

Trimesterhåndbog 2016



Indholdsfortegnelse

Indholdsfortegnelse	2
Oversigt over lejre	3
Introduktion	4
AFS-opholdet: En gensidig oplevelse	5
AFS'eren kommer til jeres familie	6
Transport	8
Cykel	8
Refusion af skoletransport	8
Skolen	8
Opholdstilladelse	9
Forsikring	9
Lommepenge	10
Sygdom	10
Internet og mobiltelefoner	11
Fordomme	12
Kulturchok	13
Når det bliver hverdag	14
Opholdets gang	15
Hvis det ikke går så godt	17
AFS REGLER	18
Rejseregler	18
Hvad er jeres husregler?	19
Lokalforeningen	21
Kontaktpersonen	21
Værts-koordinatoren	21
AFS kommunikationsgange	22
AFS kontoret	22
Refusion af skoletransport	23
AFS Medical Situation Report	24

Oversigt over lejre

2. september 2016	Ankomst - velkomstlejr i København
4. september 2016	Ankomst til værtsfamilierne
27. november 2016	Afrejse - fly til Bruxelles
27.11 til 1.12 2016	Afskedslejr Bruxelles

Introduktion

AFS udvekslingsstudenter kommer til Danmark fra alle verdenshjørner for at lære den danske kultur at kende på den bedst tænkelige måde, nemlig ved at bo hos en dansk familie og gå i en dansk skole.

I som værtsfamilie er en stor del af deres ophold, og det er vigtigt at I i fællesskab udvikler et godt forhold, der er frugtbart for alle parter.

Jeres dagligdag skal ikke laves radikalt om, når jeres nye værtssøn/ -datter kommer, men I vil naturligvis skulle tilpasse jer hinanden. Udvekslingsstudenten skal indgå som alle andre familiemedlemmer i dagligdagen med glæder og hygge, men også med gøremål, pligter og ansvar.

Den store udfordring for både udvekslingsstudent og værtsfamilie er at lære at acceptere hinandens kultur og karakter på godt og ondt, med det sjov og de udfordringer dette møde medfører.

Denne håndbog bygger på vores mange års erfaring med udvekslingsstudenter, og vi håber meget I vil læse den grundigt igennem inden jeres udvekslingsstudent ankommer. Den er ment som en hjælp og en guide, der skal lette værtsfamiliernes arbejde og ansvar.

Håndbogen indeholder en masse gode råd og kan være med til at sætte nogle overvejelser i gang. Derudover vil I kunne finde svar på mange af de spørgsmål, der vil dukke op i løbet af året.

Denne håndbog er specielt skrevet til familier, som skal væрте en udvekslingsstudent på vores trimesterprogram. Vores trimester-studenter bor hos en værtsfamilie og går i skole i 3 måneder fra september-november. Alle deltagerne kommer fra EU-lande og opholdet afsluttes med en fælles lejr i Bruxelles, hvor deltagerne inviteres til at reflektere over deres oplevelse sammen med andre europæiske trimester-studenter.

Jeres udvekslingsstudent har fået udleveret en håndbog på engelsk kaldet "Through the Year", som ligeledes har til formål at guide og sætte tanker i gang hos udvekslingsstudenten. I den står også beskrevet de samme regler og procedurer, som denne håndbog indeholder. I vil ofte kunne henvise til den engelske version, når I diskuterer et emne med jeres AFS'er.

Vi håber I må få en god oplevelse.

Med venlig hilsen

AFS kontoret - og alle de frivillige

AFS-opholdet: En gensidig oplevelse

Hvorfor lave udveksling?

At opholde sig længere tid i et fremmed land betyder, at man bliver stillet overfor nye normer, regler og forhold, som man skal forholde sig til og i vid udstrækning indordne sig efter.

Den daglige påvirkning giver anledning til mange tanker og måske revideringer af opfattelser, de unge aldrig før har haft grund til at sætte spørgsmålstejn ved, og de vil således gennemgå en personlig udvikling. De vil opleve at selv de mest selvfølgelige ting i deres verden, ikke længere er selvfølgelige.

I som værtsfamilie bliver ligeledes påvirket i det øjeblik der kommer et nyt menneske ind i dagligdagen. Der vil blive sat spørgsmålstejn ved den måde tingene gøres på, og familien vil opleve, at der ikke altid er nogen logisk forklaring andet end 'sådan har vi altid gjort' eller 'sådan kan vi bedst lide det'.

For begge parter er opholdet en mulighed for at lære noget om sig selv og andre, og dermed vinde en dybere indsigt, tolerance og tålmodighed.

Ved at bo under danske forhold vil AFS'eren blive fortrolig med livet i Danmark, vores egenart, vores kultur og skolevæsen. Ligeledes vil de få indsigt i de mindre smigrende sider af Danmark og nogle af de problemer, som vi kæmper med her.

AFS'eren — en kulturambassadør

AFS'eren er repræsentant for sit hjemland og vil gerne fortælle om forholdene derhjemme, så danskerne får mulighed for en bedre forståelse af og kendskab til en bestemt udenlandsk livsform. Det at jeres trimester-student kommer fra et andet EU-land, kan også bidrage til diskussion i familien.

Lokalforeningen vil også bruge den unge kulturambassadør i deres arrangementer, og vi håber I vil støtte dem og AFS'eren i disse opgaver.

AFS'eren kommer til jeres familie

De første dage

I de første dage skal AFS'eren finde sin plads i jeres familie og skal på mange områder vænne sig til at gøre dagligdags ting anderledes, samtidig med at han/hun møder mange nye mennesker, synspunkter, forhold og indtryk.

Alt dette vil naturligt skabe en vis usikkerhed og forsigtighed hos det nye familiemedlem, og han/hun har derfor - især i begyndelsen - et stort behov for jeres hjælp og støtte samt ro til at fordøje de mange nye indtryk.

Det er derfor vigtigt, at I fra begyndelsen er åbne og viser imødekommenhed, ligesom I mange gange vil komme ud for, at det er nødvendigt at forklare den samme ting igen og igen. Som alle andre unge mennesker har den unge AFS'er behov for at føle sig tryk i sit hjem, og det er derfor vigtigt, at I viser ham/hende forståelse, tillid og omsorg.

Hvordan er jeres husregler?

Vi anbefaler meget kraftigt at I den første dag eller dagen efter sætter jer ned og tager en snak med jeres AFS'er.

