



# TAVAS 100 IESPĒJAS EIROPĀ

---

MANAS STUDIJAS.  
MANS DARBS.  
MANI CEĻOJUMI.  
MANA VESELĪBA.  
MANA DZĪVE.

---

[europa.eu/euandme](http://europa.eu/euandme)

**#EU  
AND  
ME**

## MANAS MĀCĪBAS. MANA DŽĪVE.

Apgūsti jaunas prasmes, mācoties, stažējoties vai iesaistoties brīvprātīgo darbā ārzemēs.

## STUDIJAS EIROPĀ

Programma *Erasmus+* nodrošina dotācijas studentiem un arodmācībā iesaistītām personām. Savukārt programma *ErasmusPro* var nodrošināt finansējumu 6–12 mēnešu ilgai mācekļībai ārzemēs, lai ārpus savas valsts pavadītais laiks būtu ne tikai vērtīgs, bet arī finansiāli iespējams.

## VALODU KURSI TIEŠSAISTĒ

Ja dodies *Erasmus+* apmaiņas programmā, savas valodas prasmes vari pilnveidot tiešsaistesursos *Erasmus+ OLS* tīmekļa vietnē.

## APMAIŅAS PROGRAMMAS

Programma *Erasmus+* ļauj Tev studēt, mācīties, iesaistīties brīvprātīgo darbā vai piedalīties jauniešu apmaiņas programmā kādā no 33 valstīm gan Eiropā, gan ārpus tās.

## PĒTNIECĪBA

Tu vari iegūt *Erasmus Mundus* kopīgo maģistra grādu, kas paredz pēcdiploma studijas divās dažādās ES vai pasaules valstīs.

## MANS TĀLRUNIS. MANA DZĪVE.

Ceļojot ES, vari zvanīt, sūtīt īsziņas un izmantot datu pārraidi bez papildu maksas.

## VIESABONĒŠANA PĒC PAŠMĀJU TARIFIEM

Vari zvanīt, sūtīt īsziņas un izmantot datu pārraidi jebkurā ES valstī. Mobilo pakalpojumu cena ir tāda pati kā Latvijā. Saziņa ceļojuma laikā ir kļuvusi vienkāršāka, nekā līdz šim!

## LIETO INTERNETU

Lieto internetu telefonā Eiropā bez papildu maksas.

## PLAŠĀKA IZVĒLE, ZEMĀKAS CENAS

Kopš 1998. gada mobilā tālruņa izmantošanas izmaksas ir strauji sarukušas, jo ES ir strādājusi pie tālruņu sakaru uzņēmumu monopola izbeigšanas un tirgū ir ienākuši papildu operatori. Tāpēc sarunas kļūst arvien garākas, bet rēķini — mazāki.



## MANA BALSS. MANA DŽĪVE.

Vari balsot un pieteikt savas idejas arī elektroniski.

## IZSAKI VIEDOKLI

Ja Tev ir redzējums par jaunu likumu vai politiku, vari iesniegt savas atsauksmes vai priekšlikumus tīmekļa vietnē *Have your say* vai arī piedalīties sabiedriskā apspriešanās.

## IETEKMĒ SAVU NĀKOTNI

Savu viedokli vari skaidri un skaļi izteikt, dodoties balsot. ES pilsoņiem ir tiesības balsot Eiropas un vietējās vēlēšanās. Lai tu tiktu sadzirdēts, balsošana ir labākais veids, kā ietekmēt Tev svarīgus politiskos procesus.

## TAVA BALSS IR SVARĪGA

Ja kāda problēma skar Tevi, un, Tavuprāt, ES būtu jārīkojas, Eiropas pilsoņu iniciatīvas ietvaros vari sākt parakstu vākšanu. Ja Tev piekritīs miljons citu pilsoņu no vismaz septiņām dalībvalstīm, Eiropas Parlaments lūkos atrisināt problēmu.

## UZŅEMIES VADOŠO LOMU

Vai Tev ir daudz labu ideju, kuras varētu uzlabot dzīvi visā Eiropā? Varbūt ir vērts veidot ES nākotni, kandidējot vēlēšanās? ES pilsoņi var kandidēt Eiropas Parlamenta un vietējās vēlēšanās. Nākamās Eiropas vēlēšanas ir 2019. gada maijā.



