



Informationsmappe

for

OUTBOUNDS på Team 2024-2025



**Jydsk
Emblem
Fabrik A/s**

EUROPÆISKE  **ERV**
En del af **ERGO**



Kære kommende Outbound-udvekslingsstudent

Vi er fuldstændig klar over, at du går og glæder dig til at komme afsted på dit livs eventyr – og samtidig har du sikkert en masse spørgsmål, som du søger svar på!

Vi vil på de efterfølgende sider forsøge at komme omkring de emner, som vi har erfaring med, at udvekslingsstudenter gerne vil vide mere om. Vi har skrevet en del ind i dette dokument, og samtidig giver vi dig også nogle henvisninger til vores hjemmeside www.rotary.dk/Ungdomsudveksling, som vi vil anbefale dig at bruge rigtig meget – både som forberedelse og mens du er afsted.

Din ansøgning vil i marts måned blive sendt til det værtsdistrikt, som vi har valgt til dig. Alle værtsdistrikter går derefter i gang med at finde den værtsklub, som skal have ansvaret for dit ophold. Vi ved godt, at nogle klubber og distrikter arbejder hurtigere end andre, så måske får du ret hurtigt et "Welcome letter" fra dit værtsdistrikt – men måske går der flere måneder inden du hører fra nogen, og det kan være frustrerende! Det er bare vigtigt, at du forsøger at være tålmodig, for der kan gå lang tid endnu inden den endelige, underskrevne Guarantee Form (forkortet GF) kommer frem til dig! Guarantee Form er det officielle Rotary aftaledokument, som du skal bruge for at komme videre med bl.a. visumansøgning.

Du skal bruge ventetiden til at forberede dig og de dokumenter, som du skal have med. Herunder er en oversigt over de emner, som vi har skrevet om. Hvis du ikke finder svar eller har yderligere spørgsmål, så tøv ikke med at kontakte din lokale Rotary Klubs counsellor eller dit danske Rotary-distrikt.

Bemærk at al vigtig kommunikation foregår via e-mail, så sørg for at kontrollere din inbox – og SPAM-mappe – meget ofte!

Når du skriver til Rotary skal du altid skrive dit **YEP nr. og navn i emnelinjen**. YEP-nummeret er dit 'student number' og at sammenligne med et Rotary 'personnummer', mens du er udvekslingsstudent.

Med venlig hilsen



Henrik Tams Gildberg
Chairman Long Term
Multidistrikt Danmark



På hjemmesiden www.rotary.dk/ungdomsudveksling opdaterer vi løbende informationer, så hvis du ikke finder, hvad du søgte, så kontakt os, og vi kan hjælpe med at finde det eller finde oplysningerne og få dem gjort tilgængeligt for dig og andre.

ET ÅR I UDLANDET (LONG_TERM)				
REJS UDENLANDS	RESSOURCER FOR OUTBOUND	COMING TO DENMARK	RESOURCES FOR INBOUND	VÆRTSFAMILIE
Kort om Long Term Exchange	Kulturchok	The Country	Access to YEP-database	Om at være værtsfamilie (YouTube)
Hvorfor vælge Rotary?	Infomappe Outbound	The People	Multi District Denmark	Bliv værtsfamilie
Hvor vil jeg hen?	Rejseinfo	The Weather	Advice from Rebounders	Vejledning om rollen som værtsfamilie
Hvordan skal jeg bo?	Bagageregler	The School	Application for Residence Permit	
Hvordan bliver min hverdag?	Visum	The Church	Insurance	
Hvad koster det?	Forsikringer	The Food	Welcome letter	
Hvad får jeg ud af det?	First day questions	The Home	Rules for traveling	



Indholdsfortegnelse

THE ROTARY DENMARK YOUTH EXCHANGE COMMITTEE	5
DATABASEN FOR OUTBOUND STUDENTER	6
WELCOME LETTER OG GUARANTEE FORM (GF)	8
FORSIKRING	9
REJSEINFO, BILLETTER OG UDREJSE.....	11
ROTARY JAKKE, POLOSHIRT, FLAG OG VISITKORT.....	12
GODE RÅD TIL UDVEKSLINGSSTUDENTEN	13
GODE RÅD TIL FORÆLDRENE	15
REGLER FOR DANSKE UDVEKSLINGSSTUDENTER	16
SIKKERHED OG OMSORG FOR UDVEKSLINGSSTUDENTER.....	17
FORKORTELSER	19
SÅDAN FÅR DU ET GODT UDVEKSLINGSÅR:.....	20

The Rotary Denmark Youth Exchange Committee

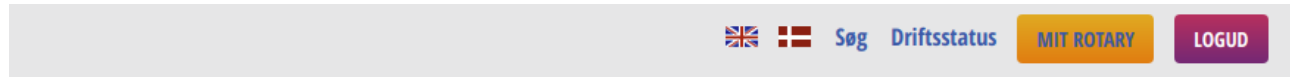
er ansvarlig for Rotarys ungdomsudveksling i Danmark. Ungdomsudvekslingen udføres i et samarbejde mellem de fem danske Rotary distrikter – et såkaldt multidistrikt samarbejde (Rotary Danmarks Ungdomsudveksling).

DISTRICT CHAIRS (DC)	Telefon	E-mail adresse
District 1440	Nordjylland, Djursland og Færøerne	
District Chair (DC) Svend Christensen	+45 2012 7050	dc1440@rotary.dk
District 1450	Midtjylland	
District Chair (DC) Kim Winckler Pedersen	+45 2428 0293	dc1450@rotary.dk
District 1461	Syd- og Sønderjylland samt Fyn	
District Chair (DC) Dennis Calender	+45 6120 9508	dc1461@rotary.dk
District 1470	København, Nordsjælland, Bornholm og Grønland	
District Chair (DC) Jakob Volther	+45 4027 8737	dc1470@rotary.dk
District 1480	Syd- og Vestsjælland samt Sydøerne	
District Chair (DC) Heidi Fris	+45 2220 8885	dc1480@rotary.dk
MULTI DISTRICT DENMARK CHAIRMAN Long Term (CM-LT)	Telefon	E-mail adresse
Chairman Henrik Tams Gildberg	+45 4013 9353	cm-lt@rotary.dk
MULTI DISTRICT DENMARK ASSISTANT CHAIRMEN (ACM)	Telefon	E-mail adresse
Argentina, Australia, Bolivia, Brazil, India, Indonesia, Japan, New Zealand, Paraguay, South Africa, South Korea, Taiwan, Thailand and Uruguay.		
Assistant Chairman Outbound 1 Tina Amador	+45 2572 2690	acm-out1@rotary.dk
Canada, Chile, Colombia, Ecuador, Mexico, Peru and United States		
Assistant Chairman Outbound 2 Torben Kjær Nielsen	+45 4026 8407	acm-out2@rotary.dk
Rejsekoordinator Lene Knudtson	+45 6168 7580	rejse@rotary.dk
Visumkoordinator Michael Rye Sørensen	+45 6051 3719	visum@rotary.dk
Rejsekoordinator Lene Knudtson	+45 6168 7580	forsikring@rotary.dk

