

Interreg



Co-funded by
the European Union

Estonia – Latvia

Pārgājienu organizēšana cilvēkiem ar kultūras un valodas barjerām



<https://baltictrails.eu/lv>

Pārgājienu organizēšana cilvēkiem ar valodas un kultūras barjerām

Satura rādītājs

1. Mērķis.....	3
2. Mērķauditorijas identificēšana un iesaiste:	3
3. Pārgājiena organizēšana	3
4. Komunikācija un iekļaušana.....	6
5. Aprikojums un mantu saraksts	7
6. Ēdiens un aktivitātes.....	8
7. Transports un pieejamie pakalpojumi..	9
8. Drošība un riski	10
9. Atsauksmes pēc pārgājiena un turpmākā saziņa	10
10. Rekomendācijas.....	10
10. Iesaistītie partneri	10
11. Mācību video	11
12. Noderīgi resursi	11

Specifiskā mērķauditorija: cilvēki ar valodas un kultūras barjerām.

Nespecifiskā mērķauditorija: uzņēmēji, gidi, organizācijas, kas vēlas attīstīt pakalpojumus ārzemniekiem, ārvalstu tūristiem, studentiem.

Sociālo ekspertu organizācija, kas konsultēja risinājuma izstrādes laikā: Piedzīvojumu organizācija “Boards You”.

Risinājuma ieviesējs: Movement Spontaneous.

1. Mērķis

Šī vadlīniju daļa ir izstrādāta, lai sniegtu iespēju cilvēkiem ar valodas un kultūras barjerām iepazīt Latvijas un Igaunijas dabas ainavas, dabas teritorijas u.c. Šajās grupās ietilpst starptautiskie studenti, ārvalstu darbinieki, bēgļi un tūristi. Šis projekts veicina iekļaujošu vidi, kurā cilvēki no dažādām kultūrām var izbaudīt dabu, iepazīt vietējos iedzīvotājus un veidot jaunas attiecības.

Vadlīniju mērķis ir palīdzēt pārgājienu organizatoriem un pakalpojumu sniedzējiem veiksmīgi plānot un organizēt pārgājienu, kas ir pieejami ārzemju dalībniekiem. Tajās sniegti praktiski, soli pa solim izstrādāti norādījumi par to, kā:

- Piesaistīt un motivēt starptautiskos dalībniekus;
- Plānot un vadīt iekļaujošus un drošus pārgājienu;
- Pārvarēt valodas barjeras un kultūras atšķirības;
- Nodrošināt, lai visi dalībnieki, neatkarīgi no viņu pieredzes vai zināšanām par vietējo vidi, justos komfortabli un gaidīti.

2. Mērķauditorijas identificēšana un iesaiste:

- **Mērķauditorija:** Ārzemju studenti (piemēram, Erasmus apmaiņas studentus), starptautiski darbinieki un tūristi.

- **Iesaistīšana:** Lai reklamētu pārgājienu, piemērotākie ir sociālie tīkli, piemēram, Facebook grupas, Instagram un WhatsApp (piemēram, Erasmus Network). Šajā procesā var iesaistīt vietējās universitātes un nevalstiskās organizācijas, izplatot informāciju starptautiskai auditorijai. Var sadarboties ar influenceriem un saturs veidotājiem, kuri pieder pie mērķauditorijas, lai piesaistītu dalībniekus.

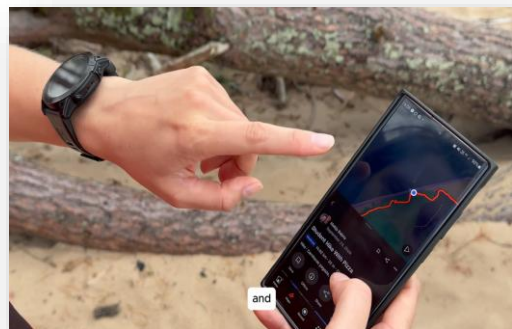
Mērķauditorijas galvenie motivatori:

- Bezmaksas dalība un ēdiens ir nozīmīgi faktori, lai piesaistītu dalībniekus;
- Labs laiks un vienkāršs līdzīgs ņemamo lietu saraksts palīdzēs izvairīties no atteikumiem;
- Pārgājieniem jābūt īsiem un draudzīgiem iesācējiem (10-15 km ir ideāls attālums);
- Reklāmā un komunikācijā izmantojot starptautiskas valodas, piemēram, angļu valodu, dalībnieki jutīsies gaidīti.

