



Erasmus+

Erasmus+ KA2 ePassport – 2020-1-FR01-KA226-VET-095424



ePASSPORT ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ (IO1)

Βοηθώντας τους μελλοντικούς συμμετέχοντες σε κινητικότηταες επαγγελματικής εκπαίδευσης και κατάρτισης (VET) να αναπτύξουν τη δραστηριότητά τους κατά τη διάρκεια προετοιμασίας και παρακολούθησης από απόσταση



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



FORVM
EDUCATIVO



K.A.N.E.



Πίνακας Περιεχομένων

Εισαγωγή.....	2
Γράμμα στον εαυτό μου.....	4
Βιογραφικό Eurorpass	6
Τεστ Αγγλικών.....	8
Εκμάθηση γλωσσών.....	18
Δραστηριότητα.....	21
Χώρα.....	29
Δεξιότητες.....	36
Μέρα ανακάλυψης.....	52
Πριν την αναχώρηση.....	56

Εισαγωγή

Ο κύριος στόχος του έργου ePassport είναι να **ενισχύσει τις ικανότητες** των οργανισμών που δραστηριοποιούνται στον τομέα της επαγγελματικής εκπαίδευσης και κατάρτισης (VET) και να βελτιώσει τις τεχνικές και τις μεθόδους προετοιμασίας και παρακολούθησης των ωφελουμένων τους που συμμετέχουν σε μία υβριδική και από απόσταση δραστηριότητα κινητικότητας.

Για την επίτευξη αυτών των στόχων, η κοινοπραξία ePassport ανέπτυξε αυτό το εργαλείο για να βοηθήσει τους μελλοντικούς συμμετέχοντες VET να δημιουργήσουν το έργο τους κατά τη διάρκεια της προετοιμασίας και της παρακολούθησης εξ αποστάσεως (υβριδικά ή εικονικά).

Πράγματι, πρόκειται να συγκεκριμενοποιήσεις το σχέδιο ευρωπαϊκής ή διεθνούς κινητικότητάς σου. Ο ρόλος μας ως οργανισμός αποστολής (SO) είναι να σας υποστηρίξουμε κατά την προετοιμασία της αναχώρησής σας, να σας συνοδεύσουμε καθ' όλη τη διάρκεια του σχεδίου κινητικότητας και μέχρι το τέλος της αποστολής σας και να πραγματοποιήσουμε μια ενδιάμεση και τελική αξιολόγηση του σχεδίου σας.

Για το λόγο αυτό οι ADICE, Forum Educativo, KANE & KERIC έχουν ετοιμάσει αυτό το εργαλείο που θα αποτελέσει το "διαβατήριο κινητικότητας" σας για όλα τα στάδια του έργου.

Τα φύλλα ePassport στοχεύουν στην ανάπτυξη και βελτίωση:

- ✦ Των γνώσεων σας σχετικά με τη χώρα παρέμβασής και το πλαίσιο της
- ✦ Του σχεδίου κινητικότητάς σας (προσωπικό και επαγγελματικό)
- ✦ Της κατανόησής σας για την Ευρώπη και τη λειτουργία της
- ✦ Της προετοιμασίας σας για επαγγελματικές συνεντεύξεις (βιογραφικό σημείωμα, συνοδευτική επιστολή κ.λπ.)
- ✦ Της κατανόησής της λειτουργίας του οργανισμού υποδοχής
- ✦ Των δεξιοτήτων αυτοαξιολόγησης και παρακολούθησης των δεξιοτήτων σας (πριν, κατά τη διάρκεια και μετά την υβριδική ή εικονική κινητικότητα).
- ✦ Και ούτω καθεξής.



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Disclaimer: Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.



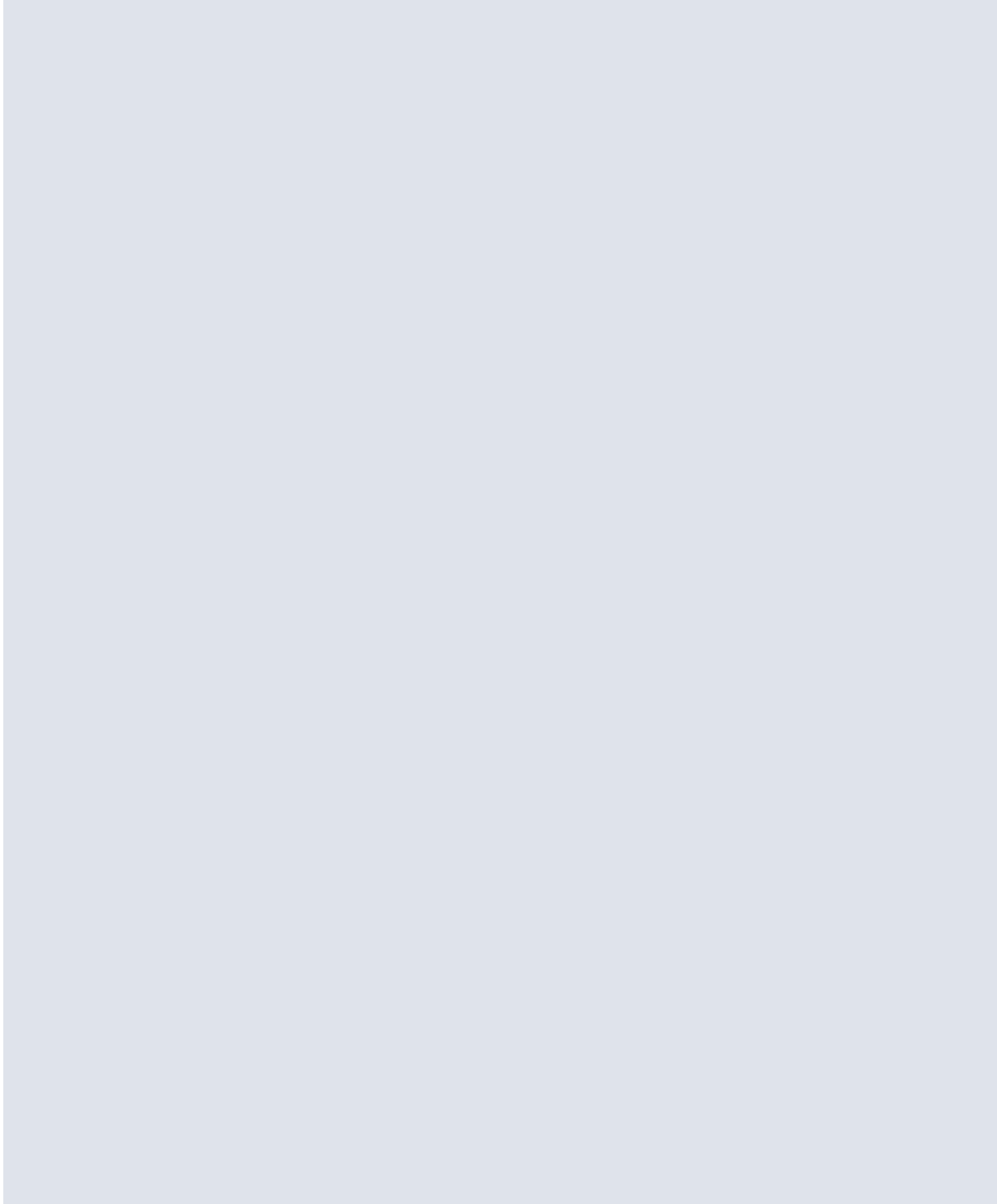
01

ΓΡΑΜΜΑ ΣΤΟΝ
ΕΑΥΤΟ ΜΟΥ

Γράμμα στον εαυτό μου

Πώς συνδέεται αυτή η εμπειρία με τη μελλοντική μου σταδιοδρομία; (Το πρώτο μου κίνητρο για να κάνω μια διεθνή πρακτική άσκηση, γιατί επέλεξα τη συγκεκριμένη αποστολή και τη συγκεκριμένη χώρα. Τι θα ήθελα να πετύχω προσωπικά και επαγγελματικά, τα δυνατά μου σημεία για την επίτευξη αυτών των στόχων, οι φόβοι και οι προκλήσεις μου, τι πρέπει να αφήσω στο σπίτι και τι πρέπει να πάρω μαζί μου - υλικά και όχι μόνο).

Υβριδική ή εικονική κινητικότητα; Εξηγήστε επίσης πώς θα οργανώσετε τις εργασίες σας κατά τη διάρκεια μιας εικονικής κινητικότητας. Τι είναι σημαντικό για εσάς και τον οργανισμό που θα συνεργαστεί μαζί σας;

A large, empty rectangular area with a light blue gradient background, intended for the user to write their letter to themselves.



02

ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ EUROPASS

Βιογραφικό Europass

Οι στόχοι αυτής της ενότητας

- Να σας δώσει λεπτομερείς οδηγίες για τη χρήση του βιογραφικού σημειώματος Europass
- Να σας βοηθήσει και να σας συνοδεύσει στον καθορισμό της δραστηριότητάς σας
- Να σας βοηθήσει να καταγράψετε τις δεξιότητες και την εμπειρία σας
- Να σας βοηθήσει να βελτιώσετε την επαγγελματική σας πορεία

ΟΔΗΓΙΕΣ ΚΑΙ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΛΕΠΤΟΜΕΡΕΙΕΣ

- Χρησιμοποιήστε τη διαδικτυακή πλατφόρμα ή κατεβάστε τη μορφή Word του βιογραφικού σημειώματος Europass
- Γράψτε το βιογραφικό σημείωμα στα αγγλικά και συμπληρώστε το με όσο το δυνατόν περισσότερες λεπτομέρειες.
- Στείλτε το με ηλεκτρονικό ταχυδρομείο στον υπεύθυνο του σχεδίου σας, μαζί με τη συνοδευτική επιστολή και τη γλωσσική δοκιμασία.

ΠΩΣ ΝΑ ΓΡΑΨΕΤΕ ΤΟ ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ EUROPASS

Επισκεφτείτε την ιστοσελίδα: <http://europass.cedefop.europa.eu> :

- (α) χρησιμοποιήστε την πλατφόρμα που προτείνεται στη γλώσσα της επιλογής σας στον ιστότοπο Europass (<http://europass.cedefop.europa.eu>). Στη συνέχεια, μπορείτε να αποθηκεύσετε το βιογραφικό σας σημείωμα στον κατάλογο της επιλογής σας.
- (β) ή κατεβάστε το υπόδειγμα (σε μορφή Word ή Open Document) στη γλώσσα της επιλογής σας από τον ίδιο ιστότοπο και να το αποθηκεύσετε στον σκληρό δίσκο του υπολογιστή σας- μπορείτε στη συνέχεια να συμπληρώσετε τα διάφορα τμήματα της δεξιάς στήλης εισάγοντας τα προσωπικά σας δεδομένα και διαγράφοντας τα περιττά πεδία.

