DELTA

Handbuch für Austauschschüler

...so viel mehr!

German _ 2026 _ v.5

Updated August 2026

WILLKOMMEN IM DELTA SCHOOL DISTRICT

Im Namen sämtlicher Mitarbeiter des Internationalen Schülerprogramms möchte ich alle neuen Austauschschüler hier im Delta School District ganz herzlich willkommen heißen. Ihr beginnt gerade ein aufregendes Abenteuer in Kanada und wir sind stolz darauf, Euch auf Eurem Weg unterstützen zu dürfen.

Wir haben dieses Orientierungshandbuch zusammengestellt, um Euch die Anpassung an Euer neues Lern- und Arbeitsumfeld zu erleichtern. Nehmt Euch etwas Zeit, Euch damit vertraut zu machen. Verschiedene unserer Mitarbeiter stehen bereit, um Euch sowohl zu Hause als auch in der Schule zu unterstützen.

Genießt Eure Zeit in Delta. Wir hoffen, dass Ihr Eure Lernziele erreicht und auf Eurem Ihrem Weg neue Freundschaften fürs Leben schließt. Ihr allein seid Meister Eures Erfolgs, also ergreift diese Chance und setzt sie auf die Eure eigene Art und Weise um.

Freundlichst,

Karen Symonds
Director
International Student Program

INHALTSVERZEICHNIS

GRUSSWORT 2
INHALTSVERZEICHNIS 3
KONTAKTDATEN UNSERER HOMESTAY COORDINATORS 4
HIGH SCHOOL KONTAKTINFO 5
KONTAKTINFO BÜRO 5
EMPFOHLENE KLEIDUNG 6
KULTURSCHOCK 7
TIPPS & TRICKS UM DEN KUTURSCHOCK ZU REDUZIEREN. 8
KULTUR,SITTEN UND GEBRÄUCHE IN KANADA 9
IN DER SCHULE. 10
NACHHILFE… 10
DAS LEBEN IN DEINEM NEUEN ZUHAUSE 10
HEIZUNG UND STROM 11
ESSEN UND TRINKEN IN KANADA… 11
BADEZIMMER / WASCHKÜCHE. 12
IN DER GASTFAMILIE - REGELN UND ERWARTUNGEN… 13
HAUSSCHLÜSSEL… 13
GEMEINSAMES FAMILIENLEBEN. 14
BENUTZUNG VON TELEFON & COMPUTER… 14
HAUSARBEITEN UND WÄSCHE… 14
BABY- UND HUNDESITTEN… 14
AUSGANGSZEITEN… 15
ÜBERNACHTUNGEN AUSSER HAUS… 15
AUSFLÜGE MIT FREUNDEN… 16
BESUCHE VON FREUNDEN… 16
SKI-TAGESAUSFLÜGE 16
HOMESTAY GEBÜHREN… 17
SCHULFERIEN 17
SCHÄDEN IM HAUS 17
ELTERNBESUCHE… 17
WECHSELN VON GASTFAMILIEN. 18
AUTOFAHREN & FAHREN PER ANHALTER. 19
RAUCHEN… 19
DROGEN UND ALKOHOL… 19
BESUCH IN DEN USA… 19
BEZAHLTE ARBEIT WÄHREND DES AUFENTHALTES IN KANADA 19
LERNEN IN KANADISCHEN SCHULEN… 20
LERNTIPPS FÜR KANADA… 21
KRANKENVERSICHERUNG… 22
TIPPS ZUR PERSÖNLICHEN SICHERHEIT… 23

KONTAKTDATEN UNSERER PROGRAMMKOORDINATOREN

Unterstützung durch Homestay Coordinators:
Gastfamilien und Schüler werden vom Homestay Coordinator betreut. Sollten einmal Schwierigkeiten auftreten, steht der Homestay Coordinator stets unterstützend zur Verfügung. Bei schulischen Fragen wende dich bitte an den International Student Coordinator deiner Schule (siehe Kontaktliste mit E-Mails und Telefonnummern). Die Homestay Coordinators vermitteln zwischen der Gastfamilie, dem Schüler und ggf. der Agentur; dies erfolgt oft in Form einer Diskussionsrunde in Anwesenheit aller Parteien.

Bürozeiten des Homestay Coordinators:
Die Homestay Coordinators sind montags bis freitags zwischen 8:30 und 16:00 Uhr im Büro der Schulbehörde, 4585 Harvest Drive zu erreichen. Außerhalb der Arbeitszeiten erreichst du sie unter ihrer Handynummer. Das Internationale Schülerbüro befindet sich im Hauptkorridor direkt gegenüber dem Haupteingang.

Area	Homestay Staff	Phone Number	Email
Manager	Brent Gibson	604-952-5075	bgibson@GoDelta.ca
Delta and Delview Secondary	Teri Gallant	604-952-5399	tgallant@GoDelta.ca
North Delta and Sands Secondary	Deborah Wallace	604-952-5396	dwallace@GoDelta.ca
South Delta Secondary	Tania Hope	604-952-5385	thope@GoDelta.ca
Burnsview and Seaquam Secondary	Michele Ramsden	604-952-5352	mramsden@GoDelta.ca

Bei Notfällen außerhalb der Arbeitszeiten oder an Wochenenden wende dich bitte unter den folgenden Telefonnummern an die Homestay Coordinators oder an Karen Symonds (Director):

Brent Gibson - 604-319-0493
Teri Gallant – 604-319-2575
Deborah Wallace – 604-612-1465
Tania Hope – 604-612-4020
Michele Ramsden 604-329-0373
Karen Symonds – 604-396-6862

E-Mails werden während der Bürozeiten beantwortet.

*** Für Notfälle speichere bitte die entsprechenden Telefonnummern auf deinem Handy.**

INTERNATIONAL STUDENT PROGRAM HIGH SCHOOL CONTACT INFORMATION

Schule	International Student Coordinator	Telefon	E-Mail
Burnsview Secondary (BU)	Jays Pham	604-594-0491	jpham@deltaschools.ca
Delta Secondary (DE)	Nikita Pardiwala Yuswack	604-946-4194	nyuswack@deltaschools.ca
Delview Secondary (DL)	Mark Pocock	604-594-5491	mpocock@deltaschools.ca
North Delta Secondary (ND)	Stephen Platzer	604-596-7471	splatzer@deltaschools.ca
Sands Secondary (SA)	Brooke Savoy	604-594-3474	bsavoy@deltaschools.ca
Seaquam Secondary (SE)	Wendy Yamazaki	604-591-6166	wyamazaki@deltaschools.ca
South Delta Secondary (SD)	Scott Pike	604-943-7407	spike@deltaschools.ca

KONTAKTINFO INTERNATIONALES SCHÜLERPROGRAMM HIGH SCHOOL

Direktor International Student Program (Vormundschaft, Schülerbetreuung)	Karen Symonds	604-952 5372 604-396-6862(mobil)	ksymonds@GoDelta.ca
Stellvertretende Programmdirektorin (South Delta)	Claire George	604-952-5370 604-562-4064(mobil)	cgeorge@GoDelta.ca
Stellvertretende Programmdirektorin (North Delta)	Jim Hope	604-952-5332 604-763-4406(mobil)	jhope@GoDelta.ca
District Coordinator Grundstufe/Elementary School	Kimberley Grimsey	604-952-5394 604-329-2693 (mobil)	kgrimsey@GoDelta.ca
Homestay Manager	Brent Gibson	604-952-5075 604-319-0493 (mobil)	bgibson@GoDelta.ca
Koordinatorin für Schülergesundheit, Wohlbefinden und Sonderprojekte	Mariana Hernandez	604-952-5398 604-250-6647(mobil)	mhernandez@GoDelta.ca
Marketing Manager und Spanische/Portugiesische Schüler	Israel Aucca	604-952-5301 604-230-0299(mobil)	iaucca@GoDelta.ca
Koreanische Schüler	Elaine Chu	604-952-5305 778-988-6069(mobil)	echu@GoDelta.ca
Chinesische Schüler	Laura Liu	604-952-5344 604-790-9304(mobil)	lliu@GoDelta.ca
Japanische Schüler	Akane Nishikiori	604-952-5381 604-841-0123(mobil)	anishikiori@GoDelta.ca
Zulassung und Aktenverwaltung	Sungmin Kang	604-952-5302	skang@GoDelta.ca
Verwaltungsassistentin Schüleranmeldung	Akiko Takao	604-952-5367	atakao@GoDelta.ca
Verwaltungsassistentin	Tiana Pham	604-952-5366	tpham@GoDelta.ca
Verwaltungsassistentin Homestay schecks	Michelle Lu	604-952-5327	mlu@GoDelta.ca

