



# REISE- VORBEREITUNGEN

## DIE KOFFER PACKEN...

...für die Reise zum Äquator. Durch diese Nähe herrscht in Ecuador das so genannte Tageszeitenklima. Das bedeutet, dass die Temperaturschwankungen im Jahresverlauf gering und somit keine Jahreszeiten existieren, dafür aber im Tagesverlauf relativ stark sind. Quito hat eine frühlingshafte Durchschnittstemperatur von 19 Grad Celsius, da die Stadt nur 13 km südlich des Äquators liegt. Die Temperaturen schwanken tagsüber zwischen 9 Grad Celsius morgens und 28 Grad in der Mittagszeit. Aufgrund der Höhenlage von 2800 Metern ist es besonders nachts recht kühl, deshalb empfiehlt es sich wärmere Kleidung mitzunehmen. In der Regenzeit liegen von Dezember bis Mai regnet es im Durchschnitt 135 mm, und in der Trockenzeit von Juni bis November beträgt der Niederschlag 75 mm. Da es in der Umgebung von Quito unzählige Wandermöglichkeiten aller Längen und Schwierigkeitsgrade gibt, ist festes Schuhwerk sinnvoll. Es ist wichtig zu wissen, dass man beim Reisen in Ecuador aufgrund der geographischen Vielfalt verschiedene Klimazonen durchquert. Das aktuelle Wetter gibt es bei uns auf der Homepage. Die Preise sind im Vergleich zu Europa sehr niedrig, ein gutes Frühstück im Café bekommt man schon am US\$ 1. Ecuador hat eine Zeitverschiebung von -6 Stunden zur MEZ im Winter (Galapagos-Inseln - 7) und -7 Stunden im Sommer (Galapagos-Inseln -8).

## PACKLISTE

- Reisepass mit gültigem Visum
- Auslandsranken-, Reise- und Haftpflichtversicherungsschein (Müssen während des Praktikums gelten!)
- Geld / Traveller Schecks / Kreditkarte

- Kopien vom Pass, Flugticket und Kreditkarte (einmal mitnehmen und einmal in Deutschland lassen)
- Internationaler Studentenausweis (ISCI, im Reisebüro erhältlich)
- Internationaler Führerschein (Ordnungsamt)
- Flugticket
- „Arbeitskleidung“ + Wecker
- Reiseführer + Taschenlexikon
- Mobil Telefon und Ladegerät
- Notfallservice-Ausweis (ADAC, AAA)
- Adressen und Telefonnummern (Unterkunft; Praktikum etc.)
- Pinnnummern für Kreditkarten und Telefon
- Arzneimittel: Aspirin und Schmerzmittel.

## REISEKASSE

Offizielle Landeswährung seit April 2000 der US\$. Da vermehrt gefälschte Dollarnoten in Umlauf sind, nehmen Geschäfte und Banken in der Regel keine 50- und 100- Dollar oder beschädigte Noten mehr an. Bitte berücksichtigen Sie dies schon in Ihrer Reisekasse bei der Einreise. Wir raten in jedem Fall sowohl Reiseschecks und Bargeld, als auch Kredit und EC-Karten mitzunehmen. Bei längeren Aufenthalten kann auch ein Bankkonto eingerichtet werden.

Aktueller Kurs: [www.xe.net](http://www.xe.net)

## BARGELD

Bargeld wechselt man günstiger in Ecuador. Doch ist es sinnvoll, schon bei der Ankunft ein paar \$US in der Tasche zu haben, um notfalls telefonieren, ein Taxi nehmen und etwas essen zu können. Bei dem Umtausch von Bargeld muss der Reisepass mitgenommen werden. Die Banköffnungszeiten sind Montag bis Freitag 09.00 bis 16.00 Uhr.

