



**District 2241**

**ROTARY INTERNATIONAL**

**DISTRICT 2241**

**YOUTH EXCHANGE PROGRAM**



[www.yep.ro](http://www.yep.ro)

**District Chairperson**

**Cristina Voina**

Romania

str. V. Alecsandri nr. 37B

Alba Iulia 510165

Telefon: +40 722 257 058

## Lumea Rotariana

În lume, există peste 32.000 de cluburi Rotary, peste 8.000 cluburi Rotaract și peste 10.700 cluburi Interact. Rotary este compus din mai mult de 1.200.000 de bărbați și femei, oameni de afaceri și manageri, iar cluburile sunt unite în 532 districte Rotary, astfel încât, în peste 200 de țări funcționează cluburi Rotary. În acest an vor fi peste 8.000 de studenți de schimb Rotary. Mulți dintre ei vor fi asociați cu districtul nostru pentru că ei vor fi găzduiți sau susținuți să participe la Youth Exchange Program de District 2241, România și Republica Moldova.

### **Iată ce spun studenții care au participat la acest program prin District 2241**

#### **Veniti**

“De când sunt în România mi-am dat seama de multe lucruri, am început să pretuiesc ce am aici cât și în Mexic. Acum 9 luni am început o nouă viață, o nouă experiență care mă va marca pentru toată viața și pe care nu o voi uita niciodată.” **(text original în limba română)**

“Sunt foarte mulțumită pentru că cu voi și cu ajutorul vostru am crescut ca o persoană, omni, fiica și studenta. Fost o experiență incredibilă să cunosc, învăț, trăiesc și experimentez în cultura românească care este total diferită de cultura mexicană, dar este un pic contradictoriu pentru că este și apropiată de cultura mea.” **(text original în limba română)**

#### **Plecați**

“Experiența aceasta va să schimbe pentru totdeauna. Va să vă maturizeze, va să schimbe gândirea, va să vă dea lucrurile diferite. Este poate primul an în care sunteți singuri, pe cont propriu. Toate deciziile vă aparțin, dar și consecințele. Nu uitați un lucru: de noroc depind multe, de voi depinde totul. Un an frumos, prietenii frumoase, momente frumoase.” **(text original în limba engleză)**

“Ce vreau să spun e, că dacă ai ocazia să fii student de schimb, să o faci fără ezitare pentru că după un an o să realizezi că decizia bună ai luat, o decizie care poate să îți schimbe toată viața.” **(text original în limba engleză)**

## Fundamentele Rotary

Ca studenti de schimb Rotary trebuie sa acceptati ca aveti o responsabilitate speciala: reprezentati comunitatea voastra, natiunea voastra si Rotary International in decursul acestui an. Ne dorim ca fiecare student sa cunosca si sa actioneze in decursul acestei experiente cu doua dintre principiile Rotary:

### 1. Testul celor patru directii

Acesta este un set de standarde pentru a ne petrece vietile intr-o maniera care sa ne idemne sa luam in calcul tot ceea ce gandim, spunem si facem:

- A. Este **adevarul**?
- B. Este **corect** pentru toti cei implicati?
- C. Va aduce **bunavointa** si **prietenii mai bune**?
- D. Va fi **benefic** pentru toti cei implicati?

Acest mod de a trai este foarte simplu, dar extrem de dificil de respectat. Daca, in decursul acestui an si in decursul vietii tale, te opresti la un moment dat si te concentrezi asupra acestor reguli simple, vei deveni un fiu/fiica, student, oaspete, prieten sau pur si simplu un individ mai bun.

### 2. Motto-ul Rotary

Conceptul de a-i ajuta pe altii constituie fundamentul pe care Rotary a fost construit. Acesta se vede din sloganul care uneste Rotarienii din toata lumea.

### Service Above Self

In lumea de azi si de maine, vom depinde din ce in ce mai mult unul de celalalt si trebuie sa gasim cai de a ajuta pe altii sa se ajute pe ei insisi.

Ca student de schimb Rotary va trebui sa poti sa te uiti in urma peste un an si sa poti spune cu mandrie ca familia gazda, scoala, clubul Rotary, comunitatea au fost mult mai bune fiindca faceai tu parte din ele. Ar trebui sa cauti cai reale prin care vei putea sa contribui la vietile altor oameni. Cand vei fi acasa la tine, copiii, tinerii si adultii de toate varstele din comunitatea unde ai fost gazduit ar trebui sa spuna cu placere ca usile caselor lor vor fi deschise pentru tine si studentii viitori din tara ta.

