



Guide to Safeguard

VIA University College



Målgruppe:
Studerende fra VIA, i studie- og/eller praktikophold i udlandet

Studerende fra VIA, i studie- og/eller praktikophold i udlandet

Formålet med denne beredskabsplan er at sikre, at udveksling af studerende mellem VIA og udenlandske partnere kan gennemføres betryggende for deltagerne.

VIA ønsker på denne måde at støtte den enkelte i at kunne gennemføre studie- og praktikophold efter den på forhånd fastlagte plan. Det kan ikke undgås, at der i enkelte tilfælde i forbindelse med udvekslingsophold vil opstå situationer, som kan virke forstyrrende eller direkte forhindrende for at gennemføre dette.

VIA ønsker med denne beredskabsplan at orientere de involverede om forholdsregler og forskellige muligheder for støtte/hjælp, når utilsigtede hændelser måtte opstå. Beredskabsplanen er tilsvarende tænkt som en orientering om, hvordan man kan forebygge, at den enkelte kommer ud i uventede situationer eller kriser.

INDHOLD:

- **Indsats forud for udrejse:**
 - Helbredscheck og eventuelle vaccinationer
 - Forsikringsmæssige forhold
 - Indsigt i særlige kulturelle og politiske forhold i værtslandet
 - Pas, Visum, Opholdstilladelse
 - Skat under ophold i udlandet

- **Indsats under opholdet**
 - Helbredsmæssige problemer
 - Psykiske og sociale problemer
 - Tyveri og røveri
 - Overfald/udsættelse for vold/voldtægt/mobning
 - Trafikuheld og ulykker med fysisk og/eller psykiske skader til følge
 - Dødsfald hos nærmeste pårørende
 - Selvforvoldte kriser (eks. anholdelse, skader på andre)
 - Krig eller krigslignende situationer
 - Naturkatastrofer

- **Indsats efter ophold**
 - Evaluering af ophold

- **Den studerendes ansvar**

- **Skolens/virksomhedens ansvar**

- **Vigtige telefonnumre og kontaktadresser**

Forud for rejsen

Helbredstjek og vaccinationer

Det er altid en god idé at orientere sig om specielt udbredte sygdomme i området og hvilke helbredsmæssige krav, der måtte være for at rejse til pågældende land. Det er derfor vigtigt, at du kontakter din egen læge mindst seks uger før afrejse, så du kan få de nødvendige

Studerende fra VIA, i studie- og/eller praktikophold i udlandet

vaccinationer og medicin i god tid. Vær også opmærksom på, at der kan være særlige forhold, såsom f.eks. kronisk sygdom, immunsvækkelse m.m., der kræver en lægefaglig vurdering.

På [Statens Serum Instituts](#) hjemmeside kan du undersøge hvilke vaccinationer, der er påkrævet. Dette gør du ved at indtaste rejssemål, rejsens længde, rejsemåde og rejseadfærd. På denne hjemmeside samt på www.vaccination.dk kan du også orientere dig om særlige risici ved at besøge det pågældende land.

Forsikringsmæssige forhold

Rejsesygeforsikring ved ophold i udlandet

Indledningsvis

Der er i det efterfølgende redegjort for de gældende regler vedr. sygeforsikring ved rejser i udlandet. Det kan være meget vanskeligt at gennemskue alle reglerne set i forhold til den rejse, som du har planlagt. Det kan derfor under alle omstændigheder være en god idé at konsultere både forsikringsbureauer og din hjemkommune for at forvisse dig om, at du har den rigtige og tilstrækkelige dækning. Den internationale koordinator vil også kunne vejlede dig om nødvendigheden af forsikringsdækning i det land, som du er på vej til.

Regler for sygeforsikringer

Rejsesygesikringen dækker personer, der har et gult sundhedskort (det gule sygesikringsbevis), og personer, der ikke har bopæl i Danmark, men som ifølge aftaler med andre stater eller EF-retten er dansk socialt sikrede, og som derfor er tildelt et særligt sundhedskort.

Det gule sundhedskort (Det gule sygesikringsbevis)

Det gule sundhedskort kan anvendes når rejsen varer **mindre end 1 måned** og når der er tale om en ren ferie- eller studierejse.

Studieophold, hvor man er tilmeldt en uddannelsesinstitution i udlandet, er ikke dækket. Erhvervspraktik og rejser, hvor der søges arbejde, er heller ikke omfattet.

Se i stedet afsnittet "Det blå EU-kort" – Offentlig dækning efter EF-reglerne

Rejsesygesikringen dækker rejser uden for Danmark i

Andorra	Grønland	Madeira	Slovenien
Azorerne	Isle of Man	Malta	Spanien
Belgien	Irland	Monaco	Storbritannien
Bulgarien	Island	Nederlandene (Holland)	Sverige
Cypern	Italien	Norge	Tjekkiet
Estland	Kanariske Øer	Polen	Tyskland
Finland	Kanaløerne	Portugal	Ungarn
Frankrig	Letland	Rumænien	Vatikanstaten
Færøerne	Liechtenstein	San Marino	Østrig
Gibraltar	Litauen	Schweiz	
Grækenland	Luxembourg	Slovakiet	

Rejsesygesikringen dækker udgifter til behandling af akut sygdom/tilskadekomst, som er opstået under ferie- eller studierejsen.

Særligt om hjemtransport

Den offentlige rejsesygesikring dækker kun ekstraordinære udgifter til hjemtransport fra Færøerne og Grønland, og kun hvis hjemtransporten er ordineret af SOS' læge. I tilfælde af død dækkes hjemtransport dog i hele rejsesygesikringens dækningsområde.

