



# AU-PAIR HANDBUCH

---

Ein praktischer Leitfaden  
für Ihr Au-pair

**connect**AuPair

# Herzlich Willkommen!

Dieser Text erscheint auf der ersten Seite des Handbuchs und sollte daher eine nette Willkommensnachricht an das Au-pair enthalten

## Wichtige Informationen

- Hier sollten alle Informationen aufgelistet werden, die das au pair sofort beim Öffnen des Handbuchs finden soll
- z.B. Notruf-Nummer, andere wichtige Telefonnummern und die Adresse

# Inhaltsverzeichnis

Allergien.....	1
Arzt .....	1
Aufgaben & Hausarbeit.....	1
Badezimmer.....	1
Computer.....	2
Einkaufen .....	2
Elektronische Geräte.....	2
Energiesparen (Heizung, Licht,...).....	2
Erreichbarkeit & Fragen .....	2
Erste Hilfe.....	3
Fernsehen.....	3
Feuer .....	3
Freizeit .....	3
Freunde .....	4
Geld.....	4
Getränke .....	4
Großeltern .....	4
Internet & W-Lan.....	5
Kindergarten .....	5
Kleidung.....	5
Kochen.....	5
Mahlzeiten .....	6
Mobilität .....	6
Mobiltelefon .....	6
Müll.....	6
Nachbarn .....	7
Ordnung.....	7
Öffentliche Verkehrsmittel.....	7
Privatsphäre .....	7
Rauchen .....	7
Regeln .....	8
Religion.....	8
Ruhezeiten.....	8
Sauberkeit & Putzen .....	8
Schlüssel .....	9

Schule .....	9
Sicherheit .....	9
Spiele & Basteln .....	9
Sport .....	10
Sprachkurs .....	10
Streit .....	10
Tagesablauf .....	10
Trösten .....	10
Urlaub .....	11
Versicherung .....	11
Wäsche waschen .....	11
Windeln .....	11
Zeitplan .....	12
Zimmer .....	12

## Allergien

- Haben die Kinder irgendwelche Allergien?
- Falls ja, was soll das Au-pair bei einem allergischen Anfall tun?

## Arzt

- Wenn das Au-pair einen Arzt braucht, an welchen Arzt soll es sich wenden?
- Wie bekommt es einen Termin?
- Welche Dokumente muss es mitbringen?
- Wie heißt der Kinderarzt und was ist seine Telefonnummer?
- Soll das Au-pair im Fall eines Unfalls zuerst den Kinderarzt kontaktieren, oder direkt ins Spital fahren? (Sie können hier auch auf #Erste Hilfe verweisen und eventuell die Telefonnummer des Kinderarztes unter #Wichtige Informationen eintragen)
- Welche Dokumente muss das Au-pair bei einem Notfall / einer Routine-Untersuchung der Kinder mitbringen?

## Aufgaben & Hausarbeit

- Welche Aufgaben hat das Au-pair noch neben dem Beaufsichtigen der Kinder?
- Wie helfen die Kinder im Haushalt mit / was sind die Aufgaben der Kinder bezüglich Hausarbeit?

## Badezimmer

- Hat das Au-pair ein eigenes Badezimmer? Wenn nicht, zu welchen Zeiten kann es das Badezimmer benutzen?
- Wo bekommt es frische Handtücher (z.B. für Freunde, die über Nacht bleiben)?
- Werden Shampoo und andere Hygieneartikel zur Verfügung gestellt?
- Gibt es irgendwelche besonderen Regeln zur Benutzung des Badezimmers? (z.B. Es ist nicht erlaubt, in der Nacht zu duschen, für mehr als XX Minuten zu duschen, da es sonst nicht genug warmes Wasser gibt...)

## Computer

- Stellt die Familie dem Au-pair einen eigenen Computer / Laptop zur Verfügung? Wenn nicht, darf das Au-pair den Computer der Familie benutzen?
- Wo kann das Au-pair Dokumente drucken oder einscannen?

