
ACES

American Cultural Exchange Service

Stredoškolské štúdium v Spojených štátoch amerických

**PRÍRUČKA
PRE VÝMENNÉHO ŠTUDENTA
A JEHO RODIČOV**

Americká kultúrna výmena

Pražská 11, 811 04 Bratislava, tel. 02/5729 7323

1) ÚVOD

Vítame Vás ako účastníkov Americkej kultúrnej výmeny, vítame Vás v mene Vašej americkej rodiny, v ktorej budete žiť a strednej školy, ktorú budete navštevovať. Dúfame, že počas pobytu v Spojených štátoch porozumiete americkému spôsobu života a kultúre národa, a že si tieto znalosti poniesiete do svojej vlastnej budúcnosti. Veríme, že sa z Vás stanú kozmopoliti, ktorých snahy vždy zaznamenali nádej na mier a prosperitu vo svete. Príchod do novej krajiny je vždy vzrušujúca skúsenosť, ale tiež to môže znamenať určitú rozpačitosť, najmä počas prvých dní. Mnohé veci sú nové a neznáme, cítite sa osamotení, ďaleko od domova. V tomto prípade si pamätajte, že takéto pocity sú úplne prirodzené a že v tejto situácii nebudete sami.

Táto brožúrka sa Vám v tom pokúsi pomôcť. Stručne Vám povieme, čo môžete očakávať od Ameriky a Američanov, a poskytne Vám i niektoré užitočné informácie o živote v Amerike. Pomôže Vám v tom, aby ste si zo svojho pobytu odniesli čo najviac.

2) ČO JE ACES

American Cultural Exchange Service je nezisková spoločnosť, ktorá má sídlo v hlavnom meste štátu Washington, v Seattli. ACES udržiava niekoľko regionálnych kancelárií, štátnych koordinátorov a miestnych zástupcov. Riaditeľstvo vo Washingtone zodpovedá za priebeh programu v Spojených štátoch – umiestňuje študentov do amerických rodín a zaisťuje prijatie študentov na americké stredné školy. Národná centrála v Seattli spolupracuje so všetkými koordinátormi a miestnymi zástupcami na príprave príchodu študentov ako aj príprave na nový život, ktorý budú v Spojených štátoch prežívať. Taktiež je v úzkom kontakte so zámorskými zástupcami, ktorí sú zodpovední za výber a prijímanie študentov do programu.

Hneď po príchode do Spojených štátov amerických sú študenti pod dohľadom miestnych zástupcov, ktorých úlohou je okrem iného: počiatočné zoznámenie študentov s programom, pravidelné mesačné konzultácie zisťujúce, ako študenti vychádzajú so svojimi americkými rodinami, aký majú prospech v škole, otázky spojené s poistením a eventúrna organizácia späť domov.

3) ČO OČAKÁVAŤ

Každý, kto cestuje, má určité predstavy o krajine, ktorú zamýšľa navštíviť. Tieto predstavy sú niekedy realistické, ale niekedy môžu byť skreslené. Realistické predstavy Vám určite pobyt v Spojených štátoch uľahčia.

Väčšina z nás má znalosti o iných národoch najmä z televízie, filmu, novin a kníh. Z týchto zdrojov si formuje názory o krajinách a ich obyvateľoch a málokedy pochybujeme o tom, či je to naozaj presný obraz. Keď prídete do Spojených štátov, zistíte, že veľa vecí sa líši od Vašich predstáv. Najlepší spôsob, ako sa pripraviť na Váš pobyt bude, keď si osvojíte novú reálnu predstavu.

Predovšetkým si musíte presne uvedomiť účel Vašej účasti v programe ACES. Týmto účelom je kultúrne poznanie, nie je to žiadne turné alebo dlhé prázdniny! Ak si tieto skutočnosti uvedomíte, zistíte, že sa Vám veľa z Vašich snov splní.

4) CESTOVNÉ DOKLADY

CESTOVNÝ PAS: Prvá vec, ktorú musíte mať, je platný cestovný doklad. Tiež sa uistite, či Váš pas bude platný po celú dobu Vášho pobytu v Spojených štátoch.

VÍZUM A FORMULÁR DS-2019: Vaša účasť na programe ACES si vyžaduje študentské vízum J-1. ACES Vám vydá formulár DS-2019. Toto potvrdenie obdrží národné zastupiteľstvo v Slovenskej republike, ktoré Vám ho doručí. Počnúc 1. augustom 2003 Veľvyslanectvo Spojených štátov pozýva na pohovor všetkých žiadateľov o víza v súlade s novými predpismi ustanovenými novými predpismi zahraničných vecí USA. To znamená, že študentom bude vydaná časenka na osobný pohovor s konzulom. Ak si to budete priať, môžeme Vám vízum zabezpečiť aj fyzicky. Po príchode do Spojených štátov amerických si pasový úradník na letisku ponechá kópiu formuláru DS-2019.

