




Guía para la instalación del científico español en Suecia





MADE IN SWEDEN 



Media-Tryck is an environmentally certified and ISO 14001 certified provider of printed material. Read more about our environmental work at www.mediatryck.lu.se

COVER PHOTOS

Top: *Nytorget, Stockholm*
Holger Ellgaard, CC BY-SA 3.0

Bottom, from left to right:
Glaskogen, western Värmland
Peter Nilsson, CC BY-SA 4.0

Öjön, Härjedalen
Arild Vågen, CC BY-SA 4.0
Dramaten, Stockholm
Arild Vågen, CC BY-SA 3.0

Índice

Presentación	5
A) ¿Qué necesitas saber antes de venir a Suecia?	6
1. Documentación y trámites.....	6
2. Cobertura sanitaria	9
3. Situaciones laborales	12
4. Impuestos en Suecia.....	14
5. Embajada de Suecia en Madrid.....	15
B) ¿Qué debes hacer antes de venir a Suecia?	16
1. Alojamiento.....	16
2. Gestiones administrativas en tu institución.....	20
3. Tu pareja y tu familia en Suecia.....	23
4. Trámites Aduaneros para mudanzas e importación de vehículos y otros bienes	24
5. Viajar con animales domésticos desde España.....	24
C) ¿Qué hacer al llegar a Suecia?	25
1. Obtención del “Personnummer”	25
2. Documentación específica en el centro de trabajo e investigación	26
3. Inscripción en la Embajada	26
4. Cuenta bancaria.....	27
5. Tarjeta de identidad.....	28
D) Complementos	29
1. Documentación española en Suecia.....	29
2. Contacto con la Embajada.....	30
3. Seguridad	31
4. Cursos de sueco	32
5. Algunas normas de convivencia	32
6. La Asociación de Científicos Españoles en Suecia (ACES)	33

Presentación

Suecia es un país que ofrece muchas posibilidades para investigar y trabajar. No obstante, pese a las facilidades ofrecidas al investigador extranjero, hay muchos aspectos – como la logística, el alojamiento, los permisos y la burocracia con la administración sueca – que no necesariamente resultan fáciles para el recién llegado.

La finalidad de este documento consiste en facilitar la incorporación a Suecia de aquellos científicos españoles que deseen trasladarse a este país. Lo hemos confeccionado desde la *Asociación de Científicos Españoles en Suecia* (ACES), con ayuda de la Consejería Cultural y Científica de la Embajada de España en Suecia.

Tanto la red profesional de científicos e investigadores españoles englobados en la ACES como la Embajada de España en Estocolmo hemos recopilado experiencia y consejos útiles no con la pretensión de responder a todas las preguntas que se plantea un investigador al orientarse hacia este país, pero sí con la idea de que sirva de ayuda para que cada uno encuentre las respuestas.

Götgatan, Stockholm. Photo: Arild Vågen, CC BY-SA 4.0



A) ¿Qué necesitas saber antes de venir a Suecia?

Antes de trasladarte a Suecia, debes tener en cuenta que existen una serie de documentos y trámites indispensables sobre los que deberás informarte desde España o tu país de origen para poder establecerte en este país. Estos son:

1. Documentación y trámites

1.1 Documentación española

- **Pasaporte y DNI:** Recomendamos venir tanto con el DNI como con el Pasaporte y asegurarse de que ambos documentos no están a punto de caducar. Si estuvieran a punto de caducar, renuévalos con tiempo suficiente, ya que la renovación del DNI no es posible desde las Embajadas en el exterior y la renovación del Pasaporte implica, obligatoriamente, personarse en la Sección Consular de la Embajada en Estocolmo, lo que puede ser para ti un problema si resides fuera de la capital.
- **Carnet de conducir:** Recomendamos, igualmente, renovar el carnet de conducir si está próximo a caducar ya que será válido en Suecia y en el resto de los países de la Unión Europea mientras no esté caducado. La renovación de este carnet no es posible a través de la Embajada, por lo que si caduca durante tu estancia en Suecia te será complicada la renovación. Cuando expire su periodo de validez deberás renovarlo en el país en el que residas, quedando sujeto a sus normas relativas a chequeos médicos, periodos de validez y demás que sean de aplicación.

1.2 Además de tus documentos de identificación personal (pasaporte, DNI) es conveniente que viajes con

- **La Tarjeta Sanitaria Europea.** Este documento te permite acceder a la asistencia sanitaria necesaria (la que el médico considere imprescindible) en cualquier país de la UE o del EEE. Ten en cuenta que hasta que no estés asentado en el país no vas a poder acceder

al sistema público de salud por derecho propio. Mientras tanto, la Tarjeta Sanitaria Europea te garantiza el derecho a dicha asistencia. Este documento se solicita en España en el Instituto Nacional de la Seguridad Social (INSS) de tu lugar de residencia. Puedes obtener más información en:

http://www.segsocial.es/Internet_1/Trabajadores/PrestacionesPension10935/Asistenciasanitaria/DesplazamientosporE11566/TSE2/index.htm

Si no pudieras obtener la Tarjeta Sanitaria Europea deberás contratar un seguro privado desde España.

- **Si necesitas alguna medicación**, es conveniente que lleves contigo medicamentos para unas semanas y ten en cuenta que tu nuevo médico en Suecia puede decidir no recetarte los mismos medicamentos que te eran recetados en España.
- **Trae contigo tus títulos académicos o profesionales, preferiblemente traducidos.** Algunas instituciones podrían pedirte un certificado en el que el traductor confirme sus cualificaciones. Puedes encontrar más información sobre el reconocimiento de cualificaciones profesionales aquí:
http://europa.eu/youreurope/citizens/work/professional-qualifications/index_es.htm.
- **Dinero suficiente para pasar unas semanas.** Los países nórdicos son considerablemente más caros que España. Además, negocia con tu banco en España la posibilidad de librarte de comisiones por retirar dinero o hacer pagos en el extranjero, te será de utilidad y te permitirá ahorrar.
- Es posible que necesites realizar algún trámite con la Administración Pública española una vez que ya estés en tu país de destino. En la actualidad ya es posible realizar los trámites más comunes por Internet, siempre y cuando dispongas de **DNI electrónico**, de un certificado electrónico o estés dado de alta en el sistema cl@ve. Por ello, es muy recomendable disponer de uno de estos tres métodos para operar por internet.

1.3 Es necesario tener en cuenta dos conceptos

a) Permiso de trabajo y/o de residencia

No por ser miembro de la Unión Europea se tiene automáticamente el permiso de trabajo y/o de residencia: la Unión Europea garantiza sólo el derecho a desplazarse dentro de la UE para buscar trabajo, pero antes de que terminen los 90 días de duración de este derecho, uno tiene que tener trabajo o solicitar el permiso de trabajo.

