



Lions Clubs International

PROGRAM FÖR UNGDOMSLÄGER OCH UNGDOMSUTBYTE

# Vägledning för värdfamilj

---

# Innehåll

|                                                              |    |
|--------------------------------------------------------------|----|
| <b>Inledning</b> .....                                       | 2  |
| Skydd av ungdom .....                                        | 2  |
| <b>Ungdomsläger och ungdomsutbyte</b> .....                  | 2  |
| Historik .....                                               | 2  |
| Definition av program .....                                  | 2  |
| <b>Värdfamiljens roll</b> .....                              | 3  |
| Förväntningar på värdfamilj .....                            | 4  |
| Mat och husrum .....                                         | 4  |
| Transport .....                                              | 4  |
| Finansiellt ansvar .....                                     | 4  |
| Skydd av personlig information .....                         | 4  |
| Att välja utbytesbesökare .....                              | 4  |
| <b>Innan besökaren anländer</b> .....                        | 5  |
| Korrespondens .....                                          | 5  |
| Kulturella förberedelser .....                               | 5  |
| Försäkring .....                                             | 5  |
| Informationsmöten och evenemang för värdfamilj .....         | 5  |
| <b>Under utbytet</b> .....                                   | 6  |
| Ankomst .....                                                | 6  |
| Tidsomställning .....                                        | 6  |
| Hemlängtan .....                                             | 6  |
| Språk .....                                                  | 6  |
| Olyckor/sjukdom eller nödfall .....                          | 7  |
| Aktiviteter för värdfamilj .....                             | 7  |
| Värdklubbar .....                                            | 7  |
| Förväntningar på besökaren .....                             | 8  |
| Byte av värdfamilj .....                                     | 8  |
| Internationellt ungdomsläger .....                           | 8  |
| Tidig hemresa eller förlängd vistelse .....                  | 8  |
| Konflikt med värdfamilj eller avlägsnande från program ..... | 8  |
| <b>Efter utbytet</b> .....                                   | 9  |
| Avresa .....                                                 | 9  |
| Hemkomst .....                                               | 9  |
| <b>Checklista för värdfamilj</b> .....                       | 10 |

# Inledning

## **Gratulerar till att ni har blivit en värdfamilj i Lions program för ungdomsläger och ungdomsutbyte!**

Att vara värdfamilj till en deltagare (mellan 15-22 år) i programmet för ungdomsläger och ungdomsutbyte kommer garanterat att vara en berikande upplevelse under det att ni lär känna varandras kulturer genom konversationer, kulturella aktiviteter och vardagsliv.

Denna vägledning har utformats för att hjälpa er förstå er roll och ert ansvar som värdfamilj. Den innehåller de regler och förväntningar som krävs för att upplevelsen ska bli så bra som möjligt för alla parter.

De flesta värdklubbar tillhandahåller utförliga informationsmöten om det lokala programmet för ungdomsläger och ungdomsutbyte. Överväg att delta i dessa informationsmöten om de tillhandahålls av er lokala värdklubb.

## **Skydd av ungdom**

- Alla värdfamiljer som deltar i Lions Clubs Internationals program för ungdomsläger och ungdomsutbyte förväntas skapa och upprätthålla en trygg miljö för alla ungdomar som deltar.
- Kontakta er lokala ordförande för programmet för att lära er mer om hur ni inrapporterar och hanterar incidenter som till exempel anklagelser gällande missbruk eller trakasserier.
- Kontakta er lokala ordförande för programmet för att lära er mer om hur ni förbereder er inför kriser vid en eventuell nödsituation, som till exempel en naturkatastrof eller politiska oroligheter.
- Alla värdfamiljer måste, utöver att följa Lions Clubs Internationals regler och tillvägagångssätt, följa alla lokala lagar och regler gällande skydd av ungdom.

# Ungdomsläger och ungdomsutbyte

## **Historik**

Ungdomsutbytesprogrammet godkändes av Lions Clubs Internationals styrelse år 1961, efter ett framgångsrikt utbyte mellan Lions i USA och Japan. Programmet för ungdomsläger godkändes några år senare, 1974. Båda programmen etablerades med målet att främja Lions första syfte "att skapa och upprätthålla en anda av samförstånd mellan jordens folk."

## **Definition av program**

Ungdomsläger och ungdomsutbyte omfattar inte turism, akademiska studier eller anställning. Istället uppmuntras ungdomarna att använda denna möjlighet till att dela med sig av sin egen kultur samtidigt som de upplever en annan. Programmet består av två stora delar: Internationella utbyten och internationella läger.



