

## CHECK LIST: ЧТО ПОДГОТОВИТЬ ДЛЯ ПОЕЗДКИ

Убедитесь, что у вас уже есть:

- Билеты до проекта
- Виза
- Инфолист



Вы получите инфолист его за месяц до проекта. Если вы не получили его за 3 недели, напомните нам об этом по [out.sfera@gmail.com](mailto:out.sfera@gmail.com).

**После этого можно подготовить следующее:**

- Прочитать и распечатать инфо-лист в дорогу
- Вспомнить или выучить основные фразы на местном языке
- Взять с собой словарь, если вы не уверены в своем уровне языка
- Прочитать о культуре и особенностях страны

Например, когда открываются магазины, как работает общественный транспорт (нужна ли специальная карточка? где оплачивать проезд?), везде ли есть wi-fi, где купить симку, когда в стране национальные праздники (иногда они могут выпадать на день вашего приезда или отъезда, что может усложнить дорогу)

- Выписать и распечатать следующие контакты (1 копию себе и 1 копию родителям/родственникам/друзьям)

Движение «СФЕРА»	+7 831 430-47-03, 430-47-40
Принимающая организация (та, которая делала вам приглашение)	<i>адрес и телефоны!</i>
Кемп лидер проекта	<i>адрес проекта и телефон</i>
Консульство РФ в стране проекта	
Контакты своих знакомых, если они проживают в данной стране	
Контакты своих родителей и друзей	<i>Телефон с международным кодом</i>

- Распечатать карту города, куда вы прилетаете, а также все проложенные маршруты (аэропорт-центр города, дорога до хостела/места проекта)
- Выписать адреса и контакты гостиницы или хостела в городе, куда вы прилетаете (на случай, если вы вдруг случайно потеряетесь)
- Списать с кемп лидером
- Заочно познакомиться с участниками проекта (их контакты можно запросить у кемп лидера) через фейсбук или скайп
- Завести аккаунт в фейсбуке, если его еще нет ;)

## ДЕНЬГИ. ЭКОНОМИЯ

- Поменять деньги и поискать мелочь (иногда в транспорте к оплате принимают только монеты)
- Если вы берете банковскую карточку: позвонить в банк и уточнить, если ваша карта будет работать за границей. Также стоит предупредить банк о поездке, чтобы они не блокировали операции по карте. Лучше взять и наличные деньги, и карточку.
- Сделать студенческую карту ISIC (600 рублей). Иногда она дает право на скидки, особенно если вы планируете путешествовать до или после проекта и посещать музеи и тп. Подробнее здесь: <http://isic.ru/>.
- Если вы курите: купить сигареты в России, так как во многих странах они стоят значительно дороже. А лучше вообще бросить курить! ☺



## ПРЕЗЕНТАЦИЯ СТРАНЫ

- Подготовить презентацию страны для международного вечера (см. ниже)
- Купить сувениры и традиционные продукты (см. ниже)
- Привезти на флешке, телефоне или диске любимую музыку, из России и не только
- Привезти настольные игры (например, Имаджинариум или уно). Имаджинариум всегда идет очень хорошо!
- Распечатать рецепты традиционных русских блюд и научиться готовить одно-два блюда перед проектом

## БАГАЖ

- Собрать аптечку (обычно сложно найти активированный уголь, цитрамон и тп)
- Взять спальник (если требуется в проекте). А вообще спальник очень универсален – им можно укрыться в особо холодные ночи или в автобусе с кондиционером. Настоятельно рекомендуется!
- Захватить рабочую одежду, если работа предполагает ручную работу (реставрация, уборка, работа в саду)
- Взять тетрадь для записей своих впечатлений
- Распечатать табличку VOLUNTEER WITH SFERA для конкурса!! (см. ниже)

## ЗДОРОВЬЕ

- Сделать туристическую медицинскую страховку. Если вы из Нижнего Новгорода, вы можете оформить ее в нашем офисе.
- Уточнить, если необходимо сделать дополнительные прививки

**ВАЖНО:** Если у вас поменялись планы и вы вдруг не сможете приехать на проект (или приезжаете позже), сообщите об этом СРАЗУ же своему координатору и принимающей стороне.



## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ:

### -Потеряли паспорт

Обратиться в Консульство России, они выдадут вам бумагу в замену утерянного документа (желательно взять с собой контакты в поездку)

### -Опоздали на пересадку

Если оба рейса выполняются одной и той же авиакомпанией и задержка произошла по их вине, то они обязаны выдать вам билет на ближайший следующий рейс в нужном вам направлении (хотя это зависит от авиакомпании). Скорее всего, представители компании встретят вас сразу на выходе с первого рейса, если нет, то найдите их стойку в аэропорту и обратитесь туда.

Если рейсы выполнялись разными авиакомпаниями, то, скорее всего, никто вам не поможет, хотя это также зависит от каждого случая. Спросить всегда можно :) Почитать подробно можно здесь: <http://lifehacker.ru/2014/04/13/miss-plane/>

### -Не можете найти место лагеря

У вас должен быть с собой распечатанный **инфолист ОБЯЗАТЕЛЬНО!** Там указаны и адрес лагеря и все возможные контакты, по которым вам нужно звонить, если вы вдруг потеряетесь. Можете написать смс – это дешевле. Можете попросить местного жителя набрать по телефону и объяснить, чтобы узнать, что вам делать и куда идти/ехать.

Также возьмите контакты принимающей организации (т.е. организации, которая делала вам приглашение). Они знают, как связаться с вашим лагерем и лидерами.

Только в случае если ничего из вышеперечисленного не работает – связывайтесь с нами!

### -Заболели

Обязательно сказать вашему кэмп-лидеру и в случае если необходима помощь доктора, он должен с вами сходить туда или договориться о приеме. В некоторых лагерях есть своя мед.страховка и кэмп-лидер оформит все сам. Если нет, то у вас должна быть своя страховка, которую вы оформляли для визы. Вы либо звоните по телефону в страховую, чтобы узнать, где находится ближайшая к вам клиника, работающая с вашей страховой,

либо идете в любую другую клинику и берете у них потом все чеки и документы, а также копию лицензии. В этом случае все деньги вам вернут по приезду, когда вы предоставите все бумаги. Вы также можете вернуть деньги за лекарства, но их вам обязательно должен прописать врач.

### **-Работа слишком тяжелая**

Лагерь – добровольное мероприятие, и если вам действительно тяжело что-то делать – скажите об этом. Скажите кэмп-лидеру, координатору, вашим товарищам волонтерам. В таком случае вам либо предложат что-то попроще и полегче, либо кто-то из волонтеров согласится поменяться с вами, если ваши причины будут действительно разумны.

Лениться в лагере конечно официально не запрещено, но очень некрасиво и вредно для общей атмосферы.

### **-Плохо кормят**

В инфолисте написано, чего стоит ожидать. Бывают проекты, в которых еда только вегетарианская, обычно в этом случае в описании все указано. Но что делать если вам не нравится еда, если вы не едите досыта и т.п. Если вы готовите для себя сами, то старайтесь выбирать в команду на кухню тех, кто готовит вкуснее. Если нет, то не бойтесь вежливо спросить об этом, высказать свои предпочтения и желания. Конечно, в лагере не стоит ожидать гастрономического разнообразия и восторга, особенно если бюджет будет небольшим. Постарайтесь отнестись к этому с пониманием и избегайте конфликтов.

В случае если вам будет очень не хватать мяса, например, можно сложиться всей группой и купить что-то самим. Это самый простой и безболезненный способ решения ситуации.

### **-Проблема с кэмп-лидером или организаторами**

Постарайтесь поговорить, ни в коем случае не вступайте в конфликтные ситуации.

Принимающая организация, скорее всего, будет на стороне лидера, т.к. доверяет ему больше. В случае если вы чувствуете, что никак не можете найти общий язык, и вас не хотят слушать/слышать, тогда лучше сразу пишите нам и объясняйте, что случилось. Чтобы мы со своей стороны тоже могли поддержать вас в сложившейся ситуации и донести информацию до принимающей стороны.

### **-Проблемы с другими волонтерами**

В этом случае ни в коем случае нельзя вступать в открытый конфликт или сплетничать в группе, за спиной у человека и т.п. Поговорите с кэмп-лидером, расскажите о вашей ситуации, обсудите это все вместе, предоставив другой стороне шанс высказать свою позицию.

Если ничего не помогает – просто не общайтесь с этим человеком, в группе должно быть много других волонтеров.