

Käitumisjuhend Erasmus+ õpirändes osalejatele

1. Seaduslikud ja kultuurilised eripärad Eestis

Seaduste järgimine: Eesti seadusandlus on väga range. Eestis on nulltolerants narkootikumide suhtes, sealhulgas kergete narkootiliste ainete, näiteks kanepi osas.

Alkoholi tarbimine: Alkoholiseadused on Eesti kultuuris ja avalikus elus reguleeritud. Alkoholi müüakse hommikul kella kümnest õhtul kella 10ni ja selle tarbimine avalikes kohtades on piiratud.

Jalakäijate reeglid Eestis:

1. Ülekäigurajad: Jalakäijad peavad kasutama ülekäiguradu. Autojuhid on kohustatud jalakäijaid ülekäigurajal läbi laskma, kuid jalakäijad peavad veenduma, et autojuhid neid näevad ja on valmis peatuma.

2. Foori järgimine: Jalakäijad peavad järgima valgusfoore ja ei tohi teed ületada punase tulega.

3. Helkurid pimedal ajal: Pimedal ajal ja halbades ilmastikuoludes on jalakäijatel kohustus kanda helkureid, et autojuhid neid paremini näeksid.

4. Kiirelt muutuvad tingimused: Talvel tuleb arvestada libedate teede ja kitsamate kõnniteedega, mistõttu tuleb olla eriti ettevaatlik.

2. Võrdõiguslikkus ja mittediskrimineerimine

Sooline võrdõiguslikkus: Eesti on soolise võrdõiguslikkuse poolest Euroopas keskmisel tasemel. Kõik osalejad peavad austama kohalikke norme, mis rõhutavad soolist võrdõiguslikkust nii töö- kui eraelus.

Diskrimineerimise vältimine: Kõik osalejad on võrdsed, sõltumata soost, vanusest, rahvusest, rassist, usutunnistusest, seksuaalsest orientatsioonist või puudest. Diskrimineerimine mis tahes kujul on keelatud ning osalejatelt eeldatakse ja oodatakse osalejate tolerantsust kõigi teiste suhtes.

Austus mitmekesisuse vastu: Õpirände projektid toovad kokku inimesi erinevatest kultuuridest ja taustadest. Austus ja mõistmine on võtmetähtsusega harmoonilise koostöö tagamiseks.

3. Füüsiline ja vaimne turvalisus

Isiklik turvalisus: Eesti on üks maailma mõistes väga turvaline riike, kuid osalejatel on siiski soovitatav järgida ettevaatusabinõusid, näiteks hoiduda üksinda hilisõhtul pimedates piirkondades liikumast ja hoida isiklikke esemeid turvaliselt.

Looduses liikumine: Eesti pakub palju võimalusi looduses viibimiseks, kuid oluline on järgida matkaradu ja kohalikke ohutusjuhiseid, eriti mägistes piirkondades matkates. Eesti loodus võib olla karm ja ilmastikutingimused võivad kiiresti muutuda.

4. Kultuuriline käitumine ja suhtlemine

Privaatsuse ja ruumi austamine: Eestis hinnatakse isiklikku privaatsust ja ruumi. Avalikes kohtades, näiteks ühistranspordis, on tavapärane hoida distantssi ja vältida valjuhäälsel suhtlust. Eestlased hindavad vaikust ja rahu.

Ajapunktuaalsus: Ajapunktuaalsus on Eestis väga oluline. Hilinemine kokkulepitud kohtumistelt või üritustelt võib olla solvav, seetõttu on oluline täpsus nii ametlikes kui ka sotsiaalsetes olukordades.

5. Keskkonnasõbralik ja säästlik elustiil

Jäätmete sorteerimine: Eesti ühiskonnas on jäätmete sorteerimine ja ringlussevõtt väga oluline. Osalejad peavad õppima, kuidas jäätmeid õigesti sorteerida ning jälgima keskkonnasõbralikke harjumusi, näiteks energiasäästlikkust ja prügi vähendamist.

6. Vastutus ja turvalisus projekti ajal

Korraldajate roll ja tugi: Projekti korraldajad peavad tagama, et kõik tegevused oleksid turvalised ja vastaksid kohalikele normidele. Osalejatel on õigus mure või abivajaduse korral kontakteeruda projektikoordinaatoriga Ele Laks +372 53403309.

