





VI STARTER OM LIDT

Inden vi starter må du gerne bruge ventetiden på at præsentere dig selv i chatten.

Skriv eksempelvis:

- Navn
- Hvor du skal hen
- Hvor du læser i Danmark
- Hvad du læser
- Eller andet du gerne vil dele

A red circular logo with the text "edu." in white.

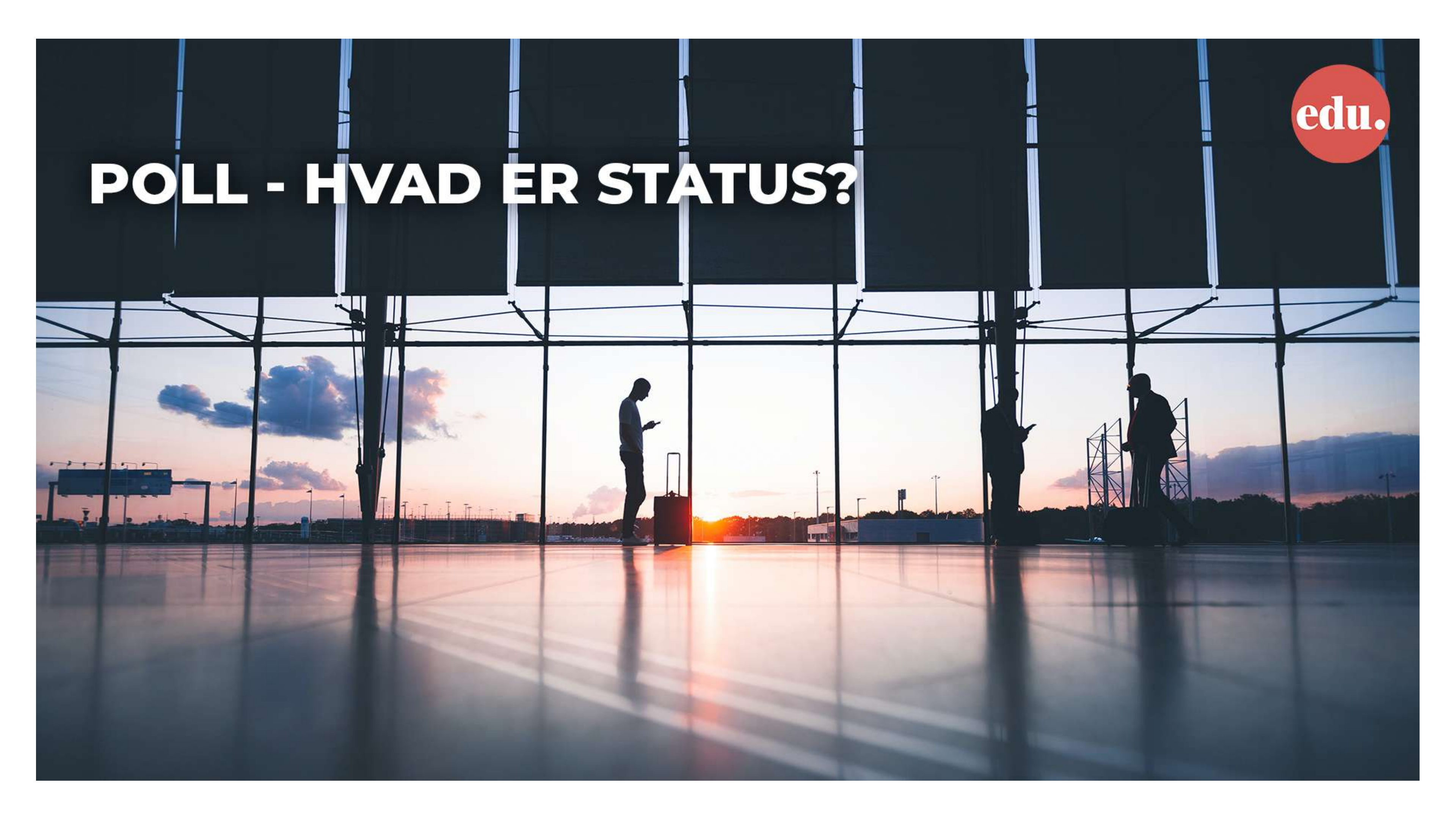
DAGENS VEJLEDER





POLL - HVOR SKAL DU HEN?



