



Kurzinfo

Zwischenjahr nach Mittelschule oder Lehre

Wollen Sie nach intensiven Schul- oder Berufsjahren einfach mal Pause machen, den Horizont erweitern, neue Erfahrungen sammeln? Denken Sie an ein Sabbatical? Hier finden Sie Links und Literatur für Ideen und die konkrete Planung Ihres Time-Outs.

Sprachen lernen	
www.berufsberatung.ch/sprachaufenthalt www.intermundo.ch www.lilas-ch.org www.coursefinders.com	Sprachkurse im In- und Ausland
www.beratingdienste.ch > Downloads A–Z: Kurzinfo «Sprachen lernen»	Weitere Informationen
www.swissemigration.ch > Auslandsaufenthalte	Informationen für Schweizer und Schweizerinnen im Ausland
www.unige.ch/lettres/elcf (Uni Genève) www2.unine.ch/ilcf (Uni Neuchâtel) www.unifr.ch/centredelangues (Uni Fribourg) www.soggiornilinguistici.usi.ch (Uni Tessin) www.unil.ch/cvac (Uni Lausanne) www.sprachenzentrum.uzh.ch (Uni/ETH Zürich)	Sprachkurse an Schweizer Universitäten

Tipps zu Sprachaufenthalten im Ausland

Informieren Sie sich rechtzeitig über verschiedene Sprachschulen, Kurse, Prüfungen, Unterkünfte und Flüge.

Fragen Sie die Beratenden in der Agentur, ob diese die Sprachschulen persönlich kennen und regelmässig besuchen.

Schweizer Bürger/innen ohne Arbeitsvertrag müssen, um Beitragslücken zu vermeiden, bei längerer Abwesenheit AHV-Beiträge selber bezahlen. Informieren Sie sich bei der Ausgleichskasse Ihres Kantons.

Die Kosten für einen Sprachaufenthalt können in den meisten Kantonen von den Steuern abgezogen werden. Bewahren Sie also Ihre Rechnungen und Quittungen auf!

Jugendaustausch, Au-Pair	
www.intermundo.ch www.au-pair-suisse.ch www.swissemigration.ch > Auslandsaufenthalte	Informationen und Links zu Vermittlungsagenturen
Sozialeinsatz und Praktikum im In- und Ausland	
www.intermundo.ch www.eurodesk.ch europa.eu/youth/EU_de www.cinfo.ch www.travelworks.de www.interswop.de www.ecoteer.com www.backdoorjobs.com www.chileinside.cl www.acacamps.org www.icep-usa.org	Diverse Einsätze und Praktika

www.sojobs.ch www.sozialinfo.ch www.jugendundsprachen.ch > Praktika www.spitalberufe.ch www.sozialberufe.ch	Sozial- und Gesundheitswesen: Praktikum in der Schweiz
www.beratungsdienste.ch > Downloads A–Z: Kurzinfo «Praktika im Sozial- und Gesundheitswesen»	Weitere Informationen
www.kanalk.ch > Radio machen www.ebzuerich.ch > Kommunikation www.klippklang.ch www.medienkurse.ch	Praktikum/Ausbildung im Medienbereich
www.zalp.ch www.berge-versetzen.ch www.umwelteinsatz.ch www.umweltprofis.ch > Umweltjobs und Lehrstellen www.agriviva.ch www.ifye.ch www.greenvolunteers.org	Praktikum/Einsatz in Landwirtschaft und Umwelt- und Naturschutz im In- und Ausland
Jobs allgemein	
www.marktplatz.uzh.ch markt.unibas.ch subnew.unibe.ch > Studijob www.unifr.ch/agef > Dienstleistungen: Job	Stellenbörsen von Universitäten
www.semestra.ch/jobs www.students.ch/jobs www.nebenjob.ch	Allgemeine Stellenbörsen
www.sdbb.ch/kurzinfo > Online-Portale zur Stellensuche	Weitere Informationen
Reisen / Militär	
www.statravel.ch , www.globetrotter.ch und viele andere Reiseanbieter www.durchdiener.ch www.zivil-militaer.ch www.zivi.admin.ch	

Literatur (zum Lesen und Ausleihen in unseren Info-Zentren)

- *Zwischenlösungen*. 2013. Zollikofen: SDBB Verlag
- Gry Troll, Susanne. 2017. *Die Auslandsreise. Arbeiten, Studieren und Lernen im Ausland*: Grosskarolinenfeld: Susanne Troll Verlag