3. Pārgājiena organizēšana

Plānošana:

- **Maršruts:** Ir jāizvēlas pārbaudīti un droši maršruti, lai izvairītos no problēmām. Piemēroti ir vienkārši un vidēji gari maršruti (10-15 km). Lai atrastu un lejupielādētu GPX failus (1. attēls) izvēlētajam maršrutam, izmantojiet tādas vietnes kā, piemēram, Baltictrails.eu.



1. attēls: GPX faila lietošana viedierīcē

- **Grupas lielums:** Grupas lielums būs atkarīgs no pasākuma popularitātes un ārzemnieku kopienas iesaistes. Ir jāizveido reģistrācijas forma un jānorāda, ja ir dalībnieku skaita ierobežojums. Var sagaidīt, ka ieradīsies 50-80% no reģistrētajiem dalībniekiem. Ja laika prognoze ir nelabvēlīga, neierašanās rādītājs var būt lielāks. Ja grupas lielums pārsniedz 50 cilvēkus, ir jāsaazinās ar vietējo pašvaldību, lai saņemtu apstiprinājumu un papildu norādījumus, organizējot pārgājieni;
- **Pirms pasākuma komunikācija:** Ir jāizveido informācija par publisku pasākumu (2.,3. attēls) kādā no sociālo tīklu platformām.

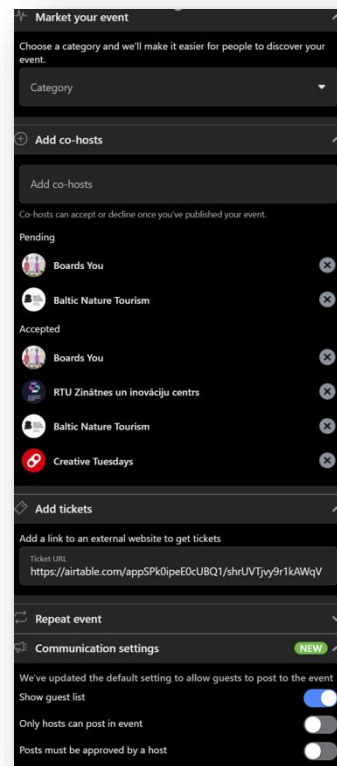


2. attēls: Reklāmas bildes piemērs



3. attēls: Piemērs reklāmas ierakstam, ar kuru RTU Ārzemju Studentu nodaļa dalījās Instagram

Pirmais solis. *Facebook* ir lieliska platforma, lai izveidotu publisku pasākumu (4. attēls) un sasniegtu plašu auditoriju. Pasākuma lapai ir jābūt pievilcīgai un informatīvai, ietverot informāciju par pārgājiena mērķi, tikšanās vietu, grafiku un grūtības pakāpi. Izmantojiet viegli saprotamu valodu (galvenokārt angļu valodā) un pievienojat attēlus no iepriekšējiem pārgājieniem vai ainavām, kuras dalībnieki piedzīvos.



4. attēls: Facebook pasākuma vai cita publiska pasākumu platformas izveide.

Ekrānšāviņš no [Facebook event](#) pasākuma izveides. Daži padomi pasākumu izveidei ietver līdzorganizatoru pievienošanu, skaidru vietas un laika norādīšanu, reģistrācijas saites pievienošanu un satura organizēšanu tematiskos punktos ar vizuāliem palīgīdzekļiem, piemēram, emocijzīmēm. Tāpat ir vērts apsvērt citas platformas, izņemot Facebook, pasākumu popularizēšanai

Otrais solis. Ir jāizveido reģistrācijas forma ar šādiem lauciņiem (5. a,b attēls):

- Vārds, uzvārds;
- Tālruna numurs ar valsts kodu (ja plānojat izveidot WhatsApp grupu (6. attēls));
- E-pasts (ja plānojat sūtīt informāciju pa e-pastu);
- Pilsonība;
- Sociālo tīklu profils (ja dalībnieks vēlas tikt atzīmēts fotogrāfijās un video);
- Atļauja fotografēt un filmēt pasākumā (atzīmējams lodziņš);
- Pieņemšana, ka dati tiks apstrādāti saskaņā ar spēkā esošajiem datu aizsardzības noteikumiem (atzīmējams lodziņš);
- Vieta komentāriem vai jautājumiem.