Για να βοηθηθείτε:

- Συμβουλευτείτε τα παραδείγματα βιογραφικών σημειωμάτων που υπάρχουν στον ιστότοπο: <http://europass.cedefop.europa.eu>
- Δείτε το εκπαιδευτικό βίντεο: <https://www.youtube.com/watch?v=qC1RegOmhTA>

ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ:

- μην τροποποιείτε το κείμενο στην αριστερή στήλη,
- να σέβεστε τη διάταξη του προτύπου, καθώς και τη γραμματοσειρά που χρησιμοποιείται.

ΟΛΟΚΛΗΡΩΣΗ

Ολοκληρώσατε το Europass:

- Ναι
 Όχι

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ για συνοδευτική επιστολή

- **Παρουσιάστε τον εαυτό σας** (συνοπτικά, ο στόχος δεν είναι να βάλετε το βιογραφικό σας στη συνοδευτική επιστολή.
- Εξηγήστε γιατί ο **οργανισμός/η εταιρία σας ενδιαφέρει**.
Γράψτε μία παράγραφο για το **πώς οι δεξιότητές σας θα είναι χρήσιμες για τον οργανισμό/την εταιρία**.



03

ΤΕΣΤ
ΑΓΓΛΙΚΩΝ

Τεστ Αγγλικών

Στόχος αυτής της ενότητας

- Ο σκοπός αυτού του τεστ είναι να αξιολογήσει το επίπεδο των αγγλικών σας. Επικεντρώνεται στη γενική γνώση της αγγλικής γλώσσας, συμπεριλαμβανομένης της γραμματικής και του λεξιλογίου, και αξιολογεί επίσης την προφορική και γραπτή κατανόηση της αγγλικής γλώσσας.

ΟΔΗΓΙΕΣ ΚΑΙ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΛΕΠΤΟΜΕΡΕΙΕΣ

Το τεστ χωρίζεται σε τρία μέρη

- Μέρος 1: (40 ερωτήσεις)
- Μέρος 2: Ακουστική κατανόηση
- Μέρος 3: Κατανόηση γραπτού κειμένου

ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΠΟΛΛΑΠΛΗΣ ΕΠΙΛΟΓΗΣ

Διάλεξε τη σωστή απάντηση. Μόνο μία απάντηση είναι σωστή.

- He ___ pasta.
 - not likes
 - don't like
 - doesn't like
 - isn't liking
- How often ___ to the theatre?
 - are you go
 - do you go
 - not to sleep
 - sleeping
- I wish I ___ the saxophone.
 - could play
 - will play
 - can play
 - would play
- What ___ when he arrived?
 - did you
 - were you doing
 - you did
 - you were doing

- ✎ You've been resting all evening. You ___be tired.
- mustn't
 - may not
 - can't
 - have to
- ✎ ___ many books have you got?
- What
 - How
 - Which
 - Where
- ✎ I'm quite sure we will ___their team easily.
- win
 - beat
 - score
 - support
- ✎ I like your parlour very much. It's the ___ parlour I have ever seen.
- more tidiest
 - tidier
 - tidiest
 - most tidier
- ✎ Do you think we can buy this TV set? - Yes, we have___ money.
- too many
 - enough
 - not enough
 - too much
- ✎ I ___ to be a mechanic when I grow up.
- planning
 - would like
 - like
 - going to
- ✎ We should all stop___ the environment.
- breaking
 - wasting
 - closing
 - destroying
- ✎ Please can you ___ the application form for this project?
- write in
 - offer in

earn in

fill in

✎ I like ___ French food.

a

an

the

-

✎ It's important to ___ with people.

go wrong

take notice

have an argument

get along

✎ I suggest ___ to the cinema on Sunday.

to go

going on

going

that we went

✎ Have you ___ ridden a motorbike?

never

yet

just

ever

✎ Have you ___ somebody famous?

ever meet

never met

ever met

never meet

✎ A restaurant is a place ___ you eat food.

that

who

which

where

✎ It ___ be Adele over there. She's got much shorter hair.

may

must

might

can't

✎ I ___ at the hairdresser's every month.

- cut my hair
- my hair to be cut
- have my hair cut
- have cut my hair

✈ My cousin's very ___ - she always tells me what to do.

- ambitious
- easy-going
- bossy
- shy

✈ I've known Beth ___ ten years.

- for
- ago
- since
- ever

✈ When I came home, the children ___ to sleep.

- have already gone
- already went
- used to go
- had already gone

✈ Why couldn't you talk when I called you yesterday? What ___?

- were you doing
- did you do
- have you been doing
- did you use to do

✈ I hate reading ___. They are too long.

- short stories
- comics
- novels
- blogs

✈ He asked me ___ quiet.

- be
- to be
- was
- being

✈ Ann can't answer the phone. She ___ a shower.

- has
- have
- is going to have

- is having
- ✎ This is the woman ___ daughter won the tennis competition in May.
- which
 that
 whose
 what
- ✎ He said he ___ anything like that before.
- hasn't seen
 didn't see
 wasn't seeing
 hadn't seen
- ✎ Susan is 1.17 metres tall and Ann is 1.80 metres tall. Ann is ___ taller than Susan.
- by far
 little
 much
 more
- ✎ We had a serious argument but later we made___.
- up
 about
 in
 off
- ✎ The movie is going to start in a minute. Why don't you switch the TV___?
- up
 off
 on
 down
- ✎ I last went to the restaurant two months___.
- for
 since
 just
 ago
- ✎ I look awful. I need to___.
- cut it
 have cut my hair
 have my hair cut
 have to cut
- ✎ I ___glasses for 5 years.

- was wearing
- have been wearing
- am wearing
- wear

✈ Who ___ by?

- Mona Lisa painted
- was Mona Lisa painted
- painted Mona Lisa
- did paint Mona Lisa

✈ I ___ very shy when I was in kindergarten.

- used to be
- was being
- would be
- had been

✈ 'Do you want to stay?' he asked. - He asked me ___.

- do I go
- if I want to go
- if I wanted to stay
- do I want to go

✈ She's not at home. She ___ earlier.

- must leave
- must has left
- must have left
- must had left

✈ If I had known about the incident, I ___ you.

- would help
- would have help
- would have helped
- would have been helped

ΑΚΟΥΣΤΙΚΗ ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ

Αντιγράψτε τον ακόλουθο σύνδεσμο στο πρόγραμμα περιήγησής σας: <https://www.youtube.com/watch?v=xpmflnvro0A>

Ακούστε τα 3 σενάρια και απαντήστε στις ερωτήσεις.

1. ΣΕΝΑΡΙΟ 1:

✈ What is the person looking for?

➤ Where is the train station?

➤ Why is the person lost?

2. ΣΕΝΑΡΙΟ 2:

➤ Where does Carla work?

➤ Why does she enjoy her work?

➤ What does Pierre do in the design department?

➤ Which countries are Pierre and Carla from?

➤ How many months will Pierre be working within the association?

3. ΣΕΝΑΡΙΟ 3:

- Where is the director's office?

- How often does the general meeting take place?

- How long does it last?

- When do the activities start?

- How long is the lunch break?

ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΓΡΑΠΤΟΥ ΚΕΙΜΕΝΟΥ

Διαβάστε τη μαρτυρία ενός συμμετέχοντα που εργάστηκε εθελοντικά στο πλαίσιο του προγράμματος EU Aid Volunteers στην ιστοσελίδα της ADICE: <http://adice.asso.fr/en/news/testimonials/jac-eu-aid-volunteer-in-nepal/>

Απαντήστε στις παρακάτω ερωτήσεις

- Where did Jac volunteer and when did he start?

✈ What are the particularities of this country, geographically speaking?

✈ What happened in 2015? One correct answer.

- Terrorist attack
- Earthquake
- Military assault
- Snow storm

✈ What are the other climate disasters that the country often faces? Several correct answers.

- Flooding
- Heatwaves
- Hurricanes
- Droughts
- Landslides
- Storm

✈ Who did Jac work with during his volunteering experience?

✈ Name two missions that Jack had to carry out.



04

ΕΚΜΑΘΗΣΗ
ΓΛΩΣΣΩΝ

Συμβουλές για τη διευκόλυνση της εκμάθησης γλωσσών

Στόχοι αυτής της ενότητας:

Εδώ θα βρείτε μερικές συμβουλές για διαφορετικές μεθόδους και εργαλεία που θα διευκολύνουν ή θα ενισχύσουν την εκμάθηση μιας ξένης γλώσσας.

ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ ΚΑΙ ΕΦΗΜΕΡΙΔΕΣ

Αρχικά, η αφομοίωση μιας γλώσσας μπορεί να γίνει ατομικά, με παιγνιώδη τρόπο, διαβάζοντας εφημερίδες στην επιθυμητή γλώσσα ή αγοράζοντας βιβλία με ηχητικό περιεχόμενο:

- Μέθοδος ASSIMIL: ένα βιβλίο εκμάθησης με κατά μέσο όρο 100 μαθήματα
- www.bbc.com/ - www.vocable.fr
- www.theguardian.com/uk
- www.thetimes.co.uk/tto/news/
- www.economist.com/
- www.telegraph.co.uk/

ΙΣΤΟΤΟΠΟΙ ΚΑΙ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ

Οι ιστότοποι και τα διαδικτυακά μαθήματα μπορούν επίσης να αποτελέσουν έναν καλό τρόπο για την ανάπτυξη γλωσσικών δεξιοτήτων, αλλά συχνά δεν είναι δωρεάν. Μεταξύ αυτών μπορείτε να βρείτε:

- www.anglaisfacile.com
- www.learnissimo.com/fr/fr (επί πληρωμή)
- www.vocable.fr
- www.englishlearnerportal.com (επί πληρωμή)

ΆΛΛΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ

Παρακολουθήστε τηλεόραση και σειρές στα αγγλικά και ακούστε podcasts:

- 6 λεπτά αγγλικά (BBC)
- BBC sound
- Αγγλικά ως δεύτερη γλώσσα (ESL)
- Βίντεο με υπότιτλους: www.ted.com/talks

Επιλέξτε τη γλώσσα του κινητού τηλεφώνου/υπολογιστή στην επιθυμητή γλώσσα.

