

## Lekcja nr 13:

***Podróżowanie tańsze od siedzenia w domu  
- tajny przepis na tanie, przyjemne i bezpieczne podróże***



[www.optymalizator-zycia.pl](http://www.optymalizator-zycia.pl)

Paweł Sygnowski  
& Sebastian Schabowski  
& Psychology Consulting



Uwaga:

**możesz dowolnie  
rozpowszechniać tego ebooka,  
pod warunkiem, że nic w nim  
nie zmienisz.**

Niniejszy ebook jest darmowym fragmentem kursu  
optymalizowania życia dostępnego  
na stronie [www.Optymalizator-zycia.pl](http://www.Optymalizator-zycia.pl) .

© Copyright for Polish edition by:

Paweł Sygnowski & Sebastian Schabowski & Psychology Consulting

Strona kursu: [www.optymalizator-zycia.pl](http://www.optymalizator-zycia.pl)

Kontakt: [s.schabowski@osiagacz.info](mailto:s.schabowski@osiagacz.info)

Wszelkie prawa zastrzeżone.

All rights reserved.





## Wstęp



Optymalizacja życia to nie tylko oszczędzanie czasu czy pieniędzy, ale także sztuka spełniania swoich marzeń małym kosztem.

Podróżowanie, o którym sobie dziś powiemy, to nieodkryty przez większość osób RAJ. Dopóki nie spróbujesz swobodnego włóczenia się po świecie – prawdopodobnie nie będziesz mieć pojęcia o tym, co tracisz...

**Przykład Sebastiana:** Wyruszyłem na moją wyprawę, by znaleźć dobre miejsce do życia na świecie. Jednak już po miesiącu wiedziałem, że samo podróżowanie sprawia tyle radości, że życie na stałe w żadnym miejscu nigdy nie będzie dla niego konkurencją.

Nawet, jeśli podróżowanie wydaje Ci się czymś, czemu poświęcisz się dopiero za kilka lat – rozważ poniższą technikę:

**Technika punktu referencji, czyli jak dodać sobie skrzydeł.** Załóżmy, że pracujesz od kilku lat i masz odłożone kilkanaście tysięcy złotych. Oto, co możesz zrobić: wybrać się np. na sześciotygodniowe zwiedzanie Ameryki Środkowej. Spełnić podczas swojego pobytu wiele marzeń (surfować, nurkować, uczyć się hiszpańskiego, salsy, jeść lokalne specjały, wylegiwać się na plaży, skoczyć ze spadochronem, czy cokolwiek innego, co chcesz).

Oto dwie oczywiste korzyści płynące z tego rozwiązania:

- **spełnisz wiele swoich marzeń bez czekania, aż przejdiesz na emeryturę czy też osiągniesz niezależność finansową,**



- **naprawdę odpoczniesz – będzie Ci dzięki temu łatwiej pracować, wrócisz z zapałem do pracy, unikniesz wypalenia zawodowego itd.**

### **Oto ukryta korzyść:**

Będziesz posiadać w swoim doświadczeniu **punkt referencyjny** – coś, do czego możesz wracać w myślach, kiedy jest ciężko, kiedy musisz się zmobilizować do działania, a nie bardzo Ci się chce.

Poczuj wtedy po prostu te wszystkie smaki, zapachy, przypomnij sobie dotyk wiatru na skórze i salwy śmiechu w gronie międzynarodowych podróżników. Twój umysł zda sobie sprawę z tego, że jeśli chcesz mieć więcej tych wspaniałych doświadczeń – teraz jest czas, by pracować, teraz jest czas, by siać.

Przedstawiliśmy Ci właśnie jedną z najpotężniejszych technik motywacyjnych, która może dodać Ci skrzydeł i bardzo wzmocnić Cię na drodze do Twojego celu. Oczywiście, podobny efekt można uzyskać bez wydawania kilkunastu tysięcy złotych, ale im Twoje doświadczenie z „punktu referencyjnego” będzie bliższe **Twojemu wymarzonemu stylowi życia**, tym większa będzie motywacja i tym bardziej Twój umysł będzie postrzegał wymarzony styl życia jako coś realnego.