# Programul de schimb Rotary

## Introducere

Programul Rotary International de Schimb de Tineri (YEP) este o minunata aventura care face ca in fiecare an mii de tineri sa calatoreasca in parti diferite ale lumii pentru a trai si a studia intr-un mediu total diferit de cel in care au trait pana atunci. Scopul principal al acestui program este sa promoveze intelegerea internationala oferind tinerilor o oportunitate unica de a-si largi orizontul de cunoastere. Impactul final pe care programul il va avea asupra vietii studentilor norocosii sa participe este inestimabil. Multi dintre acesti tineri vor fi in viitor conducatori ai comunitatilor si ai natiunii lor.

## Obiectivele programului

1. Sa ajute la cresterea bunastarii si la dezvoltarea comunicarii internationale, prin sprijinul acordat unor elevi pentru a intra in contact direct cu problemele si realizările oamenilor care traiesc pe alte meleaguri decat cele natale.
2. Sa faciliteze studentilor dezvoltarea in plan educational, prin studiul pe durata unui an scolar intr-un sistem de invatamant total diferit si a unor cursuri care in mod normal nu sunt oferite in tara lor.
3. Sa deschida orizonturile studentilor prin cunoasterea nemijlocita a unei vietii diferite, a unei culturi diferite, prin intalnirea unor oameni din culturi diferite si prin confruntarea cu probleme de zi cu zi intr-un sistem complet diferit de ceea ce au experimentat acasa.
4. Sa actioneze ca Ambasadori ai tarilor lor, adresandu-se cluburilor Rotary, organizatiilor din comunitati si grupurilor de tineri din tara gazda si impartasind cat mai mult din informatiile pe care le detin despre tarile lor si probleme tarilor lor altor studenti de schimb din acel an.
5. Sa studieze si sa observe in mod direct toate aspectele vietii si culturii tarii gazda, astfel incat sa se intoarca in tara natala si sa comunice mai departe informatiile pe care le-au aflat de la cluburile Rotary, grupurile de tineri si organizatiile din comunitatile care i-au gazduit.

## **Eligibilitate**

1. Studentii interesati de Schimbul de Tineri Rotary, de lunga durata, trebuie sa aiba 16 ½ ani, dar sa nu depaseasca 18 ½ ani pe data de 1 iulie a anului in care urmeaza sa plece din Romania sau Republica Moldova.
2. Aplicantii trebuie sa aiba rezultate scolare bune si trebuie sa aiba o personalitate placuta pentru a putea fi buni Ambasadori ai tarilor noastre in strainatate. Ei trebuie sa aiba abilitatea de a accepta reguli de disciplina si de a se adapta cu usurinta in conditii mult diferite sau absolut noi.
3. Aplicantii trebuie sa aiba un caracter bun si o reputatie buna.
4. Copiii rotarienilor pot participa la Schimbul de Tineri Rotary, dar nu vor fi avantajati la selectie. Aplicantii sunt selectati numai dupa: trasaturile de personalitate si de caracter, capabilitatile de comunicare si de reprezentativitate, rezultatele scolare si capacitatea de voluntariere demonstrate in activitatea anterioara, capacitatea de a-si asuma obligatiile si responsabilitatile participarii la acest program.

### **Despre responsabilitatile partilor in realizarea schimbului de tineri**

Fiecare parte a unui schimb de tineri accepta un set de responsabilitati specifice. Urmatoarea lista cu responsabilitati este editata pentru ca tu sa-ti cunosti rolul si sa stii la ce sa te astepti de la ceilalti.

### **Clubul care trimite**

1. Imputerniceste un Rotarian sa fie Chairman de Club pentru Schimbul de Tineri si comunica acest lucru Comitetului YEP al Districtului 2241.
2. Accepta sa gazduiasca studenti straini, pe principiul reciprocitatii.
3. Promoveaza schimbul de tineri in liceele din zona prin discutii, materiale promotionale etc.
4. Primeste si sprijina completarea aplicatiilor posibililor studenti.
5. Selecteaza aplicantii si ii recomanda Comitetului districtual, insotind expeditia aplicatiilor de taxele de participare la program.
6. Se asigura ca studentul are cunostiinte despre Rotary si despre activitatile Clubului Rotary local.
7. Numeste un consilier care sa mentina contactul cu studentul si clubul gazda in timpul schimbului.
8. Invita studentul sa vorbeasca Clubului Rotary inainte si la finalul anului de

schimb.

