



**ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ ΥΠΟΒΟΛΗΣ ΑΙΤΗΣΗΣ ΥΠΟΨΗΦΙΟΤΗΤΑΣ
ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΣΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ERASMUS+ TRAINEESHIPS 2025-2026
ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ
ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ**

Το Τμήμα Διεθνών Σχέσεων/Erasmus+ του ΔΠΘ υλοποιεί κατά το ακαδημαϊκό έτος 2025-2026 τη δράση πρακτικής άσκησης φοιτητών στο πλαίσιο του Ευρωπαϊκού Προγράμματος Erasmus+ για μακροχρόνια κινητικότητα με φυσική παρουσία και μακροχρόνια μεικτή Κινητικότητα (ως μεικτή κινητικότητα θεωρείται ο συνδυασμός κινητικότητας με φυσική παρουσία τουλάχιστον 60 ημερών σε συνδυασμό με μια εικονική συνιστώσα που διευκολύνει τη συνεργατική διαδικτυακή μάθηση και την ομαδική εργασία) μέσω των κονδυλίων που εξασφαλίζει κατ' έτος. Παράλληλα συμμετέχει στον Όμιλο Πρακτικής Άσκησης Erasmus+ που συντονίζει το Πάντειο Πανεπιστήμιο.

Η δράση παρέχει σε φοιτητές από όλους τους κύκλους σπουδών (προπτυχιακούς–μεταπτυχιακούς–υποψήφιους διδάκτορες) αλλά και προσφάτως αποφοίτους¹ του Δ.Π.Θ., τη δυνατότητα να πραγματοποιήσουν πρακτική άσκηση διάρκειας 2 έως 3 μηνών², σε φορείς (π.χ. Επιχειρήσεις, Μη Κυβερνητικές Οργανώσεις, Ερευνητικά Κέντρα, Εκπαιδευτικά Ιδρύματα, διπλωματικές αποστολές κ.λ.π.) που εδρεύουν σε χώρες του προγράμματος Erasmus+ και επιπλέον οι Χώρες από τις Περιφέρειες 13 και 14 (βλ. σχετικός συνημμένο πίνακα).

Για το ακαδημαϊκό έτος 2025-2026 (call 2024) έχουν εγκριθεί προς υλοποίηση **80 θέσεις Πρακτικής Άσκησης συνολικά για όλα τα Τμήματα του Δ.Π.Θ.**

Η πρακτική άσκηση υποστηρίζεται από υποτροφία, η οποία καλύπτει μέρος των εξόδων διαβίωσης στο εξωτερικό καθώς και επιχορήγηση για την κάλυψη δαπανών μετακίνησης (ακολουθούν σχετικοί πίνακες).

- Η επιλογή των φοιτητών θα πραγματοποιηθεί βάσει κριτηρίων (βλ. συνημμένο αρχείο), από τον αρμόδιο Συντονιστή του προγράμματος Erasmus+ του Τμήματος.
- Τα απαιτούμενα δικαιολογητικά θα υποβάλλονται **μόνο ηλεκτρονικά** στο e-mail της Συντονίστριας του προγράμματος Erasmus+ (Καθηγήτρια Παρασκευή Μάλλιου, e-mail: pmalliou@phyed.duth.gr με κοινοποίηση στην Επίκουρη Καθηγήτρια Αρχόντισσα Καναβάκη mkanavak@phyed.duth.gr).
- Η προθεσμία υποβολής των αιτήσεων είναι η **Τρίτη 18 Νοεμβρίου 2025**.
- Η κινητικότητα μπορούν να ξεκινήσουν από τις **2/2/2026**.
- Η **επιλέξιμη περίοδος υλοποίησης των μετακινήσεων θα πρέπει να πραγματοποιηθεί έως 31/07/2026**, και δεν μπορεί να παραταθεί πέραν της **31/07/2026** (ημερομηνία ολοκλήρωσης της πρακτικής άσκησης).

¹ **Πρόσφατα απόφοιτοι:** Η περίοδος της πρακτικής άσκησης για την οποία αιτούνται θα πρέπει να έχει ολοκληρωθεί **εντός ενός έτους από την ημερομηνία αποφοίτησής τους**. Προϋπόθεση συμμετοχής στο πρόγραμμα είναι η επιλογή των αιτήσεών τους να έχει ολοκληρωθεί κατά το τελευταίο έτος της φοίτησής τους (πριν την αποφοίτησή τους). Οι φοιτητές **θα πρέπει να ενημερώνουν τους φορείς υποδοχής ότι κατά την περίοδο κινητικότητας θα είναι απόφοιτοι**.

² Περίοδος μεγαλύτερη των 3 μηνών είναι επιλέξιμη, χωρίς χρηματοδότηση (zero grant).



