیادی استادیار فعالیت دارند که با توجه به رشته تخصصی خود اثر گذار هستند. دانشکده ها همچنین دارای معاون ارشد و یا معاون وقت هستند که در قالب دوره های ۳ تا ۵ ساله استخدام می شوند. بخش اعظم تدریس پایه در دانشکده ها را مربیان و دانشیاران انجام می دهند. همچنین مربیانی به صورت حق التدریس فعالیت می کنند. در سمت استادی و استادیاری، برخورداری از مدرک علمی دکترا، شرط اساسی است. معاونان دانشگاهی نیز باید دست کم مدرک کارشناسی ارشد داشته باشند. البته فشار برای ارتقا و برخورداری از حداقل گواهینامه رسمی مجوز کار رو به افزایش است. معافیت از این شروط امکان پذیر است و لی دانشگاه های فنلاند به علت مدرک گرایی شدید مشهور به رعایت تشریفات اداری هستند.

واحدهای دانشگاهی

واحدهای دانشگاهی در دانشگاه های فنلاند مبتنی بر طرح هفته های تحصیلی است. یک هفته تحصیلی به اندازه ۴۰ ساعت کار یک دانشجو به حساب می آید. هفته های تحصیلی خود شامل دوره های سخنرانی، آزمون کتبی و انجام تحقیقات می شود. لازم به ذکر است که تخصیص هفته تحصیلی به یک درس علاوه بر زمان حضور دانشجویان در کلاس، شامل زمان منطقی اختصاص یافته به کتب درسی دانشگاهی نیز می شود. به عنوان مثال، دانشجویی که ۲۵ ساعت سخنرانی دارد، از ۱۲ ساعت زمان برای نگارش یک مقاله تخصصی برخوردار است. یک هفته تحصیلی به ندرت شامل ۴۰ ساعت ارتباط بدون فعالیت خارجی می شود. سیستم آموزش عالی در کشور فنلاند بر ارائه سخنرانی های علمی استوار است. از این رو، دانشجویان حق دارند از میان شرکت در سمینارهای علمی و حضور در آزمون مربوط و یا مطالعه کتب درسی و حضور در آزمون های مربوط، یکی را انتخاب کنند. دروس ارائه شده در دانشکده های مختلف از لحاظ تعداد واحدهای ارائه شده، کاملاً متفاوت است.

برخی سخنرانی ها یا کارهای عملی ممکن است فقط یک هفته طول بکشند. این در حالی است که ارائه تحقیقاتی یا سمینار آموزشی ممکن است تا ۲۰ هفته به طول انجامد. دانشجویان همچنین باید توانمندی خود را در نوشتار و گفتار به زبان های مختلف نشان دهند. زبان سوئدی یا فنلاندی به عنوان زبان دوم ملی اجباری است. آموزش های موضوعی نیز خود شامل ۷۰ تا ۸۰ واحد درسی اجباری و اختیاری می شود. دانشجویان همچنین باید مجموعه ای دروس مقدماتی و تکمیلی از گروه های موجود در دانشکده خود یا سایر دانشکده ها انتخاب کنند. پس از گذراندن آموزش های موضوعی، دانشجویان به انتخاب دروس تخصصی شامل ۳۰ تا ۴۰ واحد مبادرت می کنند. در برخی از دانشگاه ها، آزمون ها در پایان سری سخنرانی های علمی برگزار می شود. در برخی از دانشگاه ها نیز، برای برخی از دروس آزمون برگزار نمی شود که در عوض شرکت منظم در جلسات آموزشی الزامی است. نتایج امتحانات در تابلوی اعلانات دانشکده و گروه درج می شود. نمرات درسی معمولاً بین ۱ تا ۵ است که در آن ۱ پایین ترین نمره و ۵ بالاترین نمره است. در برخی درس ها، فقط قبولی یا مردودی دانشجویان اعلام می شود. تنها نمرات قبولی در نسخه یا دفتر آموزشی ثبت می گردد چرا که مطابق مقررات، اگر دانشجویی در آزمون مردود شده یا از نمرات خود راضی نباشد، از مجوز حضور مجدد در آزمون های مکرر در تاریخ های معلوم برخوردار است. در چنین حالتی با قبولی دانشجو، نمره قبولی در دفتر آموزشی و کامپیوتر ثبت می گردد.

از دانشجویان به صورت مداوم ارزیابی به عمل می‌آید. این ارزیابی در دانشگاه‌ها و دانشکده‌های مختلف متفاوت است. در اغلب موارد، پیشرفت دانشجویان بر مبنای آزمون کتبی پایان دوره یا سلسله مباحث پایان واحدهای تحصیلی تکمیلی سنجیده می‌شود. آزمون‌های دانشگاهی عمدتاً بر مبنای جلسات درسی و کتب معرفی شده برگزار می‌شوند. به علاوه برگزاری آزمون‌های شفاهی نیز الزامی بوده و نمرات آن در رایانه مرکزی دانشگاه ثبت می‌گردد. به عنوان بخشی از تحصیلات پیشرفته، دانشجویان ملزم به پایان نامه هستند. در دانشگاه‌های هنر، پایان نامه به صورت ارائه اثری هنری نظیر کنسرت، اجرای نمایش، خلق یک اثر نقاشی و غیره است. در طی دوره‌های درسی، عملکرد دانشجویان را معمولاً استادان دوره و به صورت انفرادی ارزیابی می‌کنند. این در حالی است که مسئولیت ارزیابی نهایی بر عهده مدیر گروه هر رشته تحصیلی است. نهایتاً آزمون‌های پایانی و پایان نامه‌های دانشجویی را ممتحن‌های بی طرف دانشکده ارزیابی می‌کنند.

رشته‌ها و دوره‌های آموزشی در موسسات آموزش عالی فنلاند

موسسات آموزش عالی فنلاند در حدود ۳۴۰ برنامه و درجه در رشته‌ها و مقاطع مختلف از لیسانس تا دکترا ارائه می‌کنند. تقریباً در تمامی رشته‌ها امکان ادامه تحصیل، مخصوصاً در مقاطع تحصیلات تکمیلی وجود دارد. دوره لیسانس معمولاً ۳ تا ۴ سال و با گذراندن ۱۸۰ واحد درسی است. دوره فوق لیسانس ۲ سال و ۱۲۰ واحد است. در این مقطع دانشجویان واحد مطالعات پیشرفته را گذرانده و آماده ارائه پایان نامه می‌شوند. دوره‌های بعد از فوق لیسانس برای درجه **Licciate** است که شامل ۶۰ واحد می‌شود و درجه دکترا مستلزم گذراندن حدود ۱۶۰ واحد با احتساب رساله و در مدت حداقل ۴ تا ۵ سال تحقیق و تحصیل تمام وقت است. البته در فنلاند دوره‌های دکترا در عمل بیشتر از ۶ سال طول می‌کشد و اکثر دانشجویان به دلیل اینکه درگیر پروژه‌های تحقیقاتی، کار و همچنین فرایند چاپ مقالات خود هستند، نمی‌توانند زودتر از ۶ سال فارغ التحصیل شوند.

دانشگاه‌های پلی تکنیک هم معمولاً دو درجه لیسانس شامل ۲۱۰ تا ۲۷۰ واحد (سیستم واحدی نظام جدید اروپایی) که عمدتاً از ۳,۵ تا ۵ سال طول می‌کشد و درجه فوق لیسانس که شامل ۶۰ تا ۹۰ واحد بوده و ۱ تا ۱,۵ سال به طول می‌انجامد ارائه می‌کنند. در پلی تکنیک‌ها، این دوره برای کسانی ارائه می‌شود که بعد از دوره لیسانس سابقه حداقل ۳ سال تجربه کاری داشته باشند.

در نظام آموزشی فنلاند از نظام واحد اروپایی استفاده می شود که معمولاً هر سال تحصیلی برای گذراندن ۶۰ واحد اروپایی در نظر گرفته می شود. در این نظام، هر واحد تقریباً معادل یک هفته کار و مطالعه است.

پایگاه رشته ها و دوره های آموزشی موجود در مؤسسات آموزش عالی و دانشگاه های فنلاند

در این پایگاه داده ها، اطلاعات مربوط به حدود ۵۰۰ رشته و برنامه بین المللی که در دانشگاه ها و مؤسسات آموزش عالی فنلاند به زبان انگلیسی ارائه می شود، قابل دسترسی است. این پایگاه را مرکز توسعه ارتباطات بین المللی اداره می کند. بعضی از این برنامه ها و دوره ها کوتاه مدت هستند و معمولاً منجر به اخذ درجه خاصی نمی شوند، بلکه بیشتر برای دانشجویان مهمان و مبادله ای از دیگر کشورها اختصاص دارند. بقیه برنامه های جامع تر معمولاً چند سال طول می کشند و منتج به اخذ مدرک و درجه رسمی فنلاندی می شود.

http://www.studyinfinland.fi/study_options/study_programmes_database

در فنلاند برای دوره های لیسانس و دکترا معمولاً شهریه دریافت نمی شود ولی برای دوره های فوق لیسانس وضعیت متفاوت است به طوری که برای بعضی ها شهریه دریافت می شود ولی بعضی دیگر از رشته ها رایگان هستند. در سال های اخیر مباحثات و صحبت هایی در محافل سیاسی و تصمیم گیری مبنی بر اخذ شهریه از دانشجویان خارجی مخصوصاً خارج از اتحادیه اروپا مطرح بوده است به طوری که بعضی از دوره ها به طور آزمایشی شروع به اخذ شهریه کرده اند و در صورت موفقیت آمیز بودن طرح و اقبال از سوی متقاضیان تحصیل در فنلاند، شامل اکثر یا تمام دوره های تحصیلی دوره فوق لیسانس خواهد شد. البته این تصمیمات با مخالفت های زیادی از طرف برخی مخالفان و دانشجویان هم روبرو شده است که در چندین نوبت اعتراض ها و تحصن های خیابانی برگزار کرده اند.

اخذ پذیرش از دانشگاه ها و مؤسسات آموزش عالی فنلاند

در لینک های زیر اطلاعات مربوط به شرایط، زمان، فرم ها و مدارک لازم، اطلاعات تماس و نحوه اخذ پذیرش برای کلیه دوره ها و مقاطع تحصیلی در دانشگاه های فنلاند موجود است. شایان ذکر است هر دانشگاه و هر رشته در هر مقطعی ممکن است شرایط و روال خود را داشته باشد و بهترین راه برای کسب

اطلاعات، برقراری ارتباط با بخش یا دپارتمان مربوط است. آنچه در ادامه می آید مربوط به دانشگاه هایی است که اخذ پذیرش از آنها از طریق سایت مرکزی اخذ پذیرش برای دانشگاه های فنلاند (پیوند زیر) میسر است و بقیه دانشگاه ها رویه خاص خود را دارند که از طریق وب سایت دانشگاه قابل دسترسی است.

لینک سایت مرکزی اخذ پذیرش برای دانشگاه های فنلاند:

<http://universityadmissions.fi>

لینک سایت اخذ پذیرش آنلاین از پلی تکنیک ها و موسسات آموزش علوم کاربردی:

https://www.admissions.fi/vierashaku/prod_index.html

صفحات مربوط به اخذ پذیرش در دانشگاه های فنلاند:

University of Helsinki

دانشگاه هلسینکی:

<http://www.helsinki.fi>

University of Jyväskylä

دانشگاه جیواسکیلا:

<https://www.jyu.fi/en/study/apply/apply>

University of Tampere

دانشگاه تامپره:

<http://www.uta.fi>

University of Turku

دانشگاه تورکو:

<http://www.utu.fi/en/studying>

University of Lapland

دانشگاه لاپلاند:

<http://www.ulapland.fi/InEnglish/Admissions>

University of Oulu

دانشگاه اولو:

<http://www oulu.fi/degree>

Åbo Academi University

آکادمی آبو در تورکو:

<https://www.abo.fi/student/en/master>

<http://www.aalto.fi/en/studies/admissions>

Tampere University of technology

دانشگاه صنعتی تامپره:

<http://www.tut.fi/admissions>

دانشگاه ها و موسسات آموزشی فنلاند

دانشگاه های جامع چند رشته ای

دانشگاه آلتو

دانشگاه آلتو یک دانشگاه تازه تأسیس چند رشته است که در سال ۲۰۱۰ از ادغام سه دانشگاه مختلف، دانشگاه صنعتی هلسینکی، دانشگاه هنر و طراحی هلسینکی و دانشگاه اقتصاد هلسینکی که هر کدام در حوزه خود از دانشگاه های شناخته شده هستند، پایه گذاری شده است. این دانشگاه به نام آلتو، یکی از معماران و طراحان بنام فنلاندی است. دانشگاه آلتو در حال حاضر متشکل از سه مدرسه هنر و طراحی، اقتصاد و علوم و تکنولوژی است.

نمی دانم لزوم این پاراگراف آخر چیست!!!

سرپرستی علمی ج.ا.ایران در منطقه شمکن

دفترچه راهنمای دانشجویان در کشور فنلاند



سرپرستی علمی ج.ا.ایران در منطقه شمکن

بخش دوم

اقدامات ضروری پیش از سفر به فنلاند

سرپرستی علمی ج.ا.ایران در منطقه میسن

زبان تحصیل

تدریس در دانشگاه های فنلاند به سه زبان فنلاندی، سوئدی و انگلیسی صورت می گیرد بنابراین برای تحصیل در فنلاند دانستن یکی از سه زبان مذکور الزامی است. به دلیل آنکه آموزش زبان فنلاندی و سوئدی در ایران رایج نیست، زبان انگلیسی در اولویت اول یادگیری است. از طرفی هزینه یادگیری زبان های خارجی، به استثنای فنلاندی، در ایران مناسب تر از فنلاند است و از طرف دیگر ارائه نمره حد نصاب زبان خارجی غالباً در بیشتر دانشگاه های فنلاند از شرایط لازم برای دریافت پذیرش است؛ لذا توصیه می شود تا حد امکان دانشجویان مهارت های زبانی خود را پیش از ورود به فنلاند افزایش دهند. این امر می تواند موجب تسریع در مراحل تحصیلی و تسهیل زندگی در کشور فنلاند گردد.

از آنجایی که امکان گذراندن واحدهای درسی در بعضی از دوره های دکترا در فنلاند به زبان انگلیسی وجود دارد و اکثر مردم این کشور قادر به گفتگو به این زبان هستند، اغلب دانشجویان ایرانی شاغل به تحصیل در دوره های دکترا عملاً نیاز جدی به یادگیری زبان فنلاندی احساس نمی کنند. با این حال یادگیری زبان فنلاندی برای تحصیل در برخی رشته های مقاطع دکترا و پایین تر از دکترا و به خصوص در رشته هایی همچون پزشکی که مستلزم ارتباط با افراد عادی جامعه است، ضروری است.

ارزیابی مخارج تحصیل

یکی از مهم ترین دغدغه های دانشجویان در خارج از کشور هزینه های تحصیل و زندگی است. اگرچه تحصیل در فنلاند رایگان است ولی در کل هزینه های زندگی در فنلاند نسبتاً بالا و هلسینکی یکی از ۵ شهر گران دنیاست. برای آگاهی متقاضیان به منظور پیش بینی هزینه ها، توضیحاتی آورده شده، که همگی میانگینی تقریبی است و می تواند از شهری به شهر دیگر و یا در دانشگاه های مختلف اندکی متفاوت باشد. دانشجویان دکترا، بر خلاف مقاطع تحصیلی پایین تر، همانند سایر کارمندان دانشگاه، مشمول استفاده از امکانات دانشجویی مانند بهداشت و سلامت یا حمل و نقل نمی شوند اما همیشه برای پیدا کردن محل زندگی از طرف موسسه شان حمایت می شوند. مثلاً در صورتی که تصمیم به زندگی در هلسینکی داشته باشید پیدا کردن یک آپارتمان یا اتاق مناسب به ویژه در این شهر بسیار مشکل است. در صورتی که بخواهید از شخص خانه کرایه کنید برای اتاقی مناسب باید ماهیانه ۴۰۰ یورو اجاره پرداخت کنید ضمن اینکه معمولاً آشپزخانه یا حتی سرویس بهداشتی مشترک است. به همین ترتیب کرایه آپارتمانی ۴۵ متری

۱۰۰۰ یورو در ماه است. متوسط اجاره اتاق حداکثر ۶۰۰ یورو و برای آپارتمان یا سویت حدود ۹۰۰ یورو در ماه است. معمولاً در فنلاند دانشجویان تلاش می کنند از شرکت هایی که با دانشگاه قرارداد دارند خانه کرایه کنند زیرا معمولاً بهای این خانه ها تا حدودی کمتر از حد متوسط اجاره بهاست. برای داشتن تخمینی از هزینه های زندگی در فنلاند برآوردهایی از مخارج اصلی زندگی داده می شود.

مخارج زندگی عبارتند از:

شهریه دانشگاه: در فنلاند تحصیل رایگان است ولی هزینه ثبت نام در سال اول تحصیل ۸۰ یورو است. هزینه ثبت نام در اتحادیه دانشجویان (Student union) سالیانه ۵۰ یورو است که عضویت دانشجویان دکترا اختیاری است.

اجاره منزل: ۴۰۰ تا ۱۰۰۰ یورو در ماه

اجازه اقامت: ۵۰ تا ۱۲۰ یورو در سال

بیمه برای تمدید اقامت: ۵۵۰ یورو در سال (دانشجویان خارجی مشغول به تحصیل در کشور فنلاند باید هر سال اجازه اقامت خود را تمدید کنند و به این منظور باید بیمه داشته باشند)

کارت حمل و نقل: ۴۵ تا ۸۵ یورو در ماه

ودیه اجاره مسکن (Deposit): معمولاً معادل اجاره یک ماه

کتاب های مورد نیاز و کارت کپی: به طور متوسط ۲۰۰ یورو در سال

برق: ۶۰ تا ۴۰۰ یورو، هر سه ماه

آب: ۱۰ یورو در ماه

هزینه اشتراک تلویزیون و اینترنت: ۲۵ تا ۵۰ یورو در ماه

هزینه تلفن همراه: ۲۰ تا ۵۰ یورو در ماه

خوراک و پوشاک: ۴۰۰ تا ۸۰۰ یورو در ماه

ورزش: ۸۰ یورو در سال

مسلماً مخارج افراد مختلف، متفاوت است ولی در کل فنلاند یکی از کشورهای گران در آمار جهانی است. دانشجویانی که از خانه های HOAS استفاده می کنند معاف از پرداخت هزینه آب و برق و اینترنت هستند.

دریافت بورس تحصیلی

دانشگاه ها و مراکز تحقیقاتی

دانشگاه ها و مراکز تحقیقاتی ایران می توانند برای تامین نیروهای علمی خود در چارچوب قوانین و مقررات، اقدام به اعطای بورس تحصیل در خارج از کشور کنند. برای کسب اطلاعات بیشتر در این زمینه می توانید به معاونت یا گروه های آموزشی دانشگاه ها مراجعه کنید.

اداره کل بورس و امور دانشجویان خارج وزارت علوم، تحقیقات و فناوری و معاونت آموزشی و امور دانشگاهی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی دو مورد از منابع بورس تحصیلی برای دانشجویان مایل به ادامه تحصیل در رشته های مختلف هستند. معاونت آموزشی و امور دانشگاهی وزارت بهداشت، در رشته های علوم پزشکی فعالیت می کند. معاونت مذکور برای تامین نیروهای آموزشی و پژوهشی خود، به افراد واجد شرایط و پذیرفته شدگان آزمون های مربوط که وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی برگزار می کند، بورس تحصیلی خارج از کشور اعطا می کند.

ترجمه مدارک تحصیلی و دریافت پذیرش

ترجمه مدارک تحصیلی و ریز نمرات درسی یکی از مقدمات گرفتن پذیرش است. برای اخذ پذیرش در مقطع کارشناسی معمولاً ترجمه مدرک دیپلم و ریز نمرات دبیرستان و پیش دانشگاهی و برای مقطع کارشناسی ارشد ترجمه مدارک دیپلم و کارشناسی همراه ریز نمرات کارشناسی و برای دوره پیش دکترا و یا دکترا ترجمه مدارک دیپلم، کارشناسی و کارشناسی ارشد و ریز نمرات کارشناسی و کارشناسی ارشد مورد نیاز است.

برای ترجمه این مدارک می توان به یکی از دفاتر دارالترجمه رسمی مراجعه کرد. برای دانشگاه های فنلاند، ترجمه مدارک به زبان انگلیسی و فنلاندی-سوئدی قابل قبول است.

نکته قابل توجه در خصوص ترجمه مدارک این است که حتماً ترجمه مدارک به ویژه ریز نمرات را قبل از اینکه برای تایید به دادگستری و امور خارجه ارسال شود، کنترل کنید. در این زمینه ترجمه لغات تخصصی را به دقت چک کنید. تجربه نشان داده که گاهی اسامی برخی دروس و یا واژه های تخصصی به صورت صحیح انجام نمی شود. استفاده از واژه های نامتعارف در ترجمه عبارات تخصصی می تواند مشکل ساز شود.

از آنجا که سیستم نمره دهی در نظام آموزشی ایران تفاوت زیادی با فنلاند دارد، بهتر است که از دارالترجمه بخواهید سیستم نمره دهی را نیز در ترجمه ریز نمرات ذکر کند. مترجم می تواند از عبارت **out of 20** در ترجمه انگلیسی ریز نمرات استفاده کند تا نشان دهد که نمرات از ۲۰ محاسبه شده است. در مرحله بعد کلیه مدارک ترجمه شده باید به تایید دادگستری و وزارت امور خارجه ایران رسیده و کپی برابر اصل شده مدارک به زبان فارسی نیز ضمیمه گردد.

توصیه می شود از کلیه مدارک چندین نسخه فتوکپی تهیه و برابر با اصل کنید تا در صورت نیاز و یا مفقود شدن اصل مدارک بتوان از نسخه های برابر با اصل شده آنها استفاده کرد. بدین منظور می توانید به دادگستری شهر محل سکونت خود مراجعه و مراحل لازم را طی کنید.

ترجمه مدارک مزبور نیازی به تایید سفارت فنلاند در ایران ندارد.

موسسه های اخذ پذیرش

موسسه های اخذ پذیرش به دانشجویان در امر گرفتن پذیرش از دانشگاه های خارج از کشور کمک می کنند. بنا بر مقررات، این مراکز تنها می توانند نسبت به اخذ پذیرش برای تحصیل در آن دسته از دانشگاه ها و مراکز آموزشی خارج از کشور اقدام کنند که ارزش مدارک تحصیلی آنها در مقطع مورد نظر به تایید وزارتخانه های ذیربط رسیده باشد.

می توانید فهرست موسسه های اخذ پذیرش دانشگاه های خارج از کشور دارای مجوز از وزارت علوم، تحقیقات و فناوری را در آدرس زیر بیابید.

http://scholarship.msrt.gov.ir/index.php?option=com_content&id=229

مقتضای گرفتن پذیرش تحصیلی در مقطع دکترا باید در ابتدا اقدام به یافتن استاد راهنما در دانشگاه مورد نظر خود کند که وی را به عنوان دانشجو در گروه تحقیقاتی اش پذیرفته و راهنمایی وی را بر عهده گیرد. استاد راهنما معمولاً supervisor یا promoter خوانده می شود. در مرحله بعد دانشجو زیر نظر استاد راهنما، طرح پژوهشی دوره دکترا (پروپوزال) را تهیه و با نظر وی استاد مشاور (advisor or co-promoter) طرح نیز تعیین می شود. پیوست کردن نامه استاد راهنما به پروپوزال طرح برای ارائه درخواست پذیرش به دانشگاه ضروری است. در بسیاری از دانشگاه ها مقتضای باید مدارک قبولی در آزمون زبان انگلیسی را نیز برای اخذ پذیرش به دانشگاه تحویل دهد.

کلیه مدارک مورد نیاز دانشگاه باید دقیق و خوانا تنظیم، به امضای دانشجو رسیده و در زمان مقتضی به دانشگاه مورد نظر ارسال شود. معمولاً بررسی مدارک و اعطای پذیرش حداکثر ۲ تا ۳ ماه به طول می انجامد.

در اینجا ذکر نکاتی چند برای آشنایی بیشتر متقاضیان اخذ پذیرش عنوان می گردد:

- تجربه نشان داده است که استاد راهنما و فضای گروه های تحقیقاتی نقشی محوری در موفقیت و پیشرفت دانشجو دارند. از این رو دانشجوی دوره دکترا باید در انتخاب گروه تحقیقاتی و استاد راهنما دقت و توجه کافی مبذول کند. اطلاعات مربوط به گروه های تحقیقاتی از جمله نوع فعالیت ها، مقالات چاپ شده، دانشجویان، تکنسین ها، سوابق و موقعیت های استاد راهنما در وبگاه دانشگاه موجود است. توصیه می شود گروه هایی را انتخاب کنید که علاوه بر معیارهای پژوهشی مورد نظر، دارای تعداد دانشجویان خارجی بیشتری باشند. این امر فضای پژوهشی را به فضاهای بین المللی و غیر تعصبی نزدیک تر کرده و تا حد زیادی نشان دهنده نوع نگرش استاد راهنما و مسئولان گروه در برخورد با دانشجویان خارجی است. چنانچه دانشجوی ایرانی دیگری نیز مشغول به تحصیل یا فارغ التحصیل از همان گروه پژوهشی است، می توانید اطلاعات ارزشمندی درباره گروه از وی بگیرید.

- برای ارتباط با گروه های تحقیقاتی بهتر است درخواست پذیرش را با استفاده از ایمیل ارسال کنید. در صورت امکان سعی کنید درخواست خود را از طریق آدرس ایمیلی که یکی از دانشگاه ها یا مراکز تحقیقاتی ایران برایتان ایجاد کرده است، ارسال کنید. این روش برتری محسوسی نسبت به ارسال پذیرش با استفاده از آدرس های ایمیل عمومی که در وبگاه هایی

چون MSN و یاهو ایجاد می شود، دارد زیرا ارسال درخواست پذیرش با استفاده از ایمیل دانشگاهی، نشان دهنده حضور شما در آن دانشگاه یا مرکز تحقیقاتی بوده و در جلب نظر استادان تاثیر بسزایی دارد.

از آنجا که استادان معمولاً مشغله های فراوانی دارند، بهتر است نامه درخواست پذیرش تا حد امکان کوتاه، گویا و حاوی نکات مهم و برجسته درخواست شما باشد. از آنجا که استادان شناخته شده در جهان روزانه ایمیل های فراوانی از دانشجویان کشورهای مختلف دریافت می کنند، که حتی شاید وقت کافی برای باز کردن و خواندن همه آنها نداشته باشند، انتخاب موضوع نامه (subject) اهمیت فراوانی برای ترغیب استاد به خواندن ایمیل شما دارد. توجه داشته باشید که استادان معمولاً تمایل به جذب دانشجویانی دارند که برایشان بار مالی به همراه نداشته باشند. از اینرو در صورت داشتن بورس تحصیلی وجود آن را به صورت کوتاه در عنوان موضوع نامه خود منعکس کنید. به طور مثال می توانید از عبارت a Ph.D candidate with scholarship در عنوان نامه استفاده کنید.

همچنین باید رزومه (CV) خود را به نامه مذکور پیوست کنید. رزومه، شرحی از اطلاعات مربوط به سوابق تحصیلی، پژوهشی و شغلی فرد به همراه برخی اطلاعات شخصی است که برای اخذ پذیرش دانشجویان به خصوص در مقطع دکترا از اهمیت بالایی برخوردار است. از آنجا که اولین گام برای گرفتن پذیرش دکترا جلب موافقت استادی در دانشگاه مورد نظر است و در مرحله انتخاب، استاد امکان تماس مستقیم با دانشجو برای ارزیابی توانایی های وی را ندارد، لذا اطلاعات موجود در رزومه تنها منبعی است که استادان بر اساس آن در مورد پذیرش یا عدم پذیرش دانشجو در گروهشان قضاوت خواهند کرد، لذا لازم است در تهیه رزومه وقت و دقت کافی صرف شده و تمامی نکات مطرح شده در آن سنجیده انتخاب و بیان شود. در حقیقت رزومه باید دقیق، مرتب و تاثیرگذار باشد. قالب های مختلفی برای تهیه رزومه در منابع گوناگون از جمله اینترنت موجود است. در اینجا تنها به چند نکته مهم در تهیه رزومه اشاره می شود:

- رزومه حداکثر باید در دو تا سه صفحه تنظیم شود. اگر بیان سوابق و دستاوردهای تحصیلی و پژوهشی فرد نیاز به صفحات بیشتری دارد، بهتر است به جای افزایش صفحات، تنها موارد مهم و برجسته با اولویت سوابق جدید ذکر شده و از موارد کم اهمیت تر صرف نظر گردد.
- رزومه باید ظاهری مرتب داشته باشد و بخش های مختلف آن به وضوح قابل تشخیص باشد.
- موارد هر بخش به ترتیب جدید به قدیم لیست شوند.

- در قسمت معرف ها (Referees) نام و مشخصات حداکثر سه نفر از استادان یا همکاران سابق علمی تان که از توانایی ها و سوابق علمی شما اطلاع کافی دارند، ذکر کنید. افراد مذکور باید در دسترس بوده و حاضر به نوشتن معرفی نامه (Recommendation Letter) برای شما در زمان مقتضی باشند.

معرفی اداره کل بورس و امور دانشجویان خارج وزارت علوم، تحقیقات و فناوری

اداره کل بورس و امور دانشجویان خارج، یکی از زیر مجموعه های سازمان امور دانشجویان وزارت علوم، تحقیقات و فناوری است. این اداره برای ارتقای کیفیت آموزشی، علمی و تحقیقاتی کشور و نیز تامین هیئت علمی مورد نیاز دانشگاه ها و مراکز آموزش عالی و پژوهشی، در چارچوب قوانین و مقرراتی خاص، اقدام به اعزام دانشجو به خارج از کشور می کند. اداره کل بورس کلیه امور مربوط به اعطای بورس های تحصیلی داخل و خارج از کشور به افراد واجد شرایط و نظارت و پیگیری امور مربوط به آن را به عهده دارد.

می توانید از طریق [آدرس اینترنتی](#) این اداره یا با مراجعه حضوری به آدرس تهران، میدان فردوسی، خیابان انقلاب اسلامی، خیابان شهید موسوی (فرست جنوبی) پلاک ۲۷، سازمان امور دانشجویان، از فرصت های موجود برای دریافت بورس تحصیلی آگاه شوید.

معرفی بخش تحصیل با هزینه شخصی اداره کل بورس و امور دانشجویان خارج

دانشجویانی که به طور مستقل اقدام به دریافت پذیرش از دانشگاه های فنلاند کرده و قصد تحصیل با هزینه شخصی دارند، می توانند از برخی تسهیلات اداره کل بورس و امور دانشجویان خارج، بخش اعزام با هزینه شخصی استفاده کنند. این تسهیلات به خصوص برای مشمولان خدمت سربازی به منظور کسب معافیت تحصیلی بسیار مفید است.

متقاضیان ادامه تحصیل در خارج از کشور با استفاده از امکانات شخصی در مقاطع تحصیلی بالاتر از کارشناسی، می توانند با احراز شرایط مورد نیاز از تسهیلاتی برخوردار شوند.

شرایط مورد نیاز:

- ۱- داشتن مدرک کارشناسی از یکی از دانشگاه های مورد تایید وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
 - ۲- کسب نمره حد نصاب از یکی از آزمون های زبان خارجی مورد قبول وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
 - ۳- دارا بودن پذیرش قطعی (غیر مشروط) مورد تایید وزارت علوم، تحقیقات و فناوری در مقطع مربوط از یکی از دانشگاه های معتبر خارج از کشور.
- برای آگاهی بیشتر از قوانین مربوط به [این](#) سایت مراجعه کنید.

معرفی دفتر رایزنی علمی و سرپرستی دانشجویان ایرانی در منطقه شنگن

در [این](#) وبگاه اطلاعات گوناگونی در مورد شرایط تحصیل و زندگی در کشورهای منطقه شنگن ارائه شده است. در صورتی که قصد ادامه تحصیل در این کشورها را دارید، مطالعه دقیق آنها توصیه می شود.

نماینده علمی جمهوری اسلامی ایران در پاریس در چهار چوب وظایف و اهداف پیش بینی شده در ساختار وزارت علوم، تحقیقات و فناوری و وزارت بهداشت و درمان و آموزش پزشکی مسئولیت های زیر را بر عهده دارد:

- رسیدگی و نظارت به امور دانشجویان ایرانی شاغل به تحصیل در منطقه شنگن و اسکاندیناوی (فرانسه، آلمان، فنلاند، سوئیس، بلژیک، دانمارک، ایسلند، ایتالیا، اسپانیا، هلند، اتریش، نروژ و سوئد) طبق وظایف پیش بینی شده در قانون اعزام دانشجویان.
- پیگیری، بررسی ظرفیت ها و توانمندی های علمی و فناوری نهادهای آموزش عالی حوزه ماموریت و تنظیم و برقراری ارتباطات علمی با مراکز آموزشی- تحقیقاتی داخل کشور (همکاری در تنظیم قراردادها و تفاهم نامه ها و نظارت بر اجرای آنها).
- تلاش برای جذب و مشارکت استادان، محققان و متخصصان مراکز علمی حوزه ماموریت به ویژه ایرانیان، در فعالیت های علمی داخل کشور و تقویت ارتباطات ایشان.

دریافت روادید

دعوتنامه از دانشگاه

شهروندان ایرانی برای ورود به کشور فنلاند نیاز به مجوز دارند. بنابراین برای گرفتن ویزا و یا مجوز اقامت، باید مدارکی مبنی بر موافقت دانشگاه مورد نظر داشته باشید. بر اساس توافق انجام شده که بین دانشجو و دانشگاه و یا استاد در مقطع دکترا صورت می گیرد، میزبان دعوتنامه رسمی و رونوشتی از قرارداد استخدام یا قرارداد مالی خواهد فرستاد.

چگونگی مهاجرت برای شهروندان غیر EEA/UA

اگر شهروند کشورهای عضو اتحادیه اروپا (EU) و یا کشورهای عضو منطقه اقتصادی اروپا (EEA) نباشید، باید قبل از ورود به فنلاند نسبت به گرفتن ویزا اقدام کنید. همچنین اگر قصد دارید در فنلاند کار کنید، باید مجوز اقامت داشته باشید. طبق قوانین فنلاند، خارجی‌ان در صورتی که مجوز اقامت داشته باشند یا متخصص به حساب آیند، می توانند شغلی پر درآمد به دست آورند. این قانون برای استادان، محققان و دانشجویان نیز صادق است.