Databasen for outbound studenter

Da du lavede din ansøgning brugte du 'databasen'. Du vil derfor have et 'Student Number' (også kaldet et YEP-nummer) og med dette, samt dit personlige kodeord, kan du logge ind.

Al indgang til databasen og andre oplysninger starter på www.rotary.dk.



Om Rotary Ungdomsudveksling Programmer Projekter Rotary Danmark Distrikter Hjælpfonden Servicefunktioner

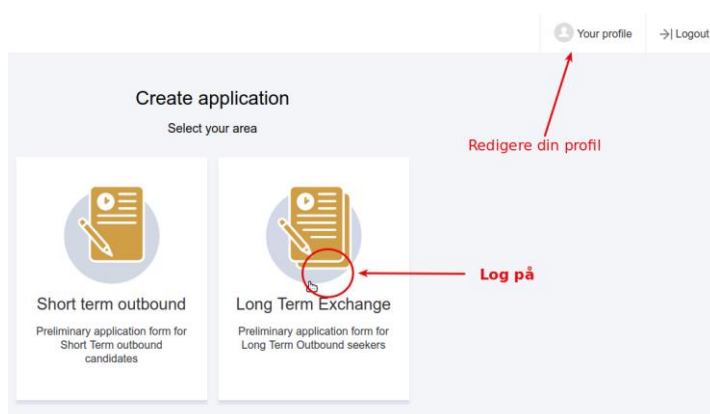
Her kan du logge på via MIT ROTARY.



Derefter vælger du Ungdomsudveksling. Dette er hjemadressen for alle oplysninger om ungdomsudveksling i Rotary. Bemærk at logoet nu er ændret.



Når du er logget på som nævnt ovenfor kan du åbne databasen ved at klikke på 'Database' i menuen.



Application: **Long Term | 32065** YEP nummer



Information about applicant Mathilde [redacted]	Your contact info pou[redacted]ers.dk	Destination Bestemmelsessted	Team OB-TEST
Home District 1440	Host District -	Next event -	Final application submitted 11-02-2019
Home Club Aalborg Nørresundby	Host Club -	Departure date -	

Dine profiloplysninger Din rejseplan Kontakter Events oversigt Meddelelsside

Profile Applications Travel Plan Contacts Events Correspondence

Klik på navne for at få email og telefonnummer

Start og slutdato for værtsfamilier

Contact role	User type	Full name	Start date	End date	
<input checked="" type="radio"/> Chairman (CM)	CM	Masahide Takebuch	N/A	N/A	Details
<input checked="" type="radio"/> Emergency Contact (EC)	EC	Sver [redacted]	N/A	N/A	Edit Details
<input checked="" type="radio"/> Student Family (SF)	SF	Pete [redacted] nsen	N/A	N/A	Edit Details
<input type="radio"/> Student Family (SF)	SF	Anne [redacted] nsen	N/A	N/A	Edit Details

Kontakter udenfor Rotary
Rotary kontakter

Contacts from Rotary

Contact role	User type	Full name	Member Id	
Chairman Long Term (CM-LT)	CM-LT	Poul Riisager	152024	Details
Club Counsellor (CC)	CC	Moger [redacted] ldsen	164039	Details

Profiloplysninger rettes ikke her med i Your Profile.

Profile Applications Travel Plan Contacts Events Correspondence

Skal altid være officielle fornavn(e) og efternavn



First Name <u>Mathilde Riisager</u>	Street <u>Bredgade 13</u>	Private phone <u>[redacted]</u>
Surname <u>RIISAGER</u>	Zip Code <u>9670</u>	Business phone <u>[redacted]</u>
Used Name <u>Mathilde Riisager</u>	City <u>Løgstør</u>	Home mobile <u>+45 1234 5678</u>
Email address <u>pou[redacted]ers.dk</u>	Country <u>Danmark</u>	Foreign mobile <u>[redacted]</u>
Date of birth <u>28-03-2001</u>	State <u>State</u>	Homepage <u>[redacted]</u>
Gender <input type="radio"/> Male <input checked="" type="radio"/> Female <input type="radio"/> Other <input type="radio"/>	Vigtig af få opdateret →	
	Skype Address <u>pou[redacted]er</u>	

Databasen er fortsat under udvikling, så nogle ting kan ændres.

Du vil selv skulle sørge for at indtaste oplysninger om værtsfamilier, kvartalsrapporter, tilmeldinger med mere. Det får du nærmere oplysninger om.



Welcome letter og Guarantee Form (GF)

Welcome letter

Rigtig mange distrikter er flinke til at sende et Welcome letter = en E-mail til studenten. Ud over at blive budt velkommen til distriktet, så sender de måske også:

- Noget om de ture, som distriktet tilbyder i løbet af dit udvekslingsår
- Noget om de regler, som gælder for netop dit værtsdistrikt
- Værtslandets særlige regler for udvekslingsstudenter
- Opfordring til sprogkursus – måske endda med et link til et ganske særligt sprogkursus. Ofte henvises til app'en Duolingo
- Noget om geografien, klimaet og andre emner, som er med til, at du kan være bedre forberedt
- Noget om hvornår du skal ankomme – **en sådan besked skal du straks dele videre til din klubcounsellor (CC) og assisterende distriktscounsellor (ADC)**, som vil sørge for at rejsekoordinatoren og den pågældende Assistant Chairman (ACM) får besked, og får tastet det i databasen
- Noget om de lommepege, du kan forvente at få af klubben
- Noget om de forsikringer, som værtsdistriktet kræver (alle vil normalt blive udstyret med den danske som dækker, men der kan være enkelte undtagelser)
- Noget om evt. beløb (nødfond), som skal indbetales forud for ankomst el. medbringes som ekstra sikkerhed

