UPPLÝSINGA-PAKKI

DiscoverEU



eurodesk

1. útgáfa – júlí 2022
Höfundur bæklings:
Miriam Petra Ómarsdóttir Awad, verkefnastýra Eurodesk á Íslandi
Innblástur fenginn úr DiscoverEU Infokit, Jouw avontuur van A tot Z.

EFNISYFIRLIT



01 ALLT FYRIR FERÐALAGIÐ

02 Á FERÐALAGINU

03 EFTIR FERÐINA, HVAÐ SVO?
UPPLÝSINGAR UM ERASMUS+ Á ÍSLANDI

04 DAGBÓK OG AFÞREYING

1

ALLT FYRIR FERÐALAGIÐ



Í þessum kafla er farið yfir nauðsynlegan undirbúning fyrir DiscoverEU ferðalagið, munur milli fastra og sveigjanlegra miða útskýrður og sagt frá ýmsu sniðugu sem getur veitt innblástur við að skipuleggja ferðalagið.

1. Undirbúningur
2. Fastur eða sveigjanlegur miði
3. Í upphafi ferðar
4. Innblástur og áhugaverðir staðir
5. Faldir fjársjóðir
6. 6 fallegar leiðir
7. Góð ráð fyrir ferðalagið

TIL HAMINGJU

NÚ GETUR ÆVINTÝRIÐ BYRJAÐ!



Þú ert eitt af þeim heppnu ungmennum sem hefur fengið tækifæri til að uppgötva Evrópu með ókeypis lestarpassa í gegnum DiscoverEU.

Þessi upplýsingabæklingur er hugsaður til að hjálpa þér að fá það besta út úr þessari upplifun. Lestu í gegnum bæklinginn áður en þú ferð af stað og taktu hann endilega með þér í ferðalagið, því hann kemur örugglega að góðum notum.

Þú ert að fara í ferð sem mun ekki aðeins snúast um að sjá og kynnast Evrópu heldur einnig að kynnast þér sem manneskju og öðlast öðruvísi reynslu en fæst heima. Þúsundir ungs fólks eru líka að ferðast eins og þú. Þú gætir hitt þau á einhverju farfuglaheimili eða á einhverjum af fjölmörgum DiscoverEU hittingunum sem eru skipulagðir út um alla Evrópu..

Nýttu þetta tækifæri til að stíga út fyrir þægindarammann, kynnast nýju fólki og læra eitthvað skemmtilegt. Notaðu tímann til að skoða vel það sem þú ert að upplifa og læra, og í framhaldinu geturðu athugað hvort þú viljir taka þátt í öðrum möguleikum sem Evrópusamstarfið býður upp á. Þú gætir t.d. farið í starfsnám til Svíþjóðar eða í sjálfboðaliðastarf til Ítalíu, allt með stuðningi Erasmus+ og European Solidarity Corps.

Ævintýrið með DiscoverEU er bara byrjunin!

Hér á eftir getur þú fengið innblástur til að skipuleggja ferðina þína og skoðað góð ráð til að hafa í huga á ferðalaginu. Sumt er þér til skemmtunar en annað er gott að lesa yfir alltaf þegar ferðast er á eigin vegum, eins og t.d. hjálparnúmer og fleira. Í lok bæklingsins höfum við sett saman ábendingar um öll tækifærin sem felast í Erasmus+ og European Solidarity Corps sem þú getur notað í framtíðinni. Í lokin eru upplýsingar um þátttöku Íslands í Erasmus+ og ESC, skrifstofuna okkar og upplýsingaveituna Eurodesk á Íslandi.

UNDIRBÚNINGUR

ÞÚ VANNST PASSA – OG HVAÐ SVO?



Eftir að þú vinnur mun ferðaskrifstofa DiscoverEU hafa samband við þig. Þú segir þeim frá þeim dagsetningum sem þú hefur í huga fyrir ferðalagið og ferðaskrifstofan sér um að bóka fyrir þig flugið til og frá meginlandi Evrópu.

Þú þarft að ákveða hvort þú viljir **fastan** eða **sveigjanlegan** miða. Skilmálarnir á miðunum gilda eins og fyrir alla aðra Interrail miða, en nánari upplýsingar um fyrirkomulagið má finna á heimasíðu DiscoverEU.

Í meginatriðum er munurinn á **föstum** eða **sveigjanlegum** miðum þessi:

Með því að velja **fastan** miða geturðu einungis heimsótt að hámarki tvö lönd og ferðast einungis á fyrirframákveðnum dögum. Kosturinn er að ekki þarf að borga bókunargjald á lestarsætum (hámarksupphæð við bókunarkostnað þó miðuð við 251 evru).

Sveigjanlegi miðinn veitir frelsi til ferðast til eins margra landa og áhugi er fyrir. Miðann er hægt að nota til að ferðast á ákveðið mörgum ferðadögum innan eins mánaðar en ekki þarf að skuldbinda sig á hvaða dögum ferðast er, fyrirfram. Á móti kemur að borga gæti þurft smá auka bókunargjald á ákveðnum lestarsætum.

FASTUR EÐA SVEIGJANLEGUR MIÐI?

Ég notaði "fixed", fastan miða, og byrjaði ferðalagið mitt í París. Þaðan tók ég lest til Amsterdam. Mig langaði bara að heimsækja tvö lönd og eyða meiri tíma í þeim. Ég ákvað ferðadagana fyrirfram og bókaði allt áður en ég fór af stað.



Ég notaði sveigjanlega "flexible" miðann og ferðaðist á 3 vikum milli 4 landa, Þýskalands, Tékklands, Belgíu og Frakklands. Mér fannst gott að þurfa ekki að bóka mikið fyrirfram og spila eftir eyranu.



FERÐARÁÐ FYRIR „FLEX“ MIÐA OG SÆTISBÓKANIR

Valdirðu að ferðast með sveigjanlegum (flex) miða? Taktu eftir að með sveigjanlegum miða hefurðu mun meira frelsi til að haga ferðinni eftir þinni hentisemi og ákveðið með skemmri fyrirvara hvenær þú vilt fara hvert. Þú verður reyndra líka að passa að verða ekki fyrir of miklum auka kostnaði, t.d. þarf stundum að borga aukalega til að taka frá sæti og því miður er sá kostnaður ekki innifalinn í DiscoverEU passanum. Þetta þarf fólk að borga sjálft! Þú getur fengið upplýsingar um bókanir og aukakostnað í Interrail appinu.

Taktu þér tíma fyrir ferðina þína til að skoða möguleikana. Oft þarf að borga aukalega til að bóka sæti í hraðlestum og næturlestum, en næstum allstaðar er líka hægt að taka svæðisbundnar lestir! Þær fara aðeins hægar yfir og þú gætir þurft að skipta um lest á leiðinni, en að öllum líkindum er ekkert bókunargjald sem bætist við.

Áður en þú ákveður hvaða leið þú vilt fara, athugaðu hvernig fyrirkomulagið er á þeim stöðum sem þig langar til. Það getur verið mismunandi eftir löndum eða stundum eftir svæðum, eða lengd lestanna, hvort borga þurfi fyrir sætið. Fljótasta leiðin til að komast að þessu er að hlaða niður appinu **Rail Planner** - sem er alveg ókeypis!

Reyndu að forðast að ferðast á álagstímum. Að bóka sæti á morgnana og seinni partinn, þegar fólk er á leið í og úr vinnu, getur verið dýrt. Stundum er hægt að ferðast á nóttunni án þess að bóka sæti, en hafðu þá í huga að þá er einungis innifalið venjulegt sæti en ekki rúm, því slíkt þarf að borga aukalega fyrir.

Ps. Jafnvel þótt lestir bjóði upp á möguleikann að bóka sæti þá þarf þess ekki alltaf. En athugaðu þá að þú gætir þurft að standa! Og þá sérðu fallega útsýnið ekki eins vel...

Í UPPHAFI FERÐAR

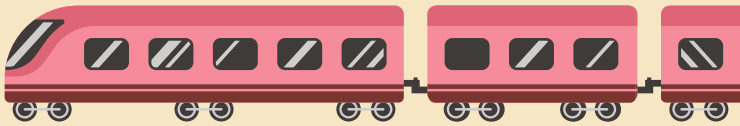
Á Íslandi eru því miður engar lestarsamgöngur og því skiljanlegt að við hér á landi þekkjum það ekki eins vel og annað fólk í Evrópu hvernig það er að ferðast með lest. Flest þekkja hvernig á að fara í gegnum öryggisleit á flugvöllum, og vita t.d. að passa þurfi upp á magn vökva í handfarangri og að töskur þurfi að vera í ákveðinni stærð og fylgja þyngdartakmörkunum. Hér eru á eftir nokkrir hlutir sem er gott að hafa í huga áður en ferðin hefst:

Ferðalagið þitt hefst líklega á **Keflavíkurflugvelli**. Þú þarft að skoða flugtímann vel og mæta í kringum 2 tímum fyrir brottför til að hafa tíma fyrir öryggisleit og finna brottfararhliðið þar sem gengið er um borð í vélina.
Þegar þú pakkar niður er mikilvægt að þú hafir engan vökva í handfarangri sem eru í umbúðum stærri en **100 ml**, en það á líka við um snyrtivörur eins og ilmvötn og krem. Sniðugt er að kaupa litlar ferðaumbúðir og fylla á sjampó og slíkt áður en farið er af stað. Allar umbúðir með vökva þurfa að komast ofan í glæran plastpoka sem þú færð á flugvellinum. Ef þú þarft að millilenda fylgstu vel með tímanum sem þú hefur á milli fluga og hvernig þú kemur þér í næsta flug – þar sem þú gætir þurft að fara á milli flugstöðvabygginga.



