



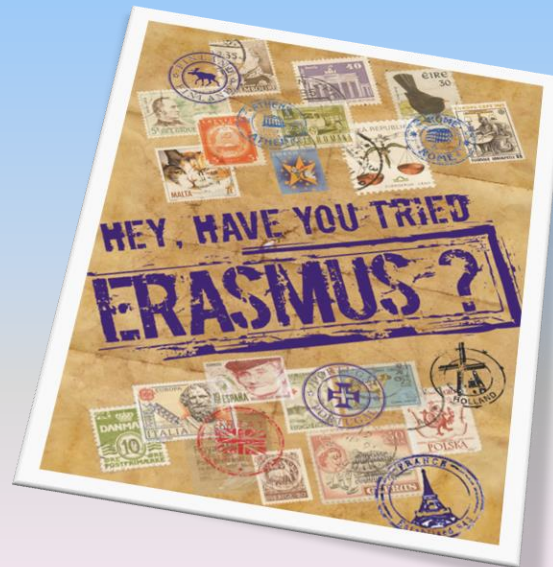
**Erasmus+**



Το πρόγραμμα **ERASMUS+** είναι ένα Ευρωπαϊκό Πρόγραμμα που σας δίνει την ευκαιρία να πραγματοποιήσετε:

α) ένα μέρος των σπουδών σας με πλήρη ακαδημαϊκή αναγνώριση σε ένα Πανεπιστήμιο του εξωτερικού ή/και

β) την πρακτική σας άσκηση σε ένα φορέα υποδοχής μιας Ευρωπαϊκής χώρας.



Το πρόγραμμα Erasmus+ σας προσφέρει μια σειρά από δυνατότητες όπως:

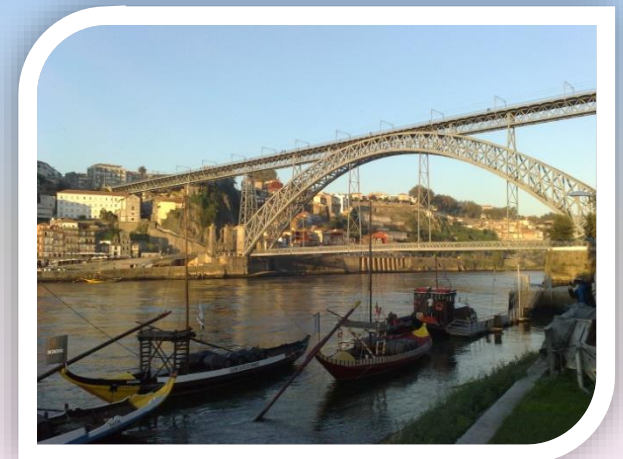
- να εμπλουτίσετε τις γνώσεις σας
- να συγκρίνετε εκπαιδευτικά συστήματα
- να γνωρίσετε ανθρώπους άλλων χωρών με διαφορετικές νοοτροπίες
- να διευρύνετε τους ορίζοντές σας και
- να δημιουργήσετε νέες προοπτικές, τόσο για τις σπουδές σας όσο και για την επαγγελματική σας εξέλιξη.

# Μακροχρόνια Κινητικότητα





Στο πλαίσιο της μακροχρόνιας κινητικότητας μπορείτε να μετακινηθείτε  
**από 2 έως 12 μήνες**  
ανά κύκλο σπουδών για σπουδές ή/και πρακτική άσκηση.



# Μετακίνηση για Σπουδές



# Προϋποθέσεις Συμμετοχής

- Να είστε εγγεγραμμένοι **τουλάχιστον στο 1ο έτος σπουδών**
- Να έχετε πιστοποιημένη γνώση μιας **ξένης γλώσσας** (κατά προτίμηση της Αγγλικής)





# Διαδικασία Συμμετοχής

Η υποβολή των αιτήσεων στο Γραφείο Erasmus γίνεται:

- για το **χειμερινό εξάμηνο** έως τα **μέσα Απριλίου** του προηγούμενου ακαδημαϊκού έτους και
- για το **εαρινό εξάμηνο** έως τα **μέσα Οκτωβρίου**.

Τα Πανεπιστήμια του εξωτερικού έχουν, επίσης, ειδικά έντυπα-αιτήσεις για τους φοιτητές που έχουν επιλεγεί να φοιτήσουν σε αυτά καθώς και **συγκεκριμένες προθεσμίες για την υποβολή τους**.

