

PRZEWODNIK

Travel. Learn. DiscoverEU

**Co może być dla Ciebie niejasne
albo sprawić trudność podczas
planowania lub w trakcie podróży?**

ZNAJDŹ ODPOWIEDZI NA PYTANIA DOTYCZĄCE:

WALUT

TRANSPORTU PUBLICZNEGO

**PORUSZANIA SIĘ
PO NOWYM MIEJSCU**

ROAMINGU POZA UE

**DOFINANSOWANIA
PODRÓŻY**



na czym to polega? kto może aplikować? jak się zgłaszać? czy warto?



Projekt „Travel. Learn. DiscoverEU” ma na celu wzbogacenie doświadczenia osiemnastoletnich Europejczyków poprzez zachęcenie ich do aktywnego obywatelstwa i wzmacnianie europejskiej tożsamości poprzez wartościowe i dobrze wspierane podróże. Projekt motywuje młodych ludzi do udziału w DiscoverEU, zapewniając im przystępne, przyjazne młodzieży informacje za pośrednictwem kompleksowego przewodnika podróźnego oraz interaktywnej platformy internetowej. Ponadto, projekt zwiększa świadomość na temat DiscoverEU za pomocą przykuwających uwagę treści medialnych, w których uczestnicy dzielą się swoimi doświadczeniami i zachęcają innych do wzięcia udziału. Poprzez systematyczne zbieranie i analizę doświadczeń uczestników, projekt dostarcza cennych informacji na temat potrzeb młodych podróżników. Wnioski te są następnie przekształcane w konkretne rekomendacje, które wspierają dalszy rozwój i udoskonalanie programu DiscoverEU na poziomie europejskim. Projekt został opracowany we współpracy stowarzyszenia LEVEL UP z Polski oraz chorwackiego stowarzyszenia SUMA – Association for Sustainable Development (Stowarzyszenie na Rzecz Zrównoważonego Rozwoju).

Uwaga: Przedstawione poglądy i opinie są wyłącznie poglądami autora i nie odzwierciedlają oficjalnego stanowiska Unii Europejskiej lub Komisji Europejskiej. Ani Unia Europejska, ani Komisja Europejska nie ponoszą za nie odpowiedzialności. Projekt jest współfinansowany przez Unię Europejską.



**Co-funded by
the European Union**



WSTĘP

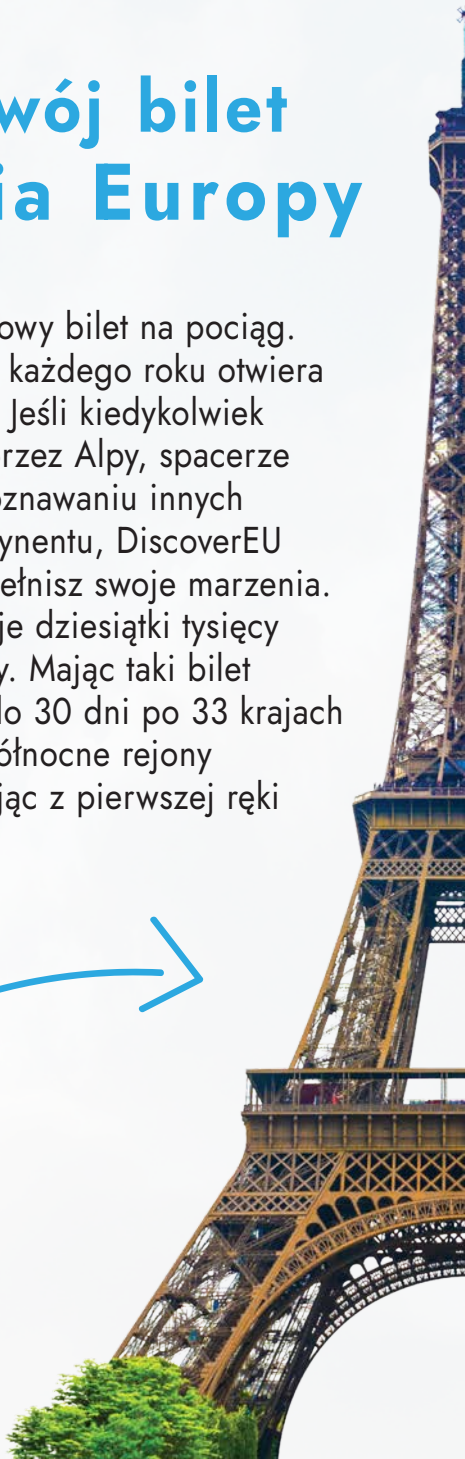
Wyobraź sobie, że masz 18 lat i dostajesz darmowy bilet do zwiedzania Europy - brzmi świetnie, prawda? DiscoverEU to dokładnie to: inicjatywa stworzona przez Unię Europejską, która daje młodym ludziom możliwość podróżowania po Europie, poznawania jej bogatych kultur i krajobrazów. Ten przewodnik został stworzony przez młodych podróżników, z myślą o innych młodych podróżnikach, jako część projektu „Travel. Learn. DiscoverEU” (KA210-YOU-20824D3A) współorganizowanego przez LEVEL UP (Polska) i SUMA (Chorwacja). Naszym celem jest wzbogacenie Twojego doświadczenia z DiscoverEU tak, aby informacje były przyjazne dla młodzieży, praktyczne, inkluzywne i inspirujące. Projekt koncentruje się na zrównoważonym rozwoju (dzięki SUMA) i inteligentnych narzędziach cyfrowych (dzięki LEVEL UP), więc po drodze znajdziesz wiele porad dotyczących ekologicznych podróży i rekomendacji aplikacji.



Zanim zagłębimy się w temat: DiscoverEU jest częścią programu Erasmus+ (2021-2027) i jest współfinansowany przez Unię Europejską. Przedstawione tu opinie pochodzą od autorów przewodnika oraz uczestników projektu, nie są to oficjalne stanowiska UE, ale zweryfikowaliśmy przedstawione informacje w wiarygodnych źródłach, więc możesz im ufać. Zacznijmy planować Twoją europejską przygodę!

DiscoverEU – Twój bilet do Odkrywania Europy

DiscoverEU to wiele więcej niż darmowy bilet na pociąg. To inicjatywa Unii Europejskiej, która każdego roku otwiera Europę dla tysięcy osiemnastolatków. Jeśli kiedykolwiek marzyłeś o przejeździe pociągiem przez Alpy, spacerze o zachodzie słońca w Paryżu, czy poznawaniu innych poszukiwaczy przygód z całego kontynentu, DiscoverEU może być biletem, dzięki któremu spełnisz swoje marzenia. Co roku Komisja Europejska przyznaje dziesiątki tysięcy biletów młodym ludziom, takim jak Ty. Mając taki bilet w ręku, możesz podróżować kolejną do 30 dni po 33 krajach od słonecznych greckich wysp, po północne rejony zaśnieżonej Norwegii – doświadczając z pierwszej ręki różnorodności Europy.



Co jest w ofercie?

Jeśli zostaniesz wybrany, otrzymasz bilet podróży Interrail/Eurail, który pozwala podróżować europejskimi kolejami (oraz promami lub autobusami tam, gdzie pociągi nie docierają). W większości przypadków będziesz podróżować pociągiem – jednym z najbardziej ekologicznych środków transportu (więcej informacji na ten temat znajdziesz w sekcji poświęconej zrównoważonemu rozwojowi). Wraz z biletem, uczestnicy programu DiscoverEU otrzymują również specjalną kartę zniżkową DiscoverEU (wersję Europejskiej Karty Młodzieżowej) z ponad 40 000 zniżkami na zakwaterowanie, transport lokalny, kulturę, jedzenie, sport i wiele więcej. To oznacza tańsze hostele, bilety do muzeów, transport publiczny, a nawet posiłki – duża pomoc dla studenckiego budżetu. Krótko mówiąc, dzięki DiscoverEU możesz zaplanować epicką podróż po Europie, w dużej mierze za darmo.

kto może aplikować? ►



Kto może aplikować?

Żeby było sprawiedliwie, kryteria kwalifikacji są bardzo szczegółowe. Program DiscoverEU jest dostępny jedynie dla osób w wieku około 18 lat. W praktyce oznacza to, że musisz mieć 18 lat w pierwszym dniu okresu składania wniosków na daną rundę (dokładny zakres dat urodzenia różni się w zależności od rundy). Musisz także być obywatelem lub rezydentem państwa członkowskiego UE lub kraju partnerskiego w programie Erasmus+ (obecnie Islandia, Liechtenstein, Macedonia Północna, Norwegia, Serbia oraz Turcja). Wskazówka: daty kwalifikacji zmieniają się w każdej rundzie – aby uzyskać informacje dotyczące Twojego rocznika zajrzyj na stronę Europejskiego Portalu Młodzieżowego.



Co ważne, program DiscoverEU jest dostępny dla osób ze wszystkich środowisk. Bez względu na to, czy pochodzisz z dużego miasta czy małej miejscowości, czy uważasz się za doświadczonego podróżnika, czy nigdy nie wyjeżdżałeś ze swojego kraju, masz równe szanse. Nie zniechęcaj się nawet jeśli jesteś osobą z niepełnosprawnością lub masz problemy zdrowotne.

DiscoverEU zapewnia pomoc i wsparcie, aby umożliwić Ci uczestnictwo na równych zasadach.



Kiedy i jak aplikować?

Składanie aplikacji do programu DiscoverEU odbywa się dwa razy w roku, zazwyczaj wiosną i jesienią. Każda runda to krótki okres (często około 2 tygodnie), w którym można złożyć wniosek online na Europejskim Portalu Młodzieżowym.

Sam proces aplikacji jest prosty i odbywa się wyłącznie przez internet. Na stronie internetowej Europejskiego Portalu Młodzieżowego przejdź do sekcji DiscoverEU i kliknij „Aplikuj teraz” (przycisk ten jest widoczny tylko podczas otwartego naboru). Tam zaloguj się (za pomocą swojego konta EU Login) i wypełnij formularz z danymi osobowymi (takimi jak imię, narodowość oraz numer dowodu osobistego lub paszportu).



Wniosek możesz złożyć indywidualnie lub w grupie do 5 osób. Przy zgłoszeniach grupowych, osoba rejestrująca się jako pierwsza otrzymuje kod aplikacji, który może udostępnić maksymalnie czterem innym osobom, które następnie wpisują swoje dane używając tego kodu grupowego – dzięki czemu zgłoszenie będzie oceniane wspólnie.

i co dalej? ►

potem...

Po podaniu podstawowych informacji, musisz wypełnić krótki quiz (chyba że jesteś członkiem grupy; w przypadku zgłoszeń grupowych quiz wypełnia tylko lider grupy). Nie przejmuj się, to nie egzamin – zazwyczaj ~5 pytań wielokrotnego wyboru dotyczących Europy, Unii Europejskiej oraz inicjatyw kulturalnych lub młodzieżowych, a także jedno dodatkowe pytanie rozstrzygające na wypadek remisu.

Po wystaniu zgłoszenia musisz uzbroić się w cierpliwość. Wyniki nie są natychmiastowe; po upływie terminu zgłoszeń, Komisja Europejska ocenia aplikacje i zazwyczaj ogłasza zwycięzców kilka tygodni później. Wszyscy kandydaci są informowani o wynikach drogą mailową.



**cierpliwie
czekając...**

Pamiętaj!

KLUCZOWE KWESTIE DO PODSUMOWANIA:

- Co roku odbywają się dwa nabory – w kwietniu i w październiku. Sprawdź Europejski Portal Młodzieżowy, aby poznać dokładne daty i ustawić sobie przypomnienia.
- Zgłoś się w wieku 18 lat. Musisz mieć 18 lat (konkretny zakres dat urodzenia podany w każdej rundzie) i pochodzić z kwalifikującego się kraju.
- Wniosek online za pośrednictwem strony DiscoverEU Europejskiego Portalu Młodzieżowego, indywidualnie lub w grupach do 5 osób.
- Quiz i wybór. Odpowiedz na kilka pytań dotyczących Europy. Zwycięzcy są wybierani i powiadamiani za pośrednictwem poczty elektronicznej kilka tygodni później.
- Jeśli wygrasz, otrzymasz swój bilet podróżniczy (więcej o tym później) i zaczniesz planować swoją podróż w dozwolonym okresie podróży.



Co obejmuje DiscoverEU Pass?