AÐ FERÐAST MEÐ LEST

Þegar ferðast er með lest þarf yfirleitt ekki að mæta alveg eins tímanlega og á flugvöllum. Gott er að mæta þó a.m.k. hálftíma fyrir brottför til að finna hvar lestarpallurinn er og jafnvel kaupa sér snarl fyrir ferðalagið – því ekki allar lestir eru með matarvagna. Yfirleitt má sjá upplýsingar um brottfarir á skjáum inni í byggingunni en einnig er hægt að spyrja starfsfólk til vegar ef þið eruð óviss.



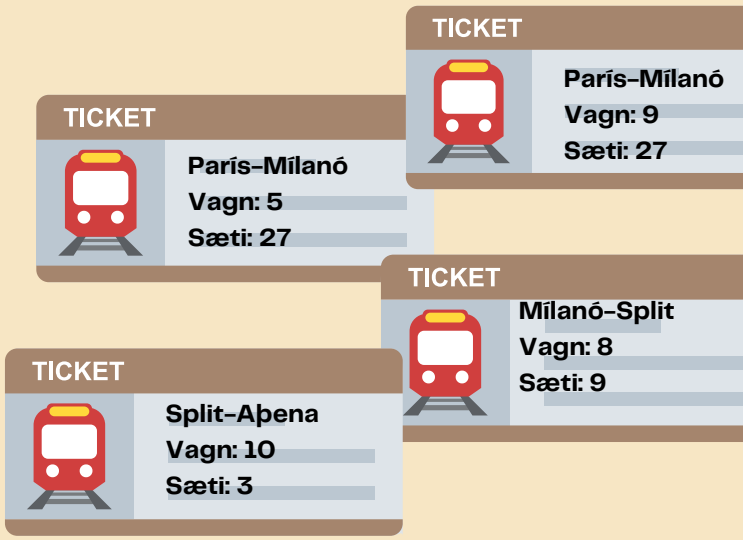
Hafðu í huga að lestin stoppar oft stutt á hverri stöð!

Það er því mikilvægt að fólk sé tilbúið – bæði þegar farið er um borð og þegar lestin er yfirgefin. Það skiptir máli að fylgjast með áfangastaðnum á korti og passa sig að vera vakandi á þeim tíma þegar lestin kemur á leiðarenda.

Ólíkt flugvélum þá er enginn starfsmaður sem fylgist sérstaklega með hvort allt fólk sé komið um borð eða farið frá borði.

Ef þið hafið notað passann ykkar til að bóka sæti í tiltekinni lest þá þurfið þið að skoða í hvaða vagni sætið er.
Margir vagnar í sömu lest geta nefnilega verið með sömu sætisnúmer og þá skiptir máli að vera í rétta vagninum.

Oft er hægt að sjá á brautarpallinum sjálfum hvar hvaða vagn mun stoppa, þ.e. númer vagns, og því er sniðugt að bíða á réttum stað. Annars gæti þurft að þræða alla lestina eftir að komið er um borð. Það getur verið pirrandi með allan farangurinn í eftirdragi.





Hættir þér til að vera flökurt á ferð?

Þá getur verið sniðugt að bóka sæti sem snýr í áttina sem lestin er að fara – svo þú snúir ekki afturábak alla ferðina!

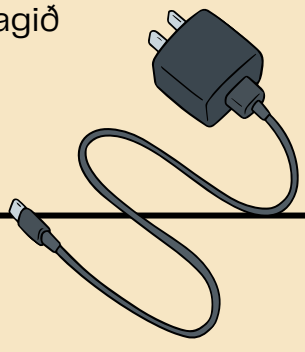
Hafðu alltaf augu með farangrinum þínum

Ekki skilja verðmæti eftir í sætinu ef þú stendur upp og skreppur frá.



Þarftu að hlaða batteríin?

Í sumum lestum eru innstungur til að hlaða og þá er tilvalið að nýta tækifærið – en því miður er það ekki alltaf hægt og því getur verið sniðugt að pakka hleðslubanka með á ferðalagið



VANTAR ÞIG INNBLÁSTUR?

Það er mikið að sjá í Evrópu en tíminn sem passinn þinn gildir er takmarkaður. Þess vegna verður þú að velja nokkurn veginn hvert þig langar að fara, því þú getur því miður ekki heimsótt öll löndin og allar borgirnar – hvað þá öll sætu þorpin og flottu náttúrufyrirbærin. Í þessum kafla finnurðu allskonar innblástur og góð ráð til að fá sem mest úr ferðinni þinni, svo hún verði sannkallað ævintýri.



Á hverju ári eru nokkrar evrópskar borgir sérstaklega í sviðsljósinu, t.d. af því að þær hafa verið útnefndar Evrópuborgir ungs fólks eða menningarhöfuðborgir Evrópu það árið. Kannski hefurðu ekki heyrt af þessum borgum en það gæti verið gaman að heimsækja einhverjar þeirra. Sérstaklega nú í ár þar sem mikið er um að vera!



ÁHUGAVERÐIR STAÐIR



ESCH-SUR-ALZETTE, LÚXEMBORG

Eða Esch eins og borgin er kölluð í daglegu tali, er önnur stærsta borg Lúxemborgar. Borgin er fjölbreytt, með mikið af innflytjendum frá Portúgal, Ítalíu og Frakklandi. Áður fyrr var Esch mikil iðnaðarborg en í dag er hún þekktust fyrir blómlegt menningarlíf. Í Esch er stærsta tónleikahöll Lúxemborgar. Við mælum með sýningunni "Remix Yourself" sem er opin árið 2022. Gaman er að skoða National Resistance Museum til að læra um sögu landsins.
#MenningarborgEvrópu



KAUNAS, LITHÁEN

Þessi menningarborg er önnur stærsta borg Litháens og var reyndar höfuðborg landsins á milli fyrri og seinni heimsstyrjaldar. Enn má finna mikið af arkitektúr frá þessum tíma auk litríkra veggmynda og klassískra litháenskra timburbygginga.
Ef þú hefur gaman af því að heimsækja söfn er Kaunas borgin fyrir þig. Í Kaunas finnurðu Listasafn Litháens, læknisfræði- og hjúkrunarsafn og Tadas Ivanaukas dýrafræðisafnið
#MenningarborgEvrópu



NOVI SAD, SERBÍA

Serbía er þekkt fyrir náttúrufegurð og í Novi Sad geturðu sannarlega notið útivistar. Borgin er staðsett við Dóná og nálægt þjóðgarðinum Fruska Gora. Auk þess finnurðu margar litríkar byggingar og það er stórskemmtilegt að kíkja á Dunavska stræti í hjarta gamla bæjarins. Blandaðu saman líflegu borgarlífi við náttúruupplifun með því að heimsækja svæðið í kringum Novi Sad. Í fjalllendinu í nágrenninu geturðu m.a. farið í fjallgöngu milli fjölmargra klausturbygginga eða stungið þér til sunds í Ledinci vatni.
#MenningarborgEvrópu



TIRANA, ALBANÍA

Í Tirana má finna ótrúlega mikið af fallegum og áhugaverðum stöðum. Í borginni eru margar gönguleiðir þar sem hægt er að skoða götulistaverk og graffíti. Tirana er líka rík af sögu, ólíkum menningaráhrifum og afleiðingum kommúnismans í landinu, en áhrifin má sjá í umhverfinu og húsagerðarlistinni. Tirana er tilvalin fyrir fólk sem hefur áhuga á ljósmyndun, en í henni er gaman að taka myndir. Í Blloku hverfinu má t.d. sjá áhugaverða byggingu í laginu eins og pýramídi. #EvrópuborgUngsFólks

ÚR ALFARALEIÐ

FALDIR FJÁRSJÓÐIR

Margar stórar borgir Evrópu, líkt og París, Róm, Búdapest og Berlín, eru skiljanlega ofarlega á lista þeirra sem ætla í DiscoverEU ferðalag. Það er reyndar líka hægt að heimsækja fullt af áhugaverðum smærri borgum, sem eru jafn dásamlegar og þær eru margar. Hér ætlum við að telja upp nokkrar minna þekktar borgir sem skemmtilegt gæti verið að skoða.



Rijeka, Króatía

Borgin var ein af menningarborgum Evrópu árið 2020. Þar er hægt að finna sögufrægan steinstiga Petar Kružić (561 þrep!). Borgin er í fjögurra tíma fjarlægð frá Zagreb, höfuðborg landsins. Það er fljótlegra að fara frá Ljubljana, höfuðborg Slóveníu, þrír tímar með lest.