9. Li ofera studentului fanioane si alte materiale promotionale de club.

### **Districtul care trimite**

1. Intervieveaza si ii analizeaza pe nominalizati si pe parintii lor in concordanta cu normele comunicate.
2. Obtine asumarile studentului si ale familiei pentru respectarea tuturor regulilor programului de schimb.
3. Hotaraste ce studenti vor fi selectati si tarile in care vor fi trimisi.
4. Face demersurile de gazduire si de scolarizare a studentilor in strainatate (prin relatiile stabilite anterior cu districte Rotary din toata lumea).
5. Incaseaza si utilizeaza taxa districtuala de participare la program care inculde cheltuieli administrative, cheltuieli programul de orientare (instruire), cheltuieli cu activitatile districtuale pentru schimbul de tineri, pagina de Internet si alte materiale promotionale.
6. Asigura o orientare (instruire) pentru studenti si parinti.
7. Intretine pagina de Internet dedicata acestui program ([www.yep.ro](http://www.yep.ro)).
8. Mentine contactul cu studentii in timpul schimbului, prin diferite modalitati de comunicare, plus raportul districtual transmis lunar, de fiecare student.
9. Verifica daca districtul care a acceptat studentul la schimb a asigurat un club gazda, familii gazda si liceul unde acesta va studia.
10. Proceeseaza toate documentele necesare pentru studentul care pleaca.

### **Districtul care primeste**

1. Il repartizeaza pe student la un Club Rotary participant la acest program.
2. Se asigura ca studentul care vine s-a pus de acord cu familia si clubul gazda in legatura cu aranjamentele de calatorie.
3. Organizeaza o orientare (instruire) pentru studentii nou-sositi, pentru familiile gazda si pentru consilierii.
4. Mentine contactul cu studentul prin rapoartele lunare completate de studenti si alte cai de comunicare.
5. Verifica daca studentii au viza necesara si permisul rezidential in timpul perioadei de schimb.
6. Verifica daca toti studentii care vin sunt asigurati medical.
7. Organizeaza un program complet de activitati districtuale in timpul anului.
8. Verifica daca regulile Rotary sunt respectate si daca studentilor li se cere sa respecte integral regulile programulu de schimb.
9. Opereaza ca o interfata intre districte pentru a rezolva orice problema

aparuta in derularea programului de schimb.

10. Proceeseaza toate documentele necesare pentru studentii care vin.

11. Alcatuieste pentru studenti, familii gazda si cluburi gazda lista de evenimente districtuale in care va fi implicat studentul de schimb.

## **Clubul care primeste**

1. Aranjeaza gazduirea in doua, trei, sau patru familii gazda a aceluiasi student de schimb. Familiile gazda trebuie comunicate in acelasi timp cu inaintarea aplicatiilor pentru selectia districtuala a studentilor care pleaca, selectati de acel club.

2. Viziteaza fiecare familie gazda inainte si in timpul gazduirii studentului de schimb.

3. Comunica cu familia gazda si organizeaza mutarea studentului de la o familie la alta.

4. Aranjeaza ca un Rotarian (care nu este parinte in familia gazda) sa fie consilier pentru fiecare student de schimb venit.

5. Aranjeaza scolarizarea si alte activitati educationale.

6. Se intalneste cu studentul de schimb la sosirea acestuia.

7. Se asigura ca studentul participa la toate functiile obligatorii, cum ar fi orientarile (instruirile), conferintele de district si alte evenimente districtuale (si suporta cheltuielile acestor participari).

8. Alcatuieste un program pentru student cu activitati si oameni de contact si il comunica acestuia la sosire.

9. Asigura o alocatie lunara pentru student si i-o da acestuia la inceputul fiecarei luni.

10. Mentine contactul cu clubul care l-a trimis pe student si cu districtul gazda.

11. Se asigura ca studentul participa lunar la intalnirile Rotary si la evenimente speciale. Acestea includ activitati voluntare, evenimente sociale, operatiuni de strangere de fonduri etc.

## **Familia gazda**

1. Oferă cazare, mâncare și participarea la activitățile familiale pentru student fără nici o obligație financiară din partea acestuia.