- [Læs også pjecen om rejsesygesikring](#)

Studerende fra VIA, i studie- og/eller praktikophold i udlandet

"Det blå EU-kort" - Offentlig dækning efter EF-reglerne

På Færøerne og i Grønland har personer, der er sygesikret i Danmark, ret til akut nødvendig behandling under opholdet på de vilkår, der gælder for personer, der er sygesikrede på Færøerne/i Grønland.

For så vidt angår rejser til de nordiske lande (Finland, Sverige, Norge og Island) og Storbritannien er det reglerne i Nordisk Konvention/EF-reglerne, der gælder i første omgang. Reglerne giver danskere ret til behandling på samme vilkår som statsborgere omfattet af den offentlige sygesikring i det pågældende land. Det betyder, at der kan blive tale om en vis egenbetaling. Nordisk Konvention/EF-reglerne giver også ret til dækning af merudgifter til hjemtransport fra det pågældende land, hvis hjemtransporten er ordineret af en læge. Skulle der være udgifter (f.eks. egenbetaling) som ikke er dækket af Nordisk Konvention/EF-reglerne, vil disse udgifter kunne dækkes af rejse-sygesikringen, hvis der er tale om udgifter, der er omfattet af denne ordning.

Offentlig dækning efter EF-reglerne

EF-reglerne gælder under ophold i:

Belgien	Bulgarien	Cypern
Estland	Finland	Frankrig
Grækenland	Irland	Island
Italien	Letland	Liechtenstein
Litauen	Luxembourg	Malta
Nederlandene (Holland)	Norge	Polen
Portugal	Rumænien	Slovakiet
Slovenien	Spanien	Storbritannien
Nordirland	Sverige	Tjekkiet
Tyskland	Ungarn	Østrig
Schweiz		

Efter EF-reglerne dækkes udgifter til læge- og hospitalsbehandling, medicin m.v., der bliver nødvendig under opholdet. Behovet vurderes i forhold til, hvilken behandling der er tale om og opholdets varighed. Behandlingen gives på de vilkår, der gælder for offentligt sikrede i det pågældende land. Det er den behandlende læge, der afgør, om det er nødvendigt at give behandling under opholdet.

Ulønnede studie- og praktikophold i op til et år samt erhvervsrejser

EF-reglerne gælder for såvel ferie- som erhvervsrejser samt ulønnede praktik eller studieophold i op til et år, og nødvendige kontrolundersøgelser og behandling af kroniske sygdomme kan også være dækket. Udgifter til hjemtransport dækkes ikke efter EF-reglerne.

Man dokumenterer sin ret til ydelser efter EF-reglerne ved hjælp af et EU-sygesikringskort, som udstedes i kommunerne. EU-sygesikringsbeviset er et plastkort i kreditkortformat, og det udstedes normalt med tidsbegrænset gyldighed. I Storbritannien er det dog tilstrækkeligt at vise dansk pas. I Norden er det gule sundhedskort tilstrækkeligt. Indenrigs- og Sundhedsministeriet har udgivet pjecer om anvendelse af EF-reglerne i de enkelte lande.

Pjecerne "Skal du til ..land? Hvad nu hvis du bliver syg?" udleveres af kommunen og findes i øvrigt på den fælles offentlige sundhedsportal sundhed.dk

Yderligere oplysninger om EU-kortet fås ved henvendelse til bopælskommunen.

Udenfor de ovennævnte lande i EU - Privat rejseforsikring

Der findes ingen offentlig dækning for rejser uden for ovennævnte lande i Europa. I disse tilfælde vil der derfor kun kunne opnås dækning ved at tegne en privat rejseforsikring.

Studerende fra VIA, i studie- og/eller praktikophold i udlandet

Udenrigsministeriet anbefaler, at man tegner en privat rejseforsikring. En privattegnet rejseforsikring kan bl.a. dække udgifter til hjemtransport, kompensation i forbindelse med ødelagt ferie, udgifter i forbindelse med rejseafbrydelse, udgifter til hjemkaldelse, f.eks. hvis et familiemedlem bliver akut syg, udgifter til eftersøgning og redning samt evakuering i forbindelse med terror. En udlandsrejse uden tilstrækkelig forsikring kan blive ruinerende, og i nogle lande nægter man desuden at yde behandling, hvis der ikke forudbetales.

Betingelserne om forhåndstilsagn i tilfælde af bestående sygdom/kronisk lidelse vil som regel også gælde ved private rejseforsikringer.

- Læs mere om det blå EU-kort på [Sundhedsministeriets hjemmeside](#)

Andre forsikringer

Nogle forhold skal stadig dækkes af dine egne private forsikringer.

Private forsikringer

Du skal selv sørge for at være forsikret mod indbrud, ulykke osv., også når du er i udlandet. Kontakt dit eget forsikringsselskab inden afrejse for at høre, om du kan tage din ulykkesforsikring, indboforsikring og bilforsikring med. Husk også at tjekke om f.eks. din bagage er forsikret. Du kan også kontakte International Health Insurance Danmark a/s som tilbyder forsikringer ved ophold i udlandet.

Ellers skal du optage nye i et udenlandsk forsikringsselskab. Du kan få råd og vejledning fra [Forsikringsoplysningen](#).

Som studerende har du mulighed for at tegne en rejseforsikring hos [StudenterForsikring](#). Rejseforsikringen omfatter bl.a. sygesikring, hjemtransport i forbindelse med sygdom og ansvarsforsikring. Du har desuden mulighed for at tegne ekstra indbo- og bagageforsikring samt ulykkesforsikring.

!! Vær dog opmærksom på den begrænsede dækning mht. privatansvar

(uddrag af forsikringsbetingelser på hjemmesiden: [StudenterForsikring](#))

I

PRIVAT ANSVAR

Forsikringen dækker:

- a) det beløb, den forsikrede bliver forpligtet til at betale på grund af sit erstatningsansvar for skade på personer eller ting i henhold til gældende ret i det land, hvor skaden indtræder,
- b) omkostninger i forbindelse med erstatningsspørgsmålets afgørelse, der er afholdt efter aftale med Selskabet.