Plovdiv, Búlgaría

Borgin var ein af evrópsku menningarborgunum árið 2019 og í henni má finna eitt best varðveitta rómverska hringleikahúsið í Evrópu. Til þess að ferðast til Plovdiv er tekin lest í þrjá tíma frá Sófíu, höfuðborg Búlgaríu.



Helsingør, Danmörk

Hér finnurðu mjög fallegan gamlan bæ og m.a. hinn mikilfenglega Krónborgarkastala, sem var Shakespeare innblástur þegar hann skrifaði Hamlet. Leikritið er sett á svið á hverju sumri. Til Helsingør er ferðast í 45 mínútur í lest frá Kaupmannahöfn.



Guimaraes, Portúgal

Fallegur miðbær borgarinnar er á heimsminjaskrá UNESCO og svo er hægt að taka kláf upp á Monte de Penha og virða fyrir sér stórbrotið útsýnið. Borgin er í klukkutíma fjarlægð frá Porto með lest.



Koper, Slóvenía

Borgin er svokölluð *European Destination of Excellence*. Koper er strandbær og þar má finna fallega praetorian höll sem var byggð á árunum 1452-1506. Hægt er að taka lest frá höfuðborginni Ljubljana sem tekur 2,5 tíma.

Það er oft í smábæjum sem fólk finnur menningararfleið, áhugaverða byggingarlist og hefðbundinn mat.

...OG ÞETTA ER BARA TOPPURINN Á ÍSJAKANUM



Hundruðir borga í Evrópu bíða eftir að vera heimsóttar. Þú getur notað heimasíðu Interrail til að sjá bestu lestarleiðirnar á milli ákveðinna borga.

Þú slærð inn nafni borgarinnar sem þú vilt byrja í, inn í leitarvélina og færð svo upp landakort af Evrópu.

Þar geturðu valið hvað ferðin mun vera löng í heild sinni og vefurinn gefur þér tillögur að áfangastöðum og tímanum sem þú þarft að nota til að ferðast. **Athugaðu að DiscoverEU passinn þinn er Interrail passi, þú þarft ekki að kaupa passa á síðunni þótt þú notir hana til að skoða kortið og fá hugmyndir!**

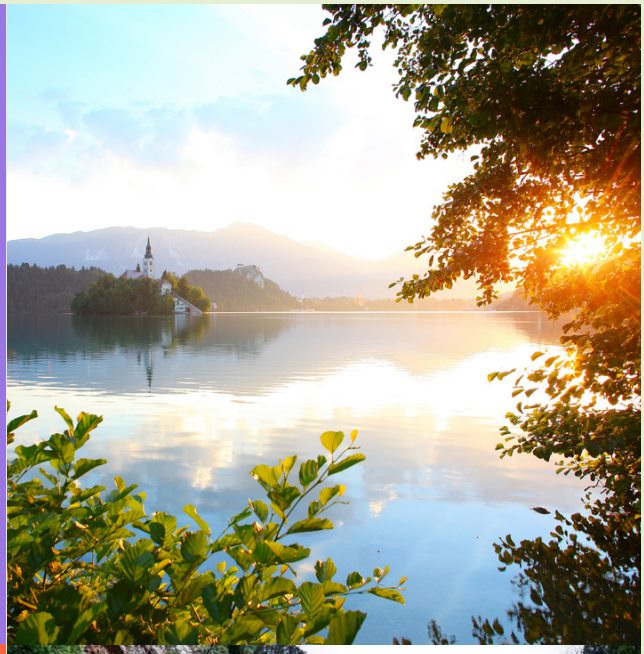
Taktu passann þinn, hoppaðu upp í lest á spennandi áfangastað og njóttu ævintýrisins!

6 FALLEGAR LEIÐIR til að sjá Evrópu

1

Slóvenía
Frá Nova Gorica til Jesenice

Í gamla daga lá þessi lestarleið alla leið frá Slóveníu til Trieste á Ítalíu. Leiðin nær ekki lengur svo langt en þetta er fullkomin leið til að sjá hið fallega landslag Slóveníu. Sérstaka athygli vekjum við á stöðuvatninu Bled og fallega kastalann sem þar stendur á eyju.



2

Grikkland
Kalavrita

Ef þú hefur ferðast um Evrópu þvera og endilanga og kemst svo loks til Grikklands, af hverju ekki að skella sér til Kalavrita. Leiðin þangað opnaði árið 1896 og liggur á sumum stöðum um þröng göng og yfir fossa! Það gefur að skilja að slíkt er ævintýralegt að sjá og upplifa.





3

Alparnir
Frá Sviss til Ítalíu

Já það er jafnvel hægt að ferðast í gegnum Alpana með lest. Þessi beina leið sem oftast er kölluð Bernina Express liggur frá Chur í Sviss til Tirano á Ítaliu. Leiðin er á heimsminjaskrá UNESCO, en hún er 123 km löng og liggur yfir 196 brýr og í gegnum 55 lestargöng! Svo má ekki gleyma öllu útsýninu á leiðinni.



4

Ítalía
Cinque Terre

Á ítölsku þýðir nafnið "löndin fimm" en Cinque Terre er samansafn af fimm litríkum smábæjum: Riomaggiore, Manarola, Corniglia, Vernazza og Monterozzo. 18 km löng lestarleið frá La Spezia til Levanto liggur í gegnum bæina fimm en hér til hliðar má sjá einn þeirra - Manarola.



5

Portúgal
Linha de Douro

Frá borginni Porto er hægt að taka lest í 3,5 tíma í norðurátt, beint í gegnum hinn heimsfræga Douro dal, sem er frægur fyrir sínar miklu vínekrur. Leiðin er 160 km löng og gullfalleg!

6

Þýskaland
Rínardalurinn

Í Rínardalnum liggja lestarteinarnir í gegnum svæði sem eru eins og klippt út úr ævintýrum. Fallegt útsýni, þéttir skógar og kastalar við stöðuvötn sem koma við sögu í ævintýum. Þessi leið liggur meðfram vinstri bakka Rínarfljóts, frá Bingen til Koblenz.





GÓÐ RÁÐ FYRIR FERÐALAGIÐ

DiscoverEU er fyrir ykkur öll - og öll geta verið með einhverjar sérþarfir.

Kannski þarftu að taka einhver lyf, eða óttast að vera í ókunnugum aðstæðum eða finnst enskan þín ekki nógu góð. Þegar fólk ferðast, stígur það reglulega út fyrir þægindarammann og stundum gerast óvænt atvik.
Hér á eftir eru því nokkur góð ráð til að hjálpa þér að undirbúa ferðina eins vel og þú getur. Engin manneskja þekkir þig betur en þú, svo notaðu þessi ráð ef þau henta þér, aðlagaðu þau að þínum þörfum eða finndu þína eigin leið til að undirbúa þig fyrir ferðalagið. Þitt er valið!

1 Planaðu ferðina
Spyrðu spurninga og láttu vita hvað það er sem þú þarft. Því meira sem þú planar, því minna mun koma þér á óvart. Reyndu að bóka ferðina með fyrirvara svo þú getir kynnt þér hvernig svæðið lítur út sem þú ætlar að heimsækja. Ef þú undirbýrð þig vel, eru líkurnar á stressi minni. Svo er alltaf sniðugt að gera plan B, bara til öryggis.

2 Spurðu spurninga
Til að vera viss um að gististaður geti boðið þér upp á þá þjónustu sem þú þarft, þá er alltaf sniðugt að hafa samband ef þú ert í vafa.
T.d. þýðir "hjólastólaaðgengi" ekki endilega það sama í ólíkum löndum. Þú getur alltaf óskað eftir myndum af húsnæðinu ef þér finnst aðgengismál óskýr.

Ef þú átt í erfiðleikum með gang eða fylgir sérstöku matarræði af heilsufarsástæðum, gæti verið sniðugt að skoða heimasíðuna Pantou, sem er gagnagrunnur um gististaði og veitingahús sem taka aðgengismálum mjög alvarlega.

3 Hafðu samband til að fá aðstoð
Ef þú ferðast með lest og þarft aðstoð, þá er góð hugmynd að hafa samband við lestarfyrirtækin nokkrum dögum áður til að þau viti af þínum aðgengisþörfum. Ef þú notar hjólastól eru til leiðbeiningar fyrir ferðalög til nokkurra borga á heimasíðu Weelchairtravel.org

4 Hafðu meðferðis pappíra er varða tryggingar og lyf
Þegar fólk ferðast er nauðsynlegt að vera með tryggingar. Gott ráð er að hafa alltaf evrópska sjúkratryggingakortið meðferðis, en á Íslandi er það gefið út af Sjúkratryggingum Íslands. Svo getur verið gott að fá útprentað yfirlit frá tryggingafélagi um ferðatryggingar, en þær eru oft innifaldar í heimilis- eða fjölskyldutryggingum. Svo getur verið sniðugt að fá bréf frá lækni varðandi lyfseðilsskyld lyf, ef þú skyldir týna þínum! Öll þessi gögn er gott að hafa meðferðis bæði útprentað og á rafrænu formi á síma. Bólusetningarvottorð er hægt að prenta út og hafa meðferðis, en á flestum stöðum nægir að sýna þau í farsíma.