Gwiazdą programu jest bilet podróżny. Jest to zasadniczo bilet Interrail Global Pass (lub Eurail Pass dla osób z krajów partnerskich), który zapewnia elastyczny dostęp do prawie wszystkich pociągów w 33 krajach europejskich. Pomyśl o tym jak o magicznym bilecie, który pozwala wsiadać i wysiadać z pociągów z Portugalii, przez Polskę, aż do Finlandii, obejmując tysiące destynacji. Oto co musisz wiedzieć o tym, jak działa bilet podróżny dla uczestników DiscoverEU:

- Możesz podróżować **do 30 dni** łącznie. Nie jesteś zobowiązany do wykorzystania wszystkich 30 dni, ale jest to maksymalny czas. W ramach tego masz określoną liczbę dni podróży (dni, w których możesz korzystać z pociągów) – zazwyczaj bilet jest elastyczny.
- Bilet może być użyty w **elastyczny sposób** poprzez aplikację na telefon. Aktywujesz dzień podróży w dniu, kiedy zaczynasz podróż. Jeśli wolisz stały plan podróży, istnieje opcja zamówienia biletów na konkretne daty (przydatne, jeśli na przykład potrzebujesz biletów papierowych lub masz ustalony plan).

- Przede wszystkim jest to bilet kolejowy. Niektóre pociągi premium (takie jak międzynarodowe szybkie lub nocne) wymagają rezerwacji miejsca za dodatkową opłatą, której bilet nie obejmuje, więc warto uwzględnić te niewielkie koszty. Jeśli mieszkasz na wyspie lub w bardzo odległym regionie, DiscoverEU nie pozostawi Cię bez pomocy – inicjatywa ta umożliwia specjalne rozwiązania pozwalające dotrzeć na kontynent. Niektóre przeprawy promem (np. między Grecją a Włochami) są wliczone w bilet Interrail.

- Wraz z biletem podróznym otrzymasz link do swojej cyfrowej Europejskiej Karty Młodzieżowej DiscoverEU. Karta to odblokowuje tysiące zniżek w całej Europie. Wystarczy okazać ją w muzeach, atrakcjach turystycznych, lokalnych środkach transportu, niektórych restauracjach lub hostelach, aby zaoszczędzić pieniądze. Przykładowo możesz dostać zniżkę na wejście do Luwru w Paryżu, 10–20% zniżki w hostelu młodzieżowym w Berlinie, czy wynająć rower w Amsterdamie w niższej cenie. Karta daje ponad 40,000 możliwości zniżkowych. Te zniżki mogą znacząco zwiększyć możliwości Twojego budżetu- darmowe lub tańsze bilety do muzeów, obniżone ceny komunikacji miejskiej itp. w skali miesiąca podróży mogą dać odczuwalne oszczędności.

- DiscoverEU zachęca do nawiązywania kontaktów z innymi. Możesz złożyć wniosek jako grupa ze znajomymi ze swojego kraju, ale nawet jeśli aplikujesz samodzielnie, możesz połączyć się z innymi laureatami. Istnieje oficjalna grupa DiscoverEU na Facebooku, licząca dziesiątki tysięcy członków, gdzie podróżnicy rozmawiają, planują spotkania i szukają towarzyszy podróży na swoje trasy.

Na koniec należy pamiętać, że DiscoverEU to jednorazowa okazja, jeśli chodzi o bezpłatny bilet. Możesz otrzymać bilet DiscoverEU tylko raz. Jeśli się zgłosisz, ale nie wygrasz, możesz spróbować w kolejnej rundzie (tak długo jak kwalifikujesz się wiekiem). Lecz jeśli wygrasz i odbędziesz podróż, nie możesz ubiegać się o kolejny bilet w późniejszej rundzie.

Dlaczego warto się zgłosić? - Poza Darmowym Biletem

Na pierwszy rzut oka, DiscoverEU może wydawać się tylko darmowym biletem podróżniczym – ale to wiele więcej. Tak, praktyczne korzyści są ogromne: opłacony bilet podróżny oraz zniżki sprawiają, że można zobaczyć Europę za ułamek zwykłych kosztów. Ale zapytaj kogokolwiek, kto to zrobił, a opowie ci o rozwoju osobistym i wspomnieniach, które znacznie przewyższają wartość pieniężną biletu.

Oto kilka powodów,
dla których młodzi ludzie
(być może tacy jak Ty) są
zainteresowani DiscoverEU:



- Dla wielu osób jest to pierwsza samodzielna podróż, dająca wyjątkową okazję odwiedzenia kilku krajów w jednej wyprawie, co czyni ją prawdziwą przygodą i doświadczeniem odkrywania. To przygoda w najprawdziwszym tego słowa znaczeniu.
- Podróżowanie przez kilka krajów samodzielnie lub w towarzystwie rówieśników może być intensywnym kursem umiejętności „życiowych”, sprzyjającym rozwojowi osobistemu. Nauczysz się niezależności (ponieważ samodzielnie planujesz logistykę i podejmujesz decyzje w trakcie podróży), odpowiedzialności (kontrolując swój budżet i rzeczy osobiste) oraz rozwiązywania problemów (strajk pociągów? przegapione połączenie? znajdziesz plan B).
- Europa jest niezwykle różnorodna. W ciągu kilku tygodni możesz usłyszeć kilkanaście języków, odwiedzić zarówno średniowieczne zamki, jak i galerie sztuki współczesnej, nauczyć się poruszać metrem w miastach takich jak Paryż, a także wybrać się na wędrowkę po Alpach Szwajcarskich. Każdy kraj ma własne zwyczaje, historię i nastrój. DiscoverEU zapewnia Ci miejsce w pierwszym rzędzie, abyś mógł podziwiać tę kulturową mozaikę.
- Jedną z najlepszych rzeczy w podróżowaniu w tym wieku są ludzie, których spotykasz, co często prowadzi do cennych przyjaźni i kontaktów. Niezależnie od tego, czy są to inni uczestnicy programu DiscoverEU, z którymi podróżujesz, czy miejscowi lub inni podróżnicy w hostelach, w trasie nawiądziesz różnorodne więzi. Wspólna podróż pociągiem może stać się początkiem rozmowy, która sprawi, że nieznajomy stanie się przyjacielem.



- Podróżowanie w ramach DiscoverEU często sprawia, że młodzi ludzie zaczynają czuć się bardziej związani z Europą. Przekraczanie granic bez kontroli (dzięki Schengen!), obserwowanie różnic między krajami, które jednak dzielą wspólne wartości - to wszystko może wzbudzić poczucie dumy z bycia Europejczykiem. I oczywiście, to świetna zabawa!

Trzeba wiedzieć (Konfrontacja Rzeczywistości)

Chociaż DiscoverEU to niesamowita okazja, ważne jest, aby podchodzić do niej z realistycznymi oczekiwaniami i świadomością tego, co nie jest objęte programem lub co może stanowić wyzwanie. Oto kilka kluczowych kwestii, o których należy pamiętać, aby być w pełni przygotowanym:

- Bilet DiscoverEU obejmuje transport (pociągi i niektóre promy, oraz początkowe połączenie, jeśli jest konieczne) pomiędzy miastami i krajami. Nie obejmuje on jednak automatycznie zakwaterowania, codziennych wydatków na żywnienie, biletów na lokalną komunikację miejską (metro/autobus) w miastach ani opłat za wstęp do atrakcji turystycznych. Musisz zaplanować budżet na podróż (pomożemy Ci w sekcji poświęconej planowaniu budżetu).



- Elastyczność biletu Interrail jest ogromna, ale popularne trasy i miejsca noclegowe mogą być szybko wyprzedane, zwłaszcza latem, więc warto wszystko zaplanować i zarezerwować z wyprzedzeniem. Wielu podróżnych uważa, że rozsądnie jest rezerwować niektóre rzeczy z wyprzedzeniem – na przykład miejsca w pociągach dużych prędkości, które wymagają rezerwacji lub hostele w dużych miastach w sezonie, z tygodniowym lub dwutygodniowym wyprzedzeniem. Spontaniczność jest częścią tej przygody, ale podróże organizowane w ostatniej chwili, mogą czasem przysporzyć sporo kłopotów.

- Podróż z przyjaciółmi lub samemu? Obie opcje są w porządku, jednak znaj swój poziom komfortu. Jeśli wybierzesz się samemu, masz całkowitą swobodę, ale musisz być pewny siebie podróżując samotnie; jeśli wybierasz się z przyjaciółmi, dzielisz się wspomnieniami (i kosztami), ale także obowiązkami. Dynamika grupy może być trudna podczas długiej podróży.

- Podróżowanie z biletem Interrail ma kilka specyficznych cech, więc należy pamiętać o zasadach. Na przykład, przed wejściem do pociągu należy aktywować dni podróży w aplikacji, zawsze mieć przy sobie bilet i paszport/dowód tożsamości na wypadek kontroli w pociągu itp. Jeśli zapomnisz aktywować bilet lub pokażesz niewłaściwy bilet, możesz zostać ukarany grzywną w pociągu – auć! Należy również pamiętać, że jeśli kraj uczestnika znajduje się poza strefą Schengen UE (np. Turcja), podczas podróży do/z tego kraju mogą być przeprowadzane kontrole graniczne – należy upewnić się, że posiada się niezbędne wizy.



· W dzisiejszych czasach wszystko, od biletów kolejowych, przez nawigację, po zameldowanie w hostelu, wymaga połączenia z internetem za pomocą smartfona i aplikacji DiscoverEU. Roaming w UE jest bezpłatny dla kart SIM z UE, ale jeśli pochodzisz z kraju spoza UE, sprawdź koszty roamingu- możesz kupić lokalną kartę SIM lub eSIM do transmisji danych. Aplikacja podróżnicza DiscoverEU jest niezbędna, ale należy pamiętać, że choć jest świetna, nie jest idealna- niektórzy podróżni zauważyli, że nie pokazuje wszystkich lokalnych połączeń kolejowych.

· Podsumowując, DiscoverEU to życiowa szansa – ale nie są to darmowe wakacje, gdzie wszystko jest załatwione. Twoim zadaniem będzie stworzenie świetnego doświadczenia.



**a co z osobami powyżej
18. roku życia? ►**

DiscoverEU Inclusion Action (Działanie na Rzecz Włączenia): Podróż dla wszystkich

Podczas gdy główny program DiscoverEU jest konkursem otwartym dla wszystkich osób w wieku 18 lat, istnieje inna droga do podobnej przygody dla tych, którzy zazwyczaj nie mają takiej możliwości. Nazywa się to DiscoverEU Inclusion Action – w praktyce jest to specjalnie dostosowany program w ramach Erasmus+, który pomaga młodym osobom z mniejszymi możliwościami (do 21. roku życia) w bezpiecznym i wspieranym uczestnictwie w DiscoverEU.

Co oznacza termin „mniejsze możliwości”? W kontekście UE termin ten odnosi się do młodości, która napotyka przeszkody uniemożliwiające jej samodzielne podróżowanie. Mogą to być przeszkody ekonomiczne (niski dochód, bezrobocie), społeczne, problemy zdrowotne, różnice kulturowe (migranci, uchodźcy), ograniczenia geograficzne (odległe obszary wiejskie, mieszkańcy wysp), czy przeszkody edukacyjne.

Inicjatywa „Inclusion Action” istnieje, żeby przełamać te bariery i zapewnić, że program DiscoverEU jest naprawdę dostępny dla wszystkich młodych ludzi, a nie tylko dla tych, którzy mają już środki lub pewność siebie, aby samodzielnie się zgłosić.

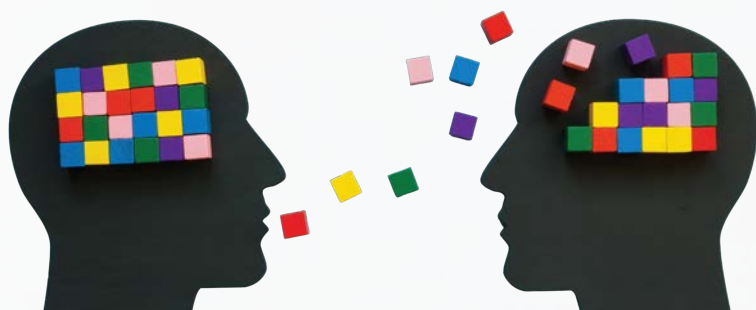


Jak to działa? W przeciwieństwie do głównego programu DiscoverEU (na który można zgłosić się indywidualnie na portalu), program Inclusion Action jest realizowany za pośrednictwem organizacji. Zasadniczo organizacje młodzieżowe, organizacje pozarządowe, nieformalne grupy młodzieżowe, a nawet szkoły, mogą ubiegać się o dofinansowanie w ramach programu Erasmus+ (Key Action 1, KA155) na realizację projektu „DiscoverEU Inclusion”. W ramach tych projektów zostanie zrekrutowana niewielka grupa młodzieży o ograniczonych możliwościach, która zostanie przygotowana i zabrana na wycieczkę DiscoverEU wraz ze wsparciem.