## Einkaufen

- Wo kann das Au-pair Essen, Klamotten, Medikamente,... einkaufen?
- Soll as Au-pair für die Familie einkaufen gehen? Falls ja, wann (im #Zeitplan eintragen) und wo findet es das Geld und die Einkaufsliste?
- Wenn das Au-pair etwas für die Kinder kaufen möchte, wie soll es vorgehen? Gibt es z.B. eine Geldtasche mit Geld dafür? Muss es den Kassenzettel aufheben? Was darf gekauft werden und was nicht?

## Elektronische Geräte

- Dürfen die Kinder elektronische Geräte wie Smartphones, Tablets oder Computer benutzen?
- Wie viel Zeit dürfen sie vor dem Bildschirm verbringen?

## Energiesparen (Heizung, Licht,...)

- Soll das Au-pair dabei helfen, Energie zu sparen? Wenn ja, welche spezifischen Regeln gibt es dafür?
- Wie kann das Au-pair die Temperatur in seinem Raum regeln?
- Welche Regeln gibt es bezüglich der Belüftung der unterschiedlichen Räume?
- Was soll das Au-pair machen, wenn es Angst vor der Dunkelheit hat? Darf es das Licht die ganze Zeit eingeschaltet lassen? Gibt es Bereiche im Haus, in denen die Familie das Licht immer eingeschaltet haben will (auch in der Nacht)?

## Erreichbarkeit & Fragen

- Zu welchen Zeiten muss das Au-pair telefonisch erreichbar sein?

- Wie soll das Au-pair die Gastfamilie am besten zu unterschiedlichen Tageszeiten kontaktieren?
- Ist es z.B. besser anzurufen, oder eine Nachricht auf WhatsApp zu schicken?
- Gibt es regelmäßige "Besprechungen", in denen offene Fragen angesprochen werden können?

## Erste Hilfe

- Wo kann das Au-pair den Erste-Hilfe-Kasten finden?
- Werden Sie dem Au-pair alles Notwendige zur Ersten Hilfe beibringen, oder wird es einen Kurs besuchen?

## Fernsehen

- Welche Fernsehsendungen dürfen die Kinder alleine ansehen, welche gemeinsam mit dem Au-pair?
- Welche Fernsehsendungen sind absolut verboten?
- Wie lange dürfen die Kinder pro Tag maximal fernsehen?
- Wo kann das Au-pair in seiner Freizeit fernsehen?
- Wo findet es das Fernsehprogramm?

## Feuer

- Sind im Haus Rauch- oder Kohlenmonoxidmelder installiert? Falls ja, wie soll im Fall eines Alarms reagiert werden?
- Wie soll im Fall eines Feuers vorgegangen werden
- Wo sind Feuerlöscher und Löschdecke?
- Evakuierungsplan: Welche Fluchtwege gibt es, wo ist der Treffpunkt im Freien,...?

## Freizeit

- Was kann das Au-pair am besten in der Freizeit machen?
- Gibt es Regeln bezüglich der Nutzung gemeinsamer Räume, des Autos,... während der Freizeit?
- Welche Regeln gibt es, wenn das Au-pair auswärts übernachtet?
- (An welchen Tagen und Uhrzeiten das Au-pair frei hat, wird im #Zeitplan beschrieben)



## Freunde

- Darf das Au-pair Freunde in das Haus der Gastfamilie einladen?
- Wie ist das mit den Freunden der Kinder? Welche der Freunde dürfen die Kinder alleine besuchen (Liste mit Namen, Adressen und Telefonnummern)?

## Geld

- Was muss das Au-pair mit seinem Taschengeld bezahlen, was bezahlt die Familie? (z.B. Süßigkeiten für die Kinder, Tickets für öffentliche Verkehrsmittel, Ausgaben bei gemeinsamen Reisen,...)
- Falls das Au-pair das möchte, darf es dann mehr arbeiten, um mehr Geld zu verdienen (Achtung, das ist in den meisten Gastländern verboten - mehr Infos dazu finden Sie im Abschnitt "Vorschriften & Regeln" in den Länderinformationen für Ihr Gastland!)?

