

ST#R: Strategie e tecniche nelle #difese per i giovani



2023-1-CZ01-KA220-YOU-000160303

Addiction

INFO PACK

#22 aprile - 2024 TRAINING COURSE

April 22 - 30, 2024



Co-funded by
the European Union

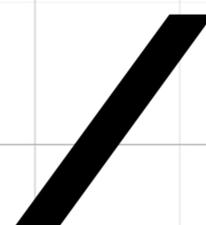


cantabria
perma
cultura





I



SOMMARIO



PROGRAMMA DEL CORSO DI FORMAZIONE



DOMANDA E DOCUMENTI RICHIESTI

NPROJECOT



TRASPORTO



RIMBORSO SPESE STRUTTURE



IMPORTANTE COSE IMPORTANTI DA PORTARE IN SPAGNA



LUOGHI DA VISITARE IN CANTABRIA E SANTANDER





A PARTIRE DALL'ALBERGO

PERMACULTURA CANTABRIA

Fondata nel 2005 come fattoria ecologica con principi di permacultura, abbiamo superato le nostre strutture originarie. Di conseguenza, nel 2018 ci siamo trasferiti in un'area più ampia per continuare i nostri progetti sociali ed ecologici.

[# video del nostro inizio](#)



Ora, passando a una nuova fase, abbiamo lasciato la fattoria per dare vita a un progetto europeo di punta. Il processo graduale di adattamento delle nostre strutture alla progettazione in permacultura si estende dal 2018 al 2026.

Anche se le nostre strutture attuali non sono progettate per la permacultura, siamo comodamente situati vicino al Parco Naturale di Cabárceno, che i partecipanti possono esplorare durante il loro tempo libero. Inoltre, aspiriamo a visitare altre iniziative sostenibili nella nostra zona rurale.

Nel 2026 intendiamo trasferirci in un sito di 6 ettari per creare strutture all'avanguardia basate sui principi della permacultura, che fungano da riferimento globale per la permacultura e

l'ecologia.



PROGETTO SUMERIO

PROGETTO: SETTEMBRE 2023 - LUGLIO 2025

A livello globale, 1 persona su 18 tra i 15 e i 64 anni ha fatto uso di droghe nell'ultimo anno, con un aumento del 26% rispetto al 2010. I giovani, più degli adulti, mostrano un maggiore consumo di droga, soprattutto durante l'adolescenza, un periodo critico di rischio. Oltre ai rischi immediati per la salute, il consumo di droga da parte dei giovani è legato ad altri comportamenti a rischio, a una più rapida dipendenza e a potenziali problemi da adulti.

Riconoscendo l'impatto sociale della tossicodipendenza giovanile, il progetto **STAR** adotta un approccio olistico. Sensibilizzando e promuovendo una cultura di sostegno, il progetto offre istruzione e formazione, conduce workshop e conferenze, con l'obiettivo di affrontare sfide come l'esclusione sociale, migliorare l'inclusione ed elevare la qualità del lavoro con i giovani.

Il progetto sottolinea anche l'importanza di fornire agli operatori giovanili un sito pratico **framework STAR** basato sulla ricerca attuale per affrontare efficacemente la dipendenza giovanile.



C T I V I T Y S U M M # R Y

CORSO: 23-30 APRILE 2024

Questo corso è una delle attività chiave del progetto Erasmus+:

**STAR: Strategies and Techniques in Addictions for youngsteRs
(2023-1-CZ01-KA220-YOU-000160303)**

che si terrà dal 22 al 30 aprile 2024 a Sarón, Cantabria, Spagna. Gli obiettivi di

apprendimento di questo corso sono:

- ★ Coinvolgere gli operatori giovanili e i giovani nell'acquisizione di conoscenze per identificare, lavorare e prevenire le dipendenze.
- ★ Acquisire il modello integrativo bio-psico-sociale-spirituale utilizzato per affrontare le dipendenze
- ★ Collaborare alla creazione di iniziative per sostenere i giovani nella prevenzione delle dipendenze
- ★ La condivisione di storie personali è un modo efficace per sensibilizzare l'opinione pubblica sul tema della dipendenza e dell'interruzione di gravidanza.

abbattere lo stigma sociale nei confronti dei tossicodipendenti



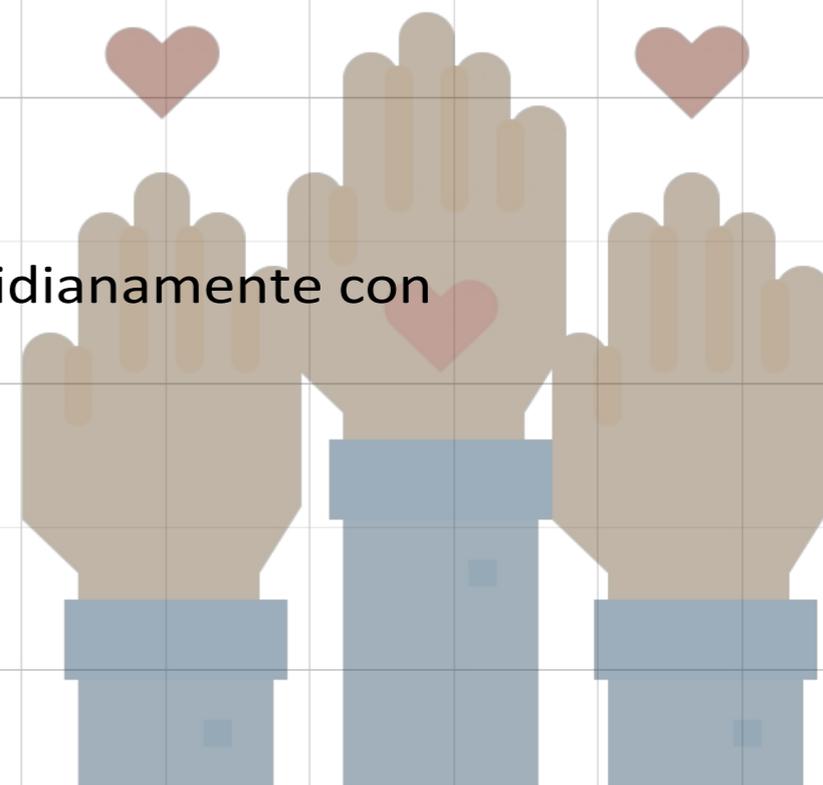
C T I V I T Y S U M M # R Y

PARTECIPANTI:

I partecipanti saranno **24**:

8 operatori giovanili di età superiore ai 18 anni, che lavorano quotidianamente con giovani con dipendenze e fanno parte di organizzazioni partner:

- ★ Aiuto Petrklíč
- ★ Permacultura Cantabria★
Oriel

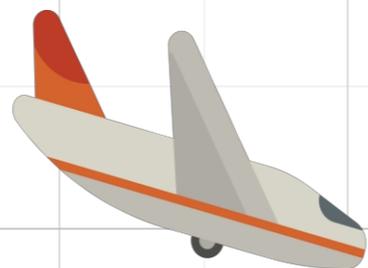




PROGRAMMA DI CORSO

DAL 22 AL 30 APRILE 2024

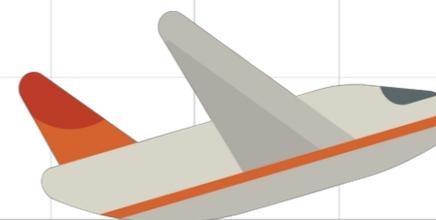
Il corso di formazione si terrà dal **22 aprile (data di arrivo)** al **30 aprile (data di partenza), 2024** in una delle strutture di Permacultura Cantabria a **Sarón, Cantabria, Spagna**.



