

# au pair life



CULTURAL  
CARE  
AU PAIR



AMERIKAI  
KALANDOK

# Mit jelent az au pairség?

Bejárni Amerikát a legjobb barátaiddal? Vagy amerikai palacsintát enni a fogadó családdal vasárnap reggelente? Esetleg azt jelenti, hogy szépen lassan egy teljesebb, magabiztosabb és minden korábbi elképzelésednél is talpraesettebb személyiséggé válsz?



Voltaképp: ezek mind együtt, és még ennél is több. Au pairként lehetőség van egy új országba utazni, tanulni és fejlődni. Ez egy esély arra, hogy elhagyva a komfortzónádat, új kihívásokkal szembesülj. A kapcsolatteremtésről, a feledhetetlen emlékekről és a pillanatok megéléséről szól – legyen az nagy és kicsi –, amelyek összeadódva tesznek ki egy feledhetetlen évet.

Minden au pair más, de mindenkinek megvan a saját kis története.

**Üdvözlünk az Au Pair Life-ban.**



# 5 Things You Learn as an Au Pair

## Életre szóló leckék, amiket nem tanítanak az iskolában

Írta: **Nathalia**  
au pair Tennesseeből

### 1. Menni fog.

Amerikába érkezésem után nagyon tartottam a sikertelenségtől. A fogadó családom rendkívül segítőkész és támogató volt, mindemellett viszont hamar rájöttem, hogy meg kell tanulnom bízni önmagamban és megfelelkezni a félelmeimről. Manapság minden zűrés szituációban ezt a stratégiát alkalmazom... „Menni fog!”.

### 2. Élvezd az eléd táruló lehetőségeket!

Huzamosabb ideig távol élni a családomtól nem mindig egyszerű, de megtanultam igazán megbecsülni a jelent. Amerikai utamnak egyszer eljön a vége, és az ott szerzett emlékeim egy életre elkísérnek majd. Mindössze annyi dolgom van, hogy minden helyzetben nyugodt maradjak, és megpróbáljam a legtöbbet kihozni a napjaimból!



### 3. A világ a kezében van.

Au pairként olyan helyekre jutottam el, amikről előzőleg álmodni sem mertem volna. Örök barátságokat kötöttem, és sok különböző kultúrát ismertem meg. Miközben járom a világot, boldogsággal tölt el a tudat, hogy milyen nagy, mert így több lehetőségem van kalandozni! Minden új utazás során jobban megismerem önmagam, megtanultam a tervezés fontosságát, és megtanultam beosztani a pénzemet! – Mert olyan sok helyre szeretnék még eljutni!

### 4. Mindig kérdezd, „Mi jön ezután?”

Azt a célt tűztem ki magam elé, hogy az au pair évem alatt a lehető legtöbbet fejlődjek és megfelelően felkészüljek életem következő szakaszára. Amerikába költözésem óta rendszeresen látogatok előadásokat a Nashville-i művészeti egyetemen: belsőépítészetet, absztrakt festészetet, és grafikus tervezést is tanultam már.

### 5. Ne légy félénk!

Az au pair év alatt kötött barátságok gyökeresen megváltoztatják majd az életed. A fogadó családomnak hála, egy jobb, jószívűbb emberré váltam, és az itt szerzett barátaimra már-már családtagként tekintek. Rájöttem, hogy ha nyitottan közeledem mások felé, felejthetetlen élményekkel gazdagodom majd.





# Meet My Host Family

Írta: Gaelle  
au pair Utahban

Tudod milyen a szerelem első látásra?

Furcsa, de mégis így éreztem. Egyből tudtam, hogy ők azok. Több hónapos online keresés után megtaláltam a legcsodálatosabb embereket. Adrienne és Jason a szülők, Steven és Jackson pedig a legédesebb hároméves és 19 hónapos fiúk, akikkel valaha találkoztam; ők együtt a fogadó családom. Nehéz őket „fogadó” családnak hívni, mert számomra ők nem házigazdák, hanem a családom. Adrienne az egyik legkedvesebb barátom; és Jason tud a legjobban megnevettetni; Ven és Jax pedig egy olyan helyet töltenek be a szívemben, amit soha nem tudnék megmagyarázni.