### Już za chwilę pokażemy Ci między innymi:

- jak uzyskać darmowe noclegi we wszystkich krajach świata,
- jak podróżować bardzo tanio lub za darmo,



- jak skorzystać z bardzo ciekawych międzynarodowych programów, by np. pracować legalnie w USA i nawet ...dostawać pieniądze za podróżowanie :),
- jak sprytnie zaplanować podróż, by minimalnym kosztem uzyskać maksymalną satysfakcję,
- jak jest naprawdę podczas odkrywczej włości po świecie,
- co zrobić, by było bezpiecznie,
- gdzie jeść, skąd brać gotówkę i wiele innych szczegółów, które zapewnią Ci tanią, bezpieczną i satysfakcjonującą podróż.

Owocnej lektury!



## Nieoczywiste nieoczywistości o podróżowaniu



Rozprawmy się najpierw z kilkoma mitami:

**MIT 1:** *Podróżowanie w pojedynkę oznacza samotność podczas podróży.*

W większości przypadków jest wręcz przeciwnie – ludzie podróżujący w parach często nie integrują się do tego stopnia z otoczeniem, co samotni podróżnicy, przez co omija ich wiele ciekawych okazji.

Czymś - z czego trudno sobie zdać sprawę bez zobaczenia, jak to jest w praktyce - jest fakt błyskawicznego nawiązywania bardzo satysfakcjonujących relacji z innymi podróżnikami czy też uczestnikami jakiejś formy aktywności (dajmy na to kursu salsy).

Jest to bardzo ciekawe zjawisko, które powoduje, że po dwóch dniach znajomości wydaje Ci się, że znasz daną osobę od dziesięciu lat... Dzieje się tak między innymi dlatego, że:

- jesteście razem w podobnej sytuacji,
- jesteście pod wieloma względami podobni do siebie (społeczność podróżników składa się w większości z ludzi wykształconych, znających po kilka języków i mających na swoim koncie wyprawy w naprawdę wiele miejsc na świecie),
- macie wolny czas i podobne cele (to prowadzi do częstego podróżowania w grupach nowo poznanych przyjaciół ← fantastyczna sprawa!),



- jesteście dla siebie wartościowym źródłem informacji o miejscu, w którym aktualnie przebywacie i innych miejscach z Waszych poprzednich wypraw.

Oczywiście, warunkiem łatwej komunikacji z innymi osobami jest znajomość wspólnego języka – standardem, praktycznie wszędzie, jest wśród podróżników **angielski**.

**Poprzez spotkanie ludzi z całego świata niesamowicie poszerzysz swoje horyzonty i dowiesz się na przykład o różnych modelach zarabiania, które pozwalają ludziom na podróżowanie – powiedzmy - przez dziewięć miesięcy co roku...**

Do tego – możesz dalej utrzymywać kontakt z niektórymi poznanymi w podróży osobami, odwiedzać się wzajemnie itd. Kilkumiesięczna podróż może dać Ci znajomych praktycznie na całym świecie.

**MIT 2:** *Podróżowanie jest niebezpieczne.*

Zwykle jest tak, że podróżowanie może być niebezpieczne dla nieostrożnych turystów. Dla podróżników stosujących się do wskazówek zawartych w tej lekcji – jest prawdopodobnie bezpieczniejsze niż siedzenie w domu.

**Przykład Sebastiana:** W Panamie, poza stolicą, czułem się bezpieczniej niż gdziekolwiek w Polsce. Nigdy podczas mojej podróży dookoła świata nikt mnie nie okradł ani nawet nie próbował okraść. Jedyne sytuacje, które w jakimś stopniu się o to ocierają, powstają np. w taksówkach, jeśli kierowca chce Cię naciągnąć na większą opłatę, na ulicy, kiedy podchodzi do Ciebie



żebrak czy też jakiś samozwańczy przewodnik turystyczny.