ARRIVAL DATE:

22 aprile 2024 alle 17:00.

Le attività di incontro inizieranno alle 17.00 circa. La cena è prevista per le 20.30.



DEPARTURE DATE:

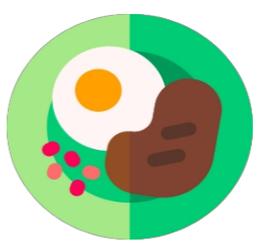
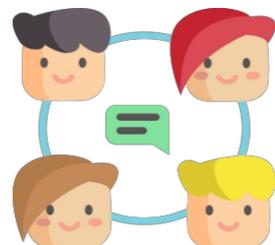
30 aprile 2024, dopo la colazione.

Le date e le ore sono stabilite in base al budget concesso. Se le date e gli orari non vengono rispettati dai partecipanti,

l'organizzazione di invio sarà responsabile dei costi che dovranno essere restituiti all'Agenzia nazionale.

PROGRAMMA DIDATTICO CORSO

ORGANIZZAZIONE QUOTIDIANA

AURORA	8:30	MATTINA	13:30
 PROPOSTE DA PARTECIPANTI A SVEGLIA	 COLAZIONE	 TEORIA DINAMICA	 MEAL
AFTERNOONS	BEFORE DINNER	20:00	NIGHTS
 WORK IN GRUPPI AND PRATICA SOCIALE	 VALUTAZIONE GIORNALIERA	 CENA	 INTERAZIONE E PROPOSTE DI ATTIVITÀ LUDICHE

PROGRAMMA DI CORSO

PIANIFICAZIONE

QUANDO	LUNEDÌ 22ND	MARTEDÌ' 23° GIORNO	MERCOLEDÌ' 24°	GIOVEDÌ 25°	VENERDÌ' 26°	SABATO 27°	DOMENICA 28°	LUNEDÌ 29°	MARTEDÌ' 30°
8:30-9:15		COLAZIONE	COLAZIONE	COLAZIONE	COLAZIONE	COLAZIONE	COLAZIONE	COLAZIONE	COLAZIONE
9:30-11:30		Benvenuti Misure di sicurezza e regole introdottrive. Progetto e	Dipendenze	La negazione dei tossicodipendent i	Gestione delle emozioni	Sessione Erasmus+	Parlare: prevenire e ridurre le droghe	Sintesi delle conoscenze acquisite e modalità di	
11:30-12:00		BREAK	BREAK	BREAK	BREAK	BREAK	BREAK	BREAK	
12:00-13:30	GIORNO DI ARRIVO Attività di riscaldam ento	Autopresentazio ne dei partecipanti e presentazione del programma	Come il cervello funziona	La chimica di emozioni	Mindfulness- pratiche basate su	Visita locale Santander	Lavoro collaborativo: conoscenza approfondita di dipendenze	Sviluppo di idee e proposte future per KA2	GIORNO DI PARTENZ
13:30-15:00		PRANZO	PRANZO	PRANZO	PRANZO	PRANZO	PRANZO	PRANZO	
15:00-17:00		Scoprire Sarón e le sue opportunità	Lavoro di gruppo	Gruppi di auto- aiuto	Sessione di brainstorming	Visita locale Santander	Lavoro di gruppo	Cerimonia di consegna dei certificati	
17:00-19:30		<i>TEMPO LIBERO</i>	<i>TEMPO LIBERO</i>	<i>TEMPO LIBERO</i>	<i>TEMPO LIBERO</i>	<i>TEMPO LIBERO</i>	<i>TEMPO LIBERO</i>	<i>TEMPO LIBERO</i>	
19:30-20:00		VALUTAZIONE	VALUTAZIONE	VALUTAZIONE	VALUTAZIONE	VALUTAZIONE	VALUTAZIONE	VALUTAZIONE	
20:00-21:00	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	
21:00-23:00	Informazioni				Serate interculturali				

Questa pianificazione è una proposta generale, alcune attività e visite potrebbero cambiare a seconda del tempo o di altri fattori.

(*) Se il tempo è buono, si faranno delle escursioni. Si tratta di un percorso di 12 km attraverso le zone di montagna. Si prega di indossare calzature e abbigliamento adeguati.



P P L I C # T I O N

APPLICAZIONE MODULO

Come posso partecipare al corso di formazione?

Compilare il modulo di domanda

anche se siete già stati selezionati.

Modulo #PPLIC#TION 

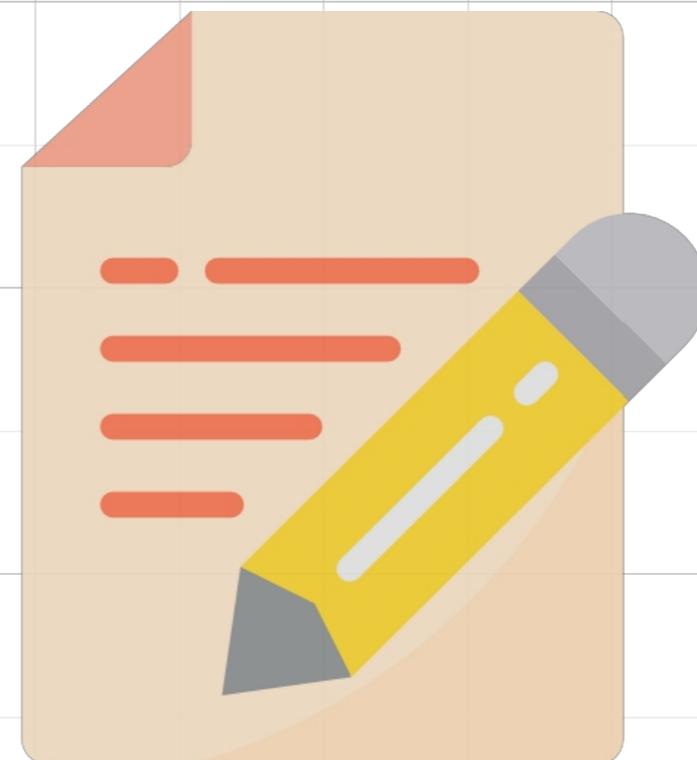
■ **I M P O T A N T** ■

È fondamentale compilare e inviare l'intero modulo!

Se riscontrate qualche problema, fatecelo sapere a

activitycantabria@gmail.com

il prima possibile





DOCUMENTI

DOCUMENTI RICHIESTO

Secondo la legge spagnola, dobbiamo registrare tutti i visitatori in anticipo.