Główne cechy Działania na Rzecz Włączenia:

- Akcja jest skierowana do młodych ludzi w wieku 18–21 lat, którzy mają mniejsze możliwości. Jeśli więc przegapiłeś główny nabór w wieku 18 lat lub masz 19–20 lat i uważasz, że jesteś za stary, może to być dla Ciebie druga szansa, pod warunkiem, że spełniasz kryteria dotyczące mniejszych możliwości.
- Uczestnicy podróżują w grupach od 1 do 5 osób i mogą to być grupy nieformalne (nie muszą być zarejestrowane jako organizacja), ale organizacja lub lider grupy nieformalnej musi złożyć wniosek i kierować projektem. Zazwyczaj grupie towarzyszy co najmniej jeden dorosły lider lub przeszkolony opiekun młodzieży.
- Projekty Inclusion Action są finansowane przez program Erasmus+, co oznacza, że zasadniczo wszystkie kwalifikowalne wydatki są pokrywane. Obejmuje to bilet podróżny oraz wiele dodatków, których nie obejmuje standardowa oferta DiscoverEU. Na przykład może pokryć koszty zakwaterowania, wyżywienia lub diet, transportu lokalnego, ubezpieczenia podróżnego, a nawet „koszty nadzwyczajne” związane z Twoją sytuacją. Koszty nadzwyczajne mogą obejmować opłaty wizowe, zaświadczenia lekarskie, specjalną pomoc lub gwarancję finansową, jeśli jest to konieczne.

- Wraz z biletem podróznym otrzymasz link do swojej cyfrowej Europejskiej Karty Młodzieżowej DiscoverEU. Karta to odblokowuje tysiące zniżek w całej Europie. Wystarczy okazać ją w muzeach, atrakcjach turystycznych, lokalnych środkach transportu, niektórych restauracjach lub hostelach, aby zaoszczędzić pieniądze. Przykładowo możesz dostać zniżkę na wejście do Luwru w Paryżu, 10–20% zniżki w hostelu młodzieżowym w Berlinie, czy wynająć rower w Amsterdamie w niższej cenie. Karta daje ponad 40,000 możliwości zniżkowych. Te zniżki mogą znacząco zwiększyć możliwości Twojego budżetu- darmowe lub tańsze bilety do muzeów, obniżone ceny komunikacji miejskiej itp. w skali miesiąca podróży mogą dać odczuwalne oszczędności.
- Bilet podróznym w ramach Inclusion Action jest podobny, ale nieco się różni: obecnie oferuje nieograniczoną liczbę przejazdów pociągiem przez 7 dni w ciągu 30 dni. To oznacza, że ma się miesiąc, żeby wybrać 7 dni, w których chce się jeździć pociągami (nie muszą to być następujące po sobie dni).
- Ważnym elementem tych projektów jest to, że zawierają kompleksowe przygotowanie, mentoring i działania następcze – nie chodzi tylko o to, żeby dać uczestnikom bilet i życzyć miłej zabawy. Organizacje zazwyczaj organizują spotkania przed wyjazdem, szkolenia z zakresu umiejętności podróżniczych, warsztaty międzykulturowe itp., aby przygotować uczestników.



Jak się zaangażować?

Jeśli uważasz, że kwalifikujesz się jako młoda osoba z mniejszymi możliwościami i brzmi to jak coś dla Ciebie, podejście to różni się nieco od standardowego wniosku DiscoverEU. Nie składasz wniosku indywidualnie na portalu; zamiast tego musisz znaleźć projekt lub organizację, która prowadzi działanie DiscoverEU Inclusion Action i dołączyć do ich grupy. Oto kilka sposobów, żeby to zrobić:

- Skontaktuj się z Narodową Agencją Erasmus+ ds. młodzieży w swoim kraju.
- Skontaktuj się z lokalnymi organizacjami młodzieżowymi, organizacjami pozarządowymi lub szkołami – zwłaszcza tymi, które są aktywne w ramach programu Erasmus+ lub mobilności młodzieży.
- Wszelkie informacje na temat naborów DiscoverEU Inclusion można znaleźć na Europejskim Portalu Młodzieżowym lub stronach internetowych poświęconych młodzieży.
- Jeśli należysz do nieformalnej grupy młodych ludzi i macie dorosłego, który mógłby ją poprowadzić, możecie nawet zwrócić się do organizacji lub utworzyć grupę, aby samodzielnie ubiegać się o dotację – choć jest to bardziej skomplikowane i zazwyczaj zajmują się tym doświadczeni pracownicy młodzieżowi

Criteria	DiscoverEU (Standard)	DiscoverEU – Inclusion Action
Age range	18 years old	18–21 years old
Application method	Individual online application (lottery system)	Application through an organization
Travel format	Independent travel or with friends	Group travel
Costs covered	Free travel pass (Interrail)	All costs covered (travel, accommodation, food, activities)
Support during travel	Self-planned trip, no formal support	Group leader / mentor support
Target group	Young people with fewer barriers to travel	Young people with fewer opportunities (economic, social, health, geographical)
Main goal	Independent exploration of Europe	Inclusive and supported travel experience
Level of independence	High	Moderate – with guidance

W skrócie, Inclusion Action jest bardziej ustrukturyzowaną ścieżką wsparcia do udziału w DiscoverEU. Ma to na celu zapewnienie, że młodzież, która może nie mieć pieniędzy, ma niepełnosprawność lub inne przeszkody, nie zostanie pominięta w tej fantastycznej inicjatywie. Inclusion Action jest również oficjalną częścią programu Erasmus+, więc uczestnicy mogą otrzymać na koniec certyfikat Youthpass, potwierdzający zdobyte umiejętności.

Planowanie Twojej przygody z DiscoverEU

Więc masz już swoją kartę DiscoverEU (lub z pewnością liczysz na to, że ją dostaniesz) – super! Zanim wskoczysz do pociągu, pamiętaj, że planowanie jest kluczem do sprawnej i przyjemnej przygody.

Punktem wyjścia jest stworzenie grupy podróżniczej (lub podróżowanie w pojedynkę).

Krok pierwszy: zdecydować kto jedzie. Będziesz podróżować z przyjaciółmi, a może samemu i poznasz ludzi w trakcie podróży? Obie opcje są dostępne w programie DiscoverEU; pamiętaj tylko, że jeśli złożyłeś wniosek jako grupa, prawdopodobnie będziecie podróżować razem. Jeśli zgłosiłeś się samodzielnie, nadal możesz znaleźć towarzyszy podróży poprzez społeczność DiscoverEU.

Podróżowanie z przyjaciółmi może być świetną zabawą - przeżywacie razem radosne chwile, możecie dzielić koszty, a do tego wzajemnie się wspieracie. W gorsze dni przyjaciel może podnieść Cię na duchu, a w spokojniejsze możecie razem relaksować się w parku lub na plaży. Podróż grupowa to również wspólne podejmowanie decyzji, dzięki czemu odpowiedzialność nie spoczywa tylko na jednej osobie. Jednak oznacza to również kompromisy. Świetna rada od poprzednich grup: zorganizujcie zespołową sesję planowania (lub kilka) przed wyjazdem.

Jeśli podróżujesz solo, to równie wspaniałe doświadczenie. To normalne, że na myśl o samotnym backpackingu w wieku 18 lat pojawia się odrobina strachu. Jednak tysiące osób już to zrobiło i pokochało. Masz pełną swobodę - możesz wstać i zdecydować, co chcesz robić. Kluczem do samodzielnej podróży jest otwartość na innych i aktywne nawiązywanie kontaktów – dołącz do pieszych wycieczek, przywitaj się z podróżnikiem obok lub skorzystaj z grupy DiscoverEU na Facebooku, aby spotkać innych, gdy będziecie w tym samym mieście.



Określenie Trasy i Budżetu

Europa jest ogromna i pełna cudów – jak w ogóle zacząć wybieranie, gdzie pojechać? Planowanie trasy może wydawać się przytłaczające, ale można to rozłożyć krok po kroku:

- 1.** Zrób listę miejsc, które koniecznie chcesz zobaczyć. Każda osoba w grupie (lub Ty, jeśli będziesz solo) powinna wymienić kraje lub miasta, które chcą zobaczyć najbardziej. Przygotuj listę marzeń. Spróbuj skupić się na jednym ogólnym regionie lub logicznej trasie. Myśl realistycznie o czasie! W każdym dużym mieście łatwo spędzić 2–3 dni na zwiedzaniu; podróże między nimi często zajmują pół dnia. Przeładowanie trasy to częsty błąd początkujących. "Więcej nie zawsze znaczy lepiej", jak przekonali się poprzednicy.

Gdy już masz swoje wymarzone miejsca, naszkicuj przybliżoną trasę, która logicznie je połączy. Na przykład, jeśli chcemy zobaczyć Paryż, Berlin, Pragę i Budapeszt, możemy narysować linię: Paryż -> Berlin -> Praga -> Budapeszt. Przemyśl początkowe i końcowe punkty. Wielu woli trasę w pętli albo taką, w której wraca się do innego miasta niż początkowe. Przy bilecie Interrail zazwyczaj wliczony jest przejazd z kraju zamieszkania do granicy i z powrotem – zasada jest taka, że można wykorzystać bilet na dwa przejazdy w kraju: przy wyjeździe i powrocie.

2.

- 3.** Chociaż potrzebujesz konkretnej trasy, zostaw przestrzeń na niespodziewane zmiany. Wielu podróżników radzi: zaplanuj szkielet podróży (główne przystanki i daty), ale pozwól sobie na dodatkowe wycieczki lub zmiany, jeśli zakochasz się w jakimś miejscu i zechcesz zostać dłużej. Elastyczność i spontaniczność – to złote zasady poprzednich podróżników.



4.

Oszacuj budżet wcześniej. Mimo że bilet jest darmowy, wydasz pieniądze na codzienne życie i atrakcje turystyczne. Przykład podejścia do budżetu: najpierw przemyśl koszty zakwaterowania. Jeśli masz w planach hostele, skorzystaj z aplikacji takich jak Booking lub Hostelworld w danych miastach: jaka jest średnia cena za noc? Pomnóż przez liczbę nocy. To najprawdopodobniej będzie Twój najwyższy stały koszt. Następnie, jedzenie: zdecyduj, czy chcesz czasem coś ugotować, jeść jedzenie uliczne, czy w restauracjach. Ustal dzienny budżet na jedzenie, np. "€25/dzień na jedzenie" jako przybliżony koszt. Lokalny transport i aktywności: wiele miast oferuje bilety okresowe (często ze zniżkami dla osób poniżej 26 r.ż.) – zaplanuj kilka euro w każdym mieście na metro i autobusy.

Wszystko może się zdarzyć – możesz zgubić portfel, niespodziewanie potrzebować taksówki lub zaszaleć na paratolni w Alpach (czemu nie!). Postaraj się mieć coś na czarną godzinę, nawet kilkaset euro, których nie tkniesz bez potrzeby.

Słowo o ukrytych kosztach! Nawet z darmowym biletem, jest kilka kosztów, takich jak opłata za rezerwację miejsca w niektórych pociągach (TGV we Francji, czasami ICE w Niemczech). Zazwyczaj nie kosztują więcej niż €10–20 euro. Możesz też poszukać lokalnych pociągów, które nie wymagają rezerwacji – wolniej, ale taniej. Innym możliwym kosztem jest przechowanie bagażu – na przykład, jeśli jesteś w mieście tylko na jeden dzień i zostawiasz torby w skrytkach na dworcu (koszt około €5–€10).





