DeepL

Subscribe to DeepL Pro to translate larger documents.
Visit www.DeepL.com/pro for more information.

GUÍA

Viaja. Aprende. DiscoverEU

¿Qué es lo que te puede resultar confuso o poco claro a la hora de planificar el viaje o durante el mismo?



RESPONDE A TUS PREGUNTAS SOBRE: DIVISAS, TRANSPORTE PÚBLICO, CÓMO ORIENTARTE EN NUEVOS ENTORNOS, EL FUNCIONAMIENTO DEL ROAMING FUERA DE LA UE, LAS BECAS DE

El proyecto «Travel. Learn. DiscoverEU» está diseñado para enriquecer la experiencia DiscoverEU de los jóvenes europeos de 18 años, fomentando la ciudadanía activa y reforzando una identidad europea compartida a través de viajes significativos y bien organizados. Motiva a los jóvenes a participar en DiscoverEU proporcionándoles información accesible y adaptada a sus necesidades mediante una guía de viaje completa y una plataforma interactiva en línea. El proyecto también da a conocer DiscoverEU a través de contenidos multimedia atractivos que comparten experiencias reales e inspiran la participación. Mediante la recopilación y el análisis sistemáticos de las experiencias de los participantes, el proyecto genera información valiosa sobre las necesidades de los jóvenes viajeros. Esta información se transforma en recomendaciones concretas que respaldan el desarrollo y la mejora continuos del programa DiscoverEU a nivel europeo. El proyecto se ha desarrollado en colaboración entre la asociación LEVEL UP de Polonia y la SUMA —Asociación para el Desarrollo Sostenible— de Croacia.

Nota: Las opiniones y puntos de vista expresados son exclusivamente del autor y no reflejan necesariamente la postura oficial de la Unión Europea ni de la Comisión Europea. Ni la Unión Europea ni la Comisión Europea se hacen responsables de los mismos. El proyecto está cofinanciado por la Unión Europea.

Co-funded by the European Union

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN 1
DiscoverEU: tu billete para explorar Europa 2
¿Qué ofrece? 3
¿Quién puede presentar su solicitud? 4
¿Cuándo y cómo presentar la solicitud? 5
¡Recuerda! PUNTOS CLAVE A RECAPITULAR 7
¿Qué incluye el DiscoverEU Pass? 8
¿Por qué solicitarlo? - Más allá del billete gratuito 10
Aspectos importantes que hay que saber (una visión realista) 12
Iniciativa de inclusión de DiscoverEU: Viajes para todos 15
Características principales de la Acción de Inclusión: 16
¿Cómo participar? 18
Planifica tu aventura DiscoverEU 19
Definir tu itinerario y tu presupuesto 20
Hacer las maletas con cabeza significa saber qué (y qué no) llevarte 23
Otros artículos importantes 25
Investigación de destinos y fuentes de información 26
De viaje: cómo gestionar las finanzas y viajar con seguridad 28
Seguridad y bienestar en el viaje 31
Gente, cultura y relaciones: cómo sacar el máximo partido a tu viaje 33
Conocer a otros viajeros y a la gente del lugar 33
Viajar en grupo: trabajo en equipo y retos 35
Comunicación y crecimiento personal 37
Los mejores consejos de los viajeros de DiscoverEU (las «reglas de oro») 39
Para padres y tutores: cómo apoyar a tu joven explorador 42
Guía práctica para monitores juveniles: cómo empoderar a los jóvenes viajeros 45
Conclusión: Disfruta del viaje: ¡Europa te espera! 48

INTRODUCCIÓN

Imagina que tienes 18 años y te regalan un billete gratis para explorar Europa: suena increíble, ¿verdad? DiscoverEU es precisamente eso: una iniciativa de la Unión Europea que ofrece a los jóvenes la oportunidad de viajar por Europa y descubrir su riqueza cultural y paisajística. Esta guía ha sido elaborada **por jóvenes viajeros, para jóvenes viajeros,** como parte de la iniciativa «Travel.Learn. DiscoverEU» (KA210-YOU-20824D3A), codirigido por LEVEL UP (Polonia) y SUMA (Croacia). Nuestro objetivo es mejorar tu experiencia con DiscoverEU, ofreciendo información adaptada a los jóvenes, práctica, inclusiva e inspiradora. El proyecto hace hincapié en la sostenibilidad (gracias a SUMA) y en las herramientas digitales inteligentes (cortesía de LEVEL UP), por lo que encontrarás un montón de consejos de viaje ecológicos y recomendaciones sobre la aplicación , además de , todo ello al estilo de .



Antes de entrar en materia, una breve nota: **DiscoverEU** forma parte del programa Erasmus+ (2021-2027) y está cofinanciado por la UE. Las opiniones aquí expresadas pertenecen a los autores y a otros viajeros —no representan la política oficial de la UE—, pero hemos verificado los datos con fuentes oficiales para que puedas confiar en la información. ¡Ahora, empecemos a planificar tu aventura europea!

DiscoverEU: tu billete para explorar Europa

DiscoverEU es mucho más que un billete de tren gratuito. Es una iniciativa de la UE que ha abierto las puertas de Europa a miles de jóvenes de 18 años cada año. Si alguna vez has soñado despierto con viajes en tren por los sinuosos Alpes, paseos al atardecer por París o hacer amigos entre otros aventureros de todo el continente, DiscoverEU podría ser tu billete de oro. Cada año, la Comisión Europea concede decenas de miles de pases de viaje a jóvenes como tú. Con un pase en la mano, puedes viajar hasta 30 días **por 33 países** en tren —desde las soleadas islas de Grecia hasta el nevado norte de Noruega— y descubrir de primera mano la diversidad de Europa.





¿Qué se ofrece?

Si resultas seleccionado, recibirás un pase de viaje Interrail/Eurail para recorrer la red ferroviaria europea (y en transbordadores o autobuses cuando el tren no llegue). Viajarás principalmente en tren, una de las formas más respetuosas con el medio ambiente de desplazarse (más información al respecto en nuestra sección de sostenibilidad). Además del pase, los viajeros de DiscoverEU también reciben una tarjeta de descuentos especial de DiscoverEU (una versión de la Tarjeta Juvenil Europea) que incluye **más de 40 000 descuentos** en alojamiento, transporte local, cultura, gastronomía, deportes y mucho más. Eso significa hostales, entradas a museos, transporte público e incluso comidas más baratas, lo que supone una gran ayuda para el presupuesto de un estudiante. En resumen, DiscoverEU te ofrece la libertad de diseñar un viaje épico por Europa, prácticamente gratis.



¿Quién puede presentar una solicitud?

¿Quién puede solicitarlo?

Para garantizar la equidad, **los requisitos de elegibilidad son muy específicos**. El programa DiscoverEU está abierto únicamente a jóvenes de alrededor de 18 años. En la práctica, esto significa que debes haber cumplido los 18 años el primer día del plazo de solicitud de una convocatoria concreta (el intervalo exacto de fechas de nacimiento varía según la convocatoria). También es necesario ser ciudadano o **residente legal** de un Estado miembro de la UE o de un país asociado a Erasmus+ (actualmente, Islandia, Liechtenstein, Macedonia del Norte, Noruega, Serbia o Turquía). Consejo: Las fechas de elegibilidad cambian en cada convocatoria; consulta el Portal Europeo de la Juventud para conocer los últimos detalles específicos de tu año.

EUROPEAN YOUTH PORTAL

Es importante destacar que **DiscoverEU está dirigido a personas de todo tipo de procedencias**. Tanto si procedes de una gran capital como de un pequeño pueblo rural, tanto si te consideras un viajero experimentado como si nunca has salido de tu país de origen, tienes las mismas oportunidades. Si tienes alguna discapacidad o problema de salud, no te desanimes. DiscoverEU ofrece asistencia y apoyo para garantizar que puedas participar en igualdad de condiciones.



¿Cuándo y ¿cómo presentar la solicitud?

Las convocatorias de DiscoveryEU tienen lugar **dos veces al año**, normalmente una en primavera y otra en otoño. Cada convocatoria consiste en un breve plazo (que suele durar unas dos semanas) durante el cual puedes presentar tu solicitud en línea a través del Portal Europeo de la Juventud.

El proceso de solicitud es sencillo y se realiza íntegramente en línea. Deberás acceder a la sección «DiscoverEU» del Portal Europeo de la Juventud y hacer clic en «Solicitar ahora» (opción visible únicamente durante el plazo de presentación de solicitudes). Una vez allí, inicia sesión (con tu cuenta EU Login) y rellena un formulario con tus datos personales (como el nombre, la nacionalidad y el número de DNI o pasaporte).



Puedes presentar tu solicitud tanto a título **individual** como en grupo, con un máximo de 5 amigos. Si lo hacéis en grupo, una persona debe registrarse primero y obtener un código de solicitud para compartirlo con hasta 4 personas más, quienes a su vez deberán enviar sus datos utilizando ese código de grupo; de este modo, se os evaluará conjuntamente.

¿Y después qué?

Después de eso...

Una vez cubiertos los aspectos básicos, tendrás que completar un breve **cuestionario** (a menos que formes parte de un grupo; en las solicitudes grupales, solo el responsable del grupo debe realizar el cuestionario). No te preocupes, no es un examen: suele consistir en unas 5 preguntas de opción múltiple sobre Europa, la UE e iniciativas culturales o juveniles, además de una pregunta de desempate.

Una vez enviada la solicitud, tendrás que poner en práctica esa **virtud que es la paciencia**. Los resultados no son inmediatos; una vez finalizado el plazo, la Comisión Europea evalúa las solicitudes y, por lo general, anuncia los ganadores unas semanas más tarde. Se informa a todos los solicitantes del resultado por correo electrónico.



Esperando con paciencia...

¡Recuerda!

PUNTOS CLAVE A RECAPITULAR:

- Dos convocatorias al año: una en abril y otra en octubre. Consulta el Portal Europeo de la Juventud para conocer las fechas exactas y programa recordatorios.

- Presenta tu solicitud a los 18 años. Debes tener 18 años (se indica un intervalo de fechas de nacimiento específico para cada convocatoria) y ser de un país que cumpla los requisitos.

- Inscripción en línea a través de la página DiscoverEU del Portal Europeo de la Juventud, de forma individual o en grupos de hasta 5 personas.

- Cuestionario y selección. Responde a unas cuantas preguntas sobre Europa. Los ganadores se seleccionan y se les notifica por correo electrónico unas semanas más tarde.

- Si ganas, recogerás tu pase de viaje (más información al respecto a continuación) y empezarás a planificar tu viaje durante el periodo de viaje permitido.



¿Qué incluye el DiscoverEU Pass?

La estrella del programa es el **pase de viaje**. Se trata, básicamente, de un Interrail Global Pass (o un Eurail Pass para quienes procedan de países socios) que te ofrece **acceso flexible a casi todos los trenes de 33 países europeos**. Piensa en él como un billete mágico que te permite subir y bajar de tren desde Portugal hasta Polonia y Finlandia, cubriendo miles de destinos. Esto es lo que necesitas saber sobre cómo funciona el pase para los participantes en DiscoverEU:

- Puedes viajar hasta un total de 30 días. No estás obligado a utilizar los 30, pero ese es el máximo que cubre el abono. Dentro de ese plazo, dispones de un número determinado de **días de viaje** (días en los que puedes viajar en tren); por lo general, el abono es flexible.