5 Upplýstu ferðafélagana
Vertu viss um að þau sem ferðast með þér hverju sinni viti hvað þau eigi að gera ef eitthvað kemur upp á. Hringja í foreldra þína? Færa þér vatnsflösku? Ná í einhver sérstök lyf? Eða jafnvel bara láta þig í friði? Ef þau vita hvernig þau geta aðstoðað þig, þá geta þau verið til staðar fyrir þig ef þú þarft á þeim að halda.

6 Lærðu nokkur orð í öðru tungumáli
Ertu með ofnæmi eða vilt ekki borða ákveðinn mat? Þá getur verið gott að kunna að segja þjóninum á veitingastaðnum hvað þú getur ekki eða vilt ekki borða.

7 Hafðu allar nauðsynjar með í handfarangri
Það á líka við um þau mikilvægu raftæki sem þú hefur meðferðis, eins og síma. Þá hefurðu þau ávallt innan handar og þarft ekki að óttast að þau týnist eða verði fyrir hnjaski í innrituðum farangri. Passaðu þó einnig að fylgjast með skilyrðum flugfélaga um leyfilegar vörur í handfarangri, áður en haldið er af stað!

10 Virtu þín eigin mörk (og annarra!)
Það er að sjálfsögðu frábært að prófa nýja hluti en þú þarft ekki að fara yfir þín mörk til þess. Farðu í ferðalag og veldu þér upplifanir sem henta þér og þeim takmörkunum sem þú setur þér. Það er líka góð regla í samskiptum að virða alltaf mörk annarra.



8 Lærðu af reynslu annarra
Það eru til mörg blogg og ferðasögur þar sem fólk deilir reynslu sinni af ferðalögum og veitir ýmis praktísk ráð. Svo eru líka til Facebook hópar þar sem fólk deilir reynslu, t.d. DiscoverEU Facebook hópurinn.

9 Deildu þinni eigin reynslu
Var eitthvað sem þú gerðir alveg meiriháttar? Eða lukkaðist eitthvað illa? Deildu því þá svo annað fólk geti lært af þinni reynslu. Þú getur t.d. skrifað umsögn, haldið úti ferðabloggi eða bara sett inn færslu í DiscoverEU Facebook hópinn svo aðrir ferðalangar viti hvað þau ættu að hafa í huga.

H	D	N	L	M	C	U	X	P	D	R	P	Æ	H	N
É	Í	A	E	M	Z	Æ	X	Z	D	R	V	S	R	K
I	S	M	S	G	A	Z	Þ	I	D	I	N	Ö	E	H
K	U	A	T	N	O	T	S	M	N	N	V	T	Þ	B
O	P	G	A	C	H	C	U	T	J	R	Ö	K	Æ	O
P	K	U	R	Q	O	Q	Ý	R	A	Q	Ó	L	I	K
K	S	E	F	V	H	R	Y	L	F	B	Ö	B	T	U
A	Y	J	E	A	I	T	Ó	V	G	W	X	Ú	Ö	Ú
B	U	R	R	I	R	S	B	A	F	K	H	Q	É	K
J	E	M	Đ	S	K	C	D	R	T	Q	J	E	Á	P
U	A	K	S	A	T	A	Đ	R	E	F	Ö	Á	Ú	U
S	V	N	A	A	N	R	I	R	Ö	N	I	X	A	Ó
Ú	T	I	V	I	S	T	Ö	Æ	S	E	Q	Q	G	G
M	Y	N	D	A	V	É	L	N	U	K	D	L	W	D
F	É	R	B	A	G	E	V	W	D	R	O	D	B	U

11 Hafðu jákvæðni í fyrirrúmi og sýndu sveigjanleika
Á ferðalagi geta alltaf komið upp óvæntir atburðir - eða plön breyst. Þetta getur verið sérstaklega óþægilegt á meðan ferðast er langt að heiman eða alveg á eigin vegum. Ef þú ert ekki viss hvernig þú átt að bregðast við, hafðu þá í huga að það kostar jafn mikið að hringja allstaðar innan Evrópu, og til Íslands. Ef eitthvað kemur upp geturðu alltaf tekið upp tólið og rætt við einhvern nákominn - eða spjallað við einhvern nálægt þér - um mögulegar lausnir á stöðunni.

12 Kannaðu réttindi þín
Ertu fötluð manneskja eða ertu með heilsufars-vandamál? Þá áttu alltaf rétt á stuðningi þegar þú ferðast um Evrópu með flugvél, lest, bíl, bát eða rútu. Allir farþegar eiga einnig grundvallarrétt á ferðalögum sem hægt er að finna nánari upplýsingar um á Ísland.is undir Ferðalög til útlanda, utanferðir, hagnýtar upplýsingar.

AFÞREYING Á FERÐALAGINU - FINNURÐU ÖLL ORÐIN?

2

Á FERÐALAGINU

hlutir sem er gott að vita meðan maður ferðast

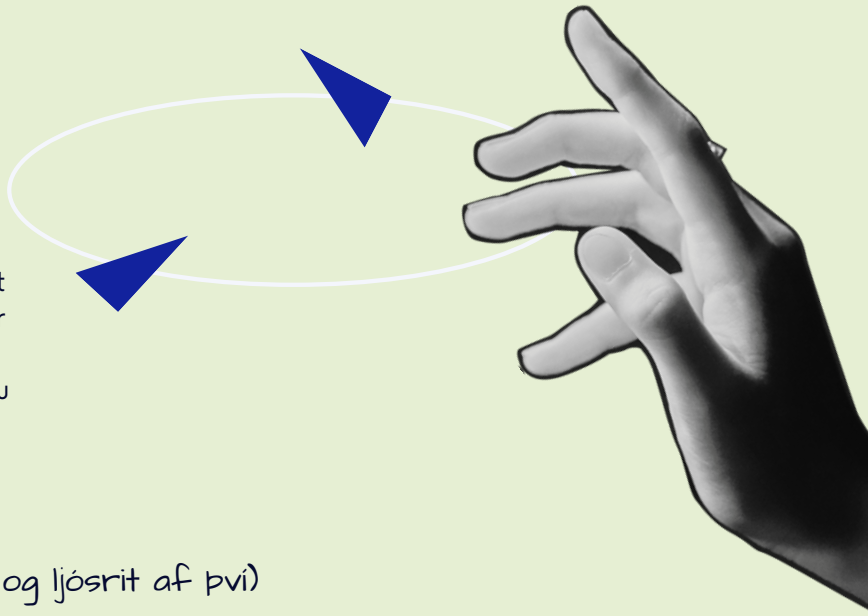


Jafnvel þótt þú leggir af stað í ferðalagið án ferðafélaga, þá ertu sannarlega ekki eini ferðalangurinn í þínum sporum! Í þessum kafla finnurðu ýmislegt sem gæti gert ferðina þína skemmtilegri og auðveldari.

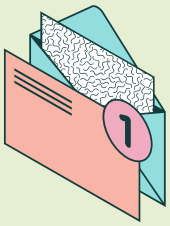
1. Gátlisti
2. DiscoverEU á umhverfisvænan hátt
3. Skemmtilegar áskoranir
4. Þrjár leiðir til að geyma minningar úr ferðinni
5. Algengar spurningar um örugg ferðalög

GÁTLISTI

Fyrir utan föt, tannbursta, sólgleraugu og hleðslutæki þá eru ýmis gögn og pappírar mikilvæg á ferðalaginu. Það virkar geðveikt boring að spá í þessum hlutum en það getur gert líf þitt mun auðveldara. Passaðu að hafa öll nauðsynleg skjöl með þér og merktu við þau á gátlistanum hér fyrir neðan til að auðvelda þér verkið!



- [ ] skilríki (vegabréf og ljósrit af því)
- [ ] miðar (ekki gleyma DiscoverEU passanum þínum)
- [ ] sætisbókanir (valkvætt/ef þess þarf)
- [ ] upplýsingar um gististaði
- [ ] staðfesting á tryggingum (t.d. ferða- og sjúkratryggingu)
- [ ] evrópska sjúkratryggingakortið
- [ ] yfirlit sem sýnir nauðsynleg lyf og sjúkdóma
- [ ] vatnsheld mappa eða umslag fyrir mikilvæg gögn
- [ ] heimilisföng sendiráða
- [ ] heimilisföng ættingja og vina heima á Íslandi (til að senda þeim póstkort!)
- [ ] neyðarsímanúmer
- [ ] debitkort og gjaldeyrir (í sumum löndum er nauðsynlegt að vera með seðla)
- [ ]
- [ ]



Því grænna, því betra! Þó það sé umhverfisvænn ferðamáti að ferðast með lest, er margt sem hægt er að gera til að gera ferðina enn sjálfbærari.

Kynntu þér menninguna þar sem þú ert og nýttu þér það sem er í boði. Með því að versla á mörkuðum styður þú heimafólk, færð ferska matvöru og jafnvel flotta minjagripi.

Takmarkaðu vatnsnotkun. Vatnsnotkun er mikil á mörgum hótelum og gististöðum, svo legðu þitt af mörkum og farðu t.d. ekki í langa sturtu.