Som ny i jeres hus kan det være svært at vide hvordan man skal begå sig og hvilke regler der er. Vi har derfor lavet en liste over spørgsmål som I kan gå igennem med jeres AFS'er som også har fået en lignende spørgsmålsliste på engelsk. Listen finder I på side 19.

Kaldenavne

Når AFS'eren kommer til jer, vil han/hun sikkert ikke vide, hvad han/hun skal kalde jer. Det er derfor vigtigt, at I straks efter ankomsten aftaler hvilke kaldenavne, der skal bruges. Som en rettesnor kan vi sige, at det for den nytilkomne tit vil være mest naturligt at bruge de samme kaldenavne, som jeres egne børn benytter.

Med hensyn til eventuelle værtssøskende kan det i nogle tilfælde være svært for disse at skulle vænne sig til at dele opmærksomheden med familiens nye medlem. Vær derfor opmærksom på, om der opstår søskendejalousi, og prøv at imødegå det gennem fælles aktiviteter og oplevelser.

Sproget

Vores partnerland har haft mulighed for at forsyne AFS'eren med et begynder dansk kursus. Dog vil det ikke være alle der har modtaget dette materiale, og heller ikke alle der har brugt det. Derfor vil deres kendskab til dansk være uhyre begrænset og vi håber, at I vil have den fornødne tålmodighed og gentage ordene langsomt og flere gange. De fleste er dog ivrige efter at lære så meget dansk som muligt, og hvis der er interesse for det kan I rekvirere sprogmaterialer "Lucy taler dansk", en dansk bog for begyndere, ved at rette henvendelse til sekretariatet. Materialet findes også på vores intranet - www.afsforum.dk.

Det at jeres student bor i Danmark i 3 måneder, sætter begrænsninger på, hvor meget dansk vi kan forvente de lærer. Heldigvis er de fleste af vores trimester-studenter gode til engelsk. Mange af dem vil også forbløffende hurtigt kunne lære lidt dansk. Opfordr dem til det, og lær evt. lidt af deres eget sprog!

Hjemve

Det er helt naturligt, at AFS'eren engang imellem føler hjemve, men hvis han/hun har nogle aktiviteter at tage sig til, samtidig med at I viser den fornødne forståelse, vil det gå over. Det er i forbindelse med hjemve vigtigt, at der evt. kan grædes ud el.lign. Det er bedre at AFS'eren taler med jer om hjemve end at han/hun deler dette med personer i hjemlandet, da det så er sværere at komme over. I skal huske på, at det ikke er jer AFS'eren er kede af, men det er det derhjemme han/hun savner.

I begyndelsen, hvor AFS'erne prøver at finde deres ståsted i alt det nye, kan de forekomme noget tilbageholdende. De vil have et større behov for at være alene ind imellem, fordi de lettere bliver trætte og behøver tid til fordøje de mange nye indtryk. De kan have mere brug for søvn. Dette er ganske naturligt, og der behøver ikke at være tale om hjemve, og I bør derfor også give ham/hende lov til at være lidt alene.

I skal forsøge at skabe et afslappet forhold, der er naturligt for begge parter. Vores erfaring er, at jo hurtigere AFS'erne får egne venner og egne fritidsaktiviteter, jo hurtigere falder de til. Prøv evt. at føre AFS'eren sammen med jævnaldrende gerne gennem fritidsaktiviteter, familiesammenkomster, sociale aktiviteter m.m.. Husk også at tale med jeres student om den korte periode de har i Danmark og hjælp dem til, hvordan de får mest ud af deres tid.

Fritidsaktiviteter

Det kan være noget af en udfordring for en ung udlænding at finde ind i den danske jungle af fritidstilbud og aktiviteter. I starten vil I nok bruge en del tid på at vise udvekslingsstudenten rundt, men efterhånden skulle han eller hun jo gerne selv tage initiativ til at komme omkring. En god ide til at koordinere familiens aktiviteter, er at lave en kalender til opslagstavlen, hvor alle skriver deres gøremål på. Den kan så fungere både til inspiration og information, samtidig med at den gør det lettere for udvekslingsstudenten at falde ind i familiens rytme.

I øvrigt er det en god idé at rekvirere programmet fra jeres lokale ungdomsskole (for unge under 18 år), idet de kan have tilbud, som kan være til gavn for AFS'eren.

Ikke en gæst

Fra tidligere værtsfamilier er det vores erfaring, at det går allerbedst, hvis AFS'eren lever et dagligdags liv og behandles som hjemmets eventuelle andre børn. Den nytilkomne skal ikke have særlige privilegier, men bør have samme pligter som hjemmets egne børn. Selvfølgelig skal der udvises forståelse, men det er vigtigt for integrationen af udvekslingsstudenten, at der også bliver stillet krav til vedkommende fra begyndelsen.

Man kan ikke forvente at AFS'eren forstår de uskrevne regler i familien. Derfor vil det være fordelagtigt for alle parter, at man i den første tid bruger energi på at forklare, hvorfor man gør som man gør, og hvad familien forventer af AFS'eren.

Det vil ofte være en fordel f.eks. at tildele AFS'eren nogle faste huslige pligter og forklare husregler m.h.t. spisetider, vask og lign. Det er en fordel at være meget konkret. Fortæl også, hvilke ting der er til fri afbenyttelse, og hvilke der ikke er. Tidligere deltagere har fortalt os, at de meget hellere vil have besked om disse ting fra begyndelsen, end at risikere at bære sig forkert ad.

Transport

Cykel

Der er i enkelte lokalforeninger mulighed for at I kan låne en cykel til jeres AFS'er. Spørg jeres lokalforening om muligheden.

Hvis I som familie, selv låner AFS'eren cyklen, er det jeres husstandsforsikring, der dækker, hvis den bliver stjålet. Fra begyndelsen skal det gøres klart for AFS'eren, om I forventer, at han/hun selv betaler vedligeholdelsesudgifter og/eller for evt. reparationer.

Refusion af skoletransport

Såfremt det er nødvendigt for jeres AFS'er at benytte bus eller tog til skole og sprogskole, dækker AFS Interkultur transportudgiften. Køb et kort der dækker en så lang periode som muligt, idet det vil lette overførslen af pengene og ofte er billigere.