Migrationsverket es el organismo sueco encargado de la inmigración. Aunque los españoles (como ciudadanos miembros de la UE) no tenéis que inscribiros en Migrationsverket, es en su página donde está la información y requisitos sobre los permisos de residencia y trabajo.

b) Número personal o *Personnummer*

El *Personnummer* es el número de la Seguridad Social sueca y es necesario para tener acceso a una cobertura sanitaria básica. Una de las primeras cosas que debes hacer al llegar a Suecia es ir a una oficina de *Skatteverket* (Agencia Tributaria Sueca) para registrarte como residente en Suecia y solicitar este número, ya que es necesario prácticamente para todo: no sólo para contar con cobertura sanitaria, sino para abrir una cuenta de banco, hacer el contrato de un teléfono móvil, apuntarse a un gimnasio...

En caso de que vayas a residir en Suecia por motivos de estudios durante más de un año, el certificado que verifique tu registro en una universidad sueca por ese periodo, será suficiente para solicitar tu número personal sueco.

El trámite hace unos años era rápido, pero en la actualidad observamos que puede demorarse meses, por lo que es necesario inmediatamente al llegar al país iniciar la solicitud. Suele ser práctica de las autoridades suecas dar, provisionalmente, un Numero Provisional de coordinación en tanto se obtiene el Número Personal (*Personnummer*).

Para orientarte – aunque insistimos en que es necesario consultar la página de *Skatteverket* – siendo ciudadano de la Unión Europea lo que piden es rellenar una *solicitud* y presentar tu *pasaporte* en vigor, un *contrato de al menos un año* de duración y contar con un *seguro médico previo hasta su concesión* (sirve la Tarjeta Sanitaria Europea de España o un seguro médico privado). Si además vienes con tu familia deberás aportar un certificado de matrimonio y/o certificado de

nacimiento de tu/s hijo/s. Pueden pedir, dependiendo del caso, más documentación adicional.

Nota: cada vez que cambies de domicilio (cosa que es bastante frecuente en las grandes ciudades de Suecia) estarás en la obligación de informar a Skatterverket del cambio de residencia.

Nota: a pesar de que el Número Personal (Personnummer) da acceso a una sanidad básica hay que inscribirse en Försäkringskassan para obtener servicios adicionales, como descuentos en servicios dentales, poder solicitar la Tarjeta Sanitaria Europea y los servicios sociales completos de la baja por enfermedad o maternidad/paternidad.

Nota: la gestión del Numero Personal es una gestión que cada uno debe hacer ante Skatteverket: ni la Embajada ni la ACES podemos ayudaros en esta gestión, que está enteramente en manos de las autoridades suecas. Sí que será necesaria recabar información y la ayuda de tu centro de investigación o universidad.

Es importante que sepas que la inscripción en el registro de Skatterverket no genera automáticamente la inscripción en el registro de la Embajada. Una cosa es inscribirte como residente ante las autoridades suecas y otra cosa distinta es inscribirte como residente en la Embajada (para lo que necesitas tener ya tu Personnummer, es decir, aprobada tu residencia en Suecia) porque no hay un cruce de información automático entre ambos.

2. Cobertura sanitaria

2.1 Antes de obtener tu Personnummer

Es muy importante recordar que NO HAY un convenio entre la Seguridad Social sueca y la española, por lo que NO TIENES COBERTURA SANITARIA AUTOMÁTICA EN SUECIA SIMPLEMENTE POR EL HECHO DE TENERLA EN ESPAÑA.

Hasta que no tengas Personnummer, por tanto, no tienes cobertura sanitaria en Suecia.

Antes de desplazarte a otro Estado miembro de la Unión Europea debes solicitar y llevar contigo la Tarjeta Sanitaria Europea (TSE), que te da derecho a atención sanitaria necesaria en los Servicios Públicos

de Salud de estos países en los mismos términos que los ciudadanos del país en que solicites el servicio. Esta tarjeta es la prueba de que tienes seguro médico en un país de la UE y simplificará los procedimientos de pago y reembolso.

Aunque no lleves contigo la Tarjeta Sanitaria Europea o, por alguna circunstancia, no puedas utilizarla (por ejemplo, en la asistencia sanitaria privada), no pueden negarte la asistencia médica, pero es posible que tengas que pagar por adelantado y después tengas que solicitar el reembolso al volver a España. Más información aquí:

http://europa.eu/youreurope/citizens/health/unplanned-healthcare/payments-reimbursements/index_es.htm

¿Dónde solicito la Tarjeta Sanitaria Europea (TSE)?

La emite gratuitamente la Seguridad Social española, y puede solicitarse aquí online:

https://sede.seg-social.gob.es/Sede_1/ServiciosenLinea/Ciudadanos/232000

¿Qué puedo hacer si pierdo la TSE, o si no me llega a tiempo?

En esos casos puedes solicitar un Certificado Provisional Sustitutorio (CPS). Tiene la misma función que la TSE, pero un periodo de validez normalmente inferior a la TSE, pues como máximo durará 90 días. Se puede imprimir en el propio domicilio. El CPS es válido en todos los países de la UE y en otros con los que la UE tiene acuerdo, como Noruega, por lo que es obligatorio que acepten el mismo como documento probatorio de nuestro derecho a la atención sanitaria, que no nos podrán negar.

El CPS lo emite gratuitamente la Seguridad Social y puede solicitarse aquí online (con certificado digital o similar):

https://sede.seg-social.gob.es/Sede_1/ServiciosenLinea/Ciudadanos/231536

¿Qué ocurre si no tengo TSE, ni CPS, y necesito atención médica urgente?

Los Servicios Públicos de Salud de los Estados miembros de la UE (incluyendo a Noruega) tienen la obligación de atenderte. De ninguna manera pueden denegarte asistencia sanitaria.

No obstante, puede suceder que el médico o establecimiento sanitario te pidan que pagues los gastos generados, o parte de los mismos.

En ese caso, deberás abonar dichos gastos y después solicitar a la Seguridad Social española su reembolso.

2.2 Cobertura sanitaria en Suecia con Personnummer

La obtención de un Personnummer te da cobertura sanitaria automática en Suecia.

Puedes ver una descripción del sistema sanitario sueco en este enlace:

Atención Sanitaria y Régimen de la Seguridad Social.

<http://www.exteriores.gob.es/Embajadas/ESTOCOLMO/es/VivirenSuecia/Documents/Educación%20y%20Sanidad/Atención%20Sanitaria.pdf>

Los centros de salud (*Vårdcentralen*) son las unidades que proporcionan asistencia sanitaria básica en Suecia. Es conveniente, antes de tener una urgencia o necesidad de consulta, inscribirse en un centro de salud cercano al domicilio o trabajo mediante un formulario a rellenar con los datos personales generales. Es el sitio de referencia para ser reconocido por un médico de Medicina General o médico de cabecera. Muchos médicos y enfermeras tiene un muy buen nivel de inglés, pero si fuese necesario, se puede solicitar la presencia de un intérprete durante la consulta médica. Mejor señalarlo ya desde el momento de fijar la visita con el médico. En caso de que el médico de cabecera lo considera oportuno, enviará el mismo una carta (*remiss*) a un médico especialista para que le atienda.

