

CHECKLISTA FÖR INTERNATIONELLA RESOR

för Rotary Foundations stipendie- och bidragsmottagare



Den här checklistan har sammanställts för mottagare av stipendier/bidrag från Rotary Foundation som förbereder sig att resa utomlands. Listan är avsedd att påminna mottagarna om en rad steg att ta inför internationella resor; den är dock inte på något sätt uttömmande och vissa punkter gäller eventuellt inte för alla mottagare. Se listan som ytterligare ett hjälpmedel när du deltar i informationstillfällen i samband med ditt stipendium/bidrag.

- Bekräfta att passet är giltigt för hela restiden/vistelsen. Se till att informera dig om krav på giltighet både i hemlandet och i värdländerna. Om du inte har ett pass bör du omedelbart ansöka om ett.
- Ta reda på krav på visum och eller/uppehållstillstånd för studier i värdlandet/länderna. Ta reda på om du behöver transitvisa, med tanke på flygrouten.
- Ta reda på om du behöver vaccinera dig inför resan till värdlandet/länderna. Sök med hjälp av olika källor, som t ex Svenska smittskyddsinstitutet, Centers for Disease Control and Prevention (amerikanska smittskyddsinstitutet www.cdc.gov), researrangörer, etc.
- Sök efter flyg till lägsta möjliga kostnad för resorna till värdlandet/-platsen.
 - Inhämta flera erbjudanden från olika flyglinjer för att säkerställa ett du köper de prismässigt fördelaktigaste biljetterna.
 - Kom ihåg att alla personliga resor betalas av den enskilda resenären.
- Kopiera alla viktiga dokument (d v s visa, pass, körkort, försäkringsbevis, etc.) utifall att de skulle gå förlorade.
- Sammanställ en budget som hjälp för handha stipendie-/bidragsmedlen.
- Informera dig om rotaryaktiviteter och även existerande möjligheter till serviceinsatser i det rotarydistrikt som står värd.
- Informera dig om och teckna sjuk- och/eller reseförsäkring. Ta en kopia av försäkringsbrevet med dig, förutom att lämna en kopia på försäkringen hos en person du litar på.

- Om du tar receptbelagd medicin bör du kontrollera värdlandets konsulats hemsida för att säkerställa att medicinen finns att få och/eller är tillåten i värdlandet.
- Håll regelbunden kontakt med rotarianer i värdlandet för att skapa kontinuitet i planeringen av aktiviteter.
- Informera dig om kulturella olikheter i ditt hemland och värdlandet, inklusive (men inte begränsat till) mat, konversationsämnen, kroppsspråk, säkerhet, etc.
- Samarbeta med lokala rotarianer för att lära sig att förstå Rotarys historia, uppbyggnad och kultur.
- Tillägna dig nödvändiga språkkunskaper för stipendie-/bidragsaktiviteten/-platsen.
- Undersök boendemöjligheter för att finna lämpliga bostadsområden i värdstaden (alla stipendie-/bidragsmottagare bör ta hänsyn till säkerheten).
- Ta reda på bankalternativ och även eventuella valutarestriktioner i värdlandet.