Name and surname

Phone nr. with country code
Will be used for participants Whatsapp chat

Your Nationality

Instagram handle
Feel free to add your Instagram @handle if you're okay with being tagged in our stories/photos :)

Are you a Student in Latvia?

Yes

No

5. a attēls. Reģistrācijas anketas piemērs.
Ekrānšāviņš no Studentu Picu Pārgājiena pasākuma reģistrācijas veidlapas, kas izveidota vietnē airtable.com.

Conditional field

Which university are you studying at?

Riga Technical University (RTU)

University of Latvia (LU)

Riga Stradiņš University (RSU)

Latvia University of Life Sciences and Technologies (LBTU)

BA School of Business and Finance (Banku augstskola)

Turība University (TU)

Vidzeme University of Applied Sciences (VIA)

Art Academy of Latvia (LMA)

Other

I accept that event will be photographed and filmed

Comments & Questions

Submit Edit label Team

5. b attēls. Reģistrācijas anketas piemērs



6. attēls. Dalībnieku WhatsApp čats

Trešais solis. Ir jāiekļauj saite uz pārgājiena *WhatsApp* grupu, lai uzturētu saziņu ar dalībniekiem. Nosūtiet praktisku informāciju par pārgājieni, tostarp transporta atiešanas laikus, pārgājiena garumu, maršrutu, laika prognozi, līdzīgi ņemamo mantu sarakstu utt. Ja plānošanu veic komanda, apsveriet iespēju izveidot atsevišķu saziņas kanālu tikai organizatoriem.

Ceturtais solis. Ir jāpārlicinās, ka popularizējat savu pasākumu dažādās platformās, piemēram, *LinkedIn*, interešu grupās, vietējos kopienas centros (izmantojot fiziskos plakātus) un citur, ne visi potenciālie dalībnieki izmanto Meta produktus, piemēram, *Facebook*, *Instagram* vai *WhatsApp*.

Lomas un atbildības

Plānojot pasākumu, tā dalībniekiem ir jāpiešķir konkrētas lomas un atbildības.

- **Komandas vadītājs:** Koordinē pārgājieni, vada grupu no priekšgala un pārvalda saziņu, spēj pieņemt ātrus un pārdomātus lēmumus, lai nodrošinātu visu dalībnieku drošību;
- **Vadītāja atbalsts:** Palīdz vadīt grupu pārgājiena laikā un nodrošina, ka viss nepieciešamais aprīkojums (piemēram, vismaz trīs rācījas) ir pieejams efektīvai saziņai, palīdz ar orientēšanos, uzrauga grupas tempu;
- **Aktivitāšu un ēdināšanas vadītājs:** Pārvalda ēdienu izdalīšanu (uzkodas vai vieglas maltītes pārgājiena laikā), koordinē ar pakalpojumu sniedzējiem vai sponsoriem, lai piegādātu ēdienu uz vietas, ja nepieciešams, un plāno jebkādas papildu aktivitātes (spēles, kultūras apmaiņas);
- **Pārgājiena grupas aizmugures koordinators:** Nodrošina, ka visi dalībnieki tiek uzskaitīti pārgājiena beigās un sazinās ar komandas vadītāju par grupas progresu, pēdējais cilvēks pārgājiena beigās daļā.

- **Komunikācijas speciālists:** Veido publicitāti par pasākumu, atbild uz biežāk uzdotajiem jautājumiem.

