

ALLES WAT JE MOET
WETEN OVER EEN
STAGE
IN HET BUITENLAND



Deze brochure is gemaakt door Natalie van Everdink als eindexamenopdracht in samenwerking met het International Office van het ROC Da Vinci College.

Met dank aan:
ROC Da Vinci College
Fiona Alwayn
Sietske van Voorthuijsen
Annelies Lopéz
Sofie van de Vreede

Beeld: © Natalie van Everdink 2021

© ROC Da Vinci College 2021. Aan deze druk kunnen geen rechten worden ontleend. Niets uit deze uitgave mag verveelvuldigd of gekopieerd worden zonder toestemming van de auteur.

Waar gaat deze brochure over?

In deze brochure lees je alles over een stage in het buitenland. Je vindt hier belangrijke informatie over het proces wat je doorloopt als je je aanmeldt en je hoort wat andere studenten hebben ervaren. Misschien kun je er wat tips uit halen!

Introductie	3
Hoe vind ik een stage?	4
Aanmelden & solliciteren	5
Waarom zou je een stage in het buitenland lopen?	6
Is een stage in het buitenland iets voor jou?	8
Samen met het International Office...	9
Aangenomen! Wat nu?	11
In het buitenland	13
Terugkomst	15



Hoe vind ik een stage?

Leerdoelen

Als je een stage in het buitenland wil gaan doen is het belangrijk om te weten wat je wil leren. Je stelt vooraf leerdoelen op, beide op persoonlijk en professional gebied. Je kiest een stageplaats die hierbij past. Je keuze kan ook afhangen van het land. Wil je bijvoorbeeld leren om het rustiger aan te doen? Dan kun je ervoor kiezen om naar een land te gaan dat hiervoor bekend staat. Misschien heb je al een stad in gedachten!

Een stage zoeken

Je SLB-er en de International Office-contactpersoon van jouw sector kunnen je begeleiden bij het eerste deel van je aanmelding. Je kunt met hun hulp een geschikte stageplaats zoeken en gaan solliciteren. Je SLB-er zal ook een toestemmingsformulier moeten ondertekenen. Zij beoordelen of jouw werkhouding en zelfstandigheidsniveau geschikt zijn voor een stage in het buitenland. Zo ben je er zeker van dat je een leuke stage zal hebben.

Het International Office ondersteunt de contactpersonen en bereidt alle documenten voor. Je neemt contact op met hen zodra je aangenomen bent bij je stageplaats in het buitenland en een stagecontract hebt ontvangen.

Leefstijl

Het is belangrijk om na te denken over je leefstijl. Wat doe je het liefst in je vrije tijd? Wil je de stad in of ga je liever kamperen in de natuur? Ga je graag naar andere regio's van het land of blijf je liever voor lange termijn op één plaats?

Zet alles op een rijtje, lees over de ervaringen van anderen en praat eens met iemand die ook een stage in het buitenland heeft gedaan!



Aanmelden en solliciteren

CV

Een CV maak je door je opleidingen, vaardigheden en andere relevante informatie op papier te zetten. Zo krijgt een werkgever een goed beeld van jouw toevoeging aan hun bedrijf of organisatie. Het is belangrijk om een CV relevant te houden; zet er de vaardigheden in die jou helpen in je vak en mogelijk de (bij)banen die je al gehad hebt.

Motivatiefbrief

Vrijwel alle bedrijven vragen ook om een motivatiebrief. Hierin beschrijf je waarom je bij het bedrijf wilt werken. Je beschrijft ook je leerdoelen en hoe jouw ervaring je helpt in je vak.

In in motivatiebrief naar een bedrijf in het buitenland is het ook belangrijk om te vertellen wat voor ervaring je al hebt, in je vak en in een andere cultuur, en om te vertellen waarom je in het buitenland een stage wilt lopen. Doe je dit goed, dan weten zij gelijk wat jij wil meemaken en leren van een internationale stage.