Végső soron az számít igazán, hogy az apró gesztusokból is érezzem a törődésüket. Nem az, hogy egy jó autót vezessek, egy nagy házban lakjak vagy legyen egy hitelkártyám. Úgy gondolom, hogy a legkisebb dolgok számítanak leginkább. Nem csak az, hogy magukkal vittek a nagyobb és kisebb vakációkra is és támogattak abban, amit csinálni szeretnék hanem, hogy mindent megtettek, hogy autentikus „bûche de Noël” -t találjanak nekem karácsonyra; amikor beteg voltam, egészen a belvárosig vezettek, hogy megvegyék a brióst, mert ez volt az egyetlen étel, amit igazán akartam; hogy Adrienne nekem is mindig hozott egy kávét a Starbucks-ból, amikor megállt venni egyet magának; vagy egy olyan 21. születésnap ünnepséget rendeztek számomra, ami egy hétig tartott, tele mindenféle meglepetéssel. Azt hiszem, hogy a minőségi idő számít, amit velem töltenek. Akár a táború mellett beszélgetésekről, akár a közös sorozatnézésről, a túrázásokról vagy bármi más közös tevékenységről legyen is szó.



Kezdetektől fogva, amint megérkeztem, és azóta is, minden helyzetben, a fogadó családom továbbra is segít nekem, osztozik velem, tanítanak engem, amennyire csak tudnak, és arra ösztönöznek, hogy megvalósítsam az álmaimat. Szeretnek engem. Ma úgy érzem, hogy nem ismerhetsz engem igazán, amíg nem hallottál róluk. Hisszük, hogy sorsszerű volt, hogy egymás életébe kerültünk.

Úgy gondolom, hogy az otthon sokkal inkább érzés, mint egy hely, és ez tökéletes példa erre. Ők az otthonom.

# A Day in the Life of an Au Pair

**Ismerd meg egy amerikai au pair mindennapjait!**

**Írta: Lucia**  
**Texasi au pair**



## **Reggel**

Miután felkeltem a gyerekeket, közösen reggelizünk, majd elviszem őket az iskolába. Általában fél kilenc körül érek vissza. Minden reggel nagyjából egy órát edzek az anyukával, miközben az élet nagy dolgairól beszélgetünk – ez napjaim egyik fénypontja.

## **Délután**

Ebéd után vagy szundítok egyet, vagy találkozom a barátaimmal a környéken. Ilyenkor társasozunk, kávézunk, moziba megyünk vagy csak görkorizunk egyet a közeli parkok egyikében. Délután rendet rakok a házban, és előkészítek egy kis uzsonnát a gyerekeknek, mielőtt három körül értük mennék.



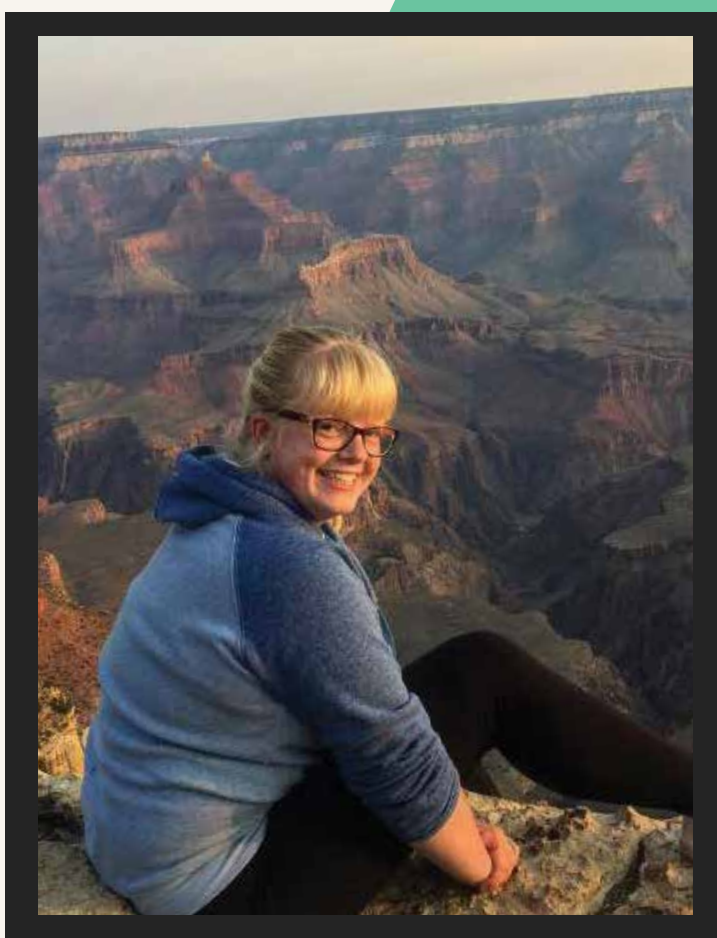
## **Este**

Miután mindenki befejezte a házi feladatát, kint szoktunk játszani, vagy bent ügyködünk közösen. Ezután elkészítem a vacsorát, hogy fél hét körül együtt ehessen a család. Étkezés után fürdés-fogmosás, majd egy film, vagy társasjáték nyolcig, amikor is a gyerekek általában elmennek aludni.