W tych sytuacjach możesz jednak kontrolować przebieg całej sprawy i nie dać się np. naciągnąć na wyższą opłatę. Kiedy słyszę historie związane z okradzionymi turystami, zwykle jest w nich coś o braku uwagi (kradzież aparatu z torebki w metrze), pokazywaniu wartościowych rzeczy (chłopak z kamerą na szyi i i-phonem w ręce w niebezpiecznej dzielnicy, para emerytów nosząca na sobie kilogram biżuterii i drogie zegarki, ludzie pojawiający się po zmroku w niebezpiecznych miejscach, którzy zresztą dali się już poznać jako bogaci i byli śledzeni itp.).

Co ciekawe, w wielu krajach nie ma dresiarzy :) Jest za to na przykład policja turystyczna, której wyłącznym zadaniem jest chronienie turystów. Policja również powstrzymuje zwykle nieświadomych przybyszów z obcych krajów przed wchodzeniem do gett biedy, gdzie istnieje duże zagrożenie przestępczością.

**Jeśli więc w żaden sposób nie sugerujesz, że masz przy sobie drogie sprzęty czy też dużo pieniędzy i poruszasz się szlakami niekoniecznie popularnymi wśród turystów – zwykle spotkasz się z życzliwością i pomocą miejscowych ludzi. Przecież tzw. „normalni ludzie” (pani z banku, murarz, sprzedawca, listonosz itd.) nie zamienią się nagle w bandytów, tylko dlatego, że zobaczyli kogoś z innego kraju.**

Oczywiście, należy wiedzieć, których miejsc unikać, gdzie się nie pojawiać po zmroku itd. - stosując się do tych wytycznych możesz czuć się bezpiecznie.

**MIT 3:** *Jeśli podróżujesz, to na pewno usychasz z tęsknoty za rodziną.*



Dzięki technologii, która pojawiła się zupełnie niedawno – możesz praktycznie do zera wyeliminować tęsknotę. W jaki sposób? Zabierz ze sobą laptopa z kamerką internetową i wyposaż swoją rodzinę w komputer z kamerką. Dzięki temu możecie mieć nawet codzienne wideokonferencje na Skype – zupełnie za darmo!

Jeśli nie musisz widzieć bliskich i wystarczy Ci rozmowa głosowa – możesz zaopatrzyć się w nowoczesny telefon komórkowy obsługujący wi-fi (internet bezprzewodowy). W tego typu urządzeniach można zainstalować Skype (<http://www.fring.com/> - klient Skype na Symbiana itd.). Dzięki temu możesz dzwonić za darmo bez konieczności wożenia ze sobą komputera.

Alternatywną opcją jest oczywiście skorzystanie z lokalnych kafejek internetowych, które oferują też telefony internetowe (za grosze).

### **Przykład Sebastiana**

Odkąd podróżuję, rozmawiam z rodzicami częściej, niż miało to miejsce, kiedy studiowałem w Polsce. Co więcej – mamy różne ciekawe tematy do rozmowy, bo zawsze dzieje się coś interesującego. Czyli rozmowa nie wygląda, jak w (słynnym w internecie) dialogu:

- *Kupiłeś marchewkę?*
- *Cooo?*
- *Marchewkę pytam, kupiłeś???*



## Znów zaoszczędzisz na wszystkim...



**Informacja** jest najcenniejszym towarem – tego doświadczą się cały czas w podróży.

**Przykład Sebastiana.** Przez prawie miesiąc stołowałem się w różnych restauracjach w Panama City – uważałem, że jest dość drogo, ale nie mogłem znaleźć nic tańszego. W końcu zapytałem moją nauczycielkę hiszpańskiego o jakieś tanie restauracje – w ten sposób odkryłem „podziemie”, czyli miejsca, w których talerz lokalnego jedzenia kosztuje \$2 a nie \$7 - \$10... Gdybym zapytał kilka tygodni wcześniej – zaoszczędziłbym kilkaset dolarów.