## Getränke

- Was sind die Lieblingsgetränke der Kinder? Wie werden sie zubereitet?
- Gibt es Getränke, die die Kinder nicht trinken dürfen (z.B. Kaffee, Cola,...?)
- Wie viel sollen die Kinder am Tag trinken?
- Soll das Au-pair sie regelmäßig ans Trinken erinnern?

## Großeltern

- Wo wohnen die Großeltern?
- Besuchen die Kinder sie regelmäßig? Soll das Au-pair die Kinder zu den Großeltern bringen?
- Sind die Großeltern in Notfällen verfügbar? Falls ja, sollten die Telefonnummern im Abschnitt #Wichtige Informationen eingefügt werden!

## Internet & W-Lan

- Wie lauten die Zugangsdaten für Internet / W-lan?
- Darf das Au-pair diese Infos an Freunde weitergeben, die es besuchen?
- Gibt es irgendwelche Limits in der W-lan-Nutzung / hat die Familie ein eingeschränktes Download-Volumen?
- Darf das Au-pair Filme, Musik und andere Inhalte herunterladen?

## Kindergarten

- Wie müssen die Kinder für den Kindergarten angezogen werden?
- Was muss ihre Vesperbox enthalten?
- Wenn genau müssen die Kinder im Kindergarten sein, wie kommen sie dort hin und wie werden sie abgeholt?

## Kleidung

- Können die Kinder sich schon selbst anziehen, oder soll das Au-pair dabei helfen?
- Soll das Au-pair darauf achten, dass die Kinder ordentlich und warm genug angezogen sind, oder können die Kinder selbst entscheiden, was sie anziehen?
- Wo findet das Au-pair frische Klamotten für die Kinder? Wo sollen gebrauchte Kleidungsstücke hingehängt werden? Wohin kommt schmutzige (zu waschende) Wäsche?
- Was soll das Au-pair tun, wenn Kleidungsstücke zerrissen sind?
- Wenn das Au-pair Klamotten für sich selbst braucht, kann es dann von der Familie gebrauchte Kleidung z.B. von früheren Au-pairs oder der Familie selbst bekommen?
- Wo kann das Au-pair Kleidung für sich selbst kaufen? (siehe auch #Einkaufen)

## Kochen

Möchte die Familie gerne Gerichte aus dem Heimatland des Au-pairs kennenlernen?

Gibt es etwas, was ein Familienmitglied auf gar keinen Fall essen würde?

Darf das Au-pair für sich selbst kochen? (siehe auch #Mahlzeiten)

## Mahlzeiten

- Gibt es fixe Zeiten für Frühstück, Mittagessen und Abendessen?
- Essen alle gemeinsam?
- Darf das Au-pair Essen mit auf sein Zimmer nehmen?
- Was soll das Au-pair machen, wenn es das Essen der Familie überhaupt nicht ausstehen kann?
- Darf das Au-pair für sich selbst kochen?
- Dürfen die Kinder z.B. in ihrem eigenen Zimmer essen, beim Essen fernsehen,...?

## Mobilität

- Darf das Au-pair das Auto, Motorrad,... der Familie benutzen oder gibt es ein eigenes Auto, Motorrad, Fahrrad,... für das Au-pair?
- Benötigt das Au-pair einen internationalen Führerschein oder muss es sogar einen lokalen Führerschein erwerben, um mit dem Auto / Motorrad fahren zu dürfen? (Für mehr Informationen zu diesem Thema siehe auch "Führerschein" im Abschnitt "Schritt für Schritt" in den Länderinformationen)
- Wie sind die Regelungen bzgl. Kindersitzen im Gastland?

## Mobiltelefon

- Wird dem Au-pair ein Handy / eine SIM-Karte zur Verfügung gestellt?
- Wenn nicht, wo kann das Au-pair eine günstige SIM-Karte kaufen?