Gesprek

Sollicitatie- en kennismakingsgesprekken met bedrijven in het buitenland gebeuren vrijwel altijd digitaal. Nu zul je hier meer ervaring mee hebben door de digitale lessen die je hebt gehad maar het is alsnog belangrijk om hier goed over na te denken. Daarom hier een aantal tips:

- Test van tevoren je camera en microfoon.
- Zorg ervoor dat je op een rustige plek zit en niet afgeleid zal worden.
- Houd een lijstje met notities bij als je dat fijn vindt.
- Ook al zit je niet in een kantoor, zorg ervoor dat je je alsnog kleedt zoals je ook zou doen tijdens de stage.
- Stel vragen aan het eind van het gesprek. Je kunt er ook een aantal van tevoren bedenken.



Waarom zou je een stage in het buitenland lopen?

Ik loop rustig de supermarkt in die nog kleiner is dan het gemiddelde klaslokaal en glimlach naar de eigenaar. Ik heb wat fruit nodig en een snack, dus ik loop naar de achterkant van de winkel. Ik hoor nog meer mensen binnenlopen maar ik kijk niet op.

“Zie jij ergens sinaasappels?”, zegt iemand. Mijn oren spitsen. Dit is de eerste keer dat gesproken Nederlands hoor in een aantal weken. Ik lach een klein beetje door het Vlaamse accent maar ik ga rustig verder met mijn boodschappen. Dan tikt er iemand op mijn schouder.

“Hoi, ben jij Nederlands? Ik hoorde je lachen daarnet.”, vertelt hij aan me. En zo heb ik een half uur lang gesproken met de enige twee andere mensen die Nederlands spreken op dit kleine eiland.

Reizen

Ik heb altijd al een interesse gehad in reizen maar helaas heb ik dat nooit kunnen doen met mijn ouders; daar was simpelweg geen geld voor. Toen ik de kans kreeg om met mijn middelbare school een weekje naar het buitenland te gaan, nam ik die met beide handen aan; op het mbo nam ik die kansen ook elke keer weer!

Ik wilde graag een stage in het buitenland doen maar ik was nog nooit lang in het buitenland geweest. De mogelijkheid deed zich voor om mee te doen aan een uitwisseling met een school in Madrid, waar ik me meteen voor aanmelde! Die twee weken maakten zo'n indruk op mij dat ik er zeker van was dat ik het ook 5 maanden in het buitenland zou redden.

Zelf voorbereiden

Het aanmelden van mijn stage in het buitenland was wel een leerproces. Er was zó veel te doen en er moesten zo veel formulieren ingevuld worden. Daarnaast had ik nog nooit zelfstandig gereisd; ik had nog nooit een vlucht geboekt, nog nooit een reisverzekering afgesloten, en ik had zelfs geen grote koffer! Doordat mijn familie hier ook geen ervaring mee had, heb ik alles zelf onderzocht. Dát leer je dus ook bij een stage in het buitenland!

Tegenslag

Vooraf had ik mijn stage in het buitenland gemeld bij DUO, zodat ik de gepaste studiefinanciering kreeg. Na twee weken in Griekenland kreeg ik een mail van DUO waar in stond dat mijn situatieverandering teruggedraaid was omdat ik zagezegd nog thuis woonde. Na twee uur aan de telefoon hebben ze het handmatig aangepast en hun grootste excuses aangeboden. Een stressvol moment wat ik geleerd heb om zelfstandig op te lossen.

Leven & leren

Enmaal daar was het wel even wennen. Bij de organisatie waar ik zat deelde ik een kamer met 3 anderen. In mijn vrije tijd trek ik me graag terug, dat ging niet zo makkelijk daar. Ik begon steeds meer tijd buiten te besteden door het goede weer en de sfeer die er rondhing. Er waren stagiairs uit alle windhoeken. Al deze mensen voegen weer iets nieuws toe aan je ervaring; je leert van hen en zij leren van jou.



De ervaring die je opdoet voegt veel waarde toe aan je opleiding en je CV. Je leert communiceren op de werkvloer in een vreemde taal en met mensen die een andere stijl gewend zijn. Nederlanders staan bekend om hun eerlijkheid. Voor ons is het normaal maar mijn stagebegeleider vond het niet fijn als ik ongevraagd een suggestie gaf; zo heb ik geleerd om te vragen wat iemand van mij verwacht.

Als je een stage in het buitenland wil doen: ga ervoor. Zet door.

Vraag om hulp wanneer je het nodig hebt.

Lees de ervaringen van anderen. Doe onderzoek naar het land waar je heen wilt.