4. Komunikācija un iekļaušana

- **Valodas barjeru pārvarēšana.** Visa informācija ir jāsniedz angļu valodā (vai citā plaši runātā valodā), tomēr daži dalībnieki joprojām var saskarties ar valodas barjerām. Lai nodrošinātu iekļaušanu, izmanto vizuālos palīg līdzekļus, piemēram, zīmes, simbolus un kartes ar skaidri iezīmētiem maršrutiem un svarīgām pieturām, lai palīdzētu ikvienam sekot līdzīgi. Lietotnes ar GPS takas kartēm un papildinātiem orientieriem ir lielisks risinājums, lai sniegtu detalizētu, pieejamu informāciju. Ja nepieciešama papildu palīdzība, tādi rīki kā *Google Translate*, *Siri* vai *Microsoft Translator* var nodrošināt balss-teksta tulkojumus uz vietas, nodrošinot efektīvu saziņu visā pārgājienā.
- **Iekļaušana.** Ir jāizvairās no ārzemnieku atdalīšanas no vietējiem iedzīvotājiem - jauktas grupas veicina jaunus kontaktus un pieredzi.
- **Grupas dinamika:**
 - **Iepazīšanās aplis** (pirmā vāka titulbilde). Pārgājiena sākumā ir jāļauj katram dalībniekam pateikt savu vārdu, no kuras valsts ieradīs un ko viņš sagaida no pārgājiena. Tas palīdz iepazīties un veicina starpkultūru apmaiņu;
 - **Dalībnieku uzskaitē.** Pārgājiena sākumā ir jāizveido reģistrācijas lapa, lai pārlicinātos, ka visi ir uzskaitīti. Parakstīšanās lapā var kalpot arī kā apstiprinājums, ka dalībnieki uzņemas atbildību par savu drošību un piekrīt, ka organizatori viņus fotografē;
 - **Draugu sistēma.** Ir jāveido dalībnieku pāri, lai veicinātu mijiedarbību un nodrošinātu, ka neviens nepazūd pārgājiena laikā,

- uzlabojot gan sociālo dinamiku, gan drošību;
- **Grupas lomas.** Ir jāpiešķir konkrētas lomas, piemēram, "palīgs ēdiena sagatavošanā", komandas aktivitāšu vadītājs" vai "atbalsta atbildīgais", lai saglabātu grupu organizētu un veicinātu sadarbību;
- **Sarunu tēmas.** Ir jāpiedāvā vienkāršas sarunu tēmas, lai veicinātu diskusijas, piemēram, jautājot par iecienītākajiem pārgājiena piedzīvojumiem vai kultūras atšķirībām.

5. Aprīkojums un mantu saraksts

- **Vienkāršs aprīkojums.** Ir laicīgi jānosūta dalībniekiem līdzī nēnamo mantu sarakstu (7. attēls). Būtiskākās lietas, kas jāiekļauj:
 - Ērti apavi pārgājieniem (derēs sporta apavi vai pārgājienu zābaki, kas piemēroti piekrastes, meža vai nelīdzenam reljefam);
 - Apģērbs atbilstoši laikapstākļiem:
 - Ūdensnecauraidīga jaka vai lietusmētelis;
 - Siltie slāņi (džemperis vai termoveļa vēsākam laikam);
 - Viegls, elpojošs apģērbs siltam laikam;
 - Aizsardzība pret sauli:
 - Saules aizsargkrēms;
 - Cepure vai lakats;
 - Saulesbrilles;
 - Dzēriens un uzkodas:
 - Ūdens pudele (vismaz 1–2 litri, īpaši garākiem pārgājieniem);
 - Enerģētiskas uzkodas (piemēram, rieksti, žāvēti augļi, musli batoniņi);
 - Ērta mugursoma, lai visu nepieciešamo varētu ērti nest;
 - Personīgās lietas:
 - Nepieciešamās zāles (īpaši alerģiju vai citu veselības problēmu gadījumā);

- Pirmās palīdzības priekšmeti (plākssteri, tūlznū aizsargi, u.c.);
- **Papildus (pēc izvēles):**
 - Viegls paklājiņš vai pleds atpūtai;
 - Pārgājienu nūjas (papildu stabilitātei nelīdzenā apvidū);
 - Kukaiņu atbaidīšanas līdzeklis (īpaši mežainās teritorijās);
 - Portatīvais lādētājs (power bank) telefona uzlādei, īpaši garākos pārgājienos;
 - Kamera vai viedtālrunis fotogrāfijām.



7. attēls. Vienkāršs līdzī nēnamo mantu saraksts

Sveiki! Lūdzu, izlasiet zemāk sniegto informāciju par pasākumu un nevilcinieties uzdot jautājumus.

📍 Tikšanās vieta: 28. septembrī plkst. 10:01 Lilastes dzelzceļa stacijā.

🚂 Vilciens no Rīgas Centrālās dzelzceļa stacijas atiet plkst. 9:13. Katrs dalībnieks ir atbildīgs par sabiedriskā transporta biļetes iegādi. Biļetes var iegādāties iepriekš tiešsaistē vietnē Vivi.lv vai izmantojot Mobilly lietotni.

Protams, jūs varat ierasties ar autobusu, automašīnu vai citu izvēlētu transportu.