## Müll

- Ist Mülltrennung im Gastland üblich? Wenn ja, was sind die Regeln? Wie genau funktioniert die Mülltrennung im Haus der Gastfamilie?
- Welche Regeln gelten für die Mülltrennung im Zimmer und Badezimmer des Au-pairs?

## Nachbarn

- Mit welchen Nachbarn ist die Familie in Kontakt?
- Dürfen die Kinder alleine zu den Nachbarn gehen?

## Ordnung

- Welche Regeln gibt es zum Thema Ordnung?
- z.B. Aufräumen nach dem Spielen, wo wird Spielzeug verstaut,...

## Öffentliche Verkehrsmittel

- Wie kommt das Au-pair am besten ins Stadtzentrum, die nächstgelegene Stadt,...?
- Wo findet man den Fahrplan? Gibt es z.B. eine App dafür?
- Gibt es ein Monatsticket (für den Nahverkehr)? Wie viel kostet es?

## Privatsphäre

- Welche Räume darf das Au-pair ohne Rückfrage / Anklopfen betreten?
- Welche Räume darf das Au-pair keinesfalls betreten?

## Rauchen

- Welche Regeln gibt es bezüglich Rauchen im Gastland?
- Welche Regeln gelten im Haus der Gastfamilie, im Auto, Garten,...?

## Regeln

- Was sind wichtige kulturelle Regeln im Gastland?
- Wie wichtig ist z.B. Pünktlichkeit im allgemeinen und für die Gastfamilie?
- Gibt es spezielle Familienregeln?
- Kann das Au-pair (zusätzlich) eigene Regeln für die Kinder aufstellen?

## Religion

- Welche Religion hat die Gastfamilie und was bedeutet das im täglichen Leben?
- Wie soll das Au-pair mit den Kindern über Religion sprechen?
- Gibt es religiöse Regeln, an die sich die Kinder und das Au-pair halten müssen?
- Wenn das Au-pair eine andere Religion praktiziert, wie soll es mit den Kindern darüber sprechen?

## Ruhezeiten

- Wann schlafen die Kinder normalerweise (auch untertags)?
- Welche Regeln gelten während dieser Zeit? Ist es z.B. erlaubt, Musik zu spielen, zu duschen,... oder würde das den Schlaf der Kinder stören?

## Sauberkeit & Putzen

- Welche Familienregeln gibt es hinsichtlich Sauberkeit?
- Beispiel: Welche Bereiche des Hauses dürfen mit Straßenschuhen betreten werden? Wann müssen die Kinder die Hände waschen?
- Gibt es eine Putzfrau und wenn ja, putzt diese auch das Zimmer des Au-pairs?
- Welche Pflichten hat das Au-pair im Bezug auf Putzen?
- Wo kann das Au-pair Reinigungsutensilien finden, um z.B. sein Zimmer zu putzen?

## Schlüssel

- Welche Schlüssel erhält das Au-pair?
- Was soll es machen, wenn es einen Schlüssel verliert?

## Schule

- Soll das Au-pair die Kinder zur Schule bringen und abholen? Falls ja, wo ist die Schule, wie kommt es dort hin,...?
- Soll das Au-pair die Kinder bei den Hausaufgaben und dem Packen der Schultasche unterstützen? Falls ja, wo findet es den Stundenplan,...?

## Sicherheit

- Welche Regeln gibt es bezüglich der Sicherheit der Kinder? z.B.
  - Können die Kinder die Straße bereits alleine überqueren?
  - Dürfen sie ein scharfes Messer benutzen?
  - Können sie bereits alleine ein Feuer im Ofen anzünden?
- Welche Regeln gibt es zur Sicherheit rund ums Haus? z.B.
  - Wer darf im Haus sein, wenn die Familie nicht zu Hause ist (z.B. Putzfrau, Nachbarn)?
  - Wann soll die Tür geöffnet werden, wenn es läutet?
  - Was sind generelle Sicherheitsregeln für das Leben / Reisen im Gastland?

