

ECVET για εκμάθηση στα πλαίσια της εργασίας (work-based learning)

Οργανώστε την πρακτική σας άσκηση στο εξωτερικό

Πριν την κινητικότητα – Λίστα ελέγχου

Ταξιδιωτικά έγγραφα

- Πραγματοποιείτε αίτηση για διαβατήριο/ ταυτότητα που επιτρέπει ταξίδια
- Αποκτήστε διαβατήριο/ ταυτότητα που επιτρέπει ταξίδια
- Ελέγξτε την εγκυρότητα του διαβατηρίου/ της ταυτότητας
- Λάβετε πληροφορίες για το αν είναι απαραίτητη η απόκτηση Visa για τη χώρα υποδοχής (τι είδους Visa χρειάζεστε –για σπουδές, άδεια εργασίας, άδεια επισκέπτη κλπ)
- Πραγματοποιείτε αίτηση / αποκτήστε Visa
- Πληρεξούσιο - για να επιτρέψετε σε έναν υπεύθυνο ενήλικα από τη χώρα σας να ενεργήσει εκ μέρους σας (π.χ. οι γονείς σας)

Έγγραφα πρακτικής άσκησης

- Συμβόλαιο πρακτικής άσκησης – πλήρως συμπληρωμένο και υπογεγραμμένο από όλα τα εμπλεκόμενα μέρη
- Συμφωνητικό πρακτικής άσκησης - πλήρως συμπληρωμένο και υπογεγραμμένο από όλα τα εμπλεκόμενα μέρη
- Παρουσιολόγιο
- Στοιχεία επικοινωνίας του νόμιμου εκπροσώπου εργασίας και του επόπτη πρακτικής άσκησης
- Χρηματοδοτική σύμβαση (εφόσον υπάρχει) - πλήρως συμπληρωμένη και υπογεγραμμένη από όλα τα εμπλεκόμενα μέρη
- Λάβετε πληροφορίες σχετικά με τις ώρες εργασίας, το χρονοδιάγραμμα και τις επίσημες αργίες ανά χώρα
- Υποβάλετε την αξιολόγηση γλωσσικών ικανοτήτων προ της αναχώρησης

Ταξίδι

- Οργανώστε το ταξίδι- τις πτήσεις, τις μεταφορές από / προς το αεροδρόμιο της χώρας υποδοχής κλπ.
- Εισιτήρια
- Ταξιδιωτική ασφάλιση
- Δύο αντίγραφα του διαβατηρίου, εισιτηρίων, ασφάλιση υγείας και ταξιδιού
- Ελέγξτε τους ενδεχόμενους περιορισμούς για τις αποσκευές (π.χ. αριθμός, διαστάσεις και βάρος των αποσκευών, υγρά, απαγορευμένα αντικείμενα κ.λπ.)

Υγεία

- Ιατρικές / οδοντιατρικές εξετάσεις πριν από την αναχώρηση
- Ιατρική ασφάλιση
- Πιθανές απαιτούμενες ανοσοποιήσεις
- Βασικό ιατρικό kit, που συμπεριλαμβάνει παρακεταμόλη, Imodium, επιδέσμους, προσωπικά φάρμακα - Σημειώστε ότι ορισμένα φάρμακα μπορεί να θεωρούνται παράνομα σε άλλες χώρες
- Αντίγραφα των συνταγών τακτικών προσωπικών φαρμάκων
- Γυαλιά, γυαλιά ηλίου, φακοί επαφής

Οργανισμός υποδοχής

- Στοιχεία επικοινωνίας - Διεύθυνση, τηλεφωνικοί αριθμοί, διευθύνσεις ηλεκτρονικού ταχυδρομείου
- Έρευνα / λήψη πληροφοριών σχετικά με τον οργανισμό υποδοχής - ιστορικό, τομέας κλπ.

Διαμονή

- Λήψη στοιχείων διαμονής από τον οργανισμό υποδοχής (εφόσον η διαμονή παρέχεται) - διεύθυνση, τηλεφωνικοί αριθμοί, κ.λπ.
- Κανονίστε τη διαμονή στη χώρα υποδοχής (εφόσον η διαμονή δεν παρέχεται)

Ασφάλιση

- Οργάνωση ασφάλισης υγείας και ταξιδιού (εφόσον δεν παρέχεται) για ολόκληρη την περίοδο πρακτικής άσκησης
- Αναφέρατε λεπτομέρειες σχετικά με τις ασφάλειές σας (εφόσον δεν παρέχονται από την επιχείρηση υποδοχής) στον οργανισμό υποδοχής
- Δημιουργήστε ένα αντίγραφο των όρων ασφάλισης υγείας και ταξιδιού