Si uno se muda a otro barrio o se quiere cambiar de Vårdcentral es posible hacerlo a través de esta página web.

Existen centros médicos especializados para niños (*Barnvårdcentralen*, BVC) y para el embarazo (*Mödravårdcentralen*, MVC)

De noche, durante el fin de semana y días festivos se debe acudir a Urgencias (*Akut*) o a los centros de guardia (*Jourmottagning*). Más detalles sobre dichos centros te serán facilitados en tu Vårdcentral o se pueden consultar en su página web. En caso de emergencia hay que acudir a las Urgencias de un Hospital, si uno no puede desplazarse hasta allí, debe avisar a una ambulancia al número 112. Los menores de 17 años han de acudir a las Urgencias para niños, en las grandes ciudades suecas suelen estar separadas de las Urgencias para adultos.

La atención sanitaria no es gratuita e implica siempre el pago de una tasa. Se deberá abonar una cantidad de alrededor de unas 200 SEK por cada consulta. Las consultas de médicos especialistas suelen ser

en hospitales y son algo más caras (350 SEK). En Suecia, existe una Garantía de coste máximo asistencial, señala un tope máximo de 1.100 SEK al año para un paciente, a partir de esa cantidad este paciente será atendido gratuitamente y no deberá abonar nada por sus medicamentos. Más información sobre otro tipo de descuentos se pueden hallar en la página web de Vårdcentral . La consulta médica para pacientes de hasta 16 años son gratuitas.

Existe un teléfono de asistencia que funciona 24 horas al día, 1177. También puede consultarse la página web www.1177.se

Farmacias (Apoteket): Los medicamentos se compran en las farmacias (Apotek). Lógicamente, algunos fármacos requieren receta médica. Por otro lado, algunos analgésicos pueden comprarse en los supermercados.

Dentista: Puede ser público o privado. Los precios son muy parecidos en los dos casos. Hay un descuento si se sobrepasa en un año la cantidad de 3000 SEK en gastos de dentista. Hay una pequeña subvención anual de 300 SEK (para pacientes entre 22–29 años) o de 150 SEK para mayores de 30 años.

3. Situaciones laborales

Debes clarificar con tu futuro empleador o centro de estudios o investigación las condiciones y la situación laboral específica con la que vas a llegar a Suecia, ya que pueden ser de muy distintos tipos y materializarse en muy distintas obligaciones en Suecia.

3.1. Stipendium (beca) vs contrato

Beca o Stipendium

- No se pagan impuestos.
- Sanidad y Seguridad Social limitadas.
- No cubre la baja parental.
- No se entra en el sistema de pensiones.
- En caso de paro laboral no hay los beneficios de los contratos laborales.

Sin embargo, si se obtiene Número Personal (personalnummer) se puede acceder a beneficios de la Seguridad Social y sanidad suecas. Se recomienda hacer un seguro personal.

Contrato temporal

Implica:

- Pleno derecho a disfrutar de la Seguridad Social.
- Bajas por maternidad/paternidad.
- Incorporación al sistema de pensiones, derecho al paro, etc.

Contrato a tiempo indefinido

Es importante señalar que este tipo de contratos suelen durar mientras dure la financiación para el proyecto en el que se está inscrito.

3.2. Enlaces de interés

Podrás obtener más información en:

<https://studyinsweden.se/scholarships/https://studyinsweden.se/scholarships/university-scholarships/https://studyinsweden.se/life-in-sweden/health-insurance-and-medical-care/>

- Oficina de empleo (*Arbetsförmedlingen*)
- Sindicatos (*Unions*)
- Seguros
- Informaciones sobre el empleo

3.3. En relación a las becas

Es importante señalar que investigadores residentes en Suecia o que hayan desarrollado una parte o la totalidad de su carrera académica en alguna institución sueca pueden optar a una beca del Karoliska Institutet (KI).

https://internwebben.ki.se/en/affiliates-and-scholarshttps://internwebben.ki.se/sites/default/files/stipendieregler_original_2016_engelska_1.pdfhttps://internwebben.ki.se/sites/default/files/insurance_coverage_for_scholarship_holders.pdf

- Postdoc
- Doctoral student

- International personnel
- Información general Sweden abroad (Spain)

4. Impuestos en Suecia

Cuando te mudes a Suecia, si ese año pasas más de *seis meses* en España estás obligado a pagar impuestos en España en el Impuesto sobre la renta del año siguiente, de acuerdo con el número de meses que hayas estado en España y a pagar impuestos en Suecia de acuerdo con el SINK (Impuesto sobre la renta especial para los no residentes) conforme al número de meses que estés en Suecia.

Esto significa que tu empleador deduce este impuesto de tu salario y, por tanto, tendrás que declarar en España tus ingresos obtenidos en Suecia pero no pagar impuestos por ellos.

No pagarás impuestos por las mismas rentas en ambos países, sino sólo en uno de los dos, pero tendrás que hacer declaración de impuestos tanto en España como en Suecia. Os aconsejamos que os pongáis en contacto con un asesor fiscal o con la Agencia Tributaria en España antes de viajar a Suecia para plantear vuestro caso concreto y evitar la doble imposición.

La Agencia Tributaria sueca (Skatteverket) se encarga de los impuestos estatales y municipales. En Suecia, los impuestos son retenidos casi siempre en el momento del pago por lo que tu empleador está obligado a deducir impuestos de tu salario antes de que te hayan pagado. El impuesto sobre la renta y el impuesto sobre la riqueza son impuestos directamente pagados tanto al Estado como al municipio local.

Si vives en Suecia más de 6 meses estarás sujeto a una obligación tributaria completa en Suecia. Debes presentar tu declaración de impuestos a la Agencia Tributaria a principios de mayo de cada año.

ENLACE A DOCUMENTO SOBRE IMPUESTOS.

<http://www.exteriores.gob.es/Embajadas/ESTOCOLMO/es/VivirenSuecia/Documents/Obligaciones%20fiscales%20de%20los%20ciudadanos%20espa%C3%B1oles%20en%20el%20extranjero.pdf>

Para más información podéis acudir al PDF que proporciona Skatteverket sobre este tema o a Karolinska Institutet.

5. Embajada de Suecia en Madrid

Puede resultar de utilidad acudir a la Embajada de Suecia en Madrid antes de trasladarse a Suecia, donde os podrán informar con mayor exactitud de la documentación, condiciones, y procedimientos previos necesarios para vuestro establecimiento.

Encontraréis un enlace directo a su página web a continuación:
<http://www.swedenabroad.com/es-ES/Embassies/Madrid/Sobre-Suecia/enlaces/>

En este enlace tendréis la dirección y contacto de la Embajada y los distintos Consulados Honorarios. Los Consulados Honorarios tienen menos competencias e información que la Embajada, pero os pueden ser también una buena referencia.

<http://www.swedenabroad.com/es-ES/Embassies/Madrid/Contacto/Embajada-y-Consulados/>

Embajada de Suecia, Madrid. Photo: Asqueladd, CC BY-SA 3.0



B) ¿Qué debes hacer antes de venir a Suecia?

