



Wprowadzenie od autorów	6
I. Czym jest społeczeństwo obywatelskie?	10
Dlaczego społeczeństwo obywatelskie jest ważne dla młodego człowieka?	10
Społeczeństwo obywatelskie jako szkoła demokracji	11
II. Program Erasmus+	13
Zdobywanie międzynarodowych doświadczeń w ramach programu Erasmus+	13
Możliwości oferowane przez program Erasmus+	13
1. Wymiany studenckie	13
2. Staże zawodowe	13
3. Wolontariat i projekty społeczne	14
4. Wymiany młodzieżowe	14
III. Europejski Korpus Solidarności (EKS)	17
W jakiej formie można realizować projekty EKS?	17
1. Wolontariat EKS	17
2. Praca i staże zawodowe	17
3. Projekty lokalne i międzynarodowe	18
Przykłady organizacji i stowarzyszeń oferujących projekty EKS	18
1. AIESEC	18
2. Fundacja Schumana	18
3. Stowarzyszenie POLITES	19
4. SALTO-Youth	19
Źródła informacji o projektach oferowanych przez organizacje pozarządowe	19
IV. Program DiscoverEU	21
DiscoverEU – podróż w głąb Europy dla młodych odkrywców	21
Nagrody	22
Wymagania	22
Kryteria uczestnictwa	22
Zgłoszenia do konkursu DiscoverEU. Krok po kroku	23
Co należy wiedzieć przed wyjazdem?	24
1. Odpowiedzialność uczestników	24
2. Przygotowanie do podróży	25
3. Podróż	25
Gdzie szukać pomocy i informacji?	26



V. Projekty młodzieżowe finansowane z funduszy europejskich i źródeł krajowych	28
Fundusze europejskie	28
1. Creative Europe	29
2. Jak znaleźć wsparcie finansowe na rozwój i aplikować?	29
3. Do jakich instytucji można składać wnioski o fundusze unijne?	30
Fundusze krajowe	31
1. Gdzie szukać ciekawych projektów?	31
2. Jak młodzi ludzie mogą ubiegać się o wsparcie finansowe?	31
3. Przykłady projektów	32
4. Dlaczego warto spróbować?	34
VI. Praktyki i staże w instytucjach Unii Europejskiej	36
Programy staży	36
1. Kto może się ubiegać o staż?	36
2. Jak zostać stażystą?	37
3. Oferty i różne formy staży	37
4. Najpopularniejsze staże	38
5. Gdzie można odbyć staż?	38
6. Niezbędne dokumenty	39
7. Korzyści ze stażu	39
Praktyki zawodowe dla uczniów	39
VII. Młodzieżowe rady miast i gmin	40
Młodzieżowe rady w nowych przepisach prawnych	40
Jak działa młodzieżowa rada?	40
Zadania młodzieżowych rad	41
Młodzieżowe rady jako platforma dialogu	42
Korzyści z udziału w młodzieżowych radach	42
VIII. Inicjatywy lokalne i organizacje pozarządowe	44
Inicjatywa lokalna szansą na działanie	44
Realizacja własnych pomysłów w ramach inicjatyw lokalnych	44



Lokalne inicjatywy młodzieżowe – Twoja szansa na działanie!	44
1. Przykład: Młodzieżowa Rada m.st. Warszawy	45
2. Przykłady innych inicjatyw lokalnych	45
Organizacje pozarządowe – świat pełen możliwości!	47
IX. Programy wymiany kulturalnej i edukacyjnej poza Europą	50
Najpopularniejsze programy wymiany poza Europą	50
1. Program Fulbrighta	50
2. AFS Intercultural Programs	51
3. FLEX (Future Leaders Exchange Program)	51
4. YFU (Youth For Understanding)	52
5. Work and Travel USA	52
Koszty	53
1. Opłata za program	53
2. Koszty podróży	54
3. Koszty zakwaterowania	54
4. Koszty wyżywienia	54
5. Koszty wizy i ubezpieczenia	54
Znaczenie programów wymiany dla rozwoju kapitału ludzkiego i społecznego	54
Jak znaleźć odpowiedni program?	56
X. Platformy wspierające rozwój młodych	57
Przewodnik po najważniejszych źródłach informacji	57
1. Eurodesk – platforma dla młodzieży	57
Jak korzystać z platformy Eurodesk?	57
2. Europejski Portal Młodzieżowy	57
Jak korzystać z Europejskiego Portalu Młodzieżowego?	58
3. Youthpass – dokumentowanie kompetencji	58
Jak korzystać z Youthpass?	58
4. Europejski Korpus Solidarności	58
Jak korzystać z programu EKS?	59
5. Portal EURES – europejski rynek pracy	59
Jak korzystać z portalu EURES?	59
XI. Narodowy Instytut Wolności – Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego	60
Zakończenie	62
Literatura i polecane źródła online	63