## TRAVELLER SCHECKS

Reisschecks sind immer eine gute Sicherheit, falls die Karten aus irgendwelchen Gründen

nicht funktionieren sollten. Mit diesen Checks kann man in fast jedem Land bei Banken Bargeld erhalten oder direkt mit Ihnen bezahlen. Sinnvollerweise lässt man sie auf kleine, aber nicht zu kleine Beträge ausstellen, da man so zum einen besser stückeln kann, aber trotzdem immer noch etwas Bargeld herausbekommt. In den meisten Hotels, Restaurants und größeren Geschäften werden Sie als Zahlungsmittel akzeptiert. Ein Vorteil von Traveller Schecks ist, dass sie kostenlos ersetzt werden, wenn sie verloren oder gestohlen werden. Dazu muss man sich vorher die Seriennummern an geeigneter Stelle notieren und separat aufbewahren. Im Verlustfall muss man dann möglichst bald die Ausgabestelle benachrichtigen und bekommt seinen Ersatz.

## KREDITKARTE

Die am häufigsten akzeptierten Kreditkarten sind VISA, Mastercard, Diners und Amex. Der Vorteil ist der einfache Umgang mit Kreditkarten: Mit der Karte wird ein Beleg erstellt, den man unterzeichnet. Dieser Betrag wird später vom Konto abgebucht. So kann man weltweit bargeldlos zahlen. Neben dem Obengenannten werden noch zusätzliche Gebühren fällig, oft 3 Prozent. Um Bargeld zu bekommen, sind die Geldautomaten vorzuziehen, da man die Banken manchmal auf Kreditkarte kein Bargeld ausbezahlen.

## BANKKONTO

Um Ihr Geld sicher unterzubringen, kann es sich bei Aufenthalten über 6 Monaten lohnen, ein Girokonto zu eröffnen. Sie können dies, auch als Ausländer, ohne weiteres tun.



## VISUM

Praktikanten bekommen ihr Visum bei Vorlage der erforderlichen Unterlagen nach einer Bearbeitungszeit von zwei bis drei Wochen ausgestellt. Wird das Praktikum vergütet, muss ein Arbeitsvisum, bei unbezahlten Praktika ein günstigeres Freiwilligenvisum beantragt werden. Bei Fragen helfen wir gerne. Touristen aus Deutschland bekommen ein Touristen-Visum für 30, 60, oder 90 Tage bei der Einreise kostenfrei ausgestellt. Es besteht die Möglichkeit das 30 und 60-Tage Visum auf ein 90-Tage Visum zu verlängern. Die Jefatura Provincial de Migración de Pichincha, Isla Seymour 44 – 174 und Rio Coca, in Quito ist dafür zuständig. Des Weiteren kann man sein Visum drei Mal für einen Zeitraum von einem Monat verlängern und somit insgesamt sechs Monate in Ecuador bleiben. Sie sollten belegen können, dass Sie über genug finanzielle Mittel verfügt, entweder durch Vorlage von Bargeld oder einer Bankbestätigung auf Englisch. Die zuständige ecuadorianische Behörde in Quito für alle Visafragen dieser Art ist die Dirección Nacional de Migración. Adresse: 2639 Amazonas, Quito.

## KONTAKTE

**Botschaft der Republik Ecuador**  
Kaiser-Friedrich-Straße 90, 10585 Berlin  
Tel.: 49 / 30 / 2 38 62 17, 2 38 62 95  
[www.embecuator.de](http://www.embecuator.de)

**Botschaft der Bundesrepublik Deutschland**  
Edificio „Citiplaza“, Avenida Naciones Unidas y Republica de El Salvador  
Tel.: 00593 / 2 / 97 08 20  
Bereitschaftsdienst: 00593 / 9 / 49 79 67  
[www.embajada-quito.de](http://www.embajada-quito.de)

## Visa Dienst

Postfach 08 04 22,  
10004 Berlin  
Tel.: 030 / 22 48 7 57

## VERSICHERUNGEN

Während des Aufenthalts und vor allem während des Praktikums im Ausland muss die eigene **Kranken-, Unfall- und Haftpflichtversicherung** für den gesamten Zeitraum gelten. Zusätzlich können noch eine Reiserücktritts- und Reisegepäckversicherung abgeschlossen werden. Haben Sie eine entsprechende Auslandskrankenversicherung, stellt Ihnen der behandelnde Arzt eine

Rechnung aus, die sie mit der Kreditkarte oder in bar bezahlen. Die Rechnung leiten Sie dann an Ihre Versicherung weiter, die dann wiederum die Kosten für die Behandlung trägt. Haben Sie zusätzlich eine Reiserücktransportversicherung abgeschlossen, werden auch die Kosten für einen Rücktransport ins Heimatland übernommen. Bewahren Sie deshalb alle Unterlagen, Rezepte und sonstige Formulare die Ihnen ausgehändigt werden sorgfältig auf.