NOKKUR GÓÐ RÁÐ

Þegar þú pakkar skaltu hafa í huga að taka með þér margnota hluti, t.d. eigin hnífapör, vatnsflösku og innkaupapoka. Það dregur úr sóun að sleppa við að kaupa alls kyns aukahluti.

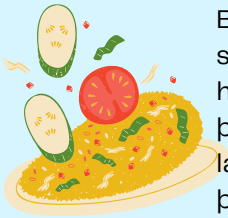
Hafðu með þér vörur í endurvinnanlegum umbúðum. Veldu fámennari ferðamannastaði svo ferðaþjónustan dreifist víðar og valdi minni skaða.

DISCOVER EU Á UMHVERFISVÆNAN HÁTT

Gerðu DiscoverEU að enn stærra ævintýri!

Það getur verið krefjandi að ferðast, sérstaklega á eigin spýtur – en þú getur gert upplifunina enn skemmtilegri með því að taka eina, tvær, þrjár eða fleiri áskoranir og tékka í boxin! ☑

SKEMMTILEGAR ÁSKORANIR



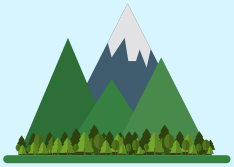
Borðaðu sérrétti héraðsins eða þjóðarrétti landsins sem þú ert í. ☐



Kanntu fimm orð í tungumálinu? Ef ekki, lærðu fimm orð. ☐



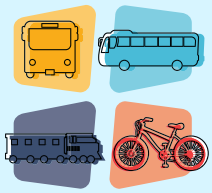
Spáðu í staðnum sem þú ert á. Hvað viltu muna? Hver er besta upplifunin á þessum stað? Hvað kom á óvart? ☐



Farðu á hæsta punktinn, gangandi, með lest eða kláfi. Hvernig er útsýnið? ☐



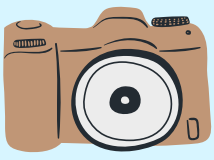
Spyrðu fólkið á staðnum um það sem þú mátt ekki missa af í borginni og farðu þangað strax. ☐



Prófaðu að nota sömu samgöngumáta og þau sem búa á staðnum sem þú ert á. ☐



Sendu vinum og fjölskyldu póstkort. Jafnvel á því tungumáli sem talað er á staðnum. ☐



Sökktu þér í menninguna á staðnum: farðu t.d. á íþrótta-viðburði eða tónleika. ☐

Enn skemmtilegra: Prentaðu og klipptu út áskoranirnar, dragðu miða af handahófi úr bunkanum og taktu áskoruninni!

3 LEIÐIR TIL AÐ GEYMA MINNINGAR ÚR FERÐINNI

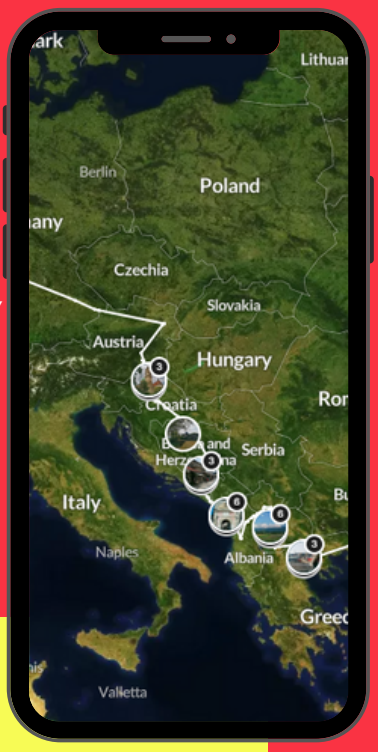
DiscoverEU ferðalagið er eitt stórt ævintýri með margvíslegum upplifunum. Það getur því verið erfitt að ákveða hvort þú ætlar vera með augun á myndavélinni eða njóta þess að horfa í kringum þig, eða koma aftur síðar og sleppa þá myndatökum eða eiga myndbandsupptökur.

Með þessum smáforritum getur þú fangað ferðalagið á auðveldan og skemmtilegan hátt. Það er auðvitað hægt að deila myndum og myndböndum á öðrum miðlum líka.

1

Polarsteps

Fylgstu náið með ferðalaginu, skoðaðu hve marga kílómetra þú hefur ferðast og í hversu mörgum löndum þú hefur verið. Þú getur bætt við myndum og texta, deilt tenglinum með vinum og fjölskyldunni heima, eða átt þetta út af fyrir þig.



2

1 Second Every Day

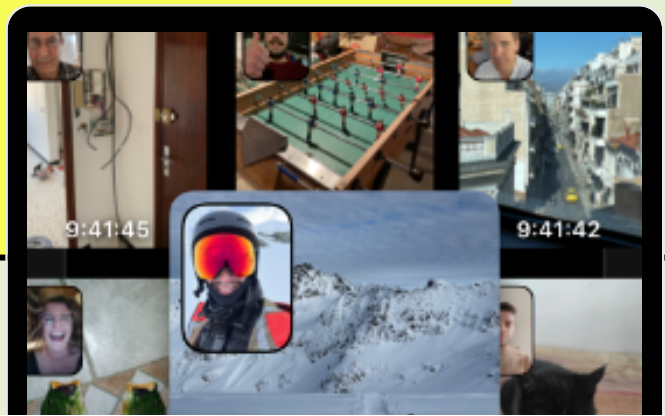
Veldu eina sekúndu frá hverjum degi og búðu til myndband sem sýnir ferðina í hnotskurn. Þú getur einnig búið til sameiginleg myndbönd með nokkrum sekúndum á dag frá vinum þínum.



3

BeReal

Þetta smáforrit er ekki fyrir fullkomnar myndir eða stærstu augnablikin, en raunhæfasta leiðin til að muna ferðina þína. Um leið og forritið segir þér að taka mynd, geturðu tekið mynd þann daginn bæði fyrir framan og aftan myndavélina samtímis. Þannig veistu alltaf hvernig hvernig var umhorfs á þessum áfangastað.



ALGENGAR SPURNINGAR UM ÖRUGG FERÐALÖG



DiscoverEU er almennt skemmtilegt og fræðandi. Flestir ferðalangar vilja eiga góðar minningar, svo það er gott að vera vel undirbúinn og gera sér grein fyrir hverju má eiga von á á ferðalaginu. Oft lendir maður á ókunnugum slóðum þar sem hlutirnir eru öðruvísi en maður á að venjast. Hér eru nokkrar algengar spurningar og svör um ferðaöryggi.

Fyrirvari:
Við getum væntanlega ekki spáð fyrir um ferðina og svarað öllum spurningum hárnákvæmt, svo hafðu í huga að hlutirnir geta farið á annan veg. Þú skalt ekki hika við að nýta þér Google. Og treysta eigin skynsemi!

ALMENNAR RÁÐLEGGINGAR

GÓÐ RÁÐ Á FERÐALAGI

Góður undirbúningur er gulls ígildi, þannig lágmarkarðu áhættuna. Kynntu þér áfangastaði, bókaðu gistingu fyrirfram og hafðu með þér staðfestingar á pöntunum og önnur mikilvæg gögn útprentuð. Láttu fjölskyldu og vini vita hvar þú ætlar að dvelja hverju sinni.

Það getur veitt þér öryggi að vera í félagsskap vinar á ferðalagi eða með hópi fólks sem þú þekkir og treystir. Þið getið þá passað upp á hvert annað. Auk þess skaltu taka vel eftir öllu í kringum þig og treysta því ef þú færð á tilfinninguna að eitthvað sé að.

HVERNIG GET ÉG FERÐAST Á ÖRUGGAN HÁTT EF ÉG FERÐAST EKKI Í HÓP?

Láttu vini og/eða fjölskyldu vita hvar þú ert og hvert þú ætlar að fara
Það veitir öryggistilfinningu og getur reynst mjög gagnlegt. Stundum er jafnvel hægt að fara í sendiráð og gefa upp á hvaða tíma þú verður í landinu.



Almennar ábendingar (líka fyrir fólk í hópum!):

- Geymdu fjármuni, greiðslukort og mikilvæg skjöl á mismunandi stöðum, t.d. í sitt hvorri töskunni eða vösum. Ef þú týnir einhverju, missirðu ekki allt í einu.
- Áður en þú mætir á gististað skaltu skoða umsagnir á netinu. Notaðu skáp undir verðmætin ef þú deilir herbergi og hleyptu aldrei ókunnugum inn.
- Ef þér líður betur með það, geturðu óskað eftir því á farfuglaheimilum að deila herbergi með sama kyni.
- Hafðu með þér hleðslubanka til að hlaða símann (eða taktu jafnvel gamla símann þinn með) svo þú getir alltaf hringt.

HVERNIG PASSA ÉG ÖLL SKJÖLIN MÍN?

Það er gagnlegt að eiga útprentuð afrit afrit af öllum gögnum (skilríkjum, miðum, pöntunum o.fl.) eða taka myndir og eiga í símanum eða á USB lykli. Það er líka gott að prenta út helstu heimilisföng og símanúmer og taka með.