FORMULÁR I-94: Počas letu do Spojených štátov si vyplníte formulár I-94 a odovzdáte ho opäť pasovému úradníkovi na letisku. Ten ho orazítkuje a vloží do Vášho pasu.

COLNÉ PREHLÁSENIE: Colné prehlásenie dostanete opäť v lietadle a odovzdáte ho colnému úradníkovi na letisku. Colníci Vás môžu požiadať, aby ste im ukázali prípadné darčeky, ktoré máte so sebou. V žiadnom prípade neberte so sebou jedlo ako sú údeniny, ovocie a podobne. Je to proti americkým predpisom.

ZDRAVOTNÉ PODMIENKY: Očné a zubné ošetrenie nebudú zahrnuté vo Vašom poistení v Spojených štátoch. Je dôležité, aby ste sa dali ošetriť na Slovensku ešte pred Vaším odchodom. Zubné, očné ošetrenie, kontaktné šošovky a okuliare sú v Spojených štátoch sú dosť drahé.

OČKOVANIE: Vaša žiadosť o prijatie do programu ACES musí obsahovať aj informácie o nevyhnutných očkovaníach. Pokiaľ nebudete mať všetky požadované očkovania do doby, kedy budete predkladať Vašu žiadosť, zariadte si, aby ste zvyšné očkovania obdržali včas pred odchodom do Spojených štátov amerických.

V prípade, že sa Vám nepodarí niektoré z týchto očkovaní absolvovať, budete sa musieť nechať zaočkovať v Spojených štátoch pred nástupom školy.

BATOŽINA: Keďže budete v Spojených štátoch po celý školský rok, mali by ste si dôkladne naplánovať, čo si so sebou vezmete. Väčšina aerolínií má obmedzenú váhu batožiny. Obyčajne sú povolené dva kufre, každý z nich vážiaci maximálne 31 kg a jedna príručná batožina do lietadla vážiaca maximálne 5 kg, ktorú si umiestnite pod nohy. Pred tým, ako sa rozhodnete, aké oblečenie si so sebou vezmete, opýtajte sa Vašej americkej rodiny, aké počasie môžete očakávať. Možno sa rozhodnete zakúpiť si niektoré oblečenia v Spojených štátoch amerických, pretože sú tam lacnejšie. Americký stredoškólační sa obliekajú pohodlne. Málokedy nosia do školy obleky, kravaty alebo šaty. Ak, tak len výnimočne, pri zvláštnych príležitostiach. Budete potrebovať bežné, každodenné oblečenie prípadne, ak športujete, tak športový typ oblečenia.

ODPORÚČAME VZIAŤ SI SO SEBOU: slovník, obrázkové knihy o Slovensku, fotografie rodiny a mesta, slovenskú kuchárku, malý hudobný nástroj – ak na takýto hráte, malý darček pre americkú rodinu – odporúča sa vec typická pre Slovensko.

PREDNÁŠKY: Pred odchodom do Spojených štátov sa zúčastnite prednášky (orientation meeting) organizovanej spolupracovníkom ACES v Slovenskej republike. Po príchode do Spojených štátov sa zúčastnite ďalšej schôdzky organizovanej zástupcom v Spojených štátoch amerických. Na týchto schôdzkach sa bude detailnejšie diskutovať o veciach zmienených v tejto brožúrke a o ďalších otázkach spojených s Vaším pobytom v Amerike.

5) VÁŠ PRÍCHOD NA MIESTO URČENIA

Na letisku, ktoré je najbližšie k miestu Vášho pobytu v Spojených štátoch, Vás bude očakávať Vaša americká rodina alebo miestny zástupca ACES. Pravdepodobne budú mať nápis s Vaším menom. Pomôžu Vám vyzdvihnúť batožinu a odvezú Vás do Vášho nového domova. S najväčšou pravdepodobnosťou sa vplyvom časových rozdielov budete cítiť unavený a dezorientovaný, čo je normálna fyzická reakcia. Najlepším riešením je spánok a odpočinok. Tieto príznaky obyčajne zmiznú behom jedného dňa, ale môžu trvať aj týždeň. Počas prvých dní Vám americká rodina pravdepodobne objasní svoj denný rozvrh, svoje zvyklosti a rodinné pravidlá. Napr. používanie televízie, sterea, vysvetlia Vám pravidlá o večerných príchodoch a vzájomné návštevy spolužiakov. Bude pre Vás ľahšie, keď tieto pravidlá budete dodržiavať.