## IMPFUNGEN

Bei einer Einreise von Deutschland aus nach Ecuador ist Personen zwischen 20 und 40 Jahren eine Masern-Schutzimpfung vorgeschrieben. Bei Einreise aus einem Land mit Gelbfiebertvorkommen (Lateinamerika, Afrika) ist eine Gelbfieberimpfung zwingend vorgeschrieben. Folgende Impfungen sollten jedoch prophylaktisch noch gültig sein:

- Polio (Kinderlähmung; nach der 3. Impfung alle 10 Jahre wieder auffrischen)
- Tetanus (Wundstarrkrampf; nach der 3. Impfung alle 10 Jahre wieder auffrischen)
- Diphtherie (nach der 3. Impfung alle 10 Jahre wieder auffrischen)
- Hepatitis A (fäkal-orale Übertragung durch verdorbene Speisen)
- Hepatitis B (Hepatitis A und B können zusammen geimpft werden)

In touristisch erschlossenen Regionen oder Städten sind Gesundheitseinrichtungen auf gutem Niveau erreichbar. Allerdings müssen die Behandlungskosten zunächst selbst getragen werden. Vom Trinken des Leitungswassers wird abgeraten.

## IMPF-INFO

Bernhard-Nocht-Institut  
Bernhard-Nocht-Straße 74, 20359 Hamburg  
Tel.: 040 / 42818 800  
[www.gesundes-reisen.de](http://www.gesundes-reisen.de)

# DIE ANKUNFT

Es empfiehlt sich die Flüge frühzeitig zu buchen, da erst nach der Flugbestätigung die Unterkunft gebucht und das Visum ausgestellt werden können. Es sind 20 Kilo Gepäck und eine kleine Tasche Handgepäck zugelassen. Übergewicht ist relativ teuer, aber das Personal duldet zum Teil geringfügige Überschreitungen. Es ist sinnvoll, auch wenn das Gepäck nach Quito durchgecheckt wird, im Handgepäck eine Extra-Garderobe mit sich zu führen, falls der Koffer sein Ziel nicht im gleichen Flugzeug erreichen sollte. Denken Sie daran, keine Nagelscheren u.ä. mit ins Handgepäck zu nehmen. Machen Sie sich Kopien von Ihrem Reisepass und den Flugtickets die Sie mitnehmen. Deponieren Sie weitere Kopien zu Hause, damit Sie im Falle des Verlustes darauf zurückgreifen können. Trinken Sie viel (Wasser) auf dem Flug und bewegen Sie sich so viel wie möglich, dann überstehen Sie die Flugzeit von 16 Stunden besser. Stecken Sie auch am besten dieses Magazin in Ihr Handgepäck, damit Sie alle wichtigen Telefonnummern dabei haben. Am Flughafen werden Sie nach Absprache vom XChange-Team abgeholt:



### LIFESTYLE, KULTUR UND UMGANGSFORMEN

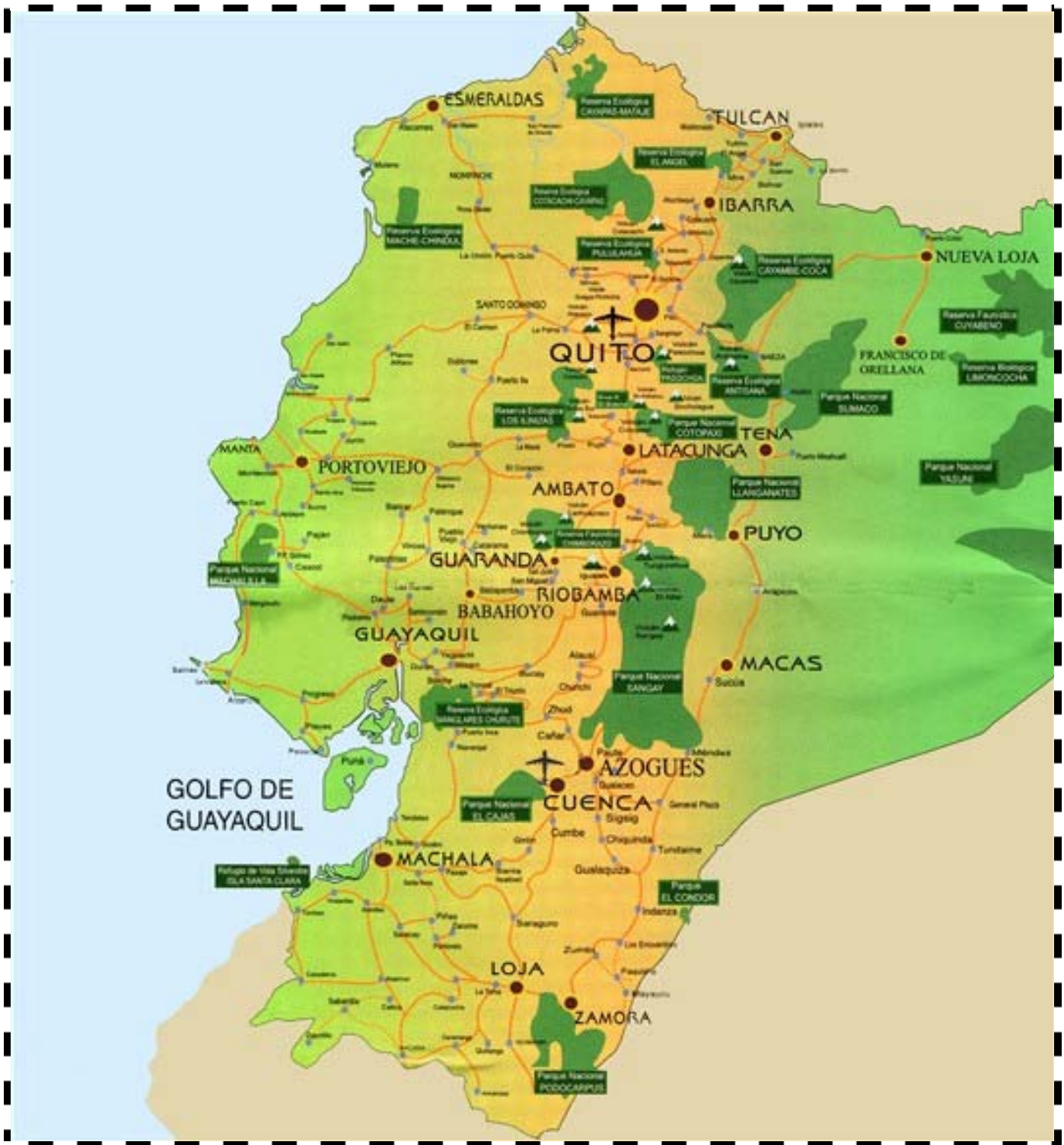
Das besondere an Ecuador ist, dass man die erstaunliche geographische, ethnische und kulturelle Vielfalt des gesamten südamerikanischen Kontinents allein hier entdecken kann. Das Land ist mit einer Fläche von 272.045 qm kleiner als Deutschland (356.974 qm), und gerade aufgrund dieser geringern Distanzen kann man von den heißen Pazifikstränden in die herrliche Gegend der Anden und Amazonasurwälder in nur kurzer Zeit gelangen.

Während der Kolonialzeit importierten und verbreiteten die Spanier ihre eigene Zivilisation, Kultur, Religion und Sprache, die sich völlig von denen der Eingeborenen unterschied. Heute hat Ecuador den höchsten Bevölkerungsanteil von Indigenas in Südamerika. Es gelang den Ecuadorianern die indigene, gleichzeitig neben der spanischen, als Hauptkultur zu behalten, auch wenn die Indigenas heute nicht mehr streng nach ihren Traditionen leben.

Quito gilt als eine der schönsten Hauptstädte Südamerikas. Sie liegt auf 2850 m Höhe in einem fruchtbaren Tal der Anden und erstreckt sich über die Hänge des noch aktiven Pichincha-Vulkans. Mit 1,5 Millionen Einwohnern ist Quito nach Guayaquil Ecuadors zweitgrößte Stadt.