## Spiele & Basteln

- Welche Spiele spielen die Kinder besonders gerne?
- Gibt es (Indoor) Spielplätze in der Nähe des Haus?
- Wenn das Au-pair mit den Kindern basteln möchte, wie kann sie das dafür benötigte Material besorgen (selbst kaufen, die Eltern fragen,...)?

## Sport

- Wo kann das Au-pair Sport treiben (im Freien und in der Halle)?
- Praktiziert die Familie irgendeinen Sport? Wenn ja, kann das Au-pair mitmachen?
- Kann das Au-pair Sportgeräte von der Familie leihen?

## Sprachkurs

- Wo und wie kann das Au-pair einen passenden Sprachkurs finden (fügen Sie eine Liste der Sprachschulen ein, wenn verfügbar mit Link auf die Homepage)
- Welchen Anteil der Kosten am Sprachkurs übernimmt die Gastfamilie?
- Was ist die beste Tageszeit für einen Kurs?

## Streit

- Streiten die Kinder häufig?
- Wie kann das Au-pair am besten damit umgehen / den Streit schlichten?

## Tagesablauf

- Wie sieht der normale Tagesablauf der Kinder aus?
- Haben die Kinder noch andere Kurse / Aktivitäten neben Kindergarten / Schule? z.B. Klavierunterricht, Ballet,...?
- Soll das Au-pair die Kinder dorthin bringen? Wenn ja, wo genau finden die Kurse statt?

## Trösten

- Wie kann das Au-pair die Kinder am besten trösten, wenn sie traurig oder wütend sind?
- Darf das Au-pair den Kindern z.B. Süßigkeiten anbieten um sie zu trösten?

## Urlaub

- Wie viele Tage Urlaub hat das Au-pair?
- Gibt es einen bevorzugten Zeitraum, in dem das Au-pair Urlaub nehmen sollte?
- Wie lange im voraus muss das Au-pair seinen Urlaub anmelden?
- Gibt es Termine, an denen das Au-pair definitiv auf die Kinder aufpassen muss und daher nicht freinehmen kann?
- Plant die Familie einen Urlaub gemeinsam mit dem Au-pair?

## Versicherung

Hat die Familie eine Krankenversicherung für das Au-pair abgeschlossen?

Falls nicht, muss das Au-pair selbst eine abschließen? Was ist der beste Versicherungsanbieter?

Welche anderen Versicherungen sind noch notwendig? Welche davon hat die Familie bereits abgedeckt, welche sollte das Au-pair noch abschließen?

## Wäsche waschen

- Darf das Au-pair die Waschmaschine benutzen, wann immer es möchte?
- Wo kann es die Betriebsanleitung für die Waschmaschine finden (alternativ kann hier eine kurze Anleitung eingefügt werden)?
- Falls das Au-pair die Kleidung der Kinder waschen soll, kann hier beschrieben werden, welches Waschmittel, Weichspüler, etc. benutzt werden soll, wie die Wäsche vorsortiert werden muss,...

## Windeln

- Benötigen die Kinder noch Windeln?
- Wie oft sollten die Windeln gewechselt werden?
- Wie werden die Windeln entsorgt?
- Gibt es eine spezielle Windeltasche, die das Au-pair mitnehmen kann, wenn es mit den Kindern unterwegs ist?



## Zeitplan

- Wie sieht der Tages / Wochenplan für das Au-pair aus?
- Wie stabil / flexibel ist dieser Plan?
- Wie häufig wird der Plan voraussichtlich geändert und wie wird das Au-pair darüber informiert?
- Wie kann das Au-pair Änderungswünsche anbringen?

## Zimmer

- Darf das Au-pair sein Zimmer individuell gestalten (z.B. Bilder aufhängen, anders tapezieren, Wand streichen,...)?
- Wo findet das Au-pair Polster, Bettbezug und Decken?
- Was soll das Au-pair machen, wenn etwas im Raum kaputt ist?
- Wie sieht es mit dem Absperrern des Raums aus, wenn das Au-pair nicht zu Hause ist? In welchen Fällen würde die Gastfamilie den Raum betreten?
- Sollten die Kinder den Raum des Au-pairs betreten dürfen?