# Μετακίνηση για Πρακτική Άσκηση

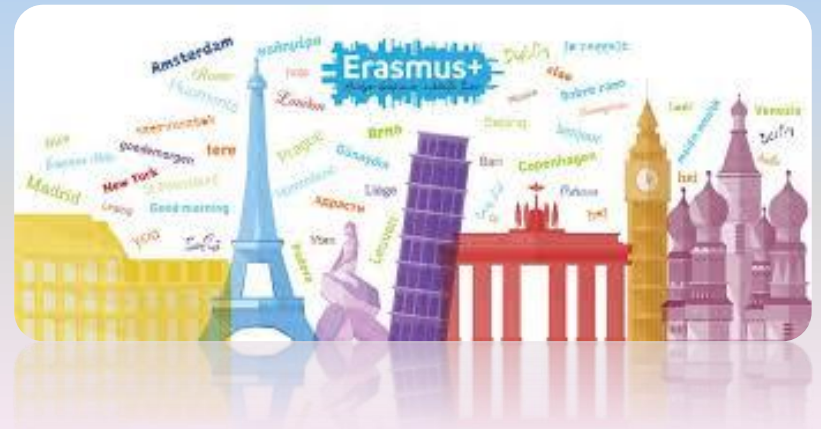




# Διαδικασία Συμμετοχής

Οι αιτήσεις για πρακτική άσκηση στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+ υποβάλλονται στο Γραφείο Erasmus καθ' όλη τη διάρκεια του έτους κατόπιν ανάρτησης σχετικής προκήρυξης.

Απαιτείται **διάστημα τουλάχιστον ενός μήνα** από την υποβολή της αίτησης έως την έναρξη της πρακτικής άσκησης για τη συλλογή και συμπλήρωση των απαραίτητων εγγράφων.



# Υποτροφίες Μακροχρόνιας Κινητικότητας

Οι φοιτητές που έχουν επιλεγεί για συμμετοχή στο πρόγραμμα δικαιούνται υποτροφίας. Η υποτροφία Erasmus+ καλύπτει τις ατομικές δαπάνες των φοιτητών καθώς και τις δαπάνες ταξιδιού. Το ποσό της μηνιαίας επιχορήγησης του φοιτητή που μετακινείται στο εξωτερικό για σπουδές ή πρακτική καθορίζεται ανάλογα με τη χώρα υποδοχής ως εξής:

		ΣΠΟΥΔΕΣ	ΠΡΑΚΤΙΚΗ
<b>Ομάδα 1</b> Χώρες με υψηλό κόστος διαβίωσης	Αυστρία, Βέλγιο, Γαλλία, Γερμανία, Δανία, Ιρλανδία, Ισλανδία, Ιταλία, Κάτω Χώρες, Λιχτενστάιν, Λουξεμβούργο, Νορβηγία, Σουηδία, Φινλανδία, Ανδόρα, Μονακό, Σαν Μαρίνο, Βατικανό, Νήσοι Φερόες, Ελβετία, Ηνωμένο Βασίλειο	520 €/μήνα	670 €/μήνα
<b>Ομάδα 2</b> Χώρες με μεσαίο κόστος διαβίωσης	Εσθονία, Ισπανία, Κύπρος, Λετονία, Μάλτα, Πορτογαλία, Σλοβακία, Σλοβενία, Τσεχία	470 €/μήνα	620 €/μήνα
<b>Ομάδα 3</b> Χώρες με χαμηλό κόστος διαβίωσης	Βόρεια Μακεδονία, Βουλγαρία, Κροατία, Λιθουανία, Ουγγαρία, Πολωνία, Ρουμανία, Σερβία, Τουρκία	420 €/μήνα	570 €/μήνα

# Μακροχρόνια Κινητικότητα Φοιτητών με Λιγότερες Ευκαιρίες

- Κοινωνικές Ομάδες με λιγότερες ευκαιρίες: Φοιτητές με συγκεκριμένο οικογενειακό υπόβαθρο (ορφανοί, μονογονεϊκή οικογένεια, 3 τέκνα και άνω, κ.α.), φοιτητές ΑμεΑ, Έλληνες πολίτες μέλη της Μουσουλμανικής Μειονότητας της Θράκης, Ρομά, πρόσφυγες.
- Φοιτητές με λιγότερες ευκαιρίες που συμμετέχουν σε σπουδές ή πρακτική άσκηση, λαμβάνουν μια συμπληρωματική ενίσχυση πέραν της επιχορήγησης της Ε.Ε., για την κάλυψη των ατομικών δαπανών, **ύψους 250 ευρώ ανά μήνα.**

