

Дорогие участницы,  
Добро пожаловать в учебный курс на Мальте!

Мы подготовили для вас Inforack с важной информацией, которая поможет вам успешно спланировать свою поездку.

1. Обратите внимание, что ваши билеты **включают в себя только ручную кладь**. Это значит, что ваша сумочка должна помещаться под сидение перед вами, а чемодан в верхнее отделение для багажа. Вес вашего чемодана **не должен превышать 8 кг**. Размеры ручной клади вы найдете на картинке ниже:

### Priority & 2 Cabin Bags

Allows you to avail of the Priority queue and the only way to bring 2 bags into the cabin.



**Запрещенные для Перевозки Вещи в Самолете (более подробный список вы найдете в прил.1 к данному инфомаку):**

Огнестрельное и холодное оружие.

Любые взрывчатые и легковоспламеняющиеся материалы.

Опасные химические вещества и яды.

Открытые или перевозимые под давлением банки с газом (например, краска в аэрозольных баллонах).

Жидкости в самолете перевозятся в упаковках до 100 мл. Все упаковки с жидкостями должны быть помещены в прозрачный пластиковый закрывающийся пакет.

### 2. Список Вещей, которые вам могут пригодиться в поездке (Учитывая Ограничение по Багажу 8 кг и размеры ручной клади):

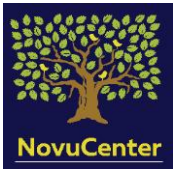
Летняя одежда: легкое платье, топ, юбка, футболка, шорты.

Пляжная одежда: купальник, плавки, пляжное платье, парео (в нашем отеле будет бассейн)

Обувь: удобные кроссовки/ сандалии для пеших походов, шлепки/флиперы для пляжного отдыха

Головные уборы: косынка, шляпка или кепка от солнца.

Солнцезащитные очки и крем с SPF30+.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

Набор для личной гигиены: зубная паста, щетка, шампунь, крема, расчёска, дезодорант и т.д. (обратите внимание, что жидкости в ручной клади провозятся в прозрачном пластиковом пакете в емкостях не более 100 мл и общим объёмом 1 л, поэтому желательно брать с собой сухие шампуни и дезодоранты, и зубную пасту в маленькой дорожной расфасовке )

Небольшой рюкзак или сумка для прогулок.

Лекарства и аптечка: ваши личные медикаменты, пластырь, жаропонижающее.

Документы: паспорт, копии документов

Зарядное устройство для телефона.

Книги, планшет, наушники (по необходимости)

Наличные деньги и банковская карточка.

Билеты, посадочные талоны и страховка находятся у сопровождающего группы (но также будут отправлены каждому по э-почте)

### **3. Погода на Мальте в Октябре:**

Средняя дневная температура составляет +25°C и около +19°C в ночное время.

Вода у побережья прогревается до +23°C и достаточно теплая для купания.

В октябре могут быть 2-3 дня дождливыми, за время которых выпадет около 40 мм осадков.

### **4. Другие Важные Данные:**

Язык: Официальными языками являются мальтийский и английский

Валюта: Евро (EUR).

Местное время: Время на Мальте отличается от эстонского на -1 час. Мальта также переходит на летнее время и обратно.

Безопасность: Мальта считается безопасным местом, однако не забывайте о мерах предосторожности, как и в любой другой стране.

### **5. список телефонных номеров, которые могут быть полезны во время вашего пребывания на Мальтийских островах:**

Телефоны ваших сопровождающих: Светлана +372 5346 5176

Ольга +372 5373 0560

Больница на Мальте 21241251

Государственная информационная служба 153

Код для выхода на международную линию 00

Пожарная служба 199

Полиция 191

Прогноз погоды 50043848

Прямой телефонный код (Мальта) 356

Скорая помощь 196

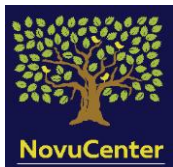
### **6. Время, даты и организация поездки:**

Вылет из Таллинна 13 октября в 11.00.

**Внимание!!! В аэропорту нужно быть не позднее, чем за 1.5 часа до вылета!**

Расписание перелетов:

Tallinn – Milan Malpensa 11.00 – 13.00 13/10/2024 (Ryanair)



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

Milan Malpensa – Malta 17.50 – 19.55 13/10/2024 (Ryanair)

От аэропорта до отеля заказан трансфер.

Malta – Riga 5.50 – 10.30 21/10/2024 (Ryanair)

Riga – Tallinn 13.50 – 14.40 21/10/2024 (AirBaltic)

До Таллинна и обратно участники добираются самостоятельно.