Abbiamo bisogno di un passaporto o di un documento d'identità in anticipo

Prima del viaggio, inviate al nostro indirizzo e-mail

activitycantabria@gmail.com

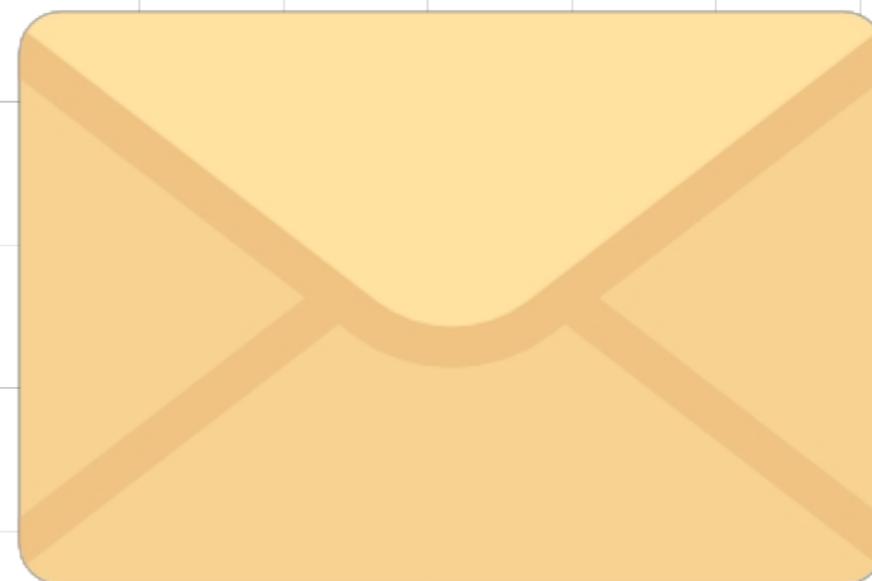


una copia del passaporto o della carta d'identità.

Nel soggetto menzionare:

Corso STAR - 22-30 aprile 2024.

Questo aiuterà il nostro team logistico a gestire la documentazione più velocemente.





CHE ALTRO?

Presentazione

Ogni organizzazione presenterà se stessa, le sue attività principali, le aree di lavoro, le migliori pratiche, gli interessi perseguiti in questa attività, le aspettative, ecc.

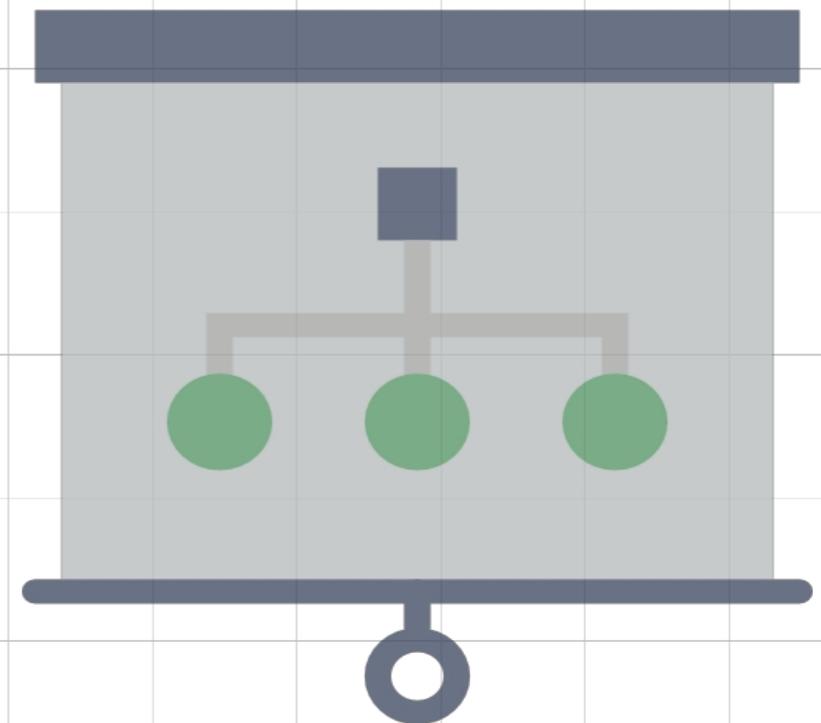
Preparate questa presentazione in anticipo e inviatela a noi per:

activitycantabria@gmail.com



Nel soggetto menzionare:

Corso STAR - 22-30 aprile 2024.



ACCORDO DI DIFFUSIONE

Per una corretta diffusione del progetto, vi preghiamo di considerare che venendo all'attività accettate di diffondere il progetto e le attività attraverso i vostri social network e che possiamo diffondere foto/video dell'attività e dei partecipanti su internet.



P P R O V

DEL PIANO DI VIAGGIO

- ★ Ogni ente di provenienza deve avere pronto un elenco dei partecipanti e una **proposta di viaggio/volo** entro il **22 marzo 2024**, un mese prima dell'inizio del corso di formazione. A quella data, queste informazioni dovranno essere condivise con **Permacultura Cantabria**, che **approverà il piano di viaggio**.
- ★ La ricezione della nostra approvazione scritta è un requisito per procedere con i voli".
acquisto.



Gli enti o i partecipanti **non devono** acquistare alcun biglietto aereo prima di aver consultato Permacultura Cantabria e aver ottenuto la nostra **approvazione!**



T R # N S P O R T

COME ARRIVARE IN SPAGNA:

Aeroporto di Santander

Ecco le migliori opzioni per arrivare e i link per trovare gli orari e prenotare:

[Pagina web S#NT#NOER #IRPORT](#)

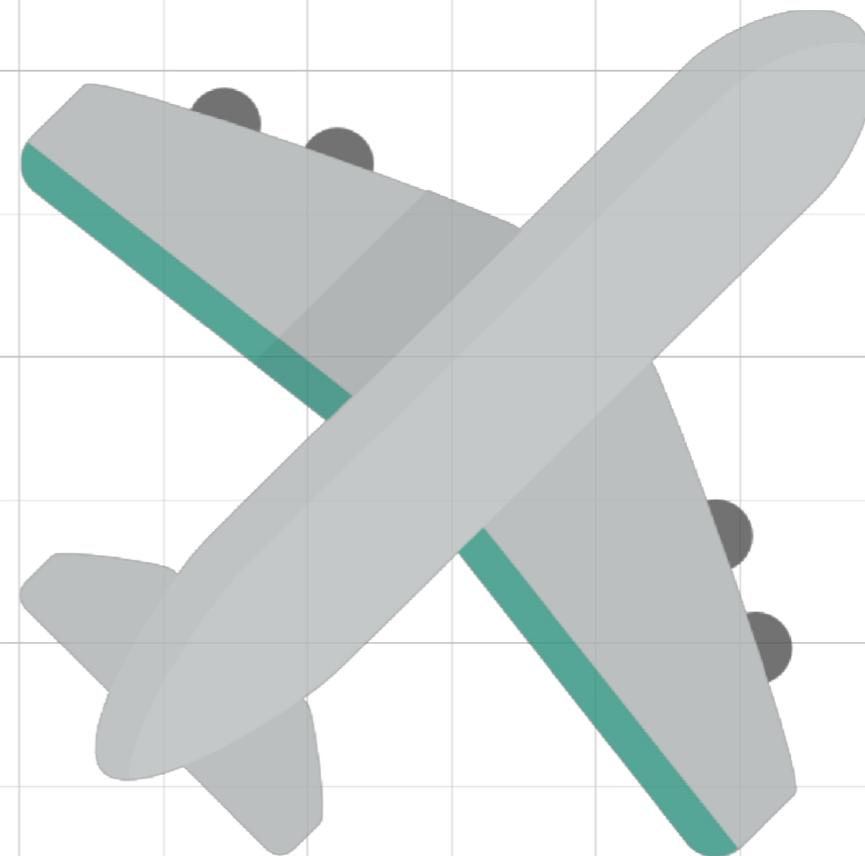
Dista 15 minuti dal centro città. È un aeroporto locale, che conta con compagnie aeree low-cost come RYANAIR. Il resto dei voli potrebbe essere costoso.