Guarantee Form (GF)

Det vigtigste dokument fra din kommende værtsklub er GF! Det er af GF det fremgår:

- Hvornår du skal ankomme og til hvilken lufthavn
- Oplysninger om dit værtsdistrikts District Chairman (ansvarlig for udveksling i dit værtsdistrikt)
- Oplysninger om din værtsklubs præsident, Youth Exchange Officer og Counsellor
- Oplysninger om din første værtsfamilie
- Oplysninger om den skole, som du skal gå på
- **Det er meget vigtigt, at du videresender din GF til din klubcounsellor og distriktet (ADC eller DC)**, medmindre du kan se, at de er cc på e-mailen. Ellers ved vi ikke, hvornår du skal ankomme, og så risikerer du ikke at komme med den rigtige rejsegruppe.

Når Databasen er åben for det, skal du selv oprette dine værtsfamilier og andre kontakter.

Guarantee Form skal du sikkert også modtage i original udgave – der er ganske få lande, som kun behøver den elektroniske udgave. Den **originale** udgave skal bruges til ansøgning om visum! Se nærmere om visum på hjemmesiden.

Den originale GF vil du modtage direkte fra dit værtsdistrikt eller fra den danske ACM, som har kontakten til det land, som du skal udveksles med. Du kan forvente at få en e-mail fra ACM med besked om, at din GF er på vej.

HUSK at kvittere for modtagelsen af originale dokumenter over for dit værtsdistrikt og den danske ACM via e-mail.

Forsikring

Den forsikring, du skal have for at være dækket under opholdet i udlandet, bestilles af Rotary Danmarks Ungdomsudveksling (RDU) hos Europæiske Rejseforsikring A/S. Der er udarbejdet en forsikring specielt beregnet for Rotarys udvekslingsstudenter, og i henhold til Rotary International's bestemmelser, og forsikringen er obligatorisk for alle danske udvekslingsstudenter.

I nogle enkelte tilfælde, bl.a. i nogle europæiske lande samt Japan og Australien, kræves en anden forsikring. Disse evt. tillægsforsikringer tegnes af RDU uden merudgift for udvekslingsstudenten. Har du spørgsmål hertil, så skriv til forsikringskoordinatoren på e-mail: forsikring@rotary.dk

Hvis du af dit værtsdistrikt bliver anmodet om at sende dit policenummer, så er policenummeret **50059327**.



Forsikringen dækker dig, fra du forlader din bopæl og hjemme igen - dog max. 1 år.

Forsikringspolice er fælles for alle studenter og kan downloades på YEP-hjemmesiden på <https://www.rotary.dk/yep/forsikringer>

I policen kan du læse om den nuværende forsikrings omfang og om reglerne for dækning. Du bør medbringe et eksemplar i din håndbagage og efterlade et eksemplar hos dine forældre. Du vil også fra forsikringsselskabet få tilsendt en formular, hvor du selv kan printe et forsikringskort til at tage med. Vi håber naturligvis ikke, at du får brug for forsikringen, men det er vigtigt, at du inden afrejsen har sat dig ind i, hvorledes du skal forholde dig, hvis det alligevel sker, at du får brug for den. Vi er i gang med at forhandle en ny og endnu bedre dækning, så der kommer måske ændringer til policies udformning. Det vil du blive orienteret om senere. Men du kan altid holde dig opdateret på hjemmesiden

Du finder link på hjemmesiden til skadesanmeldelsesformularen hos Europæiske ERV. Bemærk:

- [Skade anmeldes på Europæiskes hjemmeside](#)
- [Betaling for almindelige lægebesøg og køb af medicin på apoteket, skal du i første omgang selv betale \(husk kvitteringer\). Derefter udfylder du en skadesanmeldelse og sender til Europæiske Rejseforsikring, hvorefter du får beløbet refunderet.](#)
- [Ved alvorlig tilskadekomst eller hospitalsindlæggelse skal Europæiske ERVs alarmcentral straks kontaktes. De hjælper så med vejledning og betaling samt nødvendige arrangementer.](#)

Såfremt du medbringer særligt dyrt udstyr, f.eks. computer, telefon, videokamera, musikinstrumenter eller golfudstyr, er der mulighed for individuelt at tegne Teknisk Udstyrsforsikring for det. Det kan du også finde oplysninger om på hjemmesiden <https://www.rotary.dk/yep/forsikringer>.

Der er desværre nogle få Rotary-klubber verden over, som insisterer på, at de udvekslingsstudenter, de modtager, skal tegne netop deres forsikring, uanset at du er forsikret hjemmefra. Hvis du bliver afkrævet yderligere forsikringer derude, skal du kontakte din danske DC/ADC. Du skal **ikke føle dig presset til at tegne yderligere forsikringer, og ikke bestille dem, før det er aftalt med dit hjemdistrikt og RDU. Forsikringen dækker ikke afbestillingsforsikring i forbindelse med de lokale ture, som du måtte vælge at tilmelde dig undervejs i dit udvekslingsår.**

Visum

Forbered dig i god tid

Gå ind på hjemmesiden og læs om visum vejledning for dit land. Link til visumsiden er www.rotary.dk/yep/visum. Under det land, du skal til, kan du læse mere om, hvad du skal gøre for at få visum, og for nogle landes vedkommende kan du også downloade visumansøgningsformularen der. Vi opdaterer snarest siden med de nyeste instruktioner.

Søg visum

Så snart du har modtaget Guarantee Form og andre dokumenter og har fået besked på, at du er blevet accepteret af din værtsklub, skal du begynde at søge visum - **dog tidligst 90 dage før afrejse.**

Kontroller følgende

Når du modtager visum og pas retur, skal du kontrollere, at oplysningerne i visum (navn, pasnummer, m.m.) er de samme som i passet. Er de ikke det, skal du kontakte ambassaden for at få fejlen rettet. Det skal du gøre, fordi du kan risikere, at du ikke får lov til at komme med flyet, hvis der er uoverensstemmelse mellem visum og pas - kontroller også at visum ikke udløber før forventet hjemrejsedato.