Im Jahre 1978 wurde die Altstadt von der UNESCO zum "Kulturerbe der Menschheit" in Anerkennung des künstlerischen Reichtums erklärt und bietet tagsüber einen wunderbaren Einblick in die Epoche der Kolonialzeit. Nachts hält man sich in Salsa Bars und Discos des Stadtteils „La Mariscal“ auf, welches das moderne Zentrum Quitos ist. In der Stadt findet man eine bunte Mischung kontaktfreudiger Menschen, sowohl der gut gekleidete Geschäftsmann als auch der Indio in seinem typischen Gewand ist hier anzutreffen. Der multiethnische Ursprung wird in der alltäglichen Lebensweise, der dargebotenen Kunst, Theater, Musik, und in der Religion ausgelebt.





# ALLGEMEINE INFOS



## TAXIS

Taxis in Quito sind gelb und teilweise sehr alt. Taxifahrer sind verpflichtet bis 21:00 Uhr das Taxameter einzuschalten. Der Fahrpreis beträgt im Schnitt US\$ 5, was in etwa einer Fahrt von 12 Minuten entspricht. Nachts sind die Preise höher, und es ist ratsam sie vorher auszuhandeln.

Adressen werden in Quito mit zwei Straßennamen angegeben. Die erste Strasse ist die eigentliche Zieladresse mit Hausnummer. Da die Strassen in Quito sehr lang sind (Av.

Amazonas ungefähr 10 km), wird ein zweiter Straßename von der Strasse, die die erste in unmittelbarer Nähe kreuzt, zur Orientierung mit angegeben. Das kann bisweilen sehr verwirrend sein und Sie werden manchmal Schwierigkeiten haben, das zu finden, was Sie suchen...

## TAXI-INFO

Taxi Amigo: Tel: 2222222  
City-Taxi: Tel: 2633333  
Taxizentrale Tel: 2500600

## BUS & BAHN

Die öffentlichen Verkehrsmittel sind die beste Möglichkeit sich individuell und kostengünstig in Quito fortzubewegen. Da Quito in einem Tal zwischen den Bergen liegt, ist die Stadt lang, aber schmal. Die max. Distanz zwischen dem Norden und Süden Quitos beträgt 30 km, zwischen Ost und West dagegen nur 3 oder 4 km. Deshalb haben die meisten Busse ein Nord-Süd ausgerichtete Fahrtroute.

Busse: Die kleinen blauen Busse („populares“) kosten 12 Cents. Die roten Busse („especiales“ oder „selectivos“) kosten 20 Cents. Rosafarbene Busse („interparroquiales“) fahren Städte und Dörfer in der Umgebung von Quito an, der Preis ist hier von der Entfernung abhängig. Es gibt Bushaltestellen, per Handzeichen wird man aber auch von überall her mitgenommen. Fahrkarten löst man an größeren Haltestellen oder beim Fahrer, allerdings gibt es keine Monatskarten oder Schüler- und Studentenermäßigungen.

Eine andere Möglichkeit, sich schnell und billig fortzubewegen ist der moderne Trolleybus oder Ecovia. Sie entlasten auf der 12 de Agosto und der 6 de Diciembre den Straßenverkehr in Nord/Südrichtung, der Fahrpreis beträgt 20 US Cents.

Die Züge in Ecuador sind alt und langsam. Außerdem ist das Streckennetz nicht so ausgebaut wie in Europa.

Es bietet sich aber sehr gut an, den Zug zu nehmen um Land und Leute außerhalb Quitos näher kennen zu lernen.

Bahnauskunft in Quito: (02) 2582921;  
Zugverbindungen:  
[www.quito.gov.ec/ingles/inrailroad.htm](http://www.quito.gov.ec/ingles/inrailroad.htm)

## VERKEHRSREGELN

Die wichtigsten Straßenverbindungen zwischen der Küste und der Sierra sind während des ganzen Jahres befahrbar, allerdings können während der Regenzeiten Erdbeben und Überschwemmungen den Straßenverkehr lahm legen. Bitte beachten Sie, dass Ecuador eine der höchsten Unfallraten in Lateinamerika hat und der Verkehr, besonders zwischen Quito und Guayaquil, dicht und oft gefährlich ist. Nicht selten wird nachts ohne Licht gefahren, und besonders der Fahrstil der Busfahrer hat den Ruf sehr rasant und gefährlich zu sein. Wir raten nicht zum Autokauf oder zum Mietwagen, da die öffentlichen Verkehrsmittel gut ausgebaut sind und ein Auto in einer Großstadt wie Quito mehr Nachteile als Vorteile bringt. Überlandbusse fahren zu günstigen Preisen verschiedene Städte mehrmals die Stunde an, so dass ein Wagen zum Erkunden der Gegend nicht nötig ist.