# Au Pair Perspectives

Írta: Tarni  
au pair Virginiából



Au pairnek lenni, nem könnyű.

Hátrahagyunk mindent, amit ismerünk, a szeretteinket, hogy az őrült álmainkat üldözve repülőre üljünk. Gondolatban elképzelünk egy tökéletes, kalandokban gazdag, felejthetetlen utazást. A valóság azonban az, hogy heti 45 órában gyerekekre vigyázunk. Én személy szerint négy gyermek ruháit teregetem, mosom az ágyneműjüket, takarítom a játszószobájukat, és gondoskodom róluk, ha megbetegszenek. Mindezek mellett próbálok időt szakítani arra, hogy figyeljek magamra is, világot lássak, és találkozzak a barátaimmal.

Au pairnek lenni nem csak abból áll, hogy a gyerekekkel játszol egész nap, és minden hétvégén utazatsz az USA-ban; mi nem csupán babysitterek vagyunk. Család vagyunk – egy nővér vagy idősebb testvér,- és fontos szerepet játszunk abban, hogy segítünk alakítani az általunk gondozott gyermekek életét. Rengeteg időt töltünk a gyerekekkel hetente, és ez megváltoztatja az életüket.

Őszintén hiszem, hogy az egyik legjobb döntésem volt, hogy au pair lettem. Persze vannak olyan dolgok, amiket terveztem, de mégsem váltak valóra. Azonban rengeteg olyan dolog történt, amit nem is terveztem, mint például az, hogy 17 államba elutaztam, hihetetlen emberekkel találkozhattam és ezalatt többet tanultam magamról, mint azt valaha is gondoltam volna. Rájöttem, hogy az au pairek kivételesen erősek, bátrak, nyitottak, elfogadóak, érdekesek, jószívűek és kalandvágyóak, egytől egyig!

Világossá vált továbbá az is, hogy amit megismertem magamról, a világról és jövőbeli terveimről, egy életen át segítségemre lesznek.

# Our Au Pair Meet-ups

**Juliana & Shekinah írása**

**ohiói au pairjeink**

## Mi a legjobb az au pair találkozókban?

**Juliana:** Szuper, hogy a világ különböző

országaiból jött fiúkkal és lányokkal

köthetek barátságot!

**Shekinah:** Idegen kultúrákkal és

országokkal ismerkedhetek meg, és a

sajátomról is mesélhetek másoknak.

Többnyire angolul folyik a beszélgetés,

de szeretem azt is hallgatni, ahogy az au

pairek a saját nyelvükön beszélgetnek

egymás közt.

## Mi az au pair találkozó valójában?

**Juliana:** Steffi, az itteni Local Childcare

Consultant (LCC), havi rendszerességgel

szervez klassz programokat a környéken

élő au pairek számára. Ez talán az

egyik legjobb módja annak, hogy új

barátokat szerezz és hogy közelebbről

megismerd a helyi LCC-t. A találkozónak

köszönhetően néhány igazán jellegzetesen

amerikai helyre is eljutunk, miközben

megismerkedhetünk egyes amerikai

hagyományok részleteivel is.



**„Az au pair programom kezdetekor még féltem új barátokat szerezni. De ez az állapot nem tartott sokáig! Érkezésem után két héttel tartották az első au pair találkozót, és a rendezvény végére már több mint 20 új barátom volt!”**

## Mivel foglalkozik az LCC? / Ki szervezi a találkozót?

**Shekinah:** Nálunk Steffi (az itteni LCC)

szervezi meg az au pair találkozót,

és emelett mindig rendelkezésre áll,

ha segítségre lenne szükségünk. Steffi

rendkívül kedves! Nem csak LCC-ként

tekintek rá, hanem egyben barátként is.

Egyszerűen bármiről beszélgethetek vele:

a családomról, a barátaimról, vagy akár az

otthonomról is. Mindig olyan figyelmesen

meghallgat!



## Kedvenc au pair találkozó

**Juliana:** A kedvenc au pair találkozó

kétségkívül a decemberi karácsonyi

party volt. Mindenki főzött az országára

jellemző ételt, hogy megossza a

többiekkel, és a nagy evés-ivás közben

süteményeket díszítettünk.

**Shekinah:** A lézerharc remek móka

volt! Ha eltaláltad az ellenfelet, pontot

szereztél a csapatodnak! Mi sajnos

elvesztettük a harcot, de ettől függetlenül

nagyon jól éreztem magam! A csata utáni

kávézós beszélgetést is nagyon élveztem.

Olyan sokat nevettünk! Ilyenkor magamat

adhatom és kedvemre bolondozhatok

Igazán felszabadító érzés!