Bed din danske counsellor eller ADC om at registrere dit visum med udløbsdato i databasen.

Tip

Få dine forældre til at hjælpe dig med at søge visum - det er en kompliceret proces, men deltag også selv i arbejdet.

HUSK

Hvis pas og visum ikke er i orden, skal du regne med ikke at kunne komme afsted fra København. Det er derfor meget vigtigt, at visum er i orden og alle regler er opfyldt! Dette gælder også, selvom det er muligt at rejse ind i landet på turistvisum.

Det er dit, og dine forældres ansvar, at I får søgt om opholdstilladelse, men vores visumkonsulent hjælper jer med opdaterede instruktioner.

Spørgsmål/problemer - Kontakt Rotarys visumkonsulent: visum@rotary.dk

Rejseinfo, billetter og udrejse



I samarbejde med vores rejsebureau (FDM) går vi i gang med at foretage de nødvendige reservationer af flybilletter for hver enkelt udvekslingsstudent.

Alle rejser udgår fra - og slutter i - Københavns Lufthavn Kastrup. Hvis du har brug for en indenrigsbillet, er vores rejsebureau altid klar til at hjælpe dig med det.

Du kan følge med i din rejseplan på din egen profil i Databasen under "fanebladet" **Travel Plan**. Der vil efterhånden komme alle de nødvendige oplysninger, som du får brug for.

I Databasen under Travel Plan finder du din billets reservationsnummer = Electronic Ticket – det er samme nummer både ud og hjem! Reservationsnummeret (kombination af tal og bogstaver) skal du bruge sammen med dit efternavn, når du vil se en mere udførlig beskrivelse af din rejseplan på www.viewtrip.com. På denne hjemmeside skal du bruge den engelske stavemåde af dit efternavn, hvis det indeholder æ, ø eller å!

Oplysningerne i Travel Plan vil komme i flere tempi: Vores rejsebureau FDM Travel booker først strækningen fra København til det, som kaldes POE = Point of Entry. Det er den første lufthavn, som du ankommer til i dit værtsland. Først når vi kender din Final Destination (fra GF) kan vi booke resten af turen. Da der er tale om en returbillet vil der også være en **fiktiv** hjemrejsedato i 2025.



Ved tilrettelæggelsen af flyrejserne har vi valgt store, anerkendte flyselskaber, hvor sikkerhed og support er i top. Så vidt muligt har vi forsøgt at tilrettelægge rejsen med så få mellemlandinger som muligt.

De store grupper af jer vil evt. komme til at rejse ledsaget af en Rotary-guide (erfarne rotarianere fra ungdomsudvekslingen) frem til POE. Rejseguiden hjælper jer på rejsen og sørger for, at I kommer sikkert gennem evt. flyskifte undervejs, immigrationsmyndigheder og videre med rette indenrigsfly. På nuværende tidspunkt forventer vi, at der vil være rejseguides med til de store destinationer. Mere om det senere, når vi kender alle destinationer og aktuelle afrejsetider.

De af jer, som evt. vil skulle rejse i mindre grupper eller alene, vil få en grundig instruktion og vil blive holdt orienteret op til og under rejsen bl.a. via en Facebook-gruppe.

Hvis du har spørgsmål, er du altid velkommen til at **kontakte din DC/ADC**.

Ved afrejsebriefingen på Dalum Landbrugsskole i Odense den **xxxxxx juni 2024** vil du møde din evt. rejseguide samt vores rejsebureau FDM TRAVEL. Der vil være en workshop for alle med fokus på selve

det at rejse, hvor du vil få information om bagageregler, toldbestemmelser og billetregler. Som et led i flyselskabernes arbejde på at gøre rejserne så billige som muligt, har de ekstrem fokus på, at bagagereglerne overholdes. Hvis du f.eks. har overvægt, må du forvente at skulle pakke om i lufthavnen eller betale flere hundrede kroner i overvægt pr. ekstra kilo. Derfor: Vægtgrænserne **SKAL** overholdes.

Vores rejsebureau FDM TRAVEL vil i god tid sende din elektroniske billet til dig sammen med nogle gode beskrivelser af de forskellige luftfartsselskabers bagageregler og nyttige tips!
Hvis du har spørgsmål af rejseteknisk art, kan du kontakte vore rejsekoordinator på rejse@rotary.dk – husk også her at skrive dit YEP-nummer og fulde navn i emnefeltet og først derefter, hvad din e-mail drejer sig om.

Rotary jakke, poloshirt, flag og visitkort



Vi ved, at der er mange ting, der skal planlægges, og vi vil hjælpe dig lidt på vej, så du under dit ophold i udlandet kan udveksle visitkort og pins med mange af de nye venner, du vil få.



**Jydsk
Emblem
Fabrik A/S**

Vi ved af erfaring, at det er en rigtig god ide, da alle Rotarys udvekslingsstudenter bytter visitkort og pins for at få et langvarigt venskab med hinanden. På billedet kan du se et eksempel på en jakke efter hjemkomst fra udveksling! Derfor vil du modtage 250 visitkort, 25 viking-pins og 25 flag-pins. Desuden får du et Dannebrogflag til brug ved forskellige Rotary-arrangementer.

Du vil også modtage en mørkeblå blazer, to hvide polo-shirts, en t-shirt, en baseball cap, et kuffertbånd, alt med Rotarys udvekslingslogo. Du **SKAL** have en polo-shirt og blazer-jakken på ved udrejsen og især ankomst. Den gør dig nemlig genkendelig som Rotary udvekslingsstudent, og har før hjulpet til i situationer, hvor studenter har haft brug for hjælp eller et godt råd.



Ved Familiebriefingen i dit lokale distrikt får du taget mål til blazer og trøjer, og du vil så få det udleveret på afrejsebriefingen i Odense. Vi samarbejder med firmaet Jysk Emblem Fabrik. Du kan købe ekstra YEP-artikler og gaver til værtsfamilier mm. på

<https://www.jef.dk/da/products/rotary-youth-exchange>



Studenter ved Afrejsebriefingen

Gode råd til udvekslingsstudenten

Under dit ophold vil du blive opfordret til at besøge og **holde taler/foredrag** i lokale Rotaryklubber, på skoler og i foreninger for at fortælle om Danmark, og om, hvordan det er at være ung i Danmark, og om hvordan, det er at være udvekslingsstudent.