- El abono se puede utilizar de forma flexible a través de una aplicación móvil. El día de viaje se activa en el momento en que empiezas a viajar ese día. Si prefieres un itinerario fijo, existe la opción de solicitar billetes con fecha fija (útil si, por ejemplo, necesitas billetes en papel o tienes un plan concreto).

• En primer lugar, se trata de un pase de tren. Algunos trenes de categoría superior (como los trenes de alta velocidad internacionales o los trenes nocturnos) requieren una reserva de asiento con un suplemento que el pase no cubre, así que ten en cuenta esos pequeños gastos. Si vives en una isla o en una zona muy remota, DiscoverEU no te dejará tirado: la iniciativa permite acuerdos especiales para llegar al continente. Algunas travesías en ferry (como las que unen Grecia e Italia) están incluidas en un pase Interrail.

• Junto con el pase de viaje, recibirás un enlace a tu **Tarjeta Juvenil Europea DiscoverEU** (digital). Esta tarjeta te da acceso a **miles de descuentos** en toda Europa. Muéstrala en museos, atracciones turísticas, transporte público, determinados restaurantes u hostales, y podrás ahorrar dinero. Por ejemplo, podrías conseguir una entrada con descuento para el Louvre de París, un 10-20 % de descuento en un albergue juvenil de Berlín o una oferta en el alquiler de bicicletas en Ámsterdam. Hay más de 40 000 descuentos asociados a esta tarjeta. Estos descuentos pueden ayudarte a estirar considerablemente tu presupuesto: entradas gratuitas o más baratas a museos, tarifas reducidas en el transporte público, etc., que se van sumando a lo largo de un mes de viaje.

• DiscoverEU te anima a conectar con otras personas. Puedes presentar tu solicitud en grupo con amigos de tu ciudad, pero, aunque lo hagas por tu cuenta, podrás unirte a otros ganadores. Existe un **grupo** oficial **de DiscoverEU en Facebook** con decenas de miles de miembros, donde los viajeros charlan, organizan quedadas y buscan compañeros de viaje para sus rutas.

Por último, ten en cuenta que **DiscoverEU es una oportunidad única** en lo que respecta al pase gratuito. Solo puedes recibir el pase DiscoverEU una vez. Si presentas tu solicitud y no resultas seleccionado, puedes volver a intentarlo en la siguiente convocatoria (siempre que sigas cumpliendo los requisitos de edad). Pero si resultas seleccionado y realizas el viaje, no podrás solicitar otro pase en una convocatoria posterior.

¿Por qué solicitarlo? - Más allá del billete gratuito

A primera vista, DiscoverEU podría parecer simplemente un billete de viaje gratuito, pero es mucho más que eso. Sí, el atractivo práctico es enorme: un abono de viaje subvencionado y los descuentos permiten recorrer Europa por una fracción del coste habitual. Pero si le preguntas a cualquiera que lo haya hecho, te hablará del **crecimiento personal y** de **los recuerdos** que van mucho más allá del valor monetario del billete.



Estas son algunas de las razones por las que los jóvenes (quizás como tú) se sienten atraídos por DiscoverEU:

• Para muchos, es la primera vez que viajan por su cuenta, lo que les brinda una oportunidad única de recorrer varios países en un solo viaje, lo que lo convierte en una aventura y un descubrimiento. Es una aventura en el sentido más auténtico de la palabra.

• Viajar por varios países, ya sea solo o con amigos, puede ser un curso intensivo de habilidades para la «vida real» que te ayude a crecer como persona. Aprenderás a ser independiente (ya que tendrás que planificar la logística y tomar decisiones sobre la marcha), a ser responsable (llevar un control de tu presupuesto y de tus pertenencias) y a resolver problemas (¿una huelga de trenes? ¿has perdido una conexión? Tendrás que idear un plan B).

• Europa es increíblemente diversa. En unas pocas semanas podrás escuchar una docena de idiomas, visitar tanto castillos medievales como galerías de arte moderno, aprender a moverte en metro por ciudades como París y también hacer senderismo en los Alpes suizos. Cada país tiene sus propias costumbres, su historia y su ambiente. DiscoverEU te ofrece un asiento en primera fila para disfrutar de este mosaico cultural.

• Una de las mejores cosas de viajar a esta edad es la gente que conoces, lo que a menudo da lugar a valiosas amistades y contactos. Ya sean compañeros de viaje de DiscoverEU con los que formes equipo o gente del lugar y otros mochileros en los albergues, crearás vínculos por el camino. Compartir un compartimento de tren puede dar pie a una conversación que convierta a un desconocido en un amigo.



• Viajar con el programa DiscoverEU suele hacer que los jóvenes se sientan más conectados con Europa. Cruzar fronteras sin controles (¡gracias, Schengen!), ver cómo los países son diferentes pero comparten valores comunes… todo ello puede despertar un sentimiento de orgullo por ser europeo. ¡Y, por supuesto, **es divertido**!

Cosas importantes que hay que saber (la realidad)

Aunque DiscoverEU es una oportunidad increíble, es importante afrontarlo con expectativas realistas y sabiendo qué es lo que **no cubre el programa** o qué aspectos podrían resultar complicados. A continuación te indicamos algunos puntos clave que debes tener en cuenta para estar totalmente preparado:

• El pase DiscoverEU cubre el transporte (trenes y algunos ferris, además de la conexión a Internet inicial si es necesario) entre ciudades y países. Sin embargo, no cubre automáticamente el alojamiento, los gastos diarios de comida, los billetes de metro o autobús dentro de las ciudades ni las entradas a las atracciones turísticas. Tendrás que **hacer un presupuesto para tu viaje** (te ayudaremos con algunos consejos en la sección dedicada al presupuesto).



- La flexibilidad del pase Interrail es estupenda, pero las rutas y los alojamientos más populares pueden agotarse, sobre todo en verano, así que planifica y reserva lo que puedas. A muchos viajeros les parece aconsejable **reservar algunas cosas con antelación**; por ejemplo, reservar plazas en los trenes de alta velocidad que lo requieren, o reservar hostales con una o dos semanas de antelación en las principales ciudades durante la temporada alta. La espontaneidad forma parte de la aventura, pero viajar totalmente a última hora a veces puede suponer un quebradero de cabeza.

- **¿Viajar con amigos o en solitario?** Cualquiera de las dos opciones está bien, pero debes saber qué es lo que te hace sentir más cómodo. Si viajas en solitario, tendrás total libertad, pero tendrás que sentirte seguro para desenvolverte por tu cuenta; si vas con amigos, compartirás recuerdos (y gastos), pero también responsabilidades. La dinámica de grupo puede resultar complicada en un viaje largo.

- Viajar con un pase Interrail tiene algunas particularidades, así que presta atención a las normas. Por ejemplo, debes **activar los días de viaje** en la aplicación antes de subir al tren, llevar siempre contigo el pase y el pasaporte o el DNI para los controles en el tren, etc. Si te olvidas de activarlo o muestras un billete incorrecto, te podrían multar en el tren —¡ay!—. Ten en cuenta también que, si tu país está fuera de la UE,
En el espacio Schengen (como Turquía, por ejemplo), es posible que te sometan a controles fronterizos al viajar hacia o desde allí; asegúrate de disponer de los visados necesarios, si procede.



• Hoy en día, todo —desde los billetes de tren hasta la navegación o el registro en los albergues— depende de tu smartphone para conectarte y de la aplicación DiscoverEU. El roaming en la UE es gratuito para las tarjetas SIM de la UE, pero si procedes de un país no asociado a la UE, comprueba los costes de roaming; quizá te convenga adquirir una tarjeta SIM local o una eSIM para datos. **La aplicación de viajes DiscoverEU** es imprescindible; pero ten en cuenta que, aunque es estupenda, no es perfecta: algunos viajeros han comprobado que no muestra todas las opciones de trenes locales. En resumen, DiscoverEU es una oportunidad única en la vida, pero no son unas vacaciones gratis en las que todo esté organizado. Serás tú quien se encargue de que sea una experiencia fantástica.

• En resumen, **DiscoverEU es una oportunidad única en la vida, pero no son unas vacaciones gratis en las que todo esté incluido**. Tú serás el responsable de que sea una experiencia fantástica.



¿Y qué pasa con los mayores de 18 años?

Iniciativa de inclusión de DiscoverEU: Viajes para todos

Aunque el programa principal DiscoverEU es un concurso abierto a cualquier joven de 18 años, existe otra vía para vivir una aventura similar dirigida a aquellos que, por lo general, no suelen tener esa oportunidad. Se llama **«DiscoverEU Inclusion Action»** y, en esencia, es un programa adaptado en el marco de Erasmus+ destinado a ayudar a los jóvenes con menos oportunidades (de hasta 21 años) a participar en DiscoverEU con el apoyo necesario.

¿Qué significa «menos oportunidades»? En el contexto de la UE, se refiere a los jóvenes que se enfrentan a obstáculos que podrían impedirles viajar de forma independiente. Esto podría deberse a dificultades económicas (bajos ingresos, desempleo), retos sociales, problemas de salud o discapacidades, diferencias culturales (migrantes, refugiados), limitaciones geográficas (zonas rurales remotas, habitantes de islas) o barreras educativas. La Acción de Inclusión tiene como objetivo **romper esas barreras** y garantizar que la experiencia DiscoverEU sea verdaderamente accesible para todos los jóvenes, no solo para aquellos que ya cuentan con los medios o la confianza necesarios para presentar su solicitud por su cuenta.



¿Cómo funciona? A diferencia del programa principal DiscoverEU (al que hay que presentar la solicitud de forma individual a través de un portal), la Acción de Inclusión se lleva a cabo a través de organizaciones. Básicamente, las organizaciones juveniles, las ONG, los grupos juveniles informales o incluso los centros educativos pueden solicitar financiación de Erasmus+ (Acción Clave 1, KA155) para llevar a cabo un proyecto «DiscoverEU Inclusion». Estos proyectos seleccionarán a un pequeño grupo de jóvenes con menos oportunidades, los prepararán y los acompañarán en un viaje DiscoverEU, prestándoles todo el apoyo necesario.

Características principales de la iniciativa «Inclusion Action»:

- Está dirigida **a jóvenes de entre 18 y 21 años** con menos oportunidades. Así que, si te perdiste la convocatoria principal a los 18 años, o tienes entre 19 y 20 años y pensabas que eras demasiado mayor, esta podría ser una segunda oportunidad, siempre que cumplas los criterios de «menos oportunidades».

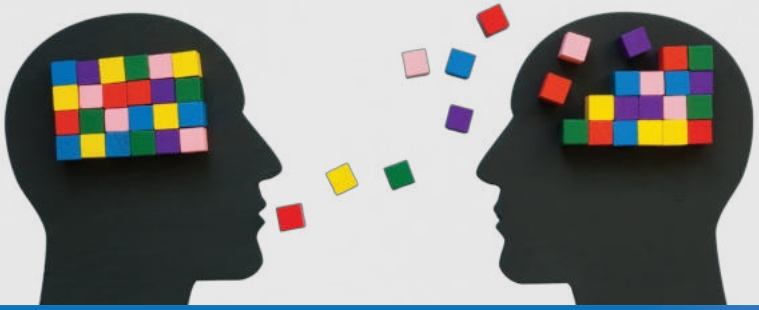
- Los participantes viajan en **grupos de entre 1 y 5 personas**, y estos pueden ser grupos informales (no es necesario que los participantes formen parte de una organización registrada), pero el líder de la organización o del grupo informal debe presentar la solicitud y dirigir el proyecto. Por lo general, habrá al menos un líder adulto del grupo o un monitor juvenil cualificado que acompañe al grupo.