## MANS BIZNESS. MANA DZĪVE.

Uzsāc uzņēmējdarbību, pārvaldi un attīsti biznesu ar atbalstu no ES.

## VIENOTS TIRGUS

ES nav robežu attiecībā uz uzņēmējdarbību. Vienotais tirgus ļauj Tev piedāvāt produktus un pakalpojumus vairāk nekā 500 miljoniem patērētāju. Preces, personas un kapitāls var brīvi pārvietoties starp valstīm, tāpēc savas biznesa ambīcijas vari piepildīt jebkur.

## PRAKTISKAS MĀCĪBAS

Ja nesen esi izveidojis savu uzņēmumu vai gatavojies to drīz darīt, vari jebkurā vietā ES iegūt praktiskas mācības jau strādājošā mazajā uzņēmumā. Programma *Erasmus jaunajiem uzņēmējiem* ļauj gūt pieredzi citos Eiropas tirgos, lai palīdzētu uzplaukt arī Tavam uzņēmumam.

## PIEEJAMS FINANSĒJUMS

Ja Tev ir spoža ideja, ES var sniegt nepieciešamo finansiālo atbalstu, pateicoties virknei vietējo, reģionālo un valsts līmeņa iniciatīvu. Vai tā būtu jaunas uzņēmējdarbības uzsākšana vai esošās attīstīšana, palīdzību vari iegūt, izmantojot ES atbalstītus aizdevumus, mikrofinansējumu, garantijas un riska kapitālu.

## EKSPERTA PADOMI

*Eiropas Biznesa atbalsta tīkls* var Tev nodrošināt pieredzējušu ekspertu, kurš palīdzēs Tev izprast visus uzņēmējdarbības aspektus, sākot ar finansējumu un beidzot ar intelektuālo īpašumu.

## MANA PLANĒTA. MANA DZĪVE.

Ietekmē procesus cīņā pret klimata pārmaiņām.

## ZAĻĀKA DZĪVE

Nedaudz pamainot savu dzīvesveidu, mēs varam būtiski ietekmēt procesus. Tā var būt gaismas izslēgšana, izejot no istabas, vai biežāku aizkaru iegāde, lai māja būtu siltāka. Var arī izmantot ES sadzīves iekārtu energomarķējuma sistēmu A+, kas turklāt palīdz ietaupīt līdzekļus.

## MAZĀK OGLEKĻA DIOKSĪDA IZMEŠU

ES iegulda pētniecībā un katru gadu līdz 180 miljardiem eiro tiek ieguldīti ar klimatu saistīto projektu atbalstam. Sākot ar uzticamaķu emisijas pārbaužu izveidi jaunajām automašīnām un beidzot ar jauno ēku veidošanu tā, lai tās no 2020. gada ražotu tikpat daudz enerģijas, cik tās patērē.

## ENERGOEFĒKTĪVA SAIMNIEKOŠANA

ES ir gandrīz 120 000 uzlādes punktu, lai varētu viegli uzlādēt elektriskos akumulatorus. Sadarbojoties ar ražotājiem, universitātēm un nozares pārstāvjiem, tiek veicināta elektrotransportlīdzekļu parādīšanās pilsētu ielās. Automašīnas kļūst energoefektīvākas un mazina gaisa piesārņojumu.

## ATJAUNOJAMIE ENERGORESURSI

ES mērķis ir līdz 2030. gadam vismaz 27% no ES enerģijas saražot no atjaunojamiem energoresursiem. Tagad pat tālruņus var uzlādēt ar nelieliem saules enerģijas paneļiem, tāpēc saulainā laikā *pašīnu* uzņemt nebūs problēmas.



## ATŽĪMĒ, KĀ TU IZMANTO ES SNIEGTĀS PRIEKŠROCĪBAS

- Brīvi ceļoju Eiropas Savienībā
- Braucu apmaiņas programmās
- Lietoju internetu ārzemēs bez papildu maksas
- Peldos tīrās upēs un ezeros
- Piedalos Eiropas vēlēšanās
- Uzzinu un iegūstu finansējumu savām idejām

# UZZINI PAR CITĀM IESPĒJĀM EIROPAS SAVIENĪBĀ

[europa.eu/euandme/lv](http://europa.eu/euandme/lv)