وضعیت استخدامی شما (دائمی یا موقت، دانشجویی، بورس تحصیلی و غیره) در نوع مجوز اقامتی که درخواست می کنید، تاثیر دارد. برای گرفتن ویزا یا مجوز اقامت، گذرنامه و تأییدیه شغلی یا مالی که از میزبان فنلاندی دریافت می شود، لازم است. دلیل ورود باید به طور شفاف بیان شود زیرا به طور مثال به کسی که به عنوان توریست وارد فنلاند می شود، مجوز اقامت داده نمی شود.

چگونگی مهاجرت برای اعضای خانواده

برای دریافت مجوز اقامت برای اعضای خانواده، درآمد اصلی متقاضی بدون احتساب کمک های دولتی، باید بتواند زندگی اعضای خانواده را تامین کند. تعریف اعضای خانواده طبق قوانین فنلاند، محدودتر از تعریف آن در کشورهای دیگر است. اعضای خانواده طبق قانون شامل افراد زیر است:

همسر، همسر غیر عقدی، شریک زندگی که به ثبت رسیده باشد. فرزند مجرد زیر ۱۸ سال که قیم آن در فنلاند ساکن باشد. قیم فرزند زیر ۱۸ سال مقیم فنلاند.

اعضای خانواده باید قبل از ورود به فنلاند و در خارج از فنلاند برای مجوز اقامت درخواست بدهند. درخواست باید در اماکن دیپلماتیک کشور محل سکونت اعضای خانواده ثبت شود. راه دیگر برای

درخواست مجوز اقامت اعضای خانواده این است که سرپرستی که در فنلاند سکونت دارد درخواست را در مرکز پلیس فنلاند ثبت کند. در این مورد سرپرست کسی است که در فنلاند اقامت دارد (چه آن شخص شهروند فنلاند باشد و چه شهروند کشوری دیگر) و بر اساس این اقامت می تواند برای اعضای خانواده خود درخواست مجوز اقامت دهد.

متقاضی باید در خارج از فنلاند بماند تا در خصوص درخواست وی تصمیم گیری شود. با این حال در برخی موارد عضو خانواده در صورتی که زندگی خانوادگی ایشان از قبل در خارج از فنلاند آغاز گردیده باشد، می تواند به فنلاند آمده و در فنلاند درخواست اجازه اقامت کند، این در صورتی است که قبل از ورود به فنلاند به مدت ۲ سال خارج از فنلاند با همسر و شریک زندگی (که در حال حاضر در فنلاند سکونت دارد) زندگی کرده باشد. عضو خانواده شخص تبعه فنلاند نیز می تواند به فنلاند آمده و در فنلاند درخواست اجازه اقامت کند.

متقاضی می تواند تا زمانی که تمام مراحل درخواست انجام نگرفته است (حتی اگر گذرنامه او در خلال این مراحل منقضی گردد) در فنلاند ساکن شود. لطفاً برای اطلاعات بیشتر و فرم های درخواست با نزدیک ترین سفارتخانه یا کنسولگری فنلاند در محل زندگی خود تماس بگیرید.

لینک های مفید:

وزارت امور اتباع خارجی:

<http://formin.finland.fi/public/default.aspx?culture=en-US&contentlan=2>

<http://www.migri.fi/en>

اداره مهاجرت:

پس از دریافت پذیرش از یکی از دانشگاه های فنلاند، متقاضی باید با مراجعه به سفارت فنلاند در ایران برای گرفتن ویزای تحصیلی اقدام کند. مراحل دریافت ویزا و مدت زمان آن بر حسب مورد متفاوت است. دقت در جمع آوری و تکمیل مدارک مورد نیاز می تواند به تسریع در این امر بیانجامد. با توجه به طولانی بودن مدت تحصیل در فنلاند، دانشجویان باید نسبت به اخذ ویزای بلند مدت دانشجویی و یا ویزای نوع B و نه ویزای گردشگری (که مدت اعتبار آن حداکثر سه ماه است) اقدام کنند. در صورت ورود به فنلاند با ویزای گردشگری امکان تمدید آن برای مدتی بیش از ۹۰ روز و یا تغییر آن به ویزا و اقامت بلند مدت دانشجویی در خود فنلاند وجود ندارد و دانشگاه ها نیز از چنین تغییر در وضعیت ویزا حمایت نمی

کنند. به طور معمول اقدامات اولیه برای اخذ ویزا را دانشگاه اعطا کننده پذیرش انجام می دهد. توجه داشته باشید که تقاضای ویزا برای همسر و یا فرزند به عهده خود دانشجویست. همانگونه که در قسمت های بعدی به تفصیل توضیح داده می شود، این امر دارای مراحل اجرایی بسیاری است و مدت زیادی به طول می انجامد، از این رو بهتر است دانشجو پس از ورود به فنلاند و کسب شرایط لازم برای تقاضای ویزای خانواده در اسرع وقت نسبت به طی مراحل اجرایی آن از طریق اداره امور مهاجران فنلاند اقدام کند. به طور معمول این امر تنها پس از گرفتن کارت اقامت دانشجویی میسر است.

از اقدامات ضروری داشتن بیمه درمانی و مسافرتی معتبر در اروپاست که برای تهیه آن می توان از خدمات موسسه های معتبری که در زمینه بیمه دانشجویان بین المللی فعالند، استفاده کرد.

اقامت موقت

به طور معمول دانشگاه های فنلاند دارای بخشی با عنوان واحد [Housing](#) هستند. این بخش عمدتاً دانشجویان را در تهیه مکانی مناسب برای اقامت موقت و در مواردی بلند مدت یاری می دهد. برای یافتن این واحد می توان از وبگاه اینترنتی دانشگاه کمک گرفت. با توجه به تراکم بالای جمعیت در فنلاند، یافتن واحد مسکونی مناسب و ارزان قیمت بسیار وقت گیر است. به استثنای خانه هایی که دانشگاه در اختیار دانشجویان قرار می دهد که معمولاً برای مدت کوتاهی به دانشجو کرایه داده می شوند، یافتن مکانی مناسب برای اقامت بلند مدت قبل از ورود به فنلاند تقریباً امکانپذیر نیست چرا که این امر مستلزم طی مراحل لازم از جمله مشاهده منزل، توافق با صاحبخانه و امضای قرارداد است. از اینرو توصیه می شود که دانشجویان از طریق دانشگاه و یا به کمک دانشجویان ایرانی مشغول به تحصیل در فنلاند مکانی را برای اقامت کوتاه مدت در چند ماه اول ورود پیدا کنند و پس از ورود به جستجوی مکانی بهتر بپردازند. البته امکان استفاده موقت از خدمات هاستل ها (Hostel) و یا هتل های ارزان قیمت نیز وجود دارد. به طور معمول می توان با پرداخت مبلغی بین ۱۵ تا ۲۵ یورو، اتاقی مشترک را در این مراکز کرایه کرد. برای این منظور باید از قبل اقدام به رزرو اتاق به صورت اینترنتی کنید.

تهیه بلیت هواپیما

یکی از شرایط مورد نیاز برای دریافت ویزای فنلاند، ارائه کپی و یا اصطلاحاً پرینت رزرو بلیت هواپیماست. سعی کنید بلیت خود را به موقع رزرو کنید. باید چند هفته قبل از تاریخ پرواز به فنلاند با مراجعه به آژانس هواپیمایی برای تایید نهایی بلیت اقدام کنید. برای نهایی کردن بلیت داشتن ویزای فنلاند ضروری است در نتیجه طبق مراحل زیر عمل کنید:

پس از دادن درخواست ویزا به سفارت فنلاند در ایران، نسبت به رزرو بلیت خود اقدام کنید. به طور معمول چند روز قبل از تحویل ویزا از طرف سفارت با شما تماس گرفته می شود تا پرینت بلیت خود را تحویل دهید. پس از تحویل پرینت رزرو بلیت به سفارت، ویزا را دریافت کرده و با ارائه اصل ویزا به آدرس هواپیمایی، اصل بلیت را بگیرید. لازم به ذکر است که به طور معمول ایران ایر یا سایر هواپیمایی ها پرواز مستقیم از تهران به مقصد فنلاند ندارند. بنابراین بهترین مسیر برای رسیدن به فنلاند از طریق ترکیه و یا سوئد است.

میزان بار مجاز همراه مسافر بسته به شرکت هواپیمایی و نوع بلیت متفاوت است. به طور نمونه دارندگان بلیت عادی خطوط ایران ایر می توانند تا ۳۰ کیلوگرم بار را به بخش بار تحویل دهند (این میزان در پروازها معمولاً ۲۰ کیلوگرم است) و تا میزان ده کیلوگرم را نیز با خود به درون هواپیما حمل کنند. در صورتی که مقدار بار بیشتر از حد مجاز باشد، به ازای هر کیلوگرم مبلغی به عنوان اضافه بار دریافت خواهد شد.

مسافران خارج از کشور باید پیش از خروج از ایران مبلغی را به عنوان عوارض خروج از کشور در یکی از شعبه های بانک ملی در خارج یا داخل فرودگاه بپردازند. دانشجویان دارای بورس تحصیلی با تایید وزارت بهداشت یا علوم از پرداخت این عوارض معافند.

وسایل ضروری همراه

به طور کلی بیشتر اجناس در فنلاند گران تر از ایران است، بنابراین توصیه می شود تا حد امکان وسایل ضروری مورد نیاز خود را از ایران همراه بیاورید. خاطر نشان می شود که می توانید از گوشی تلفن همراه خود در فنلاند استفاده کنید. با توجه به گرانی کتاب در فنلاند بهتر است کتاب های مورد نیاز خود از جمله انواع لغت نامه (شامل لغت نامه های انگلیسی- فارسی، انگلیسی- انگلیسی، انگلیسی- انگلیسی) را در ایران تهیه کرده و همراه داشته باشید. به دلیل حجیم بودن و سنگینی کتاب و همچنین هزینه بالای اضافه بار

هواپیما، توصیه می شود که پیش از سفر نسبت به ارسال این اقلام با استفاده از تسهیلات پست مطبوعات که نرخ ارزان تری نسبت به پست اقلام معمولی دارد، اقدام کنید. می توانید این اقلام را از طریق خدمات حمل بار هواپیمایی جمهوری اسلامی ایران (CARGO) نیز ارسال کنید.

مکان های اسکان مبله (furnished) معمولاً مجهز به وسایل منزل از جمله تختخواب، یخچال، میز و صندلی، قفسه کتاب و اجاق گاز هستند. توصیه می شود در صورت امکان یک پلویز تهیه کنید. وسایلی مانند دمپایی، چتر و گوشی تلفن را همراه خود داشته باشید. همچنین همراه داشتن لباس های گرم و سرد به اندازه کافی توصیه می شود. البته می توانید لباس های مورد نیاز خود را در حراجی های آخر فصل فروشگاه های بزرگ فنلاند نیز با بهایی در حد قیمت های ایران و گاه کمتر تهیه کنید. داشتن چند نسخه فتوکپی مدارک و تعدادی عکس رنگی در اندازه ۶ در ۴ ترجیحاً مشابه عکس پاسپورت نیز می تواند بسیار مفید باشد. داشتن عکس اعضای خانواده و دوستان، پوسترهایی که می پسندید، کتاب های مقدس و ادعیه و کتاب های شعر نیز توصیه می شود.

سرپرستی علمی ج.ا.ایران در منطقه مسکن

دفترچه راهنمای دانشجویان در کشور فنلاند



سرپرستی علمی ج.ا.ایران در منطقه شمکن

بخش سوم

ورود به فنلاند و اقدامات اولیه

سرپرستی علمی ج.ا.ایران در منطقه میسن

در بیشتر موارد قبل از ورود، در غیر این صورت قطعاً بعد از ورود به فنلاند هنگامی که با محل تحصیل یا کار خود در دانشگاه آشنایی پیدا کردید و تصمیم به شروع گرفتید، میزبان شما در دانشگاه، به شما در پیدا کردن محل زندگی موقت کمک خواهد کرد. توجه داشته باشید که اگر قصد دارید برای بیش از ۶ ماه در فنلاند اقامت داشته باشید، باید محل زندگی دائمی برای خود تهیه کنید.

سکونت در فنلاند



به طور کلی هزینه سکونت در فنلاند بالاست. هزینه سکونت در منطقه هلسینکی و حومه، بیشتر از هر جای دیگر فنلاند است، در حالیکه در خارج از مرکز هلسینکی و در دیگر شهرها قدری ارزان تر است. از تمام خانه های موجود در فنلاند تقریباً یک سوم آنها اجاره ای هستند. بالاترین تقاضا را در بین خانه های اجاره ای، منازل یک اتاق خوابه و دو اتاق خوابه دارند. خانه ها تقریباً همیشه هنگام فروش و یا اجاره دادن خالی از اسباب و اثاثیه هستند. تعداد خانه هایی که به صورت مبله کرایه داده می شوند معمولاً اندک است و کرایه این خانه ها معمولاً گران تر از خانه های بدون اسباب و اثاثیه است.

گرفتن خانه



در فنلاند بیشتر دانشجویان از خانه هایی که شرکت های مختلف به دانشجویان اجاره می دهند استفاده می کنند. این شرکت ها در شهرهای مختلف با اسامی مختلف معرفی می شوند. برای مثال در تامپره **TOAS** و در هلسینکی **HOAS**. دانشجویان باید چند ماه زودتر با مراجعه به وبگاه مربوط نیاز خود را به این نوع مسکن ها اعلام کنند.

در خانه های دانشجویی هلسینکی و سایر شهرها، مهمانسرای برای محققان، دانشجویان و دیگر کسانی که نیاز به امکانات موقتی دارند، وجود دارد. همچنین به فرض مثال دانشگاه هلسینکی برای مهمانان دانشگاهی مهمانسرای با امکانات اولیه یک هتل، در اختیار دارد. فردی که با دانشگاه قرارداد دارد می تواند در این مهمانسرا اتاق رزرو کند.

خانه دائمی

خانه های اجاره ای را می توان در بنگاه خانه های خصوصی تهیه کرد. اغلب اوقات بهترین راه برای یافتن خانه، تماس با دوستان و همکاران است ولی راه های دیگری نیز وجود دارد. برای مثال بسیاری از بانک ها و شرکت های بیمه خانه هایی برای اجاره دارند. همچنین می توانید از آژانس های تهیه مسکن کمک بگیرید. این آژانس ها به صورت آنلاین، تبلیغاتی برای اجاره و فروش خانه ارائه می کنند. در سایت دانشگاه، محلی برای آگهی مسکن وجود دارد. اگر خانه یا آپارتمانی اجاره می کنید، حتماً با صاحبخانه قرارداد کتبی منعقد کنید. هنگامی که آپارتمان اجاره می کنید، باید مبلغی معادل ۱ تا ۲ ماه اجاره، به عنوان ودیعه به صاحبخانه پرداخت کنید.

دانشگاه های فنلاند تعدادی آپارتمان برای اجاره به دانشجویان خود دارند. اجاره بهای این آپارتمان ها نسبت به جاهای دیگر مناسب تر است. همچنین تعدادی هتل مانند هتل Fenno و آپارتمان های Citykoti برای کسانی که قصد اقامت دائم یا موقت دارند، تسهیلاتی ارائه می کنند.

پیوندهای مفید

www.hotelfenno.fi

هتل فنو

www.citykoti.com/en

آپارتمان های سیتی کوتی

<http://alma.helsinki.fi>

آپارتمان های دانشگاه

<http://www.soa.fi/en/studenthousing>

سایر

<http://www.koas.fi/en>

بیمه

در فنلاند تهیه بیمه برای دانشجویان اجباری است. در صورتی که برای فرصت های کوتاه مدت تحقیقاتی در فنلاند هستید و تمایلی به ماندن برای مدت طولانی ندارید، باید از محل سکونت خود بیمه خریداری کنید. بیمه باید شما را حداقل در موارد حوادث و بیماری پوشش دهد. اگر قرار است به طور موقت در فنلاند سکونت داشته باشید، در موارد اضطراری و اورژانسی می توانید در بیمارستان تحت درمان قرار بگیرید ولی مخارج آن به عهده خودتان خواهد بود. اگر تحت پوشش بیمه تأمین اجتماعی فنلاند نباشید، هر ویزیت در مرکز بهداشت شهری تقریباً ۱۳۰ یورو و هر ویزیت و درمان شکستگی در کلینک های سرپایی تقریباً ۳۶۰ یورو برای شما هزینه در بر خواهد داشت؛ لذا قبل از ورود به فنلاند برای خود و خانواده خود بیمه خریداری کنید. از جمله شرکت های بیمه می توان به موارد زیر اشاره کرد:

<http://www.swisscare-intl.com>

<http://www.assistance-etudiants.com/en>

تمام شهروندان اروپایی، باید کارت بیمه سلامت اروپا را داشته باشند تا مراحل استفاده از کمک های پزشکی که ممکن است در دیگر کشورهای اروپایی بدان نیاز پیدا کنند، ساده تر شود. اطلاعات بیشتر درباره کارت بیمه سلامت اروپا در سایت زیر قابل دسترسی است:

http://europa.eu/youreurope/citizens/health/unforeseen-treatments/short-visit/index_en.htm

مسائل مربوط به خانواده

پیش دبستانی و مدرسه

زبان رسمی آموزش در مراکز پیش دبستانی و مدارس دولتی، فنلاندی و سوئدی است. مدارس بین المللی هم در فنلاند هستند که زبان رسمی آموزش آنها زبانی غیر از فنلاندی و سوئدی است که مدارس انگلیسی زبان از جمله آنها هستند. در بعضی مدارس هم تدریس به زبان های دیگر از جمله آلمانی، روسی و فرانسوی انجام می شود. تقویت زبان مادری هم اختیاری است و در مواردی که تعداد دانش آموزان به حد مشخصی برسد و تقاضای آموزش به زبان مادری را داشته باشند سعی بر آن است که آموزش لازم به آن زبان داده شود.



لینک های مفید:

<http://www.hel.fi/hki/Opev/en/Etusivu>

خدمات تحصیلی هلسینکی

<http://www.eschool.edu.hel.fi>

مدرسه انگلیسی

<http://www.hel.fi/hki/mauna/fi/Etusivu>

دبستان Maunula

<http://www.hel.fi/hki/ressu/fi/Etusivu>

آموزشگاه جامع Ressu

<http://www.ish.edu.hel.fi>

مدرسه بین المللی

استخدام همسر

اغلب اوقات بهترین راه برای یافتن شغل در فنلاند، تماس مستقیم با سازمان مورد نظر و فرستادن درخواست کار برای آنهاست. وزارت کار دفاتر استخدامی مختلفی در پایتخت دارد. دفاتر استخدام علاوه بر کارفرمایان، خدماتی را به افراد بیکار، افرادی که در حال کار و افرادی که در حال ورود به بازار کار هستند، می دهند. دفاتر استخدام، خدمات اختصاصی اینترنتی در اختیار ارباب رجوع قرار می دهند و هر فرد جویای کار می تواند از این خدمات استفاده کند. این دفاتر، خدماتی از قبیل یافتن شغل، برنامه ریزی شغلی، احیای حرفه و سازماندهی فعالیت های تجاری در اختیار افراد قرار می دهند. جویندگان کار برای بهره مند شدن از این خدمات، باید در فنلاند اقامت دائمی داشته باشند.

شهروندان اتحادیه اروپا و حوزه همکاری های اقتصادی اروپا و معادل آن: همسر در صورتی که کارت اقامت گرفته و یا برای اقامت ثبت نام کرده باشد، می تواند به طور آزادانه در فنلاند کار کند و نیاز به تهیه مجوز اقامت جداگانه برای کار ندارد.

شهروندان غیر اتحادیه اروپا و حوزه همکاری های اقتصادی اروپا: در این مورد کار کردن همسر در فنلاند تا حد زیادی به وضعیت مجوز اقامت متقاضی یا سرپرست، بستگی دارد. اگر متقاضی یا سرپرست مجوز اقامت دائمی (وضعیت A) داشته باشد، همسر نیز به طور خودکار از این مجوز بهره مند خواهد شد و می تواند در فنلاند کار کند. اگر متقاضی اصلی، مجوز اقامت موقت (وضعیت B) داشته باشد، به همسر او اجازه کار در فنلاند داده نمی شود. برای اطلاعات بیشتر به وب سایت مدیریت مهاجرت مراجعه کنید.

لینک های مفید:

www.uvi.fi

مدیریت مهاجرت

<http://www.mol.fi/etusivu/index.html>

وزارت کار

<http://www.aarresaari.net/english/index.htm>

خدمات استخدام آکادمیک

مراقبت های پزشکی بهداشتی

فنلاند از نظر سطح سلامت عمومی و نظافت و پاکیزگی دارای استاندارد بسیار بالایی است. در فنلاند بیماری های واگیردار و بومی بسیار کمی وجود دارد. آب لوله کشی تمیز و قابل آشامیدن در سراسر کشور وجود دارد. میوه ها و سبزیجات محلی و ماهی که از مغازه ها و یا بازار خریداری می شوند، همگی سالم بوده و از کیفیت بالایی برخوردارند.

اگر تحت درمان هستید، از وجود داروی مناسب خود در فنلاند مطمئن شوید. می توانید از طریق سایت آژانس ملی دارو از وجود داروی مخصوص به خودتان مطلع شوید. همچنین می توانید با دانشکده داروسازی (Yliopiston Apteekki) تماس بگیرید: ۰۰۳۵۸۲۰۳۲۰۲۰۰

<http://www.fimea.fi/frontpage>

آژانس ملی دارو



مشکلات زناشویی

زوجین می توانند برای مشکلات زناشویی خود به عنوان مثال از اتحادیه ملت (Väestöliitto) و

از مراکز درمانی خصوصی مربوط کمک و راهنمایی بگیرند. <http://www.vaestoliitto.fi>

بیماری کودکان

در مواقعی که کودک بیمار می شود می توانید با نزدیک ترین درمانگاه و یا با خدمات شبانه روزی مشاوره پزشکی با شماره ۱۰۰۲۳ (۰۹) تماس بگیرید. در خارج از ساعات اداری نیز می توانید با بخش اورژانس شهرستان خود تماس گرفته یا به آنجا مراجعه کنید. مشخصات تماس در صفحه بهداشت و درمان بانک اطلاعاتی شهرستان خودتان وجود دارد. در مورد مراقبت موقتی از کودکان می توان از اداره های زیر سؤال کرد:

<http://www.vaestoliitto.fi>

اتحادیه ملت که در بالا ذکر شد

Mannerheimin Lastensuojeluliitto

اتحادیه حفاظت از کودکان مانرهمیم

<http://www.lastenkuntoutus.net>

مهاجران معلول

پروژه هیلما (HILMA- projekti) در منطقه هلسینکی و حومه به مهاجران معلول مشاوره، راهنمایی و کمک اشخاص همسان داده و فعالیت های مختلف برگزار می کند. برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن ۷۲۰۶۲۴۱۳ (۰۹) و یا با رایانامه hilma@hiy.fi تماس حاصل کنید.

شرایط بحرانی در فنلاند

در مواقعی که خطر جانی تهدیدتان می کند و نیاز فوری به کمک پلیس دارید و یا می خواهید در مورد آتش سوزی اطلاع دهید، می توانید با شماره ۱۱۲ مرکز کمک های اضطراری تماس بگیرید. در مواقع بیماری معمولی می توان به نزدیک ترین درمانگاه مراجعه کرد. هر وقت که نیاز به راهنمایی برای معالجه بیماری و یا نیاز به اطلاعاتی در مورد خدمات بهداشتی و درمانی و یا محل مراکز درمانی داشتید، می توانید با تلفن مشاوره پزشکی ۱۰۰۲۳ (۰۹) تماس بگیرید.

برای موارد مسمومیت، مرکز اطلاعات مسمومیت (Myrkytystietokeskus) در تمام روزهای هفته و در کل طول شبانه روز به سؤال های مربوط به پیشگیری و درمان مسمومیت های ناگهانی پاسخ می گوید.

<http://www.hus.fi/en/medical-care/medical-services/Poison%20Information%20Centre/Pages/default.aspx>



برای حمایت از خانم ها نیز خط زنان وجود دارد که خط تلفنی سراسری و رایگان است. این خط به خانم ها، دختران و نزدیکان آنان که با خشونت، تهدید و یا ترس مواجه شده اند، راهنمایی، مشاوره و کمک می دهد. شماره تلفن خط زنان ۰۸۰۰۰۲۴۰۰ است.

<https://www.naistenlinja.fi/fi/julkinen/miten+voimme+auttaa>



خدمات فرهنگی و کتابخانه
سپهری علمی ج.ا. ایران در منطقه شکمن

کتابخانه ها در فنلاند شبکه هستند. مثلاً کتابخانه های شهرستان های هلسینکی، اسپو، کائونیا و وائتا در فنلاند شبکه کتابخانه های هلمت (HelMet : Helsinki Metropolitan Area Libraries) یا کتابخانه های منطقه هلسینکی را تشکیل می دهند. کتابخانه های هلمت دارای خدمات اینترنتی، ضوابط و مقررات و نیز هزینه های ثبت نام یکسان و مشترک هستند.



از طریق هلمت می توان در هلسینکی، اسپو، وانتا و کائیناین کتاب رزرو و رزرو کتاب های به امانت گرفته شده را اینترنتی تمدید کرد. کتاب های امانت گرفته شده را می توان به همان کتابخانه بازگرداند و یا به اغلب کتابخانه های دیگر. کتاب ها را می توان حداکثر سه مرتبه تمدید کرد. در صورت پایان مهلت امانت و تمدید نکردن کتاب، باید جریمه پرداخت کرد.

اقدامات اولیه در بدو ورود

اداره ثبت احوال و دفاتر ثبت

هر شخصی که به فنلاند نقل مکان می کند باید در اولین هفته مهاجرت به فنلاند، اداره ثبت احوال (Väestörekisterikeskus) را از ورود خود آگاه کند. فرم های ثبت نام در دفاتر پست و در سایت مربوط قابل دسترسی است. همچنین هر فرد خارجی که تمایل دارد به طور موقت (برای مثال بیشتر از یک سال) در فنلاند بماند باید مشخصات خود را شخصاً در دفاتر ثبت (Maistraatti) ثبت کند. ثبت نام باید تا ۷ روز پس از ورود انجام شود. برای اطلاع از نزدیک ترین دفتر ثبت احوال با میزبان خود تماس بگیرید.



کسانی که از کشورهای اروپایی به فنلاند مهاجرت می کنند باید فرم inter-nordiskt flyttningsbevis را پر و در دفاتر ثبت کنند.

دفاتر ثبت:

Albertinkatu 25- 00181 Helsinki

ساعات کار: دوشنبه تا جمعه از ۸ تا ۱۶:۱۵

تلفن: +۳۵۸ ۹ ۶۹۵ ۴۴۱

Helsinki

Itätuulentie 2 A- 02101 Espoo

ساعات کار: دوشنبه تا جمعه از ۸ تا ۱۶:۱۵

تلفن: +۳۵۸ ۹ ۵۰۲ ۴۲۷۰

Espoo

Kielotie 15- 01301 Vantaa

ساعات کار: دوشنبه تا جمعه از ۸ تا ۱۶

تلفن: +۳۵۸ ۹ ۸۳۶ ۲۴۸۰

پیوندهای مفید

<http://www.vaestorekisterikeskus.fi>

اداره ثبت احوال

<http://www.maistraatti.fi>

دفتر ثبت

<http://www.posti.fi>

شرکت پست فنلاند

شماره شناسایی فردی

اگر اقامتتان بیشتر از یک سال باشد در این صورت پس از ثبت مشخصات و ثبت نام در دفتر ثبت به شما یک شماره شناسایی فردی داده می شود. افرادی که مجوز اقامت دائم در فنلاند داشته و اقدام به ثبت نام کنند، بعداً می توانند در موسسه بیمه اجتماعی (KELA) نام نویسی کنند. این موسسه، امور اجتماعی افرادی را که ساکن فنلاند هستند، بر عهده دارد و برای افرادی که در آن نام نویسی کرده اند، کارت بیمه بیماری (KELA card) صادر می کند و به آنها این امکان را می دهد که از خدمات گوناگونی که در رابطه با تامین اجتماعی وجود دارد، بهره مند شوند.

ثبت اقامت

در صورتی که می خواهید بیشتر از ۳ ماه در فنلاند زندگی یا تحصیل کنید، باید مشخصات خود را در یکی از مراکز پلیس منطقه خود ثبت کنید. در این مرحله باید گذرنامه معتبر و مدارک وضعیت شغلی (به طور مثال قرارداد) خود را تحویل دهید. بنابراین قبل از ثبت نام، از وجود این مدارک مطمئن شوید. بسته به نوع مهاجرت، ممکن است نیاز به مدارک دیگری داشته باشید، برای مثال مهاجرت به همراه خانواده.

اعضای خانواده یک شهروند شامل فرزند زیر ۱۸ سال و یا فرزندان که نیاز به مراقبت پدر و مادر دارند، همسر، فرزندان همسر، اگر زیر ۱۸ سال هستند و یا نیاز به مراقبت پدر و مادر دارند و پدر و مادر همسر که باید از فرزند زیر ۱۸ سال مقیم فنلاند مراقبت کنند، می شوند.

اعضای خانواده اگر بخواهند بیش از ۳ ماه در فنلاند اقامت کنند باید مشخصات خود را ثبت کنند. مراحل ثبت نام برای این افراد، همانند شخص متقاضی یا سرپرست است.

شهروندان اروپای شمالی (کشورهای نوردیک) نیاز به تقاضا برای مجوز اقامت ندارند ولی باید مشخصات خود را در دفاتر ثبت احوال ثبت کنند.

سایت پلیس فنلاند www.poliisi.fi و آدرس بعضی دفاتر پلیس به شرح زیر است:

شهر هلسینکی:

Helsinki- Viljatie 2 B- 00700 Helsinki

Tel: +358 9 189 3220

شهر اسپو:

Espoo- Nihtisillankuja 4- 02630 Espoo

Tel: +358 9 525 4739

شهر وانتا:

Vantaa- Kielotie 21- 01300 Vantaa

Tel: +358 9 873 0463

ایمیل و تلفن مدیریت مهاجرت (Switchboard) به شرح زیر است:

Tel: +358 9 476 5500

تأمین اجتماعی

اگر در فنلاند به طور دائمی زندگی کنید (خانه داشته باشید و بیشتر زندگی خود را در فنلاند بگذرانید) در این صورت واجد شرایط هستید تا تحت پوشش تأمین اجتماعی قرار گیرید. قصد و هدف شما از ورود به فنلاند مبنای اقامت دائمی و یا موقتی شما در فنلاند است. وضعیت استخدام شما در گرفتن خدمات اجتماعی تأثیر دارد. خدمات اجتماعی می تواند شامل موارد زیر باشد: بیماری و از کار افتادگی، توانبخشی، زایمان، بیکاری و بازنشستگی.



دفتر امور بین الملل KELA:

Street address: Valimotie 1 B, 00380

Postal address: PL 72, 00381 Helsinki

Tel: 020 434 2650

e-mail: inter.helsinki@kela.fi

آدرس سایت مؤسسه بیمه اجتماعی در فنلاند www.kela.fi است.

بانک

هنگامی که وارد دانشگاه می شوید، نیاز به یک حساب بانکی فنلاندی خواهید داشت. حقوق ماهیانه شما در این حساب واریز می شود، بنابراین باید هر چه زودتر نسبت به افتتاح آن اقدام کنید. برای افتتاح حساب به مدارکی چون گذرنامه، مجوز اقامت و یک سری مدارک از محلی که پول به حساب شما

واریز می شود (به طور مثال کپی قرارداد با دانشگاه که حقوق ماهیانه و بورس تحصیلی را نشان می دهد)، نیاز است. به خاطر داشته باشید که آدرستان را در فنلاند دقیق بنویسید. بعضی از بانک ها ممکن است مدارکی علاوه بر مدارک بالا از شما بخواهند.

بعد از باز کردن حساب، به شما کارت بانکی (automaattikortti) داده می شود که از طریق آن می توانید حساب خود را توسط خودپردازها چک کنید: از دستگاه Otto می توانید پول دریافت کنید و از دستگاه های Maksut می توانید قبض پرداخت کنید. ارزان ترین راه برای پرداخت قبض، استفاده از خدمات بانکی اینترنتی است که به زبان انگلیسی نیز قابل دسترسی است.



Nordea : <http://www.nordea.fi>



Osuuspankki : <https://www.op.fi/op?id=10000& nfpb=true>



Sampo : <http://www.sampo.com/fi>



Handelsbanken : <http://www.handelsbanken.fi>



Aktia : <http://www.aktia.fi>



مالیات

کارت مالیات

دانشجویانی که دارای بورس تحصیلی هستند و در فنلاند حقوق دریافت نمی کنند از مالیات معافند. افرادی که در فنلاند استخدام می شوند و برای مدتی بیش از ۶ ماه در فنلاند اقامت خواهند داشت باید برای کارت مالیات (verokortti) درخواست بدهند. افرادی که برای حداکثر ۶ ماه در فنلاند اقامت



دارند باید برای گرفتن کارت مالیات در مبدأ (Tax-at-source) اقدام کنند. بعد از استخدام، کارت مالیاتی اصلی (کپی قابل قبول نیست) باید هر چه زودتر به کارفرما ارائه گردد. کارت مالیات را می توان از دفاتر مالیات تهیه کرد. فرم های درخواست از طریق اینترنت نیز قابل دسترسی است. برای اطلاعات بیشتر به سایت های اینترنتی مربوط به مالیات مراجعه کنید یا با میزبان خود در فنلاند تماس بگیرید.

مالیات در مبدأ (برای کسانی که حداکثر ۶ ماه در فنلاند اقامت دارند)

کسانی که برای حداکثر ۶ ماه در فنلاند اقامت خواهند داشت، باید در ازای سودی که به دست می آورند مالیات بدهند. بر این اساس کارفرما ماهانه ۳۵ درصد از حقوق را به عنوان مالیات کسر خواهد کرد.

قبل از جمع آوری مالیات، کارفرما روزانه ۱۷ یورو و ماهانه ۵۱۰ یورو از حقوق شما کسر می کند. این کسر از حقوق، در صورتی به عنوان مالیات به حساب می آید که اداره مالیات آن را در کارت مالیات در مبدأ شما ثبت کند. این پرداخت مالیات، مالیات نهایی است و درآمدی که پس از کسر مالیات باقی می ماند، نیازی به اظهار مالیاتی ندارد. کارمندان باید گواهی پرداخت مالیاتی که از کارفرما می گیرند، نزد خود نگه داری کنند. در کنار مالیات، کارفرما از حقوق شما درصدی را برای پرداخت تأمین اجتماعی کسر خواهد کرد (تقریباً ۷ درصد از کل حقوق).

مالیات برای ساکنان در فنلاند (برای کسانی که بیشتر از ۶ ماه در فنلاند اقامت دارند)

خارجیانی که دوره اقامتشان در فنلاند از ۶ ماه بیشتر شود، باید مالیات بر درآمد و مالیات بر دارایی بپردازند. مالیات بر درآمد شامل مالیات شهری، حق بیمه بیماری، مالیات کلیسا برای اعضای کلیسای لوتران و ارتودوکس و در آخر مالیات دولتی که بر مبنای میزان درآمد است، می شود.