Interrail

<https://www.interrail.eu> > interrail > global-pass

niezbędne



Interrail – The best rail Pass in Europe

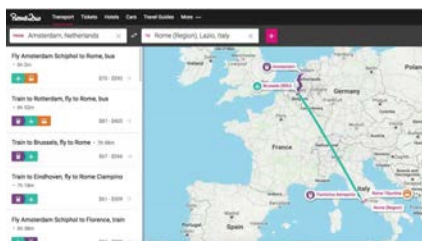
The best way to see all of Europe – No fixed route – Flexible start date. Tour all of Europe with 1 rail ticket – Best value for money. Book now.

5.

Wykorzystaj Narzędzia do Organizacji! Żeby zwizualizować swoją trasę, wykorzystaj Google My Maps lub narysuj ją na kartce papieru. Aplikacje takie jak Rome2Rio lub Google Maps pokazują różne opcje transportu między miejscami. Ale pamiętaj, że Google Maps nie zawsze idealnie pokazuje europejskie pociągi – nadaje się tylko do ogólnych wizualizacji. Aplikacja Interrail Rail Planner jest niezbędna. Zawiera rozkłady jazdy europejskich pociągów dostępne offline. Ma nawet funkcję planowania podróży – wystarczy wpisać trasę, a aplikacja pokaże połączenia. Jednak inni podróżnicy ostrzegają, że czasem nie uwzględnia lokalnych pociągów lub podaje mylące informacje. Jeszcze jedno: zaplanuj dni na odpoczynek. Może się to wydawać nielogiczne przy ograniczonym czasie, ale uwierz nam, ciągły ruch jest męczący.

W końcu, ucz się na błędach innych. Co poprzedni podróżnicy Discover EU chcieliby wiedzieć wcześniej? Często lekcja: zbyt optymistycznie oceniali czas przejazdów i liczbę miejsc, które można odwiedzić. Niektórzy niewystarczająco sprawdzili lokalny transport – na przykład nie wiedzieli, że ostatni pociąg do ich hostelu na przedmieściach odjeżdża o 23 i go przegapili albo mieli wątpliwości, czy bilet obejmuje metro w mieście. Inni żalowali, że nie wydrukowali map lub nie mieli map offline na wypadek braku internetu.

przykład:
aplikacja Rome2Rio



Mądre pakowanie to wiedza co (a czego nie).

Kolejnym ważnym krokiem w przygotowaniach jest spakowanie walizek na miesiąc w podróży. Pomysł spakowania wszystkiego na każdą okazję jest kuszący – ale musisz się powstrzymać! Złota zasada od doświadczonych backpackersów: pakuj się lekko. Będziesz nosić swój bagaż przez dworce kolejowe, po schodach hosteli i wąskimi brukowanymi uliczkami. Jak znaleźć złoty środek w pakowaniu:

Wybierz właściwą torbę. Większość podróżników wybiera plecak (około 40–60 litrów pojemności) zamiast walizki. Plecak łatwiej wnieść po schodach i biegać z nim w razie potrzeby, a dodatkowo zostawia wolne ręce.

Weź rzeczy na różną pogodę. Pogoda w Europie potrafi się bardzo różnić w zależności od kraju i tygodnia, dlatego zabierz wygodne ubrania, które możesz ubierać warstwowo odpowiednio do warunków.

Pomyśl o uniwersalnych i funkcjonalnych ubraniach. Przy uniwersalnych ubraniach możesz je łączyć i tworzyć wiele stylówek z zaledwie kilku rzeczy. Podróżnicza wskazówka: spakuj trochę detergentu do prania lub wykorzystaj mydło w hostelu do wyprania niezbędnych rzeczy.



coś jeszcze? ►

Dokumenty i kopie. Absolutnie nie zapomnij o swoim paszporcie lub dowodzie. Zabierz swoją Europejską Kartę Bezpieczenia Zdrowotnego (EKUZ), jeśli ją posiadasz – da Ci dostęp do publicznej opieki zdrowotnej w krajach UE. Wykup też ubezpieczenie turystyczne – to naprawdę ważne. Wydrukuj lub przygotuj kopie cyfrowe swojej polisy i ważnych dokumentów. Dobrze też skopiować swój paszport/dowód i inne dokumenty – trzymaj kopie osobno od oryginałów. Niektórzy wysyłają sobie mailowo skany paszportu, wizy, biletów – nawet jeśli wszystko Ci ukradną, będziesz mieć dostęp online do kopii.

Pieniądze i karty. Weź ze sobą przynajmniej dwie formy płatności – zwykle karta debetowa lub kredytowa (Visa/Mastercard są szeroko akceptowane) i trochę gotówki na zapas. Popularne są też karty przedpłacone lub aplikacje takie jak Revolut. Poinformuj swój bank, że wyjeżdżasz, żeby nie zablokowali Ci karty z powodu podejrzanego aktywności zagranicznej. Noś przy sobie trochę gotówki w euro na nagłe wypadki lub miejsca, które nie akceptują kart. Nie trzymaj wszystkich pieniędzy w jednym miejscu.

Gadżety i elektronika. Telefon i ładowarka są konieczne. Pobierz wszystkie potrzebne aplikacje. Warto rozważyć powerbanka. Pociągi często mają gniazda, ale nie zawsze. Jeśli potrzebujesz, spakuj adaptery do gniazdek. Słuchawki – świetne do słuchania muzyki podczas długich przejazdów, ale pamiętaj, że będziesz też chciał rozmawiać z innymi podróżnikami, więc nie odłączaj się całkowicie! Długopis i mały notes – przydatne do notowania godzin odjazdów pociągów lub grania w kółko i krzyżyk z przyjaciółmi w razie nudy oraz do prowadzenia dziennika ze swoich przygód.



Inne istotne punkty

Leki. Jeśli przyjmujesz leki na receptę, spakuj ich wystarczającą ilość na całą podróż (oraz kopię recepty lub notatkę od lekarza). Weź też podstawową apteczkę pierwszej pomocy. Dobrze mieć przy sobie także podstawowe leki na dolegliwości żołądkowe, np. przy bieguncie czy niestrawności.

Kosmetyki. Wybierz minimalizm. Płyny poniżej 100ml, jeśli w którymś momencie planujesz podróż samolotem. Mały szampon, mydło, dezodorant, podróżna pasta do zębów i szczoteczka, grzebień, krem z filtrem (ważny w lato!). Wiele hosteli ma szafki, ale będziesz potrzebować własnej kłódki.

Przekąski! Spakuj trochę przekąsek na start – baton proteinowy lub orzeszki, zwłaszcza na długie podróże lub na późny przyjazd, gdy sklepy będą już zamknięte. Niektórzy zabierają butelkę z filtrem, aby zapewnić sobie dodatkowe bezpieczeństwo lub na wypadek wątpliwej jakości wody.

Czego nie pakować? Nie zabieraj zbyt wielu ubrań. Naprawdę nie potrzebujesz 5 par spodni i 10 koszulek. Dobrze jest spakować się na 7–10 dni i robić pranie. Unikaj wartościowych rzeczy, takich jak droga biżuteria.

Wskazówka! Po spakowaniu plecaka, przetestuj jego noszenie. Dasz radę komfortowo przejść z nim kilometr? Podniesiesz go nad głowę (aby umieścić w schowku bagażowym pociągu)? Jeśli sprawia Ci trudność, usuń niektóre przedmioty. Wielu podróżników przyznaje potem: „Nie potrzebowałem tej drugiej kurtki ani dodatkowych butów.”

Dzielenie rzeczy w grupach. Jeśli podróżujesz ze znajomymi, skoordynujcie się, żeby nie brać podwójnie rzeczy, którymi możecie się dzielić. Na przykład, potrzebujecie tylko jednego podróżnego żelazka i jednej apteczki. Rozdzielenie bagażu w grupie to praktyczne rozwiązanie.

Cytując doświadczonego podróżnika: „Spakuj połowę ubrań i dwa razy więcej pieniędzy niż myślisz, że będziesz potrzebować.”

Poszukiwanie Destynacji i Źródeł Informacji

Częścią radości podróżowania jest odkrywanie nowych miejsc, ale wcześniejsze zapoznanie się z docelowymi miejscami może znacznie wzbogacić Twoje doświadczenia. Oto, jak się przygotować:

Dobrym punktem wyjścia jest po prostu wpisanie w Google „Co robić w [Miasto]” albo sprawdzenie blogów podróżniczych i filmów na YouTube. Media społecznościowe też bywają zaskakująco przydatne. Instagram i TikTok mogą pokazać Ci ciekawe miejsca – wyszukuj po tagach #DiscoverEU, #Interrail lub #[Miasto], aby znaleźć inspirujące posty. TikTok stał się popularnym źródłem porad podróżniczych dla Generacji Z; możesz trafić na filmik typu „5 ukrytych perełek w Budapeszcie”, który doprowadzi Cię do świetnego baru w ruinach, albo lokalnego miejsca z jedzeniem.

Prawie każde miasto i państwo ma oficjalną stronę turystyczną z listą atrakcji, wydarzeń i często darmowych rzeczy do zrobienia. Nie musisz czytać całego przewodnika, ale przejrzanie pomoże Ci ustalić priorytety.



Nauucz się kilku podstawowych zwrotów w języku kraju, do którego podróżujesz – to zarówno przejaw szacunku, jak i praktyczna umiejętność. "Dzień Dobry", "Dziękuję", "Przepraszam", "Czy mówisz po angielsku?" i może "Gdzie jest stacja kolejowa?". Miejscowi doceniają, gdy próbujesz się porozumieć, a nawet jeśli wymówisz coś źle, często pomaga to przełamać pierwsze lody w przyjazny sposób.



Pobierz mapy offline dla każdego kraju lub miasta w Mapach Google. aplikacje, takie jak Maps.me czy HERE WeGo, także umożliwiają nawigację offline. Do transportu publicznego Google Maps często wystarcza, ale lokalne aplikacje komunikacji miejskiej bywają lepsze. Wiele krajów ma własne aplikacje linii kolejowych.

Częścią przygotowań jest wiedza o tym, gdzie będziesz spać. Przeczytaj opinie na Booking.com lub Hostelworld; często zawierają wskazówki takie jak „blisko metra” lub ostrzeżenia, na przykład „w nocy okolica wydaje się podejrzana”. Lokalizacja jest kluczowa – tani hostel daleko od centrum może kosztować Cię więcej czasu i pieniędzy na dojazdy, więc warto znaleźć złoty środek. Sprawdź, czy obiekt zapewnia szafki, bezpłatne śniadanie itp. – mogą one stanowić dodatkową wartość.

Warto zapytać poprzednich podróżnych i porozmawiać ze znajomymi, którzy podróżowali z Interrail lub brali udział w poprzedniej turze konkursu DiscoverEU. Będą mieli mnóstwo porad z pierwszej ręki. Istnieją także społeczności online takie jak subreddity (r/Interrail, r/travel) lub grupa DiscoverEU na Facebooku, gdzie można zadawać pytania.

Zaplanuj najważniejsze atrakcje z wyprzedzeniem i rozważ wcześniejszą rezerwację biletów online, jeśli to możliwe. W przypadku wielu głównych atrakcji turystycznych wymagana jest wcześniejsza rezerwacja. Niektóre oferują bezpłatne dni lub zniżki dla młodzieży (wiele muzeów w Europie oferuje bezpłatny wstęp lub zniżki dla osób poniżej 26. roku życia – np. Luwr jest bezpłatny dla mieszkańców UE poniżej 26. roku życia, jak podano we wskazówce).

Należy zapoznać się z lokalnymi normami i prawami oraz sprawdzić, czy obowiązują jakieś szczególne zasady etykiety kulturowej. Na przykład w niektórych krajach przechodzenie przez ulicę na czerwonym świetle jest źle widziane, a nawet karane grzywną; w innych jest to normalne. Takie drobiazgi zazwyczaj można wyjaśnić podczas własnego researchu lub zadając pytanie mieszkańcom.

Zapisz ważne informacje offline, np. w notatkach w telefonie. Adresy noclegów (żeby pokazać taksówkarzowi lub łatwo znaleźć miejsce), kody do drzwi, godziny pociągów na kluczowych odcinkach itp. Nie polegaj wyłącznie na zakładkach w internecie – miej najważniejsze rzeczy zapisane w miejscu dostępnym bez WiFi.

W trasie: Zarządzanie Finansami i Dbanie o Bezpieczeństwo



Podróżowanie to przygoda, ale nie powinna przerodzić się w nieprzyjemne doświadczenie. Ta część przewodnika to Twoja siatka bezpieczeństwa – dosłownie. Porozmawiamy o tym, jak utrzymać budżet podróży w ryzach (aby nie zabrakło Ci pieniędzy w połowie drogi) oraz jak zachować bezpieczeństwo i rozwagę w nieznanym miejscu.