II

Forsikringen dækker ikke forsikredes erstatningsansvar:

a) i **kontraktforhold**, hvorfor du som studerende skal sørge for, at der er tegnet en forsikring for dig i den periode, hvor du er ansat hos en arbejdsgiver i et praktikforhold.

b) i **erhvervs- eller arbejdsforhold**. Det gør sig også her gældende, at du som studerende skal sørge for nødvendig og tilstrækkelig dækning over for skade på såvel andre personer som ting, der er under arbejdsgiverens ansvarsområde. Dine eventuelle privat tegnede ansvarsforsikringer vil ikke være gældende i et arbejdsforhold som f.eks. et praktikophold. **NB!** I nogle uddannelsesområder, bl.a. sundhedsuddannelserne i Danmark er der indgået særlige aftaler om en erhvervsrejseforsikring, som dækker den studerendes ansvar på den arbejdsplads eller institution, hvor studium eller praktik foregår. Se i bilag 1 og 2 den konkrete aftale mellem Dansk Sygeplejeråd og et forsikringsselskab om erhvervsrejseforsikring for sygeplejestuderende.

Studerende fra VIA, i studie- og/eller praktikophold i udlandet

Spørg den internationale koordinator om yderligere information herom eller om andre forsikrings spørgsmål.

c) som følge af, at forsikrede ved aftale eller på anden måde har pådraget sig et videregående ansvar, end hvad forsikrede ville være underlagt efter de almindelige regler om erstatningsansvar uden for kontraktforhold,

d) for skade på ting, som ikke er omfattet af § 12, og som forsikrede ejer, har til låns, leje, opbevaring, afbenyttelse, befordring, bearbejdning eller behandling, har sat sig i besiddelse af, eller har i varetægt af anden grund,

e) for skade forvoldt af forsikredes husdyr,

f) for skade som følge af, at forsikrede ved smitte eller på anden måde påfører andre sygdom,

g) for skade forvoldt ved benyttelse af motorkøretøj, camping- eller påhængsvogn, luftfartøj samt søfartøjer på eller over 3 meters længde med sejl eller motor, eller søfartøjer under 3 meters længde, hvis motorkraft overstiger 3 HK.

III

Forsikringen dækker endvidere ikke bøder eller bodslignende krav.

Det er meget vigtigt, at du er opmærksom på undtagelserne i punkterne II og III. Hvis du som VIA-studerende har fået et Erasmus legat og er ude i studieophold, hvor du får et ansvar for f.eks. patienter eller klienter, skal du være sikker på, at eventuelle skader på disse personer er dækket af arbejdsgiveren eller af en særlig personansvarsforsikring, som du må tegne. På samme måde skal du som VIA-studerende med et Erasmuslegat sikre dig, at du i et praktikforhold også er dækket mod skade på dennes ejendom. Du skal i alle disse tilfælde, hvor der er risiko for skade på 3. person eller dennes ejendom, sikre dig, at du er dækket af en særlig ansvarsforsikring. Mange virksomheder vil have en sådan forsikring, som dækker for deres ansatte (men ikke nødvendigvis for praktikanter).

Indsigt i særlige religiøse og politiske forhold i værtslandet

At opholde sig i andre lande i en længere periode vil for mange opleves som værende meget forskellig fra det, de kender hjemmefra. Det kan være vanskeligt at undvære det kendte og trygge netværk hjemme. Ude må man selvstændigt tage stilling til de mange nye indtryk, forventninger og påvirkninger. Det er derfor vigtigt, at man forud for sin udrejse undersøger, hvad der kendetegner det nye lands daglige omgangsformer, politiske, religiøse og samfundsmæssige forhold, som kan have betydning for ens eget positive udbytte. Det kan dreje sig om alt fra almindelige høflighedsfraser til forventning om særlig påklædning og omgangstone mellem personer med forskellig rang og alder. Du vil have stor chance for at få et langt bedre fodfæste i det nye miljø, når du kender de mest basale omgangstone og i øvrigt er opmærksom på, hvad der kan være gældende af religiøse og samfundsmæssige forhold i lokalområdet, som du må vise respekt for.

Pas, visum, opholdstilladelser

Hvornår skal du have pas med?

- **Når du rejser i Norden (Norge, Sverige, Finland og Island)**

Det er ikke nødvendigt, at du som dansk statsborger medbringer dit pas, hvis du rejser til andre lande i Norden. Du skal dog stadig kunne identificere dig og skal derfor medbringe anden form for legitimation. Du kan bl.a. blive afkrævet et bevis på, hvem du er ved overnatning på hoteller og lignende.

- **Når du rejser udenfor Norden**

Du skal som dansk statsborger medbringe dit pas, når du rejser til lande uden for Norden.

Studerende fra VIA, i studie- og/eller praktikophold i udlandet

Dette gælder også for rejser til de lande uden for Norden, som er en del af Schengen-samarbejdet. Danmarks indtræden i Schengen-samarbejdet ændrer ikke på reglerne for, hvornår du skal medbringe dit pas, når du rejser.

- **EU- eller nordisk statsborger bosat i Danmark (ikke danske statsborgere)**

Er du ikke dansk statsborger, men EU-statsborger eller nordisk statsborger og bosat i Danmark, skal du medbringe pas eller anden gyldig rejselegitimation, når du rejser til et af de øvrige Schengen-lande.

Nordiske statsborgere, som er bosiddende i Danmark, behøver ikke at medbringe pas, når de rejser til andre nordiske lande. Man skal dog medbringe anden form for legitimation (for eksempel et kørekort).