☒ Pārgājiena laikā būs jāveic aktivitāte, izmantojot tālruni, tāpēc pārliecinieties, ka tas ir pilnībā uzlādēts vai paņemiet līdzi lādētāju.

☐ Neaizmirstiet pārbaudīt līdzi ņemamo mantu sarakstu, lai pārliecinātos, ka jums ir viss nepieciešamais! ☒ Lūdzu, pārliecinieties, ka pārbaudījāt un lejupielādējāt maršrutu - <https://strava.app.link/85w7QRQMcNb>

Papildu ieteikums. Ja kādam dalībniekam nav nepieciešamā pārgājiena aprīkojuma, ieteicams sniegt informāciju par pieejamām nomas iespējām vai vietējiem veikaliem, kur var iegādāties nepieciešamās lietas.

6. Ēdiens un aktivitātes

- **Motivācijas faktors.** Ēdiens ir svarīgs motivators, īpaši ārzemniekiem un studentiem ar ierobežotu budžetu. Piedāvājat bezmaksas, vienkāršas maltītes, piemēram, sviestmaizes, augļus, uzkodas vai ēdienus, kurus var pagatavot, pievienojot karstu ūdeni (kuskuss, griķu pārslas, kukurūzas pārslas, zirņu pārslas, kartupeļu biežputra ar piena pulveri u.c.). Cenšieties iekļaut dažādas uztura iespējas, lai pielāgotos dažādām vajadzībām (veģetārie, bez laktozes, halal u.c.).
- **Kur un kā ieturēt maltīti** (8.a, b attēls). Plānojiet pusdienu pauzi pārgājiena viduspunktā. Tas ļaus dalībniekiem atpūsties un socializēties. Sēdēšanai noderēs soliņi vai sausas koku stumbri, bet, ja tādu ceļā nav, var lūgt dalībniekus paņemt līdzi paklājiņus.
- **Iepazīšanās aplis** (titulbilde). Notiek pārgājiena sākumā un kalpo kā “ledus laušanas” aktivitāte, lai dalībnieki varētu iepazīties. Grupas vadītājs aicina visus nostāties aplī, uzdod iepazīšanās jautājumus un izklāsta dienas plānu, norādot, kad un kur paredzētas pauzes. Noderīgs ieteikums – izmantot ruporu vai skaļruni, lai visi varētu skaidri dzirdēt.



8. a, b attēls. Attēls ar pārgājiena pusdienās izmantotajām sastāvdaļām, kas tika izdrukātas kā uzlīmes. Turklāt tika nodrošināts liels termoss ar karstu ūdeni. Vienas maltītes sagatavošanai nepieciešamas 3 ēdamkarotes pamatnes (kuskuss, griķu pārslas, kukurūzas pārslas utml), 1 ēdamkarote piena pulvera krēmīgumam un piedevas, piemēram, dillēs vai saulē žāvēti sīpoli utt.

Griķu pārslas 3 ēd.k. Buckwheat flakes 3 tbs.	Čili un mango pulveris ½ ēd.k. Chili & mango powder ½ tbs.
Kukurūzas pārslas 2 ēd.k. Corn flakes 2 tbs.	Veģānu mērces 3 veidi ½ ēd.k. Vegan sauce 3 types ½ tbs.
Zirņu pārslas 3 ēd.k. Pea flakes 3 tbs.	Buljona kubs 3 veidi ¼ kuba bouillon cube 3 types ¼ cube
Kartupeļu pārslas 3 ēd.k. Potato flakes 3 tbs.	Dilles Dill
Piena pulveris 1 ēd.k. Milk powder 1 tbs.	Saulē kaltēti sīpoli Sun-dried onions
Ķiploku un zaļumu pulveris ½ ēd.k. Garlic & herbs powder ½ tbs.	Ķiploku granulas Garlic granules
Ranch pulveris ½ ēd.k. Ranch powder ½ tbs.	Garša un krēmīgums / Flavor and creaminess
Bāze / Base	Piedevas / additives

- **Saliedēšanās aktivitātes** (9. attēls). Veicina sadarbību un palīdz dalībniekiem izveidot ciešākas attiecības. Tajās var ietilpt komandas izaicinājumi, kas prasa sadarbību un komunikāciju. Turklāt kopīga maltītes pagatavošana (piemēram, ēdiena gatavošana uz ugunsкура) vai pirts apmeklējums rada draudzīgu atmosfēru un stiprina grupas saikni.