**Nie traktuj więc lokalnych cen jako oczywistych – zapytaj zaufanych miejscowych ludzi o wskazówki – gdzie tanio kupować, gdzie jest niebezpiecznie, gdzie naprawdę warto się wybrać, a co jest tylko przereklamowaną atrakcją dla turystów...**

Kolejnym świetnym źródłem informacji są podróżnicy – być może właśnie wrócili z miejsca, do którego się wybierasz. Na pewno chętnie pokażą Ci zdjęcia i odpowiedzą na wszelkie pytania (a dysponują najświeższą wiedzą). Między innymi w ten sposób, dzięki rekomendacji wielu podróżników, odwiedziłem San Blas Islands, a także wybrałem się do Buenos Aires.

Właśnie z powyższego względu rasowi podróżnicy patrzą z lekkim politowaniem na turystów, którzy płacą biurom podróży za zorganizowane (czyli niespontaniczne) dwutygodniowe wczasy więcej, niż podróżnik wyda w ciągu czterech miesięcy swobodnego włóczenia się po świecie.



## Przepis na tanie i dobre podróżowanie



Po przeczytaniu tego rozdziału będziesz w stanie **spełniać swoje marzenia dotyczące podróżowania tanio i skutecznie, żyć jak milioner bez miliona**. Unikniesz też pułapek przyczyniających się do tego, że większość ludzi strasznie przepłaca lub uważa, że nie mają za co wyjechać, choć mają.

Ta instrukcja przygotuje Cię do samodzielnego planowania podróży – zwracaj baczną uwagę na szczegóły, bo nawet tak „niewinna” informacja, jak dni tygodnia, w których loty są tańsze, może zaoszczędzić Ci wiele tysięcy złotych w ciągu następnych lat.

**Decyzja, gdzie pojedziesz.** W tej lekcji założymy, że wiesz już, do jakiego kraju się wybierzesz, bo o narzędziach ułatwiających wybór kraju - w zależności od różnych preferencji – mówiliśmy już w innej lekcji.

**Zebrań większej ilości informacji o kraju.** Dwie najważniejsze rzeczy w tym przypadku to wizy i bezpieczeństwo (w niektórych krajach do tego dochodzą szczepienia itd.). Założymy, że chcemy jechać do Nowej Zelandii i nie wiemy o niej nic, poza tym, że są tam zapierające dech w piersiach widoki.

Wpisujemy więc w Google: „*nowa zelandia wizy bezpieczeństwo*”.

Dzięki temu otrzymamy kilka linków do stron z informacjami turystycznymi (odnośnie wszystkich krajów), które właśnie podają tego typu szczegóły na temat Nowej Zelandii (np. <http://geozeta.pl> ).

Do większości krajów nie potrzebujemy wiz turystycznych, jeśli przyjeżdżamy na mniej niż trzy miesiące – tak też jest w przypadku Nowej Zelandii. Przy



okazji dowiadujemy się, że jest tam bardzo bezpiecznie (nawet, jeśli przy jakimś kraju w rubryce „Bezpieczeństwo” jest mowa o różnego typu zagrożeniach, nie oznacza to, że na pewno nie powinniśmy tam jechać).

Następną informacją, która może nas interesować jest koszt życia. Możemy sprawdzić, czy istnieją polskie strony z tego typu informacjami lub po prostu skorzystać z angielskich, wpisując w Google: „*new zealand cost of living*”.

Okazuje się, że nie jest znowu tak drogo, decydujemy więc, że pora na bilet lotniczy...