1. Alojamiento

1.1. Búsqueda de vivienda

Uno de los mayores retos a los que se enfrenta el recién llegado a Suecia es el de encontrar vivienda. En Estocolmo, la demanda de vivienda de alquiler es mucho mayor que la oferta, lo que se traduce en un mercado difícil, escaso y en el que el arrendador tiene mucho poder sobre el inquilino.

Es importante resaltar que el alquiler puede ser de *primera mano*, si se alquila directamente al propietario de la vivienda (un particular o una empresa) o un *subarriendo*, cuando se alquila el apartamento o habitación a una persona que ya tiene esa vivienda alquilada. El subarriendo en Suecia es legal y está regulado, aunque al ser un mercado con altísima demanda, los arrendadores pueden intentar poner condiciones muy estrictas que no necesariamente se ajustan a la legalidad vigente.

Existen múltiples webs online en las que se puede encontrar piso divididas en dos categorías principales.

- ❖ Las webs relacionadas con la institución que nos acogerá para realizar nuestro trabajo de investigación en Suecia, ofreciendo alquileres de primera mano por tiempos limitados:
 - **Karolinska Institutet Housing AB** – www.kihousing.se
Sólo para investigadores y estudiantes del *Karolinska*. El tiempo máximo de residencia en sus alojamientos es de un año. Apartamentos equipados y habitaciones individuales.
 - **Stockholm Student Housing** – www.ssb.se
Sólo para *estudiantes* de master y doctorado. Habitaciones y apartamentos sin amueblar. (En algunos casos los pueden solicitar postdocs con beca). Se rigen por un sistema de lista de espera y puntos que empiezan a acumularse en cuanto uno se apunta a la lista de espera. En sueco.

- **La fundación Wenner-Gren** – www.swgc.org

Es la mejor alternativa para un *postdoc* en Estocolmo. Ofrecen apartamentos totalmente equipados durante dos años. La lista de espera es muy larga (cerca a los dos años) por lo que conviene solicitarlos inmediatamente después de ser aceptado en un laboratorio. No admiten estudiantes.

La estrategia para conseguir piso en este tipo de sitios consiste en *avisar con todo el tiempo posible*. Todos tienen estrictos sistemas de lista de espera mediante los que se asignan las residencias que tienen disponibles. Cuanto más tiempo llevemos en la lista de espera, más fácil será conseguir nuestro apartamento. También recomendamos en el caso de KI housing o los pisos del *Wenner Gren* ser *insistentes*: Durante los meses que estemos en lista de espera, un correo o llamada telefónica al mes preguntando por nuestra situación puede ser de gran ayuda.

- **Anúnciate a ti mismo.** En Blocket puedes anunciar que estás buscando piso. Se recomienda una descripción breve, que demuestre que eres una persona de confianza (incluir si se tiene contrato, organismo del cual procede, posibilidad de aportar referencias si es necesario...) y una buena foto. Desafortunadamente, estos anuncios suelen funcionar mejor en el caso de mujeres que en los de hombres.

❖ Webs privadas de alquiler. En este caso se diferencian cuatro tipos de webs:

- **El anunciante paga por poner el anuncio:** www.blocket.se

Blocket es la página web de compra-venta más visitada de Suecia. Aquí se puede comprar y vender de todo y, por supuesto, también encontrar pisos y habitaciones en alquiler. En esta web encontramos la mayor oferta, pero también – OJO – el mayor número de anuncios falsos puestos por estafadores. Está en sueco.

- **La página web actúa como agencia de alquiler** y garantiza los pagos al arrendador. El inquilino le paga a la agencia el alquiler mensual y ésta le paga al arrendador. La agencia cobra una comisión mensual que se traduce en un incremento del precio del apartamento. En estas páginas la oferta es menor, pero también hay menos fraude:

www.samtrygg.se

www.bostaddirekt.com

www.qasa.se

- **Webs de suscripción** en las que se paga por ver la información de contacto del arrendador: www.andrahand.se. En sueco. Al igual que en el caso anterior hay menos fraude.
- **Agencias de alquiler** a las que se les paga una comisión equivalente a un mes de alquiler cuando se firma el contrato. www.mypjejs.se. En este tipo de páginas encontramos el menor índice de fraude.

1.2 Consejos para encontrar piso

Como ya hemos dicho, las condiciones del mercado las pone el vendedor y es él el que decide a quién alquila su piso, por lo que una serie de estrategias nos pueden ayudar a conseguir el piso que queremos.

- *Ser el primero en contactar.* Es, sin duda el factor más crítico para conseguir el piso que hemos visto en la página web en cuestión. En los *primeros 30 minutos* después de poner un anuncio en blocket, los anunciantes *reciben unos 50 emails* y unos 200 en las primeras 24 horas. Normalmente un anunciante *sólo lee los primeros 15 o 20*. Por ello es importantísimo estar entre esos primeros 15 mensajes. Los suecos respetan estrictamente el orden por el que reciben los mensajes, dando prioridad a las primeras personas en contactarles. Blocket tiene un servicio de alertas en su aplicación móvil que avisa cuando se publique un anuncio con las características que nosotros elijamos.
- *Impacta más una llamada que un email.* Con una llamada se consigue interactuar con el anunciante y se abre el paso directamente a organizar una visita.
- Los que ponen los anuncios quedan con varias personas antes de alquilar el piso. Conviene intentar *ser el primero en ver el piso*. Muestra tu entusiasmo y tus ganas.
- En el caso de que se vaya a contactar por email, conviene tener ya escrita una *carta de presentación* que se manda lo antes posible al anunciante. En ella es importante afirmar que se tiene una estabilidad profesional, con salario garantizado durante la estancia. También interesa resaltar que uno es investigador y mencionar el instituto en el que trabaja. *¡En Suecia ser investigador está muy bien considerado!* Lo ideal es que la carta esté escrita en sueco, pero una carta en inglés bien escrita puede causar una muy buena impresión.

- Si se consigue la *cita para ver el piso*, intenta entender que en ese momento no sólo vas a evaluar si te gusta el piso, también vas a ser evaluado y que habrá más candidatos como tú interesados. Tu primer objetivo es *causar buena impresión*, y tener una especie de “dossier” para entregar al posible casero dará una imagen de persona ordenada. Prepara *una carpeta con tu información personal*, contrato de trabajo, cartas de recomendación (de tu jefe, de anteriores caseros...).

1.3. Consejos para evitar el fraude

En un mercado tan competitivo como el sueco es lamentablemente frecuente que aparezcan elementos indeseables que se aprovechan de la necesidad y desconocimiento del sistema. Aquí van una serie de consejos para evitarlo:

1. Si algo tiene demasiada buena pinta como para ser verdad, es que muy probablemente sea mentira. SOLUCIÓN: Puedes guardar las imágenes de la vivienda correspondiente y subirlas al buscador de Google Imágenes desde tu ordenador, de modo que te muestre si hay alguna correspondencia entre las fotos que has obtenido del piso y alguna otra ubicación. Tutorial de cómo hacerlo.
<https://www.youtube.com/watch?v=vl7mHuin4cU>
2. Nunca pagar a un particular o “agencia” por ver el piso.