- **Tredjelandstatsborgere**

Er du udlænding (ikke EU-, EØS- eller nordisk statsborger) med gyldig opholdstilladelse til Danmark, kan du rejse til og opholde dig visumfrit i et eller flere af de øvrige Schengen-lande i sammenlagt 3 måneder inden for et halvt år.

Du skal ved rejse til de øvrige Schengen-lande medbringe et gyldigt pas samt en gyldig opholdstilladelse i form af et opholdskort eller et opholdsmærkat i passet. Disse betingelser gælder også for børn under 18 år.

Opholdskort og mærkater

Et af følgende danske opholdskort eller opholdsmærkater gælder ved visumfri indrejse i et Schengen-land:

- Opholdskort med angivelse af bogstavet A, B, C, D, E, F, G, H, J, K eller L
- Lyserød/hvide opholds-mærkater med angivelse af bogstavet B, C, D, E, F, H eller S.

Specielt om visum til andre lande

Udenrigsministeriet har udarbejdet en oversigt over andre landes visumregler for danske statsborgere. **Visumreglerne for de enkelte lande findes ved hjælp af rullemenuen i højre side (følg linket):**

<http://um.dk/da/menu/Borgerservice/FoerdinRejse/UdenlandskeVisumregler/>

Skat under studiet eller praktikopholdet i udlandet

Når du forlader Danmark for at studere i udlandet, skal skatteforvaltningen i din kommune afgøre, om du stadig er fuldt skattepligtig til Danmark eller om du kun er begrænset skattepligtig. Her spiller det en afgørende rolle, om du har et sted at bo her i landet, mens du er i udlandet.

Når skatteforvaltningen skal fastlægge den skattemæssige status, bruger man begrebet "rådighed over helårsbolig". Heri ligger bl.a., at du har mulighed for at bo et sted, der kan benyttes som bolig året rundt, og hvor du kan have dine ting. Hvis du har udlejet eller fremlejet din hidtidige bolig, vil du alligevel være fuldt skattepligtig, hvis lejekontrakten gælder i en periode på mindre end 3 år.

Fuld skattepligt til Danmark

Du fortsætter med at være fuldt skattepligtig til Danmark, hvis du har rådighed over en helårsbolig her i landet, se ovenfor. Hvis du lige før udlandsopholdet boede hos dine forældre og stadig kan bo hos dem, vil du som regel stadig være fuldt skattepligtig til Danmark. Hvis du boede på

Studerende fra VIA, i studie- og/eller praktikophold i udlandet

kollegieværelse eller i lejlighed før studieopholdet i udlandet, og du ikke opsiges boligen, men eventuelt fremlejer den i en periode på under 3 år, vil du normalt også fortsat være fuldt skattepligtig til Danmark. Det er skatteforvaltningen i din kommune, som afgør, om du stadig er fuldt skattepligtig her i landet.

SU

Når du er fuldt skattepligtig, betyder det bl.a., at du skal betale skat af din SU på samme måde, som hvis du studerede i Danmark. SU-styrelsen trækker skat af din SU, før den udbetales. SU-styrelsen har direkte forbindelse til forskudssystemet i ToldSkat, og ændringer i din SU vil derfor automatisk blive indregnet i din forskudsskat. Dit skattekort (hovedkortet) anvendes som hovedregel af SU, og du skal derfor bruge bikortet til eventuel arbejdsindkomst i Danmark. Hvis du har frikort, kan du ikke få udbetalt SU, før du har afleveret frikortet hos skatteforvaltningen.

Hvis du mener, at der er fejl i din forskudsopgørelse, skal du rette henvendelse til din bopælskommune (seneste bopælskommune), som herefter sørger for, at registreringen bliver ændret. Du kan blive skattepligtig af din SU i studielandet efter dette lands skatteregler.

Danmark har imidlertid indgået dobbeltbeskatningsoverenskomster med en lang række lande, som betyder, at studielandet undlader at beskatte stipendier m.v., som studerende modtager fra Danmark til dækning af udgifter til leveomkostninger, undervisning eller uddannelse.

Når du beslutter dig for at studere i udlandet, bør du undersøge, om Danmark har en overenskomst med det pågældende land, og om du vil være omfattet af bestemmelsen om studerende. Du kan spørge hos skatteforvaltningen i din kommune eller gå ind på www.skat.dk under Gældende Love, Dobbeltbeskatningsoverenskomster.

Skattefri studierejselegater

Legater, der er betinget af, at de anvendes til studierejser i udlandet, Færøerne og Grønland, er fritaget for dansk skat i det omfang, de anvendes til dækning af sædvanlige udgifter til rejse mellem Danmark og studiestedet, sædvanlige udgifter til kost, småfornødenheder og logi på studiestedet, samt dokumenterede udgifter til betaling af undervisning, deltagerafgifter og lign., herunder betaling for kurser i studiestedets sprog. *Udgifterne skal dokumenteres med originalbilag.* Ligningsrådets satser for skattefri rejsegodtgørelser kan dog anvendes i stedet for de faktiske udgifter til logi, kost og småfornødenheder. Satserne udgør (2010) 455 kr. pr. døgn til kost og småfornødenheder og 195 kr. pr. døgn til logi. Du skal oplyse din skatteforvaltning om, hvilke udgifter du har haft, så de kan blive modregnet i legatet på din årsopgørelse.

Hvis du får legater, bør du i øvrigt undersøge, om de er skattepligtige i det land, hvor du vil studere.

NB! Husk altid at gemme dine originale bilag til rejse- og opholdsudgifter. Det gælder også dit boarding pass.