9. attēls. Attēls. **Komandas veidošanas aktivitāte.** Visiem 40+ dalībniekiem bija jāšķērso upe ar vienu plostu + 10-15 drošības vestēm un SUP airiem. Grupa izstrādāja stratēģiju, kā nogādāt visus pāri Gaujai

- **Atsauksmju aplis** (10. attēls). Notiek pārgājiena beigās - dod iespēju dalībniekiem dalīties pārdomās par pieredzēto. Grupas vadītājs aicina visus pulcēties aplī un dalīties ar to, kas patika visvairāk. Šajā brīdī arī tiek pārrunāti nākamie soļi un nākotnes pārgājienu plāni. Arī šeit megafons var būt noderīgs.



10. attēls. Attēls. Atsauksmju aplis

7. Transports un pieejamie pakalpojumi

- **Loģistika.** Ir laicīgi jāsniedz skaidra informācija par transporta iespējām, tostarp sabiedriskā transporta maršrutiem, grafikiem un precīzu tikšanās vietas adresi (piemēram, dzelzceļa stacija vai autoosta). Ir jānorāda arī tikšanās laiks, lai dalībniekiem būtu vieglāk orientēties. Cilvēkiem, kuri nav pazīstami ar vietējo transporta sistēmu un valodu, atrašanās vietas meklēšana var būt sarežģīta.
- **Transports un grafiks.** Dalieties ar interneta saitēm uz vietējiem transporta sarakstiem Latvijā un Igaunijā. Vietne Baltictrails.eu piedāvā visaptverošu informāciju par pieejamajiem transporta maršrutiem un grafikiem pārgājieniem dalībniekiem, aptverot visus transporta veidus – gaisa, auto, autobusu un vilcienu satiksmi Baltijas reģionā: [Baltic Coastal Hiking: Getting there & around](#) un [Baltic Forest Hiking: Getting there & around](#).
- **Nakšņošana.** Ja pārgājiens ir ilgāks vai norisinās vairākas dienas, ir jāinformē dalībnieki par tuvumā pieejamajām naktsmītnēm. Baltijas pārgājieniem takas maršrutos bieži atrodas pārgājieniem draudzīgas naktsmītnes, kas pielāgotas tieši pārgājieniem entuziastiem un piedāvā atbilstošus pakalpojumus. Vairāk informācijas par šīm naktsmītnēm var atrast attiecīgajās saitēs. Resursi: [Hiker - friendly Sign: Meaning](#) un [Hiker - friendly Accommodation: Providers list](#).
- **Atcelšana.** Ja pārgājiens tiek atcelts (piemēram, izteikti nelabvēlīgu laikapstākļu dēļ), ir jāinformē dalībnieki pēc iespējas ātrāk. Taču nelabvēlīgu laika apstākļu dēļ nav ieteicams atcelt pārgājienus, ja vien tie nav bīstami – tā vietā var piedāvāt bezmaksas lietusmēteļus vai aicināt dalībniekus ģērbties atbilstoši laikapstākļiem. Tāpat lūdziet dalībniekiem ziņot, ja viņi tomēr nevarēs piedalīties, lai organizatori varētu labāk plānot aktivitātes un maltītes.

8. Drošība un riski

- **Pirmā palīdzība.** Pārgājienā vienmēr ir jāņem līdzi pamata pirmās palīdzības komplekts un ir jānorīko komandas dalībnieks, kurš būs atbildīgs par veselības un drošības jautājumiem.
- **Vietējie apdraudējumi.** Ja dalībnieki nav pazīstami ar vietējo dabu, ir jāsniedz īsa informācija par iespējamiem riskiem (piemēram, ērces, odi, indīgi augi, sēnes).

9. Atsauksmes pēc pārgājiena un turpmākā saziņa

- **Atsauksmju iegūšana.** Izmantojiet vienkāršu anketu vai aptauju, lai apkopotu atsaucsmes par pārgājiena organizāciju, iekļaujošu vidu un dalībnieku apmierinātību.
- **Datu apkopošana.** Ar iepriekšēju dalībnieku piekrišanu variet reģistrēt datus (piemēram, cik cilvēku reģistrējās un cik reāli ieradās, viņu valstspiederību u.c.), lai novērtētu pasākuma veiksmīgumu un identificētu uzlabojumu iespējas nākotnes pārgājieniem.
- **Saziņa.** Izmantojiet dalībnieku čatu vai e-pastu sarakstu, lai informētu par gaidāmajiem pasākumiem, dalītos ar fotogrāfijām un sniegtu atgriezenisko saiti. Pārliecinaties, ka saziņa ir mērķtiecīga un netiek pārslogota ar liekiem ziņojumiem.