I de fleste regioner er der imidlertid mulighed for at opnå samme tilskud, som ydes til de danske skoleelever. Kontakt skolens kontor for nærmere oplysninger. Egenbetalingen dækker AFS på samme måde som ovenfor. Vi vil være glade for, hvis I kunne undersøge mulighederne på lokalt plan for en sådan støtte, og finde den billigst mulige transportmåde.

Når udvekslingsstudenten skal have refunderet udgifter til skoletransport skal de indsende den blanket der hedder "Refusion af skoletransport" til kontoret sammen med billetter og kort. Blanketten findes bagerst i denne håndbog til kopiering.

Vi vil gerne understrege, at det kun er udgifter til skoletransport, vi refunderer, og at udvekslingsstudenterne selv må bekoste anden transport.

Vi vil gerne bede jer være behjælpelige med at refusionen kan foregå gennem et familiemedlems konto.

Skolen

Hvis I på jeres ansøgning har udtrykt ønske om, hvilken skole I foretrækker jeres unge familiemedlem optaget på, vil vi så vidt muligt efterkomme dette ønske. Det skal dog understreges at vi først og fremmest vælger skole på baggrund af udvekslingsstudentens skolemæssige baggrund og evner.

Hvor skal de gå i skole

De fleste udvekslingsstudenter bliver placeret i gymnasiet, men vi har i de senere år også placeret mange udvekslingsstudenter i 10. klasse i folkeskolen, på handelsgymnasier og tekniske gymnasier (HHX, HTX) og på erhvervsuddannelser.

På trimesterprogrammet er vi meget afhængige af, at skolerne har lyst til at optage en elev i en kortere periode. Det gives os udfordringer, men også andre muligheder for skolevalg.

Vi vil underrette jer om, hvilken skole vi har søgt optagelse på, og give jer besked hvis de kontakter os. Nogle skoler kontakter nemlig jer direkte. Så hvis I ikke hører andet fra os, må I også meget gerne kontakte skolen og høre om de vil optage jeres student, og evt. aftale nærmere om alt det praktiske som den første skoledag osv.

Kontakt til skolen

Det er vigtigt, at I som værtsforældre holder jer i kontakt med skolen, ligesom I ville gøre med jeres egne børn. Det kan således anbefales, at I allerede ved skolestart tager kontakt til den kontaktlærer, som jeres udvekslingsstudent evt. har fået tildelt. Udvekslingsstudenterne skal gå i skole på lige fod med de andre elever, men til tider tilbyder skolen, at tilrettelægge et skema specielt for udvekslingsstudenten f.eks. med særlig vægt på danskundervisning, historie, kreative fag og lignende.

Det er især vigtigt, at I er opmærksomme på, hvordan det går med AFS'erens skolegang i starten. Vi indprenter nøje AFS'erne, at de skal passe deres skolegang, deltage i timerne og lave lektier, da skolen er en vigtig del af deres ophold. Det er en del af AFS' regler, at fravær fra skolen kan være hjemsendelsesgrund. Ved "lovligt" fravær skal skolen orienteres.

Har I ikke selv mulighed for at holde løbende kontakt til skolen, kan I tale med jeres kontaktperson og undersøge, om han/hun har mulighed for at holde kontakt til skolen.

Egen betaling

I forbindelse med AFS'erens almindelige skolegang og sprogskole undervisning, vil udgifter til materialer, skrive/regneredskaber, stå for AFS'erens egen regning. AFS refunderer dog undervisningsrelaterede udgifter, herunder kopiafgift. AFS har mulighed for udlån af lommeregner, hvis en sådan er påkrævet og skolen ikke stiller en til rådighed. AFS refunderer også transporten til og fra skole/sprogskole.

Sprogskole

Vær opmærksomme på, at vores trimester-deltagere ikke har en dansk opholdstilladelse, og som sådan ikke har krav på dansk-undervisning. Enkelte kommuner eller skoler vil dog alligevel lade dem deltage. Hvis I er i tvivl, så kontakt os.

Opholdstilladelse

Eftersom jeres AFS'er kun skal være i Danmark i 3 måneder og kommer fra et europæisk land behøver han/hun ikke søge om opholdstilladelse. Det betyder også, at de ikke får et dansk CPR-nummer.

Forsikring

AFS'eren er under opholdet dækket af den forsikring, som AFS International tegner for alle deltagere på udvekslingsophold. I tilfælde af sygdom eller skade er det denne forsikring, som dækker. AFS'eren er også dækket af AFS Interkulturs ansvarsforsikring, der dækker skader påført en 3. part (NB: dette gælder ikke i eget hjem, dvs. hos værtsfamilien).

Derfor har vi opfordret AFS'eren til at tegne dels en tyveriforsikring dels en privat ansvarsforsikring hjemmefra, da AFS'eren og dennes forældre er ansvarlige for skader forårsaget af AFS'eren i værtsfamiliens hjem.

Lommepenge

AFS'erne medbringer selv lommepenge til personlige udgifter i årets løb.

Vi anbefaler AFS'erne at beregne et samlet beløb på minimum 600 US\$ til opholdet og herudover penge til sprogundervisning og evt. vintertøj.

Nogle mennesker er gode økonomer - andre ikke! Det gælder selvfølgelig også for AFS'erne, hvoraf nogle måske slet ikke har været vant til selv at administrere penge på den måde, de skal gøre i Danmark. Det er f.eks. en ubehagelig overraskelse for mange at opdage, at der ryger mange penge til transport og sociale aktiviteter.

Hvis I synes, jeres AFS'er bruger sine penge uhensigtsmæssigt, så forklar ham/hende det samme, som I ville forklare jeres eget barn.

Rejser til obligatoriske arrangementer, som arrangeres af AFS Interkultur, refunderes. Omkostninger ved rejse og fornøjelse, som tilrettelægges af og foretages sammen med værtsfamilien, påhviler som sagt AFS'eren selv, medmindre I ønsker at give et tilskud eller har budgetteret med at betale hele rejsen som en del af jeres udgifter som værtsfamilie.

Sygdom

I tilfælde af, at AFS'eren bliver syg, beder vi jer give os besked med det samme.

I skal selvfølgelig søge læge, hvis det skønnes påkrævet, og I kan enten benytte hjemmets læge eller en specialist. Til den konsulterende læge afleveres blanketten "Medical report", som findes i bagerst i denne håndbog. Denne udfyldes af lægen og indsendes til sekretariatet, som vil underrette forældrene i AFS'erens hjemland.