2. Exerciți orice responsabilitate parintească și supraveghează studentul ca pe orice tânăr de vârstă sa.

3. Acceptă studentul ca parte din familie cu toate drepturile, responsabilitățile și obligațiile ce decurg din acest statut.



## **Parintii naturali**

1. Accepta regulile programului ca o conditie de selectie.
2. Accepta sa gazduiasca un student care vine, conform regulilor reciprocitatii.
3. Plateste taxa districtuala, cheltuielile de calatorie si cheltuielile cu viza / pasaport.
4. Furnizeaza alti bani de cheltuiala si un fond de urgente pentru student.
5. Plateste asigurarea si alte costuri de sanatate, asigurarea de accidente si asigurarea bagajelor.
6. Se ocupa de alte documente personale de calatorie, cum ar fi pasaportul etc.
7. Furnizeaza imbracamintea necesara, incluzand orice uniforme scolare cerute.
8. Se ocupa de participarea studentului venit la activitatile obligatorii si, daca este necesar, il insotesc pe student la aceste activitati.

## **Studentul de schimb**

1. Accepta in scris toate regulile programului.
2. Accepta sa fie supravegheat de districtul Rotary, clubul, consilierul si familia gazda pentru perioada in care participa la program.
3. Accepta coordonatele plasarii (tara, district, club Rotary, scoala, familiei gazda)
4. Se ocupa de prezentarea sa in cadrul evenimentelor comunitare si/sau rotariene, inainte, in timpul si dupa anul de schimb.
5. Corespundeaza regulat cu clubul sponsor, districtul sponsor si districtul gazda.
6. Calatoreste intre cele doua tari exact la data si pe ruta specificate de districtele sponsor si gazda. Nici o alta varianta nu va fi acceptata.
7. Accepta ca participarea la program este o experienta educationala, culturala si familiala si ca orice calatorie va fi posibila numai cu acordul Chairmanului Districtului Rotary. Mai mult, orice calatorie care ii va fi permisa se va face numai impreuna cu adulti membrii ai familiei gazda, membrii ai familiei native sau sub supraveghere rotariana.

Alte reguli pentru calatoriile peste noapte:

A. Calatoriile peste noapte cu familia gazda vor fi anuntate in avans ( 6 saptamani ) Chairman-ului Districtului: destinatia si informatii de contact

(pe formularul de calatorie).

B. Calatoria peste noapte insotit de un membru Rotary sau de familia naturala se poate face numai cu acceptul in avans ( 6 saptamani ) al Chairman-ului Districtului (pe formularul de calatorie).

C. Toate cheltuielile de calatorie vor fi responsabilitatea studentului si a familiei acestuia.

D. Studentii veniti nu pot calatori sub nici un motiv neinsotiti de un adult si fara acceptul Chairmanului districtual.

8. Doar membrii familiei pot sa viziteze studentul in timpul anului de schimb. Aceasta poate fi o singura vizita si nu se va face inainte de luna aprilie. Vizita este posibila numai cu acordul in scris al Chairman-ului districtului gazda. Sub nici o forma, studentul si familia nu trebuie sa calatoreasca impreuna la intoarcerea in tara natala.

## **Ghid pentru studentii de schimb Rotary**

### **Obligatiile studentului**

Studentii care participa la Programul de Schimb de Tineri din Districtul Rotary 2241, cei care vin (sponsorizati de acest district pentru un an de zile) si cei care pleaca (sponsorizati de cluburile gazda si familiile gazda din acest district) au urmatoarele obligatii:

1. Studentul trebuie sa respecte legile din tara gazda. Daca studentul este gasit vinovat de nerespectarea unei legi, atunci el nu poate conta pe asistenta din partea sponsorilor din tara natala. Studentul va fi trimis acasa deindata ce el va fi eliberat de catre autoritatile tarii gazda.
2. Studentul nu are voie sa aiba in posesie sau sa foloseasca droguri si alte substante ilegale. Medicamentele care au fost prescrise de un doctor sunt permise.
3. Studentul nu are voie sa conduca nici un fel de vehicul care sa necesite carnet de conducere sau sa participe la programe educationale care presupun conducerea vehiculelor.