[Pagina web di RY#N#IR](#)

Aeroporto di Bilbao

È probabilmente una delle opzioni migliori. È un aeroporto piccolo, ma molto più attivo di quello di Santander. Si trova fuori dalla città di Bilbao.

[Pagina web di BILB#O #IRPORT](#)



[Pagina web SKYSC#NNER](#)



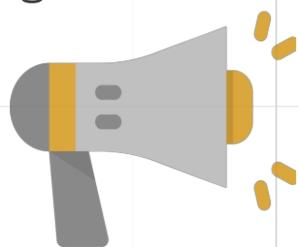
TR # N S P O R T

COME RAGGIUNGERE LA SEDE:

L'attività si svolgerà principalmente in una località chiamata Sarón, nelle strutture di Permacultura Cantabria. Alloggio: [#partamentos Los Rosales](#)

Strutture: [El Ferial](#) (a 5 minuti dall'alloggio)

Sarón dispone di ottimi collegamenti con i trasporti pubblici. Sono disponibili servizi di autobus giornalieri da Santander. Per gli orari degli autobus, consultare la diapositiva successiva.



Scegliete sempre di utilizzare il TRASPORTO PUBBLICO, se è disponibile al momento del vostro arrivo, a meno che non abbiate l'autorizzazione dell'ente di invio a utilizzare un mezzo privato.

NOLEGGIO AUTO:

La scelta più efficace e ampiamente preferita è quella di noleggiare un'auto. Offre flessibilità, soprattutto per gruppi di 3-4 persone, a circa 20 euro al giorno dall'aeroporto di Santander o Bilbao. Si consiglia di utilizzare

HERTZ per l'opzione
più rapida e
confortevole.



TRANSPORT

ALTRE OPZIONI

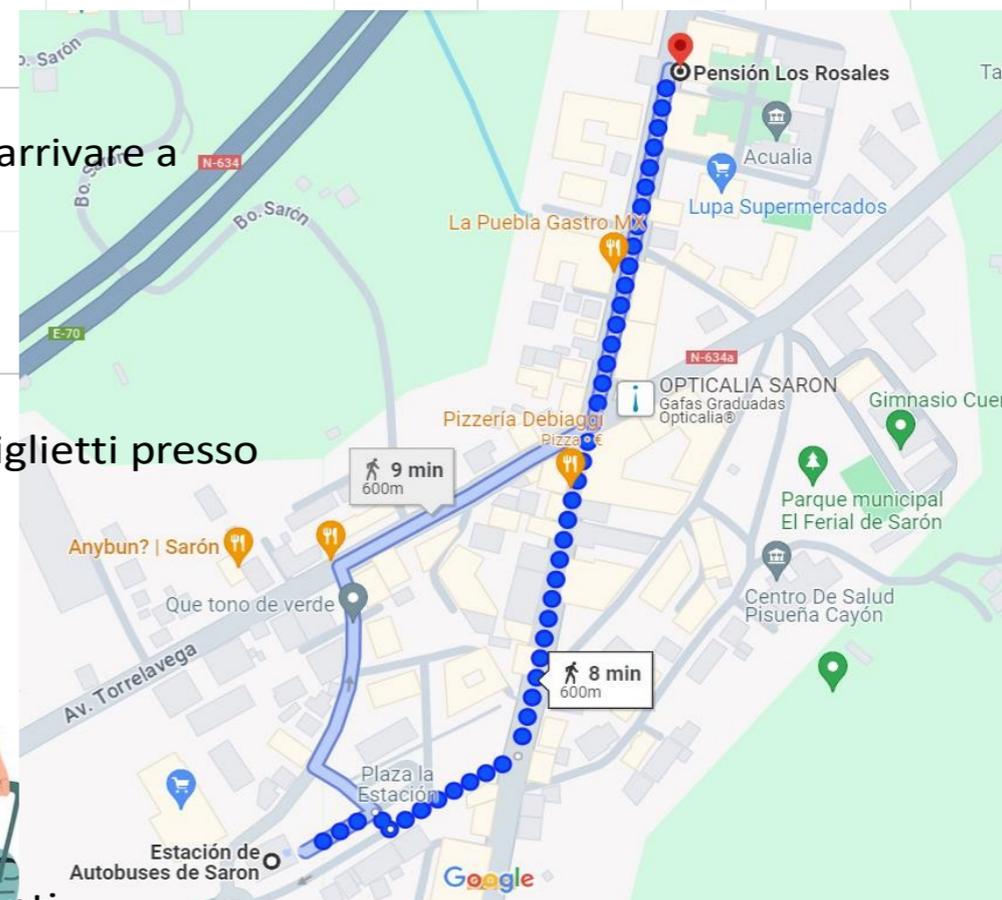
Da BILBAO a SARÓN:
BUS

Step 1 : dall'aeroporto di Bilbao alla stazione degli autobus di San Mamés: Per arrivare a Sarón dalla stazione degli autobus di Bilbao partono autobus ogni 30 minuti. Il costo è di circa **3** euro. Si tratta della linea di autobus pubblica (Bizkaibus) e il numero della linea è A3247.

Step 2 : Stazione degli autobus di San Mamés per Santander. Acquistare i biglietti presso #LS#, circa **6,90** EUR. Si prega di consultare il sito web per gli orari sul sito web.

Step 3 : Stazione Santander Bus a Sarón : Acquistare i biglietti presso la società #LS#. Il costo è di circa **2,25** euro. Si prega di consultare gli orari sul sito web.

Step 3 : A piedi, 0,6 km dalla stazione degli autobus di Sarón agli appartamenti Los Rosales nella seguente direzione



Click here to get the full map:

Dalla stazione degli autobus di Sarón ai #partamentos Los Rosales





TRANSPORT

ALTRE OPZIONI

Da SANTANDER a SARÓN:

BUS

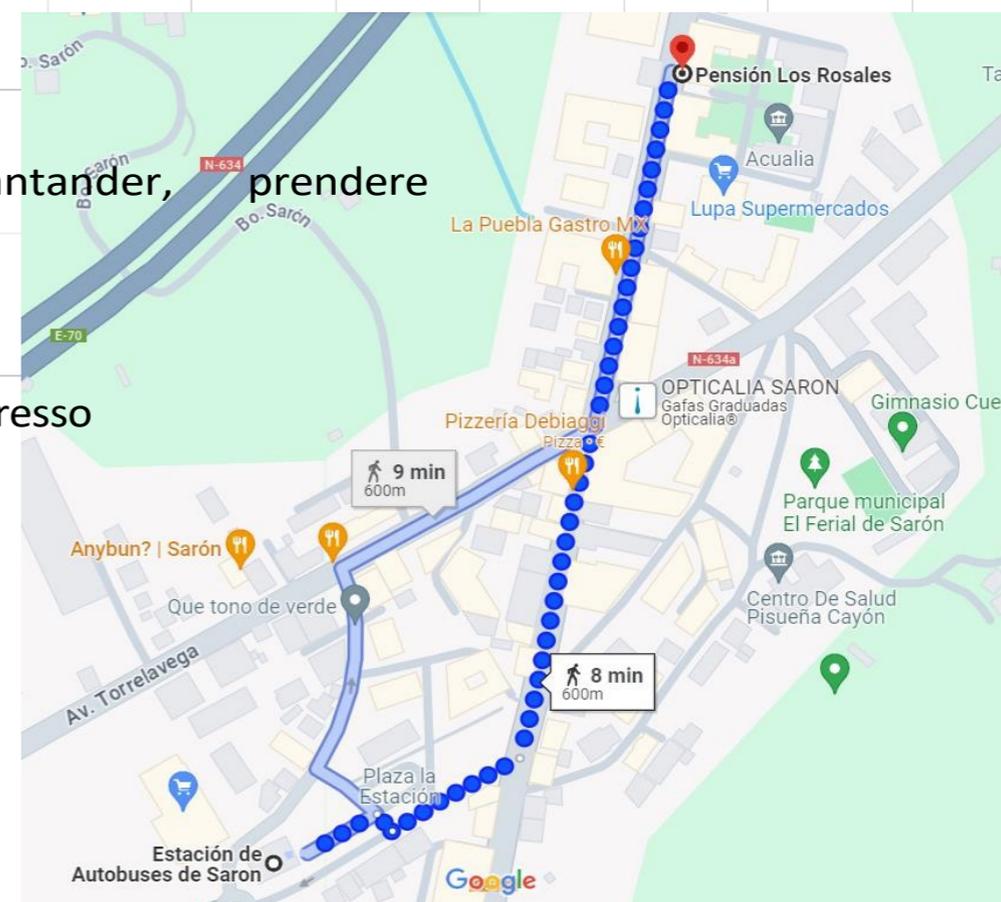
Step 1: Aeroporto a Santander: Per Gli autobus partono ogni 30 minuti e consentono di raggiungere il centro città in 10 minuti.