Du forventes også at deltage i officielle Rotary-arrangementer, f.eks. den årlige distriktskonference.

Det er derfor vigtigt, at du forbereder dig godt og har **materiale** med hjemmefra: PowerPoint, fotos, kort etc. Hent evt. inspiration på hjemmesiden, hvor der er en skabelon til foredrag til brug i din værtsklub (link) "[A Briefing on Denmark](#)". Tilret den og tilføj egne oplysninger efter behov. Efter hjemkomsten til Danmark forventes det, at du fortæller din sponsorklub om dine oplevelser i udlandet. På de kommende distriktsarrangementer vil du kunne lære flere tip og tricks om præsentationer.

Din værtsklub vil give dig **lommepenge**, der som udgangspunkt skal dække udgifter til spisning på skolen o.l. Som regel et beløb, der ca. svarer til den lokale købekraft af 100 USD pr. måned, men det er alene værtsklubben, der fastsætter størrelsen af beløbet, så det kan svinge meget. Det vil du sikkert få oplyst nærmere i Welcome Letter.

Måske forlanger din værtsklub, at du medbringer et beløb på f.eks. 300-500 USD til en "**nødfond**" (Emergency Fund). Dette beløb deponeres hos din værtsklub. Bed om en kvittering for beløbet. Hvis der under opholdet bliver brugt af Emergency Fund skal beløbet suppleres op til den størrelse, som det havde fra start. "Nødfonden" kan f.eks. benyttes, hvis din værtsklub bliver nødt til at lægge penge ud for dig.

Husk at dit ophold er en **kulturel udveksling** og IKKE et sprogkursus eller en ferierejse med 'all inclusive'. Du skal derfor ikke deltage i programmet med forventninger om at skulle rejse rundt i værtslandet. Dine værter er ikke forpligtet til at arrangere rejser for dig. En del unge får dog mulighed for at foretage rejser på grund af Rotary-klubbens eller enkelte rotarianeres velvilje. Du må afvente rejseforslag og IKKE under nogen omstændigheder selv lave rejsearrangementer uden deres tilladelse. I mange af de lande, vi udveksler med, arrangerer Rotary rundrejser for deres udvekslingsstudenter. Disse rejser skal du dog selv betale for.

Værtskabet er udelukkende værtsklubbens ansvar. Normalt skal du **bo hos** minimum to forskellige familier. Skulle der opstå problemer med din værtsfamilie, skal du henvende dig til din host counsellor i Rotary-klubben, men du må huske på, at det er din pligt at tilpasse dig værtsfamiliens levemåde og ikke omvendt. Værtsfamilien forventes ikke at indrette sig efter dig eller at behandle dig som en speciel gæst. Det er klogt straks efter ankomsten i et nyt hjem at gennemgå afsnittene om (link) "[Spørgsmål til drøftelse hos værtsfamilien](#)" – findes på hjemmesiden i flere sprogudgaver.

Din værtsklub vil normalt udnævne en fra klubben til at være din **counsellor**, altså din rådgiver. Denne person kan du betragte som din fortrolige, mens du er klubbens udvekslingsstudent. Du kan derfor trygt rette henvendelse, hvis der skulle opstå problemer med værtsfamilie, skole, sygdom, økonomi etc. Det er counsellors opgave at sikre, at dit ophold bliver så godt som muligt. Han/hun kan ofte løse problemerne, inden de bliver for store og uoverskuelige.

Nogle klubber har også en YEO = Youth Exchange Officer, som kan fungere som en alternativ counsellor. Hvis du er i tvivl, så spørg i værtsklubben hvilke roller de forskellige kontaktpersoner har.

Hvis du under opholdet ikke lykkes med at få løst dine problemer lokalt, er du altid velkommen til at rette henvendelse til din distriktsconsellor (DC) i Danmark.

For at få mest ud af dit år i udlandet skal du deltage proaktivt i **fællesskabet**, hvor du bor. Benyt derfor enhver lejlighed til at deltage i arrangementer efter skoletid og i ungdoms- og sportsgrupper. Det gør det så meget lettere at få kammerater. Lad være med at begrænse din vennekreds til andre udvekslingsstudenter og lad endelig være med at isolere dig på dit værelse for at være på internettet eller spille på computer. Det er direkte ødelæggende for ethvert udvekslingsophold. Sig aldrig nej til et forslag om at deltage i en aktivitet eller et arrangement, selvom du måske ikke umiddelbart finder det interessant. Siger du nej for tit, hører tilbuddene meget hurtigt op. Husk derfor at være positiv og at bruge 'the rotary smile'.

Mange steder er det en naturlig og selvfølgelig sag at deltage i en søndagsgudstjeneste, ligesom bordbøn kan høre med til hjemmets orden. Som udvekslingsstudent forventes du at være **tolerant** over for andre levemåder, og at du respekterer disse. Der er som regel flere vinkler på forskellige problemer. Vær forsigtig med bestemte meninger om diskussionsemner som f.eks. religion, race eller kultur, da der kan være stærke følelser forbundet med dem. Prøv altid at se sagen fra den andens side, selvom du ikke nødvendigvis er enig. Vær frem for alt taktfuld og diplomatisk, når dine værter og venner udtrykker synspunkter, der er anderledes end dine egne. Brug aldrig udtryk som "Det er meget bedre i Danmark" eller "Sådan gør vi i Danmark" - bortset fra når du bliver spurgt! Husk altid at du er 'ambassadør' for Danmark og Rotary.

Du får mulighed for at blive perfekt i et **sprog**, eller at tilegne dig et helt nyt sprog. Det kan være dig til stor nytte i din videre uddannelse. Efter ca. 3 måneder forventes det normalt, at du kan klare dig på landets sprog. Det er derfor en MEGET god ide at starte på at træne hjemmefra. Brug evt. app'en Duolingo eller andre lignende sproglæringsprogrammer. Jo bedre forberedt du er sprogligt, jo hurtigere kan du kommunikere sikkert med dine omgivelser i dit nye land.