## Värdfamiljens roll

Som värdfamilj måste ni vara villiga att dela er vardag och kultur med den besökande ungdomen, till exempel bjuda in dem till alla familjeaktiviteter.

Ni bör planera olika kulturella aktiviteter, såsom besök till museum, naturparker eller naturcenter, lokala utflykter, sportaktiviteter, konserter med mera.

- Att planera aktiviteter tillsammans med andra värdfamiljer uppmuntras.
- Kom ihåg att långa dagsutflykter eller utflykter som stäcker sig över flera dagar kanske inte är av intresse för besökaren. Prova att visa dem platser som er familj tycker om att besöka.
- Det rekommenderas att alla medlemmar i er familj deltar i informationsmöten eller evenemang för värdfamiljer innan och/eller efter utbytet.



# Förväntningar på värdfamilj

## Mat och husrum

- Ni förväntas tillhandahålla mat och husrum för besökaren. Det rekommenderas att besökaren får bo tillsammans med ungdomar i samma ålder och av samma kön. Måltider bör vara regelbundna och hälsosamma.

## Transport

- Ni ansvarar vanligtvis för all transport under utbytet. Resor kan komma att inkludera transport till och från flygplatsen eller tågstationen, transport till andra värdfamiljer eller internationella läger, transport till och från aktiviteter som planerats av er och/eller värdklubben.

## Finansiellt ansvar

- Betalning för kulturella aktiviteter beror på er uppgörelse med besökaren och värdklubben.
- Vissa program tillhandahåller arvode eller stipendier för deltagande värdfamiljer.
- Kontakta er lokala programordförande eller värdklubben för mer information.

## Skydd och hantering av personlig information samt sociala medier

- Säkerställ att den personliga information ni har om besökaren skyddas på ett lämpligt sätt för att följa lokala lagar om skydd av personlig information.
- Vi rekommenderar att du erhåller ett skriftligt godkännande om att publicera bilder och videor av er och besökaren på sociala medier.

## Att välja utbytesbesökare

- Kriterierna för att välja utbytesbesökare ser olika ut för olika utbytesprogram.
- Värdskapet beror på önskad ålder, kön, intressen, nationalitet och om det finns en ungdom som uppfyller dessa kriterier.
- Er lokala programordförande kan informera er om deltagande ungdomar eller, om det finns tillräckligt med tid, kontakta en ungdom som uppfyller era önskningar.

# Innan besökaren anländer

## Korrespondens

- Det rekommenderas att ni tar kontakt med er besökare så snart han/hon har utsetts. Korrespondens kan bestå av brev, bilder och annat som ni vill att besökaren ska veta om er familj, ert liv och ert hem. Beskriv samhället och aktiviteter som ni kan komma att göra tillsammans.
- Hjälp dem packa inför resan (förbered dem till exempel på vädret eller aktiviteter de kommer att genomföra).
- Ni uppmuntras att kontakta besökaren på det språk ni kommer att använda under utbytet.
- Om svårigheter uppstår ska ni omedelbart kontakta programmets ordförande.
- Notera att besökaren kan komma att ha vissa matrestriktioner på grund av deras religion eller kultur. Det rekommenderas att du tar reda på eventuella restriktioner innan besökaren anländer.
  - Likaså är det viktigt att ni delger om er familj har matrestriktioner på grund av er religion eller kultur.
- Kom ihåg att kommunikation ibland kan vara könsbaserad på grund av kultur.
  - Till exempel, kvinnor kan känna sig mer bekväma med att kommunicera med kvinnor.

## Kulturella förberedelser

- Försök att lära er mer om besökarens liv och kultur innan ankomst. Desto bättre förberedda ni är, desto bättre kommer ni att hantera den kulturchock besökaren kan komma att uppleva när de anländer.