**Zakup biletu lotniczego.** Zanim jeszcze powiemy, jak tanio kupić bilet, przyjrzyjmy się dwóm sposobom na **bezpłatne bilety lotnicze**. Są to:

- punkty (tzw. mile) na karcie kredytowej (np. jeśli masz kartę Citibank LOT i uzbierasz ich wystarczającą ilość),
- przewożenie przesyłek w bagażu podręcznym - Air Courier. Tutaj znajdziesz więcej informacji o tej opcji:  
<http://www.travellady.com/Articles/article-fivemyths.html>. Oto książka na ten temat:  
[http://books.google.pl/books?id=csZhiVffUIAC&dq=air+courier+bargain&printsec=frontcover&source=bn&hl=pl&sa=X&oi=book\\_result&resnum=4&ct=result](http://books.google.pl/books?id=csZhiVffUIAC&dq=air+courier+bargain&printsec=frontcover&source=bn&hl=pl&sa=X&oi=book_result&resnum=4&ct=result).

Jeśli lecisz w podróż dookoła świata – zainteresuj się czymś, co nazywa się **round-the-world ticket**. Pomysł polega na tym, że kupujesz jeden bilet i ustalasz, gdzie i kiedy będziesz lecieć (jeszcze przed wyruszeniem). Dzięki temu możesz oblecieć świat za np. 2500 dolarów... Więcej informacji o tej opcji znajdziesz tutaj: [http://wikitravel.org/en/Round\\_the\\_world\\_flights](http://wikitravel.org/en/Round_the_world_flights)



Czas na zapoznanie się ze sposobami na płatne bilety. Oto informacja, która zaoszczędzi Ci masę pieniędzy:

### **O ile to możliwe, lataj w poniedziałki, wtorki, środy lub czwartki.**

Innymi słowy - unikaj weekendów; bilety są wtedy zwykle wyraźnie droższe.

Następna ważna sprawa: **Sprawdź kilka różnych dat dla „tam” i „z powrotem”**. Ta sama trasa – inna data – zwykle inna cena...Bilet w obie strony jest często w podobnej, a czasem nawet niższej (sic!) cenie niż bilet w jedną stronę. Warto więc sprawdzać ceny obu, nawet, jeśli nie zamierzasz wykorzystać powrotnego.

Istnieje wiele serwisów oferujących bilety w internecie. Jeśli chcesz samodzielnie poskładać swój lot z rejsów tanich linii lotniczych (o których w większości nikt nie słyszał) – nieoceniona okaże się strona:

<http://www.whichbudget.com> . Wskazujesz tam kraj, z którego chcesz wylecieć i ten, do którego masz dolecieć - i trafiasz na stronę odpowiedniej linii lotniczej.

### **Przykład Sebastiana**

Dzięki skorzystaniu z tej strony przyleciałem z Bangkoku do Krakowa za ok. 2100 zł zamiast 3500 zł – jak oferował mi drugi serwis z lotami, z którego czasem korzystam – a mianowicie [Yahoo Travel](http://www.yahoo.com/travel) (on sam załatwia loty z przesiadkami, dzięki czemu nie trzeba samodzielnie komponować sobie przelotu). Kiedy korzystałem z <http://www.whichbudget.com>, musiałem kupować osobno bilet z Bangkoku do Monachium i z Monachium do Krakowa. Za bilety można płacić kartą kredytową lub np. kartą debetową Inteligo.



**Dobłą opcją jest przestudiowanie strony danej linii lotniczej i cen lotów w poszczególne dni – dzięki temu udało mi się kupić bilet w PLL LOT (z Warszawy do Nicei) za jedyne 232 zł (zwykle kosztuje między 400 a 600 zł).**

Aby wjechać do niektórych krajów **musisz mieć od razu bilet wyjazdowy** (z przestrzeganiem tego jest bardzo różnie, ale np. Amerykanie mogą nie wpuścić Cię do samolotu do Panamy bez biletu wylotowego z Panamy, choć w Panamie nikt tego nie będzie sprawdzał...).

Wiele osób, które nie latają zbyt często, obawia się, czy łatwo jest sobie poradzić na lotnisku. Uspokajamy – jest naprawdę łatwo. Jedyne, co trzeba zrobić, to zdać bagaż (ten dalece niepodręczny) przy stoisku swoich linii lotniczych i odebrać bilet, po czym przejść przez kontrolę i poczekać przy odpowiedniej bramce (gate) na swój samolot.