- Los proyectos de Inclusion Action están financiados por Erasmus+, lo que significa que, básicamente, se cubren todos los gastos subvencionables. Esto incluye el abono de viaje, además de muchos extras que el programa DiscoverEU habitual no cubre. Por ejemplo, puede cubrir el alojamiento, las comidas o una dieta diaria, el transporte local, el seguro de viaje e incluso «gastos extraordinarios» relacionados con tu situación. Los gastos extraordinarios podrían ser, por ejemplo, el coste de un visado, un certificado médico, asistencia especial o una garantía financiera, si fuera necesario.

- Junto con el pase de viaje, recibirás un enlace a tu **Tarjeta Juvenil Europea DiscoverEU** (digital). Esta tarjeta te da acceso a **miles de descuentos** en toda Europa. Muéstrala en museos, atracciones turísticas, transporte público, determinados restaurantes u hostales, y podrás ahorrar dinero. Por ejemplo, podrías conseguir una entrada con descuento para el Louvre de París, un 10-20 % de descuento en un albergue juvenil de Berlín o una oferta en el alquiler de bicicletas en Ámsterdam. Hay más de 40 000 descuentos asociados a esta tarjeta. Estos descuentos pueden ayudarte a estirar considerablemente tu presupuesto: entradas gratuitas o más baratas a museos, tarifas reducidas en el transporte público, etc., que se van sumando a lo largo de un mes de viaje.

- El **abono de viaje** de Inclusion Action es similar, pero presenta algunas diferencias: actualmente, ofrece viajes ilimitados en tren durante **7 días de viaje dentro de un periodo de 30 días**. En otras palabras, dispones de un plazo de un mes en el que puedes elegir 7 días para viajar en tren (no es necesario que sean consecutivos).

- Un aspecto fundamental es que estos proyectos **incluyen una preparación exhaustiva, orientación y seguimiento**; no se trata simplemente de decir «toma un billete, que te diviertas». Las organizaciones suelen organizar reuniones previas a la partida, formación sobre habilidades para viajar, talleres interculturales, etc., para preparar a los participantes.



¿Cómo participar?

Si crees que cumples los requisitos para ser considerado un joven con menos oportunidades y esto te parece interesante, el procedimiento es un poco diferente al de la solicitud principal de DiscoverEU. No debes presentar la solicitud de forma individual en el portal; en su lugar, tendrás que buscar un proyecto u organización que lleve a cabo una «Acción de inclusión» de DiscoverEU y unirte a su grupo. A continuación te indicamos algunas formas de hacerlo:

- Ponte en contacto con la **Agencia Nacional de Erasmus+ Juventud** de tu país.
- Consulta con **las organizaciones juveniles** locales**, las ONG o los centros educativos**, especialmente aquellos que participan en el programa Erasmus+ o en iniciativas de movilidad juvenil.
- Consulta el Portal Europeo de la Juventud o las páginas web de información para jóvenes para estar al tanto de cualquier novedad sobre las convocatorias de DiscoverEU Inclusion.
- Si formáis parte de un grupo informal de jóvenes y contáis con un adulto que pueda actuar como responsable, incluso podríais poneros en contacto con una organización o crear un grupo para solicitar la subvención vosotros mismos, aunque eso es más complejo y suele ser tarea de monitores juveniles con experiencia.

Criteria	DiscoverEU (Standard)	DiscoverEU – Inclusion Action
Age range	18 years old	18–21 years old
Application method	Individual online application (lottery system)	Application through an organization
Travel format	Independent travel or with friends	Group travel
Costs covered	Free travel pass (Interrail)	All costs covered (travel, accommodation, food, activities)
Support during travel	Self-planned trip, no formal support	Group leader / mentor support
Target group	Young people with fewer barriers to travel	Young people with fewer opportunities (economic, social, health, geographical)
Main goal	Independent exploration of Europe	Inclusive and supported travel experience
Level of independence	High	Moderate – with guidance

En resumen, la «Inclusion Action» es una **vía más estructurada y con mayor apoyo** para participar en DiscoverEU. Su objetivo es garantizar que los jóvenes que quizá carezcan de recursos económicos tengan la
La discapacidad u otros obstáculos no quedan al margen de esta fantástica iniciativa. La «Inclusion Action» también forma parte oficialmente del programa Erasmus+, por lo que los participantes pueden recibir al finalizar un **certificado Youthpass** que acredite las competencias adquiridas.

Planifica tu aventura DiscoverEU

Así que ya tienes tu pase DiscoverEU (o estás decidido a conseguirlo): ¡qué emoción! Antes de subirte a ese tren, **la planificación es fundamental** para que tu aventura sea fluida y agradable.

Lo primero es formar tu grupo de viaje (o viajar en solitario).

Primer paso: decide **quién va a ir**. ¿Viajarás con amigos o te irás solo y conocerás gente por el camino? Ambas opciones son válidas en DiscoverEU; solo recuerda que, si has presentado la solicitud en grupo, es probable que viajéis juntos. Si has presentado la solicitud en solitario, aún así puedes encontrar compañeros de viaje a través de la comunidad de DiscoverEU.

Viajar con amigos puede ser muy divertido: compartís las risas, podéis repartir los gastos y tenéis a alguien que os cuida las espaldas. En los días difíciles, un amigo puede animarte, y en los días tranquilos, podéis disfrutar juntos de un parque o de la playa. **Viajar en grupo** también significa que las decisiones son colectivas, lo que puede aliviar la carga. Sin embargo, también implica llegar a acuerdos. Un buen consejo de grupos anteriores: organizad una **sesión** (o varias) **de planificación en equipo** antes de partir.

Si **viajas en solitario**, eso es igual de genial. Es normal sentir un poco de miedo ante la idea de hacer un viaje de mochilero solo a los 18 años. Pero miles de personas lo han hecho y les ha encantado. Tienes la máxima libertad: puedes despertarte y decidir qué hacer. La clave para quienes viajan solos es mantenerse **abiertos a los demás** y ser proactivos a la hora de entablar contacto: únete a recorridos a pie, saluda al viajero que tengas al lado, utiliza el grupo de Facebook de DiscoverEU para quedar con otras personas en tu ciudad en fechas concretas.



Cómo definir tu itinerario y tu presupuesto

Europa es enorme y está llena de maravillas: ¿por dónde empezar a elegir a dónde ir? Planificar tu itinerario puede parecer abrumador, pero aquí te explicamos cómo hacerlo paso a paso:

1. **Haz una lista de los lugares que no te puedes perder**: cada miembro de tu grupo (o tú mismo, si viajas solo) debería indicar los principales países o ciudades que sueña con visitar. Elabora una lista de deseos. Intenta centrarte en una región general o en una ruta lógica. ¡Sé realista con el tiempo! Cada gran ciudad requiere fácilmente entre 2 y 3 días para disfrutarla; los desplazamientos entre ellas suelen llevar medio día. Sobrecargar la ruta es un error habitual de los principiantes. «**Más no siempre es** mejor», como han aprendido otros viajeros.

2. Una vez que tengas los lugares imprescindibles, **traza una ruta aproximada** que los conecte de forma lógica. Por ejemplo, si nuestros lugares imprescindibles son París, Berlín, Praga y Budapest, podríamos trazar una línea París-Berlín -> Praga -> Budapest. Plantéate empezar y terminar
puntos. Muchos prefieren hacer un recorrido circular o un viaje de ida y vuelta con origen y destino diferentes. Con Interrail, normalmente tienes incluido un trayecto desde tu país de origen hasta la frontera y viceversa; por lo general, la norma es que puedes utilizar tu pase para dos viajes en tu país de origen: uno de ida y otro de vuelta.

3. Aunque necesitas un itinerario bien definido, deja margen para la espontaneidad. Muchos viajeros aconsejan: planifica el esquema general (las paradas principales y las fechas), pero mantén la flexibilidad para hacer excursiones adicionales o cambios si te enamoras de un lugar y quieres quedarte más tiempo. **Sé flexible y espontáneo**: es una de las «reglas de oro» de los viajeros que te han precedido.



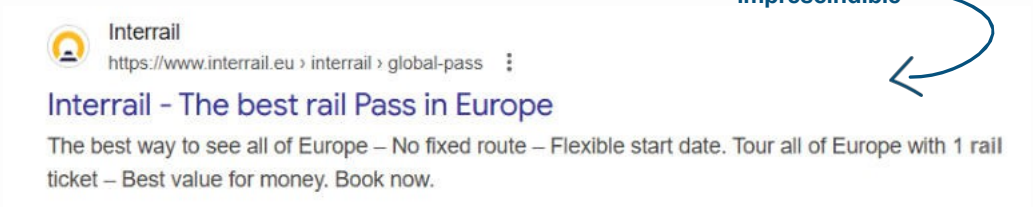
4. **Calcula el presupuesto con antelación**. Aunque el abono de tren sea gratuito, tendrás gastos de manutención y turismo. Un ejemplo de cómo elaborar un presupuesto: en primer lugar, calcula los gastos de alojamiento. Si tienes pensado alojarte en hostales, consulta una aplicación como Booking o Hostelworld para las ciudades que vas a visitar: ¿cuál es el precio medio por noche por una cama? Multiplícalo por el número de noches. Probablemente ese será tu mayor gasto fijo. A continuación, la comida: decide si vas a cocinar alguna vez o si vas a comer en puestos callejeros o en restaurantes. Fíjate un objetivo de presupuesto diario para la comida, por ejemplo, «25 € al día para comer» como cifra aproximada. Transporte local y actividades: muchas ciudades tienen abonos de transporte (algunos con descuentos para menores de 26 años); calcula unos pocos euros por ciudad para metro y autobús.

Pueden surgir imprevistos: que se te pierda la cartera, que tengas que coger un taxi inesperado o que decidas darte un capricho y practicar parapente en los Alpes (¡por qué no!). Intenta mantener una reserva, aunque sea de unos pocos cientos de euros, a la que no echarás mano a menos que sea necesario.

¡Un apunte sobre **los costes ocultos**! Incluso con un billete gratuito, hay algunos gastos, como la reserva de asiento en determinados trenes (por ejemplo, el TGV en Francia o, a veces, el ICE en Alemania). Por lo general, no suelen superar los 10-20 € cada uno. Como alternativa, busca trenes regionales que no la requieran: son más lentos, pero más baratos... Otro posible gasto: **el consigna de equipaje**. Imagina que estás en una ciudad solo por un día y dejas las maletas en las taquillas de la estación (puede costar entre 5 y 10 €).