The background image shows the interior of a large airport terminal with a high glass ceiling. Silhouettes of people are visible against the bright light from the windows, which show a sunset or sunrise sky. The floor is highly reflective, mirroring the silhouettes and the light from the windows. In the top right corner, there is a red circular logo with the text 'edu.' in white.

edu.

POLL - HVAD ER STATUS?

edu.

TILLYKKE! NU ER I NÅET SÅ LANGT



DAGENS PROGRAM

- **Visum**
- **Bolig**
- **Studiet**
- **Økonomi**
- **Forsikring**
- **Corona**
- **Kulturchok**
- **Spørgsmål**

DELTAGELSE I MØDET

Skriv med hinanden i chatten undervejs!

Stil spørgsmål til mig i Q&A feltet

...Husk også at bruge jeres Facebookgrupper inden afrejse

POLL - VISUM

edu.





VISUM

edu.

Hvornår kan og bør du søge om visum?

Hvordan søger du om visum?

Hvad er tilladt på dit visum?

SØG I GOD TID!



Få overblik i EDU's pre-departure guide
Brug EDU's Facebookgruppe
Overvej om du vil bo udenfor eller på campus

CODE RÅD

Søg tidligt - der er global boligmangel
Betal ikke noget, før du er ankommet
Få dit depositum med hjem

POLL - HVILKEN TYPE OPHOLD?

edu.





STUDIET

Husk forhåndsgodkendelse

Tilmelding til fag

Deltag i velkomstarrangement

Det Internationale Kontor på universitetet kan altid hjælpe!