Программа :

**PROGRAM: “Career Awareness in the Era of Digitalization”**

**Location: Ambassador Hotel, Malta** (breakfast included)

**Dates: 14-20.10.2024 (+ 2 travel days)**

Date & Time	Activities
<b>Day 1:</b> <b>14.10.24</b>	<b>10:00 - 13:00</b> Introduction to the program. Assessment of self-esteem and self-value.
<b>Day 2:</b> <b>15.10.24</b>	<b>10:00 - 13:00</b> Emotional management and mindfulness. ART practices <b>17:00 - 19:00</b> "Self-discovery" - outdoor activity
<b>Day 3:</b> <b>16.10.24</b>	<b>10:00 - 13:00</b> Competencies 2035: Understanding various competency models and their application in careers. Sustainability. “Green thinking.”
<b>Day 4:</b> <b>17.10.24</b>	<b>11:00</b> Visit to the historical center of Valletta. Outdoor activity
<b>Day 5:</b> <b>18.10.24</b>	<b>10:00 - 14:00</b> Trends in the labor market. My opportunities in the labor market. Self-presentation. Using AI for personal development.
<b>Day 6:</b> <b>19.10.24</b>	<b>16:00 - 20:00</b> Film therapy. Exploring limiting beliefs, affirmations, and finding inner resources and support.
<b>Day 7:</b> <b>20.10.24</b>	<b>10:00 - 12:00</b> Feedback and reflection. Summary, discussing the learning outcomes. <b>18:00 - 22:00</b> Farewell dinner

---

**7. Питание и проживание в учебной поездке, предоставляемое учебной организацией:**

- завтраки в отеле

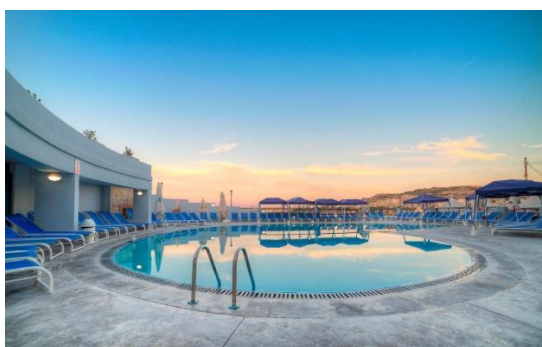
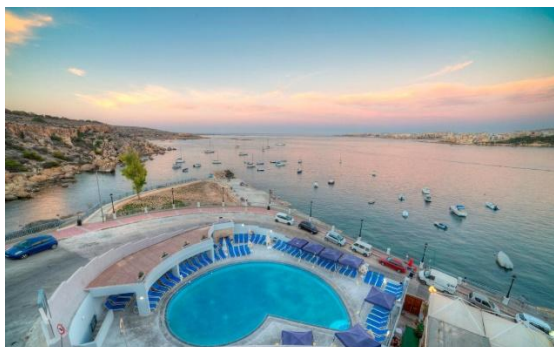
- заключительный ужин

- проживание в отеле Ambassador Hotel, Malta

Адрес отеля: Shipwreck Promenade, SPB 2027 Сент-Полс-Бей, Мальта



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



Проживание организовано в двухместных номерах.



**8. В случае, если вы заблудились, вы можете обратиться по следующим контактам:**

- Организаторы Поездки: Телефоны сопровождающих указаны ниже.
- Местные Люди: В случае заблуждения участники могут обратиться к местным жителям, магазинам или кафе. Часто местные жители готовы помочь туристам и указать путь к нужному месту. (Выучите несколько важных выражений на английском языке. За поддержкой в нужных фразах вы всегда можете обратиться к сопровождающим до начала поездки)
- Использование Навигационных Приложений: Участники могут воспользоваться мобильными навигационными приложениями (например, Google Maps), чтобы определить свое местоположение и найти путь к желаемому месту.
- Туристические Информационные Центры: В больших городах и туристических районах обычно есть туристические информационные центры, где работники могут предоставить карты, указания и другую полезную информацию. (важно запомнить или записать название отеля, чтобы всегда можно было показать название и адрес)
- Экстренные Службы: Если участники чувствуют, что они в опасности или им требуется срочная помощь, они должны вызвать экстренные службы (полицию, пожарных, медицинскую помощь) в соответствии с местными номерами экстренных служб.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

**!!!Важно помнить**, что всегда лучше предпринять шаги предосторожности, чтобы избежать заблуждений: иметь карту, изучить окружающий район заранее, иметь при себе заряженный мобильный телефон и копию паспорта с контактной информацией.

**!!!Пожалуйста, убедитесь**, что ваш багаж соответствует требуемым размерам и содержит необходимые и разрешенные вещи для комфортного пребывания.

!!!Если у вас есть какие-либо вопросы или потребности, не стесняйтесь обращаться к организаторам поездки:

Ольга Волкова тел : +372 53730560

Светлана Смирнова тел: +372 53465176

Также вы можете связываться с контактным лицом нашей принимающей организации:  
Георгий Тимченко тел: + +356 79614460

Желаем вам приятного путешествия и продуктивного обучения!

С уважением,

**NOVUCENTER OÜ**



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## Приложение 1

### **Предметы, запрещенные в салоне**

Предметы, которые представляют опасность для окружающих и могут навредить им, запрещено проносить на борт самолета.

Ознакомьтесь со списком таких предметов.