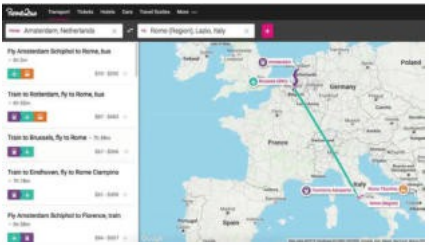
imprescindible



5. ¡Utiliza **herramientas para organizarte**! Para la ruta, basta con un sencillo mapa de Google MyMaps o un esquema dibujado en papel para visualizarla. Aplicaciones como **Rome2Rio** o **Google Maps** pueden mostrarte las opciones de transporte entre distintos lugares. Pero recuerda: Google Maps no siempre muestra a la perfección las opciones de tren en Europa; utilízalo solo para tener una visión general. **La aplicación Interrail Rail Planner** es imprescindible: cuenta con horarios sin conexión para los trenes europeos. Incluso tiene una función de planificador de viajes; puedes introducir tu ruta y te mostrará las conexiones. Sin embargo, los viajeros advierten de que, en ocasiones, la aplicación no incluye los trenes locales o ofrece información confusa. Una cosa más: **incluye días de descanso** en tu plan. Puede parecer contradictorio cuando dispones de tiempo limitado, pero confía en nosotros: estar en constante movimiento es agotador.

Por último, **aprende de los errores de los demás**. ¿Qué dicen los antiguos participantes en DiscoverEU que les hubiera gustado saber? Una lección común: subestimaron los tiempos de desplazamiento y sobreestimaron el número de lugares que podrían visitar. Algunos no se informaron lo suficiente sobre el transporte local; por ejemplo, no se dieron cuenta de que el último tren hacia el barrio donde estaba su albergue salía a las 23:00 y lo perdieron, o no tenían claro si el abono cubría el metro de la ciudad. Otros echaron en falta tener mapas impresos o mapas sin conexión a mano para cuando fallaba Internet.

Ejemplo: la aplicación Rome2Rio



Hacer las maletas con cabeza significa saber qué (y qué no) hay que llevarse

El siguiente gran paso en la preparación es **hacer las maletas** para un mes de viaje. Es tentador querer llevar ropa para cada situación posible, ¡pero resiste! La regla de oro de los mochileros experimentados: viaja ligero. Tendrás que cargar con tu equipaje por estaciones de tren, subir escaleras de albergues y recorrer calles empedradas. A continuación te explicamos cómo dar con el equilibrio perfecto a la hora de hacer la maleta:

Elige la mochila adecuada. La mayoría de los viajeros optan por una mochila (con una capacidad de entre 40 y 60 litros) en lugar de una maleta. Una mochila es más fácil de subir por las escaleras y de llevar si hay que correr, además de que te deja las manos libres.

Prepárate para un tiempo variable. El tiempo en Europa puede variar mucho de un país a otro y de una semana a otra, así que llévate ropa para diferentes condiciones, prendas cómodas que puedas combinar en capas.

Opta por ropa versátil y sencilla. Por «versátil» me refiero a prendas que puedas combinar para crear múltiples conjuntos con pocas piezas. Un consejo para viajeros: llévate un **poco de jabón para la ropa o utiliza el champú del albergue para lavar lo imprescindible**.





¿Algo más?

Documentos y copias. No te olvides bajo ningún concepto del **pasaporte o del DNI**. Llévate la **Tarjeta Sanitaria Europea (TSE)** si la tienes; te da acceso a la sanidad pública en los países de la UE. Contrata también **un seguro de viaje**: es fundamental. Imprime o guarda copias digitales de tu póliza y de los documentos importantes. Es recomendable hacer **fotocopias de tu pasaporte o DNI y del resto de documentos**; guarda una copia aparte de los originales. Algunos viajeros se envían por correo electrónico escaneos de su pasaporte, visado y billetes, de modo que, aunque te roben todo, puedas acceder a una copia en línea.

Dinero y tarjetas. Lleva al menos **dos formas de pago**: normalmente, una tarjeta de débito o de crédito (se aceptan ampliamente Visa y Mastercard) y algo de dinero en efectivo por si acaso. Las tarjetas de viaje prepago o aplicaciones como Revolut son muy populares. Avisa a tu banco de que vas a viajar para que no bloqueen tu tarjeta por actividad sospechosa en el extranjero. Lleva un poco de dinero en efectivo en euros para necesidades inmediatas o para lugares donde no acepten tarjetas. No guardes todo tu dinero en efectivo en un solo sitio.

Gadgets y dispositivos electrónicos. Lo imprescindible es tu **smartphone y** su **cargador**. Descárgate todas las aplicaciones. Plantéate llevarte un **cargador portátil**. Hoy en día, los trenes suelen tener enchufes, pero no siempre. Llévate **adaptadores de viaje** para los enchufes si los necesitas. **Auriculares**: son geniales para escuchar música en los viajes largos, pero ten en cuenta que también querrás charlar con la gente, ¡así que no te aísles todo el tiempo! **Un bolígrafo y un pequeño cuaderno**: útiles para anotar los horarios de los trenes o jugar al tres en raya con amigos cuando te aburras, y para escribir un diario de tus experiencias.





Otros artículos importantes

Medicamentos. Si tomas algún medicamento con receta, lleva contigo la cantidad suficiente para todo el viaje (y una copia de la receta o una nota del médico que te los haya recetado). Lleva también un **botiquín** básico **de primeros auxilios**. Además, incluye algunos **medicamentos** básicos **para el malestar estomacal o la diarrea**.

Artículos de aseo. Llévate lo mínimo imprescindible. Los líquidos deben ser de menos de 100 ml si vas a llevarlos en el equipaje de mano en algún momento del vuelo. Un champú pequeño, jabón, desodorante, pasta de dientes y cepillo de dientes de viaje, un peine y protector solar (¡imprescindible en verano!). Muchos albergues disponen de taquillas, pero necesitarás tu propio candado.

¡Aperitivos! Llévate unos cuantos aperitivos para empezar: una barrita proteica o unos frutos secos, sobre todo para viajes largos en tren o si llegas tarde a algún sitio y las tiendas están cerradas. Algunos viajeros se llevan una **botella con filtro de agua** por precaución o por si el agua no es de fiar.

¿Qué no debes llevar? No te lleves demasiada ropa. De verdad que no necesitas 5 pantalones y 10 camisetas. Una buena pauta es hacer la maleta para De 7 a 10 días y lava la ropa. Evita llevar objetos de valor, como joyas caras.

¡Un truco! **Una vez hecho el equipaje, prueba a llevarlo**. ¿Puedes caminar cómodamente con él durante 1 km? ¿Puedes levantarlo por encima de la cabeza (para colocarlo en el portaequipajes del tren)? Si te cuesta, revisa el equipaje y quita algunas cosas. Muchos viajeros vuelven diciendo: «En realidad no necesitaba esa segunda chaqueta ni esos zapatos de repuesto».

Artículos compartidos en grupo. Si viajas con amigos, coordinaos para no llevar por duplicado cosas que podéis compartir. Por ejemplo, quizá solo necesitéis una plancha de viaje o un botiquín de primeros auxilios entre todos. Compartir el equipaje es una idea inteligente.

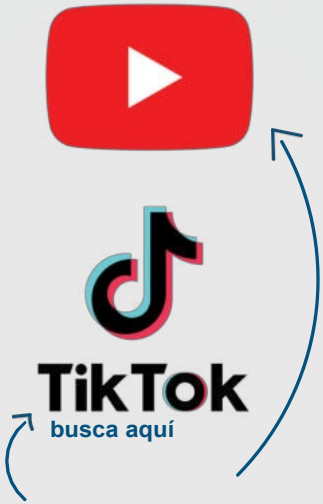
En palabras de un viajero experimentado: **«Lleva la mitad de la ropa y el doble del dinero que crees que vas a necesitar**».

Investigación de destinos y fuentes de información

Parte del placer de viajar reside en el descubrimiento, pero investigar un poco sobre tus destinos de antemano puede enriquecer enormemente tu experiencia. A continuación te explicamos cómo informarte:

Un buen punto de partida es simplemente buscar en Google «Cosas que hacer en [ciudad]» o echar un vistazo a blogs de viajes y a YouTube. **Las redes sociales son sorprendentemente útiles**. Instagram y TikTok pueden mostrarte sitios interesantes: busca etiquetas como #DiscoverEU, #Interrail o #[ciudad] para encontrar publicaciones. TikTok se ha convertido en una referencia para los consejos de viaje de la Generación Z; puede que encuentres un vídeo de TikTok titulado «5 joyas ocultas en Budapest» que te lleve a un bar de ruinas increíble o a un local de comida típica.

Casi todas las ciudades y países cuentan con una página web oficial de turismo en la que se recogen lugares de interés, eventos y, a menudo, actividades gratuitas. No hace falta que te leas toda la guía, pero echarle un vistazo rápido te ayuda a establecer prioridades.



Aprende algunos conceptos básicos del idioma, ya que resulta respetuoso y útil conocer algunas frases clave en los idiomas locales de tu ruta. «Hola», «Gracias», «Disculpa», «¿Hablas inglés?» y quizá «¿Dónde está la estación de tren?». Los lugareños valoran que lo intentes y, aunque pronuncies mal alguna palabra, a menudo eso ayuda a romper el hielo de forma amistosa.



Descarga **mapas sin conexión** para cada país o ciudad en Google Maps. Aplicaciones como **Maps.me** o **HERE WeGo** también permiten la navegación sin conexión. Para el transporte público, Google Maps suele ser suficiente, pero las aplicaciones locales de transporte pueden ser mejores. Muchos países tienen su propia aplicación de trenes.

Parte de la búsqueda consiste en saber dónde vas a dormir. Lee **las opiniones** en Booking.com o Hostelworld; a menudo incluyen consejos como «cerca del metro» o advertencias como «la zona da mala espina por la noche». La ubicación es clave: un albergue barato situado muy lejos de la ciudad puede suponerte más tiempo y dinero en desplazamientos, así que valora bien esta cuestión. Comprueba si el alojamiento dispone de taquillas, desayuno gratuito, etc., ya que **estos servicios pueden aportar un valor añadido**.

Deberías preguntar a quienes ya han viajado y pedir consejo a tus amigos que hayan viajado con Interrail o hayan participado en el programa DiscoverEU en ediciones anteriores. **Te darán un montón de consejos de primera mano**. También hay comunidades como los subreddits (r/Interrail, r/travel) o el grupo de Facebook de DiscoverEU donde puedes plantear tus dudas.

Planifica con antelación las principales atracciones y plantéate reservar las entradas por Internet con antelación, si es posible. Muchas de las principales atracciones permiten o exigen la reserva previa. Algunas ofrecen días de entrada gratuita o descuentos para jóvenes (como muchos museos en Europa, que son gratuitos o tienen descuentos para menores de 26 años; por ejemplo, el Louvre es gratuito para los residentes de la UE menores de 26 años, tal y como se menciona en un consejo).

Ten en cuenta **las normas y leyes locales** y comprueba si hay alguna cuestión de etiqueta cultural que debas tener en cuenta. Por ejemplo, en algunos países, cruzar la calle sin respetar los semáforos (cuando está en rojo) está mal visto o incluso se sanciona con una multa; en otros, es algo habitual. Pequeños detalles como ese suelen aclararse con un poco de investigación o preguntando rápidamente a los lugareños.

Guarda la información importante sin conexión tomando nota en tu móvil de los datos esenciales. Las direcciones de tus alojamientos (para que, al llegar, puedas indicárselas al taxista o encontrarlos), los códigos de las puertas, los horarios de tren para los trayectos clave, etc. No confíes únicamente en los marcadores de Internet: ten la información esencial anotada en algún lugar accesible sin necesidad de WiFi.