HVERNIG GET ÉG PASSAÐ UPP Á VERÐMÆTA DÓTIÐ MITT?

Skildu aldrei eigur þínar eftir eftirlitslausar. Notaðu öryggishólf, sérstaklega ef þú gistir á farfuglaheimili þar sem þú deilir rými með öðrum. Þegar þú ert á ferðinni skaltu aðeins taka með þér það nauðsynlega.

STAFRÆNT ÖRYGGI

ER ÖRUGGT AÐ TENGJAST OPNU ÞRÁÐLAUSU NETI Í ALMENNINGSRÝMUM?

Rétt eins og á opinberum stöðum á Íslandi geta netglæpamenn auðveldlega stolið af þér gögnum ef þú tengist opnu þráðulausu neti.

Þess vegna er snjallt að nota ókeypis gagnamagn sem þú hefur hvar sem er í ESB og síminn þinn notar á sama hátt og heima. Ef þú ert ekki með áskrift að gagnamagni, skaltu kaupa fyrirframgreitt SIM kort á staðnum, sem er hagstæðara. **Flest íslensk símafyrirtæki bjóða upp á gagnamagn í Evrópu en gæðin eru misjöfn. Kynntu þér það áður en þú ferð af stað!**

AÐ DEILA UPPLÝSINGUM Á SAMFÉLAGSMIÐLUM

Deildu aldrei persónuupplýsingum á samfélagsmiðlum. Ef þú deilir myndum, skaltu ganga úr skugga um að persónuupplýsingar, svo sem gögn úr vegabréfinu þínu, nákvæm gististaðsetning eða lestarmiðar, sjáist ekki.

Ef þér finnst það öruggara, geturðu deilt myndunum á samfélagsmiðla eftir að þú hefur farið frá staðnum.



HEILSA

HVAÐ EF ÉG VEIKIST Á FERÐALAGI?



Með evrópska sjúkratryggingakortinu áttu rétt á heilbrigðisþjónustu í öðrum EES löndum, Sviss og Bretlandi þegar þú þarfnast hennar.

Þú finnur helstu upplýsingar með því að fara á vef Sjúkratrygginga Íslands – www.sjukra.is – eða hafa samband við þau.

Athugaðu að Evrópska sjúkratryggingakortið nær aðeins til lækniskostnaðar.
Með ferðatryggingu ertu oft með betri tryggingar. Farðu yfir tryggingamálin áður en þú ferð af stað. Oft eru heimilistryggingar fjölskyldunnar með ferðatryggingu sem nær yfir þig líka! Þá getur verið gott að biðja um útprentaða staðfestingu á því til að taka með.

RÉTTINDI FARÞEGA

HVAÐ GERI ÉG EF FLUGINU MÍNU, LEST, RÚTU EÐA BÁT SEINKAR EÐA ER AFLÝST?

Öll sem nota almenningssamgöngur í Evrópu hafa réttindi sem vernda þau ef ferð seinkar eða er aflýst.

Þú átt alltaf rétt á upplýsingum um orsök tafarinnar og hvað gert er til að leysa úr vandanum. Það fer eftir hversu löng seinkunin er, en þú gætir líka átt rétt á mat, gistingu eða afslætti á ferðinni þinni. Þú finnur yfirlit yfir það með því að leita á Google að **Your Europe Passenger Rights.**

NEYÐARAÐSTOÐ

NEYÐARTILVIK

Um alla Evrópu er neyðarnúmerið 112 sem þú getur hringt í komi eitthvað upp á. Þá færðu beint samband við lögreglu, slökkvilið, sjúkrabíl eða björgunarsveitir þess lands sem þú ert í. Við alvarlegar aðstæður getur líka verið nauðsynlegt að láta íslenska sendiráðið eða Borgaraþjónustu Utanríkisráðuneytisins vita.

Borgaraþjónusta utanríkisráðuneytisins er með neyðarsíma sem er opinn allan sólarhringinn **+354 545 0112**

Athugaðu að Ísland er ekki með sendiráð í öllum löndum! Ef þú ert í landi þar sem Ísland er ekki með sendiráð er best að hafa samband við borgaraþjónustuna og fá ráðleggingar.



HVERNIG BÝ ÉG TIL NEYÐARTENGILIÐ?

Ef það kemur upp neyðartilvik getur verið gagnlegt fyrir aðra að geta haft samband við nánasta aðstandanda. Á alþjóðavettvangi er kóðinn 'ICE' fyrir þessa tengiliði, en ICE stendur fyrir "In Case of Emergency".

Þú skalt því vista símanúmer neyðartengiliðanna þinna undir því nafni í símanum þínum (t.d. ICE1 – mamma), svo hægt sé að finna þá fljótt.

Í mörgum símum er hægt að hringja í neyðartengiliði þó síminn sé læstur. Kannaðu stillingarnar í heilsuappinu (Apple) eða í SOS tengiliðum (Android).
Þar getur þú einnig skráð blóðflokkinn þinn, upplýsingar um blóðgjöf, lyf og aðrar heilsufarsupplýsingar.

SVINDL

HVERNIG GET ÉG MINNKAÐ LÝKUR Á AÐ VERÐA FYRIR SVINDLI?

Það er alls staðar verið að svindla, sérstaklega í borgum og á ferðamannastöðum. Besta leiðin til að verjast því, er að búa sig undir það. Hér er listi yfir 10 algengar leiðir til að svindla á ferðamönnum:

1. Einstaklingur sullar á föt og býðst til að þrífa en reynir að ræna í leiðinni.
2. Fá ekki rétta upphæð til baka (passa að læra að þekkja seðlana!).
3. Ótraustverðugar ferðaskrifstofur (muna að lesa alltaf umsagnir á netinu með því að leita að nafni ferðaskrifstofunnar og **review**).
4. Rukkað of mikið í leigubíl – varist bíla með engan mæli eða bilaðan mæli.
5. Einstaklingar að selja miða í rútur eða lestir sem eru ekki starfsfólk. Farið alltaf í söluvélar eða bása.
6. Einstaklingar sem segjast vera í lögreglu eða hluti af yfirvaldi, gefa út sektir og heimta gjald á staðnum.
7. Ef þú leigir hjól, ökutæki eða íbúð, taktu alltaf myndir þegar þú færð afhent til að hafa til sönnunar ef þú færð rukkun um skemmdir sem þú ollir ekki.
8. Passaðu að greiða alltaf jafnóðum fyrir drykki á bar og ekki láta aðra kaupa fyrir þig. Þegar fólk geymir það að borga drykki þar til í lokin getur það staðið uppi með kostnað fyrir einhvern sem segist hafa setið á sama borði og hefur yfirgefið staðinn.
9. Þegar þú ferðast innan Evrópu þarftu ekki vegabréfsáritanir ef þú ert með íslenskt vegabréf. Ekki láta blekkjast ef einhver rukkar þig um að kaupa vegabréfsáritun á landamærum í Evrópu.. Það gæti verið einhver misskilningur (ekki allt fólk veit um Ísland) eða einhver að reyna að selja þér falsaða áritun.
10. Rándýrir og óekta minjagripir. Skoðaðu vel það sem er verið að selja þér á ferðamannastöðum.

MATUR

ER MATURINN ÖRUGGUR?

Það getur verið sniðugt að borða á stöðum sem er vinsæll af heimamönnum, maturinn er greinilega góður þar! Þú getur líka fengið ráð hjá starfsmönnum gististaða eða spurt félaga þín í DiscoverEU Facebook hópnum með hvaða stöðum þeir mæla.

Ef þú ert með fæðuóþol eða ofnæmi þá er sniðugt að vita hvernig þú segir frá því á tungumáli landsins. Þú getur t.d. fundið það á Google Translate, skrifað niður eða prentað út, svo þú getir alltaf bent á það sem þú getur ekki borðað.

3

EFTIR FERÐINA – HVAÐ SVO?

UPPLÝSINGAR UM ERASMUS+ OG EUROPEAN SOLIDARITYÁ ÍSLANDI



Það hefur mikil áhrif á mann að prófa að ferðast á eigin vegum. Mörg koma heim með þá ósk að halda ferðalaginu áfram – og í þessum kafla eru upplýsingar um önnur tækifæri til þess að dvelja í útlöndum með Erasmus+ og European Solidarity Corps.

1. Eftir ferðalagið þitt
2. Erasmus+ og European Solidarity Corps
3. Vissir þú að DiscoverEU er hluti af Erasmus+?
4. Rannís, Erasmus+, ESC og Eurodesk
5. Starfsfólk og tengiliðir

DISCOVER EU

EFTIR FERÐALAGIÐ ÞITT

Þegar þú kemur heim úr DiscoverEU ævintýrinu þínu, með bakpokann fullan af sögum og nýjum upplifunum, er líklegt að þú viljir stanslaust tala um ferðalagið.