Online μεταφραστές:

- Linguee
- DeepL

Κατεβάστε εφαρμογές στο κινητό σας:

- ✈ Duolingo
- ✈ Clozemaster
- ✈ Wallstreet English
- ✈ Quizlet
- ✈ Mosalingua (με χρέωση)
- ✈ Babbel (επί πληρωμή)
- ✈ Εφαρμογή English Grammar in Use (επί πληρωμή)

Μάθετε τη φωνητική της επιθυμητής γλώσσας:

- ✈ Σεμινάρια στο Youtube (π.χ. <https://canal.uned.es/video/5a72fd91b111f741c8b4573>)

Το πιο σημαντικό είναι να μπορείτε να εκφράζεστε και να κατανοείτε τους άλλους ανθρώπους σε μια συζήτηση. Για να το πετύχετε αυτό, πρέπει να εξασκείτε στη γλώσσα χωρίς να φοβάστε να κάνετε λάθη. Το κυριότερο είναι να γίνεστε κατανοητοί και οι συνομιλητές σας θα σας διορθώνουν στην πορεία. Μια πολύ χρήσιμη μέθοδος είναι να συμμετέχετε σε συναντήσεις με νέους ξένους. Αυτή είναι μια εξαιρετική ευκαιρία να εξασκηθείτε άμεσα στη γλώσσα και να ξεπεράσετε τα εμπόδια της συστολής να μιλήσετε σε μια ξένη γλώσσα μπροστά σε άλλους:

- ✈ Γαλλία: www.esnlille.fr/
- ✈ Γαλλία: www.meetup.com/FRANGLISH-French-English-language-exchange-event-in-Lille/
- ✈ Γαλλία: www.lille.franGLISH.eu/en/home
- ✈ Ελλάδα: <https://esnthessaloniki.gr/>
- ✈ Ελλάδα: <https://www.couchsurfing.com/>
- ✈ Ελλάδα: <https://www.mylanguageexchange.com/>
- ✈ Ισπανία: <https://www.citylifemadrid.com/meet-speak-language-exchange-madrid/>
- ✈ Σλοβακία: <https://www.facebook.com/groups/BratislavaLEM> - Bratislava Language Exchange Meetings



05

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ

Οι στόχοι αυτής της ενότητας είναι:

- Να σας βοηθήσει να κατανοήσετε τη δραστηριότητά σας πριν από την αναχώρηση ή την έναρξη της αποστολής σας και καθ' όλη τη διάρκεια της υλοποίησής της.
- Να σας επιτρέψει να καθορίσετε τους στόχους, τους πόρους και τις δεξιότητες που πρέπει να εφαρμοστούν και να εντοπίσετε εκ των προτέρων τυχόν εμπόδια/δυσκολίες....
- Να επιτρέψει σε εσάς και στον υπεύθυνο της δραστηριότητάς σας, να ελέγξετε τις προϋποθέσεις (αποτελεσματικότητα των εργασιών που έχουν γίνει, επίπεδο ορισμού του σχεδίου κινητικότητας κ.λπ.).

ΟΔΗΓΙΕΣ ΚΑΙ ΠΡΑΚΤΙΚΑ ΖΗΤΗΜΑΤΑ

- Συμπληρώστε τον παρακάτω πίνακα με ακριβείς πληροφορίες και θέστε ρεαλιστικούς στόχους.
- Ξεκινήστε πριν από την έναρξη της εμπειρίας σας και συνεχίστε καθ' όλη τη διάρκεια της δραστηριότητάς σας.

<i>Τα πλεονεκτήματα & τα δυνατά μου σημεία</i>	<i>Γιατί νομίζω ότι είναι πλεονέκτημα ή δυνατό σημείο;</i>
<i>Οι φόβοι και οι προκλήσεις μου</i>	<i>Αιτιολογήστε κάθε απάντηση</i>

ΟΙ ΠΡΟΣΔΟΚΙΕΣ ΜΟΥ

Αιτιολογήστε την απάντησή σας για κάθε προτεινόμενη πρόταση. Μπορείτε επίσης να προσθέσετε κάποιες προσδοκίες που έχετε σχετικά με τη δραστηριότητά σας.

1. Τι περιμένω από τη δραστηριότητα; Πώς; Πότε; Είναι λογικό/επιτεύξιμο;

Τι	Πότε; (Σε ποιο σημείο της δραστηριότητας θα θέλατε να το εφαρμόσετε;)	Πώς; Ποια εργαλεία; Ποιες μέθοδοι;	Είναι λογικό/επιτεύξιμο;
Να υποστηρίξω τον οργανισμό υποδοχής να βελτιώσει τα εργαλεία / τις μεθόδους εργασίας του σε συγκεκριμένο τομέα/με δικαιούχους/τις τεχνικές ικανότητες του προσωπικού			
Να συμβάλλω στην επίτευξη αλλαγής στην τοπική κοινότητα σε έναν συγκεκριμένο τομέα και να επιφέρω θετικό αντίκτυπο.			
Περιμένω από όλους στον τομέα να λάβουν υπόψη τους την εμπειρία μου.			
Περιμένω ότι μετά από τη συμμετοχή μου σε αυτή τη δραστηριότητα θα βρω δουλειά πάνω στον τομέα μου.			
Αναμένω να αναπτύξω/ αποκτήσω ικανότητες που θα συμβάλουν στην επαγγελματική, αλλά και στην προσωπική μου ανάπτυξη.			
Δεν έχω καμία προσδοκία, απλά περιμένω να δω.			

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ

- **Είναι καλό να θέτετε κάποιους επαγγελματικούς και προσωπικούς στόχους**, αλλά θα πρέπει επίσης να είστε ανοιχτοί σε αλλαγές και ευέλικτοι.
- **Ορίστε SMART στόχους**, λαμβάνοντας επίσης υπόψη τους πόρους και την ικανότητα του οργανισμού και τη διάρκεια της δραστηριότητάς σας.
- **Η ευελιξία και η προσαρμοστικότητα** αείναι βασικές δεξιότητες σε ένα ευρωπαϊκό ή σε ένα διεθνές σχέδιο.

2. Τι περιμένω από τον οργανισμό φιλοξενίας μου:

Προσωπικά

Επαγγελματικά

ΠΩΣ ΒΛΕΠΩ ΤΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΜΟΥ



Η πλήρης ενσωμάτωση στη χώρα και στον οργανισμό υποδοχής στο πεδίο ή κατά τη διάρκεια μιας υβριδικής και εικονικής κινητικότητας, η επίτευξη της πλήρους προσοχής των δικαιούχων και των ενδιαφερομένων μερών απαιτεί χρόνο...

Παρόλο που οι συμμετέχοντες είναι πολύ ικανοί και έχουν κίνητρα κατά την άφιξη ή κατά την έναρξη της δραστηριότητας, δεν είναι εύκολο να εργαστούν αποτελεσματικά και να έχουν αποτελέσματα κατά τη διάρκεια των πρώτων εβδομάδων μετά την άφιξη ή την έναρξη.

Η συμβουλή μας είναι να ξεκινήσετε το έργο σας βήμα προς βήμα: παρατηρήστε, συμμετέχετε, προτείνετε, αναλάβετε την ευθύνη.

Είναι σημαντικό να καταλάβετε:

- Πώς δουλεύουν όλοι,
- Τους πόρους και το δυναμικό του οργανισμού,
- Τις ανάγκες και τι μπορείτε να προσφέρετε από την άποψη εργαλείων, μεθόδων, προστιθέμενης αξίας στα υπάρχοντα.

Από την άλλη πλευρά, ο μέντοράς σας και οι συνάδελφοί σας πρέπει να μάθουν να συνεργάζονται μαζί σας και να κατανοήσουν πώς να αξιοποιούν την εμπειρία και τις ικανότητές σας.

Θα πρέπει επίσης να κερδίσετε την εμπιστοσύνη τους, καθώς και των δικαιούχων.

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

1. Τι είδους δεξιότητες θα θέλατε να αναπτύξετε;

Τι	Πώς
Τεχνικές ικανότητες σε έναν συγκεκριμένο τομέα (περιβάλλον, υγεία, παιδαγωγική κ.α.)	
Διαχειριστικές ικανότητες (υλοποίηση έργων, διαχείριση κεφαλαίων, αξιολόγηση και παρακολούθηση, εταιρικές σχέσεις..)	
Σχισιακές ικανότητες (διπλωματία, διαχείριση διαπολιτισμικών θεμάτων, ομαδική εργασία..) competences	
Προσωπικές ικανότητες (αυτονομία, προσαρμοστικότητα, ευελιξία..)	
Άλλο	

2. Τι είδους ικανότητες θα μπορούσατε να φέρετε στον οργανισμό υποδοχής;

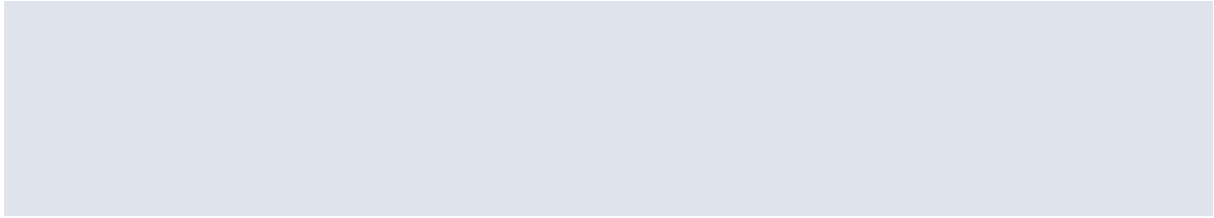
<p>Τεχνικές ικανότητες</p>	<input type="checkbox"/> Παιδαγωγική <input type="checkbox"/> Περιβάλλον <input type="checkbox"/> Υγεία <input type="checkbox"/> Άλλο
<p>Διαχειριστικές ικανότητες</p>	<input type="checkbox"/> Υλοποίηση σχεδίων <input type="checkbox"/> Εύρεση πόρων <input type="checkbox"/> Αξιολόγηση και παρακολούθηση <input type="checkbox"/> Επίλυση προβλημάτων <input type="checkbox"/> Άλλο
<p>Σχισιακές ικανότητες</p>	<input type="checkbox"/> Διπλωματία <input type="checkbox"/> Διαχείριση διαπολιτισμικών ζητημάτων <input type="checkbox"/> Εργασία σε ομάδα <input type="checkbox"/> Διαχείριση ανθρωπίνου δυναμικού <input type="checkbox"/> Άλλο
<p>Δικτύωση</p>	<p>Μπορώ να φέρω νέους εταίρους που:</p> <input type="checkbox"/> μπορούν να υποστηρίξουν τον οργανισμό με πόρους (δωρεές, ρούχα, φαγητό...) <input type="checkbox"/> -//- εργαλεία <input type="checkbox"/> -//- μεθοδολογία <input type="checkbox"/> μπορούν να συμπεριληφθούν στην υποβολή προτάσεων <input type="checkbox"/> άλλο
<p>Προσωπικές ικανότητες</p>	<input type="checkbox"/> αυτονομία <input type="checkbox"/> προσαρμοστικότητα <input type="checkbox"/> ευελιξία <input type="checkbox"/> θετική σκέψη <input type="checkbox"/> κίνητρα και δέσμευση <input type="checkbox"/> άλλο