Sprawy Finansowe: Budżetowanie i Wydawanie Pieniędzy – Triki

Ustaliłeś budżet - teraz musisz się go trzymać (mniej więcej), jednocześnie w pełni korzystając ze swojej podróży. Rozsądne gospodarowanie pieniędzmi w trasie pozwoli Ci uniknąć stresu, a być może nawet pozwoli przedłużyć wyjazd lub pozwolić sobie na coś wyjątkowego, ponieważ zaoszczędziłeś w innym miejscu. Oto, jak być finansowo sprytnym w podróży:

Używaj kart rozważnie i miej przy sobie zapas gotówki. Wielu młodych podróżników ceni sobie aplikacje takie jak Revolut czy Monzo. Jeśli nie, Twoja zwykła karta debetowa prawdopodobnie zadziała w większości miejsc; uważaj tylko na opłaty za transakcje zagraniczne, które może naliczyć Twój bank. Przy wypłacie gotówki korzystaj raczej z bankomatów bankowych, unikając tych ogólnodostępnych w centrach turystycznych, które mogą doliczać prowizję. Jeśli bankomat lub terminal zapyta o przewalutowanie, odmów – wybierz pobranie kwoty w lokalnej walucie, nie w „EUR” na karcie spoza strefy euro, aby uzyskać lepszy kurs. Warto jednak mieć przy sobie trochę gotówki, którą możesz przeznaczyć na drobne zakupy i publiczne toalety.

Trzymaj się dziennego budżetu, wiedząc, że w niektóre dni wydasz więcej, a inne mniej. Nie pozwól, by ograniczenia finansowe psuły Ci zabawę – ale świadomość wydatków może uchronić przed sytuacją typu: „O nie, zostało mi tylko 100 € i 10 dni podróży”.

Jedzenie może niepostrzeżenie pochłonąć dużą część budżetu, jeśli będziesz jeść na mieście przy każdym posiłku. Ale można cieszyć się lokalną kuchnią, nie wydając fortuny. Jeśli możesz, gotuj od czasu do czasu – wiele hosteli ma wspólne kuchnie. W europejskich supermarketach można często kupić tanio świeże pieczywo, sery i owoce. Warto też spróbować lokalnych piekarni i ulicznego jedzenia, które jest zazwyczaj tańsze niż jedzenie w restauracjach, a przy tym bardzo smaczne. Nie zapomnij o zniżkach studenckich: jeśli masz legitymację studencką ISIC lub po prostu dowód potwierdzający wiek poniżej 26 lat, możesz otrzymać zniżkę lub bezpłatny wstęp do wielu atrakcji.



dyscyplina!

Oprócz wyboru hosteli i tanich hoteli, rozważ alternatywy. Schroniska młodzieżowe to oczywiste rozwiązanie – łóżka w pokojach wieloosobowych są najtańsze, ale nawet prywatne pokoje w hostelach mogą być tańsze niż w hotelach, a jednocześnie zapewniają społeczną atmosferę. Couchsurfing (nocowanie u lokalnych mieszkańców za darmo) to opcja, którą niektórzy podróżnicy bardzo lubią – chodzi tu przede wszystkim o wymianę kulturową i poznanie ludzi. Jeśli zdecydujesz się na tę formę noclegu, dokładnie przeczytaj opinie o gospodarzu i być może pierwszy raz spróbuj razem z innym podróżnikiem. Inna wskazówka noclegowa: wielu podróżników Interraiłem korzysta z nocnych pociągów lub autobusów, które pełnią jednocześnie funkcję środka transportu i miejsca do spania. Wykorzystaj swoją kartę rabatową DiscoverEU na noclegi w hostelach i atrakcje turystyczne.

Główne podróże międzymiastowe są objęte karnetem, ale transport lokalny może nie być objęty. Wiele miast oferuje zniżki na transport publiczny dla młodzieży, a nawet bezpłatny transport dla osób poniżej pewnego wieku. Na przykład w niektórych miastach osoby poniżej 19 roku życia podróżują komunikacją miejską za darmo, a osoby poniżej 26 roku życia otrzymują zniżki – sprawdź zasady w każdym mieście. Ale także spaceruj, kiedy tylko to możliwe. Warto również rozważyć wypożyczenie roweru w miastach przyjaznych rowerzystom.



Miej awaryjny zapas gotówki. Jeśli zgubisz portfel lub karta przestanie działać, ta gotówka może wystarczyć na taksówkę albo posiłek w nagłej sytuacji. Dobrze też mieć zapasową kartę oddzielnie od głównego portfela, na wypadek zgubienia lub problemów z bankomatem. Jedna z podróżnych opowiadała, jak karta bankomatowa jej znajomej się rozmagnesowała, ale miała zapasową kartę, żeby móc kontynuować podróż – prawdziwe wybawienie.

Unikaj niepotrzebnych mandatów i opłat, bo mogą nieoczekiwanie zepsuć budżet. Zawsze kasuj bilety kolejowe/autobusowe, jeśli jest to wymagane. W pociągach z kartą Interrail zawsze aktywuj dzień podróży i rezerwację miejsca, jeśli ją posiadasz. Kontrolerzy biletów w niektórych krajach są bardzo surowi.

Korzystaj z darmowych atrakcji, bo w Europie jest mnóstwo sposobów, by cieszyć się podróżą niemal za darmo. Parki, plaże, spacery z przewodnikiem (wystarczy napiwek), darmowe dni w muzeach (wiele muzeów narodowych w Europie ma jeden darmowy dzień w miesiącu lub jest zawsze bezpłatne dla młodzieży), festiwale i koncerty plenerowe, uliczne występy – korzystaj z takich możliwości.

Na koniec rada od poprzednich podróżników: unikaj kosztownych błędów. Niektórzy wydali fortunę, bo spóźnili się na pociąg i musieli kupić nowy bilet na szybki pociąg lub zostali oszukani przez zbyt drogą taksówkę. Zdrowy rozsądek: korzystaj z oficjalnych taksówek lub współdzielonych przejazdów (albo transportu publicznego), aby uniknąć przepłacania, szczególnie na lotniskach lub późnym wieczorem. Ponadto skonfiguruj swój telefon tak, aby unikać opłat roamingowych – najlepiej kup lokalną kartę SIM lub wykup plan roamingowy.

Teraz, gdy masz już kontrolę nad swoimi finansami, zadbajmy o Twoje bezpieczeństwo i dobre samopoczucie podczas podróży.

Bezpieczeństwo i Dobre Samopoczucie Podczas Podróży

Europa jest generalnie bardzo bezpiecznym miejscem do podróżowania, zwłaszcza kraje UE, które zamierzasz odwiedzić. Jednak jak w przypadku każdej podróży, zwłaszcza gdy jesteś młody i może to być Twoja pierwsza tak długa rozłąka z domem, warto przestrzegać pewnych zasad bezpieczeństwa. Dotyczą one bezpieczeństwa osobistego, zdrowia i radzenia sobie z nieoczekiwanymi sytuacjami.

Chroń swoje dokumenty i rzeczy wartościowe, takie jak paszport, bilety i karty – strzeż ich jak skarbu. Używaj paska biodrowego na pieniądze lub wewnętrznej kieszeni na paszport i większą część gotówki. Jeśli wybierasz się na cały dzień, możesz zostawić paszport zamknięty w hostelu. W czasie podróży, zwłaszcza w zatłoczonych pociągach i autobusach miejskich, uważaj na kieszonkowców. Proste rozwiązania: w zatłoczonych miejscach noś plecak z przodu lub trzymaj ręce na zamkach.

Nigdy nie zostawiaj bagażu bez opieki. W pociągach, jeśli znajdujesz się w przedziale i umieszczasz torbę na półce, staraj się mieć ją w zasięgu wzroku lub przynajmniej przypnij pasek do czegoś stabilnego. Na dworcach zawsze miej rękę lub oko na bagażu.

Odkrywanie nocnego życia europejskich miast to część dobrej zabawy. Po prostu rób to z głową. Jeśli wychodzisz wieczorem, w miarę możliwości trzymaj się co najmniej jednego przyjaciela, a jeśli idziesz sam, poinformuj kogoś o swoich planach. Gdy jesteś na imprezie, pilnuj swoich drinków- nigdy nie zostawiaj swojego drinka bez nadzoru i nie przyjmuj drinków od nieznanym, aby uniknąć ryzyka podania substancji odurzających. Wróć do miejsca zakwaterowania korzystając z licencjonowanych taksówek lub aplikacji typu rideshare (np. Uber, Bolt), jeśli nie czujesz się pewnie co do spaceru lub transportu publicznego nocą.



uwaga!



Krótkie zapoznanie się z informacjami na temat typowych oszustw w miejscach turystycznych pomoże Ci być ostrożnym wobec lokalnych oszustów. Na przykład w niektórych miastach ludzie mogą podchodzić z prośbą o podpisanie petycji, sprzedawać bransoletki przyjaźni albo stosować trik „znalazłem złoty pierścionek” – zwykle są to sposoby na odwrócenie uwagi i kradzież lub wyłudzenie pieniędzy. Po prostu grzecznie odmów i idź dalej.

Jeśli podróżujesz w grupie, ustalcie wcześniej, co robić, jeśli się rozdzielicie. Może się to zdarzyć na zatłoczonym festiwalu lub na dworcu kolejowym w godzinach szczytu.

Uniwersalny europejski numer alarmowy to 112 – zapamiętaj go lub zapisz w telefonie. Miej też kontakt do ambasady lub konsulatu swojego kraju w odwiedzanych państwach, na wypadek utraty paszportu lub poważnej sytuacji kryzysowej.

Słuchaj swojego ciała! Podróż może być wymagająca fizycznie. Staraj się zapewnić sobie wystarczającą ilość snu – chcesz korzystać z każdego dnia, ale skrajne zmęczenie może prowadzić do wyczerpania lub choroby.

Przygotuj się na nieprzewidziane zdarzenia i przygotuj plan awaryjny. Na przykład, jeśli stracisz wszystkie pieniądze/karty, czy masz sposób, aby skontaktować się z rodziną lub kimś, komu można przekazać pieniądze? Jeśli spóźnisz się na ostatni pociąg, czy masz wystarczająco dużo gotówki na hostel lub alternatywny transport? Zawsze miej przy sobie rezerwę gotówki na takie sytuacje.

Europa jest generalnie przyjazna dla osób LGBTQ+ i zróżnicowana, szczególnie w dużych miastach. Mimo to, nastawienie może się różnić w zależności od regionu. Jeśli jesteś osobą LGBTQ+, możesz sprawdzić, czy są jakieś obszary o charakterze konserwatywnym, w których warto być bardziej dyskretnym. Ogólnie jednak wielu podróżników uważa, że Europa jest gościnna i otwarta.

Po tych poważnych tematach pamiętaj, że dbając o finanse i bezpieczeństwo, możesz cieszyć się podróżą w pełni, bez zbędnych zmartwień. Masz solidny plan, spakowany plecak i zdrowy rozsądek w kieszeni. Teraz czas zanurzyć się w doświadczeniu – poznawać ludzi, chłonąć różne kultury i oglądać świat własnymi oczami.

Ludzie, Kultura i Więzi: Jak w Pełni Wykorzystać Swoją Podróż

Podróżowanie to nie tylko miejsca, które odwiedzasz – równie ważni są ludzie, których spotykasz, oraz doświadczenia kulturowe, jakie zdobywasz. Ta część przewodnika skupia się właśnie na ludzkim wymiarze podróży. Spotykanie się z innymi, nawiązywanie kontaktów w grupie, przystosowywanie się do różnych kultur i w efekcie rozwój osobisty dzięki tym interakcjom.

Spotkanie z Innymi Podróżnikami i Lokalnymi Mieszkańcami

Jedną z największych zalet DiscoverEU jest to, że od razu zyskujesz dostęp do ogromnej społeczności osób, które również podróżują. Nie bądź nieśmiały - inni podróżnicy są zazwyczaj bardzo otwarci na rozmowy i nawiązywanie znajomości.