Arbejdsindkomst i udlandet

Hvis du tager lønnet arbejde i studielandet, vil lønnen som udgangspunkt blive beskattet i studielandet (værtslandet). Når du er fuldt skattepligtig til Danmark, skal du også betale dansk skat af lønnen, men du får som minimum fradrag i den danske skat for den skat, du har betalt i studielandet.

Der er i en del dobbeltbeskatningsoverenskomster en bestemmelse om, at arbejdsindkomst, der er nødvendig for opholdet, ikke beskattes i studielandet. En liste over disse lande kan ses på www.skat.dk under Rådgiver, Juridiske Vejledninger, Ligningsvejledningen; Dobbeltbeskatning, afsnit D.D.2. Det beløb som danske studerende i udlandet kan få skattefrit efter denne bestemmelse varierer fra land til land. Skattemyndighederne i studielandet kan oplyse det nøjagtige beløb.

Begrænset skattepligt til Danmark

Hvis du ikke længere har rådighed over en helårsbolig her i landet, er du som hovedregel kun begrænset skattepligtig til Danmark. Hvis du umiddelbart før studieopholdet boede til leje og har

Studerende fra VIA, i studie- og/eller praktikophold i udlandet

opsagt lejemålet eller fremlejet det for en periode på mere end 3 år, eller har solgt eller udlejet en hidtidig ejerbolig for mere end 3 år, vil din fulde skattepligt til Danmark ophøre. Hvis du har bopælsmulighed hos f.eks. en ægtefælle eller en kæreste, vil du dog som udgangspunkt stadig være fuldt skattepligtig. Det er skatteforvaltningen i din kommune, som afgør, om din skattepligt er ophørt.

SU

Selv om din fulde skattepligt til Danmark er ophørt, skal du stadig betale skat af din SU i Danmark. Hvis studielandet har beskatningsretten til din SU i henhold til dobbeltbeskatningsoverenskomsten med Danmark, skal der dog ikke betales dansk skat. Det gælder kun, hvis du er fuldt skattepligtig i studielandet og ikke er omfattet af overenskomstens bestemmelse om studerende. Hvis du f.eks. allerede er bosiddende i udlandet, når du starter dine studier, anses du i nogle lande ikke for studerende i henhold til overenskomsten.

Skattefri studierejselegater

Som begrænset skattepligtig skal du ikke betale dansk skat af studierejselegater.

Arbejdsindkomst i udlandet

Som begrænset skattepligtig vil du ikke blive beskattet i Danmark af indkomst optjent i udlandet.

Under opholdet

Et studie- eller praktikophold i udlandet er en spændende og lærerig periode i ens liv. Det giver i de fleste situationer anledning til venskaber og erfaringer, som du vil kunne vende tilbage til med glæde senere i livet.

Desværre kan der i sjældne tilfælde også være tale om negative oplevelser i form af sygdom og uheld, som der heldigvis er gode muligheder for at forebygge og behandle.

Du kan herunder læse yderligere om forskellige forhold, som det er vigtigt, at du læser og forstår – og som du forhåbentlig ikke får yderligere brug for under dit ophold.

Helbredsmæssige problemer

Du bør ved ankomsten finde ud af, hvordan sygehusystemet samt brug af læge fungerer, så du ikke behøver at bruge energi på det, når du står i situationen. Apoteket kan være behjælpeligt med gode råd om håndkøbsmedicin mm. forud for rejsen. Skulle du i udlandet få brug for lægehjælp, er det vigtigt, at du gemmer alle kvitteringer til senere refundering, hvis du er blevet afkrævet betaling på stedet. Du bør i den forbindelse kontakte dit forsikringselskab for at være sikker på den rigtige fremgangsmåde for refundering af dine omkostninger.

Psykiske og sociale problemer

Det at opholde sig og læse i udlandet kan medføre en vis form for usikkerhed ofte pga. hjemlængsel, kulturшок, ensomhed, det at skulle vænne sig til et nyt uddannelsessystem, og at der måske er en mere stram økonomisk situation end normalt.

Symptomerne kan være søvnløshed, mild depression, lyst til at være alene, mangel på appetit mm. Hvis du i løbet af dit ophold oplever sådanne symptomer og måske på et tidspunkt pludselig føler dig meget alene og depressiv, kan det være en god idé at finde nogle at snakke med om din situation og eventuelle frustrationer eller bekymringer - måske venner, familie eller den kontaktperson, du har på universitetet. Du kan tilsvarende skrive eller ringe til den danske internationale koordinator på dit uddannelsessted. Denne vil kunne give dig yderligere vejledning om dine muligheder for hjælp i den konkrete situation.

Studerende fra VIA, i studie- og/eller praktikophold i udlandet

En anden mulighed er at undersøge hvilke former for hjælp, der findes på det universitet, du er tilknyttet. Spørg evt. din kontaktperson på dit praktiksted eller på det internationale kontor på det uddannelsessted, du er tilknyttet. Hvis du på et tidspunkt føler dig fuldstændig hjælpeløs og alene og ikke kan overskue situationen overhovedet, er det meget vigtigt, at du søger hjælp med det samme. Det er derfor en god idé at orientere sig om støttemulighederne med det samme, du ankommer, i stedet for at vente, til det måske bliver for sent.

Det er under alle omstændigheder en god idé at kontakte den internationale koordinator i Danmark, hvis du er usikker på, hvordan du skal klare dig ud af en opstået krise eller problem. Se kontaktlisten på sidste side af beredskabsplanen.

Endnu en mulighed er at kontakte Studenterrådgivning i Region Midt, som er en uafhængig rådgivningsfunktion. Det koster ikke noget. Tlf. 7026 7500.