## AUTO MIETEN

Um ein Auto zu mieten müssen Sie mindestens 18 Jahre alt sein, Sie benötigen Ihren Reisepass und Führerschein. Autovermietungen (Budget, Ecuacar, Hertz, National Car, Localiza) sind in Quito vertreten, Wochenpauschalen sind meist günstiger als Tagesstarife. Allerdings besteht oft eine sehr hohe Eigenbeteiligung im Versicherungsfall, auch kann es sein, dass Autovermietungen einen Blankoscheck verlangen und Ihnen der endgültig Preis bei der Rückgabe des Wagens genannt wird.

Eine zusätzliche Traveller-police kann über den ADAC abgeschlossen werden. Wir raten Ihnen nicht dazu einen Wagen zu mieten, da es sehr teuer ist. Wenn Sie einen Wagen mieten wollen, sollten Sie generell auf folgende Punkte achten:

- Wie viele freie Kilometer gibt es und was kostet jeder zusätzlich gefahrene Kilometer?
- Wie hoch sind die Versicherungsrate und die Eigenbeteiligung im Fall eines Unfalls?
- Wird der Wagen geliefert und wieder abgeholt und wenn ja, wie hoch ist die Gebühr?
- Gibt es eine Gebietsbeschränkung (z.B. nur im Umkreis von 200 km um Quito)?
- Wird eine Gebühr für jeden zusätzlichen Fahrer erhoben?
- Wird ein Aufgeld bei Zahlung mit Kreditkarten verlangt?

## AUTOVERMIETUNGEN

**Arrancar**, Flughafen, Telefon 2433357, Fax: 2433347, Öffnungszeiten: Montag-Sonntag 08.00-12.00 Uhr und von 14.00-17.00 Uhr

**Avis**, Av. Amazonas OE 322, gegenüber dem Flughafen, Telefon 2255890, Fax: 2255895; Öffnungszeiten: Montag-Sonntag 06.00-23.00 Uhr



## TELEFONIEREN

Telefonieren ist in Ecuador vergleichsweise teuer. Internationale Gespräche kosten ungefähr US\$ 1 /min, sind jedoch abends und am Wochenende günstiger. Inlandsgespräche kosten 2-3 Cents / min, es gibt keine besonderen Tarife zu bestimmten Zeiten. Man kann mit PORTA und BELLSOUTH Kartentelefonen telefonieren, des weitern bieten ANDINATEL ([www.andinatel.com](http://www.andinatel.com)) und PACIFICTEL nationale und internationale Telefonvermittlungen an (Öffnungszeiten sind zwischen 07.00 und 22.00 Uhr). Internetcafes bieten einen preiswerteren Net-to-Phone-Service ([www.dialpad.com](http://www.dialpad.com)) an.

Nehmen Sie sich ein Handy mit, denn das erleichtert Ihnen vieles vor Ort. Kaufen Sie sich dann dort bei Postämtern, Kiosks oder Tankstellen am besten eine neue SIM-Karte (Pre-Paid) für US\$ 10. Die Pre-Paid Karten stellen eine bestimmte Menge an Einheiten ohne Vertragsbindung zur Verfügung und man bekommt eine neue Telefonkarte mit neuer Telefonnummer. Lassen Sie sich auf Ihrer neuen Nummer anrufen, da die Gebühren für internationale Gespräche sehr hoch sind. Wichtig: Nicht-freigeschaltete Handys (also wenn Sie Zuhause eine Pre-Paid-Karte haben) funktionieren im Ausland nicht.

Telefoniert man in Ecuador muss man zuerst die 0 wählen, dann die Gebietsvorwahl und danach die sechs- oder siebenstellige Nummer.