Άλλο :

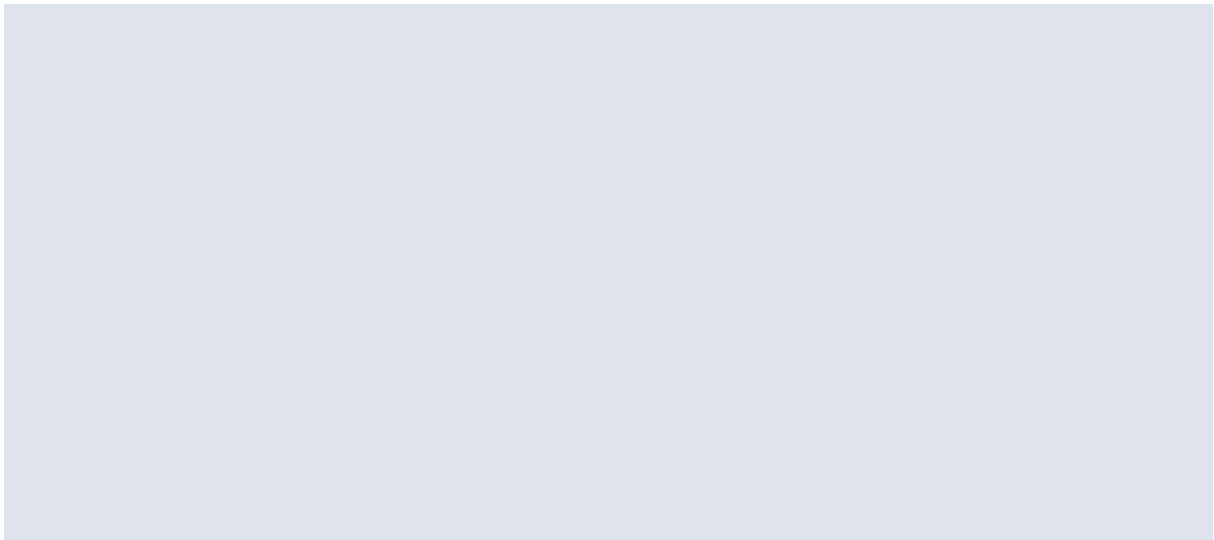
ΠΩΣ ΘΑ ΜΕ ΩΦΕΛΗΣΕΙ Η ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ (Αναφέρετε 3 στοιχεία σε κάθε ενότητα)

1. Όσον αφορά την επαγγελματική μου σταδιοδρομία

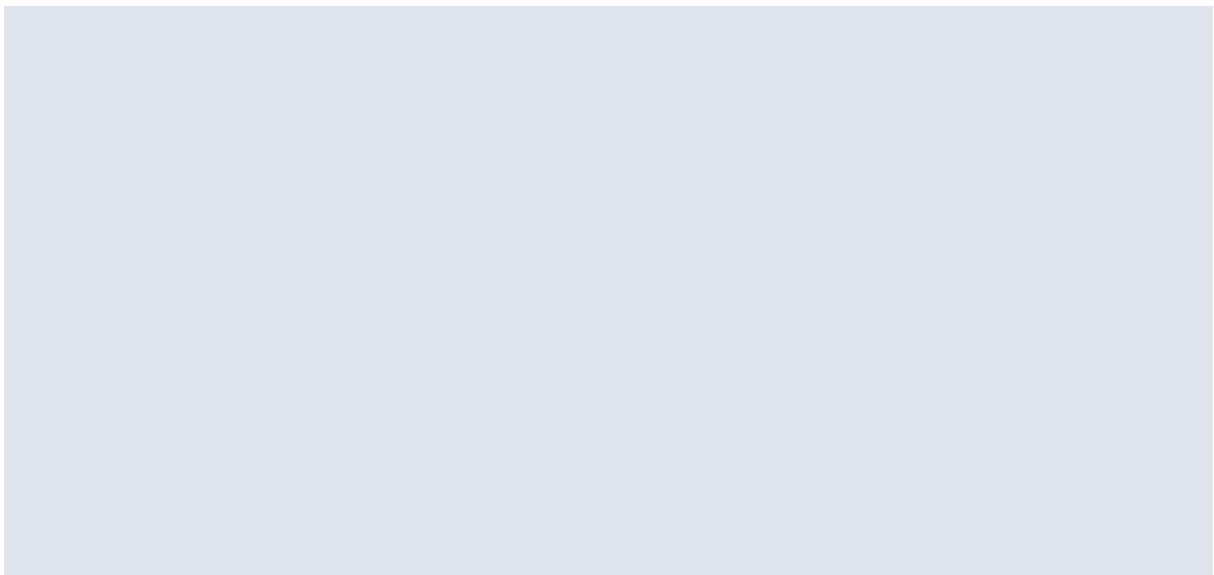
2. Προσωπικά



3. Κοινωνικά / σε επίπεδο σχέσεων



4. Πώς μπορώ να αξιοποιήσω αυτή την εμπειρία όταν επιστρέψω;



ΑΣΚΗΣΗ

Αφιερώστε λίγα λεπτά και συμπληρώστε αυτά τα φύλλα αυτοαξιολόγησης.
Πόσες φορές χρησιμοποιήσατε αυτές τις ικανότητες σας στην προηγούμενη εργασιακή/ εθελοντική σας εμπειρία;



06

ΧΩΡΑ

Χώρα

Στόχοι αυτής της ενότητας

- Στόχος της είναι να σας βοηθήσει να εξοικειωθείτε με το τοπικό πλαίσιο, εκτός από την παροχή γενικών πληροφοριών για τη χώρα.
- Σας ζητά να διεξάγετε έρευνα που θα σας βοηθήσει να κατανοήσετε την ιδιαίτερη πραγματικότητα της χώρας (καθημερινή ζωή των κατοίκων, κοινωνιολογία, διοικητική οργάνωση κ.λπ.). Οδηγίες και Πρακτικά Θέματα
- Επιλέξτε τις πιο χρήσιμες και συναφείς πληροφορίες που αφορούν τη συμμετοχή σας στο σχέδιο κινητικότητας (αυτό δεν σημαίνει απλή αντιγραφή/επικόλληση πληροφοριών που βρίσκονται στο Διαδίκτυο), αλλά να εξετάσετε διάφορες πηγές και να επιλέξετε τις πιο συναφείς για το σκοπό σας και τις δικές σας γνώσεις.

Πώς να συμπληρώσετε αυτό το φύλλο;

Βρείτε πληροφορίες σχετικά με τη χώρα στην οποία βρίσκεται ο οργανισμός υποδοχής σας. Μπορείτε να βρείτε αυτές τις πληροφορίες σε ειδικούς ιστότοπους ή παρακολουθώντας βίντεο σχετικά με τις επιχειρήσεις και την ιστορία της χώρας. Ακολουθούν μερικά παραδείγματα:

- Γαλλική ιστορία σε 5 λεπτά: <https://www.youtube.com/watch?v=EQiUUicibVs>
- Γαλλική ιστορία σε 20 λεπτά: <https://www.youtube.com/watch?v=W2l4rc7qCOI>
- Ισπανική ιστορία σε 15 λεπτά: <https://www.youtube.com/watch?v=9oH1JvKT5tl>
- Οι περιφέρειες της Ισπανίας: <https://www.youtube.com/watch?v=Md5-ANncZpM>
- Σλοβακική γλώσσα: <https://www.youtube.com/channel/UCk7ro4LZpiuXoEhLjVE8mRg>
- Σλοβακική ιστορία: <https://www.youtube.com/watch?v=F8H5leOg1Ro>
- Τι να επισκεφθείτε στη Σλοβακία: <https://www.youtube.com/watch?v=vajloVdWsLc>
- Παρουσιάζοντας την Ελλάδα: <https://www.youtube.com/watch?v=VqtAhvsdc-c>
- Αρχαία Ελλάδα σε 18 λεπτά: <https://www.youtube.com/watch?v=gFRxmi4uCGo>

ΕΙΚΟΝΙΚΗ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑ;

- Ακόμη και αν πρόκειται να πραγματοποιήσετε μια εντελώς εικονική κινητικότητα, θα είναι σημαντικό να γνωρίζετε τη χώρα στην οποία βρίσκεται ο οργανισμός υποδοχής.
- Πράγματι, η καλύτερη κατανόηση της κουλτούρας, των εργασιακών συνηθειών και των κατοίκων της χώρας, θα είναι ένα πραγματικό πλεονέκτημα για όλες τις δραστηριότητες που θα θέλατε να οργανώσετε κατά τη διάρκεια της εικονικής κινητικότητάς σας.

ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗ ΧΩΡΑ:

Συμπληρώστε τις πληροφορίες σας απαντώντας στις ακόλουθες ερωτήσεις:

- Ποιοι είναι οι κυριότεροι πόροι, τα δυνατά σημεία της χώρας;
- Ποια είναι τα κυριότερα προβλήματα/προκλήσεις της χώρας;
- Κύριοι κίνδυνοι στη χώρα και πώς θα μπορούσατε να τους μετριάσετε;

ΠΟΙΕΣ ΕΙΝΑΙ ΟΙ ΠΙΟ ΣΥΝΗΘΙΣΜΕΝΕΣ ΠΡΟΚΑΤΑΛΗΨΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗ ΧΩΡΑ;

- Πώς να αποφύγετε τη σκέψη του "σωτήρα" και να μετριάσετε τα στερεότυπα;
- Έχετε προκαταλήψεις για τη χώρα αυτή; Από πού τις πήρατε;
- Αναφέρετε τρία θετικά στοιχεία της χώρας υποδοχής σας, που την κάνουν "διαφορετική".