Empfohlene Kleidung für ein Jahr in Delta

**Bitte beachten: Dies sind generelle Vorschläge für eine Packliste*

März/April/Mai
- Pullover (Fleece, Wolle, Baumwolle, etc)
- Kaputzenpulli, Jeans
- Lang- und Kurzarmhemden
- Schlafanzug
- Regenschirm
- Sonnenbrille
- 7 - 10 Paar Strümpfe und Unterwäsche

Juni/Juli/August/September
- Shorts, ¾-Hose, Röcke
- T-shirts, leichte Jeans
- gute Wanderschuhe
- Badehose, -anzug, Sonnenhut, Sonnenbrille
- Sandalen
- Leichter Pullover
- Leichte Kaputzenpullis
- 7 - 10 Paar Strümpfe und Unterwäsche

Oktober/November
- Regenjacke, Regenschirm, Winterjacke
- Gummistiefel, wasserfeste Schuhe
- Langarmhemden
- Kaputzenpullis, Pullover
- Jeans, Jogginghose
- Handschuhe
- Warmer Schlafanzug, Hausschuhe
- 7 - 10 Paar Strümpfe und Unterwäsche

Dezember/Januar/Februar
- Winterjacke, Regenschirm
- Jeans, Hosen, Oberteile, Kaputzenpullis
- Warme Mütze
- Handschuhe und Schal
- Kleidung die man auch Anfang des Frühjahrs und im Herbst trägt
- Warmer Schlafanzug, Hausschuhe
- 7 - 10 Paar Strümpfe und Unterwäsche

Für Skiausflüge
- Skihose, Skijacke, Skibrille und warme wasserdichte Hanschuhe

KULTURSCHOCK

Der Kulturschock ist ein sehr konkreter psychologischer Prozess, den jeder bei seiner Ankunft in einem fremden Land durchlebt. Dieser Prozess besteht aus vier Phasen, die jeder auf unterschiedliche Art und Weise wahrnimmt. Der Schlüssel zur Bewältigung des Kulturschocks ist es, die einzelnen Phasen zu verstehen und sich darüber klar zu werden, dass die damit verbundenen Gefühle völlig normal sind. Manche sind enttäuscht darüber, wie anders die Dinge in Kanada laufen und frustriert, den ganzen Tag über Englisch sprechen zu müssen, und das jeden einzelnen Tag. Das Gute ist jedoch, dass fast alle Schüler diesen Gefühlszustand überwinden und dann eine wunderbare Zeit in Delta haben.

DIE HONEYMOON-PHASE:
Bei der Ankunft in Kanada empfindet der Schüler alles, was neu und anders ist, gleichzeitig als wunderbar und interessant. Das ist auch die einzige Phase, welche die meisten Touristen kennen, da diese sich nicht an eine neue Kultur gewöhnen müssen. Diese Phase kann eine Woche, einen Monat oder auch länger dauern.

DIE KRISE:
In dieser Phase wird dem Schüler plötzlich bewusst, dass er jetzt für längere Zeit im Ausland ist. Kulturelle Unterschiede, die man eben noch interessant fand, stellen jetzt vielleicht eine Herausforderung dar. In dieser Phase fühlt man sich verwirrt, isoliert und/oder überrollt. Diese Phase kann sehr anstrengend sein, besonders wenn Englisch lernen auch zur Herausforderung wird.

DIE ÜBERGANGSPHASE:
Es ist sehr wichtig, diese Phase zu verstehen. In der Übergangsphase werden manche Schüler wütend oder sind frustriert über das Leben in Kanada. Sie vergleichen es immer mit ihrer eigenen Kultur und regen sich über die Unterschiede auf. Kein Grund zur Besorgnis, das ist völlig normal. Wichtig ist es, die Symptome dieser Phase zu erkennen und bewusst zu vermeiden.

DIE ANPASSUNGSPHASE:
Kulturelle Herausforderungen und sprachliche Belange treten langsam in den Hintergrund und der Schüler akzeptiert und schätzt die Unterschiede, die ihn vorher genervt haben. In dieser Phase zeigt es sich, dass dein Auslandsaufenthalt allen deinen Erwartungen entspricht, dass du dich in deiner Gemeinde, Schule und in der Gastfamilie aufgehoben und entspannt fühlst.

Es ist zwar wichtig, die oben stehenden Phasen zu kennen, aber man sollte auch darauf hinweisen, dass nicht jeder Schüler jede einzelne dieser Phasen durchläuft. Manche Schüler haben schon bei der Ankunft Heimweh. Andere überspringen die frustrierende Übergangsphase und gehen gleich in die Anpassungsphase über. Der entscheidende Punkt ist jedoch, dass man weiß, was geschieht und dass Menschen wie der Homestay Coordinator und der Beratungslehrer (School Counselor) da sind, um dir zu helfen.

TIPPS UND TRICKS (um den Kulturschock abzumildern)

- **Erkundige dich.** Lies so viel wie möglich vor deiner Abreise, dann gibt es weniger Überraschungen bei deiner Ankunft. Erkundige dich im Internet und scheue dich nicht, deinem Homestay Coordinator, so oft du willst, Fragen per E-Mail zu stellen.

- **Sei aufgeschlossen.** Urteile nicht und versuche, keine Vergleiche anzustellen. Kanada ist anders als dein Heimatland. Das ist einer der Gründe, warum du es für deinen Auslandsaufenthalt ausgewählt hast! Sieh es als Herausforderung, unterschiedliche Herangehensweisen kennen zu lernen und werte diese nicht als schlecht oder weniger hilfreich ab.

- **Engagiere dich.** Nimm an Schülerclubs und/oder Sportteams teil und engagiere dich ggf. innerhalb deiner Gemeinde.

- **Sei geduldig.** Gib dir Zeit, um dich an deine neue Umgebung anzupassen und neue Freunde zu finden. Setz dich nicht unter Druck, das Eingewöhnen kostet Zeit.

- **Bleib aktiv!** Körperlich fit zu sein hilft dir, dich auch geistig fit zu fühlen. Baue Bewegung in deinen Alltag und/oder deinen Stundenplan ein.

- **Bleib locker.** Sorge dafür, dass dein Tagesablauf auch extra Zeit für dich zum 'Runterkommen' vorsieht. Lernen, Englisch zu sprechen und die tagtäglichen Anforderungen eines neuen Landes und einer neuen Kultur zu bewältigen, erfordert eine Menge an Energie. Baue jeden Tag eine kleine 'Auszeit' ein, zum Musik hören, um im Internet zu surfen oder um ein Buch in deiner Muttersprache zu lesen.