# On the Road

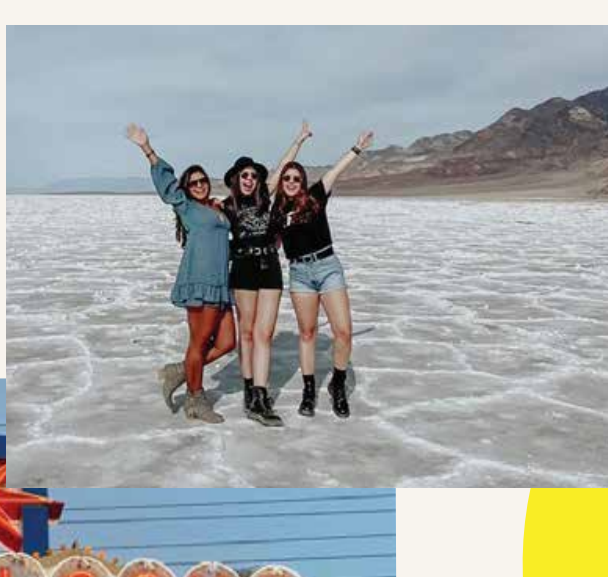
Írta: Mariany  
kaliforniai au pair



A Kaliforniában töltött időm és amerikai utazásaim gyökeresen megváltoztatták az életem! Az au pair program résztvevőjeként eltöltött két év alatt lehetőségem nyílt beutazni 17 amerikai államot és megtapasztalni, hogy miként élnek ott a helyiek. Az Egyesült Államok mérete lenyűgöző, és tele van változatos helyszínekkel és emberekkel. Leírhatatlan élmény felfedezni az ország minden zugának szépségét!



A kedvenc utam Alaszka meglátogatása volt! Lenyűgöző volt – a természet szépsége valósággal lélegzetelállító. Semmihez sem volt hasonlítható, amit előzőleg láttam. Ha tehetem, mindig a barátaimmal utazom, de emellett szeretek egyedül is világot látni. Jó, ha az embernek alkalma adódik a gondolataival egyedül maradni, és közben újra és újra ráéjszmélni, hogy milyen önállóvá is vált a külföldi élmények hatására.



Amerikai utam olyan volt, mint egy álom. Hatására megváltozott a világlátásom, sikeresen szállok szembe a problémáimmal, és mindenek felett megtanított arra, hogy hogyan szerezhetek barátokat, bármerre is járok! Arra is ráéjszméltem, hogy egy óriási világ csak arra vár, hogy bepakoljam a táskám és elinduljak a felfedezésére!

 @marianyviaja



# Shaping My Future as an Au Pair

**Az au pairek Amerikaszerte látogatnak egyetemeket, személyes és szakmai fejlődésüknek köszönhetően pedig jobb eséllyel érnek majd el sikereket a jövőben.**

## **Verena, New Jersey-i au pair**

Egy hirtelen ötlettől vezérelve iratkoztam be a Princeton University számítástechnikai előadására, pusztán kíváncsiságból. Hamar beletanultam a programozásba, és úgy döntöttem, a jövőben is ezzel szeretnék foglalkozni. Hazatérésemet követően jelentkeztem egy számítástechnikai egyetemre, ahova rögtön bekerültem. Utólag elmondták, hogy lenyűgözte őket az önéletrajzomban található neves egyetemen szerzett tapasztalat.

## **Elena, Washington D.C.-i au pair**

Lehetőségem volt tanulni a hatékony kommunikációról, a nyilvános beszéd és az előadás rejtjelmeiről. A program végére úgy éreztem, hogy teljesen megváltoztam! Világossá vált, hogy mi egy jó előadás titka, és hogy milyen fontos a magabiztosság és a tartás, miközben másokkal beszélek. Ezek sokat segítettek a munkakeresésben otthon – minden félelem nélkül interjúztam a munkaadómnál!

**“Az előadások alatt igazi barátokat is szereztem. Olyan fiatalokkal is összehozott így a sors, akik nem au pairként kerültek Amerikába. Nagyon örülök, hogy itt járhattam egyetemre: egy új világ kapuja nyílt meg előttem!”**

**— Alicia**

## **Paula, volt massachusettsi au pair**

Jelenleg egy utazási irodában dolgozom. Az amerikai au pair tapasztalatomat nagyra értékeli a főnököm, mert a szakmánkban sokat segít, hogy a saját élményeim alapján tudok beszélni az ottani kultúráról és életről az érdeklődőknek. Nagy előnyömre szolgál, hogy a helyiek életét élve töltöttem el egy évet Amerikában, ahol sokféle kultúra van jelen, mert így értékes betekintést nyertem ezekbe.





**culturalcare.hu**



**@culturalcare**