Såfremt der skulle være tale om **sygdom eller ulykke, som vil medføre hospitalsindlæggelse, skal AFS Interkulturs sekretariat have besked omgående**, da det er nødvendigt for AFS straks at orientere AFS'erens forældre. Uden for vores telefontid henvises til nødtelefonen, så I kan få fat i os 24-timer i døgnet. Der henvises til nødtelefonen på telefonsvareren og på hjemmesiden.

Vi vil derefter underrette hjemlandet med de nødvendige detaljer om sygdommens/ulykkens art, forventet varighed, behandling m.m. Vi vil holde os i løbende kontakt med værtsfamilie og hospital.

Vær opmærksomme på, at forsikringen ikke dækker, hvis der er tale om øjen- og tandbehandling, briller eller behandling af sygdomme, der er opstået inden ankomsten. Disse omkostninger påhviler AFS'erens forældre i hjemlandet. AFS Interkultur dækker ikke håndkøbsmedicin.

Internet og mobiltelefoner

Brug af computer er i dag en naturlig del af vores hverdag og det gælder især for ungdomskulturen.

Kontakt til hjemlandet

Internettet og mobiltelefoner giver i dag udvekslingsstuderne mulighed for at være i hyppig kontakt med familien og vennerne derhjemme. Hvis forbindelsen til hjemlandet ikke bliver holdt på et fornuftigt niveau kan det være en forhindring for integrationen i det nye miljø.

Hjælp derfor jeres AFS'er med at begrænse brugen af internettet. Det er til alle parter fordel. Tal med jeres trimester-studenter om, at deres ophold er kort, og at det derfor er vigtigt de fokuserer på oplevelsen i Danmark og ikke det derhjemme.

Det er meget vigtigt, og i sidste ende en stor hjælp for udvekslingsstudenten, at opstille nogle stramme regler for adgangen til familiens computer og brug af telefon.

Vi anbefaler udvekslingsstuderne højst at bruge **ca. en time om ugen** på kommunikation med hjemlandet. Vi anbefaler dem at skrive en fællesmail, så alle derhjemme kan høre om deres oplevelser.

For at sikre at AFS'eren også har kontakt til danske unge, når han/hun er på nettet, er det en god idé at få en dansk mailadresse, som kan tjekkes dagligt, og udveksle messenger profil med klassekammeraterne. Derved kan den mailadresse familie og venner i hjemlandet skriver til tjekkes sjældnere.

Mobiltelefon abonnement

Alle AFS'ere medbringer eller er vant til en mobiltelefon hjemmefra. Det er vigtigt, at de fra begyndelsen af deres ophold får et dansk sim-kort, for at de kan kommunikere med andre danske unge. De skal sørge for at få deres klassekammeraters telefonnumre samt give deres eget nummer, så de kan blive orienteret om sociale begivenheder.

Vi anbefaler, at AFS'eren melder sig til et teleselskab (f.eks. Telmore eller CBB) med gratis abonnement og tank-op-funktion, disse findes på internettet. **Ydermere er det vigtigt med et loft, så der ikke kan ringes ud, når der ikke er flere penge på telefonen.** Taletidskort kan også anbefales.

Disse forholdsregler nævner vi for at undgå at AFS'eren på en uheldig måde kommer til at skylde jer, værtsfamilien, penge, samt for at undgå at de selv kommer til at bruge for mange penge på deres telefon. **AFS hæfter under ingen omstændigheder for evt. misbrug af telefon.**

Tal med jeres AFS'er om omkostningerne ved udenlands-opkald. Forklar dem, at det er meget dyrt!

INFORMATION AFS'EREN HAR FÅET FØR ANKOMST

I foråret sender AFS Interkultur følgende materiale til rådighed for alle vore partnerlande:

- "Through the Year", som er et hæfte der forklarer lidt om Danmark og danskerne, med hovedvægt på praktiske oplysninger og de regler der gælder for opholdet her i Danmark
- Safety Handbook, der omhandler personlig sikkerhed i forbindelse med det at være deltager på programmet.

Fordomme

Fordomme som forsvar

De fleste AFS'ere, der kommer til Danmark, vil i begyndelsen danne sig nogle fordomme om Danmark og danskere. Deres fordomme er en helt naturlig reaktion, men det gør dem naturligvis ikke mere berettiget.

Grunden til at AFS'ere danner disse fordomme er en form for selvbeskyttelse. Når man befinder sig i et andet land bliver der sat spørgsmålstegn ved ens identitet og nationalitet. Man bliver hele tiden mindet om at man gør alting "forkert/anderledes" i forhold til alle andre, hvilket kan få en til at føle at man er helt forkert. For at beskytte sin egen identitet fortæller man sig selv, at det er de andre, der gør mærkelige ting.

I skal huske på, at fordomme er noget vi alle har i større eller mindre grad. De bruges til at skabe orden i en kaotisk verden.

Derfor får man ofte en vis patriotisk indstilling, når man kommer til udlandet. Det kan også være tilfældet med jeres AFS'er, som måske vil forsvare sig ved at kritisere danske forhold. Dette kan virke stødende enten på jer selv eller jeres omgangskreds. I bør i så fald forklare, at I gerne vil lære om diverse forskelle, uden at I dermed tager parti for det ene eller det andet. Start en diskussion med jeres AFS'er om forskellene. Hvorfor gør vi det anderledes? De europæiske ligner på så mange måder hinanden, mens vi på andre måder er meget forskellige. Denne kontrast danner et godt udgangspunkt for at diskutere, og ikke dømme forskelligheden

Hvis I synes AFS'eren udtaler sig unødvendigt kritisk og måske oven i købet taktløst, bør I fortælle ham/hende dette. Fortæl, at det kan betyde unødvendige misforståelser og uvilje, hvis han/hun ikke kommer med sin kritik på en mere diplomatisk måde.

Det kan også hænde, at enkelte AFS'ere bliver meget kritiske overfor deres eget land. Dette forekommer, hvis AFS'eren i den grad overgiver sig til den danske kultur og begynder at identificere sig mere med denne end med sin egen. Dette er naturligvis lige så forkert som at være fordomsfuld over for den danske kultur. AFS'eren vil i sådanne tilfælde få svært ved at vende tilbage til miljøet hjemme efter udvekslingsopholdet.