- **Bleib mit deiner Heimat in Verbindung.** Es ist wichtig, den Kontakt zu Familie und Freunden zu pflegen, denn sie können eine wertvolle Hilfe während deines Auslandsaufenthaltes sein. Zu viel Kontakt kann aber auch kontraproduktiv sein. Kontaktpflege sollte dich nicht davon abhalten, neue Freunde zu finden, an Aktivitäten teilzunehmen und/oder mit dem Lernen auf dem laufenden zu bleiben.

- **Bleib gesund.** Iss Lebensmittel, die gut für dich sind und mit denen du dich gut fühlst. Sorge dafür, dass du ausreichend schläfst. Nimm vielleicht zusätzliche Vitaminpräparate. Schiebe einen Krankenhausbesuch nicht zu lange auf, wenn du dich nicht gut fühlst.

- **Nimm Hilfe in Anspruch.** In Delta bist du nicht allein. Bist du traurig, allein oder frustriert, wende dich an deinen Homestay Coordinator oder einen Mitarbeiter deiner Gastschule.

Und am wichtigsten: Vergiss nicht, warum du nach Kanada gekommen bist! Es soll doch anders und eine Herausforderung sein. Wäre Kanada genau wie deine Heimat, gäbe es keinen Grund, hierher zu kommen.

KULTUR, SITTEN UND GEBRÄUCHE

Kanadier sind im Allgemeinen locker und lebenslustig. Wir nehmen uns selbst nicht allzu ernst und sind nicht gleich beleidigt. Es gibt jedoch ein paar kulturelle Erwartungen und Maßstäbe, die man kennen sollte. Beherzige die Grundregeln des gesunden Menschenverstandes und beachte die folgenden Do's und Don'ts:

- Klopfe, bevor du irgendwo zu Hause eintrittst (und warte darauf, dass man dich hinein bittet);
- Zieh deine Schuhe aus, bevor du ein Haus betrittst;
- Sag "Entschuldigen Sie bitte", wenn Sie jemanden aus Versehen angerempelt haben;
- Halte anderen Leuten (auch Fremden) beim Betreten eines Gebäudes die Tür offen;
- Begrüße die Familienmitglieder zum Frühstück mit "Guten Morgen" und sag "Gute Nacht", wenn du zu Bett gehst (betrete oder verlasse nicht einfach grußlos den Raum);
- Putz Dir die Nase mit einem Taschentuch (schniefe nicht in der Öffentlichkeit, das ist unhöflich);
- Rülpse möglichst nicht in der Öffentlichkeit;
- Schlürfe nicht beim Essen und kaue nicht mit offenem Mund;
- Frage einen Erwachsenen nicht nach seinem Alter (nur, wenn du ihn sehr gut kennst).

Die Kanadier stehen früh auf (6:00 - 7:00 Uhr), essen früh zu Abend (etwa um 18:00 Uhr) und gehen früh zu Bett (22:00 - 23:00). Das Abendessen ist zu einer festgesetztem Zeit und daher ist es wichtig, pünktlich zu sein und die Zeit für das Abendessen zu respektieren.

Schlafzimmertüren bleiben normalerweise geöffnet, es sei denn, man legt Wert auf Privatsphäre. Eine geschlossene Tür bedeutet, du musst klopfen und warten, bis man dich hereinbittet. Kanadier halten es für seltsam, wenn du dich immer bei geschlossener Tür in deinem Zimmer aufhältst. Die Badezimmertüren bleiben offen, wenn niemand drin ist.

Es ist wichtig, dass du deiner Gastmutter denselben Respekt entgegenbringst wie deinem Gastvater.

Kanadier schätzen Ehrlichkeit und sind normalerweise ziemlich direkt. Entschuldige dich sofort, wenn du einen Fehler gemacht hast und versuche, das Problem zu lösen - dabei schaust du die andere Person direkt an. Blickkontakt steht für Ehrlichkeit und Aufrichtigkeit und ist in Kanada sehr wichtig.

An öffentlichen Plätzen sprechen die Kanadier leise; auch du solltest hier leise sprechen oder lachen. Sprich auf deinem Handy leise, denn laute Telefongespräche stören die Kanadier.

Kanadier essen leise (mach also beim Essen keine Geräusche wie z.B. durch Schlürfen). Iss nicht mit offenem Mund, denn das gehört sich in Kanada nicht.

Kanadier putzen sich oft die Zähne, um Mundgeruch zu vermeiden. Auch die Kleidung sollte nicht unangenehm riechen, also wechsele deine Kleidung oft und verwende Deodorant. Kanadier duschen oder baden einmal täglich.

IN DER SCHULE

Sei höflich. Sag "bitte" und "danke", wenn das angebracht ist und "Entschuldigen Sie bitte", wenn du Hilfe brauchst oder jemandem etwas sagen bzw. ihn etwas fragen möchtest. Unterbrich niemanden während des Sprechens; dies gilt besonders für deine Lehrer.

Im Klassenzimmer gilt im allgemeinen: Hebe deine Hand und warte, bis du vom Lehrer zum Sprechen aufgefordert wirst.

Angemessener körperlicher Kontakt:
Die Kanadier legen Wert auf Ihre Privatsphäre; einige Arten der körperlichen Berührung sind jedoch durchaus üblich. Wenn man jemandem zum ersten Mal vorgestellt wird, ist es üblich, Hände zu schütteln und es ist üblich, jemandem auf die Schulter zu klopfen, wenn man ihm seine Anerkennung zeigen oder ihm gratulieren möchte. Eine Umarmung zum Abschied oder um jemanden zu trösten ist ebenfalls üblich.

Begrüßung von Lehrern:
In Kanada begrüßt man sich mit dem Rufnamen/Vornamen. Im Unterricht begrüßt man seinen Lehrer aber mit Herr/Frau und dem Familiennamen, z.B. Herr Schmidt.

Nachhilfe: Solltest du einen privaten Nachhilfelehrer benötigen, wende dich an deinen Homestay Coordinator, der dir dann einen entsprechend qualifizierten Nachhilfelehrer bzw. eine Agentur empfiehlt.

Keine Toleranz gegenüber Diskriminierung:
In der kanadischen Gesellschaft ist es wichtig, sich des Themas Geschlechterrollen bewusst zu sein. Männer und Frauen sind zu Hause und in der Öffentlichkeit gleich. Die Hausarbeit erledigt man in der Regel gemeinsam.

Kanada ist eine offene und multikulturelle Gesellschaft. Diskriminierung in irgendeiner Art wird nicht toleriert. In Kanada hat jeder einschließlich der Einwanderer ungeachtet seines Geschlechts, der Rasse, der ethnischen Zugehörigkeit, der Religion, der sexuellen Orientierung oder einer Behinderung das Recht auf Gleichbehandlung.

Wichtig: *Alle Schüler behandeln einander gleich, und zwar ungeachtet eines der oben genannten Kriterien, einschließlich der Staatsangehörigkeit. Schüler, die andere Schüler in irgendeiner Weise schikanieren, können aufgefordert werden, das Internationale Schülerprogramm zu verlassen.*

DAS LEBEN IN DEINEM NEUEN ZUHAUSE

Das Leben in Kanada bei einer kanadischen Familie entspricht wahrscheinlich so ziemlich dem, was du dir vorgestellt hast. Gastfamilien gibt es in allen Größen und Formen, einschließlich Familien mit und ohne Kinder, Familien mit zwei Elternteilen und Familien mit einem Elternteil.

Heizung und Strom:
Die meisten Häuser in Kanada haben Zentralheizung (Erdgasöfen). Die Häuser werden im Allgemeinen tagsüber warm gehalten und die Wärme wird nachts herunter gedrosselt. Sie sind solide gebaut und isoliert. Kanadier mögen aber zu Hause etwas kühlere Temperaturen. Sollte es dir kalt sein, sag das bitte deinen Gasteltern und bitte sie um eine Wolldecke o.ä.. Die Kanadier ziehen sich im Haus warm an und tragen z.B. Sweatshirts oder Hausmäntel und -schuhe.