فرم مالیاتی

در هر سال کاری، باید فرم مالیات بر درآمد خود را در اداره امور مالیاتی ثبت کنید. مجبور نیستید میزان درآمد قبل از ورودتان به فنلاند را، اظهار کنید.

لینک مفید مالیات در فنلاند:

<http://www.vero.fi/fi-FI>

حمل و نقل عمومی و کارت سفر

در صورتی که در فنلاند زندگی می کنید مجاز به گرفتن کارت سفر یا رفت و آمد می شوید. مثلاً اگر در هلسینکی زندگی می کنید شهرهای هلسینکی، اسپو، وانتا و کوانین مجموعه حمل و نقل منطقه ای را تشکیل می دهند. می توانید در این منطقه با استفاده از کارت سفر هلسینکی به راحتی و ارزان سفر کنید. کارت سفر را می توان در تمام سیستم های حمل و نقل مانند اتوبوس ها، واگن های برقی، قطارها، مترو و کشتی ها (Suomenlinna) به کار برد. دانشجویان زیر مقطع دکترا با ارائه معرفی نامه از دانشگاه می توانند کارت های سفر را با تخفیف ۵۰ درصد خریداری کنند. همچنین کسانی که ساکن هلسینکی نیستند

می توانند کارت های سفر را به صورت بلیط های مدت دار تهیه کنند. کارت سفر را می توان به صورت زمانی و یا مبلغ دار و یا مخلوطی از هر دو شارژ کرد. سفرها می تواند برون شهری و یا درون شهری باشد. اگر کارت سفر به صورت پولی شارژ شود خیلی ارزان تر از تهیه مستقیم بلیط از راننده است. هنگامی که برای اولین بار قصد خرید کارت سفر دارید باید کارت شناسایی عکس دار (گذرنامه، گواهینامه رانندگی و غیره) و مجوز اقامت خود را به مرکز خدمات حمل و نقل ببرید.



استفاده از وسایل نقلیه عمومی به صرفه ترین و آسان ترین راه برای رفت و آمد در فنلاند به خصوص در هلسینکی و حومه است. راحت ترین راه، تهیه کارت مسافرتی است که می توان از آن به عنوان وسیله پرداخت وجه بلیط استفاده کرد. بلیط هایی که در کارت مسافرتی ذخیره شده اند ارزان تر از بلیط هایی هستند که جداگانه خریداری می شوند. کارت های مسافرتی دو نوع هستند: کارت های شخصی و کارت های گروهی. کارت های شخصی کارت هایی هستند که فقط صاحب آنها حق استفاده از آنها را دارد. کارت های گروهی کارت هایی هستند که افراد متعددی حق استفاده از آنها را دارند.

مسافر می تواند یا بلیط داخلی یکی از شهرهای هلسینکی و حومه را خریداری کند و یا بلیط کل حومه هلسینکی را. بلیط داخل شهری در مواقعی استفاده می شود که شخص فقط در داخل شهر مربوط رفت و آمد می کند ولی بلیط کل حومه هلسینکی در مواقعی که شخص بین شهرهای حومه هلسینکی رفت و آمد می کند استفاده می شود. بلیط کل حومه هلسینکی از بلیط داخل شهری گران تر است.

می توان زمان استفاده از کارت را، حداقل ۱۴ روز و حداکثر یک سال، در کارت ذخیره کرد (kausi). هر چه این زمان طولانی تر باشد قیمت بلیط های مسافرتی ارزان تر خواهد بود. همچنین می توان در کارت مسافرتی وجه نقد ذخیره کرد (arvo) که در این صورت می توان هنگام هر سفر وجه مربوط به آن سفر را جداگانه با کارت پرداخت کرد.

زمان استفاده از کارت را می توان فقط در کارت های شخصی ذخیره کرد. کارت های شخصی را می توان از مراکز خدمات کارت های مسافرتی تهیه کرد. قیمت کارت برای کسانی که در هلسینکی و حومه سکونت دارند ارزان تر است. برای خرید کارت با قیمت مخصوص ساکنین هلسینکی و حومه باید مدرکی از ثبت احوال تهیه کرد که شهرستان محل زندگی شخص را نشان دهد.

پس از تهیه کارت می توان در آن در هر محلی که خدمات مربوط را ارائه می دهد (latauspiste) زمان یا وجه نقد ذخیره کرد. محل هایی که خدمات ذخیره کردن در کارت مسافرتی را ارائه می دهند در هلسینکی، اسپو، وانتا و کائونیا این عبارتند از کیوسک های آر (R-kioskit) و دیگر کیوسک هایی که با علامت کارت مسافرتی مشخص شده اند، مراکز خدمات کارت های مسافرتی (matkakortin palvelupisteet) دستگاه های اتوماتیک، مراکز فروش بلیط راه آهن دولتی (VR) و فروشگاه های زنجیره ای استوک مان (stockman).



بلیط ها در اتوبوس ها به استثنای اتوبوس های آبی خط ج ت (JT-linen vesibussi)، ترامواها، مترو و قطارهای مسیر نزدیک راه آهن دولتی و نیز در قایق های سوآمن لینا (suomenlinna) معتبر هستند. شخص بزرگسالی که کودک خردسال (نوزاد تا ۶ ساله) را در کالسکه کودکان حمل می کند می تواند در شهرستان ها و بین شهرهای هلسینکی و حومه رایگان سفر کند. کودکان زیر ۷ سال به طور رایگان سفر می کنند.



حمل و نقل در داخل شهر هلسینکی

مسئولیت حمل و نقل در داخل شهر هلسینکی بر عهده HKL است که در صفحات اینترنتی اطلاعات بیشتری در مورد قیمت بلیط ها به زبان های فنلاندی، سوئدی و انگلیسی موجود است. در دفترچه راهنمای مسافران اطلاعات عمومی در مورد وسایل نقلیه عمومی و نیز راهنمایی هایی در مورد سفر به زبان های یاد شده وجود دارد.



سفر با مترو



متروی هلسینکی به فاصله هر چند دقیقه از روآهولاhti (Ruoholahti) به مرکز شهر و به شرق هلسینکی حرکت می کند. برنامه های زمانی مترو به زبان های فنلاندی، سوئدی و انگلیسی موجود است.

سفر با تراموا



در هلسینکی ۱۲ خط تراموا فعالیت می کند. مسیرها و برنامه های زمانی تراموا به زبان های فنلاندی، سوئدی و انگلیسی موجود است.

راهنمایی و مشاوره تلفنی در مورد حمل و نقل

از شماره تلفن خدمات تلفنی مرکز اطلاعات حمل و نقل ۰۱۰۰۱۱۱ می توان اطلاعاتی در مورد برنامه های زمانی، مسیرها و بلیط های سفر در ارتباط با وسایل نقلیه عمومی شهرستان ها به دست آورد.

راهنمای مسیر (Reittiopas)

راهنمای مسیر خدماتی است که سریع ترین و راحت ترین مسیر بین دو نقطه واقع شده در منطقه هلسینکی و حومه را در زمان مورد نظر محاسبه می کند. راهنمای مسیر به زبان های فنلاندی، سوئدی و انگلیسی در دسترس است.

<http://www.hsy.fi/Sivut/Etusivu.aspx>

<http://www.hsl.fi>



پارکینگ ارتباطی (Liityntäpysäköinti)

پارکینگ ارتباطی به این معنی است که اتومبیل خود را می توان در نزدیکی ایستگاه قطار یا مترو پارک کرده و با وسیله نقلیه عمومی به سفر ادامه داد.

برای اطلاع از جزئیات بیشتر با دفاتر حمل و نقل شهری تماس بگیرید:

Rautatientori metro station, the station tunnel

Tel: +358 9 472 2454

ساعت کار: دوشنبه تا پنجشنبه از ۷:۳۰ صبح تا ۷ عصر؛ جمعه از ۷:۳۰

تا ۵ عصر؛ شنبه از ۱۰ صبح تا ۳ بعد از ظهر

Itäkeskus shopping centre, Pasaasi 2nd floor

Tel: +358 9 472 2454

ساعت کار: دوشنبه تا جمعه از ۱۰ صبح تا ۵:۱۵ عصر

لینک های مفید:

حمل و نقل شهری هلسینکی: <http://www.hel.fi/hki/HKL/fi/Etusivu>

برنامه ریز سفر: <http://www.hsl.fi/reitit-ja-aikataulut>

جواز تلویزیون

هر خانوار در فنلاند برای داشتن تلویزیون باید هزینه سالانه جواز تلویزیون را به مرجع تنظیم ارتباطات فنلاند پرداخت کند. از طریق اینترنت یا تلفن می توانید برای جواز تلویزیون درخواست کنید. درخواست باید قبل از استفاده از تلویزیون داده شود. تقریباً ۹۰ درصد بودجه شرکت ملی پخش برنامه های تلویزیونی (YLE) از هزینه های جواز تأمین می گردد.



خرید جواز تلویزیون:

تلفن: +358 9 613 161

Online: <https://www.tv-maksu.fi>

لینک های مفید:

شرکت پخش برنامه های تلویزیونی: <http://www.yle.fi>

مرجع تنظیم ارتباطات فنلاند: <https://www.viestintavirasto.fi>

تلفن و اینترنت

تلفن ثابت

هزینه اتصال تلفن ثابت معمولاً حدود ۱۰۰ یورو است که البته ممکن است بسته به شرکت های مختلف، میزان آن کمتر یا بیشتر باشد. به عنوان مثال این مبلغ برای شرکت سونرا مبلغ ۰,۹۸۴ یورو است. آبونمان ماهیانه هم از ۷ تا ۵۲ یورو متغیر است. اگر قراردادهای مشخصی مثلاً ۲ ساله یا چند ساله با شرایطی که شرکت مربوط تعیین می کند منعقد کنید در قیمت ماهیانه و هزینه های مکالمه تأثیرگذار است و مقداری ارزان تر خواهد بود.

اینترنت

اگر در خانه های دانشجویی مثل هاوس هلسینکی ساکن هستید، اینترنت با سرعت حدود ۲ تا ۴ مگ جزئی از قرارداد اجاره است و بدون پرداخت هزینه اضافی قابل دسترسی است. در غیر این صورت می توان اینترنت پر سرعت یا بیسیم را از شرکت های مختلف ارائه کننده سرویس های اینترنتی مانند سونرا یا دی ان آ خریداری کرد. بسته به نوع سرویس و قراردادهای قابل عرضه و همچنین محل سکونت، قیمت ماهیانه اینترنت چیزی در حدود ۱۰ تا ۲۰ یورو و برای اینترنت تا ۲ مگابیت و حدود ۳۰ تا ۵۰ یورو برای اینترنت ۱۰ مگابیت می تواند متغیر باشد. البته اینترنت بیسیم با سرعت های کمتر مثلاً ۱۲۵ کیلو بایت تا ۱ مگابیت که بتوان در لپ تاپ یا تلفن همراه از آن استفاده کرد هم با قیمت های مناسب تر موجود است. برای آگاهی بیشتر از آخرین تغییرات قیمت ها و سرویس های گوناگون موجود تلفن ثابت و اینترنت برای مناطق مختلف بهترین راه مراجعه به شرکت های مربوط یا سایت آنهاست. برای کسب اطلاعات بیشتر می توانید به سایت های زیر مراجعه کنید:

www.dna.fi

www.sonera.fi

www.elisa.fi/yksityisille

www.saunalahti.fi

تلفن همراه

اگر آپارتمانتان خط تلفن نداشته باشد، می توانید از تلفن همراه استفاده کنید. ودیعه تلفن همراه برای کسانی که اقامت موقت دارند حدود ۳۴۰ یورو است. البته این ودیعه در موقع خروج و پس از تسویه قبوض تلفن همراه، پس داده می شود.

چندین اپراتور در فنلاند وجود دارد. در موقع انتخاب اپراتور، قیمت ها و ودیعه های آنها را با هم مقایسه کنید چون ممکن است تفاوت های قابل توجهی داشته باشند. در هنگام سفرهای خارجی در میزان صحبت کردن با تلفن همراه دقت کنید به خصوص وقتی در روسیه هستید زیرا مکالمه در آن برای شما چند صد یورو هزینه در بر خواهد داشت.

لینک های مفید:

Dna- www.dna.fi



Elisa- www.elisa.fi



س- www.sonera.fi



رانندگی

شهروندان کشورهای عضو اتحادیه اروپا و شهروندان کشورهای عضو منطقه اقتصادی اروپا می توانند با وسیله نقلیه مشخص شده در گواهینامه و تا زمانی که گواهینامه اعتبار دارد در فنلاند رانندگی کنند. کسانی که گواهینامه رانندگی آنها را کشورهای عضو معاهده عبور و مرور جاده ای (Vienna و Geneva) صادر کرده اند، می توانند به مدت یک سال در فنلاند رانندگی کنند و بعد از یک سال، ۶ ماه وقت دارند تا

گواهینامه رانندگی فنلاندی بگیرند. اگر مهلت ۶ ماهه به پایان برسد، این افراد باید در آزمون های رانندگی فنلاند شرکت کنند. اگر گواهینامه شما را کشورهای عضو معاهده وین و ژنو صادر نکرده باشند، باید در آزمون های رانندگی فنلاند شرکت کنید. کسانی که در فنلاند به طور موقت سکونت دارند یا در فنلاند در حال تحصیل هستند (برای حداقل ۶ ماه) می توانند گواهینامه رانندگی خود را بدون شرکت در آزمون های رانندگی با گواهینامه فنلاندی عوض کنند. هزینه تعویض ۴۰ یورو است. برای اطلاعات بیشتر به سایت پلیس فنلاند مراجعه کنید.

شرایط رانندگی در فصول مختلف متفاوت است. شرایط ترمز کردن و امکان دید در پاییز با تابستان فرق می کند. محدودیت های سرعت در زمستان در راه های کشور از آغاز نوامبر تا انتهای فوریه اجرا می شود. با این حال، این محدودیت ها در اکتبر کاهش می یابد و در آوریل و در بعضی شرایط استثنایی آب و هوایی اجرا می شود. استفاده از لاستیک های زمستانی از آغاز دسامبر تا انتهای فوریه اجباری است. لاستیک های زمستانی می توانند یخ شکن یا آجدار باشند. عمق شیارهای لاستیک های زمستانی باید حداقل ۳ میلی متر باشد.

قوانین برای حفظ ایمنی:

بستن کمربند ایمنی برای همه اجباری است.

داشتن چراغ جلوی اتومبیل در همه حال اجباری است.

استفاده از چراغ در اتومبیل های متوقف.

در حال رانندگی از تلفن همراه استفاده نکنید.

ردیابی رادار ممنوع است.

استفاده از مسیر یاب ضروری است.

در استفاده از بوق دقت کنید.

کودکان کوتاه تر از ۱۳۵ سانتی متر باید در اتومبیل، از صندلی ایمنی استفاده کنند.

لینک های مفید:

پلیس فنلاند: <http://www.poliisi.fi>

اداره راه: http://www2.liikennevirasto.fi/sivu_siirtynyt/sivu_siirtynyt.html

ایمنی ترافیک: <http://www.liikenneturva.fi/www/fi>

دوچرخه سواری

شهرها و مناطق مسکونی معمولاً دارای مسیرهای دوچرخه سواری خط کشی و مشخص شده ای هستند که با استفاده از آنها می توان به راحتی از نقطه ای به نقطه دیگر تردد کرد. چنانچه مجبورید در کنار جاده ماشین رو دوچرخه سواری کنید، همیشه از منتهی الیه سمت راست جاده حرکت کنید. در فنلاند طبق قانون باید هنگام دوچرخه سواری از کلاه ایمنی استفاده کرد.

بسیاری از شهرها نقشه دوچرخه سواری چاپ می کنند که در آن راه های دوچرخه سوار شهر مشخص شده است. این نقشه ها را می توان مثلاً از اداره جهانگردی شهر مربوط درخواست کرد. نقشه دوچرخه سواری را می توان از کتابفروشی ها نیز تهیه کرد.

عابر پیاده باید همیشه در مسیر ویژه عابر پیاده و یا در صورت وجود در مسیر وسایل نقلیه سبک تردد کند. در دیگر موارد عابر پیاده باید در کنار جاده حرکت کند. سمت چپ جاده معمولاً امن تر است. به خاطر داشته باشید که در تاریکی و یا در هوای گرگ و میش دیدن عابر پیاده و یا دوچرخه سوار برای رانندگان تقریباً غیر ممکن است. به همین دلیل طبق قانون عابر پیاده باید هنگامی که در تاریکی در جاده حرکت می کند از جسم منعکس کننده استفاده کند. منعکس کننده را می توان از مثلاً فروشگاه های لوازم ورزشی و فروشگاه های بزرگ و همچنین از اغلب فروشگاه های کوچک، داروخانه ها و جایگاه های پمپ بنزین خریداری کرد. همچنین دوچرخه سوار باید از سالم بودن چراغ دوچرخه اطمینان حاصل کند.

لینک های مفید:

دوچرخه سواری در فنلاند: <http://www.visitfinland.com>

ایمنی ترافیک: <http://www.liikenneturva.fi/www/fi>

سفارت جمهوری اسلامی ایران در فنلاند

یکی از نکات مهم بعد از ورود به فنلاند مراجعه به سفارت جمهوری اسلامی در شهر هلسینکی و اعلام حضور است. دانشجویان برای استفاده از خدمات کنسولی و ارسال گزارش تحصیلی (دانشجویان بورسیه) باید در واحد کنسولی سفارت تشکیل پرونده دهند. به همین خاطر فرم ها و مدارک لازم را قبل از مراجعه تنظیم کنید. پس از انتخاب فرم مناسب، آن را به طور کامل و خوانا تکمیل کرده و با درج آخرین نشانی محل سکونت و شماره تلفن در ایران و فنلاند با سایر مدارک به سفارت جمهوری اسلامی ایران در هلسینکی تحویل دهید. مدارک لازم شامل اصل و تصویر گذرنامه، شناسنامه، کارت ملی و در صورتی که دانشجوی بورسیه هستید، اصل و تصویر حکم تحصیلی خارج از کشور.

بخش کنسولی سفارت جمهوری اسلامی ایران در هلسینکی روزهای دوشنبه تا جمعه از ساعت ۹ صبح تا ۱۲:۳۰ برای مراجعین حضوری و همین روزها از ساعت ۱۵ تا ۱۶ با شماره تلفن ۶۸۶۹۲۴۲۴-۶۸۶۹۲۴۱۰ و شماره دورنگار ۶۸۶۹۲۴۱۰ پاسخگو است.

<http://helsinki.mfa.ir>

address: Embassy of the Islamic Republic of Iran, Kulosaarentie 9, 00570, Helsinki, Finland

tel: +358 9 6869 240

Fax: +358 9 6869 2410

e-mail: embassy@iran.fi

دفتر رایزنی علمی و سرپرستی دانشجویان کشور فرانسه و منطقه شنگن

این دفتر در راستای ارائه خدمات و راهنمایی برای کاهش مسائل و مشکلات اقامتی، تحصیلی، فرهنگی و علمی دانشجویان فعالیت می کند. دانشجویان بورسیه موظفند یک نسخه از گزارش پیشرفت تحصیلی خود را هر شش ماه یک بار به این دفتر و به دانشگاه محل خدمت ارسال کنند.

رایزن علمی: sarparasti@fr-iranscholarship.com

مسئول امور اداری: edari-mali@fr-iranscholarship.com

مدیر سایت رایزن علمی: admin@fr-iranscholarship.com

تلفن تماس دفتر رایزن علمی: ۰۰۳۳۱۴۰۶۹۷۹۵۱

دورنگار دفتر رایزن علمی: ۰۰۳۳۱۴۷۲۳۳۵۶۴

آدرس پستی: 4 Avenu d'léna, 75116Paris- France

در ضمن دانشجوی بورسیه باید در آغاز تحصیل در کشور فنلاند مدارک زیر را به اداره کل بورس و امور دانشجویان خارج ارسال کند:

- شماره حساب و آدرس بانکی در کشور محل تحصیل علی‌الخصوص در کشورهای فاقد نمایندگی علمی؛

- تصویر صفحات گذرنامه خود و خانواده (صفحه مشخصات و صفحه ای که مهر خروج از کشور در آن درج گردیده)؛

- لاشه بلیط هواپیمایی خود و خانواده؛

- اصل گواهی ثبت نام دوره زبان یا دوره اصلی با قید دوره، رشته، تاریخ شروع و موضوع رساله؛

- اصل گواهی شهریه با قید سال / ترم تحصیلی و تایید مبلغ شهریه از طرف دفتر نمایندگی جمهوری اسلامی ایران یا دفاتر نمایندگی های علمی؛

- اصل گواهی بیمه با قید سال / ترم تحصیلی خود و خانواده و تایید آن.

فروشگاه های مواد غذایی در فنلاند

به طور کلی در فنلاند یک دسته فروشگاه ها که به آنها Small Market یا همان فروشگاه های کوچک گفته می شود علاوه بر روزهای معمول در تعطیلات نیز باز بوده و می توان مایحتاج اولیه و مواد غذایی را خریداری کرد. این فروشگاه ها بیشتر محله ای هستند و برای سهولت در دسترسی به آنها در مناطق مسکونی و مکان هایی که نیاز مردم بیشتر به آنها احساس می شود قرار دارند. به عنوان مثال ALEPA از نظر قیمت مناسب تر از سایر فروشگاه های کوچک است. www.alepa.fi



<http://www.siwa.fi/fi/etusivu>



<http://www.rkioski.fi>



<http://www.valintatalo.fi/fi/etusivu>



گروه دوم فروشگاه های بزرگ یا همان Super Market ها هستند. در این دسته از فروشگاه ها علاوه بر مواد غذایی، پوشاک و وسایل زندگی و غیره نیز یافت می شود. این فروشگاه ها از نظر قیمت تا حدودی نزدیک به یکدیگر هستند با این تفاوت که در مواقع خاص در بعضی اجناس تفاوت هایی مشاهده می شود؛ مثلاً در LIDL مواد خوراکی را با قیمت مناسب تری می توان تهیه کرد.

www.k-citymarket.fi



www.k-market.com



www.lidl.fi



<http://www.prisma.fi/market/prisma>



مسائل مربوط به دانشگاه

از آنجا که تحصیل در مقطع دکترا در فنلاند برای شهروندان فنلاندی شغل محسوب می شود، در مواردی امکان ادامه تحصیل دانشجویان مقطع دکترا به صورت پژوهشگر در پروژه های دانشگاهی و داشتن

ارتباط شغلی با دانشگاه امکان پذیر است. در این قسمت برای آگاهی، به برخی قوانین و مقررات مربوط به دانشگاه اشاره می شود.

ساعات کاری

سه نوع ساعت کاری در دانشگاه وجود دارد. ساعات کاری پژوهشگران و مدیران، روزانه ۷ ساعت و ۱۵ دقیقه و هفته ای ۳۶ ساعت و ۱۵ دقیقه است. ساعات کاری کارمندان قسمت تحقیقات و تدریس به صورت هفتگی محاسبه می شود (بین ۶ ساعت و ۱۵ دقیقه تا ۸ ساعت در روز و هفته ای ۳۸ ساعت و ۱۵ دقیقه). زمان ناهار ۳۰ دقیقه تا یک ساعت بوده و جزء ساعات کاری به حساب نمی آید.

اگر ساعات کاری قابل تغییر درخواست شود، کارمند می تواند زمان آغاز و پایان کار روزانه خود را با محدوده زمانی مورد توافق، تعریف کند. زمان آغاز کار، صبح ها ساعت ۷ تا ۹ و زمان پایان آن عصرها ساعت ۱۴:۴۵ تا ۱۹ است. استادان، طبق برنامه ریزی مورد توافق با سرپرست، سالیانه ۱۶۰۰ ساعت کار می کنند.

مرخصی سالانه

روزهای تعطیل، دوشنبه تا شنبه، تعطیلات غیر رسمی و چند روز تعطیل دیگر (روز استقلال، کریسمس و نیمه تابستان، عید پاک و یک می (Vappu)) هر کارمند مستحق مرخصی با حقوق است. هر تعطیلی و هر مرخصی باید با سرپرست و مدیر هماهنگ شود. مرخصی ماهانه در صورتی تعلق می گیرد که شخص حداقل ۱۴ روز کار کرده باشد. در هر ماه می توان دو، دو و نیم یا سه روز مرخصی گرفت. تعداد مرخصی سالانه به ۲۰ روز می رسد. تعداد روزهای مرخصی را می توان در هر دانشکده از منشی که مسئول موارد مربوط به کارکنان است، پرسید. دوره تعطیلات تابستانی از اول ماه ژوئن تا پایان سپتامبر است به این معنی که فصل گذران ایام تعطیلات، این دوره زمانی است و اگر فردی مرخصی های استحقاقی خود را خارج از این ایام مثلاً در زمستان بگذرانند ۵۰ درصد آن، تا سقف حداکثر ۶ روز، به آن اضافه می شود. در ضمن صرف نظر از اینکه کارمند چه موقع قصد گذراندن تعطیلات را دارد، پاداش تعطیلات (عیدی) هر سال یک بار در ماه جولای پرداخت می شود.

مرخصی بدون حقوق

درخواست مرخصی بدون حقوق باید برای سرپرست واحد تحقیقات نوشته شود و این درخواست را باید متصدی خدمات کارکنان آن واحد تحقیقاتی ثبت کند. باید در درخواست دلایل گرفتن مرخصی بدون حقوق به طور شفاف بیان گردد.

مرخصی زایمان در برگه قرارداد تنظیم می گردد. درخواست مرخصی زایمان باید برای مدیر گروه یا رییس دانشکده نوشته شود و دفتر خدمات کارکنان آن گروه یا دانشکده آن را ثبت کند. تاریخ ابتدا و انتهای مرخصی زایمان باید به منشی که مسئولیت مراحل اداری را بر عهده دارد، گزارش شود. درخواست مرخصی زایمان باید حداقل دو ماه قبل از شروع مرخصی داده شود.

مرخصی استعلاجی

برای استفاده از مرخصی استعلاجی باید گواهی پزشک ارائه گردد. مرخصی استعلاجی نباید بیشتر از ۵ روز باشد. برای مرخصی استعلاجی که ۴ یا ۵ روز به طول می انجامد باید از اداره بهداشت دولتی، گواهی داشت. گواهی های پزشکی مستقیماً در اداره خدمات کارکنان هر پردیس ثبت می گردد. هر گونه غیبت ناشی از بیماری باید به مافوق گزارش داده شود. برای غیبت های کوتاه (۱ تا ۳ روز)، گواهی غیبت باید بدون واسطه به امضای مافوق برسد سپس منشی بخش موارد مربوط به کارکنان باید این گواهی را، ثبت کند. برای غیبت به دلیل بیماری فرزندان، باید مراحل فوق اجرا شود. فرم درخواست را می توانید از [این](#) سایت بگیرید.

کسانی که از grant تحقیقاتی استفاده می کنند، مرخصی استعلاجی خود را باید به مدیر پروژه اعلام کنند.

مراقبت های بهداشتی شغلی

خدمات مراقبت های بهداشتی برای کارکنان دانشگاه ها ارائه می شود. خدمات مراقبت های بهداشتی کسانی را که grant یا بورس تحصیلی دریافت کرده اند، تحت پوشش قرار نمی دهد. گروه Mehiläinen خدمات مراقبت های بهداشتی شغلی را در پایتخت ارائه می کند.

بیمه حوادث

کارمندان دانشگاه بیمه دولت هستند. آن دسته از کارکنان را که حقوقشان از طریق fund پرداخت می شود، پروژه بیمه می کند. در موقع حوادث، گواهی بیمه باید از مرکز بهداشت تهیه شود. این بدین معنی است که بیمار هیچ گونه هزینه ای برای ویزیت پزشک (یا ویزیت کلینیک های سرپایی) پرداخت نمی کند و فاکتور آن مستقیماً به دانشگاه ارسال می شود. دولت کسانی را که grant دریافت می کنند، بیمه نمی کند. در عوض چون این افراد (از نظر مالی) با موسسان شرکت های خصوصی قابل مقایسه هستند، مسئولیت بیمه کردن به عهده خودشان است. تمام دانشجویان فارغ التحصیل و غیر فارغ التحصیل که عضو اتحادیه دانشجویی دانشگاه هلسینکی (HYY) هستند، می توانند از طریق پرداخت حق عضویت، بیمه حوادث تهیه کنند. برای درخواست غرامت، رسید حق عضویت و بیمه حوادث باید با هم داده شود. افرادی که بورس تحصیلی یا grant دریافت می کنند و عضو اتحادیه دانشجویی نیستند باید طبق بند ۱-۵۷ بیمه حوادث، یک بیمه دلخواه برای ساعات کاری در دانشگاه تهیه کنند.

اداره مدیریت بایگانی

اداره بایگانی (Kirjaamo) کار ثبت کارکنان (کسانی که قرارداد رسمی دارند) قسمت اداری و آموزشی را به عهده دارد. خلاصه وضعیت را می توان از طریق تلفن و ایمیل از دفتر ثبت جويا شد. تلفن ها و ایمیل در دانشگاه هلسینکی عبارتند از:

nimikirjat@helsinki.fi

tel: 22922 و 23353

اداره بایگانی جایی است که در آن، درخواست ها برای یک پست و یا هر شغل دیگری در دانشگاه، ثبت می شود. اگر قصد دارید درخواست بدهید، به مهلت قانونی دادن درخواست توجه داشته باشید زیرا به درخواست های بعد از مهلت قانونی ترتیب اثر داده نخواهد شد.

شغل دوم برای کسانی که استخدام رسمی هستند

شغل دوم به معنی پست یا مقام، کار، کسب و تجارتي است که در کنار شغل اصلی به آن پرداخته می شود. وظایف موقتی شخصی مثل سخنرانی و وظایف یک متخصص در دسته بندی شغل دوم به حساب نمی آید. شغل دوم نباید مانعی برای انجام وظایف شغل اصلی باشد، نباید باعث بی صداقتی صاحب شغل در انجام وظایف شود، نباید باعث تضاد منافع بین شغل اصلی و شغل دوم گردد یا رقابت تلقی شود. همچنین شغل دوم نباید باعث ایجاد ضرر برای کارفرما گردد.

مجوز کار در شغل دوم را رییس دانشگاه صادر می کند. برگه درخواست باید به اظهارات سرپرست بخش ضمیمه گردد. فرم درخواست در اداره بایگانی قابل دسترسی است. تمام شغل های دوم به جز آنهایی که نیاز به مجوز دارند، باید به اطلاع مسئول مربوط برسد. داشتن شغل دوم باید به مدیریت اداری اطلاع داده شود.

شغل دوم برای کسانی که قرارداد استخدام جداگانه دارند

این افراد نباید در جایی دیگر کار کنند یا استخدام شوند، زیرا این فعالیت ها ممکن است باعث ارزش یافتن کاذب ماهیت کار و وضعیت فردی کارمند و همچنین زیان رسیدن به کارفرما شود. تا زمانی که قرارداد اعتبار دارد، کارمند نباید در هیچ یک از فعالیت هایی که باعث ایجاد رقابت شغلی و در نتیجه به خطر افتادن صداقت کار می شود، وارد شود. همچنین افرادی که دارای قرارداد استخدام هستند باید مدیریت اداری را نسبت به داشتن شغل دوم آگاه کنند.

فعالیت های کارآفرینی

تاسیس شرکت توسط کارمند، فعالیت بسیار مثبتی است به شرط آنکه شرکت در جایی به غیر از دانشگاه واقع شده باشد و روی ساعات کاری تاثیر نگذارد. فعالیت های مربوط به شرکت نباید باعث خلل در انجام وظایف شغل دانشگاه گردد. برای مثال کارت اعتباری شرکت نباید برای پرداخت فاکتورهای سفرهای اداری مربوط به دانشگاه و همچنین فرم های صورت حساب بدهی دانشگاه نباید برای فعالیت

شرکت استفاده گردد. کارمند حق ندارد از پست، تلفن یا دورنگار دانشگاه به منظور فعالیت های شرکتش استفاده کند.

سفر - تنظیم سفر از طریق اینترنت

کارمندان دانشگاه ها و کسانی که با دانشگاه رابطه استخدامی دارند از نرم افزار اینترنتی برنامه ریزی سفر که Web- Traveller نامیده می شود، استفاده می کنند. هر وقت بخواهید به سفر تجاری ای بروید که هزینه آن (بلیط هواپیما، هتل، مقرری روزانه و غیره) را دانشگاه پرداخت می کند، باید قبل از برنامه ریزی سفر، برنامه خود را در Web- Traveller ثبت کنید. در این صورت بعد از سفر، گزارش هزینه آن در Web- Traveller فایل بندی خواهد شد.

لینک مربوط در دانشگاه هلسینکی: Web- Traveller: <https://alma.helsinki.fi>

ایمیل، اینترنت و شبکه اینترنت داخلی Alma

امکان ایجاد آدرس ایمیل برای دانشجویان و کارمندان وجود دارد. هر دانشکده و گروه، مسئولی برای اعطای حساب کاربری اینترنت دارد. خدمات اولیه برای کارمندان و دانشجویان رایگان است. همه کامپیوترها به شبکه داخلی و سیستم های unix متصل هستند. سایت های کامپیوتری امکاناتی از قبیل انواع نرم افزارهای کاربردی، خدمات پرینت و ظرفیت ذخیره سازی بالا دارند.

حساب کاربری برای مدت زمان محدودی اعتبار دارد و باید به صورت دوره ای تمدید شود. رمز عبور فراموش شده و حساب کاربری قدیمی را می توان در بخش پشتیبانی دانشکده IT فعال کرد. اطلاعات بیشتر در دانشگاه هلسینکی در سایت زیر قابل دسترسی است:

http://www.helsinki.fi/helpdesk/eng/instructions/user_accounts_and_passwords/user_accounts

بخش پشتیبانی:

Tel: (09) 191 24662

atk-neuvonta@helsinki.fi

Tel: (09) 191 32705 (City Centre)

Tel: (09) 191 51032 (Kumpula)

atk-luvat@helsinki.fi

اینترنت داخلی دانشگاه هلسینکی، Alma نامیده می شود. آما ابزار ارتباط بین دانشگاه، کارمندان و دانشجویان است و برای کسانی که حساب کاربری دانشگاه را دارند قابل دسترسی است. محتوا و خدمات آما روی Service Windows که در tab ها قابل دسترسی است، قرار داده شده است. برچسب یا tab می تواند به صورت یک سایت باشد که Service Windows بخشی از آن است.

تب یا برچسب های بخش ها، دانشکده ها و پردیس ها در آما و در بالا نمایش داده می شود. می توانید پروفایل کاربری خود را اصلاح کنید و آنها را به حالت اصلی خود برگردانید. همچنین می توانید در پنجره اطلاعات کاربری به اطلاعات پروفایل دسترسی داشته باشید.