Step 2: Stazione degli autobus di Santander a Sarón: Acquistare i biglietti presso Società #LS#. Il costo è di circa **2,25** euro. Consultare gli orari sul sito web.

Step 3: Camminare per 0,6 km dalla stazione degli autobus di Sarón agli Apartamentos Los Rosales nella seguente direzione.



raggiungere Santander, prendere



Fare clic qui per ottenere la mappa completa:

Dalla stazione degli autobus di Sarón ai #partamentos Los Rosales





TR # N S P O R

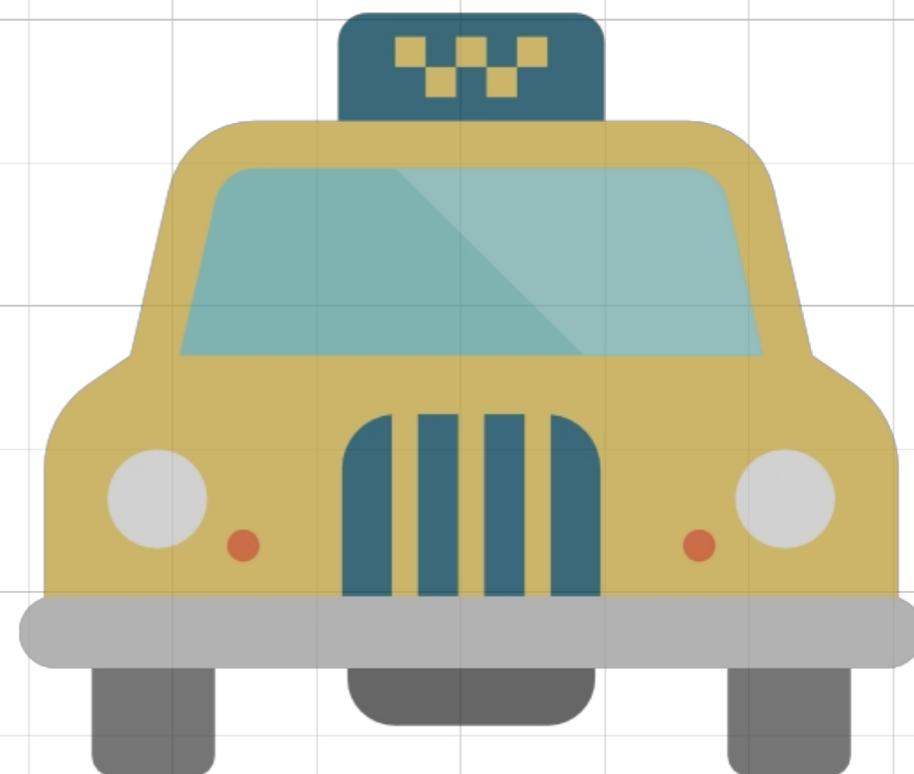
T

TRASPORTO PRIVATO

L'opzione taxi sarà disponibile solo per orari particolari, come la sera tardi o la mattina presto. Il prezzo è di circa **140** euro per taxi durante il giorno, **150** euro per taxi di notte e nei fine settimana.

TAXI - SANTANDOSARÒN

L'opzione taxi sarà disponibile solo per orari particolari, come la sera tardi o la mattina presto. Il prezzo è di circa **40** euro per taxi e **60** euro per taxi di notte.





TR # N S P O R T

POSSIAMO GESTIRE IL VOSTRO TRASPORTO

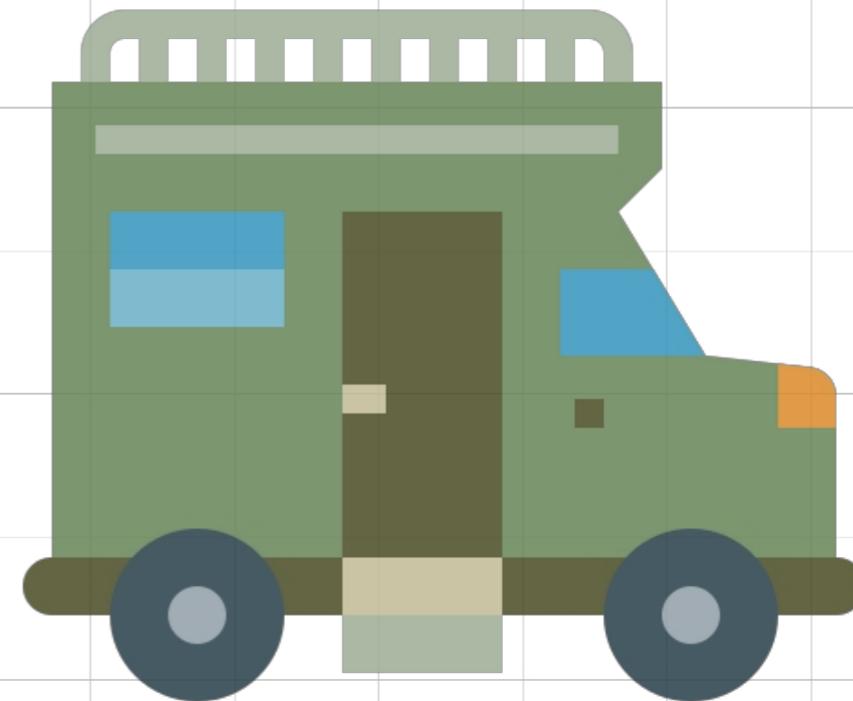
Permacultura Cantabria può anche gestire il trasporto da Bilbao e Santander per raggiungere la sede (andata e ritorno).

Una volta che l'ente mittente ci informa a

activitycantabria@gmail.com

Per quanto riguarda il piano di viaggio, saremo in grado di conoscere i dettagli dei voli di tutti i partecipanti. In questo modo, creeremo dei gruppi in base all'orario e al luogo di arrivo, in modo che un'unica auto possa portarvi al luogo dell'evento.

Vi contatteremo per comunicarvi i punti in cui possiamo venirvi a prendere.