Die Stromversorgung sowie Stecker und Steckdosen in Kanada entsprechen denen in den USA. Die Stromspannung beträgt 110 Volt und 60 Hertz (Halbschwingungen pro Sekunde). Die Kanadier sind im Allgemeinen sehr energiebewusst. Schalte das Licht aus, wenn du einen Raum verlässt und schalte die Haushaltsgeräte und andere Elektrogeräte aus, wenn du sie nicht mehr brauchst.

Essen und Trinken:
Die kanadischen Familien haben im Allgemeinen drei Mahlzeiten pro Tag. Werktags gibt es meistens ein schnelles, einfaches Frühstück. Normalerweise gibt es Cornflakes und/oder Toast und jeder bedient sich selbst. Die meisten Schüler bringen von den Gastfamilien vorbereitete Lunchpakete mit zur Schule. Das Abendessen ist die ausgiebigste und wichtigste Mahlzeit des Tages. Jetzt ist Zeit zum gemeinsamen Essen, Entspannen und Reden. Einige Kanadier essen oft am nächsten Tag noch einmal dasselbe - entweder zum Mittagessen oder zum Abendessen am nächsten Tag.

Bitte versuche, das Abendessen als gemeinsame Erfahrung zu nutzen, es ist eine wunderbare Gelegenheit, deine Familie kennenzulernen und dein Englisch zu verbessern.

Sei bitte pünktlich beim Abendessen. Wenn du vorhast, mit Freunden zusammen auszugehen, musst du deinen Gasteltern immer ausreichend vorher Bescheid geben, dass du zum Abendessen nicht da sein wirst.

Kanadisches Essen ist sehr vielseitig. Es kann vorkommen, dass eine kanadische Familie in einer beliebigen Woche italienische Nudeln, ein chinesisches Pfannengericht, ein amerikanisches Grillgericht und einen britischen Schmorbraten zum Abendessen hat. In den örtlichen Geschäften gibt es Zutaten für Mahlzeiten aus aller Welt. Bitte informiere deine Gasteltern über eventuelle Lebensmittelallergien und sag Ihnen auch, was du am liebsten isst. Die Mahlzeiten werden meistens "zwanglos" serviert, d.h. jeder bedient sich selbst.

Hinweis: In Kanada ist das Wasser sauber und man kann es direkt aus der Leitung trinken. Heutzutage finden die meisten Kanadier, es sei nicht gut für die Gesundheit und die Umwelt, wenn man Wasser aus Plastikflaschen trinkt. Das Leitungswasser in British Columbia ist das sauberste Wasser der Welt und völlig unverfälscht, da es direkt aus den Bergen vor Ort kommt. Du brauchst also absolut keine Bedenken haben, wenn deine Familie Leitungswasser auf den Tisch bringt.

Im Badezimmer/in der Waschküche

Die meisten Kanadier duschen morgens vor der Arbeit bzw. Schule. Bitte besprecht Euch mit den anderen Familienmitgliedern, damit es im Badezimmer morgens keine Staus gibt. Wenn du abends noch duschen möchtest, tu das bitte vor 21 Uhr, damit du die Familie so spät nicht störst. In Kanada duscht man normalerweise etwa zehn Minuten. Denk daran, die kanadischen Warmwasertanks sind relativ klein; wenn du also zu lange duschst, brauchst du damit das warme Wasser für das gesamte Haus auf!

Bitte verlasse den Badezimmerbereich in einem sauberen und trockenen Zustand. Entferne sämtliche Haare aus dem Waschbecken oder der Wanne, damit die Abflüsse nicht verstopfen. Haare gehören in den Mülleimer. Das Badezimmer sollte beim Verlassen so aussehen, wie du es vorgefunden hast.

Kanada hat ein leistungsfähiges Kanalsystem und die Leitungen in den Häusern sind dauerhaft. Toilettenpapier gehört in die Toilette, Damenhygieneprodukte hingegen in den Mülleimer.

Kanadier waschen Ihre Wäsche etwa einmal pro Woche. Sammele deine Schmutzwäsche in dem Wäschekorb, den die Gastfamilie aufstellt. Die Gastmutter sortiert die Kleidung dann und wäscht alle weißen und empfindlichen Sachen jeweils zusammen; die dunkleren Farben und unempfindliche Sachen wie Jeans werden getrennt gewaschen. Kanadier waschen die Unterwäsche nicht wie in Asien jeden Tag im Handwaschbecken und trocknen sie. Die meisten Kanadier haben mindestens 7-10 Teile Unterwäsche, damit sie bis zum Waschtag genügend saubere Unterwäsche haben. Bitte bringe ausreichend Socken und Unterwäsche mit.

Kanadier schätzen ihre Privatsphäre - bitte klopfe, bevor du ein Schlafzimmer betrittst und warte darauf, dass man dich hinein bittet. Betrete ein Schlaf- oder Badezimmer nicht einfach so. Geh nicht in das Schlafzimmer deiner Gastfamilie, wenn sie nicht zu Hause sind. Es ist ihr privater Bereich.

Die kanadischen Familien achten deine Privatsphäre ebenfalls und respektieren dein Schlafzimmer als privaten Bereich. Bitte denk aber daran, dass deine Gasteltern als Erwachsene aus vielerlei Gründen (z.B. zum Saubermachen) das Recht haben, dein Zimmer zu betreten, wenn du nicht da bist.

Unterhalte dich mit deiner Gastfamilie. Verkrieche dich nicht die ganze Zeit bei geschlossener Tür in deinem Zimmer. Setz dich ins Wohnzimmer und lies eine Zeitschrift, schau mit der Familie zusammen Fernsehen, hilf in der Küche und sei dabei, wenn sich die Familie trifft.

Das Familienleben in Kanada ist locker und ungezwungen. Die Familienmitglieder necken sich und machen Witze, sogar mit den und über die Eltern. Die Eltern werden mit Respekt behandelt, man kann aber auch unverkrampft mit ihnen umgehen und mit ihnen Spaß haben.

Die Kanadier lieben ihre Haustiere und behandeln diese vielleicht sogar wie Familienmitglieder. Es kann sein, dass sie ihre Hunde sogar nachts bei sich schlafen lassen. Die Tiere im Haus darfst du nicht reizen oder verletzen.

Beachte besondere Anlässe zu Hause wie zum Beispiel einen Geburtstag und feiere mit. Es ist eine nette Geste, eine Karte zu basteln oder zu kaufen und ein paar nette Sätze aufzuschreiben.