# Βραχυχρόνια Κινητικότητα



- Κάθε φοιτητής, μπορεί να συνδυάσει μια βραχυχρόνια κινητικότητα με φυσική παρουσία συνδυάζοντας την με υποχρεωτική εικονική δραστηριότητα.
- Διάρκεια κινητικότητας με φυσική παρουσία: **5 - 30 ημέρες.**
- Υποχρεωτικός συνδυασμός με εικονική δραστηριότητα (απονομή 3 ECTS).



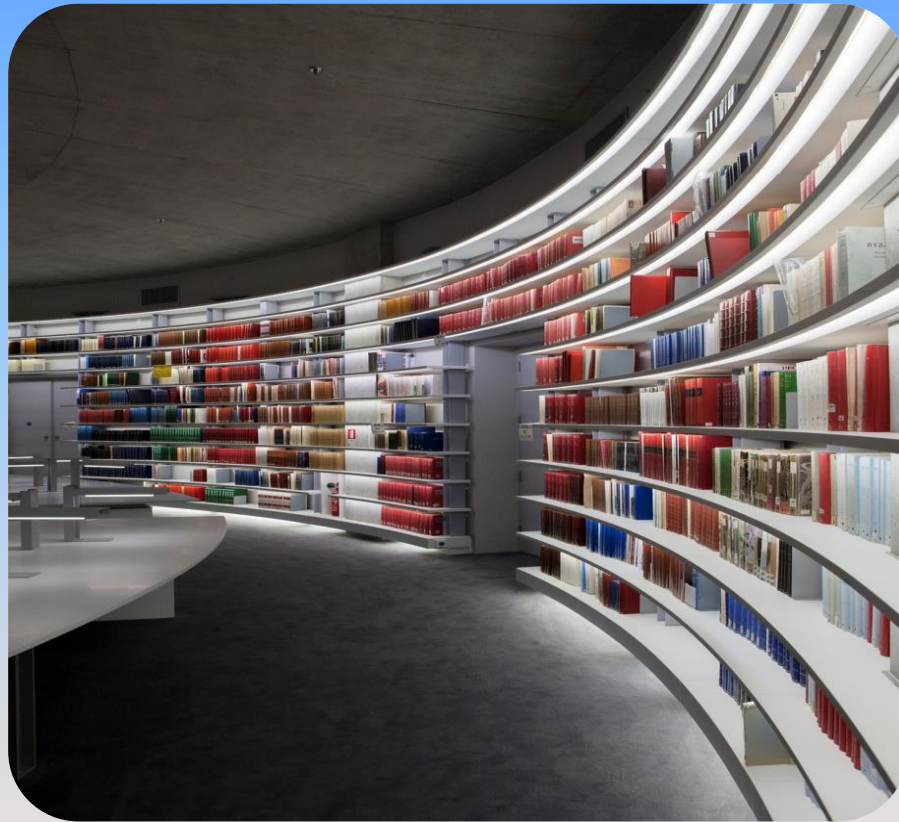


# Βραχυχρόνια Κινητικότητα Φοιτητών

## Ατομική Υποστήριξη

Διάρκεια Κινητικότητας με Φυσική Παρουσία	Ποσό Επιχορήγησης	Ομάδες με Λιγότερες Ευκαιρίες
Έως την 14η ημέρα	79 ευρώ την ημέρα	+100 ευρώ για ολόκληρη την περίοδο της κινητικότητας
Από την 15 <sup>η</sup> έως την 30 <sup>η</sup> ημέρα	56 ευρώ την ημέρα	+150 ευρώ για ολόκληρη την περίοδο της κινητικότητας

# Υποψήφιοι Διδάκτορες



# Κινητικότητα Υποψηφίων Διδασκόντων

Οι υποψήφιοι διδάκτορες και οι προσφάτως απόφοιτοι «μεταδιδάκτορες» μπορούν να πραγματοποιήσουν **βραχυχρόνια ή μακροχρόνια** κινητικότητα για σπουδές ή πρακτική άσκηση στο εξωτερικό. Ενθαρρύνεται η προσθήκη ενός εικονικού στοιχείου στη φυσική κινητικότητα.