De viaje: cómo gestionar las finanzas y mantener la seguridad



Viajar es una aventura, pero no debería convertirse en una desventura. Esta sección es tu red de seguridad —literalmente—. Hablaremos de cómo mantener tu **presupuesto** de viaje **bajo control** (para que no te quedes sin dinero a mitad de camino) y de **cómo mantenerte a salvo y actuar con sensatez** en lugares desconocidos.

Cuestiones de dinero: consejos para elaborar un presupuesto y gestionar los gastos

Ya has fijado un presupuesto; ahora tienes que ceñirte a él (más o menos) mientras disfrutas al máximo de tu viaje. Gestionar bien el dinero durante el viaje te ahorrará estrés y quizá incluso te permita alargar tu estancia o darte un capricho especial gracias a lo que has ahorrado en otras cosas. A continuación te explicamos cómo gestionar bien tus finanzas mientras viajas:

Utiliza las tarjetas con cabeza y lleva dinero de reserva. Muchos jóvenes viajeros confían plenamente en aplicaciones como **Revolut** o **Monzo**. Si no es tu caso, tu tarjeta de débito habitual probablemente funcionará en la mayoría de los sitios; solo tienes que estar atento a las comisiones por transacciones en el extranjero que pueda cobrarte tu banco. A la hora de sacar dinero en efectivo, intenta utilizar cajeros automáticos de bancos (evita los cajeros genéricos de las zonas turísticas, que pueden aplicar comisiones adicionales). Además, rechaza la conversión de moneda si te la propone un cajero automático o un terminal de pago: elige que te cobren en la moneda local, en lugar de en «EUR» si utilizas una tarjeta de un país no perteneciente a la zona del euro, para obtener un tipo de cambio más favorable. No obstante, ten algo **de efectivo** a mano para pequeños **comercios y aseos públicos**.

Mantén la disciplina presupuestaria diaria, sabiendo que algunos días gastarás más y otros menos. No dejes que eso te arruine la diversión, pero ser consciente de ello puede evitarte ese momento de «¡Ay, no! Solo me quedan 100 € y aún me quedan 10 días».

La comida puede convertirse, sin que te des cuenta, en un gasto importante si comes fuera en todas las comidas. Pero puedes disfrutar de la gastronomía local sin arruinarte. **Cocina de vez en cuando** si puedes: muchos albergues disponen de cocinas comunes. En los supermercados europeos suele haber pan fresco, queso y fruta a buen precio.
Además, prueba las panaderías locales y la comida callejera, que suelen ser más baratas que los restaurantes con servicio de mesa y están riquísimas... No te olvides de los descuentos **para estudiantes**: si tienes un **carné ISIC** o, simplemente, un documento que acredite que tienes menos de 26 años, podrás acceder a muchas atracciones con descuento o de forma gratuita.



¡Disciplina financiera!

Además de optar por hostales u hoteles económicos, plantéate otras alternativas. **Los albergues juveniles** son una opción obvia: las camas en dormitorios compartidos son las más baratas, pero incluso las habitaciones privadas en los hostales pueden resultar más económicas que los hoteles y, además, te permiten disfrutar del ambiente social.
El «couchsurfing» (alojarse gratis en casa de gente local) es una opción que encanta a algunos viajeros: se trata más bien de un intercambio cultural y de conocer gente. Si te decides por ello, lee con atención las valoraciones de los anfitriones y quizá sea mejor que viajes con un amigo la primera vez. Otro consejo sobre el alojamiento: muchos viajeros que hacen el Interrail cogen **trenes o autobuses nocturnos,** que sirven tanto de transporte como de alojamiento. Usa tu **tarjeta de descuento DiscoverEU** para hostales y atracciones turísticas.

El abono cubre principalmente los desplazamientos entre ciudades, pero **es posible que no incluya el transporte local**. Muchas ciudades ofrecen descuentos en el transporte público para jóvenes o incluso transporte gratuito para menores de una determinada edad. Por ejemplo, en algunas ciudades los menores de 19 años viajan gratis en transporte público, o los menores de 26 años disfrutan de tarifas reducidas; consulta la normativa de cada ciudad. Además, **camina siempre que sea posible**. Considera también **la posibilidad de alquilar una bicicleta** en las ciudades adaptadas al uso de la bicicleta.



Ten siempre a mano un dinero de reserva para emergencias. Si pierdes la cartera o tu tarjeta deja de funcionar, ese billete te podría servir para pagar un taxi o una comida y salir del apuro. Del mismo modo, lleva una tarjeta de repuesto aparte de tu cartera habitual, por si se te pierde alguna o se la traga un cajero automático. Una viajera contó que a su amiga se le desmagnetizó la tarjeta de débito, pero que tenía una tarjeta prepago de repuesto para continuar el viaje: le salvó la vida.

Evita multas o tasas innecesarias, ya que pueden arruinarte el viaje sin que te des cuenta. **Valida** siempre **tus billetes de tren o autobús** si es necesario. En los trenes con tu Interrail, **activa** siempre **el día de viaje y la reserva de asiento,** si la tienes. Los revisores de billetes en algunos países son muy estrictos.

Aprovecha las actividades gratuitas, ya que hay muchas formas de disfrutar de Europa que cuestan poco o nada. Parques, playas, recorridos a pie (solo hay que dejar una propina), días de entrada gratuita a los museos (muchos museos nacionales de Europa ofrecen un día gratuito al mes o son siempre gratuitos para los jóvenes), festivales o conciertos al aire libre, actuaciones callejeras… Aprovecha todas estas oportunidades.

Por último, un consejo de viajeros que ya han estado allí: **evita cometer errores costosos**. Algunos han contado que gastaron mucho más de lo previsto porque perdieron un tren y tuvieron que comprar un nuevo billete para un tren de alta velocidad con reserva, o porque les estafó un taxi excesivamente caro. Una cuestión de sentido común: utiliza taxis oficiales o servicios de transporte compartido (o el transporte público) para evitar estafas, sobre todo desde los aeropuertos o a altas horas de la noche. Además, configura tu móvil para evitar los costes de itinerancia: hazte con una tarjeta SIM local o contrata un plan de itinerancia.
Ahora que ya tenemos el dinero bajo control, vamos a garantizar tu seguridad y bienestar durante todo el viaje.

Seguridad y bienestar durante el viaje

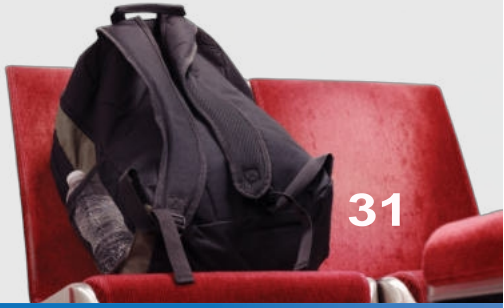
Europa es, en general, un lugar muy seguro para viajar, sobre todo en los países de la UE que vas a visitar. Pero, como en cualquier viaje, sobre todo si eres joven y quizá sea la primera vez que te alejas de casa durante tanto tiempo, es aconsejable seguir algunas pautas de seguridad. Estas abarcan la seguridad personal, la salud y cómo actuar ante imprevistos.

Protege tus documentos y objetos de valor, como el pasaporte, los billetes y las tarjetas; cuídalos como si fueran un tesoro. Utiliza ese cinturón para el dinero o el bolsillo interior para guardar el pasaporte y la mayor parte del dinero en efectivo. Cuando salgas a pasar el día, puedes dejar el pasaporte bajo llave en el albergue. **Durante los desplazamientos**, sobre todo en trenes o autobuses urbanos abarrotados, mantente alerta ante los carteristas. Algunos consejos sencillos: lleva la mochila delante en zonas concurridas o mantén una mano sobre las cremalleras.

Nunca dejes el equipaje sin vigilancia. En los trenes, sobre todo si viajas en un compartimento y colocas la maleta en un estante, intenta mantenerla a la vista o, al menos, ata la correa a algo. En las estaciones, no pierdas de vista las maletas ni las dejes sin vigilancia.

Descubrir la vida nocturna de las ciudades europeas es parte de la diversión. Pero hazlo con cabeza. Si es posible, sal por la noche acompañado de al menos un amigo; si vas solo, avisa a alguien de tus planes generales. Cuando salgas de fiesta, **vigila tus bebidas**: nunca dejes tu bebida desatendida ni aceptes bebidas ya abiertas de desconocidos, para evitar que te echen algo en la bebida. Utiliza taxis con licencia o servicios de transporte compartido (por ejemplo, Uber, Bolt) para volver a casa por la noche si no te fías de ir andando o en transporte público.

¡Cuida tus maletas!



Investigar un poco sobre las estafas más comunes en las zonas turísticas te ayuda a estar atento a las estafas locales. Por ejemplo, en algunas ciudades puede que se te acerque gente con peticiones para firmar, pulseras de la amistad o el truco de «he encontrado un anillo de oro»; todas ellas suelen ser artimañas para distraerte y robarte o hacerte sentir culpable para que les des dinero. Simplemente di «no» educadamente y sigue tu camino.

Si viajas en grupo, poneros de acuerdo sobre qué hacer si os separáis. Puede ocurrir en un festival con mucha gente o en una estación de tren a la hora punta. El número de emergencia universal en Europa es **el 112**: memorízalo o guárdalo en tu móvil. Ten a mano los datos de contacto de **la embajada o el consulado** de tu país en los países que vayas a visitar, por si acaso pierdes el pasaporte o te enfrentas a una emergencia grave.

¡Escucha a tu cuerpo! Viajar puede ser agotador para el organismo. Intenta descansar lo suficiente: sí, quieres aprovechar cada día al máximo, pero la falta grave de sueño puede provocar agotamiento o que te pongas enfermo. Prepárate para lo imprevisto elaborando un plan de emergencia. Por ejemplo, si perdieras todo tu dinero o tus tarjetas, ¿tienes alguna forma de contactar con tu familia o con alguien que te pueda enviar dinero? Si pierdes el tren y es el último, ¿tienes suficiente dinero en efectivo para un albergue o un medio de transporte alternativo? Ten siempre un poco de dinero en efectivo de reserva para estos casos.

En general, Europa es un lugar acogedor para las personas LGBTQ+ y muy diverso, sobre todo en las grandes ciudades. No obstante, las actitudes varían según la región. Si eres LGBTQ+, puedes informarte de si hay alguna zona en concreto que sea conservadora y en la que quizá te convenga ser más discreto. Pero, en general, muchos viajeros consideran que Europa es un lugar acogedor.

Bueno, dejando a un lado los temas serios. Recuerda que, si te ocupas de las finanzas y la seguridad, podrás disfrutar al máximo con las mínimas preocupaciones. Tienes un plan bien pensado, la maleta hecha y el sentido común de tu lado. Ahora prepárate para sumergirte de lleno en la experiencia: conocer gente, empaparte de otras culturas y ver el mundo con tus propios ojos.

Gente, cultura y conexiones: cómo sacar el máximo partido a tu viaje

Viajar no se reduce solo a los lugares a los que vas, sino que también tiene mucho que ver con la gente que conoces y las experiencias culturales que vives. Esta sección trata precisamente del lado humano de los viajes: conocer a otras personas, llevarte bien con tu grupo, adaptarte a diferentes culturas y, en definitiva, crecer como persona a través de estas interacciones.