10. Rekomendācijas

- **Pielāgošanās grupas lielumam.** Lielākām grupām (virs 50 dalībniekiem) ir jāpārbauda, vai nepieciešama pašvaldības atļauja, un ir jānodrošina vismaz trīs pavadošie vadītāji – viens grupas priekšgalā, viens vidū un viens aizmugurē. Mazākām grupām pietiek ar 1–2 vadītājiem.
- **Kultūru apmaiņa.** Plānojat papildu aktivitātes (piemēram, kultūras stāstus, spēles), kas veicina dalībnieku savstarpējo iepazīšanos un pieredzes apmaiņu. Lai

labāk iepazītu grupas locekļus, var veikt intervijas ar jautājumiem par viņu izcelsmi, ceļošanas pieredzi vai interesēm.

- **Elastīgums.** Pārgājiens var aizņemt vairāk laika nekā plānots, īpaši, ja grupa ir liela un dalībniekiem ir atšķirīgs sagatavotības līmenis. Ir jāieplāno papildus laiks un, ja nepieciešams, - ir jāpielāgo aktivitāšu ilgums. Labāk solīt garāku pasākumu, nekā censties visu iespiest pārāk īsā laika posmā.

Kā bonuss pasākuma beigās bija picu sagatavošanas darbnīca (11., 12. attēls).



11. attēls. Picu sagatavošanas darbnīca



12. attēls. Pagatavotās picas

10. Iesaistītie partneri

Biedrība “Movement Spontaneous, Latvijas Lauku tūrisma asociācijas “Lauku ceļotājs”.

11. Mācību video

Mācību video angļu valodā un ar angļu valodas subtitriem ir noskatāms šeit (09:58 min): <https://www.youtube.com/watch?v=NaeLxe9UDg0>



12. Noderīgi resursi

Facebook grupas:

- [Expats in Latvia / Expats & Foreigners in Estonia](#) – kopienas, kurās dalībnieki dalās ar informāciju par vietējiem pasākumiem, tikšanās reizēm un citiem noderīgiem resursiem;
- Latvijas grupas, piemēram, [Pārgājieni. Par un Ap.](#) / [Dodies dabā](#) – grupas, kas veltītas pārgājienu maršrutiem, padomiem un grupu pārgājienu organizēšanai visā Latvijā;
- Igaunijas grupas, piemēram, [Matkasõbrad](#).

Ārvalstu studentu tīkli:

- *Erasmus Student Network*, piemēram, *ESN Latvia* un *ESN Estonia* – šīs organizācijas publicē informāciju par ārā aktivitātēm, pārgājieniem un ekskursijām apmaiņas studentiem;
- RTU Ārzemju studentu nodaļa – aktīva sociālajos medijos @rtuinternational un būs priecīgi dalīties ar jūsu pasākumu;
- RTU Zinātnes un inovāciju centrs “RTU jaunie inovatori” ar aptuveni 500 aktīviem dalībniekiem – lieliska vieta, kur ievietot informāciju par pasākumiem starptautiskai auditorijai;
- Citu universitāšu studentu padomes un ārvalstu studentu nodaļas.

Āra piedzīvojumu portāli:

- *Baltic Hiking Trails* (Facebook lapas un [mājaslapa](#)) – apkopo informāciju par pārgājienu takām, tostarp [Mežtaka](#) and [Jūrtaka](#) Latvijā un Igaunijā;
- Baltic Nature Tourism (Facebook lapa, Instagram un [mājaslapa](#));
- *Komoot* – lietotne un tiešsaistes kopiena, kur biedri var atrast un dalīties ar pārgājienu maršrutiem visā pasaulē.



Publikācija sagatavota Eiropas Savienības Interreg Igaunijas–Latvijas programmas 2021.–2027. gadam projekta “Mežtakas” un “Jūrtakas” pārgājienu taku pieejamības uzlabošana dažādām sociālajām grupām” (EE-LV00013) īstenošanas ietvaros.

Šī publikācija atspoguļo tikai autora viedokli. Programmas vadošā iestāde nav atbildīga par publikācijā ietvertās informācijas izmantošanu.