آما سه زبانه است: زبان فنلاندی و سوئدی که در هماهنگی با هم هستند، بنابراین بدون نیاز به ترجمه می توان با زبان دلخواه سوئدی یا فنلاندی از آن استفاده کرد. نسخه انگلیسی به طور مستقل و خلاصه تر از نسخه های فنلاندی و سوئدی است.

در رابطه با سئوالات تخصصی خود می توانید با استفاده از ایمیل و یا تلفن از گروه آی تی کمک

بگیرید:

alma-neuvonta@helsinki.fi

tel: (09) 191 24662

helpdesk@helsinki.fi

tel: (09) 191 55555

دفترچه راهنمای دانشجویان در کشور فنلاند



سرپرستی علمی ج.ا.ایران در منطقه شمکن

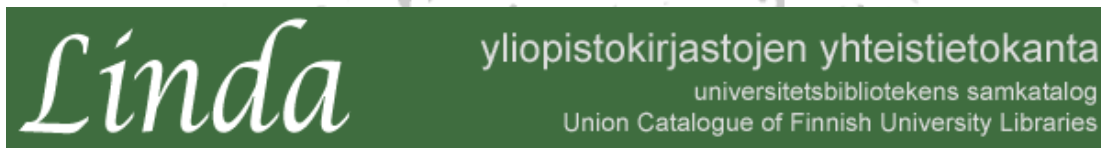
بخش چهارم

دوران تحصیل در فنلاند

سرپرستی علمی ج.ا.ایران در منطقه میسن

نکات ضروری برای پیشرفت تحصیلی

پیش از مطالعه این بخش مطالبی را که در خصوص نظام آموزشی فنلاند داده شده، ملاحظه کنید. با توجه به روال موجود در کشور فنلاند، معمولاً به دانشجویان کارشناسی ارشد و دکترا با توجه به دانشکده محل تحصیل و امکانات آن میز کار مستقل همراه با کامپیوتر و دیگر امکانات مربوط از قبیل کپی و پرینت تعلق می‌گیرد. همچنین به منظور راحتی در تحقیق و پژوهش و رفت و آمد، کلید ورود به ساختمان‌ها و دانشکده به دانشجویان داده می‌شود تا در هر زمان امکان دسترسی به دانشگاه را داشته باشند. برای دسترسی به کتاب‌های رشته تحصیلی خود لازم است در کتابخانه دانشگاه عضو شوید. البته همزمان با ثبت نام و دریافت کارت دانشجویی، نامتان در سیستم کتابخانه نیز ثبت می‌شود، ولی تا زمان آماده شدن کارت دانشجویی می‌توانید به کتابخانه مراجعه کرده و عضو شوید. عضویت در کتابخانه رایگان است ولی در صورت دیرکرد، جریمه اندکی دریافت می‌شود. اطلاعات مربوط به کتاب‌ها و سیستم کتابخانه را می‌توان در [سایت جامع کتابخانه‌های دانشگاه‌های فنلاند](#) یافت.



چنانچه کتاب مورد نظر شما در کتابخانه

دانشکده موجود نباشد ولی در نقطه دیگری از فنلاند وجود داشته باشد، امکان ارسال آن برای شما وجود دارد. برای استفاده از این سرویس لازم است با مسئول مربوط در کتابخانه تماس بگیرید و اطلاعات مربوط به کتابخانه و کتاب را در اختیار او قرار دهید. هزینه سفارش کتاب به این شکل معمولاً از طریق گروه آموزشی که در آن تحصیل می‌کنید پرداخت

می‌شود ولی بهتر است از صحت این مطلب مطمئن شوید. همچنین در صورت نیاز به کتابی که در کتابخانه‌های فنلاند موجود نیست، امکان سفارش آن از کتابخانه کشورهای دیگر وجود دارد که البته هزینه آن بسیار بالاتر است و لازم است برای باز پرداخت آن هماهنگی لازم با گروه آموزشی و کتابخانه صورت پذیرد. به زمان برگشت این قبیل امانات نیز باید دقت کرد. امکان دسترسی به مجلات معتبر انگلیسی به صورت

آنلاین در همه دانشگاه ها وجود دارد. مثلاً در دانشگاه هلسینکی از سایت [هلسینکی](#) می توان به آنها دسترسی پیدا کرد.

امکاناتی از قبیل سالن مطالعه با فضاهای بسیار مناسب همراه با امکانات کپی، پرینت و اینترنت در اکثر کتابخانه ها موجود است. برای کپی نیاز به کارت کپی دارید که معمولاً به صورت رایگان به دانشجویان دوره دکترا تعلق می گیرد و باید آن را از مسئول مربوط در گروه آموزشی بگیرید. در غیر این صورت می توانید این کارت های کپی را از کتابخانه خریداری کنید. هر دانشجو در هر ترم تحصیلی برای پرینت سهمیه ای دارد که استفاده از آن رایگان است. چنانچه دانشکده شما به دلیل کمبود امکانات امکان دادن میز کار یا دفتر کار به شما ندارد، می توانید از اتاقک ها یا میزهای کاری که در بعضی کتابخانه های دانشگاه ها وجود دارد و فضای کاملاً اختصاصی در اختیار شما قرار می دهد، استفاده کنید.

امتحانات علمی

برخلاف ایران، امتحانات دانشگاهی در فنلاند چندان سخت و استرس آور نیست. تاریخ امتحانات الزام آور نبوده و دانشجو در صورت عدم آمادگی می تواند در تاریخ های دیگری در امتحانات شرکت کند. همچنین برخی از دروس دارای امتحانات پایانی نبوده و ملاک ارزشیابی آن فعالیت و حضور فعال در کلاس، تحویل گزارش و خلاصه نویسی دروس، دادن سمینار یا شرکت در بحث ها و غیره است. در این صورت ارزشیابی درس مربوط به صورت قبول یا رد (pass/fail) است. بقیه امتحانات عمدتاً به صورت آزمون های کتبی یا سؤالات تشریحی است که معمولاً پاسخ به سؤالات نیاز به جواب های طولانی دارد. همچنین حضور در برخی کنفرانس ها و سمینارها واحد درسی محسوب می شود. نمره ارزشیابی امتحانات کتبی بین یک تا پنج است.

۵: عالی

۴: خیلی خوب

۳: خوب

۲: رضایت بخش

۱: قبول

پاره ای از دروس را نیز می توان صرفاً با مطالعه کتاب های مربوط و گذراندن امتحان آنها اخذ کرد. به این منظور لیستی از کتاب هایی که استاد یا استادان مربوط تهیه کرده اند نزد مسئول آموزش گروه ها قرار دارد که می توان پس از انتخاب کتاب مربوط و مطالعه آن در یکی از تاریخ هایی که امتحانات برگزار می شود، در امتحان شرکت کرد. البته لازم است پیش از سررسید تاریخ امتحان با استفاده از کارت های مخصوص آمادگی خود را برای حضور در امتحان به اطلاع منشی آموزشی رساند تا نسبت به تهیه سؤال ها برای شما اقدام شود.

کار در دوران تحصیل

دانشجویانی که دارای اجازه اقامت معتبر هستند، به صورت قانونی امکان کار پاره وقت تا بیست ساعت در هفته یا بیشتر را در تمام طول سال و به صورت تمام وقت در تابستان دارند. برای کار تمام وقت در تمام طول سال لازم است اجازه کار تمام وقت کسب گردد که برای این منظور لازم به ارائه قرارداد کاری و تکمیل فرم مربوط هنگام درخواست اجازه اقامت است. درخواست اجازه کار از طریق اداره پلیس صورت می پذیرد. همچنین برای کار احتیاج به کارت مالیاتی (Tax card) است. این کارت را می توان از [اداره دارایی](#) محل زندگی درخواست کرد که پس از مدتی به آدرس شما ارسال می گردد. کارت مزبور را باید همراه با اجازه اقامت به کارفرمای خود ارائه کنید.

در فنلاند، مانند برخی دیگر از کشورهای اروپایی، دوران دکتری در اکثر رشته ها شغل محسوب می شود و در واقع دانشجویان، کارمند دانشگاه یا موسسه تحقیقاتی خود محسوب می شوند و دستمزد با کسر مالیات به آنها پرداخت می شود. هنگام عقد قرارداد لازم است اجازه اقامت معتبر همراه با اجازه کار و دیگر مدارک لازم (مانند کارت مالیاتی) ارائه شود. البته امکان تحصیل در دوره دکتری بدون دریافت حقوق نیز میسر است، که در این صورت لازم است هنگام اخذ پذیرش به استاد راهنما یا مسئولان مربوط اعلام کنید که به صورت دیگری (از طریق وزارت علوم، تحقیقات و فناوری یا وزارت بهداشت و دیگر مؤسسات پژوهشی ایران یا به صورت هزینه شخصی) به تأمین مالی تحصیل خود مبادرت می ورزید.

ترجمه مدارک

در صورت نیاز به ترجمه رسمی مدارک لازم است با بخش [کنسولی](#) سفارت ایران تماس بگیرید. سفارت ترجمه برخی مدارک از قبیل شناسنامه و گواهینامه رانندگی را انجام می دهد. آدرس سفارت:

Kulosaarentie 9, 00570 Helsinki

Tel: 09-6869 240

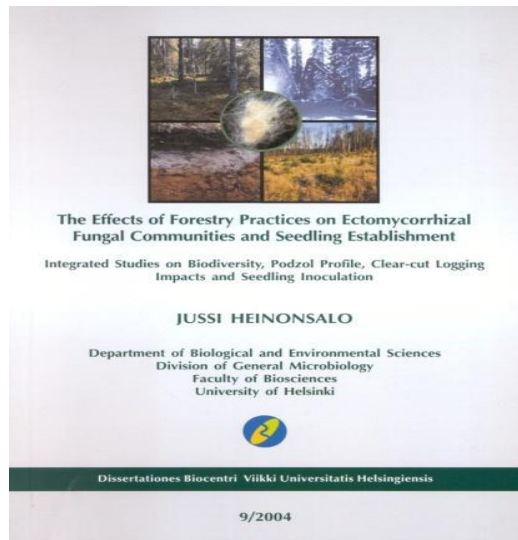
پیشرفت تحصیلی و چاپ مقالات

دانشجویان بورسیه ایران لازم است گزارش پیشرفت تحصیلی خود را که استاد راهنما نوشته و رضایت از کار دانشجو در آن قید گردیده است، هر ۶ ماه از طریق سفارت یا نمایندگی علمی در فرانسه به اداره بورس سازمان مربوط ارسال کنند. دیگر دانشجویان دکترا معمولاً گزارش پیشرفت خود را به استاد راهنما داده و یا در صورت وجود کمیته نظارتی هر ۶ ماه به این کمیته گزارش داده و از راهنمایی و توصیه های اعضای کمیته، برای پیشرفت و بهبود کارها استفاده می کنند. برخی استادان دارای گروه های مستقلی هستند که جلسات معینی به صورت هفتگی یا ماهانه برگزار می کنند و دانشجو می تواند از این جلسات نیز برای گزارش نتایج و یا پیشرفت کار خود و بهره بردن از نظرات دیگران استفاده کند.

تهیه و دفاع از پایان نامه

دوره دکترا معمولاً شامل ۴ سال فعالیت علمی است. البته نظر به ویژگی سیستم آموزشی فنلاند امکان گسترش آن به ۵ یا ۶ سال یا بیشتر نیز میسر است. همچنین امکان تغییر در پروپوزال و برنامه تحصیلی معمولاً امکان پذیر است. پایان نامه های دانشجویی در اکثر رشته های تحصیلی بر پایه دادن مقاله (article based) بوده ولی معمولاً در رشته های علوم انسانی به صورت تک نوشته (monograph) است. دادن ۴ مقاله یا بیشتر برای تکمیل پایان نامه و دفاع از آن ضروری است. پایان نامه معمولاً شامل خلاصه ای از فعالیت های صورت گرفته در جریان پروژه و نتایج چاپ شده در مقالاتی به نام سینوپسیس (synopsis) بوده که همراه با اصل مقالات چاپ شده ارائه می شود. برای دفاع لازم است که اکثر مقالات، چاپ یا پذیرفته شده باشند ولی معمولاً امکان دادن مقاله ای که هنوز پذیرفته نشده (submitted) هم میسر است. پس از نگارش پایان نامه و تأیید استاد راهنما، پایان نامه برای ارزشیابی اولیه (pre-examination) نزد دو استاد دیگر که یکی یا هر دوی آنها می توانند در خارج از فنلاند باشند، ارسال می

شود. این استادان گزارش ارزشیابی خود را ظرف حداکثر ۳ ماه به کمیته مربوط در دانشکده ارسال کرده، در



صورت ارزیابی مثبت آنها، تاریخ دفاع و استاد ناظر (opponent) برای روز دفاع تعیین می گردد. برای آگاهی از جزئیات بیشتر می توانید به سایت دانشکده محل تحصیل خود مراجعه کنید.

روز دفاع معمولاً از مدت ها قبل تعیین می شود و لازم است دانشجوی پیش از آن به انتشار رساله خود اقدام کند. برای این منظور لازم است پس از انجام تصحیحات لازم، رساله در شمارگان ۱۰۰ تا ۲۰۰ عدد به چاپ رسد تا

در روز دفاع بین افراد حاضر در جلسه دفاع و همچنین کتابخانه ها، مسئولان و گروه های آموزشی توزیع گردد. هزینه های چاپ پایان نامه را معمولاً می توان با استفاده از کمک هزینه های دانشگاه پرداخت کرد؛ برای این منظور لازم است در زمان مناسب به کارهای اداری آن اقدام کنید. در روز دفاع، دانشجوی در جمع افراد حاضر در جلسه به صورت بسیار کوتاه فعالیت های خود را شرح می دهد. پس از آن لازم است به سؤال های استاد ناظر پاسخ دهد. جلسه دفاع دارای رسوم و ویژگی های خاص خود است که حتماً باید مراعات گردد. زمان دفاع نیز بین ۱ تا ۲ ساعت یا بیشتر است.

آموختن زبان فنلاندی

فنلاند کشوری است دو زبانه و در آن دو زبان رسمی فنلاندی و سوئدی وجود دارد. زبان مادری ۹۱ درصد از مردم، فنلاندی و ۵ درصد آنها سوئدی است. زبان فنلاندی از زبان های شاخه فینو-اوگریک است که متأسفانه خارج از فنلاند به آن تکلم نمی شود. از میان زبان های دیگر، تنها زبان استونیایی قرابت زیادی با زبان فنلاندی دارد. هرچند معمولاً گفته می شود که یادگیری زبان فنلاندی بسیار مشکل است، اما بهتر است آن را زبانی متفاوت از زبان های دیگر بدانیم که یادگیری آن علاقه و تلاش بیشتری می طلبد. آموزشگاه ها، سازمان ها و دانشگاه های مختلف در فنلاند دوره های آموزش زبان فنلاندی و سوئدی را برگزار می کنند. اکثر دانشگاه های فنلاند دوره های رایگانی برای آشنایی دانشجویان خارجی با زبان فنلاندی و سوئدی برگزار می کنند که برای شرکت در آنها باید در زمانی معین ثبت نام کرد. برای یادگیری کامل زبان فنلاندی لازم است دوره های آموزشی آن را که در چند سطح و هر سطح در چند پایه برگزار می

شود، گذراند. علاوه بر دانشگاه ها برخی از آموزشگاه های دولتی و خصوصی کلاس های آموزش زبان فنلاندی و سوئدی برگزار می کنند. دوره های آموزشی در آموزشگاه ها معمولاً در ماه های سپتامبر و ژانویه شروع می شود. مهم است که قبل از شروع دوره آموزشی از آموزشگاه مربوط راجع به زمان ثبت نام سؤال کرده و در زمان مناسب نسبت به ثبت نام اقدام کنید. آموزشگاه های وابسته به سازمان شهرداری ها کلاس های به صورت غیر فشرده برگزار می کنند که هزینه آن نیز بین ۳۰ تا ۵۰ یورو است. برخی آموزشگاه های دیگر نیز با هزینه بیشتر (حدود ۱۰۰ یورو) کلاس های آموزش زبان فنلاندی و دیگر زبان ها را به زبان انگلیسی ارائه می کنند. هزینه تحصیل در آموزشگاه های خصوصی نیز به مراتب بیشتر از این مقادیر است. در این سایت جستجوگری وجود دارد که با استفاده از آن می توان به زبان فنلاندی در مورد آموزشگاه هایی که در منطقه هلسینکی و حومه، دوره های آموزشی زبان فنلاندی برگزار می کنند، اطلاعاتی کسب کرد. در دفترچه معرفی دوره های آموزشی وبگاه یاد شده، اطلاعاتی به زبان انگلیسی در مورد امکانات تحصیل زبان فنلاندی در منطقه هلسینکی و حومه موجود است. در زیر اطلاعاتی در مورد برخی از سایت های اینترنتی آموزش زبان فنلاندی داده شده است.

دوره های آموزشی و تمرینات زبان فنلاندی؛

Tavataan taas

<http://donnerwetter.kielikeskus.helsinki.fi/finnishforforeigners>

این دوره آموزشی زبان فنلاندی در برگرفته فهرست لغات، دستور زبان و جملات کوتاه نمونه است.

Supisuomea

<http://yle.fi/vintti/yle.fi/supisuomea/index.html>

مواد آموزشی مجموعه تلویزیونی. نوشته ها، تمرینات، دستور زبان، فیلم های ویدئویی.

Suomen kielen harjoituksia

<http://peda.net/veraja/kuopio/kansalaisopisto/tilauskurssit/maahanmuuttajat/suomentehokurssi>

تمرینات سایت فوق به زبان انگلیسی است.

Uuno

<http://www.uuno.tamk.fi>

صفحات اینترنتی یادگیری مقدماتی زبان فنلاندی

Easyfinnish

<http://oppiminen.yle.fi/suomi-finnish>



زبان مقدماتی فنلاندی با استفاده از انگلیسی

The finnish language

<http://www.cs.tut.fi/~jkorpela/Finnish.html>

دستور زبان و اطلاعات راجع به زبان فنلاندی

Finnish grammar

<http://people.uta.fi/~km56049/finnish>

دستور زبان و صرف لغات زبان فنلاندی

خدمات ضروری



اگر جان کسی در خطر است یا می خواهید وقوع آتش سوزی را اطلاع دهید و یا به کمک فوری پلیس نیاز دارید، می توانید با مرکز کمک های اضطراری (Hätäkeskus) با شماره ۱۱۲ تماس بگیرید. لازم است هنگام تماس با شماره ۱۱۲ موارد زیر را ذکر کنید: شما چه کسی هستید، چه اتفاقی و در کجا افتاده است و

آیا خطر جانی کسی را تهدید می کند یا نه. به سؤالاتی که مرکز کمک های اضطراری از شما می پرسد با آرامش جواب داده و تلفن را موقعی قطع کنید که از این مرکز به شما اجازه داده شده باشد. هنگام تلفن به شماره ۱۱۲ نیازی به گرفتن پیش شماره وجود ندارد و این تماس رایگان است. در صورت گم شدن و یا سرقت مدارک و اموال نیز باید مراتب را به نزدیک ترین دفتر پلیس گزارش دهید. اطلاعات بیشتر را می توان از سایت [پلیس](#) کسب کرد.

هر چند خانه و وسایل آن را معمولاً صاحب ملک بیمه می کند، ولی توصیه می شود وسایل خانه خود را در برابر حریق و سرقت بیمه کنید. در صورت بیمه وسایل در برابر سرقت، آتش سوزی یا حوادث

دیگر، می‌توان خسارت را از شرکت بیمه دریافت کرد. لازم به ذکر است که طبق قانون، در فنلاند کلیه خانه‌ها باید مجهز به سیستم اعلان حریق باشند. در غیر این صورت شرکت بیمه موظف به پرداخت خسارات ناشی از آتش‌سوزی نیست.

مرکز [SOS](#) نیز در شرایط بحرانی روحی و روانی به خارجی‌ان و مهاجران مقیم فنلاند و خانواده‌های آنها کمک می‌کند.

آرایشگاه

هزینه اصلاح موی سر در آرایشگاه‌هایی که شرقی‌ها اداره می‌کنند، بین ۱۵ تا ۲۰ یورو است. این هزینه در آرایشگاه‌های فنلاندی (Parturi/Kampaaja) بسیار بیشتر است.

کتابخانه‌های عمومی (kirjasto)

کتابخانه‌های عمومی که زیر نظر شهرداری‌ها اداره می‌شود در اکثر مناطق وجود دارد. برای دریافت کتاب و نوار یا سی‌دی‌های موسیقی و ویدئویی از این کتابخانه‌ها، باید به عضویت آنها درآمد. برای این منظور ارائه مدرک شناسایی به یکی از شعب این کتابخانه‌ها ضروری است. همچنین می‌توان از کامپیوترهای موجود در کتابخانه استفاده کرد و به مطالعه روزنامه و مجلات پرداخت.



با استفاده از سایت [هلمت](#) می‌توان منابع موجود در کتابخانه‌های [هلسینکی](#)، اسپو، وانتا و کائونیاپین را جستجو کرد و در صورت نیاز سفارش داد تا به نزدیک‌ترین کتابخانه محل سکونت شما منتقل شود. برای این سرویس هزینه اندکی باید پرداخت کرد. کتاب‌ها را می‌توان به همان کتابخانه‌ای که از آن به امانت گرفته شده‌اند و یا اغلب کتابخانه‌های دیگر بازگرداند. کتاب‌ها را می‌توان حداکثر سه مرتبه تمدید کرد. در صورت پایان مهلت امانت و تمدید نکردن کتاب باید جریمه پرداخت. در بسیاری از کتابخانه‌ها می‌توان کتاب‌هایی به زبان‌های مختلف یافت. معمولاً کتابخانه‌های بزرگ‌تر و یا کتابخانه‌های چندزبانه دارای تعداد زیادی از این کتاب‌ها هستند.

برای تهیه کتاب های علمی-درسی معمولاً می توان از کتابفروشی های دانشگاه ها استفاده کرد که در اکثر پردیس ها شعبه ای از آن دایر است. در غیر این صورت می توان کتاب های مورد نیاز را از برخی کتابفروشی های سطح شهر تهیه کرد و یا سفارش داد. در هلسینکی کتابفروشی آکادمی واقع در استوومن بزرگ ترین مرکز فروش کتاب است که کتاب های علمی و درسی را نیز تهیه می کند. علاوه بر آن کتابفروشی suomalainen در بیشتر شهرها شعبه دارد.



خدمات پزشکی

معمولاً دانشگاه ها دارای واحدهای خدمات پزشکی به دانشجویان هستند که با ارائه کارت دانشجویی می توان از آنها استفاده کرد. البته در دانشگاه هلسینکی دانشجویان دکترا مشمول این سیستم نمی شوند. برای استفاده از سیستم ایستگاه های سلامت یا درمانگاه های بهداشتی فنلاند (Terveysasema) که در اکثر محلات و مناطق شعبه دارند، لازم است که مدتی از اقامت شما گذشته باشد یا قصد اقامت طولانی و یا کارت بیمه فنلاند (kela) داشته باشید. در این مراکز بخشی از هزینه ویزیت از بیمار دریافت می شود که در مقایسه با مراکز خصوصی چندان زیاد نیست. پزشکان و



دندانپزشکان درمانگاه های بهداشتی، بیمار را فقط در روزهای غیر تعطیل و در ساعات اداری روز ویزیت می کنند و هر شخص باید به پزشک و درمانگاه منطقه سکونت خود مراجعه کند. برای مراجعه به پزشک باید قبلاً از دفتر درمانگاه محل سکونت خود وقت بگیرید. در صورت بیماری شدید لازم است

از قبل از ساعت ۱۰ صبح به مراکز درمانی مراجعه کنید تا پزشک عمومی در اسرع وقت شما را ویزیت کند. در غیر این صورت می توان با تماس تلفنی نوبت رزرو کرد که معمولاً زمان انتظار بسیار طولانی است. این شرایط شامل خدمات دندانپزشکی نیز می شود.

در صورت بروز بیماری در ساعات شب و یا روزهای تعطیل آخر هفته باید به اورژانس بیمارستان های خاصی مراجعه کرد. در صورت نیاز به اطلاعات در مورد خدمات بهداشتی و درمانی و یا نیاز به راهنمایی برای معالجه بیماری می توانید با خدمات مشاوره پزشکی با شماره تلفن ۱۰۰۲۳ (۰۹) تماس

بگیرید و آدرس مرکز اورژانس محل زندگی خود را به دست آورید. برای استفاده از خدمات آمبولانس با ۱۱۲ تماس بگیرید. در مواقع بیماری کودک می توانید به نزدیک ترین درمانگاه رفته و یا با خدمات شبانه روزی مشاوره پزشکی با شماره تلفن یاد شده تماس بگیرید. در خارج از ساعات اداری می توانید با بخش اورژانس محل زندگی خود که مشخصات تماسش در صفحه بهداشت و درمان وجود دارد تماس گرفته یا به آنجا مراجعه کنید.

برای پیدا کردن اطلاعات مربوط به مراکز پزشکی خصوصی می توانید به سایت های <http://www.terveystalo.com> و <http://en.mehilainen.fi/content/booking> رجوع کنید. هزینه ویزیت در این مراکز بین ۸۰ تا ۱۰۰ یورو است و امکان رزرو اینترنتی نیز میسر است.

بیمه درمانی فنلاند به افرادی تعلق می گیرد که قصد اقامت دائم در این کشور دارند. دانشجویان معمولاً شامل این دسته نیستند مگر آنکه در پروژه ای مشغول به کار بوده و مالیات های مربوط راپردازند. این بیمه بخشی از مخارج درمانی و همچنین داروها را جبران می کند. لازم به ذکر است این بیمه درمانی بخشی از مخارج درمان در مراکز خصوصی را نیز جبران می کند. پرداخت کمک هایی از قبیل کمک هزینه مسکن، کمک هزینه تحصیلی، حق اولاد و کمک هزینه بارداری و زایمان نیز از طریق این سازمان انجام می گیرد که برای هر مورد باید جداگانه تقاضا کرد. هر چند دانشجویان شاغل به کار در فنلاند مالیات بیکاری می پردازند ولی استفاده از بیمه بیکاری منوط به دارا بودن اقامت دائم با شبیه دائم (A) است.



راهنمای خرید
فروشگاه های مواد غذایی
سرستی علمی ج.ا. ایران در منطقه مسکن

لیستی از فروشگاه های زنجیره ای برای خریدهای روزمره در فصل ۵ داده شده است. معمولاً فروشگاه های هر منطقه هر هفته آگهی های تبلیغاتی به صندوق پست شما ارسال می کنند که در آنها اقلام تخفیف خورده همراه با قیمت اعلام شده است. استفاده از این آگهی ها موجب صرفه جویی مختصری

در هزینه ها می شود. در اکثر شهرها بازارهای روز که معمولاً میوه و سبزیجات تازه عرضه می کنند نیز وجود دارد.

خرید وسایل منزل

معمولاً خرید وسایل بزرگ منزل به صورت نو به صرفه نیست. در اکثر شهرهای بزرگ فروشگاه های فروش لوازم دست دوم به وفور وجود دارد که می توان از آنها برای تهیه مبلمان و برخی از وسایل برقی مثل ماشین لباسشویی و ظرفشویی استفاده کرد. اما بهتر است وسایل برقی کوچک تر به صورت نو خریداری شود تا دارای ضمانت نامه باشد. لیستی از فروشگاه های دست دوم و خرید لوازم منزل در فصل



۵ ارائه شده است. در برخی از حراجی های دائمی می توان وسایلی مثل دوچرخه، کامپیوتر و غیره را نیز خریداری کرد.

فروشگاه مواد خوراکی حلال

خوشبختانه با کثرت مسلمانان تقریباً در تمام شهرهای بزرگ کشور می توان انواع فراورده های گوشتی حلال را تهیه کرد. بهتر است برای این منظور به فروشگاه های شرقی که معمولاً کردها یا عرب ها اداره می کنند، مراجعه کنید. محصولات غذایی ایرانی هم به وفور در این مغازه ها به چشم می خورد، به عنوان نمونه آدرس تعدادی از این فروشگاه ها در هلستینکی در فصل ۵ ارائه شده است.



رانندگی

جاده ها و خیابان های فنلاند مانند بسیاری از کشورهای اروپایی دارای استاندارد بالایی بوده و مملو از تابلوهای راهنمایی هستند که به زبان فنلاندی است لذا دقت مضاعفی می طلبند. شرح علایم راهنمایی و رانندگی فنلاند را می توان در [اینجا](#) مشاهده کرد. گواهینامه رانندگی ایران برای رانندگی در فنلاند تا یک

سال معتبر است و باید تا قبل از رسیدن به یک سال از زمان ورود به فنلاند نسبت به گرفتن گواهینامه فنلاندی اقدام کرد. چنانچه تا قبل از یک سال برای این کار اقدام کنید، بدون آزمون رانندگی می توانید گواهینامه فنلاندی بگیرید، در غیر این صورت نیاز به آزمون عملی و تئوری است. برای تعویض گواهینامه، تهیه مدارک زیر و مراجعه به مرکز پلیس الزامی است:

ترجمه و اصل گواهینامه ایرانی

فرم پر شده درخواست گواهینامه فنلاندی

فرم نداشتن گواهینامه از دیگر کشورهای اروپایی

فرم مشخصات و امضای دو شاهد مبنی بر ۶ ماه رانندگی در فنلاند

برگه معاینه پزشکی

دو قطعه عکس

هزینه تعویض گواهینامه ایرانی با فنلاندی ۴۰ یورو و در صورت نیاز به آزمون، ۶۰ یورو است. برای اطلاعات بیشتر از آزمون ها به [این](#) سایت مراجعه کنید.

خرید خودرو

خرید خودرو در فنلاند آسان است ولی نگهداری آن ملاحظات بیشتری را می طلبد. با جستجو در [سایت](#) های خرید خورد می توان نسبت به انتخاب خودرو اقدام کرده و پس از توافق با فروشنده با مراجعه به یکی از مراکز [کاتاستوس](#) نقل و انتقال کارت خودرو انجام می گیرد. دارا بودن بیمه و معاینه فنی برای خودروهای دست دوم ضروری است که برای این منظور نیز باید از این مراکز اطلاعات لازم را کسب کرد.

دوچرخه سواری



دوچرخه سواری به ویژه در تابستان امری معمول در فنلاند است. باندهای دوچرخه رو در خیابان های فرعی و اصلی بسیاری از شهرهای فنلاند دیده می شود. معمولاً نیمی از

پیاده روها به مسیر دوچرخه اختصاص دارد. دوچرخه سواری در مسیر خودروها مجاز نیست و در هنگام شب نیز استفاده از چراغ الزامی است. همچنین توصیه می شود از کلاه ایمنی و قوانین ایمنی به ویژه شب هنگام، استفاده شود. هر چند فنلاند کشور امنی است ولی برای جلوگیری از دزدیده شدن دوچرخه قفل کردن آن بدیهی است به ویژه اگر آن را در نزدیکی ایستگاه های قطار پارک می کنید. برای پیدا کردن مسیرهای دوچرخه سواری به مقصدهای مختلف می توانید از [سایت](#) ارائه دهنده مسیرهای پیاده روی و دوچرخه سواری استفاده کنید. دوچرخه را می توان به صورت رایگان در مترو با خود حمل کرد ولی در قطارهای دیگر مستلزم پرداخت کرایه است.

برای خرید دوچرخه بهترین راه مراجعه به فروشگاه های فروش اجناس دست دوم و سایت اینترنتی [هوتو](#) است. عضویت در گروه های اینترنتی دانشجویی نیز می تواند مفید باشد چراکه بسیاری از دانشجویان در پایان دوران تحصیلی خود با ارسال ایمیل به این گروه های اینترنتی اقدام به فروش وسایل از جمله دوچرخه های خود می کنند.

تحصیل همسر و فرزندان

تحصیل همسر دانشجو

برای دانشجویان بورسیه این امکان وجود دارد که با استفاده از تسهیلات بورس همراه، مقدمات ادامه تحصیل همسر خود را در ضمن تحصیل خود در مقطع دکترا فراهم کنند.

تحصیل و مراقبت روزانه فرزندان در فنلاند

کودکان زیر سن مدرسه (۱ تا ۶ سال) حق استفاده از خدمات مراقبت روزانه (Paivakoti) که هر



شهر ارائه می دهد، دارند. هزینه ای که بابت مراقبت روزانه کودک پرداخت می شود به میزان درآمد والدین بستگی دارد ولی برای دانشجویان معمولاً بین ۱۰۰ تا ۲۰۰ یورو در ماه است. برای این منظور باید تقاضای ثبت نام کودک در محل مراقبت روزانه از طریق سایت شهر محل سکونت انجام گیرد که معمولاً تا رسیدن نوبت به کودک چند ماه

به طول می انجامد. برنامه روزانه مهدکودک ها شامل بازی، اوقات آموزشی و فعالیت بیرونی، استراحت روزانه و تغذیه است. تغذیه شامل صبحانه که حدود ساعت ۸:۱۵ سرو می شود، ناهار که حدود ساعت ۱۱ سرو می شود و خوراکی سبک که حدود ساعت ۱۴ سرو می شود، می گردد. مرکز کوتی پو (kotipuu) در مورد وسایل مربوط به زندگی خانوادگی، رشد و تربیت کودکان و امور اولیا از طریق تلفن و ایمیل به خارجیان کمک و مشاوره می دهد. مهد کودک های خصوصی نیز وجود دارند که در بعضی از آنها از زبان های غیر فنلاندی استفاده می شود. باید توجه داشت که کودک بیمار را نمی توان به محل مراقبت روزانه برد.

نظام آموزشی در فنلاند

این نظام مبتنی بر دوره آمادگی و تحصیلات پایه و متوسطه عمومی است. دوره آمادگی یا دوره آموزش پیش دبستانی (esioperus) یک سال طول می کشد و هنگامی که کودک ۶ ساله است، شروع می شود. دوره آمادگی را می توان هم در مهد کودک گذراند و هم در مدرسه ابتدایی. این دوره رایگان است و دانش آموز را برای تحصیلات پایه آماده می کند. پیش شرط لازم برای شروع تحصیل در تحصیلات پایه دانستن زبان فنلاندی است. لذا برای دانش آموزانی که به تازگی وارد فنلاند شده اند و آن دسته از دانش آموزانی که تسلط کافی به زبان فنلاندی ندارند موضوع اصلی درسی در تحصیلات آمادگی آموزش زبان فنلاندی و آشنا شدن با مفاهیم کلیدی و لغات مورد نیاز در مواد درسی مختلف است.