6) KULTÚRNY ŠOK

Vážnejším problémom návštevníkov novej, neznámej krajiny, ktorý možno zažijete, býva tzv. kultúrny šok. Je to bežná vec, ktorá sa časom vytratí. Pokúsime sa Vám stručne vysvetliť, čo to je.

Vo Vašej zemi ste so všetkým oboznámený bez toho, aby ste si uvedomovali počasie, jedlo, zvyky, ako sa obliecť, čoho sa najesť, ako jednať s ľuďmi. Je to pre Vás ľahké a samozrejme prirodzené. V inej krajine sa niektoré z týchto záležitostí môžu stať problémom. Musíme na všetko myslieť, každý deň musíme robiť nové rozhodnutia. Naša myseľ niekedy ťažko znáša taký tlak - tzv. kultúrny šok. Ako teda spoznáme, že sme obeťou kultúrneho šoku? Tu sú niektoré z bežných príznakov:

- pocit depresie a tendencia schovávať sa vo svojej izbe
- rozčúlenie z každej maličkosti
- porovnávanie a kritika novej krajiny a pocit, že všetko je lepšie u nás doma
- priberanie na váhe
- dlhší spánok

Pokiaľ sa niektoré z týchto príznakov objavia, je to normálna a bežná reakcia. Možno, že tieto pocity nebudete mať vôbec, ale pokiaľ sa Vám zo začiatku začne cnieť po domove, snažte sa relaxovať. Majte trpezlivosť s ostatnými aj so sebou. Nevyhľadávajte zahraničných študentov vo svojej škole. Všetko pominie počas veľmi krátkej doby. Najlepší spôsob je získať si priateľov.

7) JAZYKOVÉ ŤAŽKOSTI

Aplikácia cudzieho jazyka v bežných životných situáciách je rozdielna ako v triede, kde sa učíte anglicky. Vždy môžete požiadať učiteľa, aby Vám niečo vysvetlil, ale keď sa učíte matematiku alebo dejepis v angličtine, nemáte vždy možnosť požiadať učiteľa, aby Vám objasnil anglické termíny. Musíte sa snažiť, aby ste rozumeli čo najviac a poznamenávajú si slová, ktoré nepoznate. Sledovať vyučovanie v angličtine bude na začiatku namáhavé. Keď čítate, môžete čítať dvakrát, prípadne si nájsť neznáme slovo v slovníku. Avšak pri konverzácii to nejde, takže počas prvých týždňov v Spojených štátoch amerických bude veľmi vyčerpávajúce udržiavať koncentráciu. Nech Vás to neodradí, Vaša schopnosť koncentrácie v angličtine sa dostaví veľmi rýchlo. Pri komunikácii v rodine a s priateľmi ich neváhajte požiadať, aby rozprávali pomalšie. Všetci Vám radi pomôžu s Vašou angličtinou, vysvetlia nové slová a opravia Vašu výslovnosť. Viackrát sa budete pýtať na tú istú vec a stále nebudete rozumieť. Nenechajte sa tým znechutiť. Ďalší deň to bude ľahšie.

8) VAŠA AMERICKÁ RODINA

Ako výmenný študent programu ACES budete mať príležitosť, akú turisti nemajú. Stanete sa členom americkej rodiny a nebudete musieť prespávať v hoteloch, stravovať sa v reštauráciách a rozprávať sa s ľuďmi, ktorých nepoznáte. Americké rodiny, ktoré vítajú študentov vo svojich domovoch, nie sú najbohatšie, ale chcú sa s Vami podeliť a naučiť sa niečo o živote vo Vašej zemi. Uvedomte si, že Vaši hostitelia nie sú za to platení. Je dôležité, aby ste ustavične neporovnávali život v Amerike so životom doma. Sú rôzne spôsoby života a tu máte príležitosť robiť veci iným spôsobom. Pamätajte si, že Vaša hosťovská rodina si Vás chce obľúbiť, a tiež dúfa, že Vy si obľúbite ich. To však, samozrejme, vyžaduje slušnosť a často istú dávku diplomacie. Vaša hosťovská rodina o Vás vie základné údaje z Vašej žiadosti, ale očakávajú, že bude chcieť vedieť o Vašej rodine a Vašej zemi viac. Pokiaľ majú v rodine výmenného študenta prvýkrát, je možné, že si počas prvých dní niekedy neuvedomia, že ste unavený, že sa Vám cnie a že ste zo všetkého trochu nervózní. Nebojte sa im to priznať. Stretnete sa s porozumením, pokiaľ sa budete správať čestne a zdvorilo. Nečakajte ale, že kvôli Vám budú meniť svoju dennú rutinu.