Oto kilka wskazówek, jak zainicjować interakcję:

Hostele dają naturalne możliwości. Przedstaw się swoim współlokatorom. Weź udział w zajęciach często organizowanych przez hostele: pub crawl, wycieczki piesze, wieczory gier. Spędzaj czas w częściach wspólnych hostelu. Kluczem jest bycie otwartym i czasem zrobienie pierwszego kroku, jeśli inni milczą.

Długie podróże pociągiem są świetną okazją do nawiązania rozmowy. Europejczycy bywają czasami powściągliwi, ale inna młoda osoba z plecakiem może okazać się ich bratnią duszą. Możesz otrzymać lokalne wskazówki od miejscowych lub dowiedzieć się, że trasa innego podróżnika pokrywa się z Twoją.

Jak już wspomniano, oficjalna grupa DiscoverEU na Facebooku jest świetnym miejscem do nawiązywania kontaktów. Jeśli jeszcze tego nie zrobiłeś, dołącz do nas i może napisz post: „Cześć, podróżuję w sierpniu z Wiednia na Bałkany. Czy ktoś jedzie podobną trasą?” Komisja Europejska organizuje również spotkania DiscoverEU w wybranych miastach.

Zasadniczo, jeśli ktoś zaprasza Cię do wzięcia udziału w jakiejś aktywności, np. grupa z Twojego hostelu zamierza obejrzeć zachód słońca z punktu widokowego - bądź otwarty i powiedz „tak” (z zachowaniem ostrożności)! To właśnie tam rodzi się spontaniczna zabawa.

Spotkanie lokalnych mieszkańców może dać Ci głębszy wgląd w kulturę i życie danego miejsca. Jak to zrobić? Rozważ bezpłatne wycieczki piesze. Korzystaj z platform takich jak Couchsurfing Hangouts (nawet jeśli nie korzystasz z noclegu, aplikacja często oferuje możliwość spotkania się na kawę lub drinka). Uśmiech i uprzejmość przełamują bariery.



Szanuj różnice, ponieważ spotkasz ludzi z każdej części Europy (i nie tylko). To szansa na naukę. To, co dla Ciebie jest normalne, dla nich może być nietypowe i odwrotnie. Szanuj różnice kulturowe i lokalne zwyczaje.

Każda osoba, którą spotykasz, ma swoją historię, dlatego ucz się od innych. Zapytaj o ich kraj czy podróże. Zdobędziesz podróżnicze wskazówki. Poznasz różne style życia w krajach europejskich. Możesz zyskać nowe spojrzenie na świat, które wcześniej było Ci obce

Podsumowując: bądź przyjazny, otwarty i wychodź z inicjatywą, aby nawiązywać nowe znajomości. Twoja podróż będzie znacznie bogatsza, dzięki osobom poznanym w jej trakcie. Tutaj wskazówka od poprzednio podróżujących osób: "Nie bójcie się podchodzić i zaczynać rozmowy z innymi ludźmi. Korzystajcie z każdej okazji do nawiązywania kontaktów i budowania przyjaźni."

Podróżowanie w grupie: Praca Zespołowa i Wyzwania

Jeśli podróżujesz w grupie, poznasz uroki i wyzwania podróży grupowych. Często mówi się, że naprawdę poznajesz kogoś dopiero podczas wspólnej podróży. Oto kilka sposobów, by utrzymać dobrą atmosferę w grupie:

Jednym ze sposobów na uniknięcie konfliktów jest podział zadań. Ktoś może odpowiadać dziś za nawigację, inna osoba za meldunki w noclegach, a kolejna pilnować biletów. Jeden może szukać restauracji, a inny sprawdzać rozkłady pociągów. W ten sposób nie obciąża się mentalnie jednej osoby wszystkimi obowiązkami, co mogłoby przysporzyć jej stresu. Jeśli jedna osoba naturalnie planuje większość rzeczy, upewnij się, że też ma przerwę, a inni włączą się w zadania.

Większość konfliktów w grupach wynika z braku komunikacji. Należy otwarcie mówić o swoich potrzebach i uczuciach. Jeśli jesteś naprawdę zmęczony i potrzebujesz dnia odpoczynku, podczas gdy inni chcą udać się na zwiedzanie – powiedz im o tym. Może moglibyście się rozdzielić na określony czas. Wówczas Ty odpoczniesz, gdy oni pójdą do muzeum i spotkacie się później.

Bądź elastyczny i gotowy na kompromisy. W grupie nie zawsze wszystko będzie po Twojej myśli, co jest całkowicie w porządku. Możliwe, że bardzo będziesz chciał wybrać się do słynnej pizzerii, podczas gdy Twój przyjaciel będzie wolał zjeść jedzenie uliczne. W takim przypadku pizza mogłaby być na lunch, a street food na kolację. Możecie też spożyć posiłki osobno. Małe kompromisy są drogą do sukcesu. Jedną z zalet podróżowania w grupie jest posiadanie towarzystwa i wsparcia innych, z kolei wadę stanowi konieczność koordynacji, a czasami także – rezygnacja z własnych preferencji.

Jak już wspomnieliśmy przy budżecie, ustalcie wcześniej, jak będziecie zarządzać pieniędzmi w grupie. Może to być źródłem stresu, jeśli ktoś poczuje, że inna osoba przesadza z wydatkami lub wykorzystuje innych. Korzystanie z aplikacji takich jak Tricount lub Splitwise do śledzenia wydatków i wzajemnego rozliczania utrzymuje zaufanie w grupie.

Szanuj przestrzeń osobistą i czas dla siebie. Nawet najlepsi przyjaciele mogą mieć sobie dość po spędzonym razem czasie 24/7. To całkowicie normalne! Zaplanujcie czas w taki sposób, aby pozwolić sobie na chwilę samotności. Pozwoli to każdemu odpocząć. Szanuj także różnice w codziennych nawykach.

Dojrzałe podchodź do konfliktów! Niezależnie od wszystkiego, może dojść do kłótni – stres, zmęczenie, spóźniony pociąg, za który wszyscy obwiniają się nawzajem itp. Staraj się zachować spokój i skupić na problemie, a nie atakować osoby. Używaj komunikatów „ja” („Czuję się zaniepokojony, gdy odbiegamy od planu bez omówienia”) zamiast oskarżeń „ty” („Zawsze zmieniasz plany w ostatniej chwili!”).

Podróżując w grupie nauczysz się pracy zespołowej, empatii i umiejętności przywódczych. Możesz nawet poznać nowe oblicza swoich przyjaciół i prawdopodobnie wzmocnić więzi – dzielenie intensywnych doświadczeń bardzo zbliża.

Komunikacja i Rozwój Osobisty

Podróżowanie to intensywny kurs komunikacji interpersonalnej. Będziesz komunikował się mimo barier językowych zarówno wewnątrz swojej grupy, jak i z osobami spoza niej. Oto pewne spostrzeżenia i wskazówki:

Mów jasno i zrozumiale! Podczas gdy angielski stanowi lingua franca (język o charakterze międzynarodowym) wśród zagranicznych turystów (jako że jest powszechnie przez nich używany), należy pamiętać, że wiele z tych osób nie jest native speakerami (zapewne tak jak Ty). Unikaj zbyt częstego używania slangu czy zbyt szybkiego mówienia, jeśli nie wiesz, czy rozmówcy to nie przeszkadza. Prosty klarowny język jest kluczem do wzajemnego zrozumienia.

Komunikacja niewerbalna oznacza zwracanie uwagi na mowę ciała – zarówno swoją jak i innych. Przyjazna postawa i uśmiech bardzo pomagają pokazać, że jesteś otwarty. Z kolei jeśli czyjaś mowa ciała ukazuje dyskomfort, dostosuj się - może stoisz za blisko lub przez przypadek poruszyłeś wrażliwy temat.

Stosuj zasadę „ograniczonego zaufania” wobec nieznajomych, oznacza to, że powinieneś zachować ostrożność, ale jednocześnie być otwarty. Niestety, zawsze znajdują się ludzie, którzy będą chcieli wykorzystać naiwność turystów. Osoba, która przesadnie uprzejmie chce Cię oprowadzać, może mieć dobre intencje, ale może też nie. Nie zdradzaj obcym całego swojego planu ani miejsca pobytu, jeśli coś wydaje się nie w porządku.



Jak było wspomniane wcześniej, wspólne planowanie pozwala uniknąć późniejszych trudności. Zawiera to również plany w razie nagłych sytuacji – przedyskutujcie co zrobilibyście na wypadek czyjegoś zgubienia się lub choroby jednego z was. Takie rozmowy są znakiem dobrej komunikacji i przygotowania.

Podróżowanie wyprowadza Cię społecznie poza strefę komfortu. Nawet jeśli jesteś introwertykiem, staraj się wychodzić do ludzi – nie musisz stawać się ekstrawertykiem, ale choćby jedna wartościowa rozmowa może wzbogacić Twój dzień. Jak powiedział pewien podróżnik: "Nawet jeśli jesteś introwertykiem, kontakt z drugim człowiekiem jest niezbędny. Życie staje się wtedy znacznie bardziej interesujące!".

Jako że podróżowanie jest nieprzewidywalne, ważne, aby pozostać elastycznym i pozytywnie nastawionym. Pociągi się spóźniają, pogoda się zmienia, możesz coś zgubić. Im bardziej będziesz umiał się dostosować i utrzymać pozytywne nastawienie, tym lepiej. Często "katastrofa" zmienia się w przygodę jeśli inaczej na nią spojrzysz. Bądź elastyczny i spontaniczny, ale pozostań też dobrze zorganizowany, aby unikać niepotrzebnych problemów. Równowaga jest kluczem.

Pozostań w kontakcie z bliskimi. Warto na bieżąco informować rodzinę i przyjaciół oraz dzielić się najważniejszymi momentami, aby wiedzieli, że wszystko u Ciebie w porządku. Staraj się jednak nie spędzać całej wycieczki na rozmowie z bliskimi – bądź obecny tam, gdzie się znajdujesz w danym momencie.

Dobry pomysł na zakończenie: wielu podróżników DiscoverEU później staje się ambasadorami programu – prowadzą prezentacje w szkołach, tworzą filmy itp., aby inspirować innych. Może Ty też tak zrobisz. Najpewniej poznasz wielu nowych znajomych z całej Europy. Czy to nie jest super?

Teraz, po tym jak omówiliśmy, jak podróżować i nawiązywać kontakty, zbierzmy kilka złotych zasad od tych, którzy już to przeżyli – ich „Złote Reguły” w formie krótkiego podsumowania.

Tak świetnie się bawie!



Najlepsze Wskazówki od Uczestników Programu DiscoverEU ("Złote Zasady")

Na przestrzeni lat tysiące podróżników DiscoverEU dzieliło się swoją wiedzą – często zdobytą metodą prób i błędów. Zebraliśmy najczęstsze i najbardziej wartościowe rady w formie „Złotych Zasad”. To nie sztywne reguły, a raczej wskazówki, które pomogą Ci podróżować mądrze i cieszyć się każdym momentem. Przyjrzyjmy się każdej z nich:

1. Bądź elastyczny i spontaniczny. Czasami najlepsze doświadczenia pojawiają się, gdy schodzisz zaplanowanej ścieżki. Pozwól sobie zgubić się nieco w nowym mieście - możesz odkryć urzekającą księgarnię lub piękny widok, którego nie sposób znaleźć w jakimkolwiek przewodniku. Podróżowanie to przygoda; potraktuj swój plan jak przewodnik, a nie wiążącą umowę. Taka elastyczność zmniejsza stres – jeśli czegoś ci brakuje, dostosujesz się. W istocie: posiadaj plan, ale bądź otwarty na niespodziewane.

2. Pozostań zorganizowany (szczególnie w kwestii rzeczy niezbędnych). To może brzmieć jak przeciwieństwo punktu #1, ale chodzi o równowagę. Bądź spontaniczny, ale utrzymuj swoje rzeczy i plany w porządku. Rezerwuj ważne rzeczy z wyprzedzeniem (np. pierwszy nocleg lub pociąg wymagający rezerwacji). Przechowuj kopie ważnych dokumentów – cyfrowe i/lub fizyczne. Pobierz mapy i bilety offline. Posiadaj plan awaryjny na wypadek gdyby coś poszło nie tak.