Hvad kan I gøre for at hjælpe:

Jeres familie kan gøre meget ved at diskutere problemet med det nye familiemedlem og forklare ham/hende, at aflægning af tidligere vaner under opholdet i Danmark ikke er ensbetydende med, at AFS'erens tidligere tilværelse var forkert, og at han/hun sandsynligvis vil være nødsaget til at aflægge mange af sine danske vaner igen, når han/hun kommer hjem.

Det optimale er, at AFS'eren finder en balance mellem sin oprindelige og sin nye dansk kultur og lærer at kære forskellene. AFS'eren bliver således rigere i sin egen personlige kultur og kan hjælpe andre med ikke at være fordomsfulde.

AFS Interkultur bruger meget tid på orientering af de unge før, under og efter opholdet, netop for at forberede dem på de op- og nedture, der kan opstå i løbet af et udvekslingsophold. I vil altid kunne hente støtte hos jeres kontaktperson, hvis I synes, I har brug for at tale om AFS'erens tilpasning til livet i Danmark.

Opholdet i Danmark skal give AFS'erne mulighed for at forstå og værdsætte forskellige miljøer og nye omgivelser samt hjælpe med til, at fremtidige omstillinger bliver mere naturlige og problemfri.

Kulturchok

Det er meget individuelt, hvordan det føles at have kulturchok, men det kan f.eks. være, at man ingenting gider, at ens humør svinger meget, at man græder hele tiden, at man synes, alle er imod en, at man bliver fysisk dårlig – føler sig sløj eller syg, at man sover hele tiden, at man savner hjemlandet rigtig meget, at man ikke forstår de dumme danskere, osv.

Umiddelbart kan det undre, at AFS Interkultur (og mange andre udvekslingsorganisationer) synes, det er positivt at vores udvekslingsstudenter oplever et sådant kulturchok, men pointen er selvfølgelig, at nogle kriser er gavnlige. Det er en kontrolleret krise, hvor der hele tiden er hjælp i nærheden: jer som værtsfamilie, kontaktpersonen, den HV-ansvarlige og AFS Interkulturs sekretariat.

AFS'erne lærer meget nyt af at være kommet igennem en krise. De får et nyt syn på sig selv og den kultur, de er opvokset i, og de får en bredere horisont, hvor der er plads til mange forskellige indtryk og kulturelle levemåder.

Vores trimester-studenter oplever sikkert ikke kulturchok på samme måde som vores helårs-studenter, men derfor kan de godt reagere på det at være i et nyt fremmed land. Det kan godt være rigtig svært for et ungt menneske lige pludselig at befinde sig væk fra trykke og kendte rammer. Tal med jeres AFS'er om det. Det er en helt naturlig oplevelse og faktisk dén oplevelse, som starter en refleksion af AFS oplevelsen på godt og ondt. Brug endelig jeres lokalforening eller kontaktperson, hvis jeres AFS'er har brug for at tale med f.eks. andre udvekslingsstudenter.

Når det bliver hverdag

Selv for en trimester-student og værtsfamilie bliver det på et tidspunkt hverdag. Nedenfor har vi skitseret nogle typiske situationer, hvor der kan opstå misforståelser mellem værtsfamilie og udvekslingsstudent.

Uskrevne regler

Man kan ikke forvente at AFS'eren forstår de uskrevne regler i familien. Det er derfor fordelagtigt for alle parter, at man i den første tid bruger tid og energi på at forklare, hvorfor man gør, som man gør, og hvad familien forventer af AFS'eren. Det vil være en fordel at tildele AFS'eren nogle faste huslige pligter.

Der kan nogle gange opstå misforståelser fordi AFS'eren ikke ved, hvordan man gebærder sig i danske sammenhænge. Det kan være, at jeres AFS'er skal have forklaret tingene flere gange end I føler er passende. I så fald kan I måske prøve at forklare det på en anden måde. Det kan også være, at I bliver nødt til at sætte grænser, I ikke er vant til at skulle sætte. Mange AFS'ere kommer fra familieforhold, hvor der er meget faste regler og klare grænser, så for dem kan det ligefrem være en lettelse og skabe tryghed med meget faste regler og grænser, bare til at begynde med. Tænk for eksempel på det sydlige Europa, hvor familieformerne er anderledes, og hvor unge bliver boende hos deres forældre længere end i Danmark.

Måltider

I mange danske hjem tillægges måltiderne en helt anden betydning end i andre lande. Mange danske familier har et dagligt måltid, som familien samles omkring, oftest aftensmaden. Det er her man fortæller om, hvad man har oplevet i løbet af dagen, diskuterer forskellige aktuelle emner og planlægger den nære og fjerne fremtid. Hvis I i jeres familie tillægger nogle bestemte måltider speciel betydning, vil det være hensigtsmæssigt at forklare AFS'eren, hvad familien forventer af samværet i forbindelse med måltidet.

Bordskik

Ligeledes afviger god bordskik i andre lande på en række punkter fra god bordskik herhjemme. En forklaring på, hvad der betragtes som takt og tone i Danmark vil hjælpe til, at den nytilkomne ikke kommer i akavede situationer både i familien og ude.

Bad

AFS'ere, der kommer fra et varmere klima, er vant til at tage bad ofte. Det kan derfor ske, at de bruger meget varmt vand uden at tænke over, at det er dyrt. Forklar dem, hvad der er normalt hos jer.

Alkohol

I Danmark har vi en meget liberal alkoholkultur blandt unge mennesker. I andre lande er der ofte forbud mod, at unge under 18 eller 21 år nyder spiritus. Det kan være en god idé at tale med den unge om familiens grænser i forhold til alkohol og forberede dem på den danske alkoholkultur inden de tager til den første fest. Det er også vigtigt at den unge får at vide, at de ikke skal gå på kompromis med deres egen overbevisning eller grænser, når det kommer til alkohol. Hvis de ikke ønsker at smage alkohol p.g.a. tro eller privat overbevisning m.m. skal de have at vide at det er helt i orden.

Opholdets gang

Nedenfor har vi lavet en kort gennemgang af de forskellige AFS aktiviteter, som vil blive afholdt i løbet af jeres AFS'ers ophold. Udover de her nævnte, vil lokalforeningen afholde forskellige arrangementer i årets løb, hvor I naturligvis vil blive inviteret og være meget velkomne. AFS Interkultur består af familier som jeres, der selv har oplevet et kulturmøde på deres egen "krop". Og desto flere vinkler man får på dette møde, jo større bliver oplevelsen.