REGELN & ERWARTUNGEN FÜR DEN AUFENTHALT IN EINER GASTFAMILIE

1. Der Schüler hält sich an die folgenden Richtlinien:

Der Schüler:	
✓ sorgt für Ordnung in seinem Schlafzimmer und im Badezimmer & räumt nach Benutzung der Küche hinter sich auf ✓ hält sich an die Ausgangszeiten zu Hause und in der Schule ✓ stellt seine Freunde den Gasteltern vor und bittet sie um Erlaubnis, Gäste nach Hause mitzubringen ✓ informiert seine Gasteltern, wo er hingeht, mit wem er zusammen ist und wann er zurückkommt ✓ behandelt alle Familienmitglieder sowie deren Privatgegenstände mit Respekt und befolgt die Hausordnung	✓ ist zu jeder Zeit per Handy erreichbar, wenn er außer Haus ist ✓ nimmt ohne Erlaubnis der Gasteltern keine Speisen und Getränke mit ins Schlafzimmer ✓ erstattet der Gastfamilie die Kosten, falls er einen Schaden verursacht ✓ bemüht sich, an Familienaktivitäten teilzunehmen ✓ hat eine schriftliche Genehmigung der Eltern und des School Coordinators, wenn er das Lower Mainland Gebiet oder das Land verlässt ✓ hat keine Schüler anderen Geschlechts in seinem Schlafzimmer

2. Die Gasteltern stellen dem Schüler wie folgt zur Verfügung:

Die Gasteltern sorgen für:	
✓ ein sauberes, gut beaufsichtigtes Umfeld ✓ wöchentlich saubere Bettwäsche und Handtücher ✓ drei Mahlzeiten pro Tag: Frühstück, Mittagessen, Abendessen sowie Snacks ✓ angemessene Benutzung des gesamten Hauses und der Einrichtungen sowie entsprechende Einweisung ✓ vernünftige und altersgerechte Regeln in Zusammenarbeit mit dem Schulbezirk ✓ ein eigenes Schlafzimmer mit Bett und Bettzeug, Schreibtisch, Schrank, Lampe, Kommode, Außenfenster, Ablageraum für Bücher und Schulsachen. ✓ Internetzugang	✓ einen Hausschlüssel ✓ Platz, Zeit und Gelegenheit zum Lernen und zur Erledigung sämtlicher Schularbeiten ✓ bestmögliche Unterstützung bei den Hausaufgaben und Schularbeiten ✓ Kontakt mit der Schule bezüglich der Entwicklung der schulischen Leistungen sowie Teilnahme an Elternabenden, sofern erforderlich ✓ Transport zum und Abholung vom Flughafen ✓ Transport zur Schule und zurück, wenn die Entfernung mehr als 20 Minuten zu Fuß beträgt.

RUND UMS HAUS

Einbeziehung in die Familie:
Die Schüler sind als Familienmitglieder in der Gastfamilie und sind aufgefordert, am Familienalltag teilzunehmen. Wir unterstützen es, dass die Familien gemeinsam mit ihrem Schüler zu Abend essen, mit ihm sprechen und die Zeit als Familie gemeinsam verbringen. Die Schüler sollten ermutigt werden, an Gemeindeaktivitäten wie Ausflügen in Parks und zu Freizeiteinrichtungen, örtlichen kirchlichen Jugendgruppen, usw. teilzunehmen. Der Schüler sollte in die Wochenendaktivitäten der Familie mit einbezogen werden.

****

Benutzung des Telefons:
Die Schüler können das Familientelefon benutzen; für Ferngespräche sind aber Telefonkarten zu verwenden.

****

Benutzung des Computers:
Die Gastfamilien sollten dem Schüler für Schulprojekte und zum Abrufen der E-Mails von zu Hause Zugriff auf den Computer ermöglichen. Das bedeutet nicht grenzenloser Zugriff auf das Internet und manchmal ist es nötig, dass die Gastfamilien das Surfen sehr einschränken. Es kann sein, dass die Zeit für Computerbenutzung eingeschränkt ist. Stellt sich heraus, dass ein Schüler unangemessenen viel surft, wenden sich die Gasteltern normalerweise an den Homestay Coordinator, der dann wiederum die Eltern entsprechend informiert. Sollte ein Schüler beim Betrachten pornografischer Inhalte erwischt werden, wird sofort ein Computerverbot erteilt und er muss das Austauschprogramm ggf. abbrechen.
****

Arbeiten im Haushalt und Wäschewaschen:
Die Schüler räumen ihr eigenes Zimmer auf. Der Schüler wird ggf. gebeten, das Geschirr abzuräumen und in die Spülmaschine einzuräumen und beteiligt sich, je nach seinem Alter, an den Hausarbeiten.

****

Baby- und Hundesitten:
Das Aufpassen auf jüngere Kinder oder Spazierenführen von Hunden gehören nicht zu den Pflichten des Schülers.

AUSGANGSZEITEN

Im Vergleich zu einigen anderen Kulturen gehen kanadische Familien sehr früh zu Bett. Die Gasteltern gehen zwischen 22 und 23 Uhr ins Bett, so dass es dann im Hause ruhig ist. Wenn du danach noch aufbleiben musst, um deine Hausaufgaben zu erledigen, nimm bitte Rücksicht darauf und verhalte dich in deinem Zimmer ruhig (alle Anderen schlafen bereits). In Kanada ist es unhöflich, nach 21.30 Uhr anzurufen, weil niemand nach dieser Zeit gestört werden möchte.

Schüler der Elementary Schools
Als Faustregel gilt in den meisten Familien 19.00 - 20.00Uhr sonntags bis donnerstags und 21.00 - 22.00 Uhr am Wochenende.

Wenn der Schüler das Haus verlässt, muss er:

- die Gastfamilie vorab um Erlaubnis bitten (genau wie die Eltern können auch die Gasteltern dies ablehnen)
- der Gastfamilie genau sagen, wohin er geht
- dafür sorgen, dass sein Handy aufgeladen ist
- der Familie mitteilen, mit wem er gehst und ihnen die Kontaktdaten der Gastfamilie des Freundes geben
- sich an die Ausgangszeiten halten und nicht zu spät heimkommen
- die Gasteltern anrufen, wenn er einen Bus verpasst oder zu spät kommt

Schüler der High School:
Als Faustregel gilt in den meisten Familien 21.00 - 21.30 Uhr sonntags bis donnerstags und 22.00 - 23.00 Uhr am Wochenende.

Wenn der Schüler weggeht, muss er:

- die Gastfamilie vorab um Erlaubnis bitten (genau wie die Eltern können auch die Gasteltern das Vorhaben ablehnen)
- dafür sorgen, dass sein Handy aufgeladen ist
- der Gastfamilie genau sagen, wohin er geht
- der Familie mitteilen, mit wem er geht und ihnen die Kontaktdaten der Gastfamilie des Freundes geben
- sich an die Ausgangszeiten halten und nicht zu spät heimkommen
- die Gasteltern anrufen, wenn er einen Bus verpasst oder zu spät kommt

Übernachtungen außer Haus:
Die Schüler dürfen nur außer Haus übernachten, wenn für entsprechende Aufsicht durch Erwachsene gesorgt ist. Deine Gastfamilie muss bei der anderen Familie anrufen und mit Ihnen gemeinsam die Übernachtung genehmigen. Gib deinen Gasteltern daher vorab sämtliche Kontaktdaten, damit sie sich mit den anderen Eltern abstimmen und die Übernachtung genehmigen können. Du solltest auch wissen, dass deine Gasteltern dein Vorhaben aus verschiedenen Gründen ablehnen können.

FREUNDE

Ausflüge mit Freuden für Schüler der Elementary School
Wie bei allen Kindern ist es für die Eltern wichtig zu wissen, wo sich der Schüler nach Schulschluss aufhält. Wenn du Besuche bei Freunden machst, teile deinen Gasteltern mit, wo du bist, wo du hingehst, mit wem du zusammen bist und wann du heimkommst. Bevor du das Haus verlässt, müssen deine Gasteltern den Besuch genehmigt haben. Normalerweise verlassen Schüler der Elementary School Delta nur zusammen mit ihrer Gastfamilie oder einem anderen vertrauenswürdigen Erwachsenen.

Ausflüge mit Freuden für Schüler der High School:
Wie bei allen Jugendlichen, ist es für die Eltern wichtig zu wissen, wo sich der Schüler nach Schulschluss aufhält. Wenn du ins Einkaufszentrum oder nach Vancouver fährst, informiere deine Gasteltern, wo du bist, mit wem du zusammen bist, wann du zurückkommst; gib Ihnen die Kontaktdaten deines Freundes und sorge dafür, dass dein Handy aufgeladen ist -bevor du das Haus verlässt.