Kontakt regelmæssigt - men bestemt ikke hver dag eller uge - dine forældre og dine venner herhjemme. Overdreven brug af kommunikation til dem derhjemme er til mere skade end gavn! Det er vigtigt, at du indser, hvor du er, og hvor du skal være det næste år. Du skal have begge ben solidt placeret i dit nye land og ikke efterlade det ene ben i Danmark.

Skriv også til din danske Rotary-klub, som har sponseret dig, og **husk kvartalsrapporten** til din DC/ADC. Den sidste skal vi nok minde dig om.

Sociale medier er en fortræffelig måde at kommunikere på, men husk, at du IKKE er rejst ud til et fremmed land for at surfe dagen lang. Du kan evt. **oprette en blog** og så kan rigtig mange få adgang til at se den. Det ved vi er en god måde at holde kontakt på.

Husk at skrive takkebreve/emails til de familier og venner, der tager dig med på ture eller har hjulpet dig på anden måde. **Det er ikke alene god opførsel - det giver også goodwill!**

Når alt det gode er sagt, så vil vi også minde dig om, at **et udvekslingsår er en personlig udviklingsrejse**. Med det mener vi, at du ikke må forvente, at det hele 'bliver en dans på roser'. Du vil helt sikkert møde modgang undervejs i form af fx ensomhed, hjemve og andre ting, som kan gøre det svært at være udvekslingsstudent. Du skal altid forsøge at snakke med din værtsfamilie, consellor eller andre, som du stoler på. Det er kun helt naturligt, at der er perioder, hvor tingene bliver svære,

og det hjælper altid at dele sine bekymringer med andre. Du kommer altid ud stærkere på den anden side.

Gode råd til studenter og forældrene

Adresseændring på Borgerservice eller borger.dk

Hvis du har bopæl i Danmark og flytter til udlandet i mere end 6 måneder, skal du inden du forlader landet sørge for at anmelde udrejsen. Du skal anmelde udrejsen til den kommune, som du bor i. Du behøver ikke kende din adresse i udlandet. Du kan senere anvende selvbetjeningen til at oplyse din udlandsadresse. Du skal anmelde flytningen inden udrejsen. Anmeldelsen skal foretages digitalt. Ikke alle anmeldelser om flytning registreres med det samme. Du modtager besked fra kommunen, når flytningen er registreret i CPR.

Valg af uddannelse efter hjemkomst

Du skal søge ind på ungdomsuddannelser, mens du er i udlandet. Du kan ikke som tidligere søge på forhånd og få en 'venteplass'. Når du skal søge ind på fx gymnasiet, mens du er i udlandet, skal du have et NemID. Du skal have indsendt din ansøgning via optagelse.dk i det år, hvor du ønsker at starte på gymnasiet i august. Hvis du er under 18 år, skal en forælder eller værge underskrive ansøgningen digitalt. Det sker også med NemID og kræver ikke, at I fysisk sidder sammen. Husk, at du skal ansøge via optagelse.dk inden ansøgningsfristens udløb det år, hvor du ønsker at starte på uddannelsen. Ansøgningsfristen er normalt medio marts. Du skal altså søge i foråret 2024 for at starte i 2024. Du kan læse mere på <https://www.ug.dk/6til10klasse/udlandsophold-foer-gymnasiet>

Kontakt mellem forældre og udvekslingsstudent

Hjemve er naturlig. Selvfølgelig vil man en gang imellem savne dem, man holder af derhjemme. Vi ved af erfaring, at hyppige opkald på Facetime/Skype som regel kun gør ondt værre, og vi opfordrer derfor til, at kontakt indskrænkes til et minimum, f.eks. omkring fødselsdag, jul, o. lign. Alt for hyppig kontakt til jeres søn eller datter kan være direkte ødelæggende for et godt ophold. Det er ingen tjent med.

Ligeledes ved vi, at det samtaler og e-mails er bedst ikke at medtage "store problemer". Jeres søn/datter har bedst af til fulde at kunne nyde sit ophold ude uden at være bekymret over **problemer** derhjemme. Problemer, som de alligevel ikke kan gøre noget ved, mens de er ude.

Forældrene forventes at vise forståelse for, at deres **søn/datter skal lære at klare sig selv** blandt fremmede - det er en vigtig del af programmet. Værtsfamilierne har sagt ja til at tage imod jeres barn og behandle det mindst lige så godt som deres egne. Det er en stor og venlig gestus. Tag gerne kontakt til værtsfamilierne. Herved opstår nye venskaber og eventuelle småproblemer glattes ud. Hvis der skulle opstå problemer i værtslandet, som efter jeres opfattelse kræver en indsats herhjemme, beder vi om, at **I ikke selv** søger at løse problemerne, men tager **kontakt til distriktsconsellor (DC)**, og lader denne tage affære.

Besøg af forældre

Danske forældre, der måtte tænke på at aflægge besøg hos deres søn/datter under opholdet, må

gøre sig klart, at de for en tid river deres søn/datter ud af det miljø, denne fungerer i. Vi har mange dårlige erfaringer med forældrebesøg og eksempler på, at besøg har ført til en for tidlig afslutning af et ellers vellykket ophold. Visse oversøiske distrikter **tillader ikke** besøg før hen mod slutningen af opholdet, og mange distrikter accepterer ikke, at forældre tager deres søn/datter med på en rundrejse i værtslandet, mens den pågældende er udvekslingsstudent. Vi appellerer til at forældre/søskende respekterer dette. Det er langt bedre, at hele familien besøger landet et år eller to efter opholdet.

For tidlig hjemkomst = Early Return

Send aldrig en ung ud som udvekslingsstudent, hvis det ikke er den unges eget brændende ønske. Send heller ikke unge med problemer ud i det håb, at problemerne forsvinder. Det gør de næsten aldrig. Derimod forstærkes de, og det ender ofte med en for tidlig hjemkomst. En for tidlig hjemkomst er altid en trist oplevelse for alle implicerede.

Forældrebriefing i det danske distrikt

Rotary i distrikterne inviterer forældrene til de studenter, som snart kommer hjem, til en forældrebriefing med emner som "kulturchock, omvendt kulturchock", udveksling af erfaringer fra en student, der er kommet hjem, erfaringer fra forældre, der har fået et ungt menneske hjem efter et udvekslingsår. Kort sagt: Fokus på "hjem til andedammen"!