Tyveri og røveri

Det er en ubehagelig oplevelse at finde ud af, at man er blevet bestjålet. Ud over det ærgerlige i at miste noget, som måske har stor betydning for en, så er et tyveri normalt noget som alene afgøres mellem dig og dit forsikrings-selskab. Ethvert tyveri bør anmeldes til de lokale politimyndigheder. I de fleste tilfælde vil forsikrings-selskabet også forlange en kvittering af anmeldelsen til politiet. Sørg derfor altid for at få en kopi af politirapporten til brug for spørgsmål om erstatning.

Er der tale om et røveri, hvor du er direkte involveret i, at andre tager noget fra dig, kan det give alvorlige konsekvenser også på det psykiske plan. Det kan være en meget voldsom oplevelse, at andre med fortsæt og ofte med voldsomme trusler vil tage dine ejendele.

Det er vigtigt, at du forsøger at handle roligt i situationen (hvor vanskeligt det end kan være). Giv som udgangspunkt, hvad røveren forlanger – registrer om muligt fakta om, hvordan røveren taler, agerer og nogle særlige kendetegn hos ham/hende - og når det hele er overstået skal politiet kontaktes.

Du skal samtidig være klar over, at en oplevelse som et røveri kan medføre alvorlig psykisk krise. Tag derfor kontakt med dit forsikrings-selskab, nærmeste pårørende og dine kontaktpersoner i relation til dit praktik- eller studieophold såvel i Danmark som i værtslandet med henblik på at få kontakt med en psykolog eller tilsvarende for at få talt hændelsen igennem og modtage nyttige redskaber til at komme ud af den personlige krise, du er blevet bragt i.

Kontakt din internationale koordinator på din hjeminstitution. Se kontaktlisten på sidste side.

Overfald/udsættelse for vold/voldtægt/mobning

Overfald sker oftest i situationer, hvor folk er fulde eller spiller op til hinanden. Det er vigtigt altid at holde hovedet koldt og ikke blive ophidset. Fortræk hvis det er muligt.

Følgende forholdsregler kan være med til at undgå et overfald:

- Vis ikke at du er bange
- Hids dig ikke op
- Brug en venlig men bestemt og afværgende tone
- Undskyld hvis du har del i optrinnet
- Undgå videre diskussion
- Svar ikke igen
- Forlad stedet stilfærdigt hvis muligt
- Hvis der er andre til stede, så lad dem forstå situationen
- Hvis alt glipper, så løb til du er i sikkerhed

Studerende fra VIA, i studie- og/eller praktikophold i udlandet

I nogle lande har man et anderledes syn på kvinder, og hvorledes kvinder går klædt. Husk derfor at optræde med respekt for de normer, der eksisterer i landet. Hvis du udsættes for seksuelt overgreb, skal du gøre modstand og skribe. Så snart du kan slippe væk, skal du opsøge hjælp – hos de nærmeste omgivelser og politiet. Det er bedst at henvende sig direkte til politiet. Skab endvidere kontakt med ambassade/konsulat, så du kan få hjælp til anmeldelse og oplysninger om rettigheder. Du bør også henvende dig til kontaktpersonen på den praktikvirksomhed eller din værtsinstitution samt den internationale koordinator på din hjeminstitution, så de kan være dig behjælpelig i den svære situation.

I forbindelse med en voldtægt er det meget vigtigt at tage på hospitalet hurtigst muligt for at blive undersøgt. Vask dig ikke inden du tager på hospitalet, selvom det måske er det, du har allermost lyst til. Husk på det ikke er en skam og noget, du behøver at skjule. Det er ikke din skyld, og det hjælper at tale om det.

Det er vigtigt at være opmærksom på, at vold og voldtægt også kan opleves på et andet plan på din arbejdsplads (hvis du er i praktik) eller på det uddannelsessted du er på i form af mobning og seksuelle tilnærmelser (eller opfordringer herom). Det er i den forbindelse vigtigt, at du giver udtryk for din oplevelse af modpartens opførsel og tager afstand fra det, du ikke bryder dig om. Hvis det ikke hjælper, må du henvende dig til kontaktperson/international koordinator for at forklare dit problem og bede om hjælp til at få det løst. Der kan desværre i andre lande være en helt anden opfattelse af mobning og syn på medarbejderes og studerendes rettigheder. Det kan derfor i den situation være vigtigt at involvere den danske internationale koordinator (se kontaklisten på sidste side), hvis du føler, at dine personlige grænser er overskredet. Sammen med denne kan du aftale en handlingsplan for indsats.

Alternativt kan du kontakte Studenterrådgivning i Region Midt, som er en uafhængig rådgivningsfunktion. Det koster ikke noget. Tlf. 7026 7500.

Trafikuheld og ulykker med fysisk og/eller psykiske skader til følge

Det sker, at studerende bliver involveret i ulykker, når de er ude. Det kan dreje sig om ulykker i trafikken, ulykker på praktikstedet eller andre situationer hvor den studerende bliver involveret i tilskadecomst på sig selv eller andre.

Afhængig af uheldets/ulykkens art og omfang vil der være forskellige handlingsindsatser.

Grundlæggende skal forsikringsselskabet involveres for at klarlægge den hjælp, som den studerende kan få herfra i form af f.eks. lægebehandling, sygehusophold, krisehjælp, hjemtransport og eventuelle retssager (se afsnittet om forsikringer). Det er vigtigt, at du kontakter dine nærmeste pårørende derhjemme og den internationale koordinator (se kontakliste på sidste side), så de kan støtte dig i at få lavet en handlingsplan ud fra den konkrete hændelse. Der vil i de fleste tilfælde også være mulighed for at få krisehjælp og hjælp til de efterfølgende opgaver som følge af hændelsen. Det kan være fra din kontaktperson på praktikstedets eller det internationale kontor på uddannelsesstedet i værtslandet. Der kan også hentes hjælp på den danske ambassade i det pågældende land.