Um nach Ecuador zu telefonieren, muss man zuerst 00593 für Ecuador, dann die Gebietsvorwahl (2 für Quito) und dann die sechs- oder siebenstellige Nummer wählen.

Telefonbuch von Ecuador:

[www.guiatelefonica.com/ecuador.htm](http://www.guiatelefonica.com/ecuador.htm)

## INTERNET

In Quito ist es überhaupt kein Problem Internetcafés zu finden, von denen aus Sie Ihre Emails abrufen können.

Wenn Sie Ihren eigenen Laptop mitnehmen, können Sie sich in Quito mit der Nummer 2505000 für AOL einwählen, oder nutzen Sie einen lokalen Provider (Satnet, Andinanet oder Access). Beachten Sie bitte, dass Telefoneinheiten in Quito sehr teuer sind, und es sich preislich lohnt eher ein Internet-Cafe zu nutzen.

## ÖFFNUNGSZEITEN & FEIERTAGE

Größere Geschäfte haben von Montag bis Freitag von 09.00 bis 13.00 Uhr und 15.00 bis 19.00 Uhr geöffnet, an Samstagen von 09.00 bis 13.00 Uhr. Die großen Einkaufszentren und Supermärkte öffnen täglich von 09.30 bis 19.00, einschließlich an den Wochenenden von 09.30 bis 20.00, Apotheken sind durchgehend von 09.00 bis 20.00; kleinere Privatgeschäfte und Läden sind oft bis in die späten Abendstunden geöffnet. Die Banken öffnen ihre normalen Schalter von 09:00 bis 16:30, und verfügen von Montag bis Freitag über Spätschalter bis 18:00; einige haben auch spezielle Öffnungszeiten am Samstag. Polizeireviere haben keine allgemeinen Öffnungszeiten.

## FEIERTAGE

01. Januar Neujahr (Año Nuevo)  
06. Januar Heilige Drei Könige  
12. Februar Tag der Entdeckung des Amazonas (Día del Oriente)  
27. Februar Schlacht am Tarqui (Batalla de Tarqui)  
01. Mai Tag der Arbeit (Día del Trabajo)  
24. Mai Schlacht am Pichincha (Batalla de Pichincha)  
24. Juli Geburtstag von Simón Bolívar (Nacimiento de Bolívar)  
10. August Unabhängigkeitstag von Quito (Primer Grito de Independencia)  
09. Oktober Unabhängigkeit von Guayaquil (Independencia de Guayaquil)  
12. Oktober Entdeckung Amerikas (Día de la Raza)  
02. November Allerseelen (Día de los Difuntos)  
03. November Unabhängigkeit von Cuenca (Independencia de Cuenca)  
06. Dezember Gründung von Quito (Fundación de Quito)  
25. Dezember Weihnachten (Navidad)

## SICHERHEIT

Quito ist, im Vergleich mit anderen südamerikanischen Städten, sicher. Dennoch ist Ecuador eines der Länder mit den größten Unterschieden zwischen Arm und Reich. Daraus resultierende Probleme wie die Armut von mehr als der Hälfte der Bevölkerung oder Stadtviertel mit hohen Kriminalitätsraten sollten gesehen und darauf entsprechend reagiert werden. Tragen Sie Schmuck, Uhren, Fotoapparate, Videokameras und Bargeld niemals offen mit sich herum. Lassen Sie keine Wertgegenstände im Auto liegen und schließen Sie ihr Auto auch während des Tankens ab. Halten Sie sich nachts bitte nicht in der Altstadt von Quito auf. Wenn Sie sich umsichtig und „streetwise“ verhalten, kann Ihnen nichts passieren.

## STROM

Die Stromspannung beträgt 110 Volt Wechselstrom, 60 Hz; Normalerweise werden amerikanische Stecker verwendet. Ein Adapter ist somit notwendig und kann vor Ort gekauft werden. Mit Stromausfällen muss gerechnet werden.