ØKONOMI

Finansiering

- Søg udlandsstipendium / udlandsstudielån / SU / legater

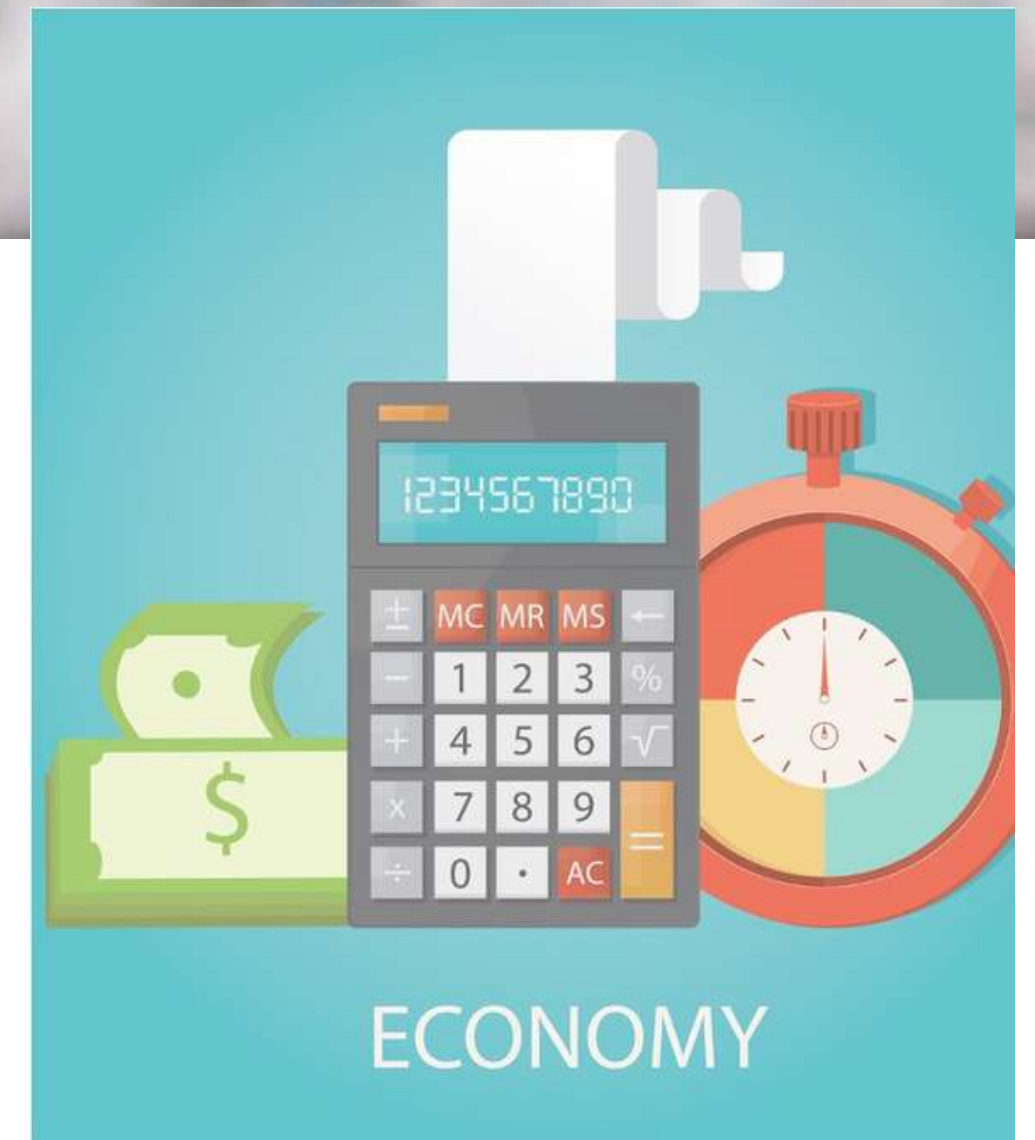
Betal undervisningsafgift

Budget

Bankkonto

Studiejob

Fuldmagt



DON'T PANIC

FORSIKRING

Du bør have forsikring for hele perioden, du er af sted.

Skal du have universitetets forsikring eller ej?

- Søg fx om waiver



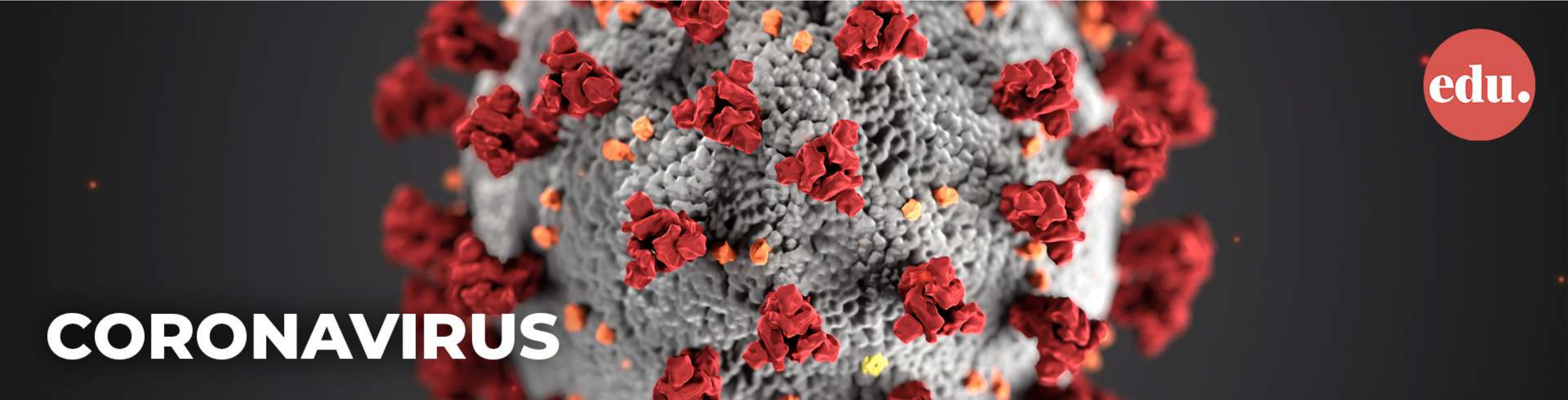


REJSEFORSIKRING

- God dækning er vigtig på et studieophold
- **EDU samarbejder med Gouda**
- Specialister i rejseforsikringer
- **En billig forsikring, der dækker bredt**

<https://edu-danmark.dk/universiteter/forsikring/billig-rejseforsikring>





CORONAVIRUS

edu.

Der kan - stadig - være regler og restriktioner

Regler på campus og på destinationen

Regler for vaccination (inkl. andre obligatoriske vaccinationer)

Hold jer opdateret!

POLL-KULTURCHOK



KULTURCHOK

1. AFGANG

- Farvel til familie og venner
- Spændt, men også lidt bekymret



2. ANKOMST

- Forvirret
- Spændt på alt det nye
- Træt efter lang tids rejse



3. KULTURCHOK

- Følelse af ensomhed
- Savner måske familie og venner
- Anderledes mad, undervisning og kultur



4. KED AF DET

- Var det nu det rigtige at tage af sted?