Dødsfald hos nærmeste pårørende

Hvis der i forbindelse med et udlandsophold sker dødsfald hos dine nærmeste pårørende kan du i nogle tilfælde få hjælp til hjemrejse til begravelse mv. via din forsikring. I andre situationer vil du være henvist til at få økonomisk hjælp til hjemtransport fra din familie.

Har du yderligere behov for at snakke med professionelle rådgivere om din situation langt væk fra den tragiske begivenhed kan du kontakte Studenterrådgivning i Region Midt, som er en uafhængig rådgivningsfunktion. Det koster ikke noget. Tlf. 7026 7500.

Selvforvoldte kriser (eks. anholdelse, skader på andre)

Studerende fra VIA, i studie- og/eller praktikophold i udlandet

Anholdelse

Skulle du blive anholdt i forbindelse med eksempelvis tyveri, ulykke, vold, hærværk, demonstration, så spørg om lov til at kontakte den nærmeste ambassade/konsulat samt din værtsinstitution. Lad være med at sætte dig i modværg. Det er lettere at få hjælp, hvis man har 'opført sig ordentligt'. Husk at politi og retsvæsen kan have en anden praksis end i Danmark, og at strafferammerne eksempelvis kan være hårdere. Anholdelse kan også medføre udvisning af landet, hvilket betyder, at du udover ikke at kunne fuldføre dit studieophold måske heller ikke kan få lov til at rejse ind i det pågældende land i en bestemt periode.

Det vil afhænge meget af den konkrete situation og forholdene i dit værtsland, hvor meget du kan forvente af hjælp udefra. Men det vil dog altid være sådan, at de danske myndigheder vil gøre deres bedste for at komme dig som dansk statsborger til undsætning i form af samtaler med myndigheder og med dig om din situation. Der er eksempelvis udvekslingsaftaler med mange lande – men der vil også være lande, hvor det kan være meget vanskeligt at gøre noget fra dansk side (myndigheder såvel som pårørende).

Du kan dog ved løsladelse bede om hjælp fra ambassade, hjeminstitution og pårørende, så du kan komme bedst mulig ud af de personlige kriser, der måtte opstå – og endvidere få fastslået din retslige situation i forhold til det skete.

Krig eller krigslignende situationer

Desværre er der fortsat mange steder i verden krig eller politiske forhold, som gør det vanskeligt eller umuligt for udlændinge at opholde sig det pågældende sted. Du bør altid forud for en rejse til et fremmed land undersøge, om der er kritiske forhold, som du bør tage dig i agt for. Du kan i den sammenhæng få hjælp i Udenrigsministeriet til at vurdere risici ved ophold i visse lande.

Læs bl.a.: <http://um.dk/da/rejse-og-ophold/rejse-til-udlandet/>

Her vil du foruden en opdateret liste over risikolande kunne hente andre nyttige oplysninger om bl.a. regler for pas, visum, opholdstilladelse og se anbefalinger om vaccinationer.

Hvis der alligevel under dit ophold skulle indtræffe pludselige krigs- eller krigslignende situationer (herunder terrorvirksomhed) skal du snarest muligt kontakte den danske ambassade i lokalområdet og oplyse dem om, hvor du befinder dig og spørge dem til råds om, hvordan du sikrer dig selv bedst muligt, og hvordan du i givet fald kan komme ud af landet.

Endvidere bør du kontakte dine nærmeste pårørende i Danmark, så de også har vished om hvor du er, og hvordan du har det. Husk at en kritisk situation ofte kan se helt anderledes og farlig ud, når man ser på den udefra. Det er derfor altid vigtigt, at dine nærmeste er vel informeret om situationen præcis, hvor du er.

Naturkatastrofer

Naturkatastrofer er oftest pludseligt opståede naturfænomener som f.eks. vulkanudbrud, jordskælv, orkaner, oversvømmelser, tsunamier og laviner.

Det er vigtigt, at du sætter dig ind i risikoen for ovennævnte hændelser forud for din rejse og hvis der måtte være sådanne risici, at du ved ankomst undersøger, hvad der findes af beredskabsplaner og andre forholdsregler, hvis en naturkatastrofe måtte opstå. Det kan være et spørgsmål om at vide, hvor der findes beskyttelsesrum mod orkaner – eller hvordan du skal agere, hvis du mærker rystelser fra et jordskælv. Det er under alle omstændigheder vigtigt, at du taler med de lokale om risici og indsats, hvis noget måtte ske. Hold dine nærmeste pårørende orienteret om situationen.

Indsats efter ophold

Evaluering af ophold

I forbindelse med den evaluering, du skal aflevere efter dit ophold, er det vigtigt, at du også nævner forhold som kan være afgørende for at nye studerende kan få et trygt ophold. Den

Studerende fra VIA, i studie- og/eller praktikophold i udlandet

bedste investering er ofte en god forberedelse, så den nye kender såvel muligheder – men også de risici, der har været forbundet med opholdet.

Hvis du selv har været udsat for særlige hændelser, er det vigtigt, at du får dem beskrevet i evalueringen og efterfølgende får dem talt igennem med den internationale koordinator på din uddannelse, så der kan blive samlet op på eventuelle uløste problematikker i forhold til dine personlige oplevelser gennem hele processen fra din beslutning om at komme afsted, forberedelsen, gennemførelsen og efterbehandlingen af dit studie- eller praktikophold.

Den studerendes ansvar

- Læs omhyggeligt denne beredskabsplan og drag de nødvendige beslutninger ud fra det, du læser. En god forberedelse er ofte en garanti for et succesfuldt ophold.
- Vær sikker på, at du har de nødvendige og tilstrækkelige forsikringer hvad angår såvel sygdom som ansvar.
- Udnyt undervejs dine muligheder for særlig hjælp og støtte, hvis noget uventet sker. Tidlig indsats minimerer problemerne væsentligt.
- Vis respekt for lokale kulturer og traditioner – uden at du nødvendigvis behøver at være en aktiv del heraf.
- Accepter ansvaret for egne beslutninger og handlinger. (Du har ikke din mor med på turen!)
- Sæt dig grundigt ind i dine muligheder for at få hjælp i forhold til såvel det juridiske og det sundhedsmæssige.