9) DOMÁCE PRÁCE

Americká rodina očakáva, že sa stanete členom ich domácnosti a to znamená, že sa budete podieľať tak na chode domácnosti, ako aj na rodinnej rekreácii. Stále je ale najdôležitejšie to, že sa s nimi budete deliť so svojimi pocitmi a skúsenosťami. Keď budete ticho, alebo nebudete hovoriť pravdu, určite to zistia. V Spojených štátoch je zvykom, že všetci členovia rodiny sa podieľajú na povinnostiach okolo domu. Ako príklad uvedieme kosenie trávnikov, umývanie auta, pomáhanie s riadmi a iné povinnosti.

10) DOMÁCE PRAVIDLÁ

Ako člen rodiny sa samozrejme budete zúčastňovať na rodinných akciách. Uvidíte, že to ocenia. Predpokladá sa, že budete dodržiavať pravidlá. Pokiaľ sa zdržíte niekde večer, je slušné zavolať, aby o Vás nemali starosť. Vždy oznámte svojim hosťovským rodičom svoje plány a požiadať ich o povolenie ich uskutočniť.

11) FAJČENIE

Väčšina amerických hosťovských rodín verí, že fajčenie škodí zdraviu a neprajú si, aby študenti fajčili. Študentom ACES je počas pobytu v Spojených štátoch zakázané fajčiť!

12) TELEFONOVANIE A INTERNET

Po svojom príchode sa musíte zoznámiť s pravidlami týkajúcimi sa telefonovania. V rodine používa telefón každý, tak sa snažte mať svoje telefónne hovory čo najstručnejšie. Pokiaľ budete volať svojim rodičom domov, malo by to byť na účet volaného. Ak budete volať medzimesto v Spojených štátoch, je pravidlom, že za tieto hovory budete platiť Vy. Odporúčame kúpiť si telefónnu kartu.

Čo sa týka používania internetu, pokiaľ bude možné používať internet v škole, tak odporúčame, aby ste posielali maily odtiaľ. Nie je vylúčené, že hosťovská rodina bude mať internet doma. Je dôležité, ak Vám to rodina povolí, aby ste internet používali len v dohodnutom čase.

13) TRI MAGICKÉ SLOVÁ

Najdôležitejšie magické slovo pre Američanov je SHARING. Je to opak sebeckosti. Jedná sa o to, rozdeliť sa s niekým o čokoládu, o pocit alebo skúsenosť. Stále sa môžete o niečo podeliť. Ďalšie magické slová sú prosím a ďakujem. V Amerike je zvykom, pokiaľ o niečo žiadate, uviesť slovíčko prosím. Napríklad, keď pôjdete do kuchyne pre nejaké občerstvenie, alebo pre niečo do obchodu, je slušné sa opýtať, či nechce niekto iný niečo priniesť. Uvidíte, že tieto jednoduché pravidlá Vám v každodennom styku veľmi pomôžu.

14) VÁŠ REGIONÁLNY ZÁSTUPCA ACES

Regionálny zástupca, ktorý pripravoval pôdu pre Váš príchod, a ktorý vybral a preveril Vašu americkú rodinu, krátko po Vašom príchode uskutoční orientačnú schôdzku, odpovie na Vaše otázky, dá Vám rady, pokiaľ ich budete potrebovať a bude Vám i Vašej hosťovskej rodine poskytovať asistenciu po celý rok. Môžete ho považovať za svojho priateľa, ktorý Vám vždy objasní veci, ktorým nebudete rozumieť. Tiež Vám pomôže pripraviť sa na spätnú cestu. Študenti sa môžu zúčastniť výletov do iných častí Spojených štátov, ktoré bude organizovať zástupca ACES. Tieto výlety budú dobrovoľné a náklady hradia študenti. Ak budete mať akýkoľvek problém, môžete kedykoľvek zavolať regionálnemu zástupcovi ACES a požiadať o pomoc. Vždy Vám ochotne pomôže. Patrí to k jeho povinnostiam.

15) PENIAZE

Pre študentov je veľmi ľahké utrátiť svoje vreckové rýchlo a nemúdro. Viac-menej je niekoľko vecí, na ktoré budete peniaze potrebovať, napr. Na súkromné víkendové výlety, kino, diskotéky, drobné nákupy, poštovné darčeky, eventuálnu

miestnu dopravu, medzimestské telefónne hovory, toaletné potreby a iné drobnosti, eventuálne na talár a klobúk v prípade, že budete maturovať.