Efter hjemkomsten

Og til slut en lille advarsel om fremtiden. De første par måneder efter at jeres søn/datter er kommet hjem kan blive en vanskelig tid for begge parter. De unge har oplevet så meget nyt, og de har stået på egne ben i en grad, de ikke tidligere har prøvet. De kan godt have svært ved at tilpasse sig, når de vender tilbage til "reden". Der kræves en masse forståelse og tålmodighed fra begge sider efter hjemkomsten.

Regler for danske udvekslingsstudenter

Selv om du har modtaget nogle regler for studenter i dit værtsdistrikt som en del af Welcome letter eller sammen med Guarantee Form, så gælder de danske regler fortsat!

Generelt

En udvekslingsstudent får kun opholdstilladelse i værtslandet, men ingen arbejdstilladelse. Det er derfor ikke tilladt at tage lønnet arbejde. Udstedelse af visum og opholdstilladelse er betinget af, at den anviste skole følges. Hvis en udvekslingsstudent har for meget fravær bliver vedkommende sendt hjem! Desuden er det en helt klar forudsætning for opholdet, at værtslandets love overholdes.

I øvrigt henleder vi især opmærksomheden på:

Skolen

En dansk udvekslingsstudent skal følge den af værtsklubben anviste skoleundervisning og deltage i de øvrige aktiviteter på skolen. Udeblivelse eller forsømmelse uden lovlig grund er ikke tilladt og vil medføre hjemsendelse i utide. Skoler i engelsktalende lande kræver ofte at udvekslingsstudenten præsterer på samme niveau som de øvrige i klassen. Regn derfor med at der skal gøres en indsats med lektierne – også mens du er udvekslingsstudent!

Alkohol

Indtagelse og besiddelse af alkohol er ikke tilladt, og overtrædelse kan medføre øjeblikkelig hjemsendelse. Aldersgrænsen for lovligt indkøb og indtagelse af alkohol er ofte væsentlig højere i mange lande, og flere steder går aldersgrænsen ved 21 år. Kun i selskab med - og tilbudt af - værtsforældre eller et medlem af værtsklubben kan indtagelse af alkohol accepteres. Selv da må den yderste tilbageholdenhed tilrådes. Du kan være helt sikker på at alkoholkulturen derfor er væsentlig anderledes end i Danmark!

Narkotika

Besiddelse eller brug af en hvilken som helst form for narkotika er absolut forbudt, og overtrædelse medfører øjeblikkelig hjemsendelse.

Kørsel med motorkøretøj

Det er under enhver form forbudt en udvekslingsstudent at føre motorkøretøj. Dette gælder alle køretøjer med en motor. Herunder også el løbehjul og eldrevne rulleskøjter. Forsikring dækker ikke.

Seksuel aktivitet

Det er forbudt at have seksuel omgang med andre. Venskabelig omgang tolereres, men på værtslandets betingelser.

Tobaksrygning

Nogle lande har forbud mod rygning for unge under 18 år. I andre lande ser man helst, at der ikke ryges. Derfor må rygning kun finde sted efter aftale med værtsfamilien. Hvis man i sin ansøgning har skrevet, at man ikke ryger, forventes det at være rigtigt. Overtrædelse af rygeforbud kan medføre hjemsendelse. Brug af snus accepteres ikke.

Piercing og tatovering

Det er ikke tilladt at få piercing eller tatovering under opholdet. Alle former for piercinger i næse, ører, navle, etc. er forbudt og skal fjernes inden udrejsen - pigers øreringe dog undtaget.

Hjemrejse

Efter opholdet skal udvekslingsstudenten vende direkte hjem til Danmark. Afvigelser herfra er ikke tilladt. Vort danske rejsebureau har ved billetudstedelsen angivet hjemrejseruten og alle returnerer til København.

Sikkerhed og omsorg for udvekslingsstudenter

Intet Rotary-distrikt eller -klub kan deltage i ungdomsudvekslingsprogrammet (Youth Exchange Programme), hvis ikke de opfylder kravene fra Rotary International. Formuleringen af kravene til en sådan certificering kan naturligvis være forskellig fra land til land og fra sprog til sprog. Herunder følger det, som RDU har beskrevet om Protection Policy:

Rotary International's retningslinjer (RCOP 2.110):

- Multidistrikt Danmark er forpligtiget til at skabe og fastholde den størst mulige sikkerhed og omsorg for alle deltagere i Rotary's ungdomsudvekslingsprogrammer.
- Rotarianere, deres ægtefæller eller samleverer og alle frivillige har pligt til efter bedste evne at sikre velfærd for og forhindre fysisk, seksuel eller følelsesmæssig misbrug af børn og de unge mennesker, som de kommer i forbindelse med.



RISIKOMOMENTER I ROTARY'S UNGDOMSUDVEKSLINGSPROGRAMMER

Med det formål at formindske risikoen for vore studenter og for at beskytte andre, der er involveret i programmet, er der udarbejdet nogle punkter, som kan tjene til vejledning og som udgangspunkt i det daglige arbejde og ved information af de medvirkende.

Udrejsende studenter

1. Alle ansøgere skal deltage i et interview i forbindelse med ansøgningen.
2. Alle forældre skal deltage i et interview i forbindelse med ansøgningen.
3. Der skal foreligge udtalelser fra ansøgerens skole om det faglige standpunkt (karakterblad) samt om ansøgerens almindelige kvalifikationer for deltagelse i udvekslingsprogrammet.
4. Alle studenter skal deltage i de obligatoriske orienteringsmøder før afrejsen.
5. Alle studenter skal gøres opmærksom på, at enhver form for misbrug eller chikane (fysisk, seksuel eller følelsesmæssig) er uacceptabel overalt. Dette orienteres de og deres familier om på orienteringsmøderne.
6. Hvis en student føler nogen form for bekymring i den forbindelse, skal han/hun straks tage forbindelse til sin Club Counsellor, Club Protection Officer, Distrikts Counsellor, Distriktsledelse eller en anden voksen person.
7. Alle studenter skal informeres om deres ansvar over for Rotary og udvekslingsprogrammet.
8. Alle studenter får en forsikring, hvor dækningen er i overensstemmelse med de krav, der stilles af Rotary International og det modtagende distrikt.
9. Alle studenter har adgang til RDU's database. Her forefindes alle oplysninger om kontaktpersoner i relation til udvekslingsprogrammet, ligesom alle kontaklinformationer i relation til nødsituationer forefindes her. Kontaktpersonerne kan i relation til nødsituationer kontaktes døgnet rundt.