## Försäkring

- Den sponsrande klubben och besökarens familj ansvarar för att besökaren har lämplig sjukförsäkring och reseförsäkring innan ankomst (bekräfta försäkringarna med er lokala programordförande).
- Programmet för ungdomsläger och ungdomsutbyte och alla deltagare täcks av Lions Clubs Internationals allmänna ansvarsförsäkring. Vilket betyder att Lions allmänna ansvarsförsäkring kan komma att användas vid olyckor eller nödfall om en programdeltagare, så som en värdfamilj, skulle anses vara juridiskt ansvarig för skador.
- Ofta rekommenderas besökaren att skaffa ytterligare försäkringar utöver Lions Clubs Internationals allmänna ansvarsförsäkring.
- Detta är viktigt att kontrollera innan besökaren reser. Er familj, värdklubben, sponsorklubben och programmets ordförande måste avgöra om besökaren har tillräckligt försäkringsskydd baserat på de planerade lokala aktiviteterna samt säkerställa att alla parter har tillgång till all nödvändig information, som till exempel policynummer, telefonnummer och lokala kontor för det försäkringsbolag som besökaren har valt att teckna försäkring med.
- Besökaren måste registrera sin försäkring hos multipeldistriktet, distriktet eller klubben som står värd och uppmuntras att ta en kopia av försäkringsbrev, pass och resplaner att bära med sig om originalen skulle förläggas.
- Kontakta er lokala programordförande eller värdklubben för mer information.

## Informationsmöten och evenemang för värdfamilj

- Det rekommenderas att ni håller regelbunden kontakt med värdklubbens lokala programordförande i samordningssyfte.
- Alla familjemedlemmar bör delta på något eller alla informationsmöten som tillhandahålls av det lokala programmet.
- Vissa program genomför aktiviteter för värdfamiljer innan och efter besökaren anländer/lämnar. Dra nytta av denna möjlighet att komma i kontakt med andra värdfamiljer. De kan komma att vara en bra kunskapsresurs under utbytet.

# Under utbytet

## Ankomst

- Planera var och när ni ska möta besökaren på flygplatsen eller tågstationen.
  - Säkerställ att besökaren får information om er plan, biljetter och lokal valuta.
- Kom ihåg att besökaren kan vara känslig när de anländer. Vissa besökare upplever en omedelbar kulturchock på grund av annorlunda dofter, kläder och ett annat språk.
- Det rekommenderas att personen som har haft kontakt med besökaren finns på plats vid flygplatsen/tågstationen.
  - Om det inte är möjligt, säkerställ att besökaren erhåller ett foto och namn på den person som hämtar dem.
- Ha en plan vid eventuella förseningar, förlorat bagage och säkerhetsfrågor.
- Be att besökaren kontaktar sina föräldrar vid ankomst för att tala om att de har kommit fram.

## Tidsomställning

- Glöm inte att besökaren kan vara mycket trött om han/hon har rest över flera tidszoner.
- Försök att inte planera alltför många aktiviteter de två första dagarna, så att deras kropp hinner anpassa sig till den lokala tiden.

## Hemlängtan

- Ge besökaren några dagar att komma till rätta innan ni oroar er över hemlängtan.
  - Planera aktiviteter som inte kräver så mycket energi, men som är roliga, till exempel att titta på en film eller spela spel.
- Tecken på hemlängtan: tillbakadragen, vill inte prata eller humörsvängningar, pratar ofta om sitt hem, sover mycket, vikt upp/nedgång, depression eller oregelbundna beteenden.
- Det är viktigt att ni får besökaren att känna sig som en del av er familj, på ett så naturligt sätt som möjligt. Det kan hjälpa besökaren att känna sig trygg "hemma".
- Om tecken på hemlängtan förvärras bör ni kontakta er lokala programordförande.
- Respektera besökarens tro. Om den skiljer sig från er kan en vänlig gest vara att tillhandahålla en lista över till exempel kyrkor/samlingslokaler för religiös verksamhet, eller platser i ert hem där de kan utöva sin tro. Detta kan också bidra till en minskad hemlängtan.

## Språk

- Kom ihåg att besökaren kanske inte talar ert språk flytande.
- Ha tålamod, tala långsamt och undvik slangord till dess att besökaren känner sig mer bekväm och fått tid att anpassa sig till det nya språket.
- Notera att om besökaren nickar mycket kan det betyda att de inte förstår.

## Olyckor/sjukdom eller nödfall

- Olycksfall kan komma att inträffa under utbytet.
- Ha en kopia av besökarens försäkringsinformation nära till hands. Informationen bör alltid medfölja besökaren.
- Besökarens ansökningsformulär anger om du eller programmets ordförande har tillstånd att söka vård för besökaren.
  - Er lokala programordförande och besökarens programordförande bör kontaktas omedelbart.
  - Detta formulär anger också vem som ansvarar för betalning av sjukvårdskostnader som inte täcks av försäkringen.
- Programmets ordförande ansvarar för att informera besökarens föräldrar vid olycksfall/sjukdom.
- Ansökningsformuläret innehåller information om eventuella sjukdomar och allergier.
  - Kontrollera att besökaren har packat alla receptbelagda mediciner innan de anländer.

## Aktiviteter för värdfamilj

- Ge besökaren en rundtur! Visa dem deras säng (eller rum). Visa hur alla hushållsmaskiner fungerar. Berätta vilka husregler ni har. Ni kanske också vill ge dem en karta över orten och en lista över viktiga koder och lösenord som de bör känna till.
- Notera att besökaren ska behandlas som en i familjen, inte som en gäst. Därför ska det tydliggöras om de förväntas hjälpa till med hushållssysslor eller andra uppgifter i hemmet.
- Tillhandahåll en säker plats där de kan bevara pengar och viktiga resehandlingar.
- Uppmuntra besökaren att berätta om sin matkultur, till exempel en måltid eller lämpligt bordsskick. Det är ett bra sätt att minska hemlängtan och skapa en atmosfär av förståelse och förväntningar.
- Att ge besökaren en välkomstpresent, till ett rimligt pris, är ett utmärkt sätt att välkomna dem till ert hem.
- Kom ihåg att inte lämna besökaren ensam under en längre period. Se till att ordna aktiviteter för besökaren, om andra ungdomar i hemmet går i skolan och föräldrarna arbetar, så att de inte är ensamma.
  - Sammanställ ett schema med roliga och kulturella aktiviteter för besökaren.
  - Detta kan inkludera aktiviteter med andra värdfamiljer i området, så att besökaren inte känner sig ensam.
- När besökaren deltar i aktiviteter med andra ungdomar (till exempel utflykter eller läger) bör de umgås med varandra och inte kommunicera med sin familj.

## Värdklubbar

- Värdklubben bör finnas tillgänglig för frågor, kommentarer och funderingar.
- Det rekommenderas att besökaren deltar i värdklubbens aktiviteter, såsom möten och serviceprojekt.

## Förväntningar på besökaren

- Respektera familjens regler.
- Följ lokala lagar och regler i det land de besöker.
- Besökaren får inte köra motordrivna fordon under sitt deltagande i programmet för ungdomsläger och ungdomsutbyte.
- Droganvändning är strängt förbjuden.
- Användning av alkohol och tobak beror på lokala lagar, besökarens ålder, värdfamiljens regler och reglerna i det lokala programmet för ungdomsläger och ungdomsutbyte.
- Romantiska relationer bör avrådas.
- Oanmälda besökare är strängt förbjudna inom programmet för ungdomsläger och ungdomsutbyte (till exempel utbytesbesökarens vänner och familj som inte deltar i programmet).

## Byte av värdfamilj

- Kom ihåg att några besökare bor hos mer än en värdfamilj under sitt utbyte.
- Respektera nästa värdfamilj genom att begränsa din kommunikation med besökaren, så att de får ut så mycket som möjligt av utbytet.
  - Om ni värdfamilj nummer två, kom ihåg att denna flytt är ytterligare en stor förändring för besökaren.
- Kommunicera och koordinera med andra värdfamiljer för att planera olika aktiviteter och för att få information om flyttar mellan värdfamiljer.

## Internationellt ungdomsläger

- På liknande sätt som att byta värdfamilj deltar en del ungdomar i ett läger mitt i sitt utbyte hos er.
- Kontrollera när lägret börjar och avslutas så att ni kan hämta och lämna besökaren.
- Värdfamiljer är välkomna att delta på besöksdagar.

## Tidig hemresa eller förlängd vistelse

- Tidig hemresa definieras som:
  - Besökaren måste åka hem på grund av sjukdom/olycksfall eller familjeangelägenheter.
- Förlängd vistelse definieras som:
  - Besökaren väljer att resa fritt innan eller efter programdatumerna.
- Vissa program tillåter inte en förlängd vistelse.
- Om ert program tillåter tidig hemresa eller en förlängd vistelse ska ni kontakta er lokala programordförande eller värdklubb för mer information.
  - De flesta tidiga hemresor eller förlängda vistelser meddelas innan ankomst och formulär måste fyllas i av besökaren och deras familj.
  - Programordföranden i besökarens land bör också känna till dessa planer.

## Konflikt med värdfamilj eller avlägsnande från programmet

- I händelse av konflikter mellan er familj och besökaren bör värdklubben och programmets ordförande på ett taktfullt sätt försöka lösa problemet.
  - I extrema situationer kan det ibland bli nödvändigt att sända hem besökaren tidigare än planerat.
- Om er familj eller en annan värdfamilj lämnar återbud efter en överenskommelse att stå värd kommer besökaren att flyttas till en ny familj av värdklubben eller programmets ordförande.

# Efter utbytet

## Avresa

- Ni bör försöka närvara vid besökarens avresa. Detta kommer underlätta deras hemkomst.

## Hemkomst

- Upprätthåll kontakten med besökaren när de har återvänt hem.
- Lär er mer om att bli medlem i Lions eller LEO!
- Ge den lokala värdklubben återkoppling om er upplevelse, till exempel frågor, kommentarer eller funderingar. Er återkoppling är det enda sättet att förbättra programmet!

### Tack!

Ett rungande TACK för ert deltagande i detta program, från alla Lions som är involverade i program för ungdomsläger och ungdomsutbyte! Tack vare er är Lions ett steg närmare "att skapa och upprätthålla en anda av samförstånd mellan jordens folk."

# Checklista för värdfamilj

## Innan besökaren anländer

Vi har arbetat med den lokala programordföranden eller värdklubben för att:

- ☐ Genomföra vår intervju.
- ☐ Planera besökarens presentation av sitt land hos värdklubben (om tillämpligt).
- ☐ Planera flera evenemang med värdklubben, till exempel ett serviceprojekt som besökaren kan delta vid.
- ☐ Motta planer vid nödfall, politiska oroligheter eller naturkatastrofer.
  - ☐ Meddela dessa planer till programmets ordförande i vårt och besökarens land, värdklubben och sponsorklubben.
- ☐ Förstå vårt finansiella ansvar som värdfamilj.
- ☐ Delta vid informationsmöten och evenemang för värdfamiljer.

Vi har förberett vårt hem för besökaren med:

- ☐ En säng.
- ☐ Ett sovrum.
- ☐ En plats där värdesaker kan förvaras.
- ☐ Mat.
- ☐ En lista över kulturella aktiviteter.
- ☐ En lista över husregler, nycklar, lösenord och koder.
- ☐ En lista över sysslor som besökaren förväntas delta i.

Vi har:

- ☐ Kommunicerat med besökaren.
- ☐ Förberett dem på vår kultur, vad de kan förvänta sig och vad de bör packa.
- ☐ Lärt oss mer om deras kultur.
- ☐ Kontrollerat att de har kopior av sjukvårds- och reseförsäkring samt resehandlingar.
- ☐ Sammanställt en plan för upphämtning vid flygplats och/eller tågstation.
- ☐ En plan vid eventuella förseningar, förlorat bagage eller säkerhetsfrågor.

När det gäller besökarens ankomst och vistelse har vi:

- ☐ Kontrollerat flygtider.
- ☐ Kontrollerat flygstatus.
- ☐ Kontrollerat tågtider (om tillämpligt).
- ☐ Kontrollerat tågstatus (om tillämpligt).
- ☐ Bett besökaren kontakta sina föräldrar/målsman för att meddela att de har anlänt.
- ☐ Gett besökaren tid att anpassa sig till tidsskillnaden.
- ☐ Överlämnat husregler och förväntningar.
- ☐ Meddelat besökaren att en nödfallsplan finns att använda vid behov.
- ☐ Överlämnat en lista över roliga aktiviteter att se fram emot.
- ☐ Hjälpt besökaren och värdklubben att koordinera en landspresentation och andra aktiviteter.
- ☐ Förberett planer för att transportera besökaren till en ny värdfamilj eller ett internationellt ungdomsläger.
- ☐ Haft roligt!

## Hemresa

När det gäller besökarens hemresa har vi:

- ☐ Kontrollerat flygtider.
- ☐ Kontrollerat flygstatus.
- ☐ Kontrollerat tågtider.
- ☐ Kontrollerat tågstatus.
- ☐ Diskuterat och fastställt en plan för besökarens hemresa.
- ☐ Fortsatt att kommunicera med besökaren efter hemkomst.
- ☐ Erhållit information och lärt oss mer om att bli medlem i Lions eller LEO.
- ☐ Tillhandahållit återkoppling om vår upplevelse till den lokala värdklubben och programmets ordförande, till exempel frågor, kommentarer och funderingar.