Conocer a otros viajeros y a la gente del lugar

Una de las mejores cosas de DiscoverEU es que enseguida te encuentras con una enorme comunidad de compañeros que, como tú, están descubriendo el mundo. No seas tímido: **los demás viajeros suelen estar muy abiertos** a charlar y hacer amigos. Aquí tienes algunos consejos para entablar contacto:

Si te alojas en albergues, tienes oportunidades a tu alcance. Preséntate a tus compañeros de habitación. Participa en las actividades que suelen organizar los albergues: rutas por los bares, recorridos a pie, noches de juegos. Pasa el rato en las zonas comunes. La clave es mostrarte accesible y, a veces, dar el primer paso si los demás son más bien callados.

Los viajes largos en tren son ideales para entablar conversación. Los europeos suelen ser un poco reservados, pero es probable que otro joven con mochila sea de tu misma onda. **Quizá consigas consejos de alguien de la zona o descubras que la ruta de otro viajero coincide con la tuya**.

Como ya se ha mencionado, el **grupo** oficial **de Facebook de DiscoverEU** es un lugar estupendo para conectar con otros viajeros. Si aún no lo has hecho, únete a él y quizá publica una presentación: «Hola, voy a viajar en agosto, desde Viena hacia los Balcanes, ¿alguien va a hacer una ruta similar?». La Comisión Europea también organiza **encuentros de DiscoverEU** en determinadas ciudades.

En general, si alguien te invita a participar en una actividad —como cuando un grupo de tu albergue va a ver la puesta de sol desde un mirador—, **muéstrate abierto y di que sí (**¡pero **con precaución!)**. Ahí es donde surge la diversión espontánea.

Conocer a la gente del lugar te puede dar una visión más profunda. ¿Cómo conocer a la gente del lugar? Plantéate **hacer visitas guiadas a pie gratuitas**. Utiliza plataformas como **Couchsurfing o Hangouts** (aunque no estés haciendo «couchsurfing», la aplicación suele tener una función para quedar a tomar un café o unas copas). **Una sonrisa y un trato educado rompen las barreras**.



Respeta las diferencias, ya que conocerás a gente de todos los rincones de Europa (y más allá). Es una oportunidad para aprender. Lo que para ti es normal puede resultarles extraño a ellos, y viceversa. Respeta las diferencias culturales y las costumbres locales.

Cada persona con la que te cruces tiene una historia, **así que aprende de los demás**. Pregúntales por su país y por sus viajes. Así obtendrás consejos de viaje. Además, descubrirás cómo se vive en distintos lugares de Europa. Puede que acabes adquiriendo nuevas perspectivas que nunca te habías planteado.

En resumen: **sé amable, sé accesible y toma la iniciativa** para conocer a otras personas. Tu viaje será diez veces más enriquecedor gracias a los amigos y los contactos que hagas por el camino. Un consejo de viajeros que ya han pasado por esto: «No tengas miedo de acercarte a la gente y entablar una conversación. Aprovecha cada oportunidad para socializar y forjar nuevas amistades».

Viajar en grupo: trabajo en equipo y retos

Si viajas en grupo, los viajes en grupo conllevan alegrías únicas y algunos retos. A menudo se dice que se llega a conocer de verdad a alguien cuando se viaja con esa persona. A continuación te explicamos cómo mantener una dinámica de grupo positiva:

Una forma de evitar roces es repartirse las tareas. Hoy podría encargarse alguien de la navegación, mientras que otro se ocupa del alojamiento uno se encarga de los registros de llegada y otro lleva el control de las entradas. O uno puede buscar restaurantes mientras otro consulta los horarios de los trenes. De esta forma, nadie tiene que asumir toda la carga mental, lo que puede provocar estrés. Si hay una persona que, por naturaleza, se encarga de la planificación, asegúrate de que también tenga un descanso y de que los demás se impliquen.

La mayoría de los conflictos en grupo surgen por **falta de comunicación**. Sé sincero sobre tus necesidades y sentimientos. Si estás agotado y necesitas un día de descanso mientras los demás quieren hacer turismo, díselo: quizá podáis separaros durante medio día para que tú puedas relajarte mientras ellos van al museo, y volver a reuniros más tarde.

Sé flexible y prepárate para ceder. En un grupo, no siempre te saldrás con la tuya, y eso está bien. Quizá te apetezca mucho probar una pizzería famosa, pero tu amigo prefiera la comida callejera; tal vez podáis comer pizza a la hora del almuerzo y comida callejera para cenar, o separaros a la hora de comer. Los pequeños compromisos dan muy buenos resultados. Una de las ventajas de viajar en grupo es contar con compañía y apoyo, y una de las desventajas es tener que coordinarse y, a veces, renunciar a las preferencias personales.

Ya hemos hablado un poco sobre cómo gestionar el presupuesto entre todos, pero insisto: acordad desde el principio cómo vais a gestionar el dinero como grupo. Puede ser una fuente de gran estrés si alguien tiene la sensación de que otro gasta demasiado o se aprovecha. Si utilizáis una aplicación como Tricount o Splitwise para llevar un control de los gastos y todos pagáis vuestra parte, se mantiene la confianza.

Respeta el espacio personal y el tiempo a solas. Incluso los mejores amigos pueden cansarse unos de otros después de estar juntos las 24 horas del día, los 7 días de la semana. ¡Es normal! Programa o deja tiempo para estar a solas. Puede ser revitalizante para todos. Además, respeta las diferencias en las rutinas.

¡Afronta los desacuerdos con madurez! Es inevitable que surja alguna discusión: el estrés, el cansancio, un tren perdido por el que cada uno culpa al otro, etc. Intenta mantener la calma y abordar el problema, sin atacar a la otra persona. Utiliza frases en primera persona («Me preocupa que nos desviemos del plan sin haberlo hablado») en lugar de acusaciones en segunda persona («¡Siempre cambias los planes en el último momento!»).

Al viajar en grupo, aprendes **a trabajar en equipo, a ser empático y a desarrollar habilidades de liderazgo**. Puede que descubras nuevas facetas de tus amigos. Y es probable que salgas de la experiencia con un vínculo más fuerte: compartir experiencias intensas hace que

Comunicación y crecimiento personal

Viajar es un curso intensivo de **comunicación interpersonal**. Te comunicarás superando barreras lingüísticas, tanto dentro de tu grupo como con todo tipo de personas. A continuación te ofrecemos algunos consejos y reflexiones al respecto:

¡Habla con claridad y sencillez! Cuando el inglés es la lengua franca entre los viajeros internacionales (como suele ser habitual), ten en cuenta que muchos no son hablantes nativos (y puede que tú tampoco lo seas). Evita usar demasiada jerga o hablar demasiado rápido hasta que sepas que la otra persona se siente cómoda.
Un inglés sencillo y claro es lo que mejor funciona para el entendimiento mutuo.

La comunicación no verbal consiste en prestar atención al lenguaje corporal, tanto al propio como al de los demás. Una postura amistosa y una sonrisa contribuyen en gran medida a transmitir que eres una persona accesible. Por el contrario, si el lenguaje corporal de alguien denota incomodidad, adapta tu comportamiento: quizá estés demasiado cerca o hayas tocado sin querer un tema delicado.

Aplica la «regla de la confianza limitada» con los desconocidos, lo que significa que debes mantenerte cauteloso a la hora de confiar en alguien, sin dejar de mostrarte abierto. Lamentablemente, hay algunas personas que se aprovechan de los turistas ingenuos. Esa persona excesivamente amable que insiste en acompañarte a algún sitio podría ser sincera o podría tener malas intenciones. No reveles a desconocidos todo tu itinerario ni dónde te alojas si algo te parece sospechoso.



Ya lo hemos mencionado antes: **planificar juntos evita dificultades más adelante**. Esto también incluye los planes de emergencia: hablad sobre «¿qué hacemos si alguien se pierde?» o «si uno de nosotros se pone enfermo, ¿cómo nos adaptamos?». Tener estas conversaciones demuestra que hay buena comunicación y que estáis preparados.

Viajar te saca **de tu zona de confort** en el ámbito social. Aunque seas introvertido, intenta relacionarte con la gente: no hace falta que te conviertas en extrovertido, pero incluso una sola conversación significativa puede enriquecer tu día. Un viajero dijo: *«Aunque seas introvertido, el contacto humano es esencial. ¡La vida se vuelve mucho más interesante así!*».

Dado que viajar es impredecible, **es importante mantener la flexibilidad y una actitud positiva**. Los trenes se retrasan, el tiempo cambia, puede que pierdas alguna cosa. Cuanto más seas capaz de adaptarte y mantener una actitud positiva, mejor. A menudo, un «desastre» se convierte en una aventura si se le da el enfoque adecuado. **Sé flexible y espontáneo, pero mantén también la organización suficiente para no meterte en problemas evitables**. Ese equilibrio es clave.

Mantén el contacto con tus seres queridos. Es bueno mantener al día a tu familia y amigos para que sepan que estás bien y compartir con ellos los momentos más destacados. Pero intenta no pasarte todo el viaje pegado al móvil chateando con los de casa: disfruta del momento y vive el presente.

Antes de terminar, aquí va una idea interesante: muchos viajeros de DiscoverEU se convierten después en embajadores o promotores del programa, impartiendo charlas en colegios, grabando vídeos, etc., para inspirar a otros. Quizá tú también lo hagas. Y es probable que tengas una red de nuevos amigos por toda Europa con los que mantener el contacto.
¿A que mola?

Ahora que ya hemos profundizado en cómo viajar y relacionarse, recopilemos algunos consejos de oro de quienes ya lo han hecho —sus «reglas de oro», por así decirlo— a modo de resumen conciso.



Los mejores consejos de los viajeros de DiscoverEU (Las «reglas de oro»)

A lo largo de los años, miles de aventureros de DiscoverEU han compartido sus experiencias, que a menudo han adquirido a base de tropiezos. Hemos recopilado algunos de los consejos más habituales y valiosos en una lista de «reglas de oro». No se trata de normas estrictas, sino más bien de principios orientativos que te ayudarán a viajar con inteligencia y a disfrutar de cada momento. Repasémoslas, destacando cada idea clave:

1

1. Sé flexible y espontáneo. Algunas de las mejores experiencias surgen cuando te desvías del camino previsto. Date permiso para perderte un poco en una ciudad nueva: quizá descubras una librería con encanto o unas vistas preciosas que no aparecen en ninguna guía turística. Viajar es una aventura; considera tu plan como una guía, no como un contrato inamovible. Esta flexibilidad también reduce el estrés: si te pierdes algo, puedes adaptarte. En esencia: ten un plan, pero acoge con agrado lo inesperado.

2

2. Mantén el orden (sobre todo con lo imprescindible). Puede que esto suene como lo contrario del punto n.º 1, pero todo es cuestión de equilibrio. Aunque debes ser espontáneo, también tienes que mantener tus cosas y tus planes en un orden razonable. Reserva con antelación lo que sea necesario (como el alojamiento de la primera noche o un tren que requiera reserva). Guarda copias digitales y/o físicas de los documentos importantes. Descarga mapas y billetes para poder consultarlos sin conexión. Ten un plan B para cuando las cosas salgan mal.