Stockholms Old Town. Photo: Brorsson, CC BY-SA 3.0



3. Antes de firmar ningún contrato, comprobar la identidad del arrendador. Pedir un documento de identificación en el que aparezca su Personnummer al lado de su foto. Puedes comprobar la existencia de esa persona y la correspondencia con respecto a su ubicación gracias a HITTA, el sistema sueco por el que se puede saber donde vive una persona con sólo poner su nombre y más aún sabiendo su número personal. Otra opción consiste en buscar a la persona en Facebook, los falsificadores suelen tener pocas fotografías y un perfil aparentemente falso.
4. Nunca pagar en efectivo ni a través de servicios de transferencias como Western Union, sólo hacer ingresos en cuentas bancarias suecas.
5. Nunca mandar el pasaporte escaneado por email, podría ser utilizado en otras estafas.

Para más detalles sobre la dinámica de algunos de estos fraudes, se puede visitar la siguiente página:

<http://moving2stockholm.blogspot.se/2015/12/how-to-avoid-frauds-ultimate-guide.html>

En esta página también encontrarás multitud de consejos para alquilar un piso.

La Embajada española recoge información de interés sobre la vivienda en Suecia que veréis en el enlace “Vivir en Suecia”:

<http://www.exteriores.gob.es/Embajadas/ESTOCOLMO/es/VivirenSuecia/Paginas/EstablecerseenSuecia.aspx>

2. Gestiones administrativas en tu institución

2.1 Estudiar un Máster en Suecia

Si estás interesado en cursar un programa de *Máster en Suecia* puedes hacer fácilmente tu solicitud a través de la aplicación de

<https://www.universityadmissions.se/intl/start>.

El registro es sencillo y se pueden solicitar como máximo cuatro programas de máster. Debe tenerse en cuenta que hay programas que empiezan en otoño y otros en primavera.

Lo único que hay que tener en cuenta son las fechas límite para cursar las solicitudes que están muy bien estipuladas en la sección “key dates and deadlines”

<https://www.universityadmissions.se/en/All-you-need-to-know1/Finding-out-more/Key-dates/>

Los resultados de la admisión serán notificados dos meses después de la fecha tope para el registro. A partir de ese momento, habrá un período de un par de semanas en las que el alumno tiene la oportunidad de elegir entre los programas para los que ha sido seleccionado o bien reclamar en caso de que alguna de las razones aportadas por la universidad para no concederle la plaza no satisfagan al estudiante o no se correspondan con la información aportada por el alumno. Además, existe una lista de espera para diferentes plazas y una segunda ronda de admisión.

Por pertenecer a un Estado miembro de la UE, el estudiante español no *tiene que pagar gastos de matrícula (tuition fee)*. Sin embargo, los gastos de estancia tienen que ser cubiertos por el interesado. La mayoría de becas del Instituto Sueco tienen requisitos que sólo son válidos para las personas que tienen que pagar matrícula, es decir, de fuera de la Unión Europea. Sin embargo, existe una serie de becas que cualquier estudiante español puede solicitar para cursar un máster en Suecia, como por ejemplo:

- Becas ofrecidas por entidades como *La Caixa*
<https://obrasociallacaixa.org/es/investigacion-y-salud/becas-de-posgrado>
- Becas del Banco Santander
http://www.santander.com/cs/cs/Satellite/CFWCSancomQP01/es_ES/Corporativo/Sostenibilidad/Santander-Universidades/Becas-Santander.html

Otras becas accesibles son las de “*The Swedish-Spanish Foundation for the Promotion of Education and Studies*” (<http://stipfond.se/en/the-swedish-spanish-foundation/>) y las de la “*Fundación Margit y Folke Pehrzon*”.

En el caso de la “Fundación Margit y Folke Pehrzon”, los requisitos son más laxos, los trámites más rápidos y se centran en el perfil competente del estudiante y su interés por estudiar en Suecia. Existe, además, la posibilidad de hacer el máster dentro del entorno *Erasmus*.

Otras fuentes de información de interés son:

[http://www.mecd.gob.es/suecia/dms/consejerias-exteriores/suecia/estudiar-en-suecia/Estudiar_en_suecia-2015--1-/Estudiar_en_suecia%202015%20\(1\).pdf](http://www.mecd.gob.es/suecia/dms/consejerias-exteriores/suecia/estudiar-en-suecia/Estudiar_en_suecia-2015--1-/Estudiar_en_suecia%202015%20(1).pdf)

<http://trabajarporelmundo.org/guia-de-becas-internacionales-para-estudiar-en-suecia/>

Una vez empezado el programa de máster, un consejo es que a la hora de hacer el trabajo de fin de máster, el estudiante tenga en cuenta que puede realizarse fuera de la universidad en la que está inscrito. Esto, además de introducir un toque de movilidad a su *currículum*, puede resultar muy interesante a la hora de proseguir sus estudios con vistas a un doctorado.

En la página web de la Embajada encontrareis una *Guía de Máster* para aquellos interesados en realizar sus estudios de Máster en una universidad sueca, así como una *Guía Erasmus* que, entre otras cosas, proporciona información sobre la búsqueda de alojamiento.

2.2 Estudiar un Doctorado en Suecia

Las plazas de doctorado abiertas se hacen públicas y se publicitan en varios portales, incluyendo los específicos de cada universidad. Pese a que en muchas ocasiones ya hay un candidato firme que ha estado durante un período de prueba en el grupo, sí hay posibilidades de ingresar en grupos muy potentes por estos llamamientos públicos.

La posición de doctorado está muy protegida a nivel legal y burocrático. Se asegura que el estudiante pueda terminar su tesis independientemente de posibles problemas venideros vinculados con administración y fondos, de hecho el Investigador Principal (IP) debe probar que puede tener a su cargo a un estudiante de doctorado.

Los requisitos para acceder a cada programa de doctorado, así como el contenido de los mismos, varían entre las distintas universidades, pero lo que es muy común es que el estudiante de doctorado esté primero un período de prueba en el grupo, en el que suele estar contratado o bajo estipendio y que después sea oficialmente registrado. Normalmente, para el registro se pide que el estudiante prepare un seminario en el que exponga su plan de estudios.

Por lo demás, el sistema sueco busca que la formación del estudiante de doctorado no se base únicamente en producir resultados y publicar

sino que se trata de un período de aprendizaje en el que el estudiante ha de atender a cursos y formarse como futuro investigador.

El Karolinska Institutet ha elaborado un PDF con información básica sobre el centro y con consejos para la incorporación de los estudiantes extranjeros a Suecia. Podéis acudir también a su página web: <http://ki.se/en/education/startpage> o <http://ki.se/en/phd/doctoral-education-at-karolinska-institutet> (centrada en doctorados).