Deine Gasteltern können dein Vorhaben aus verschiedenen Gründen ablehnen. Vergiss nicht, dass sie während deines Kanadaaufenthaltes deine echten Eltern sind, auch wenn du damit nicht einverstanden bist, sie haben die Verantwortung für deine Sicherheit und dein Wohlbefinden.

SKI-TAGESAUSFLÜGE:
Es sollte ein Plan für die Studenten, die für die lokale Tagesausflüge mit Freunden Ski fahren.
Haben 1. Erstellen Sie eine Liste mit den Namen und Studenten Zelle / home Telefonnummern für alle Schüler Skifahren (und Elternkontakte)
2. Haben Sie einen Plan für den Tag - was für Berg, die Start- und Endzeiten, Transportplan.
3. Machen Sie einen Plan für den Kontakt während des Tages - Texte zu bestimmten Stunden, Text oder rufen Sie, wenn Sie den Berg und auf dem Weg nach Hause.
4. Die Schüler müssen Handys auf und Telefone halten müssen vollständig aufgeladen sein.
5. Die Schüler müssen auf einem Buddy-System zum Skifahren - niemand alleine Ski sollte.
6. Die Schüler sollten ein Meeting-Plan haben - Zeit und Ort.
7. Die Gastfamilien müssen die Depotbank zu wenden, wenn die Schüler nicht erfüllen, oder wenn es ein Anliegen.
8. Die Gastfamilien müssen als fleißige Eltern in Bezug auf alle Tagestouren und stellen Sie sicher, zu handeln, dass der Plan für den Tag angemessen und akzeptabel ist.
9. Die Gastfamilien haben das Recht, jede Reise zu verweigern, wenn es ein Anliegen ist, dass ein Student nicht genug oder in der Lage ist reif, das Protokoll zu folgen. Skianfänger sollten nicht ohne Begleitung eines Erwachsenen fahren, aber Unterricht mit einem zertifizierten Ausbilder sind in Ordnung.

Besuch von Freunden:
Die Schüler müssen die Gasteltern um Erlaubnis bitten, wenn sie einmal einen Mitschüler zu Besuch mitbringen möchten. Für die meisten Gasteltern ist es in Ordnung, wenn ab und zu mal ein Freund dort übernachtet; das muss der Schüler aber mit den Gasteltern abklären. Bitte nimm aber Rücksicht. Im Allgemeinen freuen sich die Kanadier über Besuch von deinen Freunden, manchmal ist es aber nicht so passend für die Familie; also frage bitte vorher um Erlaubnis.

HOMESTAY GEBÜHREN

Homestay Gebühren:
Die Gebühren sind am ersten Tag eines jeden Monats an die Gastfamilie zu zahlen (CAD 1,300 pro Monat). Die meisten deutschen Schüler und einige Schülergruppen bezahlen die Homestay Gebühren im Voraus und müssen daher in Kanada nicht zahlen. Alle anderen Schüler bezahlen direkt an ihre Gastfamilie.

Homestay Gebühren während der Ferien: (gültig seit 01. September 2026)

Die Homestay Gebühren belaufen sich auf CAD 1,300 pro Monat (bzw. CAD 42 pro Nacht für weitere Übernachtungen).

SCHULFERIEN (gesamtes Jahr - 01. September bis 30. Juni):
Während des Schuljahres zahlen die Schüler ungeachtet etwaiger Abwesenheiten aufgrund von Ferien oder aus sonstigen Gründen die volle Homestay Gebühr.

SCHULFERIEN (Sommersemester - 01. Juli bis 31. August):

Ist der Schüler jedoch 3 Wochen oder länger abwesend, besteht auch die Möglichkeit, sein persönliches Eigentum in Kisten zu verpacken und außerhalb des Raumes zu lagern (damit die Familie diesen an einen anderen Schüler vermieten bzw. anderweitig verwenden kann). In diesem Falle entfällt die Bezahlung einer Homestay Gebühr. Schüler und Gastfamilien können entscheiden, ob in den Sommerferien genug Raum zur Aufbewahrung von Kartons im Keller oder in der Garage zur Verfügung steht und ob beide Seiten damit einverstanden sind. Die Gastfamilien können eine monatliche Einlagerungsgebühr von CAD 50 berechnen.

Schäden im Haus:
Die Schüler bezahlen umgehend jeden Schaden, den sie bei der der Gastfamilie zu Hause anrichten. Keine Angst, wenn es einmal zu einem Schaden kommt, das ist ganz normal und passiert halt im Leben. Niemand ist verärgert, wenn etwas Unvorhergesehenes passiert. Sag es einfach deiner Familie und entschuldige dich. Sie schauen dann, ob man den Schaden reparieren kann und versuchen, das Problem zu lösen.

Wechseln von Gastfamilien

Wechseln von Gastfamilien:
Es braucht seine Zeit, bis du dich an dein neues Zuhause gewöhnt hast, denn die Kultur und das familiäre Umfeld sind anders als deine vertraute Umgebung. Du bist auch müde bei deiner Ankunft und fühlst dich seltsam wegen der Zeitverschiebung, vielleicht machst du dir auch Gedanken über dein neues Leben. Nimm dir Zeit, dich an dein neues Zuhause zu gewöhnen und sprich mit deiner Gastfamilie über alle Schwierigkeiten, die du hast. Die Kanadier sind aufgeschlossen und ziehen es vor, dass du mit ihnen redest, wenn dies eine schwierige Erfahrung für dich ist.

Solltest du nach einiger Zeit trotzdem bei einer anderen Gastfamilie untergebracht sein wollen, wende dich bitte an deinen Homestay Coordinator oder an die Direktorin (Karen Symonds). Gibt es Probleme, wird man in einem ersten Schritt versuchen, ob man in der Gastfamilie etwas ändern kann, um das Missverständnis zu beseitigen. Wenn wir die Gasteltern wechseln, kannst du andere Gastfamilien sehen und dir diejenigen aussuchen, bei denen du dich am wohlsten fühlst.

Dabei ist jedoch auch zu beachten, dass deine Gasteltern von einem Wechsel zwei Wochen im Voraus informiert werden müssen. Du kannst also entweder sofort ausziehen (oder zwei Wochen lang zwei Gasteltern die Homestay Gebühr bezahlen) oder zwei Wochen lang bei der ersten Gastfamilie wohnen bleiben und dann erst umziehen. Dein Homestay Coordinator hilft dir und begleitet dich in dieser Zeit.

EINSCHRÄNKUNGEN

Autofahren:
Während ihres Aufenthaltes in Kanada dürfen die Austauschschüler weder einen Führerschein machen noch ein Fahrzeug führen.

Per Anhalter fahren:
Es ist nicht gestattet, per Anhalter zu fahren.

Rauchen:
Unseren Schülern ist es nicht gestattet zu rauchen. In Kanada ist es Minderjährigen verboten, Zigaretten zu kaufen. Der Kauf von Zigaretten verstößt gegen das Gesetz.

Drogen/Alkohol:
Die Austauschschüler dürfen weder Drogen noch Alkohol konsumieren. Dies verstößt gegen das Gesetz und führt zur sofortigen Beendigung des Programms und Ausweisung aus Kanada.

Besuch in den USA:
Zur Einreise in die USA benötigen die Schüler aus den meisten Ländern ein US-Besuchervisum. Für deine Reise benötigst du auch eine separate Krankenversicherung. Die Schüler dürfen das Land nicht verlassen, ohne vorher Kontakt mit Karen Symonds (Direktor des International Student Program) aufgenommen zu haben. Des weiteren musst du nachweisen, dass die Reise unter Aufsicht eines Erwachsenen erfolgt. Außerdem benötigst du die schriftliche Erlaubnis deiner Eltern. Besprich dich auch vorab mit deinen Gasteltern, damit Sie dir in allen Fragen helfen können und lass dir von Ihnen das OK zu deiner Reise geben.