تحصیلات پایه (ابتدایی و راهنمایی) از هفت سالگی شروع شده و ۱۰ سال ادامه می یابد. کلاس های ۱ تا ۶ دوره تحصیلات ابتدایی (Ala-aste) را تشکیل داده و کلاس های ۷ تا ۹ دوره تحصیلات راهنمایی (Yla-aste) را تشکیل می دهند. تحصیلات پایه رایگان

بوده و هدف از آن فراهم آوردن امکانات لازم برای دانش آموزان به منظور فراگیری اطلاعات و دانش عمومی در چارچوب آموزش اجباری است که شامل اطلاعات و مهارت های گسترده و چند جانبه مورد نیاز در زندگی و آمادگی برای ادامه تحصیل است. تمام دروسی که ارائه می شوند بر مبنای طرح و برنامه درسی هستند. دانش آموز می تواند پس از اتمام دوره تحصیلات پایه به تحصیلاتش یا در دبیرستان و یا در هنرستان های حرفه ای ادامه دهد.

تحصیلات متوسطه عمومی در برگیرنده تحصیلات دبیرستان و تحصیلات حرفه ای است. دبیرستان (Lukio) و تحصیلات حرفه ای (Ammatti) مقطع متوسطه عمومی سه سال طول می کشد و متقاضی برای ورود به آن باید دارای تحصیلات پایه باشد. پس از اتمام دبیرستان امتحان دیپلم متوسطه عمومی (Matriculation) برگزار می شود. بخش اعظم تحصیلات دبیرستانی و تحصیلات حرفه ای به زبان فنلاندی یا سوئدی انجام می گیرد ولی در منطقه هلسینکی و حومه می توان به زبان های دیگر از جمله انگلیسی نیز تحصیل کرد. زمان درخواست برای تحصیل در بسیاری از مراکز تحصیلی معمولاً مدت طولانی پیش از شروع ترم تحصیلی بعدی است. مراکز تحصیلی عمدتاً وابسته به شهرداری و یا دولتی هستند. با این حال مراکز تحصیلی خصوصی نیز وجود دارد. برای تحصیل در این مراکز باید مبلغ مربوط به هر ترم و سال تحصیلی را پرداخت کرد.

مدارس بین المللی

اطلاعات مربوط به مدارس بین المللی انگلیسی زبان را در فنلاند می توانید در فصل بعدی ملاحظه کنید. هزینه تحصیل در برخی از این مدارس بسیار بالا بوده و بیش از ده هزار یورو در سال است.

مدرسه ایرانی

با توجه به کم تعداد بودن دانش آموزان ایرانی علی رغم تلاش های صورت گرفته، تا کنون مدرسه ایرانی در هلسینکی به طور باید و شاید پا نگرفته است. لذا افراد علاقمند به گذراندن دوره های آموزشی ایران می توانند در امتحانات متفرقه پایان هر سال تحصیلی که معمولاً سفارت ایران در هلسینکی برگزار می کند، شرکت کنند. برای این منظور لازم است که در زمان مربوط نسبت به ثبت نام دانش آموزان برای امتحانات اقدام کنید. در صورتی که سفارت امکان برگزاری امتحانات را مهیا نکند، دانش آموزان می توانند از طریق اینترنت با مدارس یا نمایندگی های ایران در شهرهای دیگر مانند مدرسه مولوی در استکهلم امتحان بدهند. کارنامه تحصیلی این افراد را دفتر مدارس ایرانی خارج از کشور صادر می کند. در صورتی که امکان تهیه کتاب های درسی مدارس ایران را نیافته اید، می توانید از سایت [تبیان](#) به متن کتاب های درسی دسترسی پیدا کنید. امکان دسترسی به نمونه سؤالات امتحانی از طریق سایت بسیاری از مدارس ایرانی و نیز سایت [تبیان](#) وجود دارد.

مسافرت در فنلاند

فرودگاه ها و بنادر



مهمترین فرودگاه فنلاند [فرودگاه هلسینکی](#) - وائاست. علاوه بر آن فرودگاه های کوچکتری در برخی از شهرهای مهم فنلاند وجود دارد. اطلاعات مربوط به این فرودگاه ها را می توان از [سایت](#) فین آویا به دست آورد. امکان دسترسی به فرودگاه هلسینکی از طریق چندین خط اتوبوسرانی از مراکز هلسینکی، وائتا و اسپو به راحتی امکان پذیر است. [هلسینکی](#) و [تورکو](#) مهم ترین بندرهای مسافرتی فنلاند هستند. امکان سفر از بندر هلسینکی به استونی، سوئد، آلمان و روسیه امکان پذیر است. بین استکهلم و تورکو نیز خط کشتیرانی برقرار است. علاوه بر این دو شهر، امکان سفر بین فنلاند و سوئد از طریق شهرهای واسا به اومئو و بالعکس نیز مقدور است.

قطار بین شهری

بهترین وسیله در فنلاند برای سفر بین شهرهای اصلی جنوبی آن قطار است. معمولاً دانشجویان (به جز دانشجویان دوره دکترا) می توانند از تخفیف های ۵۰ درصدی بلیت های قطار استفاده کنند. برای تهیه بلیت قطار بین شهری می توان از طریق راه آهن اقدام و بلیت آن را از طریق دستگاه های خودکار موجود در ایستگاه قطار دریافت کرد. در غیر این صورت می توان با مراجعه به ایستگاه های قطار بلیت را از باجه های فروش بلیت تهیه کرد. برای استفاده از قطار به منظور سفر به کشورهای دیگر لازم است که از ایستگاه قطار استکهلم سوئد استفاده شود.



اتوبوس بین شهری

تردد بین شهرهای فنلاند با استفاده از اتوبوس های بین

شهری نیز امکان پذیر است که اطلاعات مربوط به آن را می توانید در فصل بعدی بیابید. برای استفاده از اتوبوس به مقصد دیگر شهرهای اروپا می توان از خطوط [اورولاین](#) در استونی یا استکهلم استفاده کرد.

گردش و سرگرمی

در طول دوران تحصیل از گردش و سرگرمی به ویژه در طبیعت منحصر به فرد فنلاند نباید غافل بود. علاوه بر مراکز دیدنی تاریخی و طبیعی در فنلاند، نظر به عضویت این کشور در اتحادیه اروپا و پیمان شنگن با دارا بودن اجازه اقامت در فنلاند، امکان مسافرت به بیش از [۲۴](#) کشور میسر است. کشورهای همسایه دریایی فنلاند یعنی استونی و سوئد رایج ترین نواحی برای سفرهای تفریحی هستند. برای مسافرت به این کشورها بهترین راه استفاده از کشتی های تفریحی



است. در برخی از مواقع سال حتی امکان مسافرت با بلیت های رایگان به صورت رفت و برگشت (کروز) به این کشورها مهیاست. این سفرها معمولاً شامل چند ساعت اقامت در شهرهای تالین یا استکهلم است که زمانی مناسب برای بازدید از بخش های قدیمی و توریستی این شهرهاست. برای استفاده از این سفرهای ویژه باید عضو [کلوپ](#) های این شرکت ها باشید تا اطلاعات مربوط را به دست آورید.

برای مسافرت به کشورهای دیگر می توان از خطوط هوایی ارزان استفاده کرد. از جمله این خطوط می توان به [رایان ایر](#) که از فرودگاه تامپره پرواز می کند و یا [ایزی جت](#)، [ایر برلین](#)، [بلو وان](#)، [ایر بالتیک](#) و [نروژین](#) که از فرودگاه هلسینکی پرواز می کنند، اشاره کرد. لازم به ذکر است که بلیت این خطوط هوایی را نمی توان پس داد و تنها می توان با پرداخت مبلغی زمان آن را تعویض کرد. همچنین تهیه بلیت از این شرکت ها تنها از طریق اینترنت امکان پذیر است لذا بدیهی است دارا بودن کارت اعتباری برای این منظور ضروری است.

سفر به روسیه و انگلستان

برای سفر به این کشورها نیاز به اخذ ویزاست. به تازگی (از سال ۲۰۱۰) سفر بدون ویزا از راه دریا به روسیه (سنت پترزبورگ) از طریق برخی شرکت‌ها صورت می‌پذیرد. برای اطلاع بیشتر به سایت <http://bair-travels.com/index.php> مراجعه کنید. در غیر این صورت تهیه ویزای توریستی روسیه برای اتباع ایرانی کمی مشکل است و برای این منظور حتماً باید از طریق آژانس‌های مسافرتی اقدام کرد. برای درخواست ویزای انگلستان نیز باید از طریق اینترنت اقدامات اولیه را انجام داد و سپس مدارک و هزینه مربوط (حدود ۹۰ یورو) را به سفارت انگلستان در هلسینکی تحویل داد. بررسی مدارک و صدور ویزا در استکهلم انجام می‌پذیرد.

فعالیت‌های مذهبی

امور مذهبی



اسلام در فنلاند دارای پیشینه طولانی است. نخستین مسلمانان فنلاند تاتارهای مسلمان عضو ارتش امپراطوری روسیه بودند که از اواخر قرن ۱۹ در فنلاند ساکن شده‌اند. امروزه بیش از ده هزار مسلمان در فنلاند وجود دارد که هر ساله بر تعدادشان افزوده می‌شود به نحوی که در سال‌های گذشته مسجدهای فراوانی در شهرهای اصلی فنلاند تأسیس گردیده است. برای اطلاع بیشتر از مراکز اسلامی فنلاند می‌توانید به [این](#) سایت مراجعه کنید. خوشبختانه ایرانیان و شیعیان در شهر هلسینکی دارای مرکز اسلامی [رسالت](#) هستند که علاوه بر دارا بودن امام جماعت و برگزاری برنامه‌های روزانه و انجام امور شرعی، برنامه‌های مخصوص اعیاد مذهبی و ملی، ایام سوگواری اهل بیت و ماه مبارک رمضان در آن برگزار می‌شود. شیعیان همچنین در شهر تورکو دارای مرکز اسلامی مستقل هستند.

سرپرستی علمی ج.ا.ایران در منطقه شمکن

اوقات شرعی

برای یافتن اوقات شرعی شهرهای فنلاند و همچنین دیگر شهرهای جهان می‌توان از سایت‌های یاد شده در بند بالا استفاده کرد. هنگام استفاده از اوقات شرعی سایت اسلامیک فایندر باید توجه داشت که

زمان نماز مغرب کمی دیرتر از زمان اعلام شده است چرا که در این سایت بر اساس نظر اهل سنت زمان نماز مغرب بلافاصله پس از غروب خورشید است.

از آنجایی که در تابستان طول روزها در فنلاند بسیار بلند است، به نحوی که روزه داری بر اساس آن پر مشقت است و همچنین اقامه برخی از نمازها تا دیروقت به تاخیر می افتد، می توان برای سهولت در این زمان های غیر متعارف از فتوای برخی از [مراجع](#) تقلید مانند آیت الله مکارم شیرازی که عیناً در زیر نقل شده است استفاده کرد. برای کسب اطلاعات بیشتر می توانید با امام جماعت مرکز اسلامی رسالت در هلسینکی یا دفتر مراجع تقلید تماس حاصل کنید.

به نظر آیت الله مکارم شیرازی، مسلمانان هر منطقه قطبی باید صبح، ظهر و شب را با صبح، ظهر و شب یکی از مناطقی که دارای روز و شب معتدل هستند و روی یک دایره نصف النهار قرار دارند و هم‌افق شمرده می‌شوند، تطبیق دهند و نمازهای صبح، ظهر و مغرب را مطابق اوقات شرعی آن بخوانند و روزه بگیرند. چنان‌که در بخش دیگر فتوای قبلی آیت الله مکارم شیرازی آمده است:

«در مناطقی که خورشید غروب نمی‌کند، یا طول روز بسیار زیاد و خارج از متعارف مناطق مختلف دنیاست، باید بر طبق مناطق معتدله در آن فصل از سال عمل کنند؛ یعنی اگر در مناطق معتدله (روی همان خط نصف النهار) روزها در آن موقع ۱۴ ساعت است و شب‌ها ۱۰ ساعت، به همان صورت نماز و روزه خود را تنظیم کنند (مکارم شیرازی، ۱۳۸۱ش: ج ۲، ص ۷۳، ص ۱۳۹).»

فعالیت های فرهنگی

سفارت جمهوری اسلامی ایران در شهر هلسینکی در برخی مناسبت های ملی برنامه هایی برگزار می کند که برای حضور در آنها لازم است در سفارت تشکیل پرونده دانشجویی داده باشید تا دعوت نامه های مربوط را دریافت کنید. همچنین معمولاً هر ساله در ماه ژانویه در زمان برگزاری نمایشگاه جهانگردی فنلاند جاذبه های دیدنی ایران همراه با برخی از صنایع دستی آن در غرفه مربوط به ایران به بازدیدکنندگان معرفی می شود. علاوه بر آن برخی اوقات نمایشگاه های فرهنگی هنری مربوط به ایران در مراکز فرهنگی فنلاند برگزار می شود. برای کسب اطلاعات بیشتر در این زمینه و همچنین دیگر فعالیت های فرهنگی بین المللی می توانید به سایت مرکز فرهنگی [کایسا](#) و مرکز فرهنگی [لوکان](#) مراجعه کنید. سایت پرشیا نیز یکی از سایت های اطلاع رسانی به فارسی زبانان مقیم فنلاند است.

برنامه های تلویزیونی

کانال های تلویزیونی فنلاند دیجیتال هستند و برای استفاده از آنها لازم است از تلویزیون های دارای این سیستم استفاده شود و یا برای دریافت برنامه ها علاوه بر تلویزیون از گیرنده های دیجیتال نیز استفاده گردد. داشتن تلویزیون در فنلاند منوط به



پرداخت مالیات (TV maksu) است. لازم به ذکر است

که حتی اگر برنامه های شبکه های فنلاندی را تماشا

نکنید، لازم است مالیات بپردازید. در غیر این صورت اگر بازرسان از این تخلف آگاه شوند، علاوه بر پرداخت جریمه، مالیات پرداخت نشده نیز از شما اخذ خواهد شد. برای استفاده از شبکه های ماهواره ای جمهوری اسلامی، نیاز به تهیه ماهواره و نصب آن است که البته با توجه به فراوانی مهاجران، افراد زیادی در تهیه و نصب این تجهیزات فعالند. باید توجه داشت که نصب آنتن ماهواره در بام و دیوار ساختمان منوط به کسب اجازه از مالک ساختمان است. برنامه های صدا و سیمای ایران را علاوه بر ماهواره می توان از طریق اینترنت و یا از سایت های رسمی سازمان صدا و سیما مشاهده کرد. برای مشاهده گزیده ای از برنامه های شبکه های ملی تلویزیونی فنلاند می توانید از سایت اوله آرنا استفاده کنید. چنانچه مایل به اطلاع از



اخبار داخلی فنلاند هستید می توانید در سایت های زیر برخی از این اخبار را به

انگلیسی بخوانید: روزنامه هلسینکی تایمز، روزنامه هلسینگین سانومات، بخش اخبار

انگلیسی تلویزیون فنلاند و سایت «این فنلاند است». البته شبکه یک فنلاند نیز در

ساعاتی خاص اخبار بسیار کوتاهی به زبان انگلیسی پخش می کند.

فیلم و سینما

چندین فروشگاه در فنلاند کرایه دهنده فیلم های سینمایی هستند. اجاره فیلم برای یک تا چند روز است و داشتن کارت شناسایی برای کرایه فیلم الزامی است. در مرکز شهرهای مهم فنلاند چندین مرکز سینمایی وجود دارد که دارای چندین سالن سینما با ظرفیت های متفاوت است. معمولاً قیمت بلیت در آخر هفته و بعد از ظهرها گران تر از ساعات صبح یا ظهر و بین ۷ تا ۱۰ یورو است. هر ماه در یک روز خاص قیمت بلیت ها ارزان تر است. برای کسب اطلاعات بیشتر می توانید از صفحه finnkino اطلاعاتی در مورد سینماها و فیلم ها در نقاط مختلف فنلاند بیابید.



مردم فنلاند فرهنگ ورزشی بسیار بالایی داشته و در تمام طول سال در حال ورزش و فعالیت بدنی هستند. دانشگاه ها نیز امکانات ورزشی بسیار مناسبی داشته که برای استفاده از آنها نیاز به ثبت نام و پرداخت شهریه است. همچنین زمین های ورزشی بسیاری که شهرداری ها احداث و نگهداری می کنند در اکثر نقاط فنلاند وجود دارد که استفاده از آنها رایگان بوده ولی باید وسایل و تجهیزات لازم را داشته باشید. در بانک اطلاعاتی [ورزش](#) فنلاند نیز اطلاعات فراوانی در مورد امکانات ورزشی بر اساس رشته ورزشی، منطقه و یا نام شهرستان موجود است. همچنین چندین سالن ورزشی خصوصی از جمله سالن های مختص [بانوان](#) نیز وجود دارد.

جشن ها و دیدنی های فنلاند

اول ماه می Vappu

یکی از مهم ترین جشن های ملی در فنلاند است که به مناسبت آغاز فصل گرما و بهار برگزار می شود. دانشجویان در این روز و روز قبل از آن برنامه های ویژه ای را در شهرهای مختلف اجرا می کنند. در هلسینکی و حومه در بعد از ظهر ۳۰ آوریل دانشجویان کلاه مخصوص خود را بر سر مجسمه هاویس آماندا (Havis Amanda) در میدان کائوپاتوری (Kauppatori) گذاشته، هزاران نفر این مراسم را مشاهده می کنند. در اکثر شهرهای بزرگ فنلاند نیز مراسم مشابهی برگزار می شود. مثلاً در تورکو مجسمه لیلیا (Lilja) در نزدیکی پل آورا (Aura) تزئین می گردد. در روز اول می مهم ترین کار پیک نیک واپو است. در هلسینکی سستی ترین مکان برای پیک نیک پارک کایوو پوایستو (Kaivopuisto) است. در تورکو این مراسم در والتیوووورن مکی (Valtionvuorenmäki) انجام می شود و در تامپره بسیاری از افراد در اطراف رودخانه تامرکوسکی (Tammerkoski) جمع می شوند.

جشن نیمه تابستان Juhannus

جشن نیمه تابستان (Midsummer) یا به زبان فنلاندی یوهانوس (Juhannus)، یکی از جشن های بسیار مهم فنلاند است که در اواخر ماه ژوئن برگزار می گردد. ریشه این جشن به پیش از مسیحیت و

جشن اوککو (Ukko) که خدای آب و هوا، حاصلخیزی و رشد بوده است می رسد. پس از ورود مسیحیت به فنلاند این فستیوال به افتخار سنت جان، یوهانوس نامیده شد که امروزه شامل مخلوطی از آداب مسیحیت و پیش از مسیحیت است. این جشن در حقیقت در زمان انقلاب تابستانی برگزار می شود که پس از آن روزها شروع به کوتاه شدن می کنند. از آداب مربوط به این جشن روشن کردن آتش های بزرگ، تجمع در طبیعت خارج از شهر و پوشیدن لباس محلی و نواختن موسیقی محلی و خوردن غذاهای خاص از جمله شاه ماهی و غیره است. در منطقه هلسینکی و حومه این مراسم در جزیره سئوراساری (Seurasaari) برگزار می شود.

جشن کریسمس (Joulu)

همانند دیگر کشورهای مسیحی این جشن یکی از مهم ترین اعیاد ملی در فنلاند است. این جشن دارای سنت های بسیار قدیمی است. کریسمس در فنلاند از اوایل دسامبر تا پایان سال و شروع سال نو



است. ۶ دسامبر که روز سنت نیکلاس نام دارد همزمان با روز استقلال فنلاند است. سوئدی زبانان فنلاند مراسم ۱۳ دسامبر که روز سانتا لوسیا نام دارد، برگزار می کنند. در این مراسم تاجی از شمع بر سر شخصی که به عنوان لوسیا انتخاب شده است قرار می گیرد. وی همراه با عده ای دیگر از کلیسای مرکزی تا خیابان

الکساندر را می پیماید. بنابر سنتی که از قرن ۱۳ بر جای مانده است در ۲۴ دسامبر آرامش زمان کریسمس (Christmas peace) در تورکو اعلام می شود که شامل نواخته شدن زنگ کلیسای تورکو در ظهر است. در فنلاند مهمترین مراسم کریسمس در شب کریسمس (Christmas Eve) برگزار می شود. از آداب فنلاندی ها در این شب سونای کریسمس و آماده شدن برای شام کریسمس است. کودکان نیز بر خلاف دیگر نقاط جهان در همین شب هدایای خود را از بابا نوئل دریافت می کنند. در روز ۲۶ دسامبر یا روز سنت استفان مردم به دیدن دوستان و آشنایان می روند و در روز پایانی دسامبر معمولاً در مرکز شهرها تجمع کرده و همزمان با تحویل سال نو شاهد برنامه آتش بازی هستند.

عید پاک Pääsiäinen

عید پاک یا ایستر نیز از دیگر اعیاد کشورهای مسیحی است که در فنلاند نیز بسیار مورد توجه است



و آداب و سنن خاصی دارد. برخی از این آداب مشابهت های فراوانی با رسوم سال نو در ایران دارد. البته آغاز این عید همزمان با ۱۳ فروردین است. از جمله آداب این عید سبز کردن سبزه های کوچک است که تخم مرغ های عید پاک را در آن قرار می دهند. از دیگر آداب این عید که بچه ها انجام می دهند گردش در محلات با شاخه هایی از درختان تزئین شده است. بچه ها با رفتن به منزل دیگران طلب پول و یا شیرینی می کنند. غذاهای سنتی عید پاک در فنلاند شامل خوراکی به نام Mämmi نیز می شود که در واقع همان سمنوی ایرانی است.

مراکز دیدنی مهم در شهرهای مختلف فنلاند

هلسینکی

هلسینکی و حومه آن از شهرهای هلسینکی (جمعیت ۵۷۸۰۰۰)، اسپو (جمعیت ۲۴۱۰۰۰)، وانتا (جمعیت ۱۹۵۰۰۰)، کائونیاینن (جمعیت ۸۵۰۰) و ده شهرستان اطرافشان تشکیل شده است. یک پنجم جمعیت فنلاند یعنی ۱,۳ میلیون نفر در حومه هلسینکی سکونت دارند. این منطقه سریع ترین نرخ رشد را در اروپا دارد و چنین تخمین زده می شود که تا سال ۲۰۲۵ میلادی جمعیت این منطقه به ۱,۵ میلیون نفر رسیده و تعداد شاغلین منطقه به ۸۰۰ هزار نفر برسد. هلسینکی و شهرستان های همسایه آن یکی از امن ترین مناطق دنیا را تشکیل می دهند. این منطقه از نظر کاری یکپارچه بوده، سیستم حمل و نقل عمومی آن نیز یکی از بهترین ها در دنیاست. این منطقه محیطی نزدیک به طبیعت دارد که برای زندگی، تحصیل، کار و شغل آزاد محیطی مناسب است. تعداد مهاجران ساکن منطقه از اوایل سال ۱۹۹۰ به شدت افزایش یافت و در حال حاضر تعداد مهاجرانی که در منطقه هلسینکی و حومه سکونت دارند حدود ۹۰ هزار نفر است. سه گروهی که بزرگ ترین جمعیت خارجی زبان ها را تشکیل می دهند عبارتند از روسی زبان ها، استونیایی زبان ها و سومالی زبان ها.

پیاده روی یکی از بهترین راه های دیدن شهر و جاذبه های توریستی شهر هلسینکی است. برای این منظور می توانید از کتابچه راهنمایی که حاوی ۷ مسیر پیاده روی و شرح مختصری از نقاط دیدنی در این مسیرهاست، استفاده کنید. این کتابچه را می توان به صورت رایگان از باجه های اطلاعات توریستی در شهر

و یا در فرودگاه و ایستگاه قطار به دست آورد. در زیر برخی از مهم ترین جاذبه های شهر هلسینکی ذکر شده است.

کائوپاتوری (kauppatori): در نزدیکی بندرگاه هلسینکی قرار دارد که در آن بازارچه صنایع دستی، ماهی، میوه و سبزیجات تازه وجود دارد. ساعات کاری این فروشندگان تا ۳ یا ۴ عصر است. در اطراف این میدان می توان تالار شهر و تالار قدیمی میدان را مشاهده کرد. در سمت غرب آن نیز پارک اسپلانادی (Esplanadi) قرار دارد. مجسمه هاویس آماندا نیز در سمت پارک قرار گرفته است.

کلیسای اوسپنسکی (Uspenski): این کلیسای ارتودوکس روسی با نمای خارجی قرمز رنگ آجری اش نماد درخشان و آشکاری است. سقف آن مسی سبز رنگ و از گنبدهای طلایی پیازی شکل تشکیل شده است. این کلیسا در سال ۱۸۶۸ ساخته شده و بزرگ ترین کلیسای ارتودوکس روسی در اسکاندیناوی است. نمای داخلی آن بسیار زیبا بوده از تراس های آن می توان نماهای زیبایی از قلب شهر هلسینکی و اطراف آن دید.

میدان سنا (Senaatintori): این میدان شاهکار معماری کارل لودویگ انگل است که به دستور حاکمان روسی فنلاند در ابتدای قرن ۱۹ ساخته شده است. در وسط این میدان مجسمه سزار الکساندر دوم قرار دارد. کف این میدان با ۴۰۰ هزار بلوک سنگی گرانیتی پوشیده شده است. زیباترین نمای میدان را می توان از بالای پله های کلیسا مشاهده کرد. در این نما ساختمان سنا در سمت چپ واقع شده و در سمت راست آن ساختمان قدیمی دانشگاه هلسینکی قرار دارد. در سمت بالای ساختمان دانشگاه، کتابخانه ملی قرار دارد.

کلیسای هلسینکی (Cathedral): با پنج گنبد سبز رنگ، این کلیسای سفید رنگ لوترن که رسماً



کلیسای سنت نیکلاس نام دارد، مشخصه بارز و چشمگیرترین نما در افق شهر هلسینکی است. این ساختمان را نیز انگل طراحی کرده و بین سال های ۱۸۳۰ تا ۱۸۴۰ ساخته شده است. پلکان ضلع جنوبی مخصوصاً در تابستان ها مملو از افراد بازدید کننده است.

ایستگاه مرکزی هلسینکی (Rautatieasema): ساختمان این

ایستگاه به نوبه خود بسیار قابل توجه است. این ساختمان در ۱۹۱۹ از گرانیت های صورتی رنگی ساخته شد و دارای برج ساعت ۴۸ متری است.

موزه کیاسما (Kiasma): موزه هنرهای معاصر بوده، ساختار شیشه ای و فلزی دارد که در سال ۱۹۹۸ ساخته شده است. طراح ساختمان با الهام از شفق قطبی (Arctic light) این ساختمان را طراحی کرده است.

تالار فنلاندیا (Finlandia Hall): این تالار در نزدیکی خلیج تولو (Töölö) قرار دارد و یکی از کارهای معمار معروف فنلاندی آلوار آلتو است که در قلب هلسینکی واقع شده است. این تالار که در پارک هسپریا واقع شده در سال ۱۹۷۱ تکمیل گردیده است. از این تالار برای اجرای کنسرت، سمینار و ... استفاده می شود.

موزه ملی (National Museum): ساختمان موزه ملی که اوایل قرن ۲۰ ساخته شده است یکی از مثال های قابل توجه معماری فنلاندی- رومی است. در این موزه تاریخ فنلاند از پیش از تاریخ تا زمان حال به نمایش گذاشته شده است. یکی از آثار قابل توجه این موزه تاج سزار الکساندر اول مربوط به سال ۱۸۰۹ است. در ورودی این ساختمان نقاشی های زیبایی بر اساس اشعار ملی فنلاند که تحت عنوان کاله والا (kalevala) شناخته می شود، وجود دارد.

کلیسای سنگی (Temppeliaukio): این کلیسا که درون یک رخنمون گرانیتی با دیواره های سنگی ساخته شده است، دایره ای شکل بوده و نمونه ای بسیار زیبا از معماری مدرن است که در سال ۱۹۶۹ ساخته شده است. سقف آن گنبدی بسیار بزرگ از جنس مس است.

یادبود سیبلیوس (Sibelius Monument): این مجسمه استیلی که روی صخره سنگی در پارک سیبلیوس در تولو قرار دارد، به افتخار موسیقیدان معاصر فنلاندی، سیبلیوس، ساخته شده است.



قلعه های سوومنلینا (Suomenlinna): سوئدی ها قلعه های این جزیره را در قرن ۱۸ بنا کرده اند که بزرگ ترین قلعه دریایی در اسکاندیناوی بوده و جزو میراث جهانی یونسکو نیز ثبت شده است. این قلعه ها روی ۶ جزیره ساخته

شده و شامل ۲۰۰ ساختمان هستند. تا ابتدای قرن ۱۹ جمعیت این جزایر بیش از هلسینکی بود. با استفاده از خطوط کشتیرانی و کارت اتوبوس شهری می توان در طی ۱۵ دقیقه از هلسینکی به سووملینا رسید.

جشنواره های تفریحی هلسینکی

روز واپو Vappu: آخرین روز آوریل است که دانشجویان در آن برنامه های خاصی را اجرا می کنند و جمعیت کثیری از دانشجویان با کلاه های سفید دانشجویی در مرکز شهر تجمع می کنند.



روز اول ماه می May day: روزی است که هم به دانشجویان و هم به خانواده ها تعلق دارد. دانشجویها در پارک کایووپوئستو تجمع کرده همچنین برنامه های متنوعی نیز در کائوپاتوری و پارک اسپالانادی از صبح تا عصر جریان دارد.

روز هلسینکی Helsinki day: روز ۱۲ ژوئن معروف به روز هلسینکی است که برنامه های مختلفی در آن روز و هفته منتهی به آن در سطح شهر برگزار می گردد.

دهکده جهانی (world village: Maailmal kylä): فستیوالی دو روزه در ماه ژوئن که در پارک کایسانی می و مرکز شهر برگزار می شود. در آن برنامه هایی فرهنگی-هنری از کشورهای مختلف اجرا می شود. نمایشگاه هایی از NGOها و انجمن های دوستی فنلاند و دیگر کشورها نیز در آن برقرار است.

آتش بازی تحویل سال نو: هر سال در آخرین روز سال، چند ساعت مانده به نیمه شب برنامه های متنوعی در مرکز شهر در میدان سنا برگزار می گردد و در لحظه تحویل سال مانند دیگر نقاط جهان آتش بازی با شکوهی برگزار شده و ورود به سال جدید جشن گرفته می شود.

جشن سال نوی چینی: در سال های اخیر این مراسم با همکاری سفارت چین و مرکز فرهنگی کایسا در ماه فوریه و در لاسی پالاتسی (lasi palatsi) در مرکز شهر برگزار می شود که شامل نمایش برخی از فعالیت های هنری کشور چین و برنامه آتش بازی پایانی است.

جشن نوروز: معمولاً مرکز فرهنگی کایسا آن را برگزار می کند ولی انجمن های فرهنگی ملیت های مختلف نیز عموماً برنامه های جداگانه ای در نقاط مختلف شهر برگزار می کنند.

اسپو Espoo:

اسپو همسایه شهرهای هلسینکی، وانتا و کائونیاپینن است. جمعیت اسپو در حدود ۲۴۰ هزار نفر است که ۷,۵ درصد آن را خارجی ها تشکیل می دهند.

پارک جنگلی نوکسیو: پارکی ملی جنگلی نوکسیو در نزدیکی شهر قرار دارد، ولی مکان مناسبی برای فراغت از هیاهوی شهر است. این پارک در بخش غربی زمین های بالادست دریاچه نوکسیو واقع شده است. در این پارک و طبیعت وحشی آن می توان پیاده روی، دوچرخه سواری، کوهنوردی، شنا و اسکی کرد و به جمع آوری قارچ و تمشک پرداخت. ۳۰ کیلومتر مسیر پیاده روی در این پارک وجود دارد و نقاط مخصوص کمپینگ و آتش افروختن نیز دارد. دسترسی به این پارک با اتوبوس 85A از مرکز اسپو صورت می گیرد.

لوکی Luukki: لوکی یکی از مراکز تفریحی خارج از شهر اسپو است که در ۲۳ کیلومتری هلسینکی واقع بوده، دارای امکانات رفاهی و تفریحی شامل مکان پارک کاروان و چادر زدن، نواحی کمپینگ، تهیه غذا و آتش افروختن، سونا و زمین های ورزشی و مکان مناسب برای شنا و ماهیگیری است.

وانتا Vantaa:

شهرستان وانتا که فرودگاه هلسینکی-وانتا در آن قرار دارد، در همسایگی اسپو و هلسینکی واقع شده است و چهارمین شهر بزرگ فنلاند محسوب می گردد. در وانتا بیش از ۱۶۰۰۰ نفر خارجی سکونت دارند که ۸,۵ درصد جمعیت شهرستان را تشکیل می دهند.

کوسوی یاروی Kuusijärvi: دریاچه کوسوی یاروی در وانتا قرار دارد که در تمام طول سال می توان برای شنا و سونا از آن استفاده کرد. در تابستان ها سونای سنتی دودی (Smoke sauna) و در زمستان ها شنا در یخ در آنجا انجام می شود.

فنلاندی ها نسل در نسل از سونا استفاده کرده اند و به نظر آنها نکات اسرار آمیزی در سونا نهفته است، چرا که به نظر می رسد که سونا باید چیزی فراتر از مکانی برای نظافت و تمیزی بوده باشد که سنت آن طی ۲۰۰ سال گذشته پا برجا باقی مانده است. دسترسی آسان به این منطقه با اتوبوس ۷۳۰ از هلسینکی و ۶۸۸ آ از وانتا مقدور است.

تامپره Tampere:

سومین شهر بزرگ فنلاند بوده که بیش از ۳۴۰ هزار نفر جمعیت دارد. این شهر بین دو دریاچه ناسی و پوها قرار گرفته است. به دلیل اختلاف سطح این دریاچه، آبشار موجود بین آن دو (Tamerkoski) منبع مهمی برای تولید برق و ... است. تامپره را منچستر فنلاند می نامند چرا که در گذشته مرکز صنعتی فنلاند بود. فاصله این شهر از هلسینکی و تورکو حدود ۲ ساعت است. فرودگاه این شهر نیز سومین فرودگاه فعال فنلاند است. تامپره به عنوان شهری با فعالیت بالای فرهنگی شناخته می شود. موزه هنر تامپره بسیار معروف است و فستیوال فیلم تامپره نیز دارای شهرت بین المللی است. مرکز شبکه دوم تلویزیونی فنلاند نیز در این شهر واقع شده است. شهر بازی سرکن نی یمی Särkänniemi که دارای دلفیناریم نیز هست در این شهر قرار دارد. از دیگر نقاط دیدنی شهر می توان به کلیسای تامپره، کتابخانه شهر و کلیسای کالوا اشاره کرد.