Laat niemand je tegenwerken!



Is een stage in het buitenland iets voor jou?

Het klinkt allemaal zo leuk: nieuwe culturen ontdekken, alleen reizen, werken in het buitenland en een nieuwe taal leren. Is het ook echt iets voor jou? Kun je het de hele stageperiode volhouden? Dat moet je je van tevoren afvragen.

Wees je ervan bewust dat je in sommige gevallen lang van huis weg zal zijn. Misschien heb je op dit moment een bijbaan of zit je op een teamsport; dat kun je tijdens je stage in het buitenland niet doen.

Bereid je erop voor dat je minder tijd zal hebben om te praten met je vrienden thuis en je familie. In je vrije tijd zul je de omgeving willen ontdekken en je zal daar ook vrienden maken die je wil leren kennen!

Een stage in het buitenland vraagt veel van je zelfstandigheid. Je zal vaak kleine én grote problemen zelf moeten oplossen en je moet om hulp vragen wanneer het nodig is.

Heb je er al zin in? Geweldig!

Om te beginnen neem je contact op met je SLB-er of, als je al weet wie dat is, de contactpersoon van het International Office van jouw opleiding. Samen met hen ga je bespreken of je geschikt bent, wat je wil leren en waar je heen wil.

Heb je nog een aantal vragen? Beluister dan de podcast met Sofie van de Vreede, Fiona Alwayn en Natalie van Everdink.



Scan de QR code om naar de webpagina te gaan ►

Samen met het International Office...

...ga je veel formulieren invullen en documenten ondertekenen. Hierbij word je geholpen door een medewerker.

Aanmeldingsformulier

Om je aan te melden bij het International Office vul je het aanmeldingsformulier in. Als je jonger bent dan 18 jaar heb je toestemming nodig van je ouder(s) of voogd.

Stagecontract

Bij het International Office onderteken je het stagecontract. Hier staat in wat je tijdens je stage moet doen en waar jij en het bedrijf je aan moeten houden.

Accommodatie

Je slaapplek wordt dus in de meeste gevallen voor je geregeld, maar als je zelf op zoek gaat naar een stage dan ben je daar zelf verantwoordelijk voor. Houd er rekening mee dat de huisvesting vaak minder luxe en soms ook minder schoon is dan dat wij gewend zijn.

Formulier stagegegevens

Hier staat alle praktische informatie over je stage in zoals het adres en de contactinformatie.

Erasmus+ Europas

De Europas is een soort CV wat je in heel Europa kan gebruiken.

Verzekering

Je zal een zorgverzekering, reisverzekering en aansprakelijkheidsverzekering moeten afsluiten.

Learning Agreement

In dit document staan je leerdoelen die je hebt afgestemd met je opleiding en stagebedrijf in het buitenland.

Taaltoets

Voordat je aan je stage begint doe je een taaltoets in de voertaal van je stage of naar keus in het Engels. Na afloop van je stage doe je nog een toets in de voertaal om te zien wat voor invloed het heeft gehad. De resultaten hiervan kun je ook in je Europas zetten.

Calamiteitenhandleiding

Voordat je weg gaat krijg je een calamiteitenhandleiding. Ook krijg je te horen wie je contactpersoon is bij het Da Vinci voor de loop van je stage.

Aangenomen! Wat nu?

Verzekering

Als je naar het buitenland gaat, moet je een goede reisverzekering afsluiten. Je gaat er natuurlijk vanuit dat er niks mis gaat, maar een ongeluk zit in een klein hoekje. Niet alleen op medisch gebied kan er iets fout gaan maar je hebt ook een verzekering nodig bij diefstal van bijvoorbeeld je laptop of telefoon.

Wat je moet afsluiten:

- zorgverzekering
 - zorg ervoor dat deze Europa- of werelddekking heeft!
- reisverzekering
- aansprakelijkheidsverzekering
 - check of jouw familie al een aansprakelijkheidsverzekering met familiEDEkking heeft.

Studiefinanciering

Als je studiefinanciering ontvangt en je bent nog thuiswonend, dan kun je een uitwonende studiefinanciering aanvragen voor de periode dat je gaat stagelopen. Dat doe je via MijnDUO onder het kopje 'privésituatie'.