Ausflüge von Veranstaltern und Ferien:
Mehrtägige Reisen sind nur unter Aufsicht eines Erwachsenen erlaubt. Mit einem Reiseveranstalter zu fahren heißt nicht, dass die Reise unter Aufsicht eines Erwachsenen erfolgt! Erlaubt sind Reisen mit deiner Gastfamilie, der Familie eines Freundes, einem erwachsenen Verwandten oder ein von Lehrern beaufsichtigter Schulausflug. Besprich deine Reisepläne mit deiner Gastfamilie und hole ihre Zustimmung ein. Ferien und Reisen sollten deine Teilnahme am Unterricht nicht beeinträchtigen!

Bezahlte Arbeit während des Aufenthaltes in Kanada
Die kanadische Einwanderungsbehörde gestattet es Schülern nicht, bezahlte Tätigkeiten anzunehmen, wenn sie mit einem Schülervisum eingereist sind. Machst du das trotzdem, kannst du aus dem Delta School District ausgewiesen werden.

LERNEN IN KANADISCHEN SCHULEN

Wichtige Regeln zur Beachtung in der Schule:

1. Du musst immer am Unterricht teilnehmen - Schule schwänzen wird nicht toleriert. Mangelnde Teilnahme am Unterricht könnte zu einem Ausschluss aus dem Programm führen.
2. Verspätete dich nie zum Unterricht.
3. Mache jeden Tag deine Hausaufgaben und reiche deine Projektarbeiten rechtzeitig ein.
4. Kein Abschreiben und keine Schummeleien.

Wesentliche Merkmale des kanadischen Bildungssystems:

Dir werden vielleicht einige Unterschiede zwischen dem kanadischen Werte-/Bildungssystem und dem in deinem Land auffallen. Für dich ist es wichtig, die gemäß dem kanadischen Bildungssystem angemessene und ordnungsgemäße Rolle des Schülers zu verinnerlichen. Nachstehend ein paar allgemeine Merkmale des kanadischen Unterrichtssystems:

- **Die Schüler sollen Fragen stellen** - zur Klarstellung, um Informationen zu hinterfragen oder um weiter zu denken. Zur Philosophie des kanadischen Unterrichtswesens gehört der Gedanke, dass der Schüler interaktiv am Lernprozess teilnimmt; d.h. er sitzt nicht einfach passiv da und akzeptiert und behält das, was der Lehrer sagt.
- **Die Lehrer-Schüler-Beziehung** ist im Vergleich zu anderen Ländern ziemlich informell.
- **Gruppenarbeit** ist ein wichtiger Bestandteil des schulischen Lernprozesses; hier wird Wert gelegt auf Zusammenarbeit, Toleranz und Kompromisse.
- **Diskussionen** werden oft als Methode des Unterrichtens verwendet. Von den Schülern wird erwartet, dass sie diskutieren, um ihre Ideen und Meinungen zu entwickeln und sie den Anderen vorzustellen, um deren Reaktionen zu sehen. Eines der wesentliche Ziele einer Diskussion ist es, eine allseits akzeptable Übereinkunft oder auch eine Lösung des Problems zu erhalten.
- Die Schüler lernen nicht nur Informationen aufzunehmen, sondern wie man zu Schlussfolgerungen kommt, wie man Probleme löst, wie man analysiert. Teil dieses Prozesses ist die Schüler zu fragen, wie sie zu der Antwort gelangten, und nicht was ihre Antwort ist.
- **Plagiieren** (die Arbeit einer anderen Person als eigene Arbeit abgeben / die Arbeit einer anderen Person kopieren und als eigene Arbeit abgeben) ist ein schwerer Verstoß und kann zum Ausschluss aus dem Programm führen!

Nachhilfe: Solltest du einen privaten Nachhilfelehrer benötigen, wende dich an deinen Homestay Coordinator, der dir dann einen entsprechend qualifizierten Nachhilfelehrer bzw. eine Agentur empfiehlt.

Tipps für den Schulaufenthalt in Kanada:

- **Scheu dich nicht, Fragen zu stellen**, wenn du etwas nicht verstehst. Lehrer erwarten, von ihren Schülern Fragen gestellt zu bekommen. Vergewissere dich, dass du deine Hausaufgaben/Projektarbeiten verstanden hast. Wenn du nichts sagst, geht dein Lehrer davon aus, dass du verstanden hast. Normalerweise kannst du deine Lehrer auch vor und nach dem Unterricht Fragen stellen und um Hilfe bitten.

- **Komme rechtzeitig zum Unterricht.** Bist du verhindert oder kannst du nicht rechtzeitig kommen, rufe bei der Schule an und erkläre warum. Wenn du nicht am Unterricht teilnimmst, wende dich am nächsten Tag an deinen Lehrer und frag ihn, was du verpasst hast.

- Wahrscheinlich findest du den Unterricht in Kanada zwangloser. Du musst auch deinen eigenen Zeitplan machen, denn für die außerschulischen Aktivitäten kriegst du keinen Stundenplan. Plane deine Zeit sorgfältig und finde einen Ausgleich zwischen Schularbeiten, Englisch lernen und Entspannung.

- **Reiche alle Projektarbeiten** rechtzeitig zum Abgabetermin ein. Schaffst du es nicht, deine Projektarbeit rechtzeitig fertigzustellen, sprich vor dem Abgabetermin mit deinem Lehrer. Verpasst du eine Projektarbeit/Abfrage/Prüfung, sprich mit dem Lehrer, ob du das nachholen kannst.

- **Ordne deine Notizen** Bewahre alle Unterlagen auf, die dein Lehrer austeilt.

NOTFÄLLE UND MEDIZINISCHE VERSORGUNG

Notfalladressen:

Bitte sorge dafür, dass du auf jeden Fall eine Notfallkarte und etwas Geld bei dir hast, wenn du das Haus verlässt. Auf dieser Karte sollten dein Name, der Familienname deiner Gasteltern, die Anschrift und sämtliche Telefonnummern aufgeschrieben sein.

Rufe 911 an, wenn du Hilfe von der Polizei, der Feuerwehr oder einen Krankenwagen brauchst. Die Telefonisten unter 911 kann man in allen Sprachen erreichen - bitte ggf. um Hilfe in deiner Sprache. 911 ist eine kostenlose Rufnummer.

MEDIZINISCHE/ZAHNMEDIZINISCHE VERSORGUNG

Medizinische Versorgung:
Bei ihrer Ankunft sind die Schüler durch eine private Krankenversicherung durch StudyInsured vorübergehend abgesichert. Das Versicherungspaket umfasst die Krankenversicherungskarte, Informationen und eine Liste ambulanter Krankenhäuser vor Ort.
Weitere Informationen findet man unter https://www.godelta.ca/parent-student-and-agent-information/medical-insurance/

Falls eine Schülerin bzw. ein Schüler für ein ganzes Schuljahr in Kanada ist, so geht die Versicherung nach drei Monaten über in die gesetzliche Krankenversicherung (Britisch Columbia Medical Services Plan (MSP)). Deine MSP Karte wird dir über die Schule zugeschickt, wenn sie vorliegt.

Zahnärztliche Versorgung:
Regelmäßige Zahnpflege ist durch die Krankenversicherung nicht abgedeckt. Sind deine Zähne aber infolge eines Unfalls beschädigt, dann ist die zahnärztliche Versorgung abgedeckt. Musst du während deines Aufenthaltes in Kanada zum Zahnarzt, sprich mit deinen Gasteltern; die helfen dir dann, einen Termin zu vereinbaren.