3. Tu pareja y tu familia en Suecia

Los familiares de españoles que decidan trasladarse tendrán derecho a acompañar al familiar investigador, pero igualmente necesitarán tramitar el permiso de residencia. El derecho de residencia de las parejas y familiares dependerá del cumplimiento de los requisitos impuestos por el Ministerio de Hacienda a las personas que deciden trasladarse a Suecia, los cuales son: ser *empleado o empresario por cuenta propia*, estar inscrito como *estudiante* en un centro oficialmente reconocido en Suecia o tener *medios suficientes* para la manutención propia y de los eventuales miembros de la familia. En nuestro caso, partimos de la base de que los futuros investigadores cuentan con un contrato o una beca de estudios que garantizan su derecho de residencia.

No obstante, para que las parejas y familiares puedan obtener el *número personal*, o “personnummer”, deberán registrarse igualmente en Skatteverket.

Ahora bien, quien venga acompañando a un miembro de su familia que tenga derecho de residencia, o se mude para vivir con un miembro de su familia ya establecido en Suecia con derecho de residencia, debe poder probar el parentesco o relación de pareja a través de, por ejemplo, un certificado de matrimonio o de nacimiento.

Para aquellos familiares o parejas que *no* sean ciudadanos de un país comunitario tendrán que solicitar su permiso de residencia en Migrationsverket previamente a su traslado.

Podéis acudir a la Oficina de Inmigración y Extranjería para informaros más detalladamente sobre el asunto:

<https://www.migrationsverket.se/English/Private-individuals/EU-citizens-and-long-term-residents/Work-study-or-live-in-Sweden-for-EU-citizens/Right-of-residence-for-family-who-are-EU-citizens.html>

4. Trámites Aduaneros para mudanzas e importación de vehículos y otros bienes

Si traes tu automóvil o mudanza desde España no tendrás que pagar tasas aduaneras.

<http://www.tullverket.se/nystruktur/en/private/movingtoorfromsweden/movingtoswedenfromacountryinsidetheeu.4.7df61c5915510cfe9e75cae.html>

5. Viajar con animales domésticos desde España

Los requisitos para traer animales domésticos a Suecia desde España vienen explicados en la página web del ministerio de agricultura sueco (Jordbruksverket).

<http://www.jordbruksverket.se/swedishboardofagriculture/engelskasidor/animals.4.6621c2fb1231eb917e680002765.html>

Nota: Los servicios veterinarios en Suecia suelen ser bastante caros, por lo que es recomendable contratar un seguro para vuestra mascota. Recomendamos consultar con tu veterinario en España cualquier aspecto relativo a vacunas y documentación de tu mascota.

Djurgårdsbrunnskanalen, Stockholm. Photo: Holger Ellgaard, CC BY-SA 3.0



C) ¿Qué hacer al llegar a Suecia?

Una vez en Suecia, los trámites administrativos más importantes a realizar son los siguientes:

1. Obtención del “Personnummer”

Como hemos dicho anteriormente, una vez llegados a Suecia se dispone de *tres meses* para registrarse.

Regístrate en Skatteverket para obtener tu Personnummer!

Aquellos ciudadanos españoles que deseen prolongar su estancia por un *período de un año o superior* deberán empadronarse solicitándolo personalmente en una Oficina de *Skatteverket*, presentando la documentación que encontrareis en el enlace de arriba.

Al empadronarse obtendrás también el *Número Personal* (“personnummer”) en *Skatteverket*. Dicho número es imprescindible para tener acceso a todo tipo de prestaciones de la seguridad social (www.forsakringskassan.se), como sanidad, desempleo, subsidios, estudios subvencionados, etc., pero también para otras necesidades como, por ejemplo, abrir una cuenta en un banco, contratar servicios privados como teléfono e internet, alquiler de vivienda de primera mano, como ya mencionamos.

Una alternativa al número personal es el llamado *número de coordinación* (“samordningsnummer”), el cual es válido para ciertos trámites como abrir una cuenta bancaria, pero no permite acceder a los beneficios sanitarios que concede el número personal. Podrás utilizarlo si, por ejemplo, recibes un salario del Karolinska Institutet pero planeas quedarte menos de un año en el país sin haber obtenido tu número personal.

Igualmente, la página web de la Embajada de España en Estocolmo dispone de un *PDF* donde se recoge esta información en su apartado *Establecerse en SUECIA*.

2. Documentación específica en el centro de trabajo e investigación

Infórmate en tu nuevo centro de cómo obtener documentación y otro tipo de herramientas como correo electrónico de tu institución, tarjetas de acceso etc.

3. Inscripción en la Embajada

Los españoles que trasladen su residencia a Suecia deberán inscribirse en el *Registro de Matrícula Consular de la Embajada de España en Estocolmo*.

Como hemos dicho anteriormente, no por inscribirte en Skatteverket se te inscribe automáticamente en la Embajada, sino que ambos trámites son independientes.

Dependiendo del período que pienses permanecer en Suecia y si tienes ya tu Personnummer (o todavía no lo tienes) te puedes inscribir de dos modos distintos, como residente o como transeúnte.

- **Residente:** Deberán solicitar su inscripción como Residentes aquellos españoles que trasladen su residencia a Suecia por un período de un año o superior. Para permitir la inscripción como residente en la Embajada, deberás tener ya tu Personnummer.
- **No Residente** (o transeúntes): Si no tienes todavía tu personnummer pero quieres inscribirte en la Embajada (por ejemplo, si tienes que renovar documentación) lo puedes hacer como transeúnte pero no te olvides que luego debes inscribirte como residente, porque la inscripción como transeúnte se borra automáticamente en la Embajada al acabar cada año.

Para poder participar en las Elecciones Generales y Autonómicas que se celebren en España, así como a las elecciones al *Parlamento Europeo*, debes estar inscrito en la Embajada, bien como Residente – siendo necesario para ello inscribirte en el CERA (Censo de los Electores Residentes Ausentes) – o como transeúnte. Puedes hacer esta inscripción en el mismo momento de inscribirte en la Embajada.

La Embajada publica siempre, con suficiente antelación, instrucciones para el proceso electoral en cuestión en su página web y en sus perfiles en Facebook y Twitter.

Tienes más información para la inscripción como residente y no residente en este enlace:

<http://www.exteriores.gob.es/Embajadas/ESTOCOLMO/es/Embajada/ServiciosConsularesT/Paginas/Inscripcion.aspx>

4. Cuenta bancaria

Si bien es posible, en un primer momento, vivir en Suecia provisionalmente sin una cuenta bancaria, prácticamente todos los trámites requieren de una de referencia.

Es cada vez más difícil abrir una cuenta de banco sin tener un *Personnummer*. Hace algunos años se podía abrir con el *Número de Coordinación* (“*Samordningsnummer*”) pero en cada vez mayor número de bancos se requiere tener el *Personnummer*. Se requiere, además, pasaporte.