#### Опасные предметы

- Стрелковое и огнестрельное оружие и иные устройства, выстреливающие поражающий элемент, т. е. устройства, которые могут — либо выглядят способными — нанести серьезные травмы выстрелом поражающим элементом, в том числе:
  - огнестрельное оружие всех типов, например пистолеты, револьверы, винтовки и дробовики;
  - игрушечное оружие, копии и имитация огнестрельного оружия, которые можно принять за настоящее, детали огнестрельного оружия, за исключением оптических прицелов;
  - пневматическое оружие и оружие на баллонах CO<sub>2</sub>, включая пистолеты, дробовики, винтовки и страйкбольное оружие;
  - сигнальные ракетницы и стартовые пистолеты;
  - луки, арбалеты и стрелы;
  - гарпунные ружья и ружья для подводной охоты;
  - рогатки и пращи.
- Приборы шокового поражения — устройства, специально предназначенные для оглушения или обездвиживания, в том числе:
  - устройства шокового поражения, такие как электрошоковые пистолеты, стреляющие электрошокеры (такие, как «Тазер») и электрошоковые дубинки;
  - устройства для оглушения животных и забоя скота;
  - выводящие из строя химические вещества, газы и спреи, такие как баллончики с газом мейс, различные перцовые баллончики, слезоточивый газ, кислотные баллончики и спреи для отпугивания животных.
- Предметы с острием или острой режущей кромкой, способные нанести тяжелые повреждения, в том числе:
  - предметы, предназначенные для рубки, такие как топоры, топорики и тесаки;



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

- ледовые топоры и ледорубы;
  - лезвия для бритвы;
  - канцелярские ножи;
  - ножи с лезвием длиннее 6 см;
  - ножницы с лезвиями длиннее 6 см от точки опоры;
  - снаряжение для боевых искусств с острием или острой режущей кромкой;
  - мечи и сабли.
- Рабочие инструменты — инструменты, которые можно использовать для нанесения серьезных травм или создания угрозы безопасности воздушного судна, в том числе:
  - ломы;
  - дрели и сверла, в том числе переносные аккумуляторные дрели;
  - инструменты с лезвием или рукоятью длиннее 6 см, пригодные для использования в качестве оружия, например отвертки и стамески;
  - пилы, в том числе аккумуляторные портативные электропилы;
  - паяльные лампы;
  - пистолеты для крепежа и пневматические молотки.
- Тупые инструменты — предметы, которые могут быть использованы для нанесения серьезных травм при ударе, в том числе:
  - бейсбольные и софтбольные биты;
  - дубинки различных типов, в том числе специализированные полицейские;
  - снаряжение для боевых искусств.
- Взрывчатые и зажигательные вещества и устройства — вещества и устройства, которые могут (либо выглядят способными) причинить серьезные травмы или создать угрозу безопасности воздушного судна, в том числе:
  - боеприпасы;
  - запалы;
  - детонаторы и взрыватели;
  - реплики или имитация взрывных устройств;
  - мины, гранаты и иные взрывоопасные предметы военного назначения;
  - фейерверки и прочая пиротехника;



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

- дымогенераторы и дымовые шашки;
- динамит, порох и пластичные взрывчатые вещества.
- Любое другое изделие (вещество или устройство), которое может — либо выглядит способным — причинить серьезные травмы или представлять угрозу безопасности самолета, а также изделие, которое используется для причинения серьезных травм и обычно не используется в зонах ограниченного доступа, например снаряжение для боевых искусств, мечи, сабли и др.

### **Острые предметы и оружие**

В салон нельзя брать предметы, которые могут быть использованы как оружие. Пример: ножи, опасные бритвы, лезвия бритв, ножницы с лезвиями длиной более 6 см (2,4 дюйма) или муляжи оружия.

*Если вы принимаете рецептурный препарат (например, инсулин), вводимый с помощью шприца или иглы для подкожных инъекций, вам могут разрешить провезти их в ручной клади. В этом случае при вас должен быть рецепт с названием препарата, а также названием аптечного учреждения или именем врача, выдавших его.*

### **Жидкости и гели**

В ручной клади разрешено провозить лишь небольшое количество жидкостей и гелей.

*В большинстве случаев все жидкости и гели должны находиться в емкостях объемом не более 100 мл. Однако стоит уточнить правила аэропорта, из которого вы летите. Например, аэропорт «Лондон-Сити» позволяет пассажирам проносить на борт до 2 л жидкостей и гелей.*

Емкости с жидкостью большего объема можно провозить в багаже.

*Если вы летите стыковочным рейсом и не имеете доступа к зарегистрированному багажу, не покупайте жидкости и гели в емкостях большого объема в магазинах беспошлинной торговли. Они могут быть конфискованы перед посадкой на следующий рейс.*

### **Электронные устройства**

Провоз некоторых электронных устройств может быть ограничен из-за создания ими помех для навигационного оборудования самолета. Например, литий-ионные аккумуляторы будут допущены лишь с емкостью, которая не превышает 100 ватт-часов.