Sem sendiherra DiscoverEU getur þú verið öðrum 18 ára ungmennum innblástur til að sækja um eigin ferðapassa. Til að taka þátt í að gefa öðrum evrópskum ungmennum tækifæri til að öðlast sömu reynslu getur þú til dæmis...

haldið kynningu
T.d. í skólanum þínum eða hjá félags-miðstöðinni þinni. Segðu frá hvernig er hægt að vinna DiscoverEU miða, hvað þú fékkst út úr ferðinni og hvernig hægt er að skipuleggja svona ferð. Svo auðvitað fyndnar ferðasögur af öllum ævintýrunum!

sagt vinum og fjölskyldu frá
Hver var hápunktur ferðarinnar? Hvað var erfiðast? Hvað lærðirðu? Hvort þú uppgötvaðir fallega staði, gerðir eitthvað ógleymanlegt eða borðaðir eitthvað sem þér finnst að allir ættu að prófa.

náð til ungs fólks sem vill upplifa svona
Kannski kemstu í blaðaviðtal eða getur verið gestur í útvarpsþætti eða hlaðvarpi. Þín saga getur kveikt áhugann hjá svo mörgum öðrum.



deilt upplifun þinni á netinu
Þú hefur sennilega sett inn fullt af myndum frá DiscoverEU á samfélags-miðla en kannski væri skemmtilegt að skrifa færslur um staðina sem þú heimsóttir eða deila myndböndum. Bættu hlutverki sendiherra DiscoverEU við ferilskrána og ekki gleyma að tagga @eurodeskiceland þegar þú setur inn myndir og stories.



ERASMUS+ OG EUROPEAN SOLIDARITY CORPS

FYRIR UNGT FÓLK

ÆVINTÝRIN BÍÐA

Þegar þú ferð frá síðasta áfangastað ferðarinnar, hefur klárað að pakka í ferðatöskuna í síðasta sinn og tekur flugið tekið heim til Íslands, lítur það kannski út fyrir að ævintýrið sé búið... Í rauninni er þetta bara byrjunin á öllum þeim ævintýrum sem bíða þín í Evrópu!
Fyrir utan DiscoverEU er fullt af öðrum möguleikum í boði til að hjálpa þér að fara út til Evrópu. Hér verður farið yfir nokkra þeirra:



Sjálfboðaliðastörf European Solidarity Corps

ESC er sjálfboðaliðaáætlun Evrópu sem varð til út frá Erasmus+. Þær eru nátengdar en ESC gerir fólki kleift að fara til Evrópu á vegum European Solidarity Corps í 2-12 mánuði sem sjálfboðaliðar. Þú borgar ekkert fyrir að skrá þig og færð flug, gistingu og mat innifalinn. Í sjálfboða-vinnunni vinnurðu fyrir stofnun eða ungmennasamtök í öðru Evrópulandi. Starfið fer svo alveg eftir þínum áhugamálum, en það eru í boði fjölmörg störf t.d. við dýravernd, tækniumsjón á hátíðum, við listgerð, kynningarstörf á söfnum, íþróttaþjálfun og störf í félagsmiðstöðvum, svo eitthvað sé nefnt.

Skiptinám og starfsnám

Erasmus+ styrkir námsfólk til að taka hluta af námi sínu úti í Evrópu. Hluti ferðakostnaðar er endurgreiddur auk þess sem innifalinn er styrkur fyrir mánaðarlegu uppihaldi.

Skiptinámið er í boði í háskólum, yfirleitt þarf að klára 1 námsár áður en farið er út. Námið er metið inn í námsferilinn og lengir því ekki námið. Hægt er að fara einu sinni á hverju námsstigi, í eina eða tvær annir.

Starfsnám er hægt að taka á háskólastigi og einnig í iðn- og listnámi í framhaldsskóla. Það er oft tekið eftir að námi lýkur en styttri dvalir eru einnig mögulegar á meðan námi stendur. Starfsnám geta verið í 2-12 mánuði.

Ungmennaskipti

Hópur ungs fólks frá tveimur eða fleiri Evrópulöndum hittist og tekur þátt í vinnusmiðjum og kynnist lífi og menningu jafningja sinna í öðrum löndum. Búa þarf til umsókn þar sem tekið er fram hvert markmið ferðarinnar sé en svo borgar Erasmus+ ferðakostnað, fæði og uppihald fyrir hópinn, ásamt því að styrkja sérstaklega allan auka kostnað sem fellur til svo allt fólk, líka þau sem t.d. búa við fötlun eða erfiðar félagslegar aðstæður, geti tekið þátt.

Þátttökuverkefni

Þessi verkefni eru aðeins stærri en samfélagsverkefni – og styrkirnir fyrir þeim eru stærri. Markmiðið með þeim er að hvetja ungt fólk til lýðræðislegrar virkni og þátttöku, með áherslu á þátttöku í ákvörðunartöku í málefnum ungs fólks. Verkefnin eru hugsuð sem tækifæri fyrir ungt fólk að koma sínum skoðunum á framfæri við yfirvöld og geta verið ráðstefnur, herferðir, námskeið, fundir, upplýsinga- og/eða menningarviðburðir. Þannig getur ungt fólk haft rödd.

Samfélagsverkefni

Ertu með góða hugmynd að verkefni sem getur gagnast umhverfinu eða þínu nærsamfélagi? Þú getur látið drauminn rætast með því að búa til samfélagsverkefni með fjórum öðrum þátttakendum. Samfélagsverkefni geta fengið verkefnastyrk frá European Solidarity Corps í 2-12 mánuði.
Samfélagsverkefni eru ótrúlega fjölbreytt. Verkefni gætu t.d. verið veganmatarkvöld í ungmennahúsi einu sinni í mánuði, námskeið í fatasaumi eða tungumálahittingar fólks með ólíkan bakgrunn. Samfélagsverkefni geta verið einn viðburður, viðburðarröð, námskeið og ýmislegt annað. Samfélagsverkefni á Íslandi hafa m.a. verið gerð geðræktar-apps, aðgengilegir matjurtagarðar fatlaðra, samkomur fyrir ungt flóttafólk og ýmislegt fleira. Hvað langar þig að gera fyrir þitt samfélag?



FRAMTÍÐIN ER BJÖRT

VISSIR ÞÚ AÐ DISCOVER EU ER HLUTI AF ERASMUS+ ÁÆTLUNINNI

Erasmus+ er styrkjaáætlun Evrópusambandsins í mennta-, æskulýðs og íþróttamálum. Erasmus+ veitir 26 milljarða evra í styrki á sjö ára tímabili frá 2021-2027 til fjölbreyttra verkefna. Það eru í kringum 3600 milljarðar íslenskra króna!

Erasmus+ styður m.a. skiptinám, sjálfboðaliðastörf (í gegnum European Solidarity Corps), ungmennaskipti, ýmis innanlands-verkefni, nám og þjálfun starfsfólk erlendis og margt fleira.

Yfir 10 milljónir Evrópubúa hafa notið stuðnings frá Erasmus+ og ESC áætlununum frá upphafi árið 1987. Frá því að Íslendingar tóku fyrst þátt árið 1991, hafa rúmlega 30 þúsund Íslendingar tekið þátt í verkefnum sem Erasmus+ hefur styrkt eða dvalist erlendis með stuðning áætlunarinnar.

DiscoverEU og Erasmus+

Fyrir nokkrum árum fengu tvö þýsk ungmenni frábæra hugmynd eftir að hafa ferðast um Evrópu með lest. Þau töldu að það myndi skapa meira umburðarlyndi ef fleira ungt fólk hefði tækifæri til að kynnast betur þvert á landamæri, tungumál og menningu.

Hugmyndin af DiscoverEU varð til úr þessum pælingum. Til að berjast gegn hatri, fordómum og umburðarleysi ákvað Evrópusambandið að styrkja verkefnið. DiscoverEU fór í loftið árið 2018 og yfir 100.000 18 ára ungmenni tóku þátt í allra fyrsta útdrættinum.

15.000 þeirra fengu 30 daga lestarpassa sem þau gátu notað nánast ótakmarkað á evrópskum lestarteinum. Fyrir mörg var þetta í fyrsta skipti sem þau ferðuðust til útlanda án fullorðinna og mörg sögðu frá því að hafa eignast nýja vini, orðið betri í tungumálum og fengið aukið sjálfstraust.

DiscoverEU heppnaðist mjög vel en í Covid-19 heimsfaraldrinum gat ungt fólk ekkert ferðast og því var það frábært þegar DiscoverEU byrjaði aftur árið 2022. Nú hefur DiscoverEU verið fært undir Erasmus+ áætlunina sem Ísland tekur þátt í.

EVRÓPUSAMSTARF

HVERS VEGNA ER ÍSLAND MEÐ Í ERASMUS+?



Ísland tekur þátt í Erasmus+ og European Solidarity Corps á grundvelli EES samningsins. EES-ríkin eru þau ríki sem eiga aðild að samningnum um Evrópska efnahagssvæðið. Samningurinn nær til allra aðildarríkja Evrópusambandsins og þriggja aðildarríkja EFTA, Íslands, Liechtenstein og Noregs (EFTA/EES-ríkin).

EES-samningurinn er helsta stoðin í samskiptum Íslands við Evrópusambandið en með honum fékk Ísland, auk Noregs og Liechtenstein, aðgang að innri markaði ESB.