3. Bądź otwarty i ostrożny. Stawialiśmy na rozmowy z ludźmi i bycie towarzyskim - tak, zdecydowanie bądź przyjazny, nawiązuj rozmowy, przyjmij zaproszenia do nich. Ale bądź także świadomy swojego otoczenia. Zachowaj czujność szczególnie w trakcie poznawania nowych osób lub nocnych wycieczek. Sprawdzaj opinie na temat noclegów dla bezpieczeństwa; jeśli jakieś miejsce jest szczególnie narażone na kieszonkowców, bądź szczególnie czujny. Zaufaj ludziom, ale ufaj też własnej intuicji.

4. Pakuj się lekko i mądrze. W szczegółach mówiliśmy o pakowaniu, ale warto powtórzyć to jako złotą zasadę, ponieważ wielu podróżników mówi później " Mogłem zabrać ze sobą mniej rzeczy." Naprawdę nie potrzeba Ci trzeciej pary jeansów lub dużego szamponu. Dźwiganie ogromnej walizki będzie Cię tylko spowalniało i męczyło. Zostaw też miejsce na pamiętki.

5. Traktuj DiscoverEU jak niepowtarzalną okazję, którą naprawdę jest. Wielu byłych podróżników podkreśla, że to nie jest zwykła podróż – to jedyna w życiu szansa w tym wieku. **Wykorzystaj ją jak najlepiej.** Może to oznaczać wyjście z własnej strefy komfortu lub wybór doświadczeń kulturowych zamiast samego imprezowania.

6. Bądź przygotowany na zmiany pogody i nieoczekiwane sytuacje w trakcie podróży. Kilka konkretnych, ratujących życie wskazówek: Zabierz ze sobą pelerynę przeciwdeszczową zamiast parasola – jest lżejsza i nie zostanie porwana przez wiatr. Latem pociągi mają mocną klimatyzację, więc przyda się lekki sweter lub mały koc na chłodne przejazdy. Rozważ zabranie ze sobą probiotyków lub tabletek z węglem aktywowanym, dla łatwiejszej adaptacji żołądka. Używaj eSIM lub lokalnej karty SIM podróżując poza teren UE, aby uniknąć ogromnych kosztów roamingu. Zawsze aktywuj swój bilet kolejowy przed wejściem na pokład i zrób zrzut ekranu na wypadek utraty połączenia z internetem. Upewnij się, że znajdujesz się na odpowiednim peronie i wsiadasz do właściwego pociągu. Te drobne wskazówki często ratują dzień i sprawiają, że podróż jest przyjemniejsza i mniej stresująca.

7. Sprawdzaj i utwórz kopię zapasową ważnych rzeczy. Rozwijając poprzednie punkty: zawsze zrób szybki przegląd – paszport, telefon, portfel – zanim opuścisz miejsce (hostel, pociąg, kawiarnia). Można uniknąć straty wielu rzeczy poprzez prosty nawyk sprawdzania kieszeni lub rozglądania się po pomieszczeniu.

Podsumowując złote zasady: bądź elastyczny, rozsądny, otwarty, nie przeciążaj walizki i bądź ostrożny. Te porady pochodzą od osób, które były na Twoim miejscu, przeszły przez te doświadczenia i chcą, abyś Ty skorzystał z ich wiedzy. Pamiętaj je, a unikniesz wielu typowych pułapek i w pełni wykorzystasz pozytywne aspekty podróży.

Pamiętaj, że każda podróż jest wyjątkowa. Z czasem stworzysz własne „Złote Zasady” – być może odkryjesz swój unikalny trik, który najlepiej działa dla Ciebie. Właśnie w tym tkwi piękno podróżowania.

Do tego momentu omówiliśmy wszystko, co bezpośrednio związane z doświadczeniem młodego podróżnika. Nie zapomnieliśmy jednak o dwóch ważnych grupach odbiorców: rodzicach/opiekunach prawnych oraz osobach pracujących z młodzieżą, którzy wspierają tych młodych podróżników. W kolejnych sekcjach omówione zostaną ich perspektywy, by zapewnić rodzicom spokój ducha i wyposażyc osoby pracujące z młodzieżą w narzędzia, które pomogą uczynić podróż DiscoverEU kształcącymi i bezpiecznymi.

1		Be flexible and spontaneous!
2		Stay organized!
3		Be open but cautious!
4		Pack light and smart!
5		Treat DiscoverEU as the unique opportunity it is!
6		Be prepared for weather and quirks of travel!
7		Double-check and back up important things!

Dla Rodziców i Opiekunów: Wspieranie Młodego Odkrywcy

Jeśli jesteś rodzicem lub opiekunem czytającym ten poradnik – przede wszystkim gratulacje za wspieranie przygodowego ducha swojego nastolatka. Rozumiemy, że pozwolenie na podróżowanie po Europie 17- lub 18-latkowi może być dla Ciebie zarówno ekscytujące, jak i stresujące. Ta część jest poświęcona Twoim obawom oraz praktycznym wskazówkom, jak wspierać młodego podróżnika przed i w trakcie jego podróży DiscoverEU, tak aby była jak najbezpieczniejsza, edukacyjna i satysfakcjonująca (zarówno dla niego, jak i dla Twojego spokoju!).

Twoim priorytetem jest bez wątpienia bezpieczeństwo! Zawsze pamiętaj, że bezpieczeństwo jest na pierwszym miejscu. Dobra wiadomość jest taka, że DiscoverEU to inicjatywa strukturalna z mechanizmami wsparcia, a Europa jest przeważnie bezpieczna dla młodych podróżników. Istnieją jednak konkretne kroki, które można podjąć, aby zwiększyć bezpieczeństwo: – Przygotujcie razem z nastolatkiem krótki plan awaryjny w ramach przygotowań przed wyjazdem. Obejmuje to upewnienie się, że zapisał on w swoim telefonie (i Twoim również) ważne numery, takie jak uniwersalny europejski numer alarmowy 112. Poproś go także o zapisanie danych kontaktowych do ambasady Waszego kraju w państwach, które zamierza odwiedzić. Omówcie scenariusze: „Co zrobisz, jeśli zgubisz telefon lub paszport? Jeśli przegapisz pociąg i zostaniesz na noc w obcym mieście?” Warto również wyznaczyć zaufanego krewnego lub przyjaciela rodziny jako dodatkową osobę kontaktową, w razie, gdyby w którymś momencie nie dało się z Tobą skontaktować. –Upewnij się, że nastolatek posiada ważną Europejską Kartę Ubezpieczenia Zdrowotnego (EKUZ). Upewnij się, że wie, co ta karta pokrywa i jak jej użyć (na przykład, które szpitale/kliniki ją akceptują). Zakup ubezpieczenie podróżne, które obejmuje leczenie, przerwanie podróży i kradzież rzeczy osobistych.

Jeśli nastolatek ma jakiegokolwiek choroby przewlekłe lub alergię, zadbaj o potrzebne leki i notatkę z wyjaśnieniem. Na przykład, jeśli cierpi na poważne alergię, niezbędny jest autoinjektor epinefryny i karta z listą alergenów w lokalnych językach. – Uzgodnijcie regularny harmonogram kontaktu, który będzie odpowiadał obu stronom dla efektywnej komunikacji. Omówcie granice; powinno to opierać się na wzajemnym zaufaniu, a nie nadzorze. Jeśli Twoje dziecko uczestniczy w projekcie DiscoverEU Inclusion Action, pamiętaj, że towarzyszy mu przeszkolony lider grupy/pracownik młodzieżowy. Zdobądź kontakt do lidera i organizacji czuwającej nad projektem. Weź udział w spotkaniach dla rodziców przed wyjazdem, jeśli są one organizowane. Jeśli Twoje dziecko podróżuje z przyjaciółmi, upewnij się, że masz dane kontaktowe co najmniej jednego z jego towarzyszy podróży i/lub ich rodziców. – Zapoznaj się z planem podróży, prosząc o jego kopię.

Jako rodzic, jedną z najlepszych rzeczy, jakie możesz zrobić, jest upewnienie się, że twoje nastoletnie dziecko ma umiejętności i wiedzę, aby radzić sobie w różnych sytuacjach samodzielnie.

Kilka kroków przygotowawczych: – Nauczcie się razem czytać rozkłady jazdy, korzystać z map metra, wymieniać walutę przed wyjazdem. Pokaż, jak używać bankomatu za granicą (omów ewentualne opłaty). Upewnij się, że wie, jak skontaktować się z bankiem w razie zgubienia karty aby ją zablokować. Porozmawiajcie szczerze o zasadach bezpieczeństwa i etykiety podróży – unikanie niebezpiecznych dzielnic po zmroku, nieekspozowanie wartościowych przedmiotów, podróż w towarzystwie kogoś zaufanego i szacunek dla lokalnej kultury.



Powtórz ważne zasady dotyczące "dbania o siebie": pilnuj swoich rzeczy, nie wsiadaj do samochodów nieznanym, ogranicz spożycie alkoholu itp. (Wiemy, że większość nastolatków przewróci oczami – „Tak, mam, wiem” – ale i tak to powiedz. – Jeśli chodzi o przygotowania cyfrowe, upewnij się, że telefon jest w dobrym stanie. – Omów i ustal oczekiwania dotyczące pieniędzy. Jeśli jako rodzic finansujesz część lub całość wycieczki, upewnij się, że dziecko rozumie budżet. Możesz wprowadzić system – np. przekazać kartę podróżną z określoną kwotą na tydzień zamiast całej sumy naraz, jeśli martwisz się o nadmierne wydatki. Zachęcaj nastolatka do monitorowania wydatków.

Zachęcaj do odpowiedzialności, ponieważ ta podróż stanowi ogromną szansę na rozwój. To krok w kierunku dorosłości. Pokaż, że ufasz, że potrafi sobie poradzić, oferując jednocześnie wsparcie i wskazówki. Porozmawiajcie o podejmowaniu decyzji.

Tvoja rola podczas podróży polega na utrzymywaniu delikatnej równowagi, w której chcesz okazywać wsparcie, ale nie przeszkadzać. Kilka rad! Unikaj nadmiernej komunikacji. Dopóki regularnie daje znać i wszystko jest w porządku, powstrzymaj się od wysyłania wiadomości co kilka godzin. Zaufaj przygotowaniom, które razem przeprowadziliście. Wypuszczenie dziecka w świat to część procesu. Ta podróż może być ważnym krokiem w drodze Twojego dziecka do dorosłości.

Na koniec ciesz się pozytywnymi aspektami. Twoje dziecko wkrótce zobaczy niesamowite miejsca, nawiąże przyjaźnie w całej Europie i wróci z poszerzonymi horyzontami. To ogromny dar i prawdopodobnie sprawi, że jeszcze bardziej doceni Twoje wsparcie.



Zestaw Narzędzi dla Osób Pracujących z Młodzieżą: Wzmacnianie Młodych Podróżników

Ta sekcja jest przeznaczona dla osób pracujących z młodzieżą, nauczycieli lub liderów grup, którzy pomagają w realizacji podróży DiscoverEU, zwłaszcza w ramach programu Inclusion Action lub podobnych inicjatyw grupowych. Jeśli jako pracownik młodzieżowy przygotowujesz grupę młodych ludzi o mniejszych szansach do udziału w wyjeździe DiscoverEU, odgrywasz kluczową rolę w tym, by ich doświadczenie było bezpieczne, inkluzywne i rozwijające. Poniżej znajdziesz strategie i narzędzia, które pomogą Ci zaplanować szkolenie przed wyjazdem, zapobiegać trudnym sytuacjom, wspierać proces refleksji i zapewnić młodym podróżnikom jak największe korzyści z podróży.

1. Przygotowanie ma kluczowe znaczenie, zwłaszcza dla młodzieży z mniejszymi możliwościami, która może mieć niewielkie doświadczenie w podróżowaniu.