## CLUBBING & FREIZEIT

Eine Vielzahl von interessanten Adressen bietet das Quito - Stadtmagazin. Hier findet man die besten und stets aktualisierten Tipps sowohl für Ausflüge (bei gutem und bei schlechtem Wetter), Sport und Freizeit, als auch für die kulturellen und kulinarischen Seiten Quitos. Etwaige Geheimtipps, z.B. in welchen Cafés man am den besten entspannt oder wo sich das Nachtleben abspielt, erleichtern die Suche nach schönen Plätzen. Unter [www.thebestofecuador.com](http://www.thebestofecuador.com) finden Sie viele Bars und Diskos

## TELEFONNUMMERN

### KREDITKARTENSPERRUNG

Visa  
0049 18 00 80 53 41  
Master – Eurocard  
0049 18 00 12 01 13  
American Express  
0049 92 71 86 66  
American Express Traveller Schecks  
80129646665 (R-Gespräch in die USA)  
Thomas Cook Traveller Schecks  
0441733318950 (England)

### NOTFALL – RUFNUMMERN

Zentraler Notfall 911  
Feuerwehr 102  
Polizei 101  
Unfallwagen ADAMI: 2463361  
Unfallwagen UTIM: 2562613

### VORWAHLEN INS AUSLAND



# UNTERKUNFT

Wir haben Ihnen in unserem Unterkunft-Scout auf unseren Webseiten die besten Unterkünfte herausgesucht. Wenn Sie sich selbst auf die Zimmersuche machen möchten, empfehlen wir Ihnen, sich zunächst für ein bis zwei Wochen in einer dieser Unterkünfte einzubuchen, um dann in Ruhe vor Ort zu suchen. Angebote für möbliertes Wohnen finden Sie in der Zeitung, im Internet oder bei Maklern, die allerdings eine Courtage von bis zu drei Monatsmieten verlangen. In der Regel müssen Sie keine Bettwäsche mitnehmen, Handtücher werden jedoch selten gestellt.



## DER ERSTE TAG

Für viele von Ihnen ist ein Praktikum im Ausland eine doppelte Herausforderung, weil Sie nicht nur zum ersten Mal in die Arbeitswelt eintauchen, sondern dies auch noch im Ausland tun. Das ist natürlich grundsätzlich nichts vor dem man sich fürchten muss, und wenn Sie einige Grundregeln beachten, wird der „Praxischock“ nicht ganz so stark ausfallen. Sie werden sich schon nach wenigen Tagen in Ihrer neuen Umgebung ganz wie zu Hause fühlen und ganz besonders von Ihrem Praktikum im Ausland profitieren, wenn Sie folgende Punkte beherzigen:

- Achten Sie auf den allgemeinen Dress Code und kleiden Sie sich entsprechend.
- Halten Sie sich in den ersten Tage etwas zurück und versuchen Sie, die internen, oft nicht ausgesprochenen Regeln kennen zu lernen.
- Sprechen Sie eventuelle Urlaubswünsche nicht gleich am ersten Tag an. Urlaub ist eigentlich während Ihres Praktikums nicht vorgesehen, wird aber häufig gewährt.
- Bitte bedenken Sie: Nur wenn Sie sich aktiv einbringen und auch für Ihren Arbeitgeber einen Mehrwert darstellen, wird man sich auch um Sie besonders kümmern.
- Wenn Sie dennoch irgendwelche Probleme zum Beispiel mit Mitarbeitern haben sollten, wenden Sie sich bitte

zunächst an ihren Arbeitgeber und dann an unseren Ansprechpartner vor Ort.

- Erscheinen Sie bitte stets pünktlich zur Arbeit und melden Sie sich bitte rechtzeitig telefonisch bei Ihrem Arbeitgeber ab, wenn Sie krank sein sollten.
- Es würde uns freuen, wenn Sie uns ebenfalls über Ihr Praktikum und eventuelle Urlaubspläne auf dem laufenden halten würden (denn ab und zu melden sich aufgeregte Mütter bei uns im Büro auf der Suche nach ihren Lieben).
- Bitten Sie Ihren Arbeitgeber um ein Gespräch und eine Beurteilung während Sie im Praktikum sind.
- Lassen Sie sich am Ende Ihres Praktikums ein Zeugnis ausstellen und vor allem auch noch vor Ort aushändigen.
- Über Erfahrungsberichte und Kritik würden wir uns ebenfalls sehr freuen, denn nur so können wir unseren Service ständig verbessern.

Viel Erfolg und vor allem viel Spaß wünscht Ihnen Ihr

XChange Team