Hädaolukorrad: Hädaolukorras on Norras olemas hästi toimiv hädaabi süsteem. Hädaabinumber on 112, mis kehtib nii politsei, kiirabi kui ka pääste jaoks.

7. Konfliktide ennetamine ja lahendamine

Avatud ja rahumeelne suhtlemine: Konfliktid tuleks lahendada rahumeelselt ja avatult. Eestlased on üldiselt otsekohesed, kuid viisakad, seega on otsekohene ja selge suhtlemine oluline konfliktide lahendamisel.

Kaebuste esitamine: Kui osalejad kogevad turvalisuse või mittediskrimineerimise reeglite rikkumist, on oluline kohe teavitada projekti korraldajaid.

8. Ettevalmistus ja kohalikud kontaktid

Kohalikud juhendid ja partnerid: Osalejad saavad kohapeal tuge kohalike projektipartnerite või juhendajate käest, kes aitavad orienteeruda Eesti ühiskonnas ja kultuuris.

Code of Conduct for Erasmus+ Mobility Participants

1. Legal and Cultural Specificities in Estonia

Compliance with Laws: Estonia has strict legal regulations, including zero tolerance for drugs, for example cannabis and other soft drugs.

Alcohol Consumption: Alcohol laws are regulated, and alcohol sales are permitted from 10:00 AM to 10:00 PM. Drinking alcohol in public places is restricted.

Pedestrian Rules in Estonia:

1. **Crosswalks:** Pedestrians must use designated crosswalks. Drivers are required to stop, but pedestrians must ensure they are visible before crossing.
2. **Traffic Lights:** Pedestrians must obey traffic signals and not cross on a red light.
3. **Reflectors at Night:** Pedestrians must wear reflectors in low visibility conditions to ensure they are seen by drivers.
4. **Changing Weather Conditions:** Winter conditions can make sidewalks slippery and narrow, requiring extra caution.

2. Equality and Non-Discrimination

Gender Equality: Estonia ranks moderately in gender equality within Europe. Participants should respect local norms that emphasize gender equality in professional and private life.

Non-Discrimination: All participants are equal, regardless of gender, age, nationality, race, religion, sexual orientation, or disability. Discrimination of any kind is prohibited, and all participants are expected to demonstrate tolerance and respect.

Respect for Diversity: Erasmus+ projects bring together people from various cultural backgrounds. Mutual respect and understanding are essential for harmonious cooperation.

3. Physical and Mental Safety

Personal Safety: Estonia is one of the safest countries in the world, but participants should still take precautions, such as avoiding walking alone in dark areas late at night and keeping personal belongings secure.

Outdoor Activities: Estonia offers many opportunities for outdoor activities, but participants should follow marked trails and safety guidelines, especially in remote or forested areas, where weather conditions can change quickly.

4. Cultural Behavior and Communication

Respect for Privacy and Personal Space: Estonians value personal space and privacy. In public places such as public transport, it is common to maintain distance and avoid loud conversations. Estonians generally appreciate silence and peaceful environments.

Punctuality: Being on time is highly valued in Estonia. Arriving late to meetings or events may be considered disrespectful, so participants should aim for punctuality in both professional and social settings.

5. Environmentally Friendly and Sustainable Living

Waste Sorting: Waste separation and recycling are highly prioritized in Estonia. Participants should learn how to properly sort waste and follow environmentally friendly habits, such as reducing energy consumption and minimizing waste.

6. Responsibility and Safety During the Project

Role of Organizers and Support: Project organizers must ensure that all activities are safe and aligned with local regulations. Participants can contact the project coordinator, Ele Laks (+372 53403309), for assistance in case of concerns or emergencies.

Emergency Situations: Estonia has a well-functioning emergency system. The emergency number is 112, which connects to police, ambulance, and fire services.

7. Conflict Prevention and Resolution

Open and Peaceful Communication: Conflicts should be resolved peacefully and through open discussion. Estonians are generally direct but polite, so clear and honest communication is key to resolving issues.

Filing Complaints: If participants experience safety concerns or discrimination, they should immediately report the issue to project organizers.

8. Preparation and Local Contacts

Local Guides and Partners: Participants will receive on-site support from local project partners and mentors, who will help them navigate Estonian society and culture.