Skolens/virksomhedens ansvar

- Skolen og virksomheden skal sørge for, at du har fornøden information om din rejse og dit ophold.
- Skolen og virksomheden har indgået særlig aftale om dit ophold, hvoraf de nærmere retningslinjer for samarbejdet fremgår.
- Skolen har en international koordinator, som du altid kan kontakte, hvis særlige hændelser indtræffer.
- Virksomheden har tilsvarende en kontaktperson, som du kan bede om råd og vejledning fra.
- Skolen og virksomheden har indgået aftale om, hvordan dine resultater af opholdet bedømmes og overføres til dit endelige eksamensbevis.

Vigtige telefonnumre og kontaktadresser

- [VIA University College](#)
- [School of Technology and Business](#)
- [Faculty of Education and Social Studies](#)
- [School of Health Sciences](#)
- [School of Design Animation Media Business](#)

[Studenterrådgivningen](#) - Telefon +45 7026 7500

GOD TUR !!!

Studerende fra VIA, i studie- og/eller praktikophold i udlandet

Bilag 1:

Erhvervsansvarsforsikring for sygeplejestuderende

Dansk Sygeplejeråd har indgået en erhvervsansvarsforsikring, som medfører, at du som sygeplejestuderende og medlem af Dansk Sygeplejeråd er forsikret under praktik og udførelse af praktiske øvelser i undervisningen. Endvidere er du forsikret ved praktik i udlandet (op til 1 års varighed.) Forsikringen dækker for skader på personer og/eller ting opstået ved udøvelse af sygepleje i forbindelse med uddannelsen.

De sikrede er:

Sygeplejestuderende, som er medlem af Dansk Sygeplejeråd, når de udøver sygepleje i forbindelse med uddannelsen.

I Danmark dækker forsikringen:

De sikredes erstatningsansvar for skade tilføjet personer eller ting når de studerendes udøvelse af sygepleje i uddannelsen foregår:

- På uddannelsesinstitutionen i forhold til medstuderende, undervisere og eksterne brugere/patienter i den daglige undervisning og ved eksaminer
- Ved praktikstudier i forhold til brugere/patienter på eller uden for institutioner
- Ved projektarbejde i forhold til medstuderende, brugere/patienter på eller uden for institutionen i den kliniske undervisning
- Forsikringen omfatter skade indtruffet i Danmark (inkl. Grønland og Færøerne)

Ved uddannelse i udlandet dækker forsikringen:

- Såfremt skaden er sket under rejser eller midlertidigt ophold (indtil 1 års varighed) i forbindelse hermed og at den er et naturligt led i uddannelsen.

Det er kun en erhvervsansvarsforsikring

- Du skal være opmærksom på, om du har brug for familieforsikring, ulykkesforsikring eller rejseforsikring. Se vedlagte korte oversigt fra Runa Forsikring A/S.

Gratis for medlemmer

Forsikringen er gratis for sygeplejestuderende medlemmer af Dansk Sygeplejeråd. Du behøver ikke ansøge om forsikringen separat, som studerende medlem er du automatisk dækket. Hvis der opstår en skade, kan du indhente skadesanmeldelse hos Runa Forsikring, tlf. 33 32 22 00.

Bekræftelse på medlemskab af Dansk Sygeplejeråd:

Du kan ved henvendelse til DSR få en underskrevet bekræftelse på, at du er medlem af Dansk Sygeplejeråd. Denne kan også skrives på engelsk.

Studerende fra VIA, i studie- og/eller praktikophold i udlandet

Forsikringspolice (Aftalen) R52-3858567. (se bilag 2)

Bilag 2



RUNA FORSIKRING A/S

Farvergade 17 · 1463 København K · Tlf: 3332 2200 · Fax: 3315 7755 · www.runa.dk · Giro nr. 1 07 57 05 · CVR nr. 13 30 84 38

Dansk Sygeplejeråd
Sankt Annæ Plads 30
2400 København NV

Policenummer R52-3858567
For forsikringen gælder
Vilkår 52-2

Police for Erhvervsansvarsforsikring

Virksomhed:	Erhvervsansvar for studerende medlem af Dansk Sygeplejeråd
Omfang	Police omfatter studerende under uddannelse
Dækning:	Erstatningsansvar uden for kontraktforhold. Ved personskade, med indtil 8 mio. kr. Ved tingskade, med indtil 2 mio. kr.
Regulering	Forsikringspræmien reguleres hvert år ved hovedforfald, på grundlag af forsikringstagerens opgivelse om antal sygeplejestuderende, som er medlem af Dansk Sygeplejeråd. For forsikringen gælder tillige følgende særlig vilkår:
Særlige vilkår:	Forsikringen dækker erstatningsansvar i forbindelse med uddannelse, hvis den studerende ikke er dækket af en privat- eller erhvervsansvarsforsikring.
Præmie:	Ved policens oprettelse udgør forskudspræmien 13.599 kr. Forsikringspræmien reguleres hvert års 1. april.
Indeksregulering:	Præmien indeksreguleres hvert år til hovedforfald den 1.4.
Gyldighed:	Forsikringen gælder fra den 1. april 2008 og fortsætter indtil den opsiges skriftligt med mindst en måneds varsel.

Kbh, den 20. maj 2008.

STUDERENDE FRA VIA, I STUDIE- OG/ELLER PRAKTIKPERIODEN I UDDANNELSEN