Pokiaľ si prinesiete so sebou väčší obnos peňazí naraz, môžete si s pomocou svojich hosťovských rodičov otvoriť konto v miestnej banke. Na toto konto si potom previesť peniaze. Sú rôzne spôsoby ako prevádzať peniaze, bude najlepšie sa poradiť v banke, kde si konto otvoríte. Vaši rodičia Vám tiež môžu poslať poštou medzinárodné šeky. V každom prípade si musíte uvedomiť, že niektoré veci si budete musieť platiť sami, a preto neutrácajte na zbytočnosti a svoj rozpočet si strážte. Rozhodne si od nikoho nepožičiavajte (!) peniaze a ani nikomu nepožičiavajte Vy.

16) MALOOBCHODNÁ DAŇ

Takmer každý štát v Amerike má maloobchodnú daň. Táto daň nie je zahrnutá do ceny tovarov. Pripočítava sa až pri platení.

17) ZÁKONY O KRÁDEŽI V OBCHODOCH

Krádež v obchode je v Spojených štátoch považovaná za zločin, aj keď sa jedná o malý predmet, o malú vec, ako je hrebeň alebo čokoláda. Veľa obchodov má skryté kamery. Ak tento zločin spáchate, automaticky Vás pošlú domov.

18) VAŠA ŠKOLA V SPOJENÝCH ŠTÁTOCH AMERICKÝCH

Škola, ktorú budete navštevovať, vydala povolenie na Vaše prijatie. Musíte si uvedomiť, že bez tohto povolenia by sme Vám nemohli vystaviť americké vízum. Preto očakávame, že budete pri štúdiu vykazovať čo najväčšiu snahu a pokúsite sa mať dobrý prospech. Pravidlá ACES vyžadujú, aby ste študovali nasledujúce predmety: americkú históriu, americký vládny systém a americkú literatúru. V mnohých školách majú škálu dobrovoľných predmetov, ktoré nenájdete v iných krajinách. Príkladom môžu byť rôzne výtvarné a hudobné predmety, divadlo, jazykové prejavy alebo fotografovanie.

Veľmi dôležité sú tiež tímové športy. Môže to byť tenis, plávanie, basketbal, futbal, americký futbal, baseball a iné. Bude s Vami spolupracovať akademický konzultant školy, ktorý Vám odporučí, ktoré predmety si máte vybrať. Býva zvykom, že študenti si doma pripravujú ľahký obed ako sendvič a ovocie. Samozrejme, je možné kúpiť si obed v škole, ale za ten musíte platiť zo svojho vreckového (cca 2 USD). Učebnice Vám škola poskytne zdarma. Ak však knihu stratíte, alebo zničíte, musíte za ňu zaplatiť. Je samozrejme dôležité, aby ste školu poctivo navštevovali a nemali žiadne absencie, ktoré nie sú odsúhlasené školou. Neospravedlnené absencie môžu viesť k vylúčeniu.

Počítajte s tým, že v škole budete reprezentovať svoju krajinu a bolo by preto dobré priviesť si so sebou nejaké typické predmety a pripraviť si krátky program, ktorý by priblížil Slovensko Vaším spolužiakom.

19) MIMOŠKOLSKÁ ČINNOSŤ

Každá škola ponúka celý rad príležitostí pre mimoškolskú činnosť. Môžete sa stať členom rôznych záujmových, športových alebo spoločenských klubov, tiež pracovať pre školské noviny. Ak sa stanete členom takého klubu (krúžku), ktorý bude vyhovovať Vaším záujmom uvidíte, že si vytvoríte mnoho ďalších priateľov. Nebolo by dobré, keby ste sa v škole stýkali výhradne len s ostatnými zahraničnými študentami, ktorí budú prípadne navštevovať Vašu školu.

20) DÔLEŽITÉ

Veľmi starostlivo si prečítajte „desatoro“ na zadnej strane prihlášky a tieto pravidlá si zapamätajte.

Prosím, aby ste si dôsledne uvedomili, že Vaša cesta do Spojených štátov nie je výlet, ale že prvoradým cieľom je naučiť sa anglicky a spoznať spôsob života v Spojených štátoch. Očakáva sa od Vás, že sa budete maximálne snažiť prispôsobiť životu v Spojených štátoch.

Prajeme Vám príjemný pobyt.

Vaša: Americká kultúrna výmena
Pražská 11
811 04 Bratislava
Tel./Fax: 02/5729 7323
Tel.: 02/5729 7423
e-mail: aise-akv@nexta.sk
www.aise-akv.sk