Il trasferimento dall'aeroporto sarà organizzato dall'organizzazione di provenienza, e sarà disponibile solo per i gruppi che viaggiano insieme, e non per i singoli, al fine di facilitare l'organizzazione.

Chi viaggia individualmente può scegliere una delle opzioni di viaggio spiegate sopra per raggiungere Permacultura

Le strutture della Cantabria.



REIMBURSEMENTO

POLITICA DI RIMBORSO DELLE SPESE

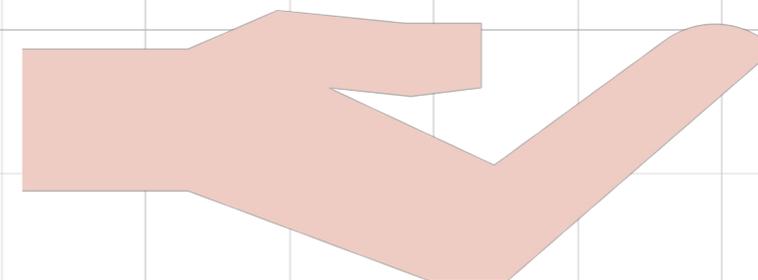
Erasmus + ci fa conservare tutte le fatture, i biglietti di volo, gli imbarchi
passa per una corretta rendicontazione finanziaria delle attività.

Noi anche devono di debitamente giustificare tutti
pagamenti effettuati da nostro conto conto bancario
per motivi contabili.

Per queste ragioni, è necessario necessità di di rispettare alcuni requisiti requisiti
e condizioni prima del rimborso delle spese.

Venire all'attività o iniziare a utilizzare i Fondi di questa attività
significa accettare queste condizioni e requisiti.

Voi bisogno di frequentare partecipare a tutti attività
attività di il scambio per ottenere il rimborso.





Co-funded by
the European Union



REIMBURSEMENTO

BILANCIO APPROVATO DA ERASMUS:

Per il progetto: **STAR: Strategies and Techniques in Addictions for youngsteRs**
(2023-1CZ01KA220-YOU-000160303) Erasmus+ ha autorizzato il seguente budget:

TRAVEL SUPPORT		
ENTITÀ, PAESE	PARTECIPANTI	VIAGGIO PER PARTECIPANTE
PETRKLÍČ HELP, CECHIA	8	275 €
ORIEL, ITALIA	8	275 €
PERMACULTURA CANTABRIA, SPAGNA	8	0 €

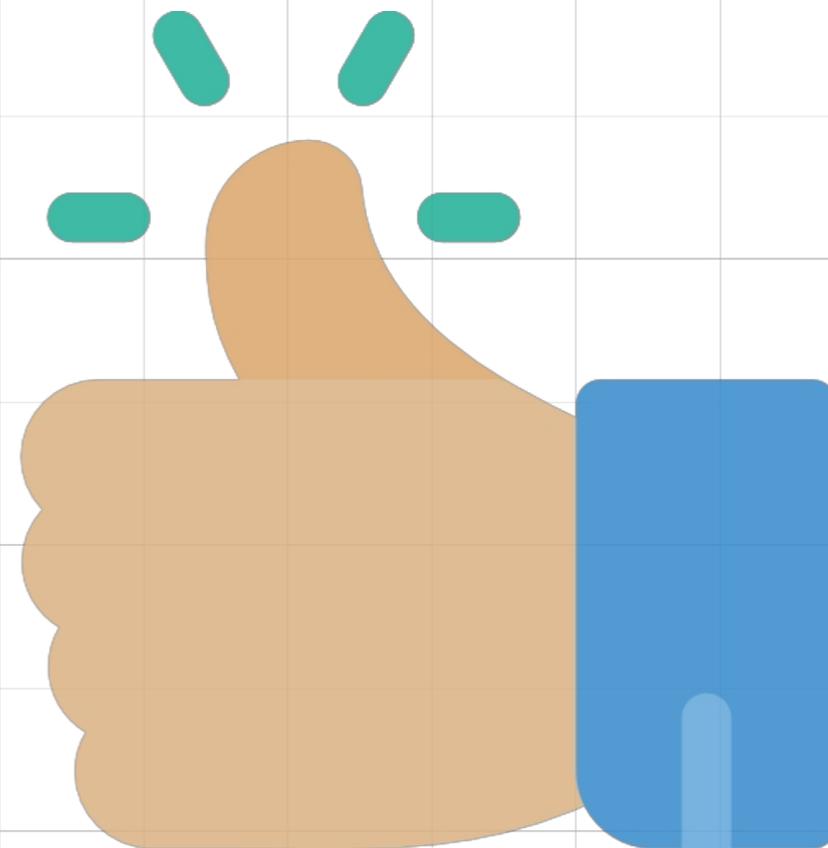


REIMBURSEMENTO

REQUISITI E CONDIZIONI:

Per ottenere tutti le spese rimborso è necessario seguire i punti successivi durante tutte le attività:

- ★ Per ottenere il rimborso è necessario partecipare a tutte le attività del corso di formazione e completare la valutazione inviata dall'Agenzia nazionale.
- ★ Non è consentito consumare alcolici o droghe, né nelle strutture di Permacultura Cantabria né durante le attività all'aperto, come le visite culturali.
- ★ Il comportamento discriminatorio è severamente vietato. Pertanto, durante le attività non saranno tollerati comportamenti razzisti, sessisti o qualsiasi altra forma di mancanza di rispetto nei confronti dell'identità di una persona o di un gruppo sociale.





REIMBURSEMENTO

ACQUISTI E RIMBORSI

Si prega di **contattare l'organizzazione di provenienza** per ottenere informazioni sui biglietti di trasporto e sui dettagli del rimborso:

- **AIUTO PETRKLÍČ** **REPUBBLICA CECA:** K#NTOR@#SKCR.CZ
- **ORIEL APS** **ITALIA:** ORIEL#SSOCI#TION@GM#IL.COM
- **PERMACULTURA CANTABRIA** **SPAGNA:** #CTIVITYC#NT#BRI#@GM#IL.COM



LE ORGANIZZAZIONI MITTENTI DEVONO SAPERLO:

Gli enti mittenti sono responsabili della presentazione di tutti i documenti di viaggio e delle fatture. (biglietti aerei e carte d'imbarco) a activitycantabria@gmail.com prima del **7 maggio 2024**. Le carte d'imbarco sono richieste durante il corso di formazione per la corretta giustificazione del progetto.