Alle lejre ledes af frivillige fra AFS Interkultur. Lederne har forskellig alders- og erhvervsmæssige baggrunde, men fælles for dem alle er et grundigt kendskab til AFS Interkultur og at de har deltaget i flere forberedende lederkurser.

Alle lejre er obligatoriske for udvekslingsstuderne og AFS Interkultur betaler transporten til og fra lejrene.

Velkomstlejren

Straks efter ankomsten deltager AFS'erne i en velkomst orientering sammen med de andre trimester-deltagere.

Formålet med orienteringen er først og fremmest at afstemme udvekslingsstudenternes forventninger med den danske virkelighed.

Endvidere gennemgås programmet for de 3 måneder og udvekslingsstuderne får mulighed for at møde hinanden. Orienteringen om Danmark og dansk kultur giver dem mulighed for at forholde sig aktivt til deres fremtidige oplevelser som udvekslingsstudent i det danske samfund. Eftersom trimester programmet har fokus på unge i en europæisk kontekst, vil velkomst-orientering også indeholde elementer, som er fælles for alle trimester deltagere over hele Europa.

Vi opfordrer jer til selv at hente AFS'eren på velkomst-orienteringen, men er det ikke muligt eller er transporten for lang, vil AFS'eren rejse med tog til en station tæt på jeres hjem. Der vil så vidt muligt være en AFS-frivillig med toget og én fra lokalforeningen til at tage imod på stationen. Ca. 1 uge før ankomst vil I modtage et brev om bl.a. afhentning fra orienterings-dagen.

Afskedslejren

Fordi trimester opholdet er et specielt EU-program, afholdes afskedslejren i Bruxelles sammen med alle de andre unge der er på det samme program i EU.

De rejser med fly fra Kastrup, og der er mulighed for selv at aflevere jeres AFS'er i lufthavnen, eller sende dem med offentlige transportmidler. Der vil være frivillige der søger for at modtage dem i lufthavnen, og sende dem videre med flyet til Bruxelles.

Foredrag

For at så mange som muligt kan få del i AFS-oplevelsen, ser vi gerne at AFS'eren holder et foredrag eller oplæg. Dette er også med til at give AFS'eren et ekstra perspektiv på opholdet i Danmark.

AFS'eren kan ligeledes blive brugt af lokalforeningen i kampagner for at skaffe nye værtsfamilier. Det kan være til interviews med lokalaviser, til foredrag eller andre fremstød.

Kender I foreninger, klubber, skoler, virksomheder m.m., der kunne have interesse i at få besøg af jeres AFS'er, er I velkomne til at arrangere det, gerne sammen med kontaktpersonen og lokalforeningen. Der er faktisk mange, der er interesserede i at få besøg af en ung udlænding, hvis man da ellers lige spørger dem!

Jeres trimester-student vil helt sikker kunne sætte fokus på Europa og netop deres land på en anden og ny måde. Foredrag er også en mulighed for dem at reflektere over det samfund de kommer fra og hvordan det adskiller sig fra det danske.

Hvis det ikke går så godt

Det er urealistisk at tro, at der ikke kan opstå misforståelser eller tilpasningsvanskeligheder, når I kommer så tæt ind på livet af hinanden, som det er tilfældet i et udvekslingsforløb.

Sprog og kulturforskelle

Mange gange opstår misforståelserne pga. kulturforskelle eller sprogvanskeligheder, og som regel kan man tale sig til rette om det. Både I som familie og AFS'eren har AFS Interkultur i ryggen og kan til enhver tid henvende jer til os og få hjælp og vejledning.

Søg hjælp hos AFS

AFS Interkultur har mange års erfaring med at håndtere de misforståelser og problemer, der kan opstå, når forskellige kulturer mødes. Vi vil gøre hvad vi kan, for at støtte alle parter i tilfælde af at det bliver nødvendigt.

Det er helt naturligt, at man i et kulturmøde har brug for en tredjepart til at se situationen fra et nyt perspektiv og til at hjælpe med løsningsforslag, som man ikke selv havde overvejet. Vi vil derfor opfordre til, at I bruger jeres kontaktperson og lokalforening eller AFS Interkulturs sekretariat, hvis I føler, at jeres forhold til AFS'eren er problematisk og ikke udvikler sig i en positiv retning.

Vent ikke til det er for sent

Vi har i nogle tilfælde oplevet, at vi først har hørt om problemer meget sent i forløbet. Dette er u hensigtsmæssigt for alle parter og for udvekslingsopholdets overordnede formål, som er at fremme forståelse og tolerance på tværs af landegrænser. Mægling vil sjældent kunne hjælpe sent i forløbet og resultatet vil være, at både familien og udvekslingsstudenten får en dårlig oplevelse. Brug derfor netværket af støtte der er omkring jer i form af kontaktpersoner, lokalforening og AFS Interkulturs sekretariat.

Skulle det vise sig, at I og AFS'eren ganske enkelt ikke passer sammen, finder AFS Interkultur en ny værtsfamilie. Dette sker flere gange hvert år, og skal ikke ses som et nederlag eller en fejl hos nogen af parterne.

Vi vil gerne understrege, at de forskellige punkter, som er behandlet ovenfor, sandsynligvis slet ikke vil volde vanskeligheder for jer.

En helt almindelig teenager

Det er vigtigt at huske på, at det ikke nødvendigvis er et modent eller meget reflekteret ungt menneske, I vil modtage i jeres hjem (En AFS'er er en helt almindelige teenager, med helt almindelige teenageproblemer, der gerne vil ud og opleve verden).

Det er hårdt at være teenager. Der kører tusind ting rundt i hovedet og hormonerne raser i kroppen. De løber til tider rundt "med hovedet under armen" og glemmer ting, de har fået at vide, er vigtige.

Som var det jeres eget barn

Det kan være hårdt at have en teenager i huset. Ting skal gentages og formaninger skal gives af og til. Det er en del af det at være teenageforældre. På den anden side kan en AFS'er også bidrage med megen glæde, spontanitet og især et friskt syn på det danske samfund.

AFS REGLER

I en stor organisation, der årligt sender flere tusinde AFS'ere ud på kortere eller længere ophold overalt på jorden, er det nødvendigt med visse faste regler. Dette er for at sikre, at de unge mennesker ikke kommer i vanskeligheder, og at deres forældre kan have tillid til organisationen og ikke nære nogen unødigt ængstelse for deres børn.