تورکو Turku:

این شهر بندری، دروازه غربی فنلاند است که در زمان استیلای سوئد مهم ترین شهر فنلاند بوده و مرکز جمعیت سوئدی زبانان فنلاند نیز هست. نخستین دانشگاه های فنلاند نیز در قرن ۱۷ در این شهر بنا شده اند. کلیسای تورکو که در سال ۱۳۰۰ کامل شده است و دارای موزه ای از گنجینه های کلیساست و همچنین قلعه تورکو که در ۱۶ کیلومتری مرکز شهر واقع شده است و در اواسط قرن ۱۶ در اوج شکوفایی خود بوده، از نقاط دیدنی این شهر هستند. تاریخچه ای از این قلعه در موزه تاریخی تورکو به نمایش گذاشته شده است. همچنین موزه هایی که در آن زندگی در تورکو در قرون وسطی به نمایش گذاشته شده نیز در شهر وجود دارد. ساحل غربی رود آئورا (Aura) به طراحی انگل نیز بسیار جالب است.

اوولو

این شهر حدود ۱۴۰ هزار سکنه دارد و در منطقه شمال آستروبتینیا (Astrobothnia) واقع شده و بزرگ ترین شهر در شمال فنلاند و ششمین شهر بزرگ کشور است. این شهر در کرانه های خلیج بتینیا و در دهانه رودخانه اوولو قرار دارد که یکی از نقاط قدیمی تجاری فنلاند بوده است. از نقاط دیدنی شهر می توان به پارک آینولا و مانرهایم، میدان مرکزی، ساختمان کتابخانه و تئاتر شهر، کلیسای اوولو و مجموعه ای از جزایر کوچک متصل به هم در دهانه رودخانه اوولو اشاره کرد.

رووانی می Rovaniemi:

مرکز لاپلند بوده و در شمال مدار قطبی قرار گرفته است. این منطقه دارای ۸ فصل است که در هر کدام روشنایی روزها و درجه هوا و نیز پدیده های طبیعی متفاوتند. در هر فصل امکان فعالیت های خاصی مانند اسکی، سورتمه سواری و غیره وجود دارد. این شهر، شهر بابا نوئل نیز هست بنابراین همیشه حال و هوای کریسمس را دارد. رودخانه کمی (kemi) و دیگر رودهای تغذیه کننده آن در نزدیکی این شهر قرار دارند. جمعیت این شهر بالغ بر ۶۰ هزار نفر است. این شهر از لحاظ دارا بودن منابع معدنی و طبیعی چون طلا و چوب قابل توجه است.

واسا Vaasa

این شهر یکی از بنادر قدیمی تجاری در آستروبتینیا و آفتابی ترین شهر فنلاند است. مجموعه جزایر اطراف این شهر تنها میراث طبیعی جهانی ثبت شده در فنلاند است. علاوه بر دیدنی های این شهر و اطراف آن از جمله شهربازی و پارک آبی آن، سفر از این شهر با کشتی به شهر اومئو (Umeå) در سوئد امکان پذیر است.

پوروو Porvoo

دارای ۴۸۰۰۰ سکنه و شهری دو زبانه (فنلاندی و سوئدی) است. این شهر در اوایل، مرکز تجاری مهمی بوده است که یکی از جاذبه های مهم گردشگری فنلاند نیز هست. شهر قدیمی پروو دارای نماهای رنگارنگ و بسیار جذاب بوده این بخش قدیمی دارای کوچه هایی تنگ و باریک و نماهای آجری رنگ است. در بخش دیگر شهر خانه های کوتاه چوبی که بیانگر طرح های کلاسیک شهری اند، وجود دارد. خانه مشهورترین شاعر فنلاندی یعنی رونبرگ (Runeberg) در این منطقه قرار داشته است.

هانکو Hanko

جنوبی ترین نقطه فنلاند است که دارای تابستان های گرم و دلپذیری است. معمولاً از ماه می نخستین رستوران های تابستانی کار خود را در این منطقه شروع می کنند. این منطقه با مرکز هلسینکی حدود ۲ ساعت فاصله دارد، به همین دلیل در تابستان ها و آخر هفته ها پر از توریست و ساکنان پاره وقت می شود. چند کشتی تورهایی بین این منطقه و جزایر اطراف و همچنین شهر تامپی ساری برگزاری می کنند. معمولاً این منطقه در تابستان بسیار جذاب و پر از برنامه های گوناگون است.

کوپیو Kuopio

شهری در حال توسعه در شرق فنلاند است و از نقطه نظر بزرگی هشتمین شهر فنلاند و دارای بیش از ۹۰ هزار سکنه است. در تمامی این ناحیه دریاچه ها و جنگل های زیادی قرار گرفته است. از جمله، دریاچه کالائوسی که شهر را احاطه می کند، بازار مرکزی و برج پویو (Puijo) از نقاط دیدنی شهر است. مسابقات پرش اسکی پویو و مراسم فرهنگی گوناگون دیگر نیز در این شهر برگزار می شود.

ساوون لینا Svonlinna

این شهر مرکز خوبی برای گشت و گذار در نواحی دریاچه ای سایما (Saimaa) است. در این شهر قلعه اولاوین لینا (Olavinlinna) که مربوط به قرون وسطی است، وجود دارد. این نواحی که به نام ساوو (Savo) نیز شناخته می شود به نظر بسیاری زیباترین مناظر طبیعی فنلاند را دارا هستند. کشتی های بخار از بندر ساوون لینا تورهایی به این دریاچه ها دارند.

در پایان چند سایت برای کسب اطلاعات بیشتر و تکمیلی در مورد مطالب این فصل معرفی می

گردد.

<http://www.expats-finland.com>



؟؟؟؟



<http://www.visitfinland.com>



<http://www.helsinkiexpert.com>



سرپرستی علمی ج.ا.ایران در منطقه شمکن

بخش پنجم

اطلاعات کاربردی شهرهای فنلاند

سرپرستی علمی ج.ا.ایران در منطقه یمن

اطلاعات کاربردی در مورد مهمترین شهرهای فنلاند که دارای دانشگاههای معتبر بوده و عمده دانشجویان ایرانی در آنها حضور دارند:

فهرست شهرها

۱ هلسینکی (Helsinki)

۲ اسپو (Espoo)

۳ وانتا (Vantaa)

۴ تورکو (Turku)

۵ تامپره (Tampere)

۶ لاپینرانتا (Lappeenranta)

۷ یووسکولا (Jyväskylä)

۸ واسا (Vaasa)

۹ اولو (Oulu)

سرپرستی علمی ج.ا.ایران در منطقه یمن

۱ اطلاعات کاربردی در مورد شهر هلسینکی



www.helsinki.fi/, http://www.visitthelsinki.fi/In_English

عنوان	توضیحات
سفر	
وسایل نقلیه عمومی	قطار، مترو، ترم، اتوبوس www.hsl.fi http://aikataulut.ytv.fi/linjat/en/helsinki.html 
ایستگاه مرکزی قطار	تمام قطار های فنلاند توسط کمپانی VR (Valtion Rautatiet) اداره می شود http://www.vr.fi/ 
تاکسی	Airport Taxi Helsinki-Vantaa http://www.helsinki-vantaa.fi/contacts_services?group=۰۸۰ http://www.taksihelsinki.fi Tel.: ۰۱۰۰ ۰۷۰۰ 
فرودگاه	فرودگاه هلسینکی - وانتا www.helsinki-vantaa.fi , www.finavia.fi

<p>Tel. +۳۵۸ ۲۰۰ ۱۴۶۳۶, Fax: +۳۵۸ ۲۰ ۷۰۸ ۳۲۹۶</p>	
<p>خط اتوبوس ۶۱۵ از هلسینکی (مرکز) به مدت ۳۵ دقیقه</p> <p>http://aikataulut.ytv.fi/linjat/en/s۶۱۵.html</p> <p>خطوط اتوبوس Finnair City Bus در قسمت مرکزی شهر</p> <p>http://www.finnair.com/finnaircom/wps/porta/Transportation/en_INT</p> <p>همچنین برخی اتوبوس ها (۴۱۵، ۵۱۹، ۴۵۱) در طی مسیر خود از فرودگاه نیز می گذرند.</p> <p>http://www.hsl.fi/EN/Pages/default.aspx</p>	<p>مسیر فرودگاه</p> 
<p>http://www.helsinki-vantaa.fi/contacts_services?group=۱۰۰</p> <p>پنج شرکت کرایه ماشین در فرودگاه وجود دارد که در کوریدورهای بین ترمینال ها سرویس دهی می کنند. پارکینگ مربوط به این شرکت ها در در پارکینگ P۳B می باشد.</p> <p>http://www.avis.fi</p> <p>http://www.hertz.com</p> <p>http://www.europcar.com</p> <p>http://fi.sixt.com</p> <p>http://www.budget.fi</p> <p>می توان با مراجعه به این وبگاه ها اطلاعات مورد نیاز را بدست آورد.</p>	<p>کرایه ماشین</p>    
<p>مرکز تلفن matkahuolto : ۴۰۰۰ ۰۲۰۰</p> <p>ساعات کار: هر روز بین ساعات ۸ صبح تا ۷ عصر</p> <p>رزرو آن لاین:</p>	<p>شرکت های اتوبوس بین شهری</p> 

<p>http://www.matkahuolto.fi</p> <p>http://www.expressbus.fi</p> <p>برای اطلاع از ترمینال ها و ایستگاه های اتوبوس از فرودگاه به سایت های زیر مراجعه شود.</p> <p>http://www.expressbus.fi/img/content/terminaalit.pdf</p> <p>برای اطلاع از ترمینال ها و ایستگاه های اتوبوس در شهر به سایت های زیر مراجعه شود.</p> <p>http://www.expressbus.fi/helsinki-bus-station</p> <p>http://www.expressbus.fi/img/content/pdfkartat/Helsinki.pdf</p> <p>ترمینال اتوبوس های بین شهری در Kamppi Centre میباشد.</p>	
<p>از استونی، آلمان، روسیه و سوئد می توان بکمک کشتی (+ ترن) به شهرهای هلسینکی، تورکو و واسا مسافرت کرد. دو کمپانی کشتی رانی مهم فنلاند Silja Line و Viking Line اند. برای کسب اطلاع بیشتر به سایت های زیرمراجعه شود.</p> <p>http://www.silja.com</p> <p>http://www.vikingline.fi/index.asp?lang=en</p>	<p>کشتی</p> <p>VIKING LINE</p> 
<p>Eurohostel</p> <p>http://www.eurohostel.fi</p> <p>Eurohostel Linnankatu ۹, ۰۰۱۶۰ Helsinki Finland.</p> <p>Tel. +۳۵۸-۹-۶۲۲۰ ۴۷۰, Fax. +۳۵۸-۹-۶۲۲۰ ۴۷۴۷</p>	<p>اسکان</p> <p>هتل و هاستل ها</p> 

<p>Stadion Hostel http://www.stadionhostel.fi Pohjoinen Stadiontie ۴, ۰۰۲۵۰ Helsinki, Finland Tel. +۳۵۸-۹-۴۷۷ ۸۴۸۰, Fax. +۳۵۸-۹-۴۷۷ ۸۴۸۱۱</p> <p>HOTEL AVA http://www.ava.fi Karstulantie ۶, FIN-۰۰۵۵۰ HELSINKI Tel: +۳۵۸ (۰) ۹ ۷۷۴ ۷۵۱</p> <p>هتل های سوکوس و کومولوس دارای چندین شعبه در منطقه هلسینکی و دیگر مناطق فنلاند می باشند.</p> <p>Hotel Sokos http://sokoshotels.fi/ Tel. ۰۲۰ ۱۲۳۴ ۶۰۴, Fax (۰۹) ۴۳۳۶ ۷۱۰۰</p> <p>Hotel Cumulus http://www.cumulus.fi/ Tel.+۳۵۸ ۹ ۷۳۳ ۵۴۲۱, Fax:+۳۵۸ (۰) ۱۴ ۶۵۳ ۲۹۹</p> <p>برای اطلاع بیشتر از سایر هتل وهاستل ها به سایت زیر مراجعه شود.</p> <p>http://www.helsinki-hotels.net http://www.hostels.com/helsinki/finland</p>	   
<p>برای کسب اطلاع به بخش ۴ مراجعه شود.</p>	<p>آژانس های مسکن</p>

Aalto University

این دانشگاه در سال ۲۰۱۰ از ادغام دانشگاه‌های زیر شکل گرفت:

Helsinki School of Economics

Helsinki University of Technology

University of Art and Design

دانشکده‌های این دانشگاه در بخش‌های مختلف شهر پراکنده می‌باشند. برای یافتن دانشکده مورد نظر به لینک زیر مراجعه کنید.

<http://www.aalto.fi>

University of Helsinki

<http://www.helsinki.fi/university>

این دانشگاه دارای چهار پردیس (یا کمپوس) است که در نقاط مختلف شهر می‌باشند.

Helsinki School of Economics and Business Administration,

<http://www.hse.fi/EN/>

Aalto University, School of Economics, P.O. Box ۲۱۲۱۰, FI-۰۰۰۷۶
Address:
AALTO
FINLAND

Tel: +۳۵۸ ۹ ۴۷۰۰۱۰-۴۳۱۳۱, Fax +۳۵۸ ۹ ۴۳۱۳ ۸۷۰۷

Hanken Svenska Handelshögskolan

(Swedish School of Economics and Business Administration)

<http://www.hanken.fi/public/>

P.O. Box ۴۷۹ (Arkadiankatu ۲۲)
FI-۰۰۱۰۱ Helsinki, FINLAND



Tel. +۳۵۸ ۹ ۴۳۱ ۳۳۱, Fax +۳۵۸ ۹ ۴۳۱۳ ۳۴۰۹

Finnish Academy of Fine Arts

Kaikukatu ۴, ۰۰۵۳۰ Helsinki, Finland

Tel. +۳۵۸ ۹ ۶۸۰ ۳۳۲۰, fax +۳۵۸ ۹۶۸۰۳۳ ۲۶۰

<http://www.kuva.fi/portal/>

Theatre Academy

Address: PO BOX ۱۶۳, ۰۰۵۳۱ Helsinki,

Finland, Tel. (۰۹) ۴۳۱ ۳۶۱, ۰۴۰۰ ۷۹۲ ۰۰۰, fax

(۰۹) ۴۳۱۳ ۶۲۰۰

<http://www.teak.fi/index.asp>

این دانشگاه ها جزء مراکز عالی گروه یک (ممتاز) می باشند

(بر اساس ارزشیابی مدارک تحصیلی در ایران).

Polytechnics (Universities of Applied Sciences, UAS)

Arcada University of Applied Sciences

<http://www.arcada.fi/en>

Diaconia University of Applied Sciences

<http://english.diak.fi/>

HAAGA-HELIA University of Applied Sciences

<http://www.haaga-helia.fi/en>

HUMAK University of Applied Sciences

<http://www.humak.fi/>

Helsinki Metropolia University of Applied Sciences

<http://www.metropolia.fi/en>

این دانشگاهها در گروه دو (خوب) قرار می گیرند.










اداره ها

<p>http://www.maistraatti.fi/</p> <p>Address: Albertinkatu ۲۵, ۰۰۱۸۰ Helsinki, Finland</p>	<p>اداره ثبت احوال</p> 
<p>اماکن مذهبی</p>	
<p>مرکز اسلامی رسالت توسط مسلمان شیعه اداره می شود.</p> <p>Resalat Islamilainen Yhdyskunta</p> <p>Yliskyläntie ۳, Helsinki</p> <p>http://www.resalat.fi/</p> <p>Herttoniemi دسترسی به مرکز از طریق ایستگاه متروی و اتوبوسهای شماره ۸۴، ۸۵ و ۸۶</p> <p>شماره تلفن مرکز: ۰۹ ۶۷ ۱۸۸۱، ۰۴۰ ۵۳۳ ۸۰۷۹،</p> <p>مرکز اسلامی رابطه توسط برادران سنی مذهب اداره می شود.</p> <p>http://www.rabita.fi</p> <p>Address: Lonnrotinkatu ۲۲ C, Tel : (۰۹) ۴۹۸۷۷۵</p>	 
<p>فروشگاه های عرضه کننده مواد غذایی</p>	
<p>از معروف ترین فروشگاههای عرضه کننده مواد غذایی می توان به فروشگاه های زیر اشاره کرد:</p> <p>www.lidl.fi</p> <p>www.alepa.fi</p> <p>www.smarkethokelanto.fi</p> <p>www.k-citymarket.fi</p> <p>www.prisma.fi</p>	<p>فروشگاههای زنجیره ای</p> 



<p>www.k-market.com http://siwa.lahikauppa.fi/ http://valintatalo.lahikauppa.fi/</p>	<p>SIWA PRISMA</p>
<p>Halal-Lahm Oy Kumavuorenkatur ۴ M ۲, ۰۰۵۰۰ Helsinki Tel: ۰۹-۷۵۷ ۰۵۵۰, www.halal-liha.fi Itäkeskuksen Halal Liha Turunlinnantie ۱۰, ۰۰۹۳۰ Helsinki Tel: ۷۵۹ ۲۲۲۹ Vuosaaren Hala Liha Kauppakeskus Columbus Vuotie ۴۵ Tel. ۰۹-۳۴۳۳۳۳۴ Finn Halal Itäkeskus, Asiakkaankatu ۳</p>	<p>مراکز فروش گوشت حلال</p> <p>HALAL - LIHA مجزرة اسلامية</p> <p>ITÄKESKUKSEN HALAL LIHA</p> 
<p>اصولا این فروشگاهها توسط برادران کرد و عرب اداره می شود، ولی دارای محصولات ایرانی نیز می باشند.</p> <p>آرارات Ararat Ari Food Bazar, Vanha Talvitie ۱۳-۱۵ Tel: (۰۹) ۷۳۰ ۶۰۳, www.aratarifood.com لانا Itämainen Ruokakauppa, vihonvuorenkatu ۸ Tel: ۰۹-۶۹۴۹۷۵۱, ۰۴۱-۴۵۴۲۰۲۱</p>	<p>فروشگاه های مواد غذایی شرقی</p>  

<p>یاسمین</p> <p>Jasmin Food, Hakaniemen metrotunneli</p> <p>فین حلال</p> <p>Finn Halal, Itäkeskus, Asiakkaankatu ۳</p>	
<p>رستوران طوبی</p> <p>kurjenkellonkuja ۱ E ۴۴ , kurkimäki, Helsinki</p> <p>Tel. ۰۴۶۶۴۴۸۸۷۱</p>	<p>رستوران ایرانی حلال</p> 
<p>Ravintola Habibi</p> <p>Forum, Mannerheimintie ۲۰, Helsinki</p> <p>برای اطلاع از دیگر رستوران ها به آدرس زیر مراجعه کنید:</p> <p>http://www.zabihah.com/c/Southern-Finland+۸۷۷/?t=r</p>	<p>دیگر رستوران های حلال</p> 
<p>خرید وسایل منزل و پوشاک</p>	
<p>از معروف ترین این دسته فروشگاه ها می توان به فروشگاههای زیر اشاره کرد:</p> <p>گیگانتی http://www.gigantti.fi</p> <p>ای که آ http://www.ikea.com/fi</p> <p>آنتیلا http://www.anttila.fi</p> <p>تاریوس تالو http://www.tarjoustalo.fi</p> <p>کلاس اولسون http://www.clasohlson.fi</p>	<p>فروشگاههای وسایل خانگی و الکتریکی</p> 
<p>http://www.sokos.fi</p> <p>http://www.stockmann.fi/portal/fi/</p> <p>http://www.lindex.com</p>	<p>پوشاک</p> 

<p>http://www.hm.com/fi/</p> <p>www.tarjoustalo.fi</p> <p>http://dressmann.com/fi/</p> <p>http://www.halonen.net/fi/</p>	  
<p>مراکز خرید بزرگ</p>	
<p>Itäkeskus</p> <p>Itäkatu ۱-۷, ۰۰۹۳۰ Helsinki, Info +۳۵۸ ۹ ۳۴۳ ۱۰۰۵ http://www.itakeskuskauppakeskus.fi</p> <p>Kamppi http://www.kamppi.fi/en/directions.aspx</p> <p>Forum Mannerheimintie ۲۰ A, ۰۰۱۰۰ Helsinki, Tel: (۰۹) ۵۶۵ ۷۴۵۰ http://www.cityforum.fi/contact</p> <p>Kauppakeskus Ruoholahti Itämerenkatu ۲۱, ۰۰۱۸۰ Helsinki http://www.kauppakeskusruoholahti.fi/index.html</p>	   
<p>سایت و فروشگاه های دسته دوم</p>	
<p>معروفترین فروشگاه های وسایل دست دوم به شرح زیر است که هر کدام دارای چندین شعبه می باشند:</p> <p>Fida: http://www.fida.info/fi</p> <p>Hakaniemi, Hämeentie ۵ a, ۰۰۵۳۰ Helsinki Tel: (۰۹) ۸۷۶ ۳۷۴۴</p> <p>Iso Roba , Iso Roobertinkatu ۲۴, ۰۰۱۲۰</p>	

<p>Helsinki Tel: (۰۹) ۶۱۲ ۱۷۷۰</p> <p><u>Tukkumyynti</u>, Tulppatie ۱۴, ۰۰۸۸۰ Helsinki Tel: ۰۴۰ ۷۲۸ ۱۸۵۹</p> <p>UFF: http://www.uff.fi</p> <p>Fredrikinkatu ۳۶, ۰۰۱۰۰ HELSINKI</p> <p>Hämeentie ۴, ۰۰۵۳۰ HELSINKI</p> <p>Iso Roobertinkatu ۴-۶, ۰۰۱۲۰ HELSINKI</p> <p>Flea Market: http://www.kirpputori.com</p> <p>Aleksis Kivenkatu ۱۷, Helsinki, Tel: (۰۹) ۷۵۰۰۷۱</p> <p>سایت خرید اینترنتی (این سایت به شیوه حراج عمل می کند. برای اطلاع از محتویات سایت می توانید از سیستم ترجمه گوگل استفاده کنید و برای استفاده از آن باید عضو آن شوید)</p> <p>http://www.huuto.net/fi</p>	 
<p>خدمات درمانی</p>	<p>شرکت های بیمه</p>
<p>دانشجویان بیشتر از بیمه swisscare استفاده می کنند.</p> <p>http://www.swisscare-intl.com/</p> <p>البته افراد شاغل به کار می توانند از بیمه Kela نیز بهرمنند شوند (برای توضیحات بیشتر به سایت زیر مراجعه شود).</p> <p>http://www.kela.fi/in/internet/english.nsf</p>	 
<p>Lääkäriasema Itäkeskuksen Poliklinikka</p> <p>Turunlinnantie ۴ B, ۰۰۹۳۰ HELSINKI</p> <p>Tel: ۰۹۳۲۳۹۲۴۰</p>	<p>پزشک خصوصی کم هزینه</p>
<p>Hämeentien Hammaskeskus</p> <p>Vilhonvuorenkatu ۳, ۰۰۵۰۰ HELSINKI</p> <p>Tel: ۰۱۰۶۶۶۷۸۲۰</p>	<p>دندان پزشک (ایرانی)</p>

تحصیل فرزندان

<p>The International School Of Helsinki (ISH) Selkämerenkatu ۱۱, ۰۰۱۸۰ Helsinki, Finland</p> <p>Tel: +۳۵۸-۹-۶۸۶ ۶۱۶۰ Fax: +۳۵۸-۹-۶۸۵ ۶۶۹۹ /http://www.ish.edu.hel.fi</p> <p>The English School Mäntytie ۱۴, ۰۰۲۷۰ Helsinki</p> <p>Tel.: +۳۵۸ ۹ ۴۷۷ ۱۱۲۳ Fax: +۳۵۸ ۹ ۴۷۷ ۱۹۸۰ http://www.eschool.edu.hel.fi/</p>	<p>مدرسه بین المللی</p>  
<p>برای اطلاع از مکان های دیدنی هلسینکی به فصل ۴ مراجعه کنید.</p>	<p>مکان های دیدنی، پارک، موزه ها و برنامه های تفریحی</p>

سرپرستی علمی ج.ا.ایران در منطقه یمن

۲ اطلاعات کاربردی در مورد شهر اسپو



, <http://english.espoo.fi/default.asp?path=۳۲۳۷۳> <http://www.visitespoo.fi/>

سفر

وسایل نقلیه عمومی

اتوبوس و مترو



برای اطلاعات بیشتر به سایت زیر مراجعه کنید.

www.hsl.fi

<http://aikataulut.ytv.fi/linjat/en/espoo.html>

ایستگاه مرکزی قطار



ایستگاه مرکزی قطار در اسپونسilta می باشد.

Address: ۰۲۷۷۰, Espoonsilta, Railway station: Espoo

<http://www.vr.fi/eng/>

تاکسی



Central taxi reservation: ۰۱۰۰ ۷۳۰۰

Airport taxi - Yellow line

www.airporttaxi.fi/

۵۵۵ ۵۵۵ - ۳۵۸ ۶۰۰+

http://www.visitespoo.fi/meeting/travelling/arriving_in_espoo

چگونگی رسیدن به اسپو







از فرودگاه: فرودگاه هلسینکی در ۲۰ کیلومتری اسپو و با اتوبوس حدود نیم ساعت طول می کشد. اتوبوس های محلی ۵۱۴، ۵۳۵ و ۵۴۰ به صورت مرتب سرویس دهی می کنند.

از مرکز شهر هلسینکی: از ایستگاه مرکزی اتوبوس کامپی در

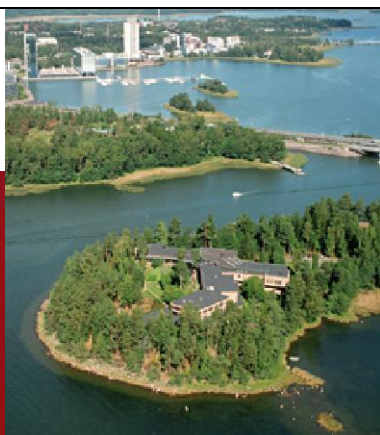
<p>مرکز هلسینکی. برای اطلاعات بیشتر به سایت های زیر مراجعه کنید.</p> <p>www.hsl.fi</p>	
<p>Matkahuolto</p> <p>Olarinluoma ۱۵, ۰۲۲۰۰ ESPOO, Tel: ۰۲۰ ۷۱۰ ۵۱۱۸</p> <p>www.matkahuolto.fi</p> <p>Expressbus: www.expressbus.fi</p>	<p>دفتر فروش اتوبوس</p> 
<p>اسکان</p>	

<p>هتل اسکندیک</p>  <p>هتل استی ات اسپو</p>  <p>هتل سوکوس</p> 	<p>Scandic Espoo</p> <p>http://www.scandichoTels.com/en/HoTels/Countries/Finland/Espoo/HoTels/Scandic-Espoo/?redirected=true</p> <p>Tel. +۳۵۸ ۹ ۴۳۵ Nihtisillantie ۱, ۰۲۶۳۰ Espoo ۲۰</p> <p>Sokos HoTel Tapiola Garden</p> <p>Tel. +۳۵۸ ۲۰ Tapionaukio ۳, ۰۲۱۰۰ Espoo ۱۲۳۴۶۱۶</p> <p>StayAt Espoo</p> <p>Tel. +۳۵۸ ۹ ۵۱۱ Porarinkatu ۳, ۰۲۶۵۰ Espoo ۰۵۱</p> <p>http://www.stayat.eu</p> <p>برای اطلاعات بیشتر از سایر هتل ها و هاستل ها به سایت های زیر مراجعه کنید.</p> <p>http://www.visitespoo.fi/tourist_guide/sleep/hoTels</p> <p>http://www.visitespoo.fi/tourist_guide/sleep/other_accommodation</p>
---	---

دانشگاه	
	<p>Aalto University School of Science and Technology Otakaari ۱, FI-۰۲۱۵۰ Espoo</p> <p>Mailing Address: Aalto University School of Science and Technology, P.O.Box ۱۱۰۰۰, FI-۰۰۰۷۶ AALTO, FINLAND</p> <p>Tel: +۳۵۸ ۹ ۴۷۰۰۱, Fax: +۳۵۸ ۹ ۴۷۰ ۲۲۰۱۷</p> <p>http://www.tkk.fi/sv/</p>
اداره ها	
<p>اداره ثبت احوال</p> 	<p>http://www.maistraatti.fi/maistraatit.html</p> <p>Itätuulenkuja ۲, ۰۲۱۰۰ Espoo, Finland</p>
فروشگاه های عرضه کننده مواد غذایی	
<p>مرکز فروش گوشت حلال و مواد غذایی شرقی</p>	<p>Al-Amal Lihakauppa</p> <p>Harakantie ۲۰ A, ۰۲۶۰۰ Espoo</p> <p>Tel: (۰۹) ۵۹۵۴۱۱,</p> <p>www.halalliha.fi/halalliha.html</p>
فروشگاههای زنجیره ای	به اطلاعات موجود در شهر هلسینکی مراجعه کنید
فروشگاههای وسایل خانگی، الکتریکی و پوشاک	به اطلاعات موجود در شهر هلسینکی مراجعه کنید
مراکز خرید بزرگ	
	<p>ISO OMENA</p> <p>PIISPANSILTA ۱۱, ۰۲۲۳۰ ESPOO</p> <p>http://www.isoomena.fi/</p> <p>Sello</p>

	<p>Leppävaarankatu ۳-۹, ۰۲۶۰۰ ESPOO</p> <p>http://www.sello.fi/en/welcome-to-sello/</p>
<p>سایت و فروشگاههای دسته دوم</p>	
  	<p>Matinkylä shop</p> <p>Matinpurontie ۸, Matinkylä, Espoo</p> <p>Tel. ۰۴۰۰ ۳۴۸ ۱۱۴</p> <p>fax (۰۹) ۸۵۵ ۲۲۱۱</p> <p>http://www.kierratyskeskus.fi/kaupat/matinkyla_espoo/</p> <p>Fida International Espoo Center</p> <p>Asemakuja ۳, ۰۲۷۷۰ Espoo</p> <p>Tel. +۳۵۸ ۹ ۸۰۵۶ ۶۸۶</p> <p>www.fida.info/en/front_page/?id=۱۶۹</p> <p>UFF</p> <p>http://www.uff.fi/vaatekerays/kierratyspisteet.htm</p>
<p>تحصیل فرزندان</p>	
<p>مدرسه بین المللی</p>	<p>Espoo International School</p> <p>PL ۱۳۳۰۱ , ۰۲۰۷۰ ESPOON KAUPUNKI, Finland</p> <p>visiting address: Louhentie ۱۰, ۰۲۱۳۰ ESPOO</p> <p>Tel. +۳۵۸ ۵۰ ۳۴۳ ۲۴۶۰</p> <p>http://netti.nic.fi/~etlukio/espoo_international/espoo_international_upper_second.htm</p>
<p>مکان های دیدنی، پارک، موزه ها و برنامه های تفریحی</p>	<p>Events in Espoo</p> <p>http://www.visitespoo.fi/tourist_guide/enjoy/events-in-espoo</p>

W
ee
ge
e



EMMA
PRIZE 2010

http://www.visitespoo.fi/tourist_guide/enjoy/families

Nuuksio National Park

<http://www.luontoon.fi/page.asp?Section=۲۴>

۶

Espoo Museum of Modern Arts (EMMA)

Ahertajantie ۵, Tapiola, Espoo

Tel: +۳۵۸ (۰)۹ ۸۱۶۵ ۷۵۱۲

<http://www.emma.museum/eng/>

The Wee Gee Exhibition Centre

Ahertajantie ۵, Tapiola, ۰۲۱۰۰ Espoo

Tel: +۳۵۸-۹-۸۱۶ ۳۱۸۱۸

<http://www.weegee.fi/>

سرپرستی علمی ج.ا.ایران در منطقه یمن







۳ اطلاعات کاربردی در مورد شهر وانتا



<http://www.vantaa.fi/en/>

عنوان	توضیحات
	سفر
<p>وسایل نقلیه عمومی</p> 	<p>قطار، اتوبوس</p> <p>www.hsl.fi</p> <p>http://aikataulut.ytv.fi/linjat/en/espoo.html</p>
<p>ایستگاه مرکزی قطار</p> 	<p>http://www.vr.fi/eng/aikataulut/jatkoyhteydet_ja_junabussit/helsingin_jatkoyhteydet.shtml</p> <p>There are good bus connections from Helsinki to Helsinki-Vantaa Airport</p> <p>http://www.helsinki-vantaa.fi/palvelukartta?areacode=out</p>
<p>تاکسی</p> 	<p>http://www.vantaantaksi.fi/e_index.php</p> <p>Tel: ۰۱۰۰۷۳۰۰</p>
<p>چگونگی رسیدن به وانتا</p> 	<p>از فرودگاه با اتوبوس خط ۶۱ به تیکوریلّا Tikkurila</p> <p>http://aikataulut.ytv.fi/linjat/en/v61.html</p>
	اسکان

 	<p>Sokos Hotel Vantaa</p> <p>http://www.sokoshoTels.fi/hoTellit/vantaa/vantaa/</p> <p>Hertaksentie ۲, ۰۱۳۰۰ Vantaa</p> <p>Tel: ۰۲۰ ۱۲۳۴ ۶۱۸ Fax ۰۹ ۸۵۷۸ ۵۵۵۵</p> <p>Comfort Hotel Pilotti</p> <p>www.hotellipilotti.fi</p> <p>Veromaentie ۱, Vantaa, Finland ۰۱۵۱۰</p> <p>Phone : ۰۹ ۳۲۹ ۴۸۰۰ Fax: ۰۹ ۳۲۹ ۴۸۱۰۰</p> <p>Hilton Helsinki-Vantaa Airport hotel</p> <p>Lentajankuja ۱, Vantaa, Finland ۱۵۳۰</p> <p>Tel: ۳۵۸-۹-۷۳۲۲۰ Fax: ۳۵۸-۹-۷۳۲-۲۲۲۱۱</p>
<p>اداره ثبت احوال</p> 	<p>http://www.maistraatti.fi/maistraatit.html</p> <p>Vantaan maistraatti</p> <p>Kielotie ۱۵</p> <p>PL ۱۱۲</p> <p>۰۱۳۰۱ VANTAA</p>
<p>فروشگاه ها</p>	
<p>مرکز فروش گوشت حلال و مواد غذایی شرقی</p>	<p>به اطلاعات موجود در شهر هلسینکی مراجعه کنید</p>
<p>فروشگاههای زنجیره ای</p>	<p>به اطلاعات موجود در شهر هلسینکی مراجعه کنید</p>
<p>فروشگاههای وسایل خانگی، الکتریکی و پوشاک</p>	<p>به اطلاعات موجود در شهر هلسینکی مراجعه کنید</p>
<p>مراکز خرید بزرگ</p>	