Þökk sé EES samningnum býr Ísland við svokallað „fjórfrelsi“, þ.e.a.s. jafnt og frjálst flæði vöru, þjónustu, fólks og fjármagns og önnur Evrópulönd. Það þýðir t.d. að Íslendingar þurfa ekki vegabréfsáritanir til að ferðast eða flytja til Evrópu og geta dvalið þar skilyrðislaust. Óhindruð ferðalög Íslendinga út um alla Evrópu eru þessum samningi að þakka!

RANNÍS ERASMUS+ EURODESK

Á Íslandi heyrir landskrifstofa Erasmus+, European Solidarity Corps og Eurodesk undir Rannís.

Kannski eruð þið að velta fyrir ykkur hvers vegna þessi bæklingur er gefinn út af Rannís. Rannsóknamiðstöð Íslands eða Rannís er ekki bara stofnun sem heldur utan um 30 innlenda og erlenda sjóði, heldur er landskrifstofa Erasmus+ á Íslandi líka staðsett hjá Rannís.
Meðal þeirra þekktu sjóða sem Rannís sér um á Íslandi eru sjóðir eins og listamannalaun, nýsköpunarsjóður námsmanna og tækniþróunarsjóður.

Starfsfólk Rannís sem vinnur á landskrifstofu Erasmus+ veitir styrkþegum upplýsingar og leiðbeiningar varðandi umsóknarferli og framgang verkefna. Hjá Rannís er líka Upplýsingastofa um nám erlendis og Eurodesk á Íslandi, en það er einmitt Eurodesk sem sér um upplýsingamiðlun fyrir DiscoverEU verkefnið á Íslandi.

STARFSFÓLK



Miriam Petra Ómarsdóttir Awad

Verkefnastýra Eurodesk á Íslandi

Miriam veitir upplýsingar um DiscoverEU ásamt almennum upplýsingum um möguleika til náms erlendis, skiptináms og starfsnáms hjá Erasmus+ og sjálfboðaliðastörf með European Solidarity Corps auk upplýsinga um styrkjamöguleika í verkefnum innanlands. Miriam er líka inngildingarfulltrúi landskrifstofunnar og veitir því upplýsingar um inngildingu í Erasmus+ og European Solidarity Corps.



Óli Örn Atlason

Erasmus+
European Solidarity Corps

Óli vinnur fyrir landskrifstofu Erasmus+ og getur veitt ungu fólki upplýsingar um styrkjamöguleikana sem felast í Erasmus+, t.d. varðandi ungmennaskipti og þátttökuverkefni, auk upplýsinga um samfélagsstyrki European Solidarity Corps.



Alþjóðafulltrúar

í þínum skóla

Við hvetjum fólk til að hafa samband við alþjóðafulltrúana í sínum skólum til þess að athuga með skiptinám og starfsnám á vegum Erasmus+.



4

DAGBÓK OG AFÞREYING

Nokkrar blaðsíður sem þar sem hægt er að skrá niður góðar minningar

SKRÁÐU FERÐALAGIÐ

áfangastaður
dagsetning

gististaður

ferðafélagar

besti maturinn

eftirminnilegt

áfangastaður
dagsetning

gististaður

ferðafélagar

besti maturinn

eftirminnilegt

áfangastaður
dagsetning

gististaður

ferðafélagar

besti maturinn

eftirminnilegt

áfangastaður
dagsetning

gististaður

ferðafélagar

besti maturinn

eftirminnilegt

áfangastaður
dagsetning

gististaður

ferðafélagar

besti maturinn

eftirminnilegt

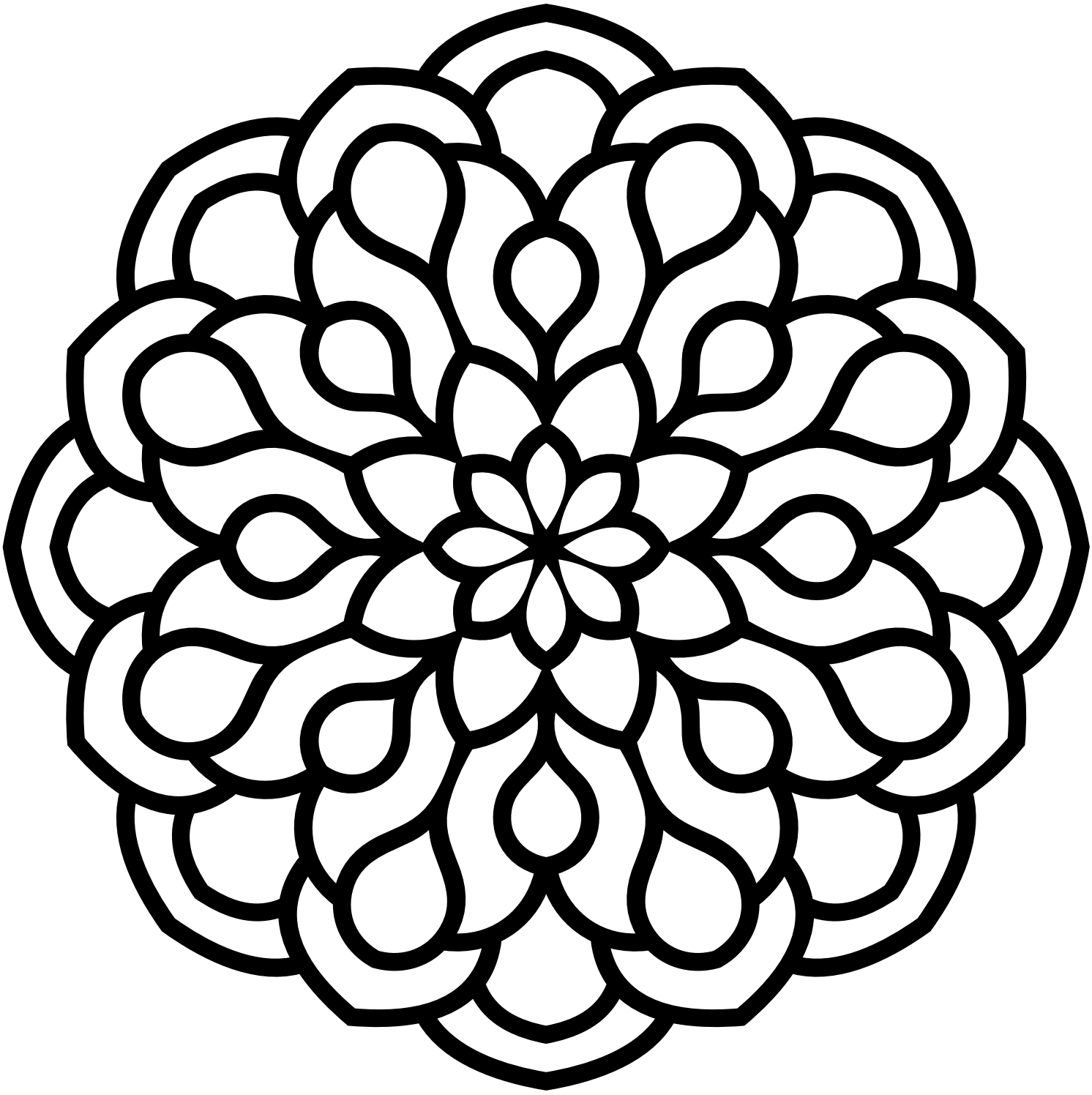
áfangastaður
dagsetning

gististaður

ferðafélagar

besti maturinn

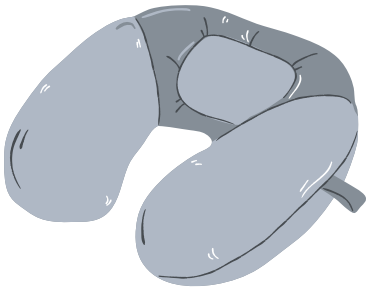
eftirminnilegt



LEIÐIST ÞÉR AÐ BÍÐA EFTIR LESTINNI? ÞÚ GÆTIR LITAÐ ÞETTA









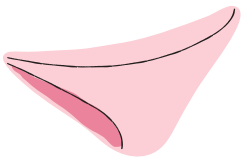


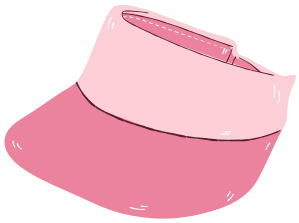


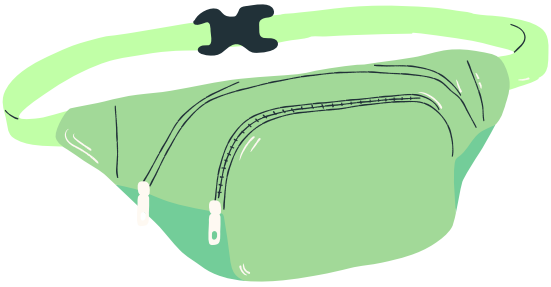
















KLIPPTU ÚT MIÐA TIL AÐ SKREYTA DAGBÓKINA

eurodesk

Borgartún 30
105 Reykjavík, Ísland
www.eurodesk.is
eurodeskis@eurodesk.eu

rannís