4. Consumul ilegal de bauturi alcoolice este interzis. Studentii care se incadreaza in varsta pentru care legea permite consumul bauturilor alcoolice ar trebui sa se abtina de la consumul bauturilor alcoolice. Daca familia gazda ii ofera bauturi alcoolice, studentului i se permite sa le accepte in prezenta si sub supravegherea familiei gazda.
5. Studentul trebuie sa evite legaturile romantice serioase. Nu sunt permise relatiile sexuale.
6. Furatul este interzis. Nu exista nici o exceptie de la aceasta regula.
7. Calatoriile neautorizate nu sunt permise. Studentul trebuie sa afle si sa respecte regulile de calatorie ale districtului gazda.
8. Studentul trebuie sa-si faca o asigurare de sanatate si de viata acceptata de districtul gazda.
9. Studentul trebuie sa mearga la scoala in mod regulat si sa faca toate eforturile pentru a reusi pe plan educational.
10. Studentul trebuie sa respecte regulile si conditiile de schimb ale districtului gazda, reguli ce i se vor comunica de catre Comitetul de Schimb de Tineri (Youth Exchange Programs Committee).

Vei fi trimis acasa imediat pentru urmatoarele abateri:

Daca bei bauturi alcoolice

Daca te implici in activitati sexuale

Daca conduci un vehicul cu motor

Daca detii sau folosesti droguri ilegale

Daca fumezi sau detii tigari si tutun in oricare alt mod

Daca incalci legile tarii gazda

Daca nu te duci la scoala

Daca iti faci tatuaje sau gauri in corp, altele decat cele cu care vii.

Daca pleci din district peste noapte fara sa ai aprobare.

## **Sfaturi despre cum sa eviti situatii penibile**

1. Cand sosesti la familia gazda, foloseste-te de prima oportunitate (de preferat seara) sa discuti regulile casei si modul in care sa te adresezi familiei.
2. Deindata ce schimbi familiile, sau imediat ce stii urmatoarea familie gazda, afla zilele de nastere, aniversarile si alte ocazii speciale de orice natura ca sa poti participa firesc la ele.
3. Nu fa lucruri in casa familiei gazda pe care nu le-ai face in casa familiei tale naturale.
4. Nu-ti forta parintii gazda sa ia decizii care stii ca vor fi dificil de luat. (de exemplu: nu-i intreba daca te poti duce la plaja intr-un alt stat cu prietenii tai.

Este interzis din cauza regulilor si parintii gazda se vor simti prost sa-ti spuna "nu", dar o vor face).

5. Ai grija la sensibilitatile din familia ta si poarta-te in consecinta.

6. Cand schimbi familiile gazda, adu-ti aminte de familia dinainte, dar la trecut. Nu incerca sa ii compari cu noua familie sau sa continui activitatile cu ei.

7. Descopera obiceiurile familiei si fa si tu la fel. Nu incerca sa impui tu obiceiurile tale.

8. Tine-ti dormitorul tau curat tot timpul. Incearca sa ii dai ceva din caracterul tau, adaugand poze, postere din tara ta natala etc.

9. Fa-ti dus sau baie cel putin o data pe zi. Nu sta inasa in baie extrem de mult. Uita-te cat timp stau ceilalti membri din familie si stai si tu ceva mai putin.

10. Fii atent la igiena ta personala si foloseste deodorant, pasta de dinti etc.

11. Consulta-te cu mama sau tatal familiei despre cum sa iti faci rost de produse de igiena personale.

12. Nu bea si nu folosi limbaj obscen, chiar daca membrii familiei gazda fac uneori acest lucru.

13. Nu folosi telefonul familiei gazda fara sa ceri permisiunea. Intotdeauna ofera-te sa platesti pentru telefoanele date (in special pentru cele de lunga durata/distanta).

14. Nu astepta sa ti se ceara sa faci ceva. Ofera-te sa ajuti si asigura-te ca oferta ta vine prima si nu dupa ce treaba deja a fost facuta. Niciodata nu vei deranja ca faci prea multe.

15. Fii iubitor si cald si arata-ti afectiunea in mod firesc.

16. Daca ai o problema cu familia, incearca s-o rezolvi cu ei inainte de a te consulta cu consilierul. S-ar putea ca ei sa nu stie ca e o problema, asa ca aseaza-te la o discutie cu familia mai intai.