Forhold omkring værtsskab

1. Alle familier, som ikke tidligere har fungeret som værtsfamilier, vil blive interviewet af to rotarianere fra den modtagende klub.
2. Klubberne foretager såvel anmeldte som uanmeldte besøg hos familien og studenten.
3. Alle værtsfamilier vil modtage materiale, der beskriver deres ansvar og pligter som værtsfamilie.
4. Alle studenter vil inden ankomst blive gjort bekendt med forholdene for indkvartering.
5. Det vil blive taget i betragtning, om studenten har sit eget værelse, eller om det skal deles med andre, og om der er mulighed for et sted til at læse og skrive i fred og ro.
6. Det vil blive taget i betragtning, om der er direkte adgang til badeværelse uden at skulle passere andres soveværelse.
7. Der vil blive udpeget en backup værtsfamilie, hvis en student skal flyttes hurtigt. Denne backup familie kan være counsellors familie.
8. Counsellor må i øvrigt ikke være værtsfamilie for studenten.

Forhold omkring klubberne

1. Deltagende klubber i ungdomsudvekslingen forpligtiger sig til at udpege en Counsellor, en Protection Officer samt nedsætte et ungdomsudvalg til varetagelse af programmerne.
2. Rotaryklubber er forpligtiget til udelukkende at udveksle igennem Rotarys programmer.
3. Deltagende klubber kan ikke forpligte udvekslingsstudenters familier til værtsskab, men kan indgå aftale herom.
4. Klubberne sikrer at inbound-studenter får minimum to – gerne tre værtsfamilier under opholdet i Danmark.

5. Klubberne forpligtiger sig til at deres ungdomsudvekslings "officerer" deltager i Multidistrikt Danmarks undervisning for disse.

Generelt

1. Alle oplysninger om vore Out- og Inbound-studenter, counsellors, værtsfamilier, chairmen og andre involverede i programmet, opbevares elektronisk i RDU-databasen.
2. Alle rotarianere, IKKE rotarianere som arbejder med programmet, og alle voksne medlemmer af værtsfamilierne, skal afgive en skriftlig erklæring om accept af RDU's og Rotary International's retningslinjer for ungdomsudveksling. Ligeledes forpligtiger de nævnte sig til en årlig uddannelse i "Sikkerhed og Omsorg for udvekslingsstudenter i Danmark". Godkendelse af personerne sker ved Protection Officers godkendelse og underskrift.
3. Enhver risiko ved aktiviteter, der kan betragtes som farlige, vil blive vurderet, og studenten vil blive informeret om evt. ekstra forsikring.
4. Det bemærkes, at samtlige regler er medtaget for at beskytte rotarianere og andre medvirkende såvel som de unge mennesker.
5. Hvis en professionel organisation medvirker ved en aktivitet, må arrangørerne være sikre på, at organisationen og de involverede har de nødvendige kvalifikationer og protection godkendelser.
6. Der eksisterer planer for, hvorledes der reageres i tilfælde af, at der opstår en alvorlig nødsituation.
7. Det er vigtigt, at værtsfamilien altid ved, hvor studenten er, og hvorledes han/hun kan kontaktes. Studenten skal selv give denne information.
8. Alle personer, som er involveret i programmerne, studenter, counsellorer og værtsfamilier gøres bekendt med alle procedurer, der skal benyttes. Undervisningen af studenter finder sted på distrikts- og multidistrikt basis. Udrejsende studenter vil modtage undervisning ved minimum to briefinger inden udrejsen og indkommende studenter vil modtage undervisning umiddelbart efter ankomst. Undervisningen af counsellorer og værtsfamilier vil ske på distriktsplan og vil blive organiseret af Distrikts Counsellor og Protection Officer.
9. Der findes etablerede procedurer, der skal benyttes ved behandling af anklager for misbrug eller chikane.
10. Der etableres årlige undervisninger af de involverede rotarianere, ikke-rotarianer, værtsfamilier m.fl.

Forkortelser

Rotary bruger rigtig mange forkortelser! De er baseret på den engelske betegnelse, så forkortelserne er internationale. Dvs. at du kan forvente at støde på disse forkortelser også i dit værtsland!

Fra nu af er det vigtigt, når vi snakker sammen, at vi alle er klar over, hvilken Rotaryklub, distrikt, counsellor osv., vi snakker om. Derfor er det en god ide at sige/skrive "home" foran alt det danske og "host" foran det udenlandske. Det kan virke lidt mærkeligt i starten – og det skal selvfølgelig kun bruges, hvis der er tvivl!

Her er de mest almindeligt brugte forkortelser og det tilsvarende engelske udtryk i alfabetisk orden:

ACM = Assistant Chairman

ADC = Assistant District Chair

CC = Club Counsellor



CM = Chairman

D = District

DC = District Chair/ District Counsellor

DG = District Governor

DGE = District Governor Elect

DPO = District Protection Officer

GF = Guarantee Form

LT = Long Term

P = President

PDG = Past District Governor

PE = President Elect

PP = Past President

RC = Rotary Club

RD = Rotary District

RD = Rotary Danmark – dansk brug af forkortelsen

RDU = Rotary Danmarks Ungdomsudveksling – dansk brug af forkortelsen

RI = Rotary International

ROTEX = Organization of Ex-Rotary Exchange Student

RYE = Rotary Youth Exchange

RYEP = Rotary Youth Exchange Program

ST = Short term

YEO = Youth Exchange Officer

YEP = Youth Exchange Program



Sådan får du et godt udvekslingsår:

- Lær sproget hurtigst muligt
- Vær åben og sig 'ja'
- Deltag aktivt og positivt i alt
- Deltag i Rotary-møderne
- Støt din værtsfamilie – og hjælp til
- Få lokale venner – udover de andre udvekslingsstudenter



DIN egen indsats er altafgørende for, at opholdet bliver en succes!



**Vi ønsker dig
held & lykke**