Jest to bardzo intuicyjnie zorganizowane i - w razie czego - zawsze można zapytać kogoś z personelu (a personelu różnej maści jest wszędzie pełno).

**Pierwsze kroki w nowym kraju.** Jeśli nie czujesz się zbyt pewnie, nie masz doświadczenia w podróżowaniu – istnieje świetna opcja, która pozwoli Ci bezpiecznie i spokojnie zacząć swoją przygodę z nowym krajem. Nazywa się *airport pickup*, czyli **odbiór z lotniska**. Oferują ją zwykle np. szkoły językowe, hostele czy też hotele.

*Ogólnie, dobrą strategią na początek, jeśli jedziesz do kraju, którego języka nie znasz, jest wykupienie sobie choćby tygodnia w szkole językowej – z odbiorem z lotniska i noclegami.*



Dzięki temu, po męczącej nieraz podróży, masz pełen komfort; na hali przylotów czeka na Ciebie ktoś z kartką z Twoim imieniem i od tego momentu jesteś już pod jego opieką.

Tak na marginesie: Jeśli zmieniasz strefę czasową i np. z czasu polskiego musisz przestawić się na czas panujący w San Diego (9 godzin różnicy), Twój organizm może dość dziwnie reagować przez pierwsze kilka dni (zanim się przyzwyczaisz). Będziesz się np. budzić o 5 rano bez możliwości dalszego spania, ale o 15 będzie Cię dosłownie ścinało z nóg. To zjawisko nazywa się po angielsku jetlag.

Jeśli wcześniej nie udało Ci się wymienić waluty na lokalną – możesz to zrobić na lotnisku lub po prostu wyciągnąć pieniądze z bankomatu (w obu przypadkach zapłacisz prowizję, ale cóż Ci pozostało...).

Inne środki transportu – zwykle bardzo ekonomiczną opcją są autobusy, w Panamie dość tanie są też taksówki (na drugi koniec miasta jedzie się za dwa - trzy dolary).

**Gdzie spać.** Dość naturalnym wyborem wydawałby się hotel. Jednakże, jeśli zdasz sobie sprawę, że możesz uzyskać ten sam rezultat (wyspania się i np. zjedzenia śniadania) kilkanaście razy taniej – przychylniejszym okiem popatrzysz na alternatywną opcję, czyli **hostele**.

Niektóre z nich są niesamowicie tanie – dla przykładu, jest w San Diego hostel, który bierze 16 dolarów za: pokrycie kosztów transportu z lotniska do hostelu (nawet jeśli jest to specjalna taksówka), spanie i śniadanie (duże, dobre). Sama taksówka potrafi kosztować w tym układzie 11 z tych 16



dolarów...

W Panamie można znaleźć hostele za 8 dolarów za noc (we wspólnym pokoju z kilkoma innymi podróżnikami) lub nawet za 11 dolarów za jedynekę na karaibskiej wyspie (!).

Podsumowując – hostele są świetną, tanią opcją na początek, ale nie nadają się do zamieszkania na np. dwa miesiące, chyba, że masz własny pokój – inaczej jest to męczące na dłuższą metę (bywa w nich głośno, ktoś ze współtowarzyszy może mieć problem z chrapaniem, nowi ludzie wprowadzają się o 4 rano, bo właśnie przylecieli itd.).

**Jak znaleźć hostel?** Jest wiele stron pozwalających na przykład rezerwować miejsca w hostelach za 10% depozytu. Po prostu wpisz w Google np.: *hostel Auckland*, a znajdziesz wiele różnych hosteli w stolicy Nowej Zelandii, z opiniami podróżników, rankingami, cenami, informacjami o rezerwacjach itd.

**A teraz prawdziwa BOMBA: Możesz nocować ZA DARMO!**

Jeszcze do niedawna takimi przywilejami cieszyły się osoby należące do jakichś specjalnych grup np. posługujący się międzynarodowym językiem Esperanto mają swoje Pasporta Servo, czyli coś, co umożliwia im nocowanie na całym świecie za darmo u innych Esperantystów. Teraz grupą z takimi przywilejami są również po prostu **...internauci**. Oznacza to, że bez trudu również Ty możesz zatrzymać się w tysiącach miejsc, które zapraszają podróżników za darmo.