- Zorganizuj serię sesji przygotowawczych. Omów praktyczne tematy, takie jak planowanie trasy (możesz poprosić uczestników o pomoc w jej opracowaniu), ćwiczenia z budżetowaniem (symulacja ustalania dziennego budżetu) oraz praktyczne ćwiczenia dotyczące pakowania. Wykorzystaj metody interaktywne – np. quiz „Co zrobić gdy...?” dotyczący różnych scenariuszy podróży. Zachęcaj młodzież do wspólnego opracowywania rozwiązań (uczenie się od rówieśników jest bardzo skuteczne). Symulacje sytuacji, takich jak zameldowanie się w hostelu, pytanie o drogę w obcym języku, radzenie sobie z opóźnieniem pociągu lub dzwonienie na numery alarmowe. Odgrywanie ról zwiększa pewność siebie. Możesz na przykład wcielić się w rolę sceptycznego kontrolera biletów lub nieznającego języka angielskiego nieznającego, a młodzież będzie ćwiczyć radzenie sobie w takiej sytuacji.
- Szkolenie z narzędzi cyfrowych. Nie wszyscy młodzi ludzie, szczególnie ci z mniej uprzywilejowanych środowisk, są biegli w korzystaniu z aplikacji podróżniczych. Zorganizuj sesję poświęconą korzystaniu z aplikacji DiscoverEU, Google Maps offline, aplikacji tłumaczeniowych itp., najlepiej w formie praktycznej. Zamiast wykładu, zaangażuj ich w rozmowę na temat bezpieczeństwa. Wykorzystaj prawdziwe historie anonimowe) z poprzednich podróży jako studiów przypadków.
- Integracja i empatia! Jeśli grupa jest zróżnicowana pod względem umiejętności lub doświadczeń, zróbcie ćwiczenia integracyjne, aby uczestnicy się poznali i zrozumieli swoje potrzeby.

– Ponieważ jest to mobilność w ramach programu Erasmus+, warto rozważyć wykorzystanie systemu Youthpass. Podczas sesji przed wyjazdem poproś uczestników o wyznaczenie osobistych celów edukacyjnych.

2. Zarządzanie Ryzykiem i Planowanie Działań Awaryjnych. Jako lider grupy ponosisz dużą odpowiedzialność za przewidywanie potencjalnych zagrożeń i ograniczanie ich skutków. Aby właściwie ocenić ryzyko, przygotuj prosty dokument oceny ryzyka. Wypisz potencjalne zagrożenia (np. problemy zdrowotne, zgubienie dokumentów, konflikty w grupie, kradzieże) i opisz środki zapobiegawcze oraz sposoby reagowania. Podziel się istotnymi informacjami z grupą (nie ma potrzeby straszyć ich szczegółami, ale upewnij się, że znają kluczowe plany). - Zdecyduj, jak będziesz postępować w sytuacjach awaryjnych. Zapoznaj się z adresami najbliższych ambasad swojego kraju w odwiedzanych państwach. Jeśli będziecie podróżować między krajami UE, zapoznaj się z lokalnymi numerami alarmowymi (choć numer 112 działa w całej UE). Dla skutecznej komunikacji podczas podróży, jeśli to możliwe, zapewnij telefon grupowy lub lokalną kartę SIM, aby móc wykonywać połączenia na miejscu. Utwórz grupę na WhatsAppie lub w podobnej aplikacji, aby szybko przekazywać informacje uczestnikom. Wprowadź także system partnerski „buddy” – każdy uczestnik ma przypisaną osobę, z którą wzajemnie sprawdzają, czy wszystko jest w porządku. Upewnij się, że posiadasz wszystkie wymagane zgody rodziców lub opiekunów (np. w przypadku osób niepełnoletnich lub dotyczące wykorzystania zdjęć). Na początku wyjazdu ustalcie również zasady funkcjonowania w grupie – np. wzajemny szacunek, nieoddalanie się bez poinformowania innych, zasady dotyczące spożywania alkoholu dla osób pełnoletnich itp. Warto zaangażować młodzież w ich tworzenie, aby nie były postrzegane jako narzucone odgórnie. Ze względu na bezpieczeństwo dokumentów podróży, w niektórych przypadkach możesz rozważyć przechowywanie części dokumentów – decyzję warto podjąć, biorąc pod uwagę poziom samodzielności i dojrzałości grupy. Niezależnie od tego upewnij się, że każdy uczestnik posiada cyfrowe kopie swoich dokumentów.



system
partnerski
„buddy”



3. W trakcie podróży – Wsparcie i Prowadzenie Grupy. – Wspieraj dni organizowane przez młodzież, rozważając danie każdemu uczestnikowi szansy poprowadzenia planu dnia lub jednej z aktywności. Jako lider dyskretnie czuwać nad przebiegiem dnia, aby uniknąć poważnych problemów, ale pozwól młodym ludziom przejąć inicjatywę. Buduje to pewność siebie i umiejętności organizacyjne. – Włączaj krótkie ćwiczenia refleksyjne w międzyczasie. Na przykład podczas przejazdów pociągiem możecie co kilka dni zrobić krótką rozmowę o „plusach i minusach” ostatnich dni. Zachęć uczestników do prowadzenia dziennika – możesz na początku wyjazdu wręczyć wszystkim kieszonkowe notesy. Podczas podróży ufatwaj interakcję z lokalną kulturą, aby zapewnić edukację kulturową. Możesz zorganizować spotkanie z lokalną organizacją młodzieżową lub wycieczkę z przewodnikiem dotyczącą ważnego tematu. Nawet nieformalne sytuacje, takie jak zachęcanie uczestników do rozmowy z personelem hostelu na temat rekomendowanych miejsc w mieście, mogą stać się początkiem wymiany kulturowej. – Obserwuj, jak radzi sobie każdy uczestnik, zwłaszcza ci z rozpoznanymi potrzebami (zdrowotnymi, lękowymi itp.). Codzienny przegląd: czy ktoś jest wyjątkowo cichy lub pobudzony? Pamiętaj również o odpoczynku! Młodzi ludzie często chcą wykorzystać każdą chwilę, ale jako lider powinieneś reagować, gdy grupa jest przemęczona i zaproponować spokojniejszy wieczór. – Świętuj osiągnięcia, zauważaj i chwal uczestników, gdy dobrze radzą sobie w nowych sytuacjach, szczególnie młodzi ludzie z mniejszymi szansami mogą mieć wątpliwości co do swoich możliwości – zachęta jest dla nich bardzo ważna. Informuj opiekunów, w miarę możliwości przekazuj im krótkie aktualizacje z podróży, zwłaszcza gdy w grupie są osoby niepełnoletnie lub gdy rodzice są szczególnie zaniepokojeni.

4. Podsumowanie po Podróży i Maksymalizacja Efektów. – Po powrocie do domu zorganizuj spotkanie podsumowujące. Niech każdy uczestnik podzieli się najważniejszymi wydarzeniami, wyzwaniem oraz tym, czego dowiedział się o sobie lub innych. Pomóż im wypełnić certyfikaty Youthpass odzwierciedlające zdobyte kompetencje. Taka oficjalna forma uznania może okazać się cenna w przyszłości. Zachęć podróżujących, aby stali się ambasadorami tego doświadczenia i pomogli w szerzeniu informacji. Mogą podzielić się swoimi historiami z rówieśnikami w szkole lub ośrodkach młodzieżowych – może zorganizujesz małe wydarzenie lub oddasz im kontrolę nad mediami społecznościowymi, gdzie będą mogli opowiedzieć o DiscoverEU. – Kontynuuj działania włączające, ponieważ dla osób pochodzących ze środowisk o mniejszych możliwościach, podróż nie kończy się wraz z powrotem do domu.

Jako pracownik młodzieżowy pełnisz częściowo rolę kierownika logistycznego, częściowo mentora, częściowo cheerleadera i częściowo strażnika bezpieczeństwa. To dużo odpowiedzialności – ale obserwowanie, jak młodzi ludzie rozwijają się podczas takiej podróży, jest niezwykle satysfakcjonujące. Wielu uczestników podkreśla, że to właśnie wspierający liderzy grup sprawili, że ich doświadczenie stało się naprawdę przełomowe. Twoja cierpliwość, entuzjazm i wskazówki pomagają zamienić zwykły wyjazd w prawdziwą podróż edukacyjną.

Podsumowując, zapewnij strukturę i wsparcie, ale także daj młodzieży wystarczającą swobodę, aby czuli, że to ich przygoda. Dzięki zestawowi warsztatów, planów bezpieczeństwa, refleksji i wsparcia pomożesz przemienić grupę zestresowanych, początkujących podróżników w pewnych siebie, otwartych młodych Europejczyków.

Wniosek: Podejmij Wyzwanie – Europe Czeka!

Podróżowanie z DiscoverEU to znacznie więcej niż tylko odhaczanie krajów z listy. To podróż pełna rozwoju, nauki i odkrywania siebie, która zostawi wspomnienia na całe życie. Zaplanowałeś już trasę, spakowałeś plecak, poznałeś najważniejsze zasady i przygotowałeś się na różne wyzwania. Jesteś gotowy, aby wyjść ze swojej strefy komfortu i rozpocząć wielką przygodę. Wyruszając w drogę, pamiętaj o zachowaniu ciekawości świata i otwartości. Powiedz „tak” nowym doświadczeniom. Skosztuj nieznanych potraw, spróbuj powiedzieć kilka słów w lokalnym języku (każdy doceni „danke” czy „grazie”), zatańcz przy muzyce ulicznego artysty, obejrzyj wschód słońca z okna pociągu i po prostu chłoń wszystko, co Cię otacza.



Do młodego podróżnika: mamy nadzieję, że ten przewodnik dostarczył Ci wiedzy i pewności siebie, abyś mógł podróżować mądrze i odważnie. Przed Tobą droga (lub tor kolejowy) do odkrycia. Uczyń tę podróż własną. Rób dużo zdjęć, ale pamiętaj też, aby odłożyć aparat i cieszyć się chwilą. Bądź ciekawy świata, zachowaj uprzejmość dla innych i baw się dobrze każdego dnia. To jest Twoja podróż – ukształtuj ją w sposób, który będzie dla Ciebie naprawdę znaczący.

Do rodziców i opiekunów: dziękujemy za wspieranie młodego człowieka w tej przygodzie. Wasze wsparcie i zaufanie tworzą bezpieczną przestrzeń, która pozwala mu rozwijać skrzydła. Wróci z szerszym spojrzeniem na świat i większą dojrzałością – na pewno to zauważycie. Świętujcie jego historie i rozwój, kiedy wróci. Wasza rola w przygotowaniu go do tej podróży i w daniu mu tej wolności jest prawdziwą inwestycją w przyszłość.

Do pracowników młodzieżowych i liderów grup: dzięki Waszemu zaangażowaniu możliwości takie jak DiscoverEU stają się dostępne dla tych, którzy w innym przypadku nie odważyliby się wyruszyć w podróż. Wspierając inkluzywne, dobrze przygotowane podróże młodzieżowe, pomagacie kształtować obywateli świata i pewnych siebie ludzi. Efekty Waszej pracy będą odczuwalne w życiu tych młodych ludzi przez wiele lat – w ich wyborach zawodowych, postawach społecznych i poczuciu sprawczości. Dziękujemy za umożliwianie tych zmieniających życie doświadczeń

A do wszystkich pozostałych czytelników – być może rozważających DiscoverEU: pamiętajcie, że drzwi Europy są otwarte. Czekają mapy do zaznaczenia, pociągi do złapania, nowi ludzie do poznania i lekcje do nauczenia się. Hasło „Europa jest u Twoich stóp. Zrób pierwszy krok” nie mogłoby być bardziej prawdziwe. Każdy krok (czy przejazd pociągiem) zaprowadzi Cię do czegoś nowego i niespodziewanie wspaniałego.

Gdy wyruszysz w podróż DiscoverEU, miej ten przewodnik pod ręką jako źródło wskazówek – ale zaufaj też sobie. Masz zasoby, a teraz masz też wiedzę. Reszta zależy od Ciebie i od przygód, które wybierzesz.

Spakuj więc swój entuzjazm, jeszcze raz sprawdź najważniejsze rzeczy, pożegnaj rodzinę i ruszaj w drogę. Travel. Learn. Odkrywaj. Europa czeka, aby Cię zainspirować – a Ty wrócisz gotowy, aby zainspirować innych.

Bon voyage and buona fortuna, viel Glück and buen camino – niezależnie od tego, jak to ujmujemy, życzymy Ci fantastycznej podróży!

Bezpiecznej podróży i nie zapomnij o wysłaniu pocztówki!

PRZEWODNIK

Travel. Learn. Discover EU

Co może być dla Ciebie niejasne
albo sprawić trudność podczas
planowania lub w trakcie podróży?

ZNAJDŹ ODPOWIEDZI NA PYTANIA DOTYCZĄCE: WALUT,
TRANSPORTU PUBLICZNEGO, PORUSZANIA SIĘ PO NOWYM
MIEJSCU, ROAMINGU POZA UE, DOFINANSOWANIA PODRÓŻY

na czym to polega? kto może aplikować? jak się zgłaszać? czy warto?