Επιλέξιμη διάρκεια κινητικότητας με φυσική παρουσία:

- 5-30 ημέρες για βραχυχρόνια κινητικότητα
- 2-12 μήνες για μακροχρόνια κινητικότητα

# Πράσινη Μετακίνηση

- Όσοι συμμετέχοντες επιλέξουν **πράσινη μετακίνηση** δύνανται να λάβουν έως 6 ημέρες πρόσθετη επιχορήγηση ατομικής υποστήριξης για την κάλυψη των ημερών ταξιδιού μετ' επιστροφής.
- **Πράσινη μετακίνηση:** χρήση μέσων μεταφοράς για το κύριο μέρος της μετακίνησης με μειωμένο αποτύπωμα άνθρακα ή εν γένει περιβαλλοντικό αποτύπωμα όπως π.χ. λεωφορείο, τρένο ή συνεπιβατισμό (carpooling).

# Γραφείο Erasmus



+30 2461068065



erasmus@uowm.gr



Erasmus Uowm

Ιδρυματική Συντονίστρια  
Προγράμματος Erasmus+  
Αικατερίνη Μπλάντα

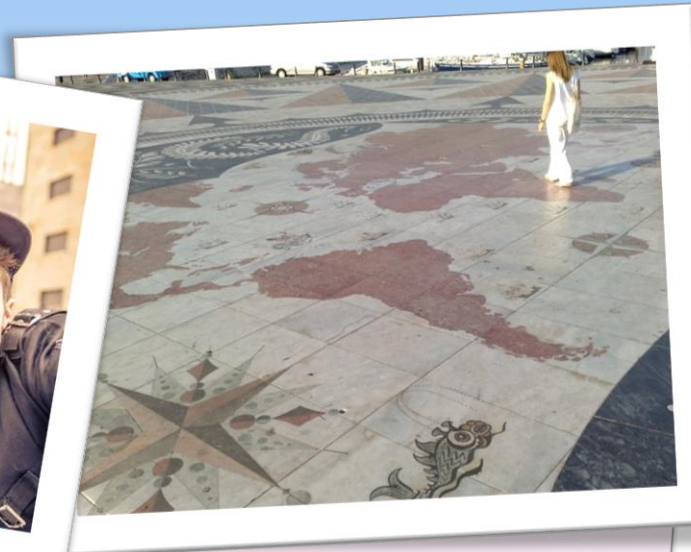
# Ιστοσελίδα Γραφείου Erasmus

<https://erasmus.uowm.gr/>  
<https://erasmus.uowm.gr/en/>

The screenshot shows the Greek version of the Erasmus website. At the top left, there is the Erasmus+ logo and the logo of the University of Western Macedonia (UOWM). The navigation menu includes: Φοιτητές, Προσωπικό, Διμερείς συμφωνίες, Διεθνής κινητικότητα, Ανακοινώσεις, and Επικοινωνία. The main content area features a large banner with the Erasmus+ logo and a sidebar with the following menu items: ΓΡΑΦΕΙΟ ERASMUS, ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΟ ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ, COVID-19, Α.Μ.Ε.Α., OLS (Γλωσσική υποστήριξη), ERASMUS+ APP (Smartphone application), ΙΣΤΟΡΙΕΣ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ERASMUS+, and ΘΕΣΕΙΣ ΠΡΑΚΤΙΚΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ.

The screenshot shows the English version of the Erasmus website. At the top left, there is the Erasmus+ logo and the logo of the University of Western Macedonia (UOWM). The navigation menu includes: Home, Erasmus Office, Erasmus+, International Credit mobility, and Contact. The main content area features a large banner with the Erasmus+ logo and a sidebar with the following menu items: INCOMING STUDENTS ERASMUS+, ACADEMIC CALENDAR, COVID-19, INCOMING STUDENTS CREDIT MOBILITY, INCOMING TEACHING CREDIT MOBILITY, ERASMUS+ APP (Smartphone application), and CONTACT INFO.

# Το Πρόγραμμα Erasmus+ ανοίγει δρόμους, αλλάζει ζωές!!!





**KEEP  
CALM  
AND ENJOY  
ERASMUS  
PLUS**