6. FÆRDIGGØRELSE AF STUDIEOPHOLD



5. TILPASNING

- Nye venner
- Mere selvsikker
- Studiet går bedre
- Deltager i nye aktiviteter



SYMPTOMER

PSYKISKE

Kedsomhed/ensomhed
Humørændringer/depression/magtesløshed
Identifikation/idealiserings af ens egen kultur
Ude af stand til at løse selv de mindste problemstillinger
Manglende selvtillid
Udvikling af stereotyper om den nye kultur
Stærk hjemve

FYSISKE

Allergier
Smerte
Søvnløshed eller overdrevent behov for søvn
Overdrevent fokus på ens eget helbred

HVAD KAN DU GØRE?

Husk på, hvorfor du gerne vil ud

Vær åben overfor nye ting

Vær social

Lav de samme ting, som du gør herhjemme

Giv det mindst tre uger – uanset hvad

Husk at det er helt normalt at opleve kulturchok

OMVENDT KULTURCHOK



1. HJEMKOMST

- Det er dejligt at være hjemme

2. VURDERINGS-STADIET

- Der mangler noget!
- Hjemme føles ikke som det samme



3. NY INDSIGT

- Du har udviklet dig
- Tingene derhjemme er måske de samme, som før du tog af sted.



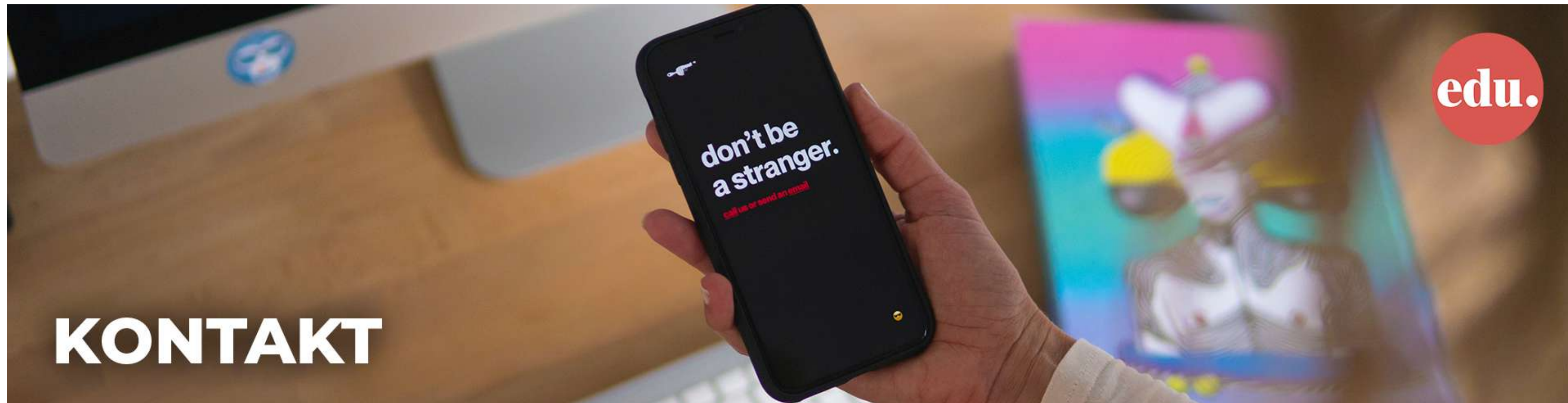
4. OMVENDT KULTURCHOK

- Du kan opleve en følelse af frustration og kedsohmhed
- Føler ingen gider høre om dine oplevelser mere
- Savner dit "nye" hjem



5. TILPASNING

- Du inkorporerer langsomt dine oplevelser fra studieopholdet i din hverdag i Danmark



KONTAKT

Blogs

Instagram

Send os gerne billeder

Post gode tips i Facebookgruppen

Send os en e-mail

I tilfælde af en alvorlig krise:

Ring til +45 88 34 90 34

POLL - INSTAGRAM





Brug tjeklisten i pre-departure guiden

Søg endelig merit

Besvar EDU-survey

Hjælp fremtidige EDU-studerende

SPØRGSMÅL

edu.