3. Sé abierto, pero cauteloso. Hemos hecho hincapié en conectar con la gente y ser extrovertido: sí, por supuesto que debes ser amable, entablar conversaciones y aceptar invitaciones. Pero también mantente atento a lo que te rodea. Especialmente cuando conozcas a gente nueva o salgas a explorar por la noche, mantén los sentidos alerta. Consulta las opiniones sobre los alojamientos en cuanto a seguridad; si una zona es conocida por los carteristas, mantén una vigilancia redoblada. En resumen, **confía en la gente, pero confía también en tus instintos**.

4. Haz la maleta con poco equipaje y de forma inteligente. Ya hemos hablado en detalle sobre cómo hacer la maleta, pero vale la pena repetirlo como regla de oro, ya que muchos viajeros dicen: **«Ojalá hubiera traído menos cosas»**. De verdad que no necesitas ese tercer par de vaqueros ni botella de champú grande. Llevar una maleta enorme solo te ralentizará y te cansará. Y deja espacio para los recuerdos.

5. Considera DiscoverEU como la oportunidad única que es. Muchos de los que ya han participado destacan que no se trata de un viaje cualquiera, sino de una oportunidad única en la vida a esta edad. **Aprovecha al máximo esta experiencia.** Eso puede significar salir un poco de tu zona de confort o dar prioridad a las experiencias culturales en lugar de limitarte a salir de fiesta.

6. Prepárate para las inclemencias del tiempo y los imprevistos del viaje. Algunos consejos un tanto específicos, pero que te pueden salvar la vida: *lleva un chubasquero en lugar de un paraguas*; es más ligero y no se da la vuelta con el viento. En verano, *los trenes suelen tener el aire acondicionado a toda potencia*, así que lleva un jersey ligero o incluso una manta compacta para esos trayectos en los que hace frío. *Plantéate llevar probióticos o pastillas de carbón activado para ayudar a que tu digestión se adapte. Utiliza un eSIM o una SIM local si viajas fuera de la UE para evitar las elevadas tarifas de itinerancia de datos. Activa siempre tu billete de tren (abono) antes de subir al tren y haz una captura de pantalla, ya que la conexión puede fallar. Comprueba dos veces que vas a subir al tren correcto y desde el andén adecuado*. Estos pequeños consejos logísticos pueden ahorrarte grandes dolores de cabeza.

7. Comprueba dos veces y guarda una copia de seguridad de las cosas importantes. Siguiendo con los puntos anteriores: haz siempre una revisión rápida —pasaporte, móvil, cartera— antes de salir de cualquier sitio (albergue, tren, cafetería). Se pueden evitar muchas pérdidas con una sencilla rutina de palpar los bolsillos o echar un vistazo rápido a la habitación.

En resumen, estas son las reglas de oro: **sé flexible, sé inteligente, mantén la mente abierta, no te compliques y mantente atento**. Estos consejos provienen de personas que han estado en tu lugar (¡probablemente en sentido literal, si te has comprado unas botas de montaña de segunda mano!). Han aprendido de sus experiencias y quieren que tú te beneficies de su visión retrospectiva. Tenlos en cuenta y evitarás muchos errores habituales y sacarás el máximo partido a los aspectos positivos.

Recuerda que cada viaje es único. Tú también acabarás desarrollando tus propias «reglas de oro»; quizá descubras algún truco especial que te funcione. Esa es la belleza de viajar.

Hasta ahora, hemos abordado todo lo relacionado directamente con la experiencia de los jóvenes viajeros. Pero no nos hemos olvidado de dos colectivos importantes: **los padres** y tutores, y **los monitores juveniles** que apoyan a estos jóvenes viajeros. Las siguientes secciones abordarán sus perspectivas, con el fin de ofrecer tranquilidad a los padres y dotar a los monitores juveniles de herramientas que contribuyan a que los viajes de DiscoverEU sean seguros y educativos.

1		**Be flexible and spontaneous!**
2		**Stay organized!**
3		**Be open but cautious!**
4		**Pack light and smart!**
5		**Treat DiscoverEU as the unique opportunity it is!**
6		**Be prepared for weather and quirks of travel!**
7		**Double-check and back up important things!**

Para padres y tutores: cómo apoyar a tu joven explorador

Si eres padre, madre o tutor y estás leyendo esto, en primer lugar, te felicito por fomentar el espíritu aventurero de tu hijo adolescente. Entendemos que dejar que tu hijo de 17 o 18 años recorra Europa puede ser para ti tan emocionante como angustioso. Esta sección está dedicada a abordar tus preocupaciones y ofrecerte consejos sobre cómo puedes apoyar a tu joven viajero antes y durante su viaje con DiscoverEU, asegurándote de que sea lo más seguro, educativo y gratificante posible (¡tanto para él como para tu tranquilidad!).

¡Tu máxima prioridad es, sin duda, la seguridad! **Recuerda siempre: «La seguridad es lo primero».** La buena noticia es que DiscoverEU es una iniciativa bien estructurada que cuenta con mecanismos de apoyo, y Europa es, en general, un lugar seguro para los jóvenes viajeros. No obstante, hay medidas concretas que puedes tomar para reforzar la seguridad: - **Colabora con tu hijo adolescente para elaborar un breve plan de emergencia** como parte de los preparativos previos a la salida. Esto incluye asegurarte de que guarde en su móvil (y también en el tuyo) números importantes, como el número universal de emergencias en Europa, **el 112**. Pídele también que anote los datos de contacto de las embajadas de tu país en los países que vaya a visitar. Comenta posibles situaciones: «¿Qué harías si perdieras el móvil o el pasaporte? ¿Y si perdieras el tren y te quedaras tirado por la noche?». También podría ser conveniente designar a un familiar o amigo de confianza como persona de contacto secundaria, por si en algún momento no pudieras estar localizable. - Asegúrate de que tengan una **Tarjeta Sanitaria Europea (TSE)** válida. Comprueba que saben qué cubre y cómo utilizarla (por ejemplo, qué hospitales o clínicas la aceptan). Contrata **un seguro de viaje** que cubra la asistencia médica, las interrupciones del viaje y el robo de pertenencias para ambos.

Si tu hijo adolescente padece alguna enfermedad o alergia, asegúrate de que lleve consigo los medicamentos necesarios y una nota explicativa. Por ejemplo, si tiene alergias graves, es imprescindible **que lleve** un autoinyector de epinefrina y una tarjeta en la que se indiquen los alérgenos en los idiomas locales. - **Acordad una frecuencia regular**
Estableced un horario de contacto que os venga bien a ambos para facilitar la comunicación y el seguimiento. Hablad de los límites en este sentido; debe basarse en la confianza mutua, no en la vigilancia. - Si tu hijo adolescente viaja en el marco de **un proyecto «DiscoverEU» de la Acción de Inclusión**, ten en cuenta que le acompañará un monitor o un animador juvenil cualificado. Consigue los datos de contacto de ese responsable y, si es posible, de la ONG organizadora. Asiste a las reuniones para padres previas al viaje, si se ofrecen. Si tu hijo o hija viaja por su cuenta o con amigos, asegúrate de tener los datos de contacto de al menos uno de sus compañeros de viaje y/o de los padres de estos. - **Infórmate del itinerario** pidiendo una copia de su itinerario de viaje.

Como padre o madre, una de las mejores cosas que puedes hacer es asegurarte de que tu hijo adolescente cuente con las **habilidades y los conocimientos necesarios para afrontar las situaciones** por sí mismo.
Algunos pasos preparatorios: - Repasa con ellos cómo consultar un horario de tren, utilizar un mapa del metro o calcular el cambio de divisas antes de que se vayan. Enséñales a utilizar un cajero automático en el extranjero con su tarjeta bancaria (y coméntales las comisiones). Asegúrate de que saben cómo ponerse en contacto con su banco para bloquear la tarjeta en caso de pérdida. - **Mantén una conversación sincera sobre** cuestiones de **sentido común** como parte de la seguridad
y una sesión informativa sobre normas de comportamiento: evitar las zonas peligrosas por la noche, no hacer alarde de objetos de valor, el sistema de parejas y el respeto cultural.



Repasa una vez más los puntos importantes sobre **«cuidarse»**: vigilar bien las pertenencias, no subirse al coche con desconocidos, moderar el consumo de alcohol, etc. (Sabemos que la mayoría de los adolescentes pondrán los ojos en blanco —«Sí, mamá, ya lo sé»—, pero dilo de todos modos. - **En cuanto a la preparación digital**, asegúrate de que su móvil funcione bien. - Habla con ellos y establece **unas expectativas sobre el dinero**. Si tú, como padre o madre, vas a financiar parte o la totalidad del viaje, asegúrate de que entiendan el presupuesto. Quizás puedas establecer un sistema; por ejemplo, dales una tarjeta de prepago para el viaje con una cantidad X por semana en lugar de todo de una vez, si te preocupa que se gasten de más. Anímales a llevar un control de los gastos.

Fomenta la responsabilidad, ya que este viaje supone una gran oportunidad de crecimiento para tu hijo adolescente. Es un paso hacia la edad adulta. Demuéstrale que confías en que sabrá gestionarlo, con tu orientación. Hablad sobre la toma de decisiones.

Tu papel durante el viaje consiste en encontrar un delicado equilibrio entre ofrecer apoyo sin ser demasiado controlador. ¡Un consejo! **Evita comunicarte en exceso**. Siempre que os mantengáis en contacto con regularidad y todo vaya bien, resiste la tentación de enviar mensajes cada pocas horas. Confía en la preparación que habéis hecho ambos. Ten en cuenta que dejarle espacio forma parte del proceso. Este viaje puede suponer un gran paso en el camino de tu hijo hacia la edad adulta.

Por último, disfruta de lo positivo. Tu hijo está a punto de conocer lugares increíbles, hacer amigos por toda Europa y volver con los horizontes más amplios. Eso es un regalo extraordinario y probablemente hará que valore aún más tu apoyo.



Guía para monitores juveniles: Potenciar a jóvenes viajeros

Esta sección está dirigida a **profesionales que trabajan con jóvenes, educadores o responsables de grupos** que organizan viajes DiscoverEU, especialmente en el marco de la Acción de Inclusión o de iniciativas grupales similares. Si eres un profesional que trabaja con jóvenes y estás preparando a un grupo de jóvenes con menos oportunidades para un viaje DiscoverEU, desempeñas un papel fundamental a la hora de garantizar que su experiencia sea segura, inclusiva y enriquecedora. A continuación se presentan estrategias y herramientas que te ayudarán a planificar la formación previa a la salida, gestionar los riesgos, fomentar la reflexión y garantizar que tus jóvenes viajeros saquen el máximo partido al viaje.