ΤΑ ΚΥΡΙΑ ΙΔΙΑΙΤΕΡΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΤΗΣ ΠΕΡΙΟΧΗΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΤΟΠΙΚΗΣ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑΣ ΟΠΟΥ ΘΑ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΘΕΙ Η ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΜΟΥ:

ΣΥΝΘΗΚΕΣ ΖΩΗΣ ΚΑΙ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Ακολουθούν οι κύριες ερωτήσεις που πρέπει να θέσετε στον οργανισμό που σας φιλοξενεί για να αποφύγετε μελλοντικές συγκρούσεις ή απογοητεύσεις. Τι να ελέγξετε με τον οργανισμό υποδοχής σας (HO) κατά τη διάρκεια μιας βιντεοσκοπημένης συνάντησης:

1. Πρακτικές λεπτομέρειες

Ρυθμίσεις άφιξης: Προτιμώμενες ημερομηνίες άφιξης/κάποιες ημερομηνίες που πρέπει να αποφευχθούν;

Η μεταφορά από τη χώρα προέλευσης στη χώρα υποδοχής / η μεταφορά από το αεροδρόμιο στο κατάλυμα. Παρακαλείστε να αναφέρετε το όνομα και το τηλέφωνο επικοινωνίας του ατόμου που θα σας περιμένει στο αεροδρόμιο/στο σιδηροδρομικό σταθμό/στο σταθμό λεωφορείων. Ενδεχομένως, ζητήστε και μια φωτογραφία (αριθμός κινητού τηλεφώνου - WhatsApp;)

VISA: διαδικασίες για την έκδοση άδειας εισόδου (VISA) - απαιτούμενα/προσκομιζόμενα έγγραφα. Υπάρχουν βήματα που πρέπει να ακολουθηθούν ή εγγραφές που πρέπει να γίνουν κατά την άφιξη στη χώρα; Εάν ναι, ποια είναι τα απαραίτητα έγγραφα.

Εμβολιασμός: Απαιτείται(-ούνται) εμβολιασμός(-οί) για την είσοδο στη χώρα;

Όσον αφορά το τηλεφωνικό πακέτο, ξέρετε τι είναι καλύτερο να κάνετε; Θα παρέχεται κινητό τηλέφωνο/κάρτα SIM; Μπορώ να αγοράσω μία από το αεροδρόμιο;

2. Διαμονή

Τύπος του καταλύματος που παρέχεται (σπίτι, διαμέρισμα, ξενώνας...), μονόκλινο, κοινόχρηστο με άλλους διεθνείς εθελοντές/ ντόπιους εθελοντές/ ασκούμενους/ άλλα μέλη του προσωπικού/ οικογένεια υποδοχής. Ποιοι είναι οι κανόνες διαμονής (εάν πρόκειται να ζήσετε στη χώρα υποδοχής); Εξοπλισμός και εγκαταστάσεις (διαδίκτυο, πετσέτες, σεντόνια, ψυγείο, πλυντήριο ρούχων...), τοποθεσία/διεύθυνση, μέσα μεταφοράς και στάσεις για να πάτε από το σπίτι στο αεροδρόμιο/σταθμό τρένου/γραφείο/πεδίο.

3. Γραφείο

Ποιες είναι οι συνθήκες εργασίας (ώρες εργασίας, ρεπό, αργίες/επιβαλλόμενες διακοπές, υπολογιστής, διαδίκτυο κ.λπ.);

4. Άλλες τοποθεσίες όπου πρέπει να εκτελέσω δραστηριότητες (στο πεδίο)

5. Μετακίνηση

Μηνιαίο πάσο, μετακινήσεις με τα πόδια, ταξί, ποδήλατο....

6. Από μέρα σε μέρα

Εποχές και καιρός ... τι να φέρω μαζί μου, νόμοι και κανονισμοί (κατανάλωση αλκοόλ σε δημόσιους χώρους...), κόστος ζωής και φτηνά μέρη για να αγοράσω φαγητό...

7. Ασφάλεια στη χώρα

Πώς είναι η επικινδυνότητα στη χώρα; (Δρόμοι; Επικίνδυνες ζώνες; Κτλ)

8. Δραστηριότητα, Ρόλος και Αρμοδιότητες

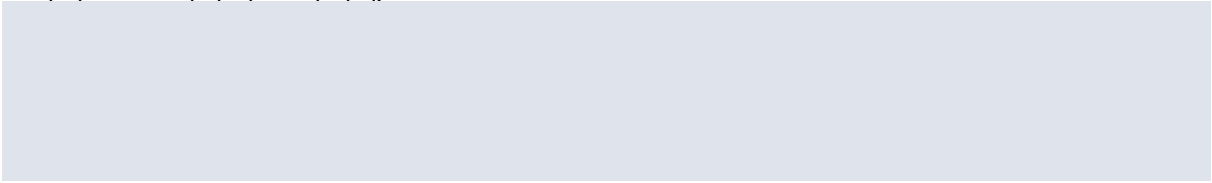
Οργάνωση υποδοχής (τοποθεσία, στόχος, οργανόγραμμα όταν είναι δυνατόν, έργα, τρόπος λήψης αποφάσεων).

Ο ρόλος και οι αρμοδιότητές σας: ποια θα είναι η αποστολή και οι πρώτες δραστηριότητές σας;

Δικαιούχοι με τους οποίους θα συνεργαστείτε - σε ποιους θα έχει άμεσο ή έμμεσο αντίκτυπο η δραστηριότητά σας;

Πόροι: ποιοι πόροι είναι διαθέσιμοι για το έργο στο οποίο θα εμπλακείτε - οι προγραμματισμένες δραστηριότητές σας.

Δίκτυο: συμμετέχει ο οργανισμός σε κάποιο δίκτυο; Πώς θα μπορούσατε να συνεργαστείτε με διάφορα ενδιαφερόμενα μέρη;



ΕΙΚΟΝΙΚΗ/ΥΒΡΙΔΙΚΗ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑ

- **Μην ξεχνάτε την εμπιστευτικότητα.** Όλα τα δεδομένα που λαμβάνετε μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου (ή άλλου καναλιού) και σχετίζονται με τους οργανισμούς και τα άτομα του προγράμματος, πρέπει να διατηρούνται σε ασφαλές περιβάλλον κατά τη διάρκεια και μετά την εμπειρία κινητικότητας!



07

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

Δεξιότητες

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΣΤΗ ΜΗΤΡΙΚΗ ΓΛΩΣΣΑ

	ΠΟΤΕ	ΜΕΡΙΚΕΣ ΦΟΡΕΣ	ΣΥΧΝΑ	ΠΟΛΥ ΣΥΧΝΑ
1. Αίσθηση της σχέσης με τους πελάτες/το κοινό				
2. Δημόσια ομιλία				
3. Διαπραγμάτευση με πελάτες/κοινό				
4. Ικανότητα διαχείρισης μιας συζήτησης				
5. Προσαρμογή της γλώσσας ανάλογα με το πλαίσιο (επίσημη, καθομιλουμένη, ανεπίσημη)				

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΣΕ ΞΕΝΕΣ ΓΛΩΣΣΕΣ

1. Ομιλία μιας ξένης γλώσσας				
2. Κατανόηση μιας ξένης γλώσσας				
3. Συγγραφή σε ξένη γλώσσα				
4. Ικανότητα χρήσης τεχνικής γλώσσας ανάλογα με τον τομέα εργασίας				
5. Γνώση λεξιλογίου, γραμματικής και γλώσσας				
6. Ικανότητα κατανόησης και ερμηνείας εννοιών, συναισθημάτων, γεγονότων ή απόψεων σε προφορική μορφή				
7. Ικανότητα κατανόησης και ερμηνείας εννοιών, συναισθημάτων, γεγονότων ή απόψεων σε γραπτή μορφή				
8. Ικανότητα προφορικής έκφρασης εννοιών, συναισθημάτων, γεγονότων ή απόψεων				
9. Ικανότητα έκφρασης εννοιών, συναισθημάτων, γεγονότων ή απόψεων σε γραπτή μορφή				

ΜΑΘΗΜΑΤΙΚΗ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΒΑΣΙΚΕΣ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ ΣΤΗΝ ΕΠΙΣΤΗΜΗ ΚΑΙ ΤΗΝ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑ

1. Ικανότητα μεταρτοπής συναλλάγματος και υπολογισμού καθημερινών εξόδων				
2. Ικανότητα διαχείρισης καθημερινών εξόδων και προϋπολογισμού				
3. Ικανότητα ανάλυσης των κινδύνων που σχετίζονται με τις αποφάσεις σας				
4. Ικανότητα σχεδιασμού προϋπολογισμού για μια συγκεκριμένη δράση				

ΨΗΦΙΑΚΕΣ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

1. Χρήση συγκεκριμένου λογισμικού				
2. Υλοποίηση τεχνολογικής παρακολούθησης				
3. Κατάκτηση της ψηφιακής σας ταυτότητας				
4. Γνώση χρήσης μέσων κοινωνικής δικτύωσης				
5. Γνώσεις προγραμματισμού				
6. Γνώσεις δημιουργίας ιστοσελίδων				
7. Ικανότητα δημιουργίας περιεχομένου πολυμέσων (βίντεο, φωτογραφίες, επεξεργασία, ήχος)				

ΜΕΤΑΓΝΩΣΤΙΚΗ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑ

1. Επιθυμία εμπλουτισμού των γνώσεων				
2. Ικανότητα να μαθαίνετε ανεξάρτητα				
3. Διαμοιρασμός και μετάδοση γνώσεων				
4. Εντοπισμός των δικών σας λαθών και ορίων				
5. Να είστε σε θέση να εκτελείτε καθήκοντα πέρα από αυτά που μάθατε στο σχολείο				

ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΚΕΣ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

	ΠΟΤΕ	ΜΕΡΙΚΕΣ ΦΟΡΕΣ	ΣΥΧΝΑ	ΠΟΛΥ ΣΥΧΝΑ
1. Ικανότητα να ακούτε και να συγκεντρώνετε ιδέες για να πάρετε μια κοινή απόφαση				
2. Ικανότητα εργασίας σε διεθνές/διαπολιτισμικό πλαίσιο				
3. Κατανόηση και σεβασμός κανόνων				
4. Διαχείριση δραστηριοτήτων σε συνεργασία με διάφορα ενδιαφερόμενα μέρη				
5. Ικανότητα εμπλοκής άλλων ανθρώπων και δημιουργίας ενθουσιασμού για κοινούς στόχους				
6. Ανάπτυξη περιβάλλοντος αμοιβαίας εμπιστοσύνης				
7. Συμμετοχή όλων των μελών της ομάδας στη διαδικασία λήψης αποφάσεων				
8. Συνέπεια				
9. Ανοιχτό μυαλό				
10. Ανεκτικότητα				
11. Δημιουργία και διαχείριση κοινωνικών σχέσεων σε διάφορα πλαίσια				
12. Περιέργια				
13. Ευελιξία				
14. Οργανωτικότητα				

ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗ ΣΥΝΕΙΔΗΣΗ ΚΑΙ ΕΚΦΡΑΣΗ

1. Σεβασμός και επίγνωση πολιτισμικών διαφορών και αποτελεσματική συνεργασία με άτομα από διάφορα κοινωνικά και πολιτισμικά υπόβαθρα.				
2. Ανεκτικότητα και ανοιχτό μυαλό απέναντι σε διαφορετικές ιδέες και αξίες.				
3. Χρήση κοινωνικών και πολιτισμικών διαφορών για τη δημιουργία νέων ιδεών και την αύξηση της καινοτομίας και της ποιότητας της εργασίας σας.				