INOE/

I F#CILTII DI PERM#CULTUR# C#NT#BRI#



#CCOMOQ#TION

DOVE SIAMO

L'alloggio durante il corso di formazione è fornito da Permacultura Cantabria in

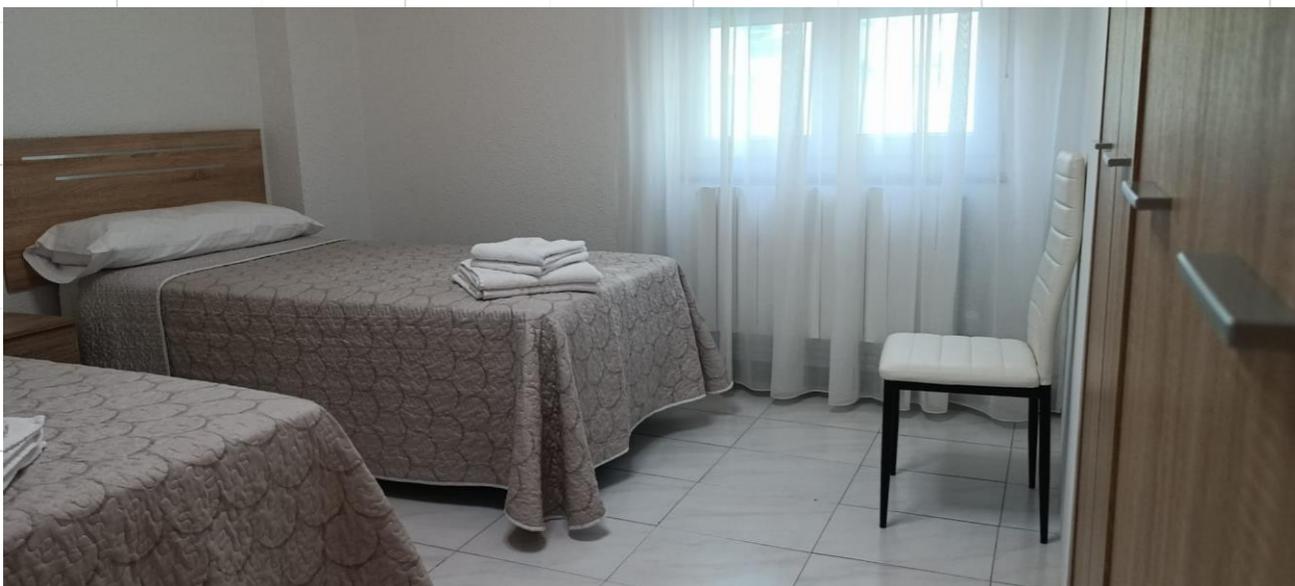
#partamentos Los Rosales

2 o 3 ospiti per camera.

Camere progettate per 2 o 3 ospiti, ciascuna dotata di 2 o 3 letti e bagno privato.



INOE/





THINGS TO BRIN

DOCUMENTI PERSONALI

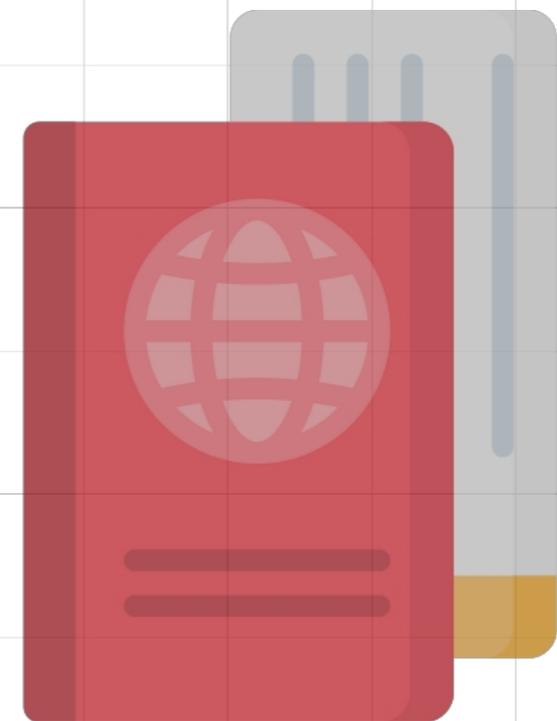
PASSPORT

Per entrare in Spagna è necessario un **documento d'identità valido** (passaporto o carta d'identità).

VISA

La necessità di un visto d'ingresso dipende dalla nazionalità. I **cittadini dei Paesi dell'UE e dell'EFTA non hanno bisogno di un visto.**

Se avete bisogno di un visto, assicuratevi di richiederlo immediatamente perché può richiedere molto tempo. **Se avete bisogno di un invito o di una lettera di conferma da parte di Permacultura Cantabria, fatecelo sapere.**





THINGS TO BRIN

ASSICURAZIONE:

In quanto membro dell'Unione Europea, la Spagna ha stipulato accordi per il riconoscimento dei sistemi assicurativi. Coloro che sono in possesso di una **tessera assicurativa europea** dovrebbero quindi essere coperti per malattie e infortuni allo stesso modo in cui lo sono nel loro paese, quindi vi preghiamo di portare con voi questa tessera.

In ogni caso, ricordate che l'assicurazione sanitaria e l'assicurazione di viaggio sono a vostro carico, non ci assumiamo alcuna responsabilità sapendo che la tessera sanitaria dell'UE è sufficiente. Quindi, non dimenticate di **controllare e portare con voi la vostra tessera assicurativa!**



COME EMETTERLO

<http://ec.europa.eu/social/main.jsp?catId=559>





THINGS TO BRING

CALUTA

La valuta della Spagna è l'euro.

Dovrete portare con voi del denaro solo se avete bisogno di qualcosa per il viaggio o se volete acquistare oggetti personali, come regali per la vostra famiglia o se volete uscire.

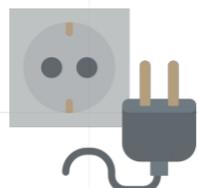


THINGS TO BRING

COSE PER LA VALIGIA



CLOTHES FOR COLD WEATHER AND RAIN



PLUGS

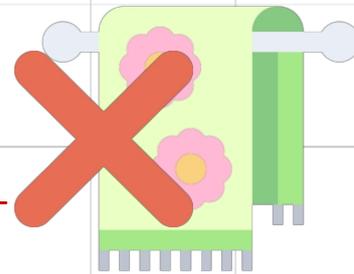
PLUGS IN SPAIN ARE THE MOST COMMON IN EUROPE, V230 50HZ

PLUGS IN SPAIN



PERSONAL HYGIENE PRODUCTS

L'ASCIUGAMANO NON È OBBLIGATORIO



IF POSSIBLE, BRING YOUR OWN REUSABLE BOTTLE TO REDUCE PLASTIC WASTE



CLOTHES FOR HOT WEATHER



CONSIGLI

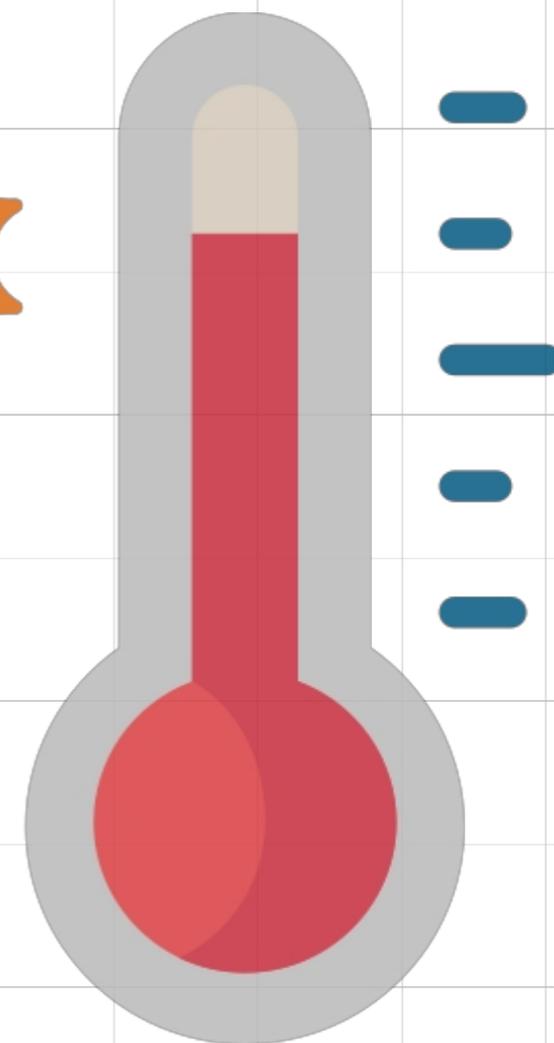
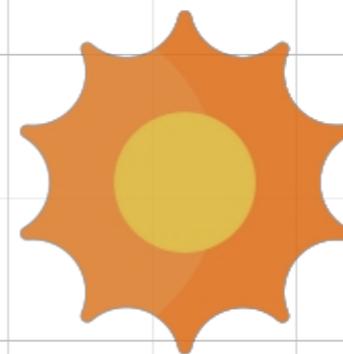
TEMPO

Il tempo potrebbe cambiare da un giorno all'altro.