Contrariamente a lo que se pueda pensar, la exigencia del *Personnummer* no es una discriminación a ciudadanos extranjeros a la hora de abrir una cuenta bancaria en Suecia, sino la aplicación del principio de exigir a los extranjeros exactamente lo mismo que se requiere a los suecos: tener un *Personnummer*.

Dependiendo de cada banco – o de la persona que te atienda en el banco – este criterio puede, en la práctica ser flexibilizado y en algunas sucursales es posible abrir una cuenta con número de coordinación. Algunos bancos donde puedes obtener más información son *Nordea*, *SEB*, *Handelsbanken*, *Swedbank* y *Forex Bank*.

Además, cada vez más bancos piden la tarjeta de identificación sueca (*ID-Kort*) que se puede solicitar en *Skatteverket* después de obtener tu número personal. En algunos bancos es necesario disponer de esta tarjeta para tener servicios adicionales a tu cuenta bancaria como banca online o tarjeta de crédito para realizar compras por internet.

Los bancos en Suecia están abiertos generalmente entre las 10:00 h hasta las 15:00 h, y algunos abren hasta las 18:00 h. Los cajeros automáticos se denominan *Bankomat* o *Kontanten*.

Una vez tienes tu cuenta bancaria abierta puedes activar *BankID*, una aplicación para móvil muy útil para poder identificarte cuando vayas a realizar operaciones bancarias.

Otra aplicación muy recomendable es *Swish*, con la que podrás recibir o realizar pagos a través de tu teléfono móvil de forma muy sencilla.

Suecia va poco a poco hacia una sociedad sin dinero físico, de hecho se planea eliminar las transacciones con moneda y billetes en 2020. Esto ya se va traduciendo en que cada vez más bancos en Suecia ponen problemas para, por ejemplo, *cobrar cheques*, lo que se puede hacer sólo en algunas oficinas limitadas.

5. Tarjeta de identidad

Tras obtener el número personal, puedes solicitar una Tarjeta de Identidad (ID-kort). También se hace a través de *Skatteverket*.

En su página web encontraréis toda la información. El precio de la tarjeta en la actualidad (Febrero 2016) es de 400 Coronas.

Nota: debes hacer el ingreso antes de ir en persona a una oficina de Skatteverket, ya que debes llevar un comprobante de haber abonado las tasas.

Nota: No en todas las oficinas de Skatteverket hacen la tarjeta de identidad, por lo que deberías comprobar antes de ir en cuales la realizan.

Kungsträdgården, Stockholm. Photo: Arild Vågen, CC BY-SA 3.0



D) Complementos

1. Documentación española en Suecia

Echa un vistazo a la página web de la Embajada, sobre todo a “Trámites Consulares” y a “Vivir en Suecia”.

Ya hemos mencionado en la introducción que es conveniente renovar el DNI, Pasaporte y Carnet de Conducir antes de venir a Suecia, pero si te encuentras que están a punto de caducar o caducan en Suecia te encontrarás que:

- *Renovación de DNI* El D.N.I. sólo se puede renovar en España. Pero si estás inscrito como residente en Suecia, necesitarás que en la Sección Consular en Estocolmo te den un *Certificado de Residente*, imprescindible para solicitar la renovación del DNI, que tendrás que llevar contigo a España cuando hagas el trámite.

Enlace de la Embajada a esta información:

<http://www.exteriores.gob.es/Embajadas/ESTOCOLMO/es/Embajada/ServiciosConsularesT/Paginas/Obtenci%C3%B3n-y-renovaci%C3%B3n-de-DNI.aspx>

- **Pasaporte:** Podréis solicitar un nuevo pasaporte en la Sección Consular en Estocolmo por pérdida, robo o cuando el anterior se halle dentro de los últimos doce meses de vigencia, para poder renovarlo con tiempo. Encontrareis toda la información necesaria, así como los documentos exigidos para la expedición o renovación en la sección de *Pasaportes* de la página web de la embajada. **MUY IMPORTANTE:** la solicitud del pasaporte es necesariamente presencial según la normativa en vigor, en todos los supuestos, debiendo personarse en la Embajada de España en Estocolmo.
- **Permiso de conducir español:** Un permiso de conducción extranjero expedido en otro Estado del Espacio Económico Europeo (es el caso de España) es válido en Suecia igual que en el país en que fue expedido, independientemente del tiempo que el titular haya residido en Suecia. *Pero la renovación de este carnet no es posible a través de la Embajada.* Cuando expire su periodo de validez deberás renovarlo en el país en el que residas, quedando sujeto a sus normas relativas a

chequeos médicos, periodos de validez y demás que sean de aplicación. Para más información pueden acudir a la página web de la Embajada: <http://www.exteriores.gob.es/Embajadas/ESTOCOLMO/es/Embajada/ServiciosConsularesT/Paginas/Permiso-de-conducir.aspx>

- **Certificados de residencia:** El Certificado de residencia se puede solicitar en la Sección Consular en Estocolmo o a través de la Dirección General de Españoles en el Exterior y de Asuntos Consulares y Migratorios. Es el documento que acredita que un español está inscrito en el Registro de Matrícula Consular a efectos de obtención o renovación del D.N.I., trámites bancarios u otros. Encontrareis el formulario necesario para solicitar el certificado de residencia en el siguiente enlace, debiendo enviarlo por correo o entregarlo a la Embajada de España en Estocolmo para realizar el trámite en cuestión: <http://www.exteriores.gob.es/Embajadas/ESTOCOLMO/es/Embajada/ServiciosConsularesT/Paginas/Obtenci%C3%B3n-y-renovaci%C3%B3n-de-DNI.aspx>

2. Contacto con la Embajada

- **Página web:** <http://www.exteriores.gob.es/Embajadas/Estocolmo/es/Paginas/inicio.aspx>
- **Correo electrónico:** emb.estocolmo@maec.es
- **Teléfono:** 00 46 8 660 30 34
- **Horarios y localización:** <http://www.exteriores.gob.es/Embajadas/ESTOCOLMO/es/Embajada/Paginas/HorariosLocalizacionContacto.aspx>

La Embajada cuenta con perfiles en las siguientes redes sociales:

- **Facebook:** <https://www.facebook.com/Exteriores.maec/>
- **Twitter:** @EmbEspEstocolmo

Boletín de actividades culturales

Si quieres recibir cada mes su boletín con actividades culturales manda un correo a emb.estocolmo.cul@maec.es y te incluirán en su listado.

Consulados Honorarios

Junto con la Sección Consular de la Embajada de España en Estocolmo existen, también, los Consulados Honorarios situados en Gotemburgo, Helsingborg y Malmö.

Te recordamos que en estos Consulados Honorario ayudan a la Sección Consular de la Embajada en Estocolmo y en ellos sólo se pueden hacer algunos trámites. Para la mayoría de los trámites relativos a documentación tendrás que ponerte en contacto con la Sección Consular de la Embajada de España en Estocolmo.