ΑΙΣΘΗΜΑ ΠΡΩΤΟΒΟΥΛΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΧΕΙΡΗΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ

1. Οργανωτικότητα				
2. Ικανότητα θέσης προτεραιοτήτων				
3. Επίγνωση του πώς να προσαρμόζεστε σε διαφορετικές καταστάσεις				
4. Ικανότητα να εργάζεστε ανεξάρτητα				
5. Αίσθημα ευθύνης				
6. Ικανότητα συμμόρφωσης με τις εντολές ενός προϊσταμένου προσώπου.				
7. Ικανότητα μετατροπής των ιδεών σε πράξη				
8. Ικανότητα σχεδιασμού και υλοποίησης μια δραστηριότητας				
9. Ικανότητα υποβολής ενός σχεδίου προς υλοποίηση				
10. Παρακολούθηση της υλοποίησης ενός σχεδίου				
11. Έλεγχος και παρακολούθηση της δράσης των εταίρων				
12. Αξιολόγηση ενός σχεδίου				
13. Ικανότητα τήρησης χρονοδιαγράμματος και προθεσμιών				
14. Ικανότητα χειρισμού και ανάθεσης καθηκόντων και ευθυνών				
15. Αντιμετώπιση και διαχείριση αλλαγών				



08

Ευρωπαϊκή Ένωση,
Ιθαγένεια &
Οικολογική Υπευθυνότητα

Ευρωπαϊκή Ένωση, Ιθαγένεια & Οικολογική Υπευθυνότητα

ΣΤΟΧΟΙ ΚΑΙ ΟΔΗΓΙΕΣ

Οι στόχοι αυτής της ενότητας είναι:

- Να σας βοηθήσει να κατανοήσετε το ρόλο της Ευρωπαϊκής Ένωσης και τις αρχές της.
- Να κατανοήσετε το καθεστώς του "ευρωπαϊού πολίτη" μέσω της έρευνας και των δικών σας γνώσεων.
- Επιλέξτε τις πιο χρήσιμες και σχετικές πληροφορίες σχετικά με το τι εφαρμόζει η χώρα υποδοχής όσον αφορά τη βιώσιμη ανάπτυξη. Δεν πρόκειται για αντιγραφή και επικόλληση πληροφοριών που βρίσκονται στο Διαδίκτυο, αλλά για εξέταση διαφορετικών πηγών και επιλογή των πιο σχετικών.

Όροι και προϋποθέσεις:

- Χρησιμοποιήστε τις γνώσεις σας και τις πρακτικές σας για να απαντήσετε στις ερωτήσεις
- Μπορείτε να βρείτε κάποιες από τις απαντήσεις στην ιστοσελίδα της Ευρωπαϊκής Ένωσης: https://european-union.europa.eu/index_el

ΜΕΡΟΣ 1: ΟΡΙΣΜΕΝΕΣ ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΝΩΣΗ

- Τι είναι η Ευρωπαϊκή Ένωση;

- Πώς λειτουργεί η Ευρωπαϊκή Ένωση;

- Βρείτε 3 βασικά στοιχεία για τη δημιουργία της ΕΕ.

✈ Απαντήστε στις ακόλουθες ερωτήσεις:

<i>Ερωτήσεις</i>	<i>Απαντήσεις</i>
Ποιες είναι οι ιδρυτικές χώρες της ΕΕ;	
Ποια είναι τα διάφορα σύμβολα της ΕΕ;	
Πόσες χώρες μέλη έχει η ΕΕ;	
Ποια είναι η ημέρα της Ευρώπης;	
Ποιος/α είναι ο/η σημερινός/ή πρόεδρος του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου;	

✈ Ποιες χώρες είναι υποψήφιες για ένταξη στην ΕΕ;

✈ Ποιο είναι το νόμισμα της ΕΕ; Τι σημαίνει για εσάς;

ΜΕΡΟΣ 2: ΙΘΑΓΕΝΕΙΑ ΣΤΗΝ ΕΥΡΩΠΗ

- ✈ Τι σημαίνει να είσαι Ευρωπαίος πολίτης; Ποιος μπορεί να θεωρηθεί ευρωπαίος πολίτης;

- ✈ Ποια είναι τα πολιτικά δικαιώματα ενός ευρωπαίου πολίτη;

- Δικαίωμα του να ταξιδεύουν
- Δικαίωμα του να πετούν
- Δικαίωμα διαμονής
- Δικαίωμα στην εργασία
- Δικαίωμα στις σπουδές
- Δικαίωμα να κάνουν ό,τι θέλουν
- Δικαίωμα εκλογής σε δημοτικές και βουλευτικές εκλογές
- Δικαίωμα σε νομικές εγγυήσεις
- Δικαίωμα να μην τηρούν τους νόμους που δεν εφαρμόζονται στην Ελλάδα
- Δικαίωμα ψήφου

ΜΕΡΟΣ 3: ΑΕΙΦΟΡΟΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΚΑΙ ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΗ ΥΠΕΥΘΥΝΟΤΗΤΑ

Βιώσιμη ανάπτυξη είναι "η ανάπτυξη που ικανοποιεί τις ανάγκες του παρόντος χωρίς να θέτει σε κίνδυνο την ικανότητα των μελλοντικών γενεών να ικανοποιήσουν τις δικές τους ανάγκες", απόσπασμα από την κ. Gro Harlem Brundtland, πρωθυπουργό της Νορβηγίας (1987).

Η βιώσιμη ανάπτυξη και η οικολογική υπευθυνότητα είναι θέματα που πρέπει να λαμβάνονται υπόψη κατά τη διάρκεια μιας διεθνούς κινητικότητας, προκειμένου να υπάρχει μια υπεύθυνη συμπεριφορά που δεν βλάπτει τον πλανήτη και τους άλλους.

1. Μικρό κουίζ για την Ευρώπη και τη βιώσιμη ανάπτυξη:

- ✈ Ποια ευρωπαϊκή χώρα παράγει 100% πράσινη ηλεκτρική ενέργεια από ανανεώσιμες πηγές ενέργειας;
 - Ισλανδία
 - Πολωνία
 - Ισπανία
 - Ελλάδα
- ✈ Στο πλαίσιο του ευρωπαϊκού σχεδίου ανάκαμψης, ποιο ποσοστό των δαπανών αφιερώνεται στους περιβαλλοντικούς στόχους της ΕΕ;
 - 4 %
 - 37 %
 - 90 %
 - 100 %

- ✈ Ποιο κράτος μέλος της ΕΕ έχει καταστήσει τις δημόσιες συγκοινωνίες του εντελώς δωρεάν έως το 2020;
 - Γαλλία
 - Βέλγιο
 - Κροατία
 - Λουξεμβούργο

- ✈ Κάθε 5 χρόνια, η ΕΕ θέτει στόχους για την ανακύκλωση. Δύο χώρες, ευρωπαϊκές ηγέτιδες στη διαλογή αποβλήτων, έχουν ήδη επιτύχει τον στόχο του 2025. Πρόκειται για τις εξής χώρες:
 - Ρουμανία και Μάλτα
 - Πολωνία και Ολλανδία
 - Βουλγαρία και Σουηδία
 - Γερμανία και Αυστρία

2. Οικολογική υπευθυνότητα:

Στην καθημερινή ζωή

- ✈ Ποιες οικολογικές δράσεις υιοθετείτε στην καθημερινή σας ζωή;

Κατά τη διάρκεια της κινητικότητάς σας:

- ✈ Πώς οργανώνει η χώρα υποδοχής σας τη διαχείριση των αποβλήτων; Υπάρχει σύστημα διαχωρισμού των αποβλήτων;

- ✈ Ποιες είναι οι πράξεις οικολογικής ευθύνης που εφαρμόζει ο τοπικός πληθυσμός;

- ✈ Τι μπορείτε να κάνετε για να διαχειριστείτε το (ρυπογόνο) γραμματοκιβώτιό σας με οικολογικό τρόπο;

Πράσινη μετακίνηση:

- ✈ Ποιοι είναι οι διάφοροι τύποι "πράσινης μετακίνησης", οι οποίοι αποκαλούνται επίσης "ήπιες" μεταφορές;
 - Αεροπλάνο
 - Αυτοκίνητο
 - Τρένο
 - Ποδήλατο
 - Περπάτημα
 - Τραμ
 - Μετρό
 - Κοινή χρήση αυτοκινήτου
 - Λεωφορείο
 - Πατίνι
 - Ηλεκτρικό πατίνι
 - Άλλο

- ✈ Ποιοι είναι οι διάφοροι τύποι "πράσινης μετακίνησης" στη χώρα/πόλη υποδοχής σας;

- ✈ Βρείτε 3 θετικές και 3 αρνητικές πτυχές της "πράσινης μετακίνησης":



09

**ΚΟΥΙΖ
ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ**

Κουίζ υγείας και ασφάλειας

ΣΤΟΧΟΙ ΚΑΙ ΟΔΗΓΙΕΣ

Οι στόχοι αυτής της ενότητας είναι:

- Να κατανοήσετε τους κανονισμούς ασφαλείας που πρέπει να τηρούνται στη χώρα υποδοχής σας.
- Να κατανοήσετε τους κινδύνους και τα προληπτικά μέτρα που σχετίζονται με την υγεία και την ασφάλειά σας κατά τη διάρκεια του σχεδίου κινητικότητας.
- Να βεβαιωθείτε ότι έχετε κατανοήσει όλες τις πληροφορίες που περιέχονται στο χάρτη αξιών και στον οδηγό ασφαλείας.

Όροι και προϋποθέσεις:

- Διαβάστε προσεκτικά τον οδηγό ασφαλείας και κρατήστε σημειώσεις για τις πιο σημαντικές πληροφορίες.
- Να γνωρίζετε τους όρους και τις προϋποθέσεις του ασφαλιστήριου συμβολαίου σας.