 	<p>Jumbo</p> <p>Vantaanportinkatu ۳, ۰۱۵۱۰ Vantaa</p> <p>http://www.jumbo.fi/etusivu.asp</p> <p>MYYRMANNI</p> <p>ISKOSKUJA ۳, ۰۱۶۰۰ VANTAA, Info: ۷۰۰۸ ۴۱۴۱</p> <p>http://www.myyrmanni.fi</p>
<p>سایت و فروشگاههای دسته دوم</p>	
  	<p>Kierratyskeskus</p> <p>http://www.kierratyskeskus.fi/kaupat/tikkurila_(vantaa)</p> <p>Tikkurila, Horsmakuja ۶, ۰۱۳۰۰ Vantaa</p> <p>Fida</p> <p>http://www.fida.info/fi/fida_lahetystorit/myymalat/?id=۷۸</p> <p>Ojahaantie ۸, ۰۱۶۰۰ Vantaa</p> <p>UFF</p> <p>http://www.uff.fi/vaatekerays/kierratyspistee_t.html</p>
<p>تحصیل فرزندان</p>	
<p>مدرسه بین المللی</p> 	<p>International School of Vantaa</p> <p>http://www.edu.vantaa.fi/isv</p> <p>Predominantly teaching in English, the school offers grades ۱-۹. The school will only accept children living in Vantaa.</p> <p>Tel: (۰۹) ۸۳۹ ۲۴۸۱۰</p> <p>International School of Vantaa</p>

	<p>Hagelstamintie ۱, ۰۱۵۲۰ Vantaa, http://www.isbi.com/istd-viewschool/۸۱۲۶-International_School_of_Vantaa.html Hagelstamintie ۱d, FIN-۰۱۵۲۰ VANTAA, Finland Tel: +۳۵۸ ۹ ۸۳۹ ۲۴۸۱۰ Fax: +۳۵۸ ۹ ۸۳۹ ۲۴۸۲۱</p>
<p>مکان های دیدنی، پارک، موزه ها و برنامه های تفریحی</p>  	<p>http://www.vantaa.fi/en/i_perusdokumentti.a_sp?path=۱۱۰;۶۸۳۷;۶۸۴۳ The Finnish Science Centre: <u>Heureka</u> Tiedepuisto ۱, Tikkurila, Vantaa http://www.heureka.fi/ <u>Kuusijärvi:</u> Kuusijärventie ۳, FIN-۰۱۲۶۰ VANTAA http://www.vantaa.fi/en/i_perusdokumentti.a_sp?path=۱۱۰;۴۵۳۲;۴۵۶۸;۱۹۵۱۰</p>
<p>سرپرستی علمی ج.ا.ایران در منطقه یمن</p>	

۴ اطلاعات کاربردی در مورد شهر تورکو



<http://www.turku.fi>





عنوان	توضیحات
	سفر
وسایل نقلیه عمومی	قطار ، مترو، ترم، اتوبوس، تاکسی http://reittiopas.turku.fi
ایستگاه مرکزی قطار	Address: Ratapihankatu ۳۷, ۲۰۱۰۰ Turku http://www.vr.fi/eng/palvelut/palvelut_aseimla/asema.php?asemanTunnus=Tku&datagroupid=۱&language=EN
کشتی	از سوئد می توان بکمک کشتی به شهر تورکو مسافرت کرد. دو کمپانی کشتی رانی مهم فنلاند Silja Lines و Viking Line اند. برای کسب اطلاع بیشتر به سایت های زیرمراجعه شود. http://www.silja.com http://www.vikingline.fi/index.asp?lang=en
تاکسی	Phone ۰۱۰۰ ۰۰۴۱ Mobil Telephone ۰۲ - ۱۰۰ ۴۱







	<p>http://www.matkahuolto.fi</p> <p>Aninkaistenkatu ۲۰</p> <p>FI-۲۰۱۰۰ Turku</p> <p>Tel: ۰۲۰ ۷۱۰ ۵۲۰۰</p> <p>http://www.expressbus.fi</p> <p>http://www.expressbus.fi/assets/rte/files/Turku.pdf</p>
---	---


اسکان

<p>هاستل و هتل ها</p>   	<p>Sokos Hotel</p> <p>http://www.sokoshoTels.fi/hoTellit/turku/seu/rahuone</p> <p>Eerikinkatu ۲۳, ۲۰۱۰۰ Turku</p> <p>Tel: ۰۲ ۳۳۷ ۳۰۱, Fax ۰۲ ۳۳۷۲ ۲۰۰</p> <p>Hotel Cumulus</p> <p>http://www.cumulus.fi/hoTellit/turku/fi_FI/turku</p> <p>Eerikinkatu ۳۰, ۲۰۱۰۰ Turku</p> <p>Tel:(۰۲) ۲۱۸۱ ۰۰۰, Fax:(۰۲) ۲۱۸۱ ۳۹۹</p> <p>Hostel Turku</p> <p>Linnankatu ۳۹, ۲۰۱۰۰ Turku, Tel. +۳۵۸ (۰)۲ ۲۶۲ ۷۶۸۰</p> <p>برای اطلاع بیشتر از سایر هتل و هاستل ها به سایت زیر مراجعه شود:</p> <p>http://www.turku.fi/Public/default.aspx?nodeid=۸۱۲۱&culture=en-US&contentlan=۲</p>
---	---

دانشگاه

 <p>Turun yliopisto University of Turku</p>  <p>Åbo Akademi University</p>  <p>TURUN AMMATTIKORKEAKOULU TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES</p>	<p>University of Turku FI-۲۰۰۱۴ University of Turku, FINLAND Tel. +۳۵۸ ۲ ۳۳۳ ۶۵۸۲, Fax +۳۵۸ ۲ ۳۳۳ ۶۳۷۰ http://www.utu.fi/en/</p> <p>Turku School of Economics and Business Rehtorinpellonkatu ۳, FI-۲۰۵۰۰ Turku, Finland Tel. +۳۵۸ ۲ ۳۳۳ ۵۱, Fax +۳۵۸ ۲ ۴۸۱ ۴۲۹۹ http://www.tse.fi/EN/Pages/Default.aspx</p> <p>Åbo Akademi University Tuomiokirkontori ۳, FI-۲۰۵۰۰ TURKU, FINLAND Tel: +۳۵۸ ۲ ۲۱۵ ۳۱ http://www.abo.fi/public/en/</p> <p>این دانشگاه‌ها جزء دانشگاه‌های گروه یک (ممتاز) محسوب می‌شوند.</p> <p>Turku University of Applied Sciences Joukahaisenkatu ۳ A, FI-۲۰۵۲۰ Turku, FINLAND Tel. +۳۵۸ ۲ ۲۶۳۳ ۵۶۲۸, Fax +۳۵۸ ۲ ۲۶۳۳ ۵۷۹۱ http://www.turkuamk.fi/</p>
<p>اداره ثبت احوال</p> 	<p>اداره ها</p> <p>http://www.maistraatti.fi/maistraatit.html Aurakatu ۸, ۲۰۱۰ Turku, Tel: ۰۷۱۸۷۴۰۳۱۱</p>
<p>فروشگاه ها</p>	

فروشگاههای زنجیره ای	به اطلاعات موجود در شهر هلسینکی مراجعه کنید
فروشگاههای وسایل خانگی، الکتریکی و پوشاک	به اطلاعات موجود در شهر هلسینکی مراجعه کنید
مراکز خرید بزرگ	
  	<p>Hansa Kristiinankatu ۹, ۲۰۱۰۰ Turku http://www.hansainfo.fi/index.htm</p> <p>Mylly Myllynkatu ۱, ۲۱۲۸۰ RAISIO http://www.kauppakeskusmylly.fi/default.asp</p> <p>Skanssi Skanssinkatu ۱۰, ۲۰۷۳۰ TURKU http://www.skanssi.fi/index_flash.php</p>
سایت و فروشگاههای دسته دوم	
  	<p>Fida http://www.fida.info/fi Pitkämäenkatu ۴, ۲۰۲۵۰ Turku</p> <p>UFF http://www.uff.fi Humalistonkatu ۵, ۲۰۱۰۰ TURKU</p> <p>Flea market http://www.turku.fi/Public/default.aspx?nodeid=۸۱۶۶&culture=en-US&contentlan=۲</p>
تحصیل فرزندان	
مدرسه بین المللی	Turku International School

 <p>Turku International School</p>	<p>Kraatarinkatu ۴, ۲۰۶۱۰ Turku</p> <p>http://www.tis.utu.fi</p>
<p>مکان های دیدنی، پارک، موزه ها و برنامه ای تفریحی</p> 	<p>The Old Town Hall</p> <p>Turku Castle and Historical Museum</p> <p>The Botanical Gardens of the University of Turku</p> <p>برای توضیحات تکمیلی می توان به سایت زیر مراجعه کرد.</p> <p>http://www.turku.fi/Public/default.aspx?nodeid=۸۷۲۶&culture=en-US&contentlan=۲</p> <p>http://www.outdoors.fi/default.asp?Section=۴۹۷۳</p>

سرپرستی علمی ج.ا.ایران در منطقه یمن

۵ اطلاعات کاربردی در مورد شهر تامپره










<http://www.tampere.fi/english/index.html>, <http://www.gotampere.fi/eng>




عنوان	توضیحات
	سفر
<p>وسایل نقلیه عمومی</p> 	<p>قطار ، مترو، ترم، اتوبوس، تاکسی</p> <p>http://joukkoliikenne.tampere.fi/en/customer-service/contact-information.html</p>
<p>ایستگاه مرکزی قطار</p> 	<p>http://www.vr.fi/eng/palvelut/palvelut_asemila/asema.php?asemanTunnus=Tpe&dataproupid=۱&language=EN</p> <p>Rautatienkatu ۲۵, ۳۳۱۰۰ Tampere.Address</p> <p>Tel. ۰۶۰ ۰۴۱ ۹۰۰</p>
<p>تاکسی</p>  	<p>در ایستگاه های قطار و اتوبوس، میدان مرکزی Keskustori، میدان Pyynikintori، Tampere Hall و در جلوی Sokos Hotel می توان مستقیماً تاکسی کرایه کرد یا با شماره تلفن های زیر تماس حاصل کرد ۱۰۰۴۵، mobile ۰۱۰۰ ۴۵۳۱.</p> <p>Tampere area local cab Ltd</p> <p>http://www.taksitampere.fi/booktaxi.html</p> <p>Tel. ۱۰۰ ۴۱، mobile ۰۱۰۰ ۴۱۳۱.</p> <p>تاکسی فرودگاه: به طور معمول در فرودگاه در جلوی ترمینال</p>






	<p>های ۲ و ۱ ردیف های از تاکسی می باشد، در غیر این صورت می توان از تلفن های رایگان در ترمینال ۱ برای گرفتن تاکسی استفاده کرد. کرایه تاکسی تا شهر و برعکس تقریباً ۳۰ یورو می باشد البته در آخر هفته ها و شب ها بیش از ۳۰ یورو می باشد. از فرودگاه تا مرکز شهر در حدود ۲۰ دقیقه طول می کشد. تلفن: ۰۱۰۰ ۴۱۳۱</p>
<p>فرودگاه _____ شهر _____</p> 	<p>Finavia Tampere-Pirkkala Airport http://www.finavia.fi/airports/airport_tampere-pirkkala Varikontie ۱۴, FIN ۳۳۹۶۰ PIRKKALA Tel: + ۳۵۸ ۲۰ ۷۰۸ ۵۳۱۱ Fax +۳۵۸ ۲۰ ۷۰۸ ۵۳۹۹</p>
<p>مسیر فرودگاه</p> 	<p>http://www.airpro.fi/bus_schedules از مرکز شهر به ترمینال ۱ فرودگاه اتوبوس شماره ۶۱ سرویس دهی می کند، که با تماس تلفنی و یا در سایت زیر می توان از جدول زمانی آن مطلع شد. Tel. ۰۱۰۰ ۲۹۴۰۰ http://www.paunu.fi/english.html همچنین از ایستگاه قطار (جلوی ورودی اصلی) به ترمینال ۲ فرودگاه با اتوبوس Tokee سرویس دهی می کند، که با تماس تلفنی می توان از جدول زمانی آن مطلع شد.</p>

سرپرستی علمی ج.ا.ایران در منطقه یمن

<p>کرایه ماشین</p>     	<p>http://www.gotampere.fi/eng/usefulinformation/travel/carrental</p> <p>Avis Kyttälänkatu ۸, Tel. ۰۳ ۲۱۳ ۴۹۴۴, www.avis.fi</p> <p>Europcar Rautatienkatu ۲۷, Tel. ۰۴۰ ۳۰۶ ۲۸۳۲, www.europcar.fi</p> <p>Hertz Rautatienkatu ۲۸, Tel. ۰۲۰ ۵۵۵ ۲۴۰۰, www.hertz.com</p> <p>Scandia Rent Rantaperkiönkatu ۱, Tel. ۰۳ ۲۱۴ ۷۱۴۷, www.scandiarent.fi</p> <p>Budget Hatanpään valtatie ۲۴, Tel. ۰۲۰ ۷۴۶ ۶۶۳۰, www.budget.fi</p>
<p>دفتر فروش اتوبوس</p>  	<p>http://www.matkahuolto.fi</p> <p>Hatanpään valtatie ۵-۷, FI-۳۳۱۰۰ Tampere</p> <p>http://www.expressbus.fi</p>
<p>هاستل</p> 	<p>اسکان</p> <p>Dream Hostel Åkerlundinkatu ۲, ۳۳۱۰۰ Tampere Tel. ۰۴۰ ۷۲۷ ۸۴۷۳ www.dreamhostel.fi</p> <p>Hostel Sofia, Tampere YWCA <u>Tuomiokirkonkatu ۱۲ A</u>, ۳۳۱۰۰ Tampere</p>

 	<p>Tel. ۰۳ ۲۵۴ ۴۰۲۰, fax ۰۳ ۲۵۴ ۴۰۲۲</p> <p>www.hosTelsofia.fi</p> <p>هتل های سوکوس و کومولوس دارای چندین شعبه در شهر می باشند.</p> <p>Hotel sokos</p> <p>Hatanpään valtatie ۱, ۳۳۱۰۰ Tampere, Finland</p> <p>Tel. +۳۵۸ (۰)۲۰ ۱۲۳۴ ۶۳۱ Fax +۳۵۸ (۰)۳ ۵۶۹۸ ۶۲۶۳</p> <p>http://www.sokoshoTels.fi/en/hoTels/tampere/ilves</p> <p>Hotel Cumulus</p> <p>Koskikatu ۵, ۳۳۱۰۰ Tampere</p> <p>Tel: +۳۵۸ (۰)۳ ۲۴۲ ۴۱۱۱, Fax: +۳۵۸ (۰)۳ ۲۴۲ ۴۳۹۹</p> <p>http://www.cumulus.fi/hoTellit/koskikatu/en_GB/koskikatu/</p> <p>برای اطلاع از سایر هتل های شهر سایت زیر می تواند مفید باشد.</p> <p>http://www.tripadvisor.co.uk/HoTels-g۱۸۹۹۴۸-Tampere_Western_Finland-HoTels.html</p> <p>http://www.gtampere.fi/eng/accommodation</p>
	<p>دانشگاه</p> <p>University of Tampere</p> <p>http://www.uta.fi/admissions</p> <p>Visiting address: Kalevantie ۴, ۳۳۱۰۰ Tampere, Finland</p> <p>FI-۳۳۰۱۴ University of :Mailing address</p>

  <p>TAMPERE UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES</p>	<p>Tampere</p> <p>Tel +۳۵۸ (۰)۳ ۳۵۵ ۱۱۱ Fax +۳۵۸ (۰)۳ ۲۱۳ ۴۴۷۳</p> <p>Tampere University of Technology</p> <p>http://www.tut.fi/public/index.cfm?siteid=۳۲</p> <p>Visiting address: Korkeakoulunkatu ۱۰</p> <p>FI-۳۳۷۲۰ Tampere</p> <p>Postal address: P.O. Box ۵۲۷, FI-۳۳۱۰۱</p> <p>Tampere, Finland</p> <p>Tel. +۳۵۸ (۰)۳ ۳۱۱۵ ۱۱</p> <p>این دو دانشگاه جزء دانشگاه های گروه یک (ممتاز) محسوب می شوند.</p> <p>TAMPERE UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES</p> <p>HTTP://WWW.TAMK.FI/CMS/TAMKEN.NS</p> <p>Kuntokatu ۳, FI-۳۳۵۲۰, Tampere, Finland</p> <p>Tel: +۳۵۸ ۳ ۲۴۵ ۲۱۱۱ Fax: +۳۵۸ ۳ ۲۴۵ ۲۲۲۲</p> <p>این دانشگاه جزء دانشگاه های گروه دو (خوب) محسوب می شود.</p>
	<p>اداره ها</p>
<p>اداره ثبت احوال</p> 	<p>http://www.maistraatti.fi/maistraatit.html</p> <p>Hatanpään valtatie ۲۴, PL ۶۸۲, ۳۳۱۰۱</p> <p>TAMPERE</p>
	<p>فروشگاه ها</p>
<p>فروشگاههای زنجیره ای</p>	<p>به اطلاعات موجود در شهر هلسینکی مراجعه کنید</p>
<p>فروشگاههای وسایل خانگی، الکتریکی و پوشاک</p>	<p>به اطلاعات موجود در شهر هلسینکی مراجعه کنید</p>
<p>مراکز خرید بزرگ</p>	

  	<p>DUO</p> <p>PIETILÄNKATU ۲, ۳۳۷۲۰ TAMPERE</p> <p>http://www.kauppakeskusduo.fi</p> <p>Koskikeskus</p> <p>Hatanpään valtatie ۱, ۳۳۱۰۰ TAMPERE</p> <p>http://www.koskikeskus.fi</p> <p>TULLINTORI</p> <p>TULLIKATU ۶, ۳۳۱۰۰ TAMPERE</p> <p>http://www.tullintori.fi</p>
<p>سایت و فروشگاههای دسته دوم</p>	
  <p>Huuto.net</p>	<p>Second hand shops</p> <p>http://www.gotampere.fi/eng/shopping/secondhand</p> <p>Flea markets</p> <p>http://www.gotampere.fi/eng/shopping/flea markets</p> <p>Fida</p> <p>Näsilinnankatu ۲۱, Tel. ۰۳ ۲۲۲ ۶۸۲۱</p> <p>http://www.fida-en.eyhdistys.fi</p> <p>UFF</p> <p>Hämeenkatu ۹, Tel. ۰۳ ۲۲۳ ۸۷۷۹</p> <p>www.uff.fi/myymalat</p>
<p>تحصیل فرزندان</p>	
<p>مدرسه بین المللی</p>	

	<p>English Language Playschool Pyynikintori ۴-۶, ۳۳۲۳۰ Tampere, Tel: ۰۳۲۶۱ ۰۸۲۸ www.englishplayschool.com</p> <p>English International School of Tampere Oy Salhojankatu ۳۳, ۳۳۵۰۰ Tampere, Finland ۰۳ ۲۱۲ ۷۵۲۲ Tel: and Verstaankatu, ۳۳۱۰۰ Tampere, Finland http://tupalo.com/en/tampere/english-international-school-of-tampere-oy</p>
<p>مکان های دیدنی، پارک، موزه ها و برنامه های تفریحی</p> 	<p>http://www.outdoors.fi/default.asp?Section=۴۹۷۳ http://www.gotampere.fi/eng/sights http://www.gotampere.fi/eng/culture/events Tampere Art Museum Särkänniemen Delfinaario Museum Centre Vapriikki</p>

سرپرستی علمی ج.ا.ایران در منطقه یسکن

۶- اطلاعات کاربردی در مورد شهر لاپیرانتا







<http://www.lappeenranta.fi/?deptid=۱۰۹۷۳>, <http://gosaimaa.fi/en>

http://www.saimia.fi/en-FI/living-in-lappeenranta#_shops

عنوان	توضیحات
سفر	
وسایل نقلیه عمومی	
ایستگاه مرکزی قطار	<p>Railway Station, Ratakatu ۲۳</p> <p>Tel. +۳۵۸ (۰) ۶۰۰ ۴۱۹۰۰</p> <p>www.vr.fi</p> 
تاکسی	<p>از فرودگاه تا مرکز شهر حدود ۵ دقیقه طول می کشد و هزینه ۱۰ تا ۱۳ یورو است.</p> <p>Tel: ۲۰ Air taxi ۰۶۰ ۴۰۰</p>    <p>Taksi Saimaa Tel: ۲۰۰ ۶۰ ۴۰۰</p> <p>http://www.taksisaimaa.fi/indexe.html</p> <p>www.kajon.fi Kajon Oy Tel: ۰۱۰۰ - ۷۰ ۷۰</p>
فرودگاه شهر	<p>فرودگاه از مرکز شهر حدود ۲ کیلومتر فاصله دارد.</p> <p>http://www.finavia.fi/airports/airport_lappeenranta?pg=۱۰۹۱۶۹۹</p>

 <p>flylappeenranta.fi</p>	<p>Lappeenranta Airport</p> <p>۵۳۶۰۰ Lappeenranta</p> <p>Fly Lappeenranta, customer service, ۰۲۰۷ ۸۷۱ ۸۰۰</p> <p>www.flylappeenranta.fi</p>
 <p>رسیدن به مرکز شهر</p>	<p>http://www.lut.fi/en/CST/events/NYM۱۲/Documents/HOW_۲۰_TO_GET_۲۰_TO_LAPPEENRANTA.pdf</p> <p>با اتوبوس: برای رسیدن به لاپرانتا از فرودگاه Helsinki-Vantaa، هم می‌توان با اتوبوس‌های شهری به مرکز هلسینکی رفته و از آنجا با قطار به لاپرانتا بروید و یا به صورت مستقیم با Express bus به لاپرانتا سفر کنید، که در این صورت هزینه ۳۹ یورو و حدود ۴ ساعت طول می‌کشد.</p> <p>برای اطلاع از جدول زمانی به سایت زیر مراجعه شود.</p> <p>www.expressbus.com</p> <p>با قطار: در صورت استفاده از قطار باید توسط اتوبوس‌های شهری به ایستگاه مرکزی قطار در مرکز هلسینکی رفت. هزینه یک طرفه قطار بین شهری ۳۸ یورو و دو و نیم ساعت طول می‌کشد. هزینه قطارهای SuperSpeed Pendolino ۴۴ یورو است. می‌توان بلیط را هم در ایستگاه قطار و هم در قطار خریداری کرد.</p> <p>برای اطلاع از جدول زمانی به سایت زیر مراجعه شود.</p> <p>http://www.vr.fi</p>
<p>کرایه ماشین</p> 	<p>http://www.alamo.co.uk/Spw/۷۴۰/uk/EU/FI/LPPC۷۱</p> <p>Avis, Tel. +۳۵۸ ۵ ۴۱۹۰ ۱۷۵, www.avis.fi</p> <p>Europcar, Tel. +۳۵۸ ۴۰ ۳۰۶۲ ۸۶۲</p>

 	<p>Hertz, Tel. +۳۵۸ ۲۰ ۵۵۵ ۲۷۳۰, www.hertz.com</p> <p>Scandia Rent, Tel. +۳۵۸ ۲۰۷ ۸۹۰ ۴۳۰, www.scandiarent.fi</p> <p>Toyota Rent, Auto-Hatakka Oy, Tel. ۰۵ ۶۶۹۳ ۴۰۰</p>
<p>دفتر فروش اتوبوس</p>  	<p>http://mhhkiweb\matkahuolto.fi/scripts/logi-netyleinen.wsc/۰۰۲osoiteopas_new?language=۱&stoimipaikka=LAPPEENRANTA</p> <p>Matkahuolto ۱.Ratakatu ۲۱, ۵۳۱۰۰ Lappeenranta, Finland</p> <p>Expressbus www.expressbus.com</p>
<p>اسکان</p>	
 	<p>Finnhostel Lappeenranta, Kuusimäenkatu ۱۸، ۵۳۸۱۰ Tel. +۳۵۸-۵-۴۵۱ ۵۵۵۵, Fax. +۳۵۸-۵-۴۵۱ ۵۵۵۸</p> <p>Karelia Park Korpraalinkuja ۱, ۵۳۸۱۰ Lappeenranta Tel. +۳۵۸-۵-۴۵۳ ۰۴۰۵, ۴۵۲ ۸۴۵۱, Fax. ۵-۴۵۲ ۸۴۵۴</p> <p>Sokos Hotel Lappeenranta Brahenkatu ۱, ۵۳۱۰۰ LAPPEENRANTA Pho: ۰۱۰ ۷۶۲ ۱۰۰۰ Fax: ۰۱۰ ۷۶۲ ۱۰۰۵</p> <p>Hotel Cumulus Lappeenranta Valtakatu ۳۱, ۵۳۱۰۰ LAPPEENRANTA</p>

	<p>Pho: +۳۵۸ (۰)۵ ۶۷۷ ۸۱۱ Fax: +۳۵۸ (۰)۵ ۶۷۷ ۸۲۹۹</p> <p>برای اطلاع بیشتر از سایر هتل به سایت زیر مراجعه کنید.</p> <p>http://gosaimaa.fi/en/accommodation/hotels</p>
<p style="text-align: right;">دانشگاه</p>	
 <p>Open your mind. LUT. Lappeenranta University of Technology</p>  <p>Saimaan ammattikorkeakoulu Saimaa University of Applied Sciences</p>	<p>Lappeenranta University of Technology http://www.lut.fi/en/lut/Pages/Default.aspx</p> <p>P.O.Box ۲۰, FI-۵۳۸۵۱ LAPPEENRANTA, Finland</p> <p>Visiting address: Skinnarilankatu ۳۴, ۵۳۸۵۰ Lappeenranta</p> <p>Tel. +۳۵۸ ۵ ۶۲۱ ۱۱, Fax. +۳۵۸ ۵ ۶۲۱ ۲۳۵۰</p> <p>این دانشگاه جزء دانشگاه‌های گروه یک (ممتاز) محسوب می شود.</p> <p>Saimaa University of Applied Sciences http://www.saimia.fi/en-FI</p> <p>Pohjolankatu ۲۳, P.O. BOX ۳۰۳, ۵۳۱۰۱ Lappeenranta</p> <p>Tel. + ۳۵۸ ۲۰۴۹ ۶۶۴۱۱, Fax: + ۳۵۸ ۲۰۴۹ ۶۶۵۰</p>
<p style="text-align: right;">فروشگاه ها</p>	
<p>فروشگاههای زنجیره ای</p>	<p>به اطلاعات موجود در شهر هلسینکی مراجعه کنید</p>
<p>فروشگاههای وسایل خانگی، الکتریکی و پوشاک</p>	<p>به اطلاعات موجود در شهر هلسینکی مراجعه کنید</p>
<p style="text-align: right;">مراکز خرید بزرگ</p>	
	<p>Iso-Kristiina Brahenkatu ۳-۷, Lappeenranta</p>

	<p>www.isokristiina.fi</p> <p>Galleria Kauppakatu ۴۰, Lappeenranta www.gallerialappeenranta.fi</p>
<p>سایت و فروشگاههای دسته دوم</p>	
	<p>Valtakatu ۴۲, ۵۳۱۰۰ Lappeenranta</p>

سرپرستی علمی ج.ا.ایران در منطقه یمن

۷ اطلاعات کاربردی در مورد شهر یووسکولا



<http://www.jyvaskyla.fi/lang>

توضیحات

عنوان

سفر

وسایل نقلیه

یووسکولا از هلسینکی ۲۷۰ کیلومتر فاصله دارد و با ترن حدود ۳ ساعت راه است. برای اطلاع از جدول زمانی، مسیرها و قیمت بلیط سایت از سایت زیر استفاده کنید.

<http://www.jyvaskylanliikenne.fi/>

ایستگاه مرکزی قطار



از تمام شهرهای مهم فنلاند بکمک قطار می توان به یووسکولا رسید.

<http://www.vr.fi/heo/eng/index.html>

تاکسی



از فرودگاه تا شهر با تاکسی ۱۵-۲۰ دقیقه طول می کشد و هزینه آن حدود ۳۵ یورو است.

<http://www.jklaluetaksi.fi/fi/aluetaksi/airport-taxi>

Tel. ۰۱۴-۱۰۶۹۰۰ or ۰۱۰۰ ۶۹۰۰

فرودگاه شهر



فرودگاه محلی در Tikkakoski، در ۲۰ کیلومتری یووسکولا واقع شده است که دستیابی این شهر را به هلسینکی راحت ساخته، هر روز چندین پرواز از آن انجام می شود.

Jyväskylä Airport
Lentoasemantie ۷۰, ۴۱۱۶۰ Tikkakoski
Tel: +۳۵۸ ۲۰ ۷۰۸ ۵۷۱۱, Fax: +۳۵۸ ۲۰ ۷۰۸ ۵۷۹۹

	http://www.finavia.fi/airports/airport_jyvaskyla?pg=۱۰۹۱۶۵۵
<p>کرایه ماشین</p> <p>AVIS <i>We try harder</i></p> <p>Hertz</p> <p>Scandia Rent</p>	<p>Avis: Tel. +۳۵۸ (۰) ۲۰ ۷۱۸۱ ۷۰۰ / ۲۴ h</p> <p>Europcar Interrent: Tel. +۳۵۸ (۰) ۴۰ ۳۰۶۲۷۸۵۱</p> <p>Hertz: Tel. +۳۵۸ ۲۰ ۵۵۵ ۲۶۸۰</p> <p>Scandia Rent: Tel. +۳۵۸ (۰) ۴۵ ۱۳۴۵۰۲۴</p> <p>SIXT : +۳۵۸ ۱۰ ۴۳۹ ۱۲۲۰</p>
<p>دفتر فروش اتوبوس</p> <p>MATKAHUOLTO</p> <p>EXPRESSBUS</p>	<p>Oy Matkahuolto Ab Hannikaisenkatu ۲۲, FI-۴۰۱۰۰ Jyväskylä http://jyvaskyla.matkahuolto.info/en/ http://www.matkahuolto.fi/fi/index.html</p> <p>Expressbus http://www.expressbus.fi/assets/rte/files/Vaasa.pdf</p>
اسکان	
<p>هتل ها</p> <p>CUMULUS</p> <p>SOKOS HOTELS ALEXANDRA JYVÄSHOVI – JYVÄSKYLÄ</p> <p>Rantapöytä</p>	<p>برای کسب اطلاع بیشتر از هاستل ها و سایر هتل ها به سایت زیر مراجعه شود.</p> <p>http://www.hiiosTels.com/hosTels/Jyv%C3%A4skyl%C3%A4-Laajavuoren-Retkeilymaja-Finland-index-E-FI-۰۱۹۰۰۲.php</p> <p>http://www.jkl.fi/info/matkailu/eng.php?target=kohteet&theme=۲۶۶۵۶۶</p>
اداره ها	
اداره ثبت احوال	Jyväskylän yksikkö

	Yliopistonkatu ۲۸, PL ۵۳, ۴۰۱۰۱ JYVÄSKYLÄ
دانشگاه	
  JYVÄSKYLÄN AMMATTIKORKEAKOULU	<p>University of Jyväskylä</p> <p>Seminaarinmäki, building T (Hallintorakennus)</p> <p>P.O.Box ۳۵, FI-۴۰۰۱۴, Jyväskylä, Finland</p> <p>Tel. +۳۵۸ ۱۴ ۲۶۰ ۱۲۱۱ Fax: +۳۵۸ ۱۴ ۲۶۰ ۱۰۲۱, https://www.jyu.fi</p> <p>این دانشگاه از مراکز آموزش عالی گروه ممتاز محسوب می شود.</p> <p>JAMK University of Applied Sciences</p> <p>PO BOX ۲۰۷, FI-۴۰۱۰۱ Jyväskylä, Finland</p> <p>Tel. +۳۵۸ ۲۰ ۷۴۳ ۸۱۰۰, http://www.jamk.fi/</p>
فروشگاه ها	
فروشگاههای زنجیره ای	به اطلاعات موجود در شهر هلسینکی مراجعه کنید
فروشگاههای وسایل خانگی، الکتریکی و پوشاک	به اطلاعات موجود در شهر هلسینکی مراجعه کنید
مراکز خرید بزرگ	
 	<p>JYVÄSKESKUS</p> <p>Kauppakatu ۲۹- ۳۱, ۴۰۱۰۰ JYVÄSKYLÄ www.jyvaskeskus.fi</p> <p>Torikeskus http://www.torikeskus.fi/</p>

سایت و فروشگاههای دسته دوم



Fida-lähetystori

Tapionkatu ۱۲, ۴۰۷۲۰ Jyväskylä

<http://www.kirppikset.info/kirppikset/fida-lahetystori-jyvaskyla>

مکان های دیدنی، پارک، موزه ها و
برنامه های تفریحی



http://jyvaskylanseutu.fi/travel/places_to_visit

<http://www.planetware.com/tourist-attractions-/jyvaskyla-sf-ksk-jyv.htm>

<http://www.jyvaskyla.fi/lang/>

Harju

Market square

Lake Päijänne harbours









سرپرستی علمی ج.ا.ایران در منطقه یمن

۸- اطلاعات کاربردی در مورد شهر واسا



http://www.vaasa.fi//Other_languages

عنوان	توضیحات
	سفر
وسایل نقلیه عمومی	http://www.vaasanpaikallisliikenne.fi/WebRoot/279781/Page.aspx?id=279782
ایستگاه مرکزی قطار	همه قطارهایی که از هلسینکی به اوولو و روانیمی (از مسیر تامپره) می روند، در سینایوکی توقف می کنند، از آنجا می توان با قطار به واسا رفت. همچنین یک قطار مستقیم از سینایوکی به واسا وجود دارد. برای اطلاع از جدول زمانی و دریافت اطلاعات بیشتر به سایت VR مراجعه شود. http://www.vr.fi/
تاکسی	Vaasa Airport Taxi: ۰۶ ۱۰۰ ۴۱۱ or ۰۶۰۰ ۳۰۰۱۱ http://www.taksivaasa.fi
فرودگاه شهر	Finavia Vaasa Airport Tel: +۳۵۸ ۲۰ ۷۰۸ ۶۱۳۰, Fax: +۳۵۸ ۲۰ ۷۰۸ ۶۱۹۹ http://www.finavia.fi/airports/airport_vaasa
مسیر فرودگاه	اتوبوس شماره ۱۰ از Kauppatori (مرکز خرید) در ساعات ۷، ۸ و ۹ صبح و اتوبوس شماره ۴ در ساعات ۱۴، ۱۵ و ۱۶ در

	طول هفته به مقصد فرودگاه سرویس دهی می کند. http://www.vaasanpaikallisliikenne.fi/WebRoot/279781/Page.aspx?id=279782
کشتی 	از سوئد می توان بکمک کشتی به واسا مسافرت کرد. برای کسب اطلاع بیشتر به سایت زیر مراجعه شود. http://www.rgline.com
کرایه ماشین   	Avis: Tel. ۰۵۰۰ ۸۶۴ ۸۳۵ Budget: Tel. (۰۶) ۳۱۷۷ ۸۸۸ Europcar : Tel. ۰۴۰۳ ۰۶۲ ۸۳۳ Hertz: Tel. ۰۲۰ ۵۵۵ ۲۶۵۰, ۰۴۰۰ ۶۶۵ ۰۲۲ Scandia Rent: Tel. (۰۶) ۳۱۷۰ ۹۹۹ Toyota Rent: Rinta-Joupin Autoliike Oy, (۰۶) ۳۲۰۳ ۸۰۰ Sixt: Tel. ۰۲۰۰ ۱۱۱ ۲۲۲ http://fi.sixt.com
دفاتر فروش اتوبوس  	Matkahuolto Vaasa Sepänkyläntie, ۶۵۱۰۰ Vaasa, Tel. ۰۲۰ ۰۴۰۶۱ Expressbus http://www.expressbus.fi/assets/rte/files/Vaasa.pdf
اسکان	
هاستل و هتل ها  	Hostel Vaasa Niemeläntie ۱, ۶۵۱۷۰ Vaasa Tel: +۳۵۸ (۰) ۶ ۳۲۴ ۱۵۵۵, Fax: +۳۵۸ (۰) ۶ ۳۲۴ ۱۵۰۱ http://www.hosTelvaasa.com/eng/?p=p Sokos Hotel Vaakuna Vaasa Rewell Center ۱۰۱, ۶۵۱۰۰ Vaasa, Finland



Tel: .۲. ۱۲۳ ۴۶۷۱

www.sokoshotels.fi

Omena hotel Vaasa

Tel: +358 9 20 39 000 Sepänkyläntie, 65101 Vaasa

<http://www.omenahotels.com/en/>

دانشگاه



UNIVERSITY of VAASA

University of Vaasa

PO Box 700, FI-65101 Vaasa

Visiting Address: Wolffintie 34, 65101
VAASA, FINLAND

Tel: +۳۵۸ (۶) ۳۲۴ ۸۱۱۱, Fax: +۳۵۸ (۶) ۳۲۴ ۸۲۰۸

[/http://www.uwasa.fi/english](http://www.uwasa.fi/english)



Åbo Akademi University

Po Box 311, FI-65101 VAASA, FINLAND

Tel: +358 6 324 7111

<http://www.abo.fi/public/en/>

این دانشگاه‌ها از مراکز آموزش عالی گروه یک (ممتاز) محسوب می‌شود.