Alle udvekslingsstudenter skal følge de nedenfor nævnte regler:

- 1) **AFS'eren må ikke føre motorkøretøj**, som kræver førerbevis, uanset om man har førerbevis til det pågældende køretøj hjemmefra. Overtrædelse medfører øjeblikkelig hjemsendelse.
- 2) **AFS'eren må ikke være i besiddelse af eller bruge narkotiske stoffer**. Brud på dette medfører øjeblikkelig hjemsendelse.
- 3) **AFS'eren er forpligtet til at passe sin skole**. Stort udokumenteret fravær fra skolen er hjemsendelsesgrund.
- 4) **AFS'eren må ikke arbejde mod betaling**, da hun/han ikke har arbejdstilladelse.

er det hjemsendelsesgrund at:

- bryde danske love
- se bort fra rejsereglerne
- have en spiseforstyrrelse
- blive/gøre gravid
- få en tatovering/piercing
- have et alkohol problem
- udvise respektløs opførsel

Rejseregler

Eftersom trimester-deltagerne ikke er i Danmark i en længere periode, er individuelle rejser ikke tilladt.

Rejser med skole eller værtsfamilie kræver ingen rejsetilladelse. Sekretariatet skal vide hvor (dvs adresse og telefon nr) og hvornår udvekslingsstudenten rejser. Denne type rejse fordrer at der er en ansvarlig lærer eller værtsforælder med på rejsen.

Skiferie eller ekstrem sport: Hvis udvekslingsstudenten skal stå på ski eller dyrke andre fysisk udfordrende sportsgrene, skal sekretariatet vide det, da hans/hendes forældre i så fald skal give tilladelse – også selvom skiferien er med værtsfamilien eller skolen. Denne tilladelse skal bestilles hos sekretariatet senest tre uger før afrejse, da vi skal kontakte hjemlandet.

Besøg hjemmefra frarådes på det kraftigste.

Besøg af forældre, slægtninge eller venner frarådes på det kraftigste. Besøg fra hjemlandet kan kun ske hvis I som værtsfamilie synes det er en god ide. Hvis familien i hjemlandet ønsker at komme på besøg, skal de først spørge om lov i AFS'erens hjemland, som derefter vil spørge AFS Interkultur om det er ok. Denne procedure er vedtaget for at undgå uheldig påvirkning af AFS'erens ophold og tilpasning.

Såfremt værtsfamilien har svært ved at nægte AFS'eren den forespurgte rejse, kan familien altid bede AFS om at formidle beslutningen om afslag, og således undgå en konflikt i familien.

Alle ovennævnte regler vil blive håndhævet, og overtrædelse af disse vil normalt medføre hjemsendelse af AFS'eren.

Hvad er jeres husregler?

Vi anbefaler meget kraftigt at I den første dag eller dagen efter sætter jeg ned og tager en snak med jeres AFS'er. Som ny i jeres hus kan det være svært, at vide, hvordan man skal begå sig og vi har derfor lavet en liste over spørgsmål, som I kan gå igennem med jeres AFS'er, der også har fået en lignende spørgsmålsliste på engelsk. Folderen der hedder "**Et værtsfamilie-hus har 12 hjørner**" kan downloades fra www.afsforum.dk. Vi anbefaler, at I fra starten bruger folderen som en inspiration til komme omkring de 12 emne-områder sammen med jeres AFS'er.

Hvad foretrækker I som værtsforældre at blive kaldt? Far, Mor eller ved fornavn?

2. Hvilke daglige og ugentlige pligter forventer I, at AFS'eren udfører?
 - a. at rede sin seng
 - b. at efterlade badeværelset pænt
 - c. at rydde op på sit værelse
 - d. at rydde op efter sig i køkkenet
 - e. at...
 - f. at...
3. Hvor lægges snavsetøjet til vask? Sorterer I det efter farver? Er der ting, som han/hun selv skal vaske? (undertøj, sweaters m.m.)
5. Må AFS'eren selv benytte vaskemaskinen, når det passer ham/hende?
6. Forventes han/hun at stryge sit eget tøj? Hvor står strygejernet og strygebrættet?
7. Hvor kan AFS'eren gøre af sine toiletsager? Er sæbe, shampoo, tandpasta, deodorant, m.m., der står på badeværelset/toilettet til fælles afbenyttelse?
8. Er der særlige forhold omkring brugen af badeværelset? Hvornår og hvor ofte? Karbade, brusebade?
9. Hvilke måltider er fælles og hvornår?
10. Forventer I, at AFS'eren har faste pligter i forbindelse med måltiderne? Madlavning, borddækning, opvask?
11. Må han/hun forsyne sig med mad og drikke når som helst udenfor måltiderne? Hvad? I hvilket omfang?
12. Er der nogen steder i huset, der er private? Værelser, skuffer, skabe?
13. I hvilke skuffer og skabe er der plads til AFS'erens tøj og private ting (inkl. Overtøj og sko)? Er der bøjler til tøj der skal hænge?
14. Hvad må han/hun benytte i hjemmet?
 - a. Computeren
 - b. Telefon
 - c. Hårtørreren
 - d. Klaveret
 - e. Cyklen
 - f. Symaskinen

15. Hvor personligt må AFS'eren gøre sit værelse/sin del af værelset?
 - a. Flytte rundt på møblerne
 - b. Sætte billeder og plakater på væggene
 - c.
 - d.
16. Hvor må han/hun opbevare sin(e) kuffert(er)?
17. Hvornår forventes han/hun at stå op om morgenen?
 - a. På hverdage
 - b. I weekenderne
18. Hvilke regler har I m.h.t. at gå ud om aftenen?
19. Hvad med AFS'erens brug af telefonen?
 - a. Hvornår skal der spørges først?
 - b. Er det i orden at blive ringet op? Hvor sent?
 - c. Hvad med at ringe til forældre og bede dem ringe tilbage? Hvor ofte?
 - d. Hvornår skal der betales?
 - e. Hvor lægger I telefonbeskeder?
 - f. Forventer I at han/hun tager telefonen? Hvad skal han/hun sige?
20. Må han/hun invitere sine venner med hjem? Skal I vide det på forhånd? Hvad med overnattende venner?
21. Må AFS'eren se fjernsyn, når han/hun har lyst? Hvad med musikanlægget og DVD?
22. Er der ting, som I absolut ikke bryder jer om?
 - a. Tyggegummi
 - b. Musik, der spilles for højt
 - c. Når nogen kommer for sent
 - d. Roderi
 - e. Brudte aftaler
 - f.