Se il tempo lo permette, durante il tempo libero faremo un'escursione a piedi in montagna.

Se volete solo **controllare le previsioni prima di venire**, cliccare sul seguente link:

[Previsioni meteo per Sarón](#)





CONSIQ E

ATTIVITÀ MULTICULTURALI

Vi preghiamo di portare con voi qualcosa che volete condividere con noi dal vostro paese, ad es:

■ CIBO

■ IMMAGINI

■ MUSICA

ARTIGIANATO ■

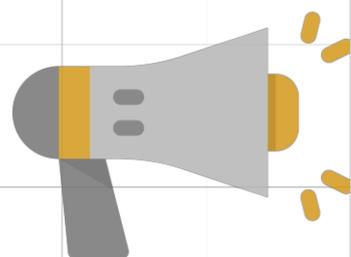
STORIE ■

GIOCHI ■



NON PORTARE ALCOLICI

Se volete portare una bevanda tipica per la serata culturale, vi chiediamo gentilmente di portare qualcosa di **analcolico**. Vogliamo che le nostre attività siano prive di alcol come parte della politica Erasmus+. Partecipando a questa attività, accettate questa politica.



L'area è solo poco più di 5.000 kmq, ma ha davvero tutto.

Che siate amanti della natura, della cultura, dello sport o della gastronomia, qui troverete la vostra nicchia. La Cantabria presenta una sorprendente varietà di paesaggi: coste, segnate da scogliere e spiagge, valli sempre verdi e la catena montuosa con i famosi Picchi d'Europa.

Il surf e l'alpinismo sono tra le attività più popolari.

qui intorno.

C#VES: Il paradiso sotterraneo della Cantabria

Sotto le sue belle montagne e i suoi prati, la Cantabria nasconde un tesoro sotterraneo di inestimabile valore. È un mondo misterioso di estrema bellezza, ricco di arte, forme fantasiose, luci e ombre tenui e suoni risonanti: un'enorme rete di grotte e caverne affascinanti.

INOE/



MONTE#INS

Ci sono molte montagne intorno alla Cantabria.

**Immergetevi in esse e
godersi gli splendidi paesaggi.**



INOE/



P#SIEG#N V#LLEY

INQE/



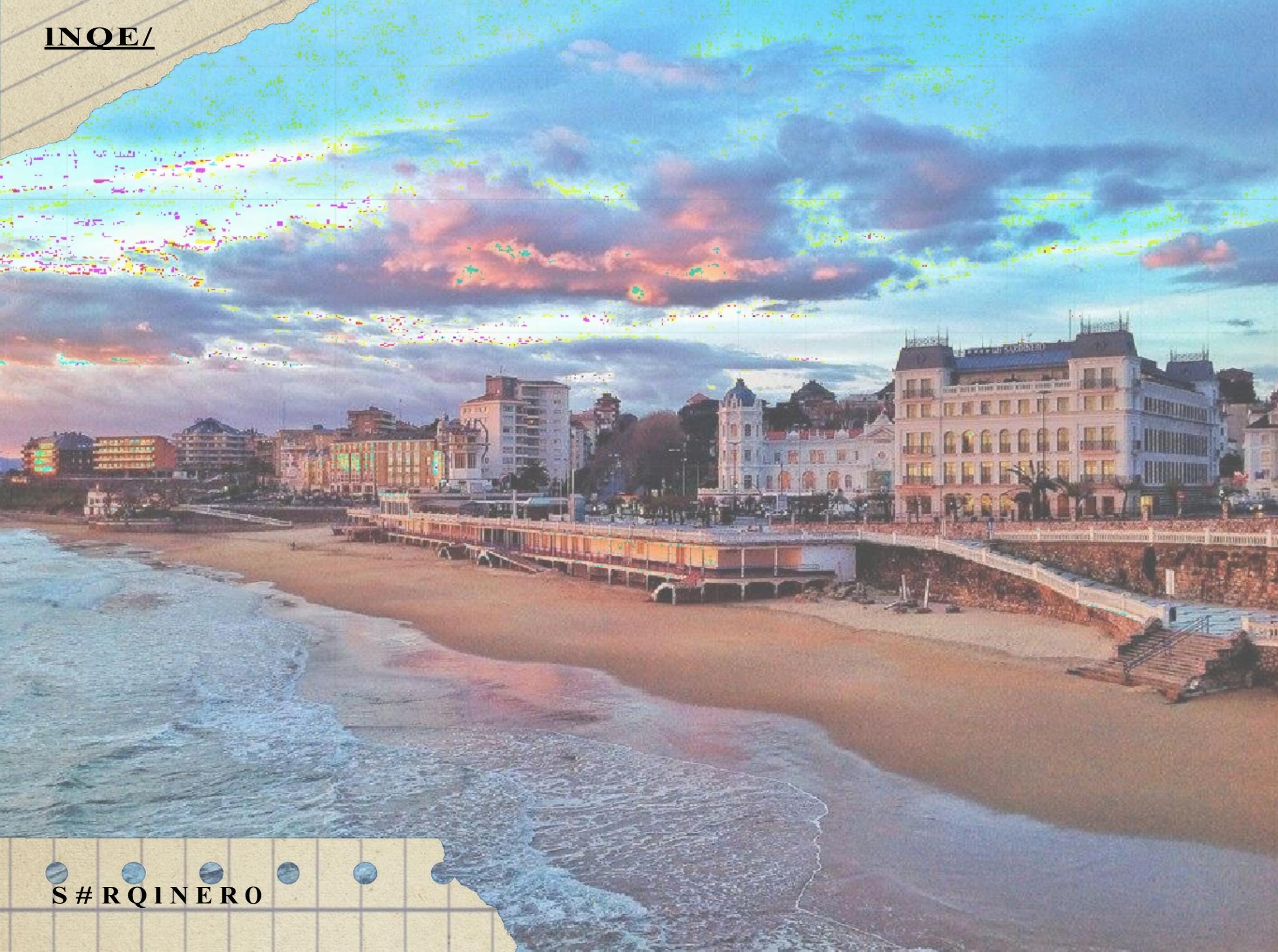
PL# CES TO VI SI TIN S# NT# NQER

INQE/



● ● ● ● ● ●
SANTANDER'S BEACCHE

INQE/



S#RQINERO

INQE/



TRIP DI BO#T DA S#NT#NQER A SOMO

<https://www.losreginas.com>

INQE/



P#SEOPEREQ#

INOE/

REMEMBER TO BRING
POSITIVE ENERGY AND
YOUR BRIGHTEST SMILE!

SEE YOU!

ACTIVITYCANTABRIA@GMAIL.COM