Ook je OV-reisbewijs kun je tijdelijk stopzetten en in de plaats hiervan een geldbedrag ontvangen voor de periode dat je in het buitenland bent. Hiervoor moet je een document invullen en door school laten ondertekenen en opsturen naar DUO. Je OV kun je stopzetten op een oplaadpunt en hier als je terug bent hier ook activeren. Zie www.duo.nl voor meer informatie.

Vlucht

Een buitenland stage geeft alle studenten van onze school recht op subsidie, vergoed vanuit het Erasmus+ project, en je ticket/reiskosten worden vergoed.

We vinden het belangrijk dat je ook kijkt naar alternatieve wijzen om op je bestemming te komen, zoals of je er met een bus of trein kunt komen, in verband met duurzaamheid.

Je gaat bij het boeken van een vlucht uit van de goedkoopste optie en je mag maximaal 20 kg bagage meenemen.

Niets vergeten!

Het is lastig als je thuis iets vergeet. Gelukkig kun je de meeste dingen wel op locatie kopen maar vergeet de volgende dingen vaak niet:

- belangrijke documenten zoals je stagecontract
- nodige medicijnen en medische apparatuur
- kleine EHBO kit
- zorgverzekeringspasje
- bankpas & contact geld in de lokale valuta
- laptop & camera
- kleding voor warm & koud weer, in alle klimaten – het weer kan zomaar omslaan!
- iets om in je vrije tijd te doen zoals een boek of spel.

Onverwachte problemen?

Wat moet ik doen als mijn verblijf in het buitenland heel erg tegenvalt of dat ik last heb van heimwee?

Het is heel belangrijk dat je je van te voren ook goed realiseert dat je tegenslagen kan verwachten. Je komt in een andere cultuur terecht en je laat familie en vrienden achter in Nederland. Je zal dus zeker moeilijke periodes meemaken. Daar staat echter een enorme voldoening tegenover als je doorzet. Ga ook altijd in overleg met je stagebegeleider. Mocht het, ondanks alle inspanning, echt niet gaan dan kun je natuurlijk altijd terugkomen. Bedenk echter wel dat je het bedrag dat je hebt ontvangen aan subsidie moet terugbetalen.

Waar kan ik terecht als er problemen zijn?

In eerste instantie ga je zelf aan de slag als er problemen zijn. Mocht het niet lukken dan is er een contactpersoon in het buitenland waar je op terug kan vallen of je neemt contact op met het Da Vinci College. Als het zaken rondom je leerproces betreft zoek je contact met je stagebegeleider. Heeft het met financiële zaken te maken? Stuur dan een mail naar het International Office.



In het buitenland

Vrije tijd

De een leest een goed boek, de ander gaat graag uit. Wat je ook kiest, pak de kansen die je misschien in Nederland niet snel zou krijgen! Bijvoorbeeld een museum, een theatervoorstelling, paardrijden, bergbeklimmen of naar een strand aan de warme kust gaan!

Heimwee

Veel mensen krijgen wel eens heimwee. Je kunt afspreken om bijvoorbeeld een aantal keer per week met familie of vrienden te bellen. Ook kun je zoeken naar groepen met Nederlandse studenten en stagiairs in het buitenland.

Ontmoeten

Als je weet dat je niet veel collega's van jouw leeftijd zal hebben, kun je onderzoek doen naar jongerenverenigingen of clubs voor buitenlandse stagiairs. Zo leer je mensen kennen die hetzelfde doel voor ogen hebben: het ontmoeten van anderen!