Hvad med skoletransport/ CYKEL?

Er der andre ting, jeres AFS'er skal vide?

Lokalforeningen

AFS Interkultur er opdelt i lokalforeninger. Der er i alt ca. 31 lokalforeninger rundt om i landet og på Færøerne og Grønland.

Lokalforeningsmedlemmerne er ofte tidligere AFS'ere, der har været på et AFS-ophold i udlandet, eventuelt disses forældre og tidligere værtsfamilier samt andre interesserede, som frivilligt og uden betaling udfører et stort arbejde for foreningen.

Som alt andet frivilligt arbejde er aktiviteten afhængig af de frivilliges antal og tid. Nogle lokalforeninger har mange medlemmer og er meget aktive - andre har kun ganske få medlemmer, og aktivitetsniveauet er naturligvis derefter.

Lokalforeningerne har normalt god kontakt med AFS'erne og deres værtsfamilier bl.a. via en kontaktperson. Hvis I ikke bliver kontaktet fra lokalt hold, må I meget gerne sætte jer i forbindelse med AFS Interkulturs sekretariat.

Kontaktpersonen

I og jeres AFS'er vil have en kontaktperson i lokalforeningen. Vedkommende vil i mange tilfælde være en af de to, som tidligere har besøgt jer.

Det er meningen, at kontaktpersonen skal holde sig i regelmæssig kontakt med jer og jeres AFS'er, og hjælpe med både praktiske ting og eventuelle tvivlsspørgsmål. Vedkommende træder også til i situationer, hvor der opstår problemer, som I ikke selv kan løse sammen med AFS'eren. Kontaktpersonen skal dog ikke blot opfattes som en problemløser, men snarere som en ressourceperson for både jer og udvekslingsstudenten.

Værts-koordinatoren

AFS Interkultur har i alle lokalforeninger en Værtskoordinator. Koordinatoren har ansvaret for de udvekslingsstudenter og værtsfamilier der befinder sig i dennes område, arrangerer sammenkomster eller andre aktiviteter og træder til i tilfælde af konflikter.

Værtskoordinatoren er ment som en hjælp både til den lokale kontaktperson, til værtsfamilien og til AFS'eren, og I skal ikke holde jer tilbage fra at kontakte koordinatoren i jeres område for eventuelle spørgsmål.

AFS kommunikationsgange

Når AFS modtager udvekslingsstudenter i Danmark går al kommunikation om dem til deres forældre igennem AFS kontoret i hjemlandet. Vi er aldrig i direkte kontakt med forældrene. Kontakter I jeres lokalforening eller os om en aktuel situation, der vedkommer forældrene, skriver vi således til AFS kontoret i hjemlandet, der viderebringer beskeden til forældrene.

Denne måde at kommunikere på er med til at sikre, at programmet for udvekslingsstudenten, forældrene, værtsfamilien og os forløber så professionelt som muligt i forhold til vanskelige og praktiske situationer, der kan opstå. Der kan ofte være mange følelser på spil, når det drejer sig om et familiemedlem. AFS i hjemlandet vil håndtere situationen med den kulturelle respekt og sensitivitet der skal til.

Vi anbefaler derfor, at man som værtsfamilie overvejer det grundigt, før der skabes en gensidig direkte kontakt til udvekslingsstudentens forældre i hjemlandet, når der opstår udfordrende eller vanskelige situationer.

AFS kontoret

I det daglige varetages den overordnede koordination af udvekslingsstudenter her i landet af Pernille Elkjær, Sanne Nadri og Carsten Overby. Derudover står selvfølgelig også alle andre medarbejdere i AFS-huset til rådighed, med hensyn til at svare på eventuelle spørgsmål.

pernille.elkjaer@afs.org

sanne.nadri@afs.org

carsten.overby@afs.org

AFS Interkultur
Nordre Fasanvej 111
2000 Frederiksberg
Telefon 38 34 33 00
Fax: 38 34 66 00

E-mail: afs.interkultur@afs.org

Internet: www.afs.dk

Telefonerne er **åbne mellem kl. 10.00 og 15.00**. Udenfor telefontiden kan I i **akutte** nødstilfælde ringe til nødtelefonen, som vi henviser til på telefonsvareren og hjemmesiden.

Refusion af skoletransport

Udvekslingsstudentens navn:	
Værtsfamiliens navn:	
Adresse, postnr., by:	
Afsenders e-mail:	

Skolens navn:	
Skolens adresse, postnr., by:	
Afstand (km) fra hjem til skole:	

Sprogskolens navn:	
Skolens adresse, postnr., by:	
Afstand (km) fra hjem til skole:	

Bankkonto (Reg.nr. + kontonr.)	
Hvem tilhører kontoen?	

Startdato for refusionsperiode:	
Slutdato for refusionsperiode:	

*Som udgangspunkt skal der anvendes periodekort eller klippekort = billigste transportform.
Hvis der vedlægges løse billetter, skal der redegøres kort for disse:*

Samlet beløb til refusion (Kr.)	
---------------------------------	--

Husk at scanne og vedlægge dokumentation i mailen. Ved periodekort skal vi kunne læse oplysninger fra periodekortet og stamkortet (indehaverens navn og lignende)

Forbeholdt AFS kontoret

Modtaget dato

Kontrolleret og godkendt
dato

Bogføringskonto 22.530

Findes også på www.afsforum.dk: [Værte](#) » [Værtsfamilier](#) » [Refusion af Skoletransport via Email](#)



AFS Medical Situation Report

Name of Participant:

Name of Hostfamily:

Adresse:

Phone: _____ Email: _____

Udfyldes af lægen/filled in by the doctor:

Date: _____

Symptoms/Injuries:

Diagnosis:

Attending physician:

Hospital or Clinic:

Name: _____ Name: _____

Phone: _____ Phone: _____

Address: _____ Address: _____

Laboratory studies:

X-ray: _____ Results: _____

Other: _____ Results: _____

Treatment/medication:

Surgery proposed?

General Anesthesia?

Authorization needed?

Action taken:

Follow-up:



Sidst opdateret 1.9.2015

AFS Interkultur, Nordre Fasanvej 111, 2000 Frederiksberg, CVR 62948515
Tel +45 38 34 33 00, Fax +45 38 34 66 00, afs.interkultur@afs.org, www.afs.dk