17. Ai rabdare trei saptamani pentru a te acomoda si adu-ti aminte tot timpul ca **PUTEREA DE ADAPTARE E IN STUDENTUL DE SCHIMB – NU FAMILIA TREBUIE SA SE ADAPTEZE LA OBICEIURILE STUDENTULUI.**

18. Daca vrei ca familia sa te trateze ca fiu sau fiica, trateaza-i si tu ca parinti.

19. Cunoaste-ti consilierul imediat ce ajungi in tara gazda. El este cheia reusitei tale si poate sa-ti faca anul un succes nemaipomenit.

20. Nu fi egoist.

21. Profita de orice oportunitate pe care o ai. Daca esti invitat de cineva sa mergi intr-o calatorie, nu dormi sau nu citi o carte in scaunul din spate al masinii. Nu numai ca este nepoliticos, dar este sigur ca nu vei mai primi invitatii sa te duci in alte locuri alta data.

22. Scrie felicitari de multumire de indata ce s-a intamplat un eveniment. Intarzierea nu este scuzabila.

23. Fii generos. De exemplu, ocazional, daca te duci intr-o calatorie cu familia si ei se opresc sa cumpere benzina si tu vrei sa iti cumperi ceva de baut – intreaba-i daca le e sete si daca vor ceva de baut.
24. Mentine o atitudine pozitiva si o minte deschisa.
25. Daca nu esti sigur de ceva, INTREABA si ASCULTA raspunsul.
26. Daca tot plangi, **PLANGI IN BAIE!!!**

## Alte sfaturi

1. Implica-te in activitatile Clubului Rotary gazda. Participa la o intalnire lunar si aseaza-te de fiecare data langa un alt rotarian.
2. Implica-te in cateva proiecte la Clubul Rotary gazda si ofera-te de cate ori e posibil.
3. Implica-te in activitatile scolare – in clasa, in echipe de sport, in echipe de studiu, in echipe muzicale, in clase de actorie etc. Aceasta este unica ta sansa... nu poti sa astepti sa le faci anul viitor.
4. Pastreaza-ti forma fizica si energia!
5. Nu-ti irosi banii – intreaba-te intotdeauna:
  - a. am nevoie?
  - b. daca eram acasa, as fi cumparat asta?
  - c. ce-o sa fac cu acest lucru?
6. ZAMBESTE INTOTDEAUNA!
7. Tine un jurnal cu experientele tale. Asigura-te ca e la zi. Dupa trei saptamani, nu iti vei mai aduce aminte in detaliu un eveniment.
8. Fa-ti singur patul.
9. Fa-ti o agenda bogata de telefoane.
10. Trimite toate scrisorile catre tara nativa direct parintilor si spune-le lor sa le trimita pentru tine. Va fi mult mai ieftin asa.
11. Fa-ti o agenda calendar pentru a iti programa cat mai bine timpul si pentru a evita programarea a doua lucruri in acelasi timp. Primele evenimente care trebuie marcate sunt cele de district.
12. Da pasaportul, documentul IAP66, biletul de intoarcere si o copie a asigurarii tale, comitetului de district pentru a le tine in siguranta.
13. Ai incredere in tine si adu-ti aminte de limitele personale.
14. Scrie parintilor si prietenilor despre experientele tale si ceea ce ai rezolvat, dar nu le scrie despre ceea ce i-ar putea ingrijora.
15. Invata sa accepti personal si “dezastrele”. Accepta-le si gaseste o cale sa le depasesti. Tine minte: daca le scrii parintilor despre ele, exista un timp pana cand ei primesc mesajul tau si poate ca pana atunci tu le-ai si rezolvat. Nu-ti forta parintii sa se ingrijoreze fara motive... nu rezolvi decat sa-i frustrezi fiindca nu pot face nimic sa te ajute.

16. Cand ai fost selectat sa te alaturi acestui program, prezentarea ta si actiunile tale au fost acceptate ca standarde ale programului – imbraca-te si actioneaza cum se cuvine.

17. De tine depinde daca clubul gazda si familiile gazda vor dori sa mai primesca un alt student de schimb in viitor. Aceasta este o responsabilitate mare, asa ca te rog sa o tii minte tot timpul – niciodata sa nu consideri ca ceva ti s-ar cuveni tie sau numai tie.

18. Nu privi lucrurile sau oportunitatile care ti se ivesc ca pe ceva care ti s-ar cuveni, ci ca pe niste cadouri de care sa te bucuri si pe care sa le apreciezi.

19. Nu compara familia gazda, clubul gazda sau scoala cu altii. Fiecare face ceea ce crede ca e bine, in functie de ceea ce le e in puteri sa faca.