Reizen

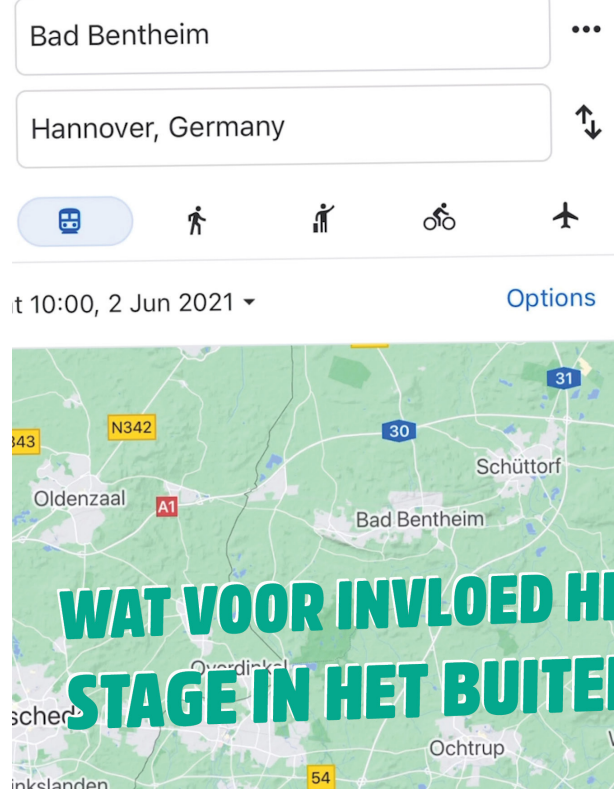
Tijdens je stage in het buitenland wordt het ook aangeraden om andere steden of regio's in het land te bezoeken. Je wil het meeste uit je stage halen, en ontdekken hoort daarbij. Zet hiervoor vooraf wat geld opzij en zoek collega's of vrienden die samen willen reizen. Het zal je stageperiode nóg beter maken.

Wanneer je in het buitenland werkt zul je ook leren hoe je goed kan communiceren met je collega's en leidinggevenden. Bij sommige bedrijven en organisaties zul je ook collega's hebben die uit andere landen komen.

Dit kan wel problemen veroorzaken op de werkvloer. De ene cultuur kan heel erg op het individu gericht zijn maar de ander juist op de gehele groep; denk daarbij aan bijvoorbeeld iemand die alleen voor zichzelf iets uitprint versus de persoon die het voor iedereen uitprint. Het is belangrijk om hierover respectvol te communiceren.

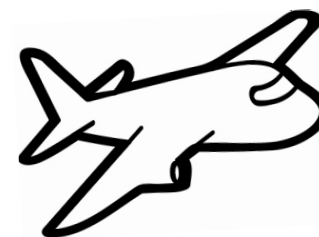
Een paar tips:

- vraag aan de persoon wat zij van jou verwachten
- observeer wat anderen doen
- wees respectvol



Annelies Lopéz is een laatstejaars studente van de opleiding bedrijfsadministratie. Zij liep van februari tot juni 2021 stage in Hannover, Duitsland. In een periode waarin het moeilijk was om naar het buitenland te gaan is het toch gelukt!

Bekijk het interview met Annelies door de QR code te scannen ▶



Terugkomst

Bij terugkomst vallen er nog een hoop te regelen. Hierbij word je weer geholpen door het International Office.

Documenten

Om je stage succesvol af te ronden moeten alle documenten in orde zijn. Zorg ervoor dat ze ook allemaal ondertekend zijn door je stagebedrijf.

Taaltoets

Het is tijd voor de tweede taaltoets! Je zult zien dat je, als je lang op stage bent geweest, veel verbeterd bent in de taal. Hiervan krijg je ook een certificaat wat je in je Europas kan zetten.

Exitgesprek

Als je weer thuis bent neemt het International Office contact op met je. Tijdens het exitgesprek bespreek je met hen je ervaring en kun je feedback geven op het proces.

Jouw ervaring

Wil je andere studenten inspireren? Stuur dan een blog, vlog of een paar foto's naar het International Office!

Het zal even duren voor je je weer thuis voelt. Als je terug komt uit een land wat heel anders is dan Nederland ervaar je misschien ook een *culture shock*. Je kunt dan heimwee krijgen naar de plek waar je net vandaan kwam. Dit moet je wat tijd geven maar het kan ook helpen om over je ervaring te praten met anderen; er zijn zeker mensen die het willen horen!

Je zal ook voor het eerst in lange tijd je vrienden, familie en klasgenoten weer eens zien. Je klasgenoten hebben ook allemaal een stage gelopen en daar nieuwe dingen geleerd en misschien nieuwe mensen ontmoet. Wissel al jullie ervaringen uit!

Volg het Da Vinci College op social media!



www.davinci.nl



www.instagram.com/davincicollege



www.facebook.com/rocdavincicollege





international office