Ασφάλεια

- Συμβουλευθείτε ταξιδιωτικές πληροφορίες της χώρας σας σχετικά με τη χώρα υποδοχής

- Συνδεθείτε με την πρεσβεία / προξενική αρχή της χώρας καταγωγής που έχετε ορίσει στη χώρα υποδοχής και δώστε όλες τις λεπτομέρειες σχετικά με τη διαμονή σας - την επαφή και τη διεύθυνση τηλεφώνου του οργανισμού υποδοχής, τις επαφές έκτακτης ανάγκης κ.λπ.
- Σημειώστε χρήσιμους αριθμούς - αστυνομία της χώρας υποδοχής, πρώτες βοήθειες, ταξί κ.λπ.
- Μοιραστείτε τις πληροφορίες ταξιδιού (αριθμός πτήσης, διεύθυνση διαμονής κλπ.) με τους γονείς σας και τους φορείς υποδοχής και αποστολής

Χρήματα

- Δημιουργήστε έναν λεπτομερή προϋπολογισμό
- Σχεδιάστε τον καλύτερο τρόπο για να λάμάνετε χρήματα ενώ θα είστε στο εξωτερικό (π.χ. μεταφορά χρημάτων, άνοιγμα τραπεζικού λογαριασμού στη χώρα υποδοχής κ.λπ.)
- Σημειώστε τα τραπεζικά σας στοιχεία (εάν υπάρχουν) - τους αριθμούς IBAN και SWIFT, το όνομα του κατόχου του τραπεζικού λογαριασμού, το όνομα της τράπεζας και τη διεύθυνση κ.λπ.
- Βρείτε και υποβάλετε αίτηση για εναλλακτική επιχορήγηση για τη χρηματοδότηση της τοποθέτησής σας (εάν υπάρχει)
- Καθορίστε με τον οργανισμό υποδοχής σας πώς θα λάβετε τη χορηγία / μισθό (αν υπάρχει) και θα παραδώσετε τα απαραίτητα στοιχεία
- Ελέγξτε τις πληροφορίες σχετικά με το νόμισμα της χώρας υποδοχής και τις συναλλαγματικές ισοτιμίες

Επικοινωνία

- Διερευνήστε τις επιλογές σχετικά με τη λήψη του κινητού σας μαζί σας - είτε συνεχίστε με τον υπάρχοντα πάροχο είτε αγοράστε μια κάρτα SIM στο εξωτερικό
- Ορίστε έναν λογαριασμό ηλεκτρονικού ταχυδρομείου στον οποίο μπορείτε να έχετε πρόσβαση στο εξωτερικό για να επικοινωνείτε
- Λάβετε μαζί σας σημαντικές διευθύνσεις ηλεκτρονικού ταχυδρομείου και επαφών και μοιραστείτε τα στοιχεία επικοινωνίας σας με την οικογένεια, τους φίλους σας, τον οργανισμό κατοικίας και τον οργανισμό υποδοχής

Λάβετε πληροφορίες σχετικά με την χώρα υποδοχής

- Τη καθημερινή ζωή, συμπεριλαμβανομένων σημαντικών πολιτιστικών πρακτικών
- Τη γεωγραφία και την ιστορία
- Την πολιτική και την διακυβέρνηση
- Τη θρησκεία
- Την κοινωνική δομή
- Τις σχέσεις των δύο φύλων

- Τις μειονότητες και τις στάσεις απέναντί τους
- Τη γλώσσα - εάν πηγαίνετε σε μια μη αγγλόφωνη χώρα μάθετε μερικές εκφράσεις και πάρτε μαζί σας ένα βιβλίο φράσεων
- Τα τουριστικά σημεία και τα μέρη για επίσκεψη
- Τις διατροφικές συνήθειες
- Την εθνική / τοπική μεταφορά
- Τους χάρτες
- Τα δίκτυα σπουδαστών στο εξωτερικό, π.χ. πανεπιστημιακά δίκτυα, δίκτυα φοιτητών Erasmus κλπ

Νομοθεσία και ρυθμίσεις

- Εξοικειωθείτε με τους νόμους της χώρας υποδοχής
- Οδήγηση – αποκτήστε διεθνή άδεια οδήγησης εάν είναι απαραίτητο
- Κατά την άφιξη, κανονίστε να εγγραφείτε στην αστυνομία, στην τοπική αυτοδιοίκηση ή στο Υπουργείο Εσωτερικών, εάν απαιτείται

Εργασιακό περιβάλλον

- Βεβαιωθείτε ότι έχετε λάβει πλήρη γνώση του προσωπικού κατά την έναρξη της εργασίας
- Ενημερωθείτε για τους κανονισμούς υγείας και ασφάλειας στον εργασιακό χώρο υποδοχής και πάντα να είστε ενήμεροι για θέματα ασφαλείας