Αν προκύψουν λόγοι Ανωτέρας Βίας (π.χ. υγειονομικές συνθήκες), δύναται η Πρακτική Άσκηση να υλοποιηθεί με μεικτή Κινητικότητα (blended Mobility) δηλαδή να ξεκινήσει εικονικά (virtually, από την Ελλάδα) και να συνδυαστεί με φυσική κινητικότητα (physical). **Ωστόσο το διάστημα που οι κινητικότητες πραγματοποιηθούν με τηλεργασία – εικονικά ο συμμετέχων δεν χρηματοδοτείται. Η επιχορήγηση αφορά μόνο την περίοδο της κινητικότητας με φυσική παρουσία.**

Δικαίωμα υποβολής αίτησης συμμετοχής στο πρόγραμμα έχουν όσοι φοιτητές/τριες:

α) είναι ενεργοί/ές εγγεγραμμένοι σε Τμήματα του ΔΠΘ ως προπτυχιακοί/ες (και δεν έχουν υπερβεί το N+2 ή N+3), μεταπτυχιακοί/ες φοιτητές/τριες ή υποψήφιοι/ες διδάκτορες.

β) έχουν **γλωσσική επάρκεια** στο απαιτούμενο επίπεδο που ορίζει ο Φορέας Υποδοχής.

γ) **Για τους μεταπτυχιακούς/ές φοιτητές/τριες, η αίτηση θα πρέπει να συνοδεύεται** από βεβαίωση από τη Συντονιστική Επιτροπή του Προγράμματος Μεταπτυχιακών Σπουδών που παρακολουθούν, στην οποία περιλαμβάνονται τα ακόλουθα στοιχεία: α) ο τίτλος του Προγράμματος Μεταπτυχιακών Σπουδών, β) βεβαίωση ότι το πρόγραμμα που θα ακολουθήσει ο/η υποψήφιος/α μεταπτυχιακός/ή φοιτητής/τρια θα αποτελέσει μέρος των σπουδών του στο Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα (με σαφή αναφορά στις μονάδες ECTS που θα επιτύχει ο/η φοιτητής/τρια) και γ) ότι ο χρόνος στο εξωτερικό θα προσμετρηθεί στο συνολικό χρόνο των σπουδών του.

δ) **Οι υποψήφιοι/ες διδάκτορες μαζί με την αίτηση πρέπει να υποβάλουν** βεβαίωση της τριμελούς επιτροπής τους στην οποία να αναγράφονται: α) το θέμα της διατριβής β) βεβαίωση ότι το πρόγραμμα που θα ακολουθήσει ο/η υποψήφιος/α θα αποτελέσει μέρος της διαδικασίας εκπόνησης της διδακτορικής του διατριβής και γ) ότι ο χρόνος στο εξωτερικό θα προσμετρηθεί στο συνολικό χρόνο των σπουδών του.

Για την αποδοχή της υποψηφιότητας απαιτείται η κατάθεση πλήρους φακέλου με τα απαραίτητα δικαιολογητικά τα οποία αναφέρονται στη συνέχεια.



Erasmus+

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης
Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και
Αθλητισμού



Απαιτούμενα Δικαιολογητικά

- Αίτηση Υποψηφιότητας (επισυνάπτεται)
- Βιογραφικό Σημείωμα (στα ελληνικά)
- Φωτοτυπία Αστυνομικής Ταυτότητας
- Πιστοποιητικό Φοιτητικής ιδιότητας (προπτυχιακού-μεταπτυχιακού κύκλου σπουδών) με αναλυτική βαθμολογία
- Αντίγραφο πτυχίου (για μεταπτυχιακούς φοιτητές και υποψήφιους διδάκτορες)
- Πιστοποιητικό επάρκειας γνώσης ξένης γλώσσας (όχι επικυρωμένο)
- Συστατική Επιστολή Πρότασης Επιλογής του Υποψηφίου από μέλος Δ.Ε.Π. του Τμήματος φοίτησης (στα Ελληνικά). Επισημαίνεται ότι στο τέλος της συστατικής επιστολής, το μέλος Δ.Ε.Π. θα προτείνει τη δυνατότητα συμμετοχής του υποψηφίου στη δράση πρακτικής άσκησης του προγράμματος Erasmus+
- Πρωτότυπη Επιστολή Αποδοχής (Letter of Acceptance and Working Program) του οργανισμού υποδοχής που θα πραγματοποιηθεί η πρακτική άσκηση, στην οποία θα περιέχονται οι εξής πληροφορίες: ο λογότυπος του φορέα, στοιχεία του υπευθύνου του φορέα υποδοχής που θα υπογράψει τη σχετική συμφωνία πρακτικής άσκησης, στοιχεία του αρμόδιου ατόμου του φορέα υποδοχής υπευθύνου της παρακολούθησης της πρακτικής άσκησης (όνομα, ιδιότητα, διεύθυνση, email, τηλέφωνο & fax). Στην επιστολή θα αναφέρεται η αποδοχή του φορέα για την πραγματοποίηση της πρακτικής άσκησης (**traineeship**) στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+ για συγκεκριμένο χρονικό διάστημα (έναρξη-λήξη) **διάρκειας δύο έως τριών μηνών**. Επιπλέον, θα περιγράφονται αναλυτικά το λεπτομερές πρόγραμμα της περιόδου πρακτικής άσκησης, καθώς και τα καθήκοντα του εκπαιδευόμενου τα οποία θα πρέπει να έχουν συνάφεια με το αντικείμενο σπουδών. Τέλος, η επιστολή θα υπογράφεται από τον υπεύθυνο του φορέα υποδοχής και θα σφραγίζεται με τη σφραγίδα του φορέα.