1. La preparación es fundamental, sobre todo para los jóvenes con menos oportunidades, que quizá tengan poca experiencia viajando. - **Organiza una serie de sesiones preparatorias**. Aborda temas prácticos como la planificación del itinerario (quizá puedas pedirles que te ayuden a trazar la ruta), ejercicios de gestión presupuestaria (simula cómo distribuir un presupuesto diario) y demostraciones sobre cómo hacer la maleta. Utiliza métodos interactivos, por ejemplo, un juego de preguntas del tipo «¿Qué hacer si…?» sobre diversas situaciones de viaje. Anímales a buscar soluciones en grupo (el aprendizaje entre iguales es muy eficaz). - **Simula situaciones** como registrarse en un albergue, pedir direcciones en un idioma extranjero, lidiar con un tren retrasado o llamar a los servicios de emergencia. Los juegos de rol refuerzan la confianza. Puedes hacer de revisor escéptico o de desconocido que no habla inglés, por ejemplo, y hacer que los jóvenes practiquen cómo manejar la situación. - **Formación en herramientas digitales**. Es posible que algunos jóvenes, especialmente los procedentes de entornos desfavorecidos, no dominen del todo las aplicaciones de viaje. Organiza una sesión sobre el uso de la aplicación DiscoverEU, Google Maps sin conexión, aplicaciones de traducción, etc., a ser posible de forma práctica. - En lugar de dar una charla magistral, anímales a participar en una **conversación sobre seguridad**. Utiliza historias reales (anonimizadas) de viajes anteriores como casos prácticos. - ¡**Inclusión y empatía**! Si tu grupo tiene capacidades o procedencias diversas, haz

Organiza actividades de trabajo en equipo para que se compenetren y comprendan las necesidades de los demás. - Dado que se trata de una movilidad Erasmus+, plantéate utilizar el marco **Youthpass**. En una sesión previa al viaje, pide a los participantes que establezcan objetivos de aprendizaje personales.

2. Gestión de riesgos y planes de contingencia. Como líder del grupo, recae sobre ti gran parte de la responsabilidad de prever y mitigar los riesgos. - **Para realizar una evaluación adecuada** de los riesgos, elabora un documento sencillo al respecto. Enumera los riesgos potenciales (como problemas médicos, pérdida de documentos, conflictos en el grupo o robos) y anota las medidas preventivas y las respuestas para cada uno de ellos. Comparte las partes relevantes con el grupo (no es necesario asustarlos con cada detalle, pero asegúrate de que conozcan los planes clave). - Decide cómo **gestionarás las emergencias**. Averigua las direcciones de las embajadas más cercanas de tu país de origen en los países que se vayan a visitar. Si se viaja entre países de la UE, identifica los números de emergencia locales (aunque el 112 cubre toda la UE). - **Para una comunicación eficaz durante el viaje**, dispón de un teléfono para el grupo o una tarjeta SIM local, si es posible, para garantizar que tú (el líder) puedas llamar a números locales. Utiliza un grupo de WhatsApp o similar con los participantes para enviar actualizaciones rápidas. Impone un sistema de compañeros: cada joven se encarga de vigilar a otro, para que no se olvide a nadie. - **Asegúrate de contar con los consentimientos paternos necesarios en materia de autorización** y conducta (para los menores de 18 años que participen en el viaje, o para el uso de fotografías, etc.). Además, establece desde el principio un **acuerdo de grupo** sobre el comportamiento (respetar a los demás, no alejarse sin avisar, normas sobre el consumo de alcohol si tienen 18 años, etc.). Haz que los jóvenes participen en su redacción para que no lo perciban como algo impuesto. - **Para la seguridad de los documentos de viaje**, quizá convenga recoger y guardar ciertos documentos si procede. – Sopesa aquí la autonomía frente a la seguridad en función de la madurez del grupo. Como mínimo, asegúrate de que cada uno tenga también copias de seguridad digitales de los documentos.



sistema de compañeros

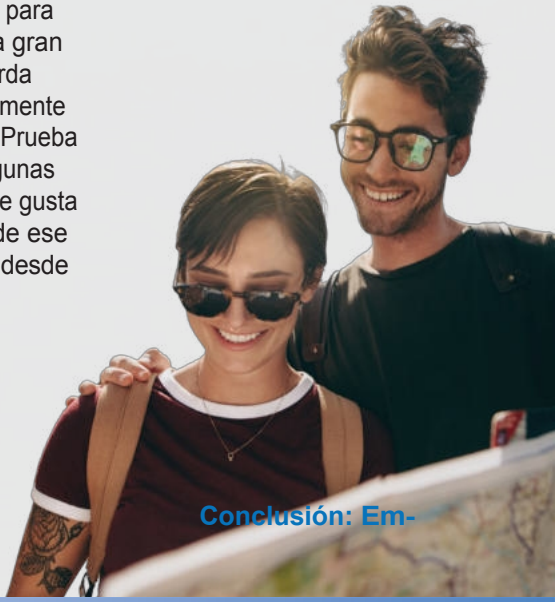
3. Durante el viaje: facilitación y apoyo. - Potencia las jornadas **dirigidas** por los jóvenes planteándote dar a cada participante la oportunidad de dirigir el itinerario de un día o una actividad. Supervisa discretamente para asegurarte de que no surjan problemas graves, pero deja que sean ellos quienes tomen las riendas. Esto fomenta la confianza y desarrolla habilidades. - Incorpora **breves actividades de reflexión** a lo largo del viaje. En los trayectos en tren, podrías hacer un repaso de lo mejor y lo peor cada pocos días. Anima a que escriban un diario; quizá podrías proporcionarles cuadernos de bolsillo a cada uno al principio. - **A medida que viajéis, facilita la interacción** con la cultura local para garantizar el aprendizaje cultural. Quizás puedas organizar un encuentro con una organización juvenil local o una visita guiada centrada en algún tema relevante. Incluso algo informal, como animarles a hablar con el personal de un albergue sobre sus recomendaciones de la ciudad, puede dar lugar a un intercambio cultural. - **Vigila** cómo se encuentra cada participante, especialmente aquellos con necesidades conocidas (salud, ansiedad, etc.). Revisión diaria: ¿hay alguien inusualmente callado o agitado? ¡Asegúrate también de que descansen! Es posible que los jóvenes quieran quedarse despiertos hasta tarde todas las noches; como responsable, evalúa cuándo el grupo está agotado y sugiere una velada más tranquila si es necesario. - **Celebra los logros** señalando y elogiando cuando hagan algo bien; especialmente para aquellos con menos oportunidades que puedan dudar de sí mismos, el refuerzo positivo es fundamental. - **Mantén** informados a **los tutores**, sobre todo en el caso de menores o de padres preocupados, considerando la posibilidad de enviarles actualizaciones periódicas.

4. Seguimiento tras el viaje y maximización del impacto. - Una vez de vuelta a casa, organiza una **reunión de balance**. Deja que cada participante comparta los momentos más destacados, los retos y lo que ha aprendido sobre sí mismo o sobre los demás. - Ayúdales a rellenar los certificados Youthpass que reflejen las competencias adquiridas. Este reconocimiento formal puede resultarles muy valioso para su futuro. - **Anima** a los participantes a convertirse en **embajadores** de la experiencia para ayudar a difundirla. Podrían compartir sus historias con compañeros en el colegio o en centros juveniles; quizá puedas organizar un pequeño evento o una campaña en redes sociales en la que hablen sobre DiscoverEU. - **Mantén viva la inclusión**, ya que, para quienes proceden de entornos con menos oportunidades, el viaje no termina al regresar.

Como monitor juvenil, tu papel es en parte el de gestor logístico, en parte el de mentor, en parte el de animador y en parte el de responsable de seguridad. Es mucho trabajo, pero ver cómo estos jóvenes se desarrollan durante el viaje resulta increíblemente gratificante. Muchos jóvenes reconocen que los monitores que les han apoyado han hecho que su experiencia
les haya cambiado la vida. Tu paciencia, tu entusiasmo y tu orientación les ayudarán a convertir un viaje en un auténtico viaje de aprendizaje.
En resumen, ofrece estructura y apoyo, pero también deja a los jóvenes suficiente libertad para que sientan que esta es su aventura. Con tu conjunto de herramientas —talleres, redes de seguridad, reflexión y ánimo—, ayudarás a transformar a un grupo de jóvenes nerviosos que viajan por primera vez en jóvenes europeos seguros de sí mismos y conectados entre sí.

Conclusión: Disfruta el viaje: ¡Europa os espera!

Viajar con DiscoverEU es mucho más que tachar países de una lista. Es un viaje de crecimiento, aprendizaje y autodescubrimiento que te dejará con historias que contar durante toda la vida. Has planificado tu ruta, has hecho la maleta, has aprendido lo que se debe y no se debe hacer, y te has preparado para los retos. Estás listo para salir de tu zona de confort y lanzarte a una gran aventura. Al emprender el camino, recuerda mantener la capacidad de **asombro** y una mente abierta. Di «sí» a las nuevas experiencias. Prueba las comidas más extrañas, intenta decir algunas frases en el idioma local (a todo el mundo le gusta un «danke» o un «grazie»), baila al son de ese músico callejero, contempla el amanecer desde la ventanilla del tren y disfruta de cada momento.



Al **joven viajero**: esperamos que esta guía te haya proporcionado los conocimientos y la confianza necesarios para viajar con sensatez y audacia. El camino (o la vía férrea) que tienes por delante está ahí para que lo explores. Hazlo tuyo. Haz muchas fotos, pero recuerda también dejar la cámara a un lado y vivir el momento. Mantén la curiosidad, sé educado y diviértete cada día. Este es tu viaje: dale forma de manera que sea significativo para ti.

A los **padres y tutores**: gracias por apoyar a vuestros hijos en esta aventura. Vuestra orientación y confianza les proporcionan la red de seguridad que les permite alzar el vuelo. Volverán con horizontes más amplios y una mayor madurez; ya lo veréis. Celebrad sus historias y su crecimiento cuando regresen. Vuestro papel a la hora de prepararlos y concederles esta libertad es, sin duda, una inversión en su futuro.

A los **monitores juveniles y responsables de grupos**: vuestra dedicación hace que iniciativas como DiscoverEU sean accesibles para quienes, de otro modo, quizá no se atreverían a dar el paso. Al fomentar viajes juveniles inclusivos y bien organizados, estáis formando ciudadanos del mundo y personas seguras de sí mismas. El impacto de vuestro trabajo se notará en las vidas de estos jóvenes durante muchos años: en sus elecciones profesionales, en sus actitudes sociales y en su sensación de empoderamiento. Gracias por ser los artífices de estas experiencias que cambian la vida.

Y para todos los que estéis leyendo esto —y quizá os estéis planteando participar en DiscoverEU—, sabed que las puertas de Europa están abiertas. Hay mapas que marcar, trenes que coger, amigos con los que quedar y lecciones que aprender. El eslogan podría ser: «*Europa está a tus pies. Da el primer* paso», y no podría ser más cierto. Cada paso (o viaje en tren) te llevará a algo nuevo e inesperadamente maravilloso.

Ahora que te embarcas en tu aventura con DiscoverEU, ten esta guía a mano para consultar consejos, pero confía también en ti mismo. Cuentas con los recursos y ahora también con los conocimientos. El resto depende de ti y de las aventuras que elijas.

Así que llévate tu entusiasmo, comprueba bien que no te falta nada, despídete de tu familia con un abrazo y súbete al tren. **Viaja. Aprende. Descubre.** Europa te espera para inspirarte, y volverás listo para inspirar a otros.

Bon voyage y buona fortuna, viel Glück y buen camino: sea como sea que lo digamos, ¡que tengas un viaje fantástico!

¡Que tengas un buen viaje y no te olvides de enviar una postal!

Título de la publicación: Viaja. Aprende. DiscoverEU – Guía **Editorial**: Asociación LEVEL UP y SUMA – Asociación para el Desarrollo Sostenible
Año de publicación: 2026
Diseño gráfico e ilustraciones: Tin Krupski
Página web: travelwithdiscover.eu
Cofundado por la Unión Europea