20. Incearca tot felul de mancaruri si serveste-te cu mai mult sau cu mai putin, dupa cum iti place.

21. Daca nu poti dormi noaptea, citeste/reciteste aceasta carticica.

22. Cel ma important inasa:

**fii tu insuti tot timpul  
si incearca sa profiti cat mai mult de aceasta oportunitate –  
o singura data ai aceasta ocazie  
"Cei treizeci si noua de pasi"**

## **Chestionar pentru a doua seara cu familia gazda**

1. La ce ora sunt mesele?

2. Ce pot face ca sa ajut la masa?

- a. sa pun masa
- b. sa arunc resturile de mancare
- c. sa spal vasele
- d. sa usuc vasele
- e. sa pun totul la loc dupa masa
- f. sa arunc gunoiul

3. Pot sa imi iau singur mancare/bautura sau trebuie sa intreb inainte?

4. Ce altceva mai trebuie sa fac in afara de:

- a. sa-mi fac patul zilnic
- b. sa-mi tin camera curata tot timpul
- c. sa curat baia dupa ce o folosesc

5. Care este procedura cu lucrurile murdare? Unde le tin pana in ziua in care se spala rufele?

6. Trebuie sa-mi spal singur lucrurile?
7. Care este procedura pentru spalatul si calcatul rufelor?
8. Pot folosi fierul de calcat si masina de spalat oricand?
9. Unde imi pot tine cele necesare pentru baie/toaleta?
10. Care este cel mai convenabil timp pentru mine sa-mi fac baie sau dus?
  
11. Pot folosi samponul, pasta de dinti si altele asemenea ale familiei gazda?
12. Unde imi pot pune bagajul?
13. Aveti umerase pe care le pot folosi?
14. Pot folosi echipamentul de cusut?
15. Pot muta mobila in camera?
  
16. Pot pune poze si postere in camera mea?
17. Care zone ale casei sunt strict private?
18. La ce ora trebuie sa ma trezesc dimineata in timpul saptamanii?
19. La ce ora trebuie sa ma trezesc la sfarsitului de saptamana si in vacanta?
20. La ce ora trebuie sa ma culc?
21. La ce ora trebuie sa ma intorc acasa daca ies in oras?
22. Ce ar trebui sa fac daca voi intarzia?
23. De cate ori pot sa ies cu prietenii pe saptamana?
24. Pot sa invit prieteni sa vina in timpul zilei?
25. Pot sa invit prieteni sa vina in timpul noptii?
  
26. Care este procedura pentru transport?
27. Care sunt regulile folosirii telefonului?
  - a. trebuie sa intreb inainte?
  - b. pot sa ma sune prietenii?
  - c. care este ultima ora la care cineva ma poate suna?
  - d. care sunt regulile cu telefoanele locale?
  - e. care sunt regulile cu telefoanele de lunga distanta?
  - f. trebuie sa tin socoteala telefoanelor pe lunga distanta/durata?
  
28. Care este procedura pentru a trimite scrisori?
29. Pot folosi televizorul si combina muzicala ori de cate ori vreau?
  
30. Are tatal gazda ceva ce ii displace – mestecatul gumei, ascultatul muzicii rock etc.?
31. Are mama gazda ceva ce ii displace?
32. Are sora/fratele gazda ceva ce ii displace?

33. Ce fac in legatura cu mancarea de pranz de la scoala?
34. Daca iesim in oras ca familie, cine e responsabil pentru plata biletelor si restaurantului pentru mine?
35. Cum sa ma comport cu servitorii din familie?
36. Aminteste-le ca tie nu iti este permis sa fumezi sau sa bei si discuta orice alte probleme pe care le ai din cauza fumului.
37. Daca am o problema, cum sa o comunic familiei gazda?
38. Acceptati ca sunt aici ca fiica/fiu?
39. Cum sa va spun – mama, tata, sau folosind numele mic?

Dupa prima saptamana, roaga-i pe cei din familia gazda sa te ajute sa completezi primul raport si trimite-l Chairman-ului Districtului.