ΜΕΡΟΣ 1 - ΕΠΙΣΗΜΕΣ ΚΑΙ ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΕΣ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΕΣ

- Σε ποιον ιστότοπο πρέπει να εγγραφώ για να ενημερώσω την πρεσβεία της χώρας μου για τις ημερομηνίες της αποστολής μου στο εξωτερικό;

- Ποιον πρέπει να ενημερώσω για την παρουσία μου όταν φτάσω εκεί; Πού πρέπει να κάνω check in;
 - Τοπικές αρχές
 - Μητρώο πολιτών της χώρας μου εγκατεστημένων εκτός αυτής
 - Προξενείο/πρεσβεία της χώρας μου
- Μπορώ να υποβάλω αίτηση σε διαφορετική πρεσβεία από αυτή της χώρας μου;
 - Ναι, σε οποιασδήποτε
 - Όχι, μόνο σε αυτή της χώρας μου
 - Ναι, αλλά μόνο στις πρεσβείες κρατών-μελών της Ευρωπαϊκής Ένωσης
- Σε περίπτωση προβλημάτων ασφαλείας, τι πρέπει να κάνω;
 - Να πάρω το πρώτο αεροπλάνο και να γυρίσω στη χώρα μου.
 - Να επικοινωνήσω με την πρεσβεία και να ακολουθήσω τις επίσημες οδηγίες.
 - Να επικοινωνήσω και να ενημερώσω τους οργανισμούς υποδοχής και αποστολής.

ΜΕΡΟΣ 2 - ΠΡΟΣΩΠΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ

- ✈ Σε ποιον ιστότοπο μπορείτε να αναζητήσετε ειδήσεις και σημαντικές πληροφορίες για τη χώρα υποδοχής σας;
 - ΜΜΕ (τοπικές και διεθνείς εφημερίδες, τηλεοπτικά κανάλια κ.λπ.)
 - Στην ενότητα "Συμβουλές προς ταξιδιώτες" στον ιστότοπο του Υπουργείου Εξωτερικών
 - Στην ιστοσελίδα τοπικού τουριστικού γραφείου, ταξιδιωτικοί οδηγοί (Le Routard, Lonely Planet κ.λπ.)
- ✈ Πώς να προετοιμάσετε καλά την αποστολή σας;
 - Επικοινωνήστε με έναν πρώην συμμετέχοντα
 - Συζητήστε με τον/την υπεύθυνο του σχεδίου ή τον/τη μέντορα του οργανισμού υποδοχής
 - Κάνε ερωτήσεις στο συντονιστή/στη συντονίστριά σου
- ✈ Τι μπορείτε να κάνετε για να διατηρείτε τον εαυτό σας ασφαλή σε καθημερινή βάση;
 - Να μείνετε σε επαφή (μέσω email και τηλεφώνου)
 - Να περιμένετε να επικοινωνήσει κάποιος μαζί σας
 - Να απαντήσετε σε ερωτηματολόγια παρακολούθησης προόδου
- ✈ Η μη τήρηση των μέτρων ασφαλείας για τον εαυτό μου και τους άλλους μπορεί να οδηγήσει σε...
 - Μείωση του ποσού που λαμβάνετε
 - Απαγόρευση συμμετοχής ξανά σε κάποια αποστολή μετά το τέλος της αποστολής σας
 - Άμεσο και μονιμο τερματισμό της κινητικότητας
- ✈ Πώς μπορώ να προωθήσω την ένταξή μου στη χώρα υποδοχής; (**Εικονική κινητικότητα**;
Η ερώτηση είναι: Πώς μπορώ να προωθήσω την ένταξή μου στον οργανισμό υποδοχής και να προσαρμοστώ στην τοπική χώρα εξ αποστάσεως;)

ΜΕΡΟΣ 3 - ΠΟΛΙΤΙΚΟΙ ΚΙΝΔΥΝΟΙ ΚΑΙ ΚΙΝΔΥΝΟΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

- ✈ Αναφέρετε τις διάφορες εθνοτικές ομάδες που υπάρχουν στη χώρα. Υπάρχει κίνδυνος εθνοτικών συγκρούσεων;

- ✈ Ποιες θρησκείες ασκούνται; Υπάρχει κίνδυνος θρησκευτικών συγκρούσεων;

- ✈ Πώς μπορώ να προσαρμόσω τη συμπεριφορά μου στο πλαίσιο της χώρας υποδοχής; (κουλτούρα, θρησκεία, πολιτικό καθεστώς, κοινωνία κ.λπ.)

- ✈ Υπάρχουν κίνδυνοι φυσικών καταστροφών; Αν ναι, ποιες είναι αυτές;

ΜΕΡΟΣ 4 - ΥΓΕΙΑ

- ✈ Ποια μέτρα που σχετίζονται με την υγεία πρέπει να λάβω;
 - Διεξαγωγή ελέγχου υγείας από γιατρό πρωτοβάθμιας περίθαλψης
 - Να μάθω και να καταγράψω χρήσιμους αριθμούς (νοσοκομεία, αριθμούς έκτακτης ανάγκης...)
 - Να είμαι σίγουρος/η για την υγειονομική μου κάλυψη (πάροχος ασφάλειας)
- ✈ Ποιοι εμβολιασμοί απαιτούνται πριν από την αναχώρηση για τη χώρα υποδοχής μου;

- ✈ Τι πρέπει να έχω στο κουτί πρώτων βοηθειών μου;

- ✈ Τι πρέπει να περιέχει ο σάκος έκτακτης ανάγκης; (Εάν σας συμβουλεύουν να το κάνετε πριν από την αναχώρησή σας και ανάλογα με το πρόγραμμα και τη χώρα της κινητικότητάς σας).

- ✈ Τι νερό μπορώ να πω στη χώρα υποδοχής μου; (Ανάλογα με τη χώρα και την περιοχή)

- Νερό βρύσης
- Νερό της βρύσης αλλά επεξεργασμένο με δισκία ή προηγουμένως βρασμένο
- Μόνο εμφιαλωμένο νερό

Υβριδική/εικονική κινητικότητα;

- ✈ Πώς μπορώ να έχω ισορροπία μεταξύ της κινητικότητας και της προσωπικής μου ζωής;

- ✈ Τι πρέπει να κάνω αν αρρωστήσω κατά τη διάρκεια της εικονικής κινητικότητας; Ποιον πρέπει να ενημερώσω;

ΜΕΡΟΣ 5 - ΑΣΦΑΛΙΣΗ

- Ποιες ασφαλιστικές πληροφορίες πρέπει να γνωρίζω;
 - Αριθμός συμβολαίου/συνδρομητή
 - Αναγνωριστικό χρήστη και κωδικός πρόσβασης
 - Διαδικασίες και βήματα που πρέπει να ακολουθηθούν σε περίπτωση απαίτησης και ιατρικής κάλυψης
- Πότε πρέπει να επικοινωνήσω με την ασφάλειά μου;
 - Για να μάθω σε ποιο νοσοκομείο/επαγγελματία μπορώ να απευθυνθώ
 - Για να μάθω ποια είδη περίθαλψης καλύπτονται
 - Για να μάθω το όριο αποζημίωσης για την παρεχόμενη περίθαλψη
 - Για να μάθω ποια έγγραφα απαιτούνται για την υποβολή αίτησης επιστροφής χρημάτων (ιατρική βεβαίωση, τιμολόγιο, δελτίο περίθαλψης, ιατρικό ερωτηματολόγιο ασφαλιστικής εταιρείας κ.λπ.)
- Ποιος πρέπει να επικοινωνήσει με την ασφαλιστική εταιρεία σε περίπτωση ασθένειας/ατυχήματος;
 - Εγώ πρέπει πάντα να είμαι το άτομο που επικοινωνεί με την ασφαλιστική εταιρεία.
 - Ο κηδεμόνας μου, μόνο αν δεν είμαι σε θέση να το κάνω εγώ.
 - Ο υπεύθυνος του έργου μου πρέπει να επικοινωνήσει με την ασφάλεια για μένα.

ΜΕΡΟΣ 6 – ΛΕΞΙΛΟΓΙΟ

Ελληνικά	Γλώσσα της χώρας υποδοχής
Τα απαραίτητα	
Γεια Τι κάνεις; Αντίο Τα λέμε σύντομα Παρακαλώ Ευχαριστώ Ναι/Όχι Με συγχωρείτε Δε μιλάω (γλώσσα της χώρας υποδοχής) Μιλάτε ελληνικά/αγγλικά; Δευτέρα/Τρίτη/Τετάρτη/Πέμπτη Παρασκευή/Σάββατο/Κυριακή Χτες/Σήμερα/Αύριο Ένα/Δύο/Τρία/Τέσσερα....Δέκα Πρωί/Απόγευμα/Βράδυ	
Παρουσιάζω τον εαυτό μου	
Με λένε.... εσένα; Είμαι πρακτικάριος/α - εθελοντής/ντρια από την Ελλάδα. Εσύ; Δουλεύω σε [οργανισμός υποδοχής].	

Καθημερινή ζωή

Πρόσβαση στο ίντερνετ
Πού είναι...;
Η τράπεζα
Ο γιατρός
Η αστυνομία
Το φαρμακείο
Το σουπερμάρκετ
Πεινάω/Διψάω
Είμαι κουρασμένος/η
Πυρετός/πονοκέφαλος/πόνος στο στομάχι
Πονάω σε...



10

**ΜΕΡΑ
ΑΝΑΚΑΛΥΨΗΣ**

Μέρα Ανακάλυψης

Οι στόχοι αυτής της ενότητας είναι:

- Να αξιοποιήσετε όσα μάθατε/παρατηρήσατε κατά τη διάρκεια αυτής της ημέρας, η οποία είναι μια ευκαιρία να ανακαλύψετε το συνειρμικό περιβάλλον. Η συμμετοχή κατά τη διάρκεια της ημέρας ανακάλυψης είναι απαραίτητο βήμα πριν από την απόκτηση του διαβατηρίου κινητικότητας.
- Να ανακαλύψετε τη λειτουργία μιας συνεταιριστικής δομής και άλλες ιδέες για να συμμετέχετε ως πολίτες.
- Να επανεξετάσετε τα βασικά στοιχεία που δείχνουν πώς, σε τοπικό επίπεδο, οι δομές εμπλέκονται καθημερινά.

ΟΔΗΓΙΕΣ ΚΑΙ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΛΕΠΤΟΜΕΡΕΙΕΣ

- Το έντυπο/φύλλο θα πρέπει να δείχνει πώς βρήκατε την τοπική σας δομή και τι μάθατε και κρατήσατε κατά τη διάρκεια της ημέρας.
- Υποβάλετε αυτό το έντυπο/φύλλο στον υπεύθυνο της κινητικότητάς σας εντός 15 ημερών μετά την ολοκλήρωση της ημέρας ανακάλυψης και πριν από την επικύρωση του διαβατηρίου κινητικότητας.

ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΗ ΔΟΜΗ ΚΑΙ ΤΗΝ ΗΜΕΡΑ ΑΝΑΚΑΛΥΨΗΣ

Όνομα της δομής:	Άτομο επικοινωνίας στη δομή:
Ημερομηνία και διάρκεια της μέρας ανακάλυψης	Μέγεθος της δομής: <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Λιγότεροι από 5 εργαζόμενοι/εθελοντές <input type="checkbox"/> Μεταξύ 5 και 20 εργαζόμενοι/εθελοντές <input type="checkbox"/> Μεταξύ 20 και 50 εργαζόμενοι/εθελοντές <input type="checkbox"/> Μεταξύ 50 και 100 εργαζόμενοι/εθελοντές <input type="checkbox"/> Περισσότεροι από 100 εργαζόμενοι/εθελοντές
Τόπος παρέμβασης της δομής :	Πρόσθετες πληροφορίες (τηλ, ιστότοπος..):

Η ΕΠΙΛΟΓΗ ΣΟΥ/ΤΑ ΚΙΝΗΤΡΑ ΣΟΥ... ΓΙΑΤΙ ΑΥΤΗ ΤΗ ΔΟΜΗ;

- ✈ Πείτε μας σε λίγες γραμμές γιατί επιλέξατε αυτή τη δομή (παραδείγματα: για τις αξίες της, για τη δραστηριότητά της, για τα θέματα παρέμβασής της, για το κοινό με το οποίο συνεργάζεται...).

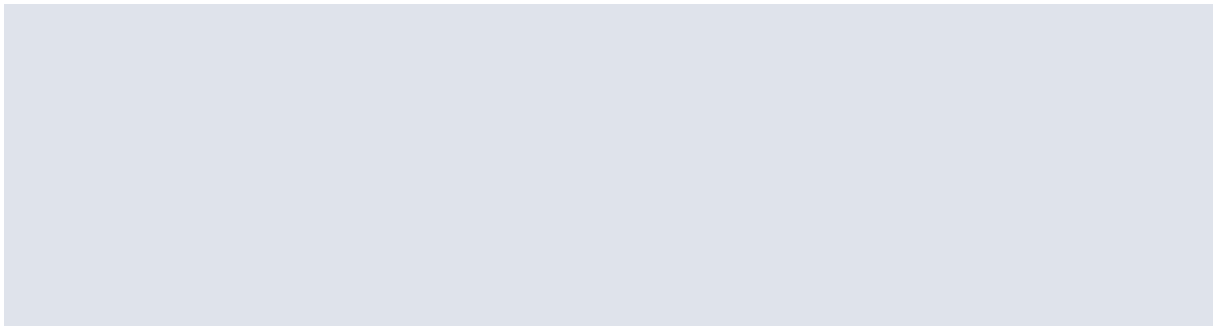
- ✈ Ποια βήματα (έρευνα, επαφές κ.λπ.) ακολουθήσατε για να το εντοπίσετε;

ΤΙ ΜΑΘΑΤΕ ΚΑΙ ΤΙ ΚΡΑΤΗΣΑΤΕ ΑΠΟ ΑΥΤΗ ΤΗ ΔΟΜΗ ΚΑΙ ΑΥΤΗ ΤΗ ΜΕΡΑ;

- ✈ Όσον αφορά τις αξίες, τους στόχους, το κοινό, τις προκλήσεις της δομής...

- ✈ Τι μπορώ να μάθω από την εμπειρία αυτής της ημέρας;

- ✦ Ποια σύνδεση μπορώ να κάνω μεταξύ της εμπειρίας αυτής της ημέρας και του μελλοντικού μου σχεδίου διεθνούς κινητικότητας;

A large, empty rectangular box with a light gray background, intended for the user to provide their answer to the question above.



11

ΠΡΙΝ ΤΗΝ ΑΝΑΧΩΡΗΣΗ

ΠΡΙΝ ΤΗΝ ΑΝΑΧΩΡΗΣΗ

Είστε σχεδόν έτοιμοι για την αναχώρηση.

Ελέγξτε τη λίστα με τα πράγματα που έχετε να κάνετε για μια τελευταία υπενθύμιση:

ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΑ ΚΑΘΗΚΟΝΤΑ

- Διατηρείτε πάντοτε τα πρωτότυπα ταξιδιωτικά σας εισιτήρια (κάρτες επιβίβασης, εισιτήρια τρένων). Τα αποδεικτικά στοιχεία του διεθνούς ταξιδιού σας από την πατρίδα σας στον οργανισμό υποδοχής πρέπει να αποσταλούν ταχυδρομικώς στον οργανισμό αποστολής.
- Σαρώστε την ταυτότητά σας και το διαβατήριό σας και στείλτε τα στο γραμματοκιβώτιό σας.

ΤΡΑΠΕΖΑ

- Ελέγξτε αν η κάρτα σας λειτουργεί στο εξωτερικό. Ελέγξτε τις πιθανές πρόσθετες χρεώσεις για την ανάληψη μετρητών στο εξωτερικό.
- Ελέγξτε το κόστος της συναλλαγματικής ισοτιμίας με την τράπεζά σας.
- Καλέστε τον τραπεζικό σας σύμβουλο για να τον ενημερώσετε για την παραμονή σας στο εξωτερικό και να αποφύγετε το μπλοκάρισμα της πιστωτικής σας κάρτας. Το τηλεφώνημα αυτό θα μπορούσε να αποτελέσει την ευκαιρία να διαπραγματευτείτε κάποιες επιλογές για τη μείωση των επιπλέον χρεώσεων.

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

- Ελέγξτε αν ο ευρωπαϊκός φορέας κινητής τηλεφωνίας σας λειτουργεί στο εξωτερικό
- Προετοιμάστε και έχετε πάντα μαζί σας μια λίστα (στο τηλέφωνό σας ΚΑΙ σε χαρτί) με τις ακόλουθες πληροφορίες:
 - Αριθμοί έκτακτης ανάγκης της χώρας υποδοχής (αστυνομία, πυροσβεστική, ιατρικά επείγοντα περιστατικά κ.λπ.)
 - Οργανισμός αποστολής, υπεύθυνος έργου (email, τηλέφωνα)
 - Φορέας υποδοχής, μέντορας (email, τηλέφωνα, διεύθυνση)
 - Πρεσβεία της χώρας καταγωγής (ηλεκτρονικό ταχυδρομείο, αριθμός τηλεφώνου, διεύθυνση)
 - Προσωπικές επαφές έκτακτης ανάγκης (email, τηλέφωνα)
 - Νοσοκομείο (τηλέφωνα, διεύθυνση)
 - Ασφάλιση (email, αριθμοί τηλεφώνου)
 - κ.λπ.

ΥΓΕΙΑ

- Επικυρώστε την εγγραφή σας στην ασφάλιση δημιουργώντας τον προσωπικό σας χώρο (απλώς ακολουθήστε τις οδηγίες στα μηνύματα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου που θα λάβετε).
- Κατεβάστε και εκτυπώστε την κάρτα μέλους σας, εάν υπάρχει. Αποθηκεύστε την επίσης στα email σας.
- Ελέγξτε αν έχετε κάνει όλα τα απαραίτητα εμβόλια.

Σκεφτείτε να φέρετε μαζί σας κάποια βασικά φάρμακα και να πάρετε μαζί σας το ιστορικό των εμβολιασμών σας.

- Σε περίπτωση ειδικών ιατρικών αναγκών, ενημερώστε τον γιατρό σας για την αναχώρησή σας και ενημερωθείτε για τη διαθεσιμότητα των φαρμάκων που χρειάζεστε στη χώρα υποδοχής σας.
- Ενημερώστε την κοινωνική ασφάλιση και τη συμπληρωματική σας ασφάλιση για την αναχώρησή σας.

ΑΣΦΑΛΕΙΑ

- Βρείτε πληροφορίες σχετικά με την κατάσταση της χώρας υποδοχής. Ελέγξτε το Υπουργείο Εξωτερικών της χώρας σας. Θα πρέπει να έχουν κάποιες συμβουλές για να ακολουθήσετε.
- Μην ξεχάσετε να εγγραφείτε κατά την άφιξή σας στην πρεσβεία της χώρας σας.

ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

- Ελέγξτε αν χρειάζεστε προσαρμογέα βύσματος πρίζας.
- Σκεφτείτε να φέρετε μαζί σας κατάλληλα ρούχα για να εργαστείτε στο χώρο. Εάν χρειάζεται, μπορείτε επίσης να φέρετε κάποιο ειδικό υλικό για την υλοποίηση των καθηκόντων σας. Ρωτήστε τον οργανισμό υποδοχής σας.
- Ελέγξτε αν κάποιος θα σας παραλάβει από το αεροδρόμιο ή ενημερωθείτε για τις τοπικές μεταφορές κατά την άφιξή σας.
- Προετοιμαστείτε για το jetlag.

ΜΗΝ ΞΕΧΑΣΕΤΕ επίσης

- Να φέρετε ένα δώρο στην οικογένεια υποδοχής και τον οργανισμό υποδοχής (η σοκολάτα είναι το καλύτερο δώρο για όλους)
- Να ενημερώσετε τον οργανισμό αποστολής και την οικογένειά σας ότι φτάσατε.
- Να στείλετε μια σάρωση της κάρτας επιβίβασης στον οργανισμό αποστολής σας. Φυλάξτε όλες τις κάρτες επιβίβασης και τα ταξιδιωτικά εισιτήρια σε πρωτότυπο - θα χρειαστεί να τα στείλετε στον Υπεύθυνο Συντονιστή σας στο τέλος του προγράμματος!
- Να συγκεντρώσετε τις πληροφορίες σχετικά με τα αποτελέσματά σας στο πεδίο.
- Να συμπληρώσετε και να στείλετε τον πίνακα στατιστικών στοιχείων στον οργανισμό αποστολής σας. Καθώς η ανάπτυξή σας χρηματοδοτείται από ευρωπαϊκά κονδύλια, είναι δική μας ευθύνη ως οργανισμός αποστολής να κάνουμε την οικονομική διαχείριση και να υποβάλλουμε αναφορά στη μονάδα συντονισμού.
- Καθ' όλη τη διάρκεια του έργου σας να παρακολουθείτε τις δραστηριότητές σας: φωτογραφίες, παρουσιολόγια από την εκπαίδευση που πραγματοποιήσατε, εκδηλώσεις... και να τα στέλνετε στον οργανισμό αποστολής σας...



ADICE

42, rue Charles Quint
59100 Roubaix France

T (+33) 3 20 11 22 68
adice@adice.asso.fr
www.adice.asso.fr
adice.europe.direct.roubaix

@Adice_Roubaix