Istnieje wiele stron, na których można uzyskać kontakt do oferujących gościnę ludzi – najpopularniejszą, z której zresztą osobiście korzystał Sebastian, by



nocować za darmo w Urugwaju jest <http://couchsufiring.com> . Inna popularna to <http://www.hospitalityclub.org/> .

Ważne: **NIE musisz przyjmować nikogo, by móc skorzystać z darmowego noclegu.** Po prostu rejestrujesz się w serwisie (gratis), piszesz zapytanie do ogłaszającej się osoby i dostajesz odpowiedź – np.: Ok, pojaw się u mnie po godz. 18 :)

U jednej osoby oferującej gościnę możesz się zwykle zatrzymać na 1-2 dni, tak więc znów nie jest to opcja na dłużej, jeśli Twoim celem jest np. zamieszkanie w ciepłym klimacie i pisanie swojej książki czy jakakolwiek inna praca. Da się natomiast dzięki temu poznać ciekawych ludzi i znacznie obniżyć koszt np. wypadu weekendowego do jakiegoś miasta.

Zastanawiasz się teraz pewnie – **co w takim razie nadaje się na pobyt długoterminowy, np. kilkumiesięczny?** Jedną z dostępnych, choć zwykle drogich, opcji są apartamenty wynajmowane na zasadzie „z tygodnia na tydzień”. Jeśli znasz lokalny język, możesz po prostu kontaktować się bezpośrednio z ludźmi chcącymi wynająć pokoje – problem w tym, że zwykle nie chcą oni kogoś na 1-2 miesiące, ale najlepiej na stałe.

Kolejnym trikiem, który możesz zastosować, jest załatwienie sobie tzw. homestay w szkole językowej. Oznacza to po prostu życie z miejscową rodziną (dobra okazja do szlifowania języka, poznania kultury, spróbowania lokalnego jedzenia itd.). Szkoła pobiera zwykle wysoką prowizję za usługę „połączenia” Ciebie i goszczącej rodziny. Dlatego, jak tylko minie okres, na który noclegi załatwiła Ci szkoła (np. miesiąc) – możesz dogadać się **BEZPOŚREDNIO** z rodziną i zacząć płacić np. dwa razy mniej (!!!). Rozwiązanie przetestowane przez Sebastiana w Argentynie...



Kolejną opcją, która pozwala całym rodzinom mieszkać za darmo za granicą jest... wymienienie się na jakiś czas ...domami! Również w internecie.

Rejestrujesz się, znajdujesz chętnych na wymianę, uzgadniasz warunki i - w tym samym czasie lub w różnych terminach – oni przyjeżdżają mieszkać w Twoim domu, a Ty jedziesz, by mieszkać u nich, np. w Sztokholmie.

Przydatne adresy: <http://www.interhome.pl/> , <http://www.intervac.pl/>

**Co jeść?** Często w podróży jesteśmy skazani na korzystanie z różnego typu restauracji, bo nie mamy ani czasu, ani warunków, by gotować. Oto najważniejsza wskazówka, jaką możemy Ci dać:

**Jedz tam, gdzie miejscowi ludzie, o ile nie przeczy to oczywistym standardom higieny.**

Praktycznie wszędzie na świecie, poza drogimi restauracjami z obsługą pod krawatem itd., istnieją miejsca, gdzie za rozsądne pieniądze można dobrze zjeść. Aby je znaleźć, trzeba zwykle zejść z obleganych przez turystów ulic i zapuścić się np. w okolice lokalnego targu rybnego czy po prostu lekko odejść od centrum. Dobrą i wcześniej wspomnianą radą jest po prostu: zapytaj miejscowych o dobre miejsca, gdzie jest smacznie i tanio.

Jeśli masz warunki, by gotować – przygotowywanie w ten sposób prostych potraw będzie oczywiście znacznie tańsze niż jedzenie w restauracjach. Tu jednak musisz wybrać, czy chcesz się bawić w gotowanie na swoich wymarzonych wakacjach, czy robisz sobie wakacje także od gotowania i chcesz czuć się jak gość, któremu serwuje się potrawy :)

**Uważaj na picie wody z kranu (!).** Praktycznie w całej Azji woda ta nie



nadaje się do picia, często nawet po przegotowaniu. Zawsze zapytaj miejscowych o to, czy woda z kranu jest pitna, zanim będziesz się cieszyć z oszczędzania na kupowaniu wody w butelkach.

**Skąd brać pieniądze w podróży?** Niektórzy zastanawiają się, czy potrzebne na pobyt pieniądze należy zabrać ze sobą w gotówce, czy też będzie można na miejscu skorzystać z kart płatniczych i wyjmować pieniądze z bankomatów.

Co prawda, zapłacisz np. 2% prowizji, ale możesz wyjmować pieniądze polskimi kartami debetowymi z symbolami Visa itp. praktycznie na całym świecie. Co ciekawe – wyjmujesz lokalną walutę (przeliczoną po jakimś „korzystnym” - dla banku – przeliczniku). Nie jest to idealne rozwiązanie, ale nie ma lepszego, bo wożenie ze sobą worka z gotówką może być bardzo ryzykowne.

**Paszport.** Wymogiem wjazdu do wielu krajów jest paszport ważny na co najmniej 6 następnych miesięcy – niektóre kraje wymagają posiadania wolnej strony w paszporcie na wizę – trzeba się zawsze dokładnie dowiedzieć, jakie są w danym kraju wymagania w tym względzie.

### **Przykład Sebastiana**

W Panamie policja robiła moim znajomym problemy z powodu chodzenia po ulicach bez paszportu (wymyślili sobie, że obcokrajowcy muszą mieć przy sobie paszport przez cały czas, co z wielu powodów jest czystym absurdem). Podobna sytuacja jest np. w Malezji.

**Ubezpieczenie zdrowotne.** Dobrym pomysłem jest wykupienie specjalnego ubezpieczenia przed wyjazdem (szczególnie ważne jest to, jeśli



jedziesz do krajów o astronomicznych kosztach opieki zdrowotnej np. USA).

W przypadku krajów mających „normalne” koszty tejże opieki – wystarczy Ci jakieś standardowe ubezpieczenie, które jest np. dodawane do karty kredytowej euro26 mBanku (polega to na tym, że musisz pokryć koszty ze swojej kieszeni, a potem wnioskować o zwrot kosztów w Polsce).

W Unii Europejskiej możesz uzyskać podstawową opiekę medyczną za darmo, jeśli postarasz się o dokument z Narodowego Funduszu Zdrowia, który zaświadcza, że płacisz składki i obejmuje Cię ubezpieczenie zdrowotne.

**Inne gniazdka, inne napięcie.** Co ciekawe, większość elektroniki, którą pewnie będziesz mieć ze sobą (komórka, laptop), nie potrzebuje adaptera napięcia. Jediną potrzebną rzeczą są lokalne wtyczki, które można kupić na miejscu (zwykle da się je też wypożyczyć w hostelu).



## Programy dla studentów i absolwentów – przygoda życia, niekoniecznie na Twój koszt...



Oto rekomendowane programy (sprawdzone osobiście przez Sebastiana):

- **Camp America** – świetna okazja do wyjazdu do USA i legalnej pracy na kolonii dla dzieci, podczas wakacji. Cały program, z przelotem w obie strony, ubezpieczeniem, wizą, utrzymaniem i wyżywieniem kosztuje w sumie mniej niż normalny bilet lotniczy do Stanów. Polecamy szczególnie na pierwszy wyjazd do USA. Więcej informacji znajdziesz na stronie: <http://campamerica.pl/>
- **Work and Travel** – bardzo popularny wśród studentów program, dzięki