Οι ακόλουθοι τύποι οργανισμών δεν είναι επιλέξιμοι ως οργανισμοί υποδοχής:

- Οι οργανισμοί της Ευρωπαϊκής Ένωσης και άλλοι φορείς της Ευρωπαϊκής Ένωσης, συμπεριλαμβανομένων εξειδικευμένων μονάδων (ο εξαντλητικός τους κατάλογος διατίθεται στον ιστότοπο https://europa.eu/european-union/about-eu/institutions-bodies_en)
- Οργανισμοί οι οποίοι διαχειρίζονται προγράμματα της Ε.Ε. (με στόχο την αποφυγή πιθανής σύγκρουσης συμφερόντων ή/και διπλής χρηματοδότησης)



Erasmus+

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης
Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και
Αθλητισμού



**ΠΟΣΑ ΕΠΙΧΟΡΗΓΗΣΗΣ ΦΟΙΤΗΤΩΝ Erasmus+ ΓΙΑ ΠΡΑΚΤΙΚΗ
ΑΣΚΗΣΗ*
ΓΙΑ ΤΟ ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΟ ΕΤΟΣ 2025-2026**

1. Το ποσό της μηνιαίας επιχορήγησης των φοιτητών που μετακινούνται στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+ για πρακτική άσκηση καθορίζεται ανάλογα με τη χώρα υποδοχής ως εξής:

		μηνιαία επιχορήγηση (€/μήνα)
Ομάδα 1	Αυστρία, Βέλγιο, Γερμανία, Γαλλία, Δανία, Ιρλανδία, Ισλανδία, Ιταλία, Λιχτενστάιν, Λουξεμβούργο, Νορβηγία, Ολλανδία, Σουηδία, Φινλανδία.	670
χώρες με υψηλό κόστος διαβίωσης	Χώρες Εταίροι από την Περιφέρεια 13 (Ανδόρα, Μονακό, Σαν Μαρίνο, Βατικανό)** Χώρες Εταίροι από την Περιφέρεια 14 (Νήσοι Φερόες, Ελβετία, Ηνωμένο Βασίλειο)**	
Ομάδα 2	Εσθονία, Ισπανία, Κύπρος, Λετονία, Μάλτα, Πορτογαλία, Σλοβακία, Σλοβενία, Τσεχία.	620
χώρες με μεσαίο κόστος διαβίωσης		
Ομάδα 3	Βόρεια Μακεδονία, Βουλγαρία, Κροατία, Λιθουανία, Ουγγαρία, Πολωνία, Ρουμανία, Σερβία, Τουρκία.	570
χώρες με χαμηλό κόστος διαβίωσης		

* Για την επιπλέον οικονομική ενίσχυση φοιτητών που προέρχονται από ομάδες με λιγότερες ευκαιρίες, βλ. σχετικό αρχείο "Φοιτητές με λιγότερες ευκαιρίες"

** Για τις Χώρες Περιφερειών 13 & 14 θα χρειαστεί να υπογραφεί διμερής συμφωνία μεταξύ του Δ.Π.Θ. και του Φορέα Πρακτικής, ως εκ τούτου μπορεί να προκύψουν καθυστερήσεις στις κινητικότητες. Για κινητικότητες προς το Ηνωμένο Βασίλειο απαιτείται η έκδοση Visa, κόστος και χρόνος που επιβαρύνει τον φοιτητή.



Erasmus+

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης
Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και
Αθλητισμού



2. Το ποσό για τις δαπάνες ταξιδιού καθορίζεται βάσει του παρακάτω πίνακα ως εξής:

Αποστάσεις μετακίνησης	Συνήθης μετακίνηση - Ποσό	Πράσινη μετακίνηση - Ποσό
10 έως 99 χλμ.:	28 EUR	56 EUR
100 έως 499 χλμ.:	211 EUR	285 EUR
500 έως 1999 χλμ.:	309 EUR	417 EUR
2 000 έως 2 999 χλμ.:	395 EUR	535 EUR
3 000 έως 3 999 χλμ.:	580 EUR	785 EUR
4 000 έως 7 999 χλμ.:	1 188 EUR	1 188 EUR
8 000 χλμ. και άνω:	1 735 EUR	1 735 EUR

Η «απόσταση μετακίνησης» αντιστοιχεί στην απόσταση μεταξύ του τόπου προέλευσης και του τόπου διεξαγωγής της δραστηριότητας, ενώ το «ποσό» καλύπτει τη συνεισφορά στη μετακίνηση **προς και από** τον τόπο διεξαγωγής της δραστηριότητας.