[http://www.exteriores.gob.es/Embajadas/ESTOCOLMO/es/Embajada/ServiciosConsularesT/Paginas/Consulados-honorarios-en-Malm%](http://www.exteriores.gob.es/Embajadas/ESTOCOLMO/es/Embajada/ServiciosConsularesT/Paginas/Consulados-honorarios-en-Malm%c3%b6-y-Lund.aspx)

3. Seguridad

Terrorismo

Como en la mayor parte de los países de Europa, existe riesgo de atentados y acciones terroristas. El 7 de abril de 2017 un atentado en el centro de Estocolmo provocó un trágico saldo de muertos y heridos.

Recomendamos, en caso de amenaza o ataque terrorista, tener en cuenta el teléfono de emergencia consular de la Embajada, así como la sección “Noticias” de su página web, pero sobre todo seguir su perfil de Twitter @EmbEspEstocolmo donde se procedería a proporcionar información de interés y pautas para su seguridad.

Emergencias consulares

En caso de emergencias la Embajada activa un *Plan de Emergencias* destinado a la gestión consular de la situación y a informar a los ciudadanos españoles potencialmente afectados.

Es muy importante, en situaciones como la mencionada arriba, saber que la Embajada puede ayudarte.

El perfil arriba indicado de Twitter será el canal más adecuado para difundir mensajes y noticias relativas a seguridad. Igualmente el correo electrónico y el teléfono general de atención prestarán servicio de información y ayuda.

A estos medios se suma el teléfono de emergencia, operativo 24/7 sólo para emergencias consulares: 00 46 70 304 23 22. Es muy impor-

tante tener este teléfono en caso de emergencias, pero sólo utilizarlo en caso de emergencias.

4. Cursos de sueco

La gran mayoría de personas en Suecia hablan inglés por lo que no necesitarás saber sueco para comunicarte. Sin embargo si te quedas en Suecia por un periodo de tiempo prolongado, deberías considerar aprender sueco como un elemento fundamental para una buena integración en el país y para desarrollar tus metas profesionales.

Existen algunos cursos de sueco gratis. Para asistir a estos cursos (*SfI, Swedish for Immigrants*) necesitas disponer de tu número personal (personnummer) y/o permiso de residencia, y aplicar a través del municipio al que perteneces. En el siguiente enlace puedes encontrar más información sobre estos cursos gratuitos financiados por el gobierno sueco: *SfI – Estocolmo*

Existen otros cursos de sueco que no son gratuitos. A continuación aparecen los enlaces de diferentes escuelas de idiomas:

- [Studieförbundet](#)
- [Folkuniversitetet](#)
- [Medborgarskolan](#)
- [Svenska Nu](#)

5. Algunas normas de convivencia

Tradiciones y costumbres en Suecia

1. El café. Suecia es uno de los países con mayor nivel de consumo de café por cápita. Aquí se toma mucho café, y en cualquier ciudad se encuentran muchísimas cafeterías con café de mil categorías, aunque el café con leche no es el más común. Aquí se toma el típico café de maquina solo.
2. El fika. Es el típico descanso para tomar café pero hecho una institución. Se trata de tomar un café y una pasta típica de Suecia (normalmente los kanellbullar o kardemombullar) y charlar un rato en una pausa del trabajo.

3. Quitarse los zapatos en casa. Dentro de casas y apartamentos privados lo primero en hacer es quitarse los zapatos, muestra de respeto y también por mantener el piso limpio, sobretodo en invierno, ya que los zapatos sufren la nieve y lluvia en esa época del año.
4. Las tiendas cierran pronto. Si tienes pensado ir de compras por Suecia, asegúrate de hacerlo antes de las 4-5 de la tarde ya que las tiendas cierran sobre esa hora los fines de semana. En algunos centros comerciales encontraras horario extenso (hasta las 9 pm aprox) y en Estocolmo en la zona comercial en el centro también hay horarios más flexibles. En cualquier caso, mejor por la mañana.
5. Respetar la cola. Os daréis cuenta sobretodo esperando al autobús o en ciertas tiendas en que hay que pedir número.
6. Tubos de pasta de dientes, pero que contienen “comida”. Los encontrareis en cualquier supermercado. Son salsas con sabores variados, desde jamón y queso a marisco. Lo común es tomarlo untado en rebanas de pan, aunque no es lo único.
7. Ser puntuales. Aquí se valora mucho el tiempo y está mal visto ser impuntual. Llega a tiempo a tus citas, los locales lo valoraran.
8. System-bolaget. Este es el nombre del establecimiento al que dirigirse cuando queramos comprar licores o simplemente vino o cerveza con una graduación mayor a 3,5%. Es propiedad del estado ya que el alcohol tiene altos impuestos en este país. Los horarios son también restrictivos aquí, cerrando sobre las 7 pm entre semana y hasta las 3 pm los sabados.
9. El agua es gratis. El agua del grifo es totalmente apta para el consumo en todo el país y gratuita en todo bar y establecimiento.

6. La Asociación de Científicos Españoles en Suecia (ACES)

En 2014 se puso en marcha la *Asociación de Científicos Españoles en Suecia (ACES)*, con el objetivo principal de convertirse en una *red profesional* para los científicos, investigadores y gestores de fondos de investigación españoles residentes en Suecia.

Gracias a esta red profesional, se facilita la integración social y profesional de los científicos recién llegados a Suecia y se fomenta un mayor diálogo

entre las comunidades científicas españolas y suecas. La ACES también pretende concienciar a las instituciones españolas sobre el gran aporte cualitativo del I+D+I para el desarrollo del país, y dar a conocer el modelo sueco de investigación y de conocimiento científico.

La ACES lleva a cabo sus objetivos mediante la presentación de proyectos de investigación de sus miembros, la realización de jornadas científicas de divulgación sobre temas de interés para la asociación o también mediante reuniones y encuentros con asociaciones de científicos españoles de España o de países terceros. Es importante destacar que la ACES posibilita, entre sus actividades, la invitación de científicos de renombre a Suecia.

La asociación también deja la puerta abierta a la realización de cualquier otra actividad que se decida a través de su Asamblea o de su Junta Directiva.

Tanto si eres investigador o científico como si estás haciendo estudios como Erasmus+, doctorado o post-doc en el área de ciencias en Suecia, te interesa inscribirte como miembro en la ACES.

Para más información sobre la ACES:

<http://www.aces-sffs.com/es/>

<https://www.facebook.com/groups/170402449805747/>

<http://www.linkedin.com/groups/Asociaci%C3%B3n-Cient%C3%ADficos-Espa%C3%B1oles-Suecia-5079694/about>

Estocolmo, 9 de junio de 2017.

¡¡Esperamos que haya sido de utilidad!!



Långholmsbadet, Stockholm. Photo: Holger Ellgaard, CC BY-SA 3.0

Mellanfjällstugan, Transtrand. Photo: David Castor



**FUNDACIÓN
RAMÓN ARECES**



Contacta a la Junta Directiva de la ACES para consultas, comentarios o cualquier otro punto a considerar en: aces.directiva@gmail.com