Novia University of Applied Sciences

ADMISSIONS OFFICE: PO BOX ٤, FI-٤٥٢٠١
Vaasa, Finland

Tel (۰۶) ۳۲۸ ۵۵۵۵, Fax (۰۶) ۳۲۸ ۵۱۱۷

<http://www.novia.fi/english/>



VAASAN AMMATTIKORKEAKOULU
VASA YRKESHÖGSKOLA
VAASA POLYTECHNIC

Vaasa University of Applied Sciences

Wolffintie 3., FIN-65200 VAASA, FINLAND

Tel: +351 207 663 300, Fax: +351 6 326 3002

	http://www.puv.fi/en/
اداره ها	
<p>اداره ثبت احوال</p> <p>MAISTRAATIT MAGISTRATERNA</p> 	<p>Wolffintie ۳۵, PL ۲۰۸, ۶۵۱۰۱ VAASA</p> <p>http://www.maistraatti.fi/maistraatit.html</p>
فروشگاه ها	
فروشگاههای زنجیره ای	به اطلاعات موجود در شهر هلسینکی مراجعه کنید
فروشگاههای وسایل خانگی، الکترونیک و پوشاک	به اطلاعات موجود در شهر هلسینکی مراجعه کنید
مراکز خرید بزرگ	
	<p>Rewell Center</p> <p>Ylätori, ۶۵۱۰۰ Vaasa</p> <p>http://www.rewellcenter.fi/Fin/Etusivu</p>
سایت و فروشگاههای دسته دوم	
  <p>Huuto.net</p>	<p>http://matkailu.vaasa.fi/WebRoot/۲۹۱۳۹۶/Page.aspx?id=۲۹۵۱۵۹&parentaktiviteetti=۲۴۴&ktiviteetti=۲۴۲</p> <p>Oma-Tori</p> <p>Second hand market with more than ۵۵۰ places</p> <p>Liisanlehdontie ۲, ۶۵۳۸۰ Vaasa, Tel: +۳۵۸ ۰۶ ۳۵۶ ۷۶۴۴</p> <p>Jupiter foundation</p> <p>The Recycle Shop sells repaired furniture, household appliances</p> <p>Meijerikatu ۲-۴, ۶۵۱۰۰ Vaasa, Tel: ۰۶ ۳۲۵</p>

	<p>۴۶۰۶</p> <p>Fida</p> <p>At the second hand market at Teräksenkuja Hovioikeudenpuistikko ۱۹, ۶۵۱۰۰ Vaasa, Tel: +۳۵۸ (۰)۶ ۳۱۷ ۱۶۳۳</p> <p>http://www.vuolanne.net/kirpputorit/#VAASA A</p>
<p>مکان های دیدنی، موزه ها و برنامه های تفریحی</p> 	<p>http://www.virtualmagnet.eu/magnet/asiakkaat/vaasa/vaasaopas_۲۰۱۰_eng.html</p> <p>http://www.finnguide.fi/sightguide/Vaasa_attractions_Finland.asp</p> <p>http://www.ubc.net/_podstrony/publications/bulletin/calendar۲۰۱۰/vaasa.htm</p> <p>http://events.vaasa.fi/eng/default.asp</p> <p>http://matkailu.vaasa.fi/WebRoot/۲۹۱۳۹۶/Page.aspx?id=۱۱۴۷۷۲۹&parentaktiviteetti=۲۶۲&aktiviteetti=۱۳۳</p> <p>Old Vaasa</p> <p>Tropiclandia Spa and Waterpark and Wasalandia Amusement Park</p>
<p>سرپرستی علمی ج.ا.ایران در منطقه یمن</p>	




۹- اطلاعات کاربردی در مورد شهر اوولو



<http://www.ouka.fi/english/index.as>, <http://www oulu.com/index.asp>

عنوان	توضیحات
	سفر
<p>وسایل نقلیه عمومی</p> 	<p>قطار ، مترو، ترم، اتوبوس، تاکسی</p> <p>ترمینال مرکزی شهر اوولو نزدیک مرکز شهر و ایستگاه قطار است. ایستگاه قطار ۴۰۰ متر از مرکز شهر فاصله دارد. برای کسب اطلاع از مسیر اتوبوس ها به سایت زیر مراجعه شود.</p> <p>http://kartta.ouka.fi/web/Default.aspx?layers=Opaskartta&cp=۷۲۱۲۵۵۸.۴۷۵۶۷۲&z=۱&title=Bus%۲۰station&language=fin</p>
ایستگاه مرکزی قطار	<p>با قطار Pendolino حدود ۶ ساعت تا هلسینکی فاصله است. برای کسب اطلاع به VR website مراجعه شود</p> <p>(http://www.vr.fi/eng/)</p>
<p>تاکسی</p> 	<p>Taxi ۰۶۰۰-۳۰۰۸۱ or ۱۰۰۴۱, www.oulunluetaksi.fi</p> <p>Oulun Taksimatkat Ay puh: ۰۴۰۰ ۳۸۵ ۰۶۶ Lehtikuusenkuja ۷, ۹۰۲۴۰ Oulu</p>
فرودگاه شهر	فرودگاه اوولو در ۱۵ کیلومتری از مرکز شهر واقع شده، و روزانه

	<p>۱۵ پرواز از این فرودگاه به هلسینکی انجام می شود، که حدود یک ساعت به طول می انجامد. همچنین از این فرودگاه پرواز مستقیم به ریگا، تامپره، روانی می و کمی/تورنیو صورت می گیرد. برای کسب اطلاع بیشتر به Oulu Airport website مراجعه شود.</p> <p>Oulu Airport, Tel. (۰۸) ۵۲۰ ۷۸۰۰</p> <p>http://www.finavia.fi/airports/airport_oulu?pg=۱۰۹۱۷۰۶</p>
<p>از فرودگاه تا مرکز اوولو</p> 	<p>با اتوبوس های شرکت Koskilinjat Oy شماره ۱۹ حدود ۲۰ دقیقه از فرودگاه تا مرکز شهر فاصله است (۱۲-۱۶ کیلومتر)، حرکت این اتوبوس هر ۲۰ دقیقه است ولی شنبه و یک شنبه ها هر یک ساعت یک بار می باشد. برای آگاهی از مسیر اتوبوس از سایت Linnanmaa -Oulu centre - Oulunsalo - airport کمک بگیرید (http://www.koskilinjat.fi/).</p> <p>برای کسب اطلاع بیشتر به سایت http://www.linjakas.fi/lang/en/ زیرمراجعه شود.</p>
<p>کرایه ماشین</p>   	<p>Avis : Tel. ۰۴۰۰ ۶۸۷۰۲۰</p> <p>Budget : Tel. ۰۲۰۷ ۴۶۶ ۶۴۰</p> <p>Europcar : Tel. ۰۲۰ ۴۰۳ ۰۶۲ ۸۷۱</p> <p>Hertz : Tel. ۰۲۰ ۵۵۵ ۲۸۰۰</p> <p>Scandia Rent : Tel. (۰۸) ۳۱۱ ۷۰۰۰</p> <p>Transvell : Tel. ۵۰۰ ۴۹۸۸۷۵</p> <p>Sixt : Tel. ۰۵۰۰ ۴۹۸ ۸۷۵, (۰۸) ۸۸۱ ۱۸۸۲</p>
<p>دفاتر فروش اتوبوس</p>  	<p>Oy Matkahuolto Ab</p> <p>Ratakatu ۶, FI-۹۰۱۰۰ Oulu</p> <p>http://www.directa.fi/companies/۴۴۸۹۲۴۶/Matkahuolto+Oy/</p> <p>V. Alamäki Oy</p> <p>Piuhatie ۱۰, ۹۰۶۳۰ Oulu, Finland, Tel. ۰۸ ۵۶۲</p>

	۹۱۰۰ http://www.expressbus.fi/assets/rte/files/Oulu.pdf
اسکان	
هاستل و هتل  	<p>Oulu Hostel avoin yhtiö Linnankatu ۲۳, ۹۰۱۰۰ Oulu, Finland, Tel: ۰۵۰ ۹۳۵ ۲۵۵۸</p> <p>Youth hostel Nahkatehtaankatu ۳, ۹۰۱۰۰ Oulu, Tel. ۰۴۰ ۳۱۹ ۳۱۰۶</p> <p>Sokos Hotel Arina Pakkahuoneenkatu ۱۶, ۹۰۱۰۰ Oulu, Suomi, www.sokoshotels.fi Tel: ۰۸ ۳۱۲ ۳۱۱۱,</p> <p>Cumulus Oulu Kajaaninkatu ۱۷, ۹۰۱۰۰ Oulu, Suomi, Tel: ۰۸ ۸۸۲ ۷۱۱۱ www.cumulus.fi http://www.hotelclub.com/Finland/Oulu-hotels/</p>
دانشگاه	
	<p>University of Oulu Erkki Koiso-Kanttilan katu ۱, ۹۰۵۷۰ Oulu, Finland Tel. +۳۵۸ ۸ ۵۵۳ ۴۰۴۲, Fax +۳۵۸ ۸ ۵۵۳ ۴۰۴۱ http://www.degree oulu.fi/</p> <p>این دانشگاه از مراکز آموزش عالی گروه یک (ممتاز) می باشد.</p> <p>Oulu University of Applied Sciences</p>

	<p>P.O.Box ۲۲۲, FI-۹۰۱۰۱ OULU, FINLAND Tel. +۳۵۸ ۱۰ ۲۷ ۲۱۳۸۰, +۳۵۸ ۱۰ ۲۷ ۲۱۳۷۰</p> <p>http://www.oamk.fi/english/</p>
اداره ها	
<p>اداره ثبت احوال</p> 	<p>http://www.maistraatti.fi/maistraatit.html Isokatu ۴, ۹۰۱۰۰ Oulu, Finland Tel. ۰۷۱ ۸۷۶ ۰۲۴۱</p>
فروشگاه ها	
فروشگاههای زنجیره ای	به اطلاعات موجود در شهر هلسینکی مراجعه کنید
فروشگاههای وسایل خانگی، الکتریکی و پوشاک	به اطلاعات موجود در شهر هلسینکی مراجعه کنید
مراکز خرید بزرگ	
	<p>Zeppelin ۹۰۴۵۰ Kempele</p> <p>Kaakkurin Metsokankaantie ۵, ۹۰۴۲۰ OULU</p>
سایت و فروشگاههای دسته دوم	
 <p>Huuto.net</p>	<p>Fida http://www.vuolanne.net/kirpputorit/#OULU</p> <p>Second Hand Store Isokatu ۸ (city centre)</p> <p>Paljekirppis Paljetie ۱۲ (Höyhtyä)</p> <p>Laatukirppis Hiukkavaara H۲ (Hiukkavaara barracks)</p> <p>Kierrätystavaratalo Kontti</p>

	<p>Jääsalontie ۱۲ (Limingantulli) Pelastusarmeijan kirpputori Limingantie ۵ (Limingantulli) / Merikoskenkatu ۱ (Tuira) / Ratakatu ۶ (Raksila)</p>
<p>تحصیل فرزندان</p>	
<p>مدرسه بین المللی</p>	<p>Oulu International School Kasarmintie ۴, ۹۰۱۰۰ Oulu, Finland http://oulu-ois.com/ http://www.ibo.org/school/۰۰۲۵۷۵/</p>
<p>مکان های تفریحی، موزه ها و برنامه های تفریحی</p> 	<p>Museums, Galleries and Exhibitions: http://www.oulutourism.fi/en/tekemista/museot.aspx http://www.planetware.com/tourist-attractions/-oulu-sf-oln-oul.htm http://www.oulutourism.fi/en/tekemista/nahtavydet.aspx Market Square & the Market Square Police Ainola Park Hupisaaret Oulu Cathedral and Other Churches Castle Island (Linnansaari)</p>

دفترچه راهنمای دانشجویان در کشور فنلاند



سرپرستی علمی ج.ا.ایران در منطقه شمکن

بخش ششم

فارغ التحصیلی و بازگشت به ایران

سرپرستی علمی ج.ا.ایران در منطقه میسن

وقتی دانشجوی پس از گذراندن چندین سال زندگی پر فراز و نشیب و تحصیل در یک کشور خارجی فارغ التحصیل می شود، وقت آن فرا می رسد که با کوله باری از تجربه های گوناگون و اندوخته های علمی به روز و سودمند آماده بازگشت به کشور شود. همانطور که آمدن به یک کشور خارجی برای چند سال تحصیل و رحل اقامت گزیدن نیازمند تشریفات، پیگیری ها، آگاهی ها و انجام امور گوناگونی است، ترک کردن آن کشور هم تابع شرایط و انجام تشریفات خاص دیگری است. در این راستا دانشجوی باید آگاهی لازم از اقدامات و کارهایی که باید قبل از عزیمت به ایران انجام شود، داشته باشد. وقوف به همه جوانب امر و آگاهی از کلیه اقداماتی که قبل از ترک یک کشور باید صورت پذیرد، تا حدود زیادی مبتنی بر تجربه فرد و شناخت او از محیط پیرامون و فرآیندهای معمولی است که در زندگی روزمره جاری است. برای تسهیل فرآیند بازگشت به میهن، نکات و اطلاعاتی درباره اقدامات ضروری پیش از بازگشت برای کمک به فارغ التحصیلان دانشگاه ها و مؤسسات آموزش عالی فنلاند بیان می گردد.

دریافت گواهینامه فارغ التحصیلی و تایید آن

پس از دفاع موفقیت آمیز از پایان نامه دکترا، معمولاً استاد داور (opponent) در زمان مشخصی ارزشیابی خود از پایان نامه را به صورت کتبی به دپارتمان مربوط ارسال می کند. این کار ممکن است از یک هفته تا یک ماه و گاهی هم بیشتر به طول انجامد. سپس پرونده برای تایید نهایی و صدور گواهی فارغ التحصیلی به دانشکده (faculty board) ارسال می شود. این امر بسته به اینکه در چه زمانی از سال تحصیلی باشد، متفاوت است. معمولاً یک ماه طول می کشد تا گواهی فارغ التحصیلی آماده شود و اگر دفاع در اوایل تابستان انجام شده باشد، به علت اینکه در تابستان جلسات دانشکده ها به صورت منظم انجام نمی گیرد، تا پاییز به تأخیر می افتد. در فنلاند رساله های دکترا طبق معیار ۸ سطحی لاتین ارزیابی می شود. در جدول زیر درجات ارزیابی با توضیح مختصری داده می شود.

درجه	توضیحات
۱ مردود Improbatur	رساله دارای معیارهای لازم یک تحقیق علمی قابل قبول برای درجه دکترا یا لیسنسیت نیست و مردود اعلام می شود.
۲ Approbatur	رساله نواقص و کاستی های اساسی دارد ولی تعریف و معیارهای حداقلی یک رساله را داراست.

۳ Lubenter approbatur	با توجه به معیارهای علمی ارزیابی، رساله چندین ایراد اساسی دارد که از ویژگی های مثبت کار بیشتر است.
۴ Non sine laude approbatur	با در نظر گرفتن معیارهای علمی ارزیابی، رساله چند ایراد اساسی دارد که با ویژگی های مثبت کار هم قابل جبران نیست.
۵ Cum laude approbatur	رساله معیارهای علمی ارزشیابی را داراست. مسئله تحقیق، روش و نتایج قابل قبول است و ویژگی های بارز رساله کاستی های احتمالی آن را جبران می کند.
۶ Magna cum laude approbatur	با توجه به معیارهای علمی ارزیابی، رساله ویژگی های برجسته ای دارد.
۷ Eximia cum laude approbatur	رساله چندین مشخصه قابل توجه دارد که کاستی های احتمالی جزئی، آن را خدشه دار نمی کند.
۸ Laudatur	رساله بسیار برجسته و بلند پروازانه است.

پس از دریافت مدرک تحصیلی برای تایید آن باید به [سفارت](#) جمهوری اسلامی در هلسینکی، بخش کنسولی مراجعه کرد.

تهیه بلیت برای بازگشت به ایران

به منظور تهیه بلیت از فنلاند به ایران می توان از طریق دفتر سرپرستی دانشجویان حوزه شنگن در فرانسه برای حمایت مالی و تماس با دفتر ایران ایر در استکهلم اقدام کرد. برای بهره مندی از حمایت مالی از اداره بورس و دفتر سرپرستی باید چندین ماه قبل اقدام شود در غیر این صورت دانشجوی هزینه بلیت را می پردازد و پس از بازگشت به ایران از طریق اداره بورس مبلغ آن را دریافت می کند.

مسافرت از فنلاند به سوئد از طریق برخی خطوط هوایی نظیر بلو وان، اس آ اس و فین ایر، امکان پذیر است. همچنین می توان از هلسینکی و تورکو با کشتی به استکهلم عزیمت کرد. از این طریق، هم از جذابیت های یک سفر دریایی بهره مند خواهید شد هم می توانید مقدار بیشتری بار و وسایل با خود ببرید.

تسویه حساب با شرکت ها و سازمان ها

کلا Kela

اگر در زمان اقامت خود در فنلاند تحت پوشش خدمات اجتماعی و درمانی فنلاند موسوم به کلا بوده اید و کارت کلا برای شما و خانواده تان صادر شده است، ضروری است قبل از ترک کشور به سازمان کلا اطلاع دهید تا خدمات مربوط قطع گردد و کارت ها از اعتبار ساقط شود. همچنین اگر از سازمان کلا کارت بیمه اروپایی نیز گرفته اید، باید آن را باز گردانید. اطلاعات بیشتر راجع به کلا و قوانین و مقررات آن را در [سایت](#) آن می توانید پیدا کنید.

تلویزیون

در فنلاند اگر در خانه خود از تلویزیون استفاده می کنید خواه شبکه های رایگان ملی یا شبکه های ماهواره ای و کابلی باید ماهیانه مبلغی بابت حق استفاده از آن پرداخت کنید. این مبلغ به صورت ماهیانه و ثابت بوده و متفاوت از پولی است که جداگانه بابت شبکه های دیجیتال کابلی یا ماهواره ای می پردازید. مبلغ سالیانه تلویزیون در حدود ۲۲۰ یورو است که می توانید به صورت ۱ ماهه، ۳ ماهه یا ۶ ماهه پرداخت کنید.

در هنگام ترک کشور لازم است به [سازمان تلویزیون فنلاند](#) اطلاع دهید که از این پس دیگر از تلویزیون استفاده نخواهید کرد تا صورت حساب تلویزیون شما قطع گردد. برای این کار می توانید از طریق آنلاین فرم مربوط را پر کنید یا از طریق تلفن یا ایمیل به آنها اطلاع دهید. اطلاعات لازم در سایت زیر موجود است.

شرکت های مخابراتی و سرویس دهنده موبایل و اینترنت

قبل از ترک فنلاند بهتر است به سرویس دهنده های موبایل و تلفن خانگی که از خدمات آنها استفاده می کرده اید اطلاع دهید تا از آن پس صورت حسابی برای شما ارسال نگردد. همچنین لازم است شرکت سرویس دهنده اینترنت خود را نیز آگاه کنید که اینترنت شما را قطع کند. البته اگر در خانه های دانشجویی مثل هوآس زندگی می کنید، به دلیل اینکه اینترنت جزء اجاره است، نیازی نیست کاری انجام دهید و با اتمام قرارداد اجاره، اشتراک اینترنت باقی می ماند و به مستاجر بعدی منتقل می شود.

شرکت های آب و برق

اگر در خانه های دانشجویی مثل هوآس ساکن هستید، آب و برق معمولاً جزء اجاره است و شما نه برای وصل آن و نه برای قطع آن لازم نیست کاری انجام دهید. البته اشتراک آب هم به طور معمول در خیلی از خانه های اجاره ای جزئی از اجاره است و مستاجر بابت آن پولی پرداخت نمی کند و پس از پایان قرارداد اجاره هم قاعدتاً نیازی به انجام کار خاصی نیست. ولی برای مواردی که مستاجر باید اقدامات لازم برای آب و برق را شخصاً انجام دهد، به یاد داشته باشید که به شرکت برقی که با آن قرارداد دارید اطلاع دهید و از شرکت برق قبض نهایی خود را هم بخواهید. برای اطلاعات بیشتر به [وبگاه](#) انرژیها مراجعه کنید.

پلیس و اداره مهاجرت

اگر در طول مدت اقامت در فنلاند گواهینامه رانندگی خود را برای دریافت گواهینامه رانندگی فنلاندی نزد پلیس گذاشته اید، در زمان ترک فنلاند باید گواهینامه فنلاندی را مسترد کنید و گواهینامه ایرانی خود را پس بگیرید. همچنین اگر کارت شناسایی از اداره پلیس گرفته اید و هنوز اعتبار آن باقی مانده است باید آن را به [اداره پلیس](#) تحویل دهید.

شرکت های مسکن

بسته به اینکه در چه نوع خانه اجاره ای زندگی می کنید، قوانین و مقررات تخلیه و تحویل خانه متفاوت است؛ مثلاً اگر در خانه های هوآس HOAS که دانشجویی هستند ساکن هستید، ضروری است حداقل یک ماه کامل تقویمی قبل از تاریخی که قصد دارید خانه خود را تحویل دهید به آنها اطلاع دهید تا فرصت لازم برای اجاره آن به افرادی که درخواست خانه کرده اند، داشته باشند. همچنین برای پس گرفتن ودیعه مسکن از هوآس که در زمان عقد قرارداد اجاره سپرده شده است، شرکت خانه را قبل از تخلیه نهایی بازرسی می کند تا در صورت هر گونه خسارت اساسی احتمالی از ودیعه کسر و مابقی به مستاجر باز پرداخت شود. در صورت تاخیر در اطلاع دادن به هوآس از تخلیه خانه، معمولاً باید اجاره بهای ماه آخر را حتی اگر در منزل ساکن نباشید نیز بپردازید. برای پایان دادن قرارداد معمولاً از طریق فرم خاتمه قرارداد که در [سایت](#) آن موجود است، می توانید اقدام کنید.

اگر در شهرهای دیگر و خانه های غیر از هوآس زندگی می کنید، باید به شرایط مندرج در قرارداد و مقررات آن شرکت توجه کنید، ولی روال متعارف آگاه ساختن صاحبخانه یک ماه کامل قابل از تخلیه تقریباً برای تمام شرکت ها و صاحبخانه ها یکسان است.

بانک

اگر در هر کدام از بانک های فنلاند (Nodrea Bank, OKO Bank Group, Sampo) یا بانک سوئدی هندلس بانکن (Handelsbanken) حسابی دارید که می خواهید برای مدتی باز بماند یا می خواهید آن را مسدود کنید، نیاز دارید قبل از ترک فنلاند مراتب را به بانک مربوط اطلاع دهید و آنها را از تغییر آدرس و محل سکونت خود باخبر سازید. مخصوصاً اگر از نت بانک و سرویس های آنلاین بانکی استفاده می کنید و کدهای دسترسی به سیستم نت بانک برای شما ارسال می شود باید مطمئن باشید که اگر حساب شما باز خواهد ماند به آدرس خود شما ارسال شود یا اگر از سرویس های کارت اعتباری استفاده می کنید برای ادامه بهره مندی از آنها یا مسدود کردن آنها و برای جلوگیری از هرگونه سوء استفاده یا کلاهبرداری از کارت های شما حتماً شرایط جدید و آدرس درست را به اطلاع بانک برسانید.

اداره ثبت احوال

اداره ثبت احوال معمولاً اولین جایی است که زمان ورود به فنلاند برای ثبت مشخصات و اطلاعات فردی با آن سر و کار داشته اید و جزء آخرین جاهایی است که وقتی کشور را ترک می کنید ضروری است مراتب را به آن اطلاع دهید.

کلیدها، کارت های شناسایی و مجوزها

قبل از ترک فنلاند کلیدها، کارت های شناسایی و مجوزهایی را که در هنگام ورود به فنلاند دریافت کرده بودید به مراجع مربوط برگردانید. کلیدهای خانه، کلیدهای مغناطیسی که برای ورود به دانشگاه و کتابخانه دریافت کرده اید، کارت های شناسایی دانشگاه و دیگر مجوزهای مربوط را در هنگام ترک کشور عودت دهید.

عضویت در کانون دانش آموختگان و ارتباط با دانشگاه

پس از فراغت از تحصیل و ترک دانشگاه بهتر است ارتباط خود را با دانشگاه، استاد راهنما و همه همکاران علمی و تحقیقاتی طول مدت تحصیل حفظ کنید. یکی از راه های حفظ ارتباط پس از ترک فنلاند، عضویت در کانون فارغ التحصیلان دانشگاه است تا از این طریق هم از برخی امتیازات مربوط مثل نگهداشتن ایمیل دانشگاه و احتمالاً دسترسی به منابع اطلاعاتی و علمی برخوردار باشید، هم ارتباط مناسب تری با دوستان و همکاران قبلی خود داشته باشید. کانون دانش آموختگان بین جامعه دانشگاهی، دانش آموختگان، دوستان و حامیان دانشگاه ارتباط برقرار می کند. به عنوان دانشجوی و کارمند سابق دانشگاه، می توانید با دانشگاه و دیگر دانش آموختگان در تماس باشید. بنابراین به عنوان فارغ التحصیل دانشگاه، عضوی از شبکه بزرگ دانشگاهی فنلاند خواهید ماند.

ارسال اسباب و وسایل زندگی به ایران

طبق مقررات گمرکی مربوط به ورود کالاهای مسافران و ایرانیان مقیم خارج از کشور (ماده ۵۸ آیین نامه اجرایی قانون امور گمرکی)، ایرانیان مقیم خارج از کشور که حداقل یک سال در خارج از کشور اقامت داشته باشند و اقامت شش ماه آخر آنان متوالی بوده باشد، هنگام بازگشت به کشور می توانند کلیه لوازم

مستعمل خود را، به جز خودرو و موتور سیکلت، به کشور وارد و با معافیت از حقوق گمرکی و سود بازرگانی ترخیص کنند، به شرط آنکه وسایل مورد نظر حداقل یک ماه قبل از ورود و تا ۹ ماه پس از ورود صاحب کالا به کشور، به یکی از گمرکات رسیده باشد و صاحب کالا در پنج سال گذشته از چنین معافیتی استفاده نکرده باشد.

منظور از اشیاء و لوازم شخصی مذکور در این قانون، اشیایی است که عرفاً فقط مورد استفاده صاحب آن قرار گیرد و منظور از لوازم خانه، اشیایی است که عرفاً مورد استفاده خانواده صاحب آن اشیاء هنگام اقامت در یک محل باشد. بنابراین، چنانچه دانشجوی پس از اتمام تحصیل در نظر دارد اسباب و لوازم زندگی خود را به ایران منتقل کند، می تواند از کمک هزینه ای که به دانشجویان بورسیه برای این امر پرداخت می شود، استفاده کند. طبق بخشنامه های وزارت علوم و بهداشت چنانچه دانشجوی به فاصله ۳ ماه پس از فراغت از تحصیل به کشور مراجعت کند، مبلغ ۵ میلیون ریال و اگر به فاصله ۶ ماه پس از اتمام تحصیلات برگردد، مبلغ ۳ میلیون ریال برای ارسال وسایل پرداخت می شود. هر چند که این مبلغ تنها بخشی از هزینه های ارسال وسایل را پوشش می دهد، ولی هر کسی می تواند بهترین و ارزان ترین راه های ممکن را برای انتقال اسباب و وسایل به ایران پیدا کند. متأسفانه به دلیل اینکه پرواز مستقیمی از فنلاند به ایران، چه در هواپیمایی جمهوری اسلامی و چه دیگر شرکت های هواپیمایی بین المللی انجام نمی شود، هزینه ارسال وسایل به ایران نسبت به دیگر کشورهای اروپایی قدری بیشتر است و باید با در نظر گرفتن همه راه های ممکن در نهایت تصمیم گرفت که چه وسایلی را می شود با قیمت مناسب به ایران ارسال کرد. به چند طریق می توان وسایل را به ایران ارسال کرد:

از طریق شرکت های باربری:

در وبسایت زیر می توان اطلاعات مربوط به نحوه ارسال بار و وسایل را به ایران پیدا کرد. لیست شرکت های ترابری فنلاندی چگونگی ارتباط با آنها و دریافت اطلاعات بیشتر در این لینک موجود است. البته قابل ذکر است که اکثر آنها به مقصد خاورمیانه یا ایران نقل و انتقالات مستقیم انجام نمی دهند و احتمالاً توسط شرکت های واسطه ای در دیگر کشورها بار و وسایل را به ایران منتقل می کنند.

<http://www.distributor.fi/en/frontpage.html>

<http://www.travelcargo.fi/fi>

فین لاین یکی از بزرگ ترین شرکت های حمل و نقل دریایی باری و مسافربری در فنلاند است که بیشتر در حوزه کشورهای اروپایی فعال است ولی برای کسب اطلاعات دقیق تر برای ارسال بار به ایران باید مستقیماً با آن [شرکت](#) تماس حاصل کرد.

همچنین برای ارسال بار و وسایل به سوئد و از آنجا از طریق شرکت هواپیمایی جمهوری اسلامی می توان از خطوط کشتیرانی وایکینگ و [سیلجا](#) لاین که بین فنلاند و سوئد، بار و مسافر با امکان جابه جایی اتومبیل، کامیونت و کامیون های باربری بزرگ تر حمل می کنند، استفاده کرد. [وایکینگ](#) لاین از مبدا شهرهای هلسینکی و تورکو به مقصد استکهلم در سوئد فعالیت می کند.

ارسال از طریق پست

هرچند که ارسال محموله های حجیم و سنگین از طریق پست مقرون به صرفه نیست ولی اقلام کوچک تر مثل کتاب یا برخی وسایل که قابل بسته بندی در ابعاد کوچک هستند را می توان از طریق پست به ایران ارسال کرد.

به خاطر داشته باشید که در پایان تحصیلات و زمانی که در حال بازگشت دائم به ایران هستید تمامی مدارک و گواهی های مالی مربوط از قبیل، لاشه بلیت ها، رسیدهای ارسال بار به ایران، گواهی هزینه های ثبت نام پرداخت نشده از اداره بورس، بیمه و غیره را برای تسویه حساب نهایی با اداره بورس و امور دانشجویان خارج به همراه داشته باشید.

ترجمه و ارزشیابی مدارک تحصیلی

دوره های تحصیلی و مدارک اعطایی در فنلاند به قرار زیر است:

- ۱- دوره های پلی تکنیک ها (AMK/YH): که سبب گرفتن مدرک Bachelor می شود، ۴ سال طول می کشد و شامل گذراندن ۱۴۰ تا ۱۶۰ واحد است. تعداد واحدهای مورد نیاز بستگی به رشته تحصیلی دارد و حداقل ۲۰ واحد به یک دوره تجربه کار علمی اختصاص دارد. در پایان دانشجو پایان نامه نیز ارائه می دهد.

۲- **Kandidaati/ Kandidat (Bachelor):** که شامل سه تا چهار سال تحصیل تمام وقت است. این دوره در نظام جدید آموزشی فنلاند در دانشگاه ها گذرانده می شود؛ حداقل شامل ۱۲۰ واحد است که دانشجو طی آنها دروس پایه و تخصصی را می گذراند. در سال آخر دانشجو باید پژوهش علمی را همراه پایان نامه ارائه دهد.

۳- **Maisteri (Master):** که شامل ۵ تا ۷ سال تحصیل تمام وقت است. این دوره بعد از دیپلم دبیرستان، شامل گذراندن حداقل ۱۶۰ تا ۲۲۰ واحد تحصیلی و انجام پژوهش علمی و ارائه پایان نامه است. اگر این تحصیلات بعد از دوره بند دو گذرانده شود، واحدهای مورد نیاز حداقل ۴۰ واحد است.

۴- در کشور فنلاند اعطای مدرک **Lisensiaatti/ Lincientiat** نیز ممکن است که دانشجو برای گرفتن آن موظف به گذراندن ۳۰ واحد خواهد بود. این دوره پژوهشی است. دانشجو موظف به نوشتن پایان نامه و دفاع موفقیت آمیز در مقابل استادان است. اکثر دانشجویان این دوره را به عنوان مراحل ابتدایی دوره دکترا می گذرانند که ۲ تا ۳ سال تحصیلی طول می کشد.

۵- **Tohtori/ Doktor (Ph.D.):** شرط ورود به دوره دکترا، داشتن مدرک بند ۳ یا کارشناسی ارشد است. دوره دکترا نیز در فنلاند پژوهشی است و ۴ تا ۵ سال طول می کشد.

مطابق مقررات و ارزیابی های وزارت علوم، تحقیقات و فناوری، دانشگاه های فنلاند برای ارزشیابی مدارک تحصیلی صادره از آنها به دو گروه تقسیم می شوند. برای مشاهده نحوه ارزشیابی مدارک تحصیلی به این [سایت](#) مراجعه کنید.

سرپرستی علمی ج.ا.ایران در منطقه مسکن