### **Sugestii pentru a face anul de schimb un an minunat (oferite de studentii de schimb din anii trecuti)**

#### **Generale**

1. Nu lua in serios glumele care se fac despre tine: accentul, nationalitatea, aspectul personal etc. Razi cu ceilalti si fa glume similare despre ei.
2. Cand ti se face o invitatie, raspunde prompt si pune-o in calendar.
3. Incearca sa limitezi comparatiile verbale dintre tara ta nativa si tara gazda.
4. Respecta toate regulile. Nu astepta sa se faca exceptii pentru tine.
5. Daca chiar nu vrei sa fac ceva, refuza politicos.
6. Scrie parintilor de acasa in mod regulat.
7. telefoanele de lunga durata sunt responsabilitatea ta financiara.
8. Scrie si trimite felicitari de apreciere oamenilor care iti dau cadouri, te duc in calatorii, te invita la cina etc. Nu exista o alta cale mai sigura de a fi tratat tot asa de bine in viitor, decat daca iti exprimi aprecierea pentru lucurile din trecut.



## **La scoala**

1. Implica-te in cat mai multe sporturi, cluburi, activitati. Nu trebuie sa ai talent ca sa iti faci prieteni.
2. Accepta nivelul si sistemul de educatie. Nu incerca sa invinovatesti sau sa critici.
3. Fa tot ce-ti sta in putinta pe plan educational, chiar daca anul acesta scolar nu va conta cand te vei intoarce in tara nativa.
4. Cauta-ti prieteni printre tinerii din tara gazda, nu numai prieteni printre studentii de schimb. Fii sociabil si fa tu primul pas pentru a-ti face prieteni.
5. Incearca sa nu domini discutiile din clasa sau sa pui mai multe intrebari decat ceilalti.
6. Nu astepta sa fi tratat in mod special de catre profesori fiindca esti student de schimb.
7. Incearca noi activitati.
8. Respecta intimitatea altora. Nu cere altor studenti sa-ti spuna notele lor la teste, compuneri etc.
9. Nu negocia cu profesorii nota pe care ti-au dat-o.
10. Nu folosi ca scuza faptul ca nu stii limba foarte bine.

## **In familia gazda**

1. Accepta si participa la activitatile religioase ale familiei. Esti membru in familie, nu oaspete.
2. Ajuta la muncile din casa in care locuiesti. Fa aceleasi lucruri pe care le face si familia.
3. Incearca tot felul de mancaruri noi.
4. Accepta orarul si regulile familiei.
5. Daca iti este dor de acasa sau ai o problema, vorbeste cu parintii gazda despre asta. Nu te ascunde in camera ta de unul singur. Daca simti nevoia sa fi singur, du-te la o plimbare. Daca problema nu este rezolvata dupa ce vorbesti cu parintii gazda, contacteaza consilierul Rotary sau Chairman-ul districtului.
6. Participa la activitatile familiei. Casa lor nu este un hotel.
7. De indata ce stii numele familiilor gazda, **SCRIE-LE**.
8. Cand ajungi la ei, spune-le despre tine.
9. Adu cadouri pentru fiecare familie cu care vei sta.
10. S-ar putea sa stai in dormitor si cu altcineva. Fa din aceasta situatie un avantaj.
11. Daca nu esti sigur de o situatie sau daca ai nevoie de un sfat, apeleaza la un frate sau la o sora gazda pentru ajutor.
12. Incearca sa nu vorbesti limba nativa cand esti cu persoane care n-o inteleg.

## **Ce sa aduca studentii de schimb**

1. Costum traditional al tarii native.
2. Ilustrate, pliante si fotografii despre viata de zi cu zi, familia ta, comunitatea si atractiile turistice din tara nativa.
3. Cel putin 25 de insigne pe care sa le schimbi cu alti studenti de schimb. Daca vrei sa participi la un tur sponsorizat de Rotary, adu 100 de insigne.
4. Un dictionar: limba tarii gazda – limba tarii tale.
5. Un cadou pentru fiecare familie gazda. Acestea nu trebuie sa fie scumpe, dar trebuie sa fie tipice din tara ta. Carti cu fotografii ale tarii tale sunt cadouri apreciate. In plus, trebuie aduse si alte cadouri mici pentru persoane care te vor ajuta de-a lungul anului.
6. Nu da toate cadourile la venire!!! Nu vei stii cat o sa stai intr-o familie gazda sau cate familii gazda o sa ai. Astfel, fii econom, poti fi generos si mai tarziu.
7. Fanioane ale Clubului Rotary sponsor pentru a le da Districtului gazda, Clubului Rotary gazda si altor cluburi pe care le vei vizita.