Medizinische Versorgung:
Im Falle einer Erkrankung nimm bitte die entsprechende medizinische Versorgung in Anspruch. Bitte deine Gastfamilie oder deinen Lehrer um Hilfe. Bei einer schweren Erkrankung oder einem medizinischen Notfall gehst du sofort ins Krankenhaus und rufst du dann von dort aus umgehend Karen Symonds unter 604-396-6862 und deine Gastfamilie an.

Sicherheit:
Trage nie größere Geldbeträge mit dir herum - vor allem nicht in der Schule! Pass in der Schule auf deine Sachen auf. Lass deinen I-Pod, die Brieftasche, den Laptop und andere Gegenstände nie unbeaufsichtigt liegen. Schließfächer in der Schule sind nicht immer einbruchssicher, nimm deine Wertgegenstände also am besten immer mit. Gib niemandem deine Schließfachkombination.

TIPPS ZUR PERSÖNLICHEN SICHERHEIT

Auf der Straße:

- Plane deinen Weg - informiere dich genau, wohin du gehst und informiere andere darüber, was du vorhast
- Vermeide Abkürzungen sowie dunkle, abgelegene Orte
- Nimm deinen Ausweis und nur wenig Geld mit
- Lass dich nie von Fremden im Auto mitnehmen
- Du kannst die 911 kostenlos von jedem Telefon (Münzfernsprecher/Handy usw.) aus anrufen
- Informiere deine Gasteltern und Freunde, wo du bist
- Beim Überqueren der Straße warte darauf, dass der Verkehr von der Ampel angehalten wird - geh nicht einfach auf die Straße und vertrau darauf, dass die Fahrer für dich anhalten

Radfahren:

- In British Columbia ist das Tragen von Fahrradhelmen gesetzlich vorgeschrieben.
- Die Verkehrsregeln sind für Fahrradfahrer und Autofahrer gleich. Halte dich an die Verkehrszeichen und Ampeln.
- Fahr nicht auf dem Bürgersteig oder auf Fußgängerübergängen.
- Trage immer farbige, reflektierende Kleidung und einen Helm.
- Nachts sind Vorder- und Rücklichter vorgeschrieben.
- Schließ dein Fahrrad immer ab. Schließ den Rahmen und das Rad am Fahrradständer fest. Bügelschlösser werden empfohlen.

Betrug/Gaunereien:

- Gib oder leihe niemals einer Person Geld, die dich auf der Straße anspricht. Dein Vertrauen wird nur ausgenutzt.
- Wenn du etwas kaufst, lass dir eine Quittung geben und prüfe nach, dass du den richtigen Betrag bezahlt hast
- Lass dir deine Kreditkarte sofort zurückgeben.
- Gib Kreditkarteninformationen oder Kopien davon nie heraus, es sei denn, du kaufst etwas.

Zusammenfassung:

Lass dich auf diese Erfahrung ein! Es wird gute und schlechte Zeiten geben - Zeiten, in denen du ängstlich bist und Zeiten der Freude. Am Ende wirst du an dir neue Stärken entdecken, die du nicht für möglich gehalten hättest. In den kommenden Jahrzehnten wirst du deine Entscheidung, im Ausland zu studieren, als einen Meilenstein auf dem Weg ins Erwachsensein betrachten ; ein Weg, der es dir möglich gemacht hat, auf deine eigene Art einen starken und einzigartigen Beitrag zur globalen Gemeinschaft zu leisten. Wir sind stolz darauf, ein kleiner Teil auf deinem Weg gewesen zu sein!

QUICK REFERENCE GUIDE

studyinsured™

Stay Healthy At School Program

The StudyInsured™ **Stay Healthy at School program** provides international students in your school district with access to **24/7 mental health support**.

MAIN FEATURES

- Round-the-clock, toll-free Assistance in Canada and the USA and collect outside North America
- Experienced and compassionate counsellors with a Master's degree and five years of clinical experience as minimum requirements
- 100+ languages available
- Pre-booked appointments within 48 hours.

USING THE STAY HEALTHY AT SCHOOL PROGRAM

STUDENTS:

Call 1.833.646.1524 any time, day or night, to access mental health care

OR

Connect on the mobile app or online website (see the **next page** for how to connect)

HOMESTAY FAMILIES, SCHOOL ADMINISTRATORS, & COUNSELLORS:

To request a counselling referral, submit the attached consent form.

Please also attach any assessment documents from any previous counselling sessions the student may have had.

IMPORTANT!

Third parties cannot book appointments on behalf of students without their consent.

CALL US FOR ASSISTANCE

TOLL-FREE **1.866.883.9787**
WORLDWIDE **+1 416.640.7865**

StudyInsured™ Assistance is available 24/7 to help with:

- Locating the nearest medical facility
- Coordinating billing
- Questions about coverage
- Submitting a claim
- Arranging emergency transportation

Notify StudyInsured™ Assistance within 48 hours if you:

- Need to be hospitalized for any reason
- Require surgery of any kind (including dental)
- Need an MRI or CT scan
- Need air transportation
- Need medical attention outside Canada

The above is for informational purposes only and is not legally binding. For a full description of coverage, please read your policy wording.

2023-03

QUICK REFERENCE GUIDE

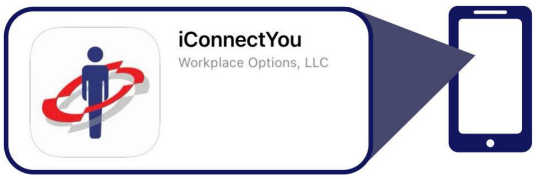
studyinsured™

Stay Healthy At School Program

HOW TO CONNECT ON THE MOBILE APP OR ONLINE WEBSITE

MOBILE APP

Available on Google Play or the App Store



1. **Search and download iConnectYou app**
2. **On the app, click on "Sign Up"**
3. **Enter the following information:**
   - Full name
   - Phone number
   - Email address
   - Account password
   - Passcode: **SHAS**
   - Preferred language
   - Select "I have read and accept the Terms Of Use and Privacy Policy"
4. **Click "Sign Up"**
5. **While signed onto the app, click the three lines on the bottom right side of the page. You will be able to connect to a therapist using the following options:**
   - Call
   - Instant Message
   - Text Message
   - Video Call

ONLINE WEBSITE

Resources and Service Request Portal

1. **Go to ca.helpwhereyouare.com**
2. **Enter company code SHAS and click "Login"**
3. **Choose your language**
4. **Click INTERNATIONAL on left side of webpage**
5. **Choose between scheduling an appointment with a counsellor or LiveConnect**

SCHEDULE AN APPOINTMENT:

- A. **Under the "Centres" section, select "Contact a Counsellor"**
- B. **Enter the required information and a counsellor will contact you within 48 hours to book an appointment**

OR

LIVECONNECT INSTANT MESSAGE:

- A. **Click "LiveConnect" on the bottom right of the webpage**
- B. **On the Anonymous Chat window, select the type of service needed**

CALL US FOR ASSISTANCE

TOLL-FREE **1.866.883.9787**
WORLDWIDE **+1 416.640.7865**

StudyInsured™ Assistance is available 24/7 to help with:

- Locating the nearest medical facility
- Coordinating billing
- Questions about coverage
- Submitting a claim
- Arranging emergency transportation

Notify StudyInsured™ Assistance within 48 hours if you:

- Need to be hospitalized for any reason
- Require surgery of any kind (including dental)
- Need an MRI or CT scan
- Need air transportation
- Need medical attention outside Canada

The above is for informational purposes only and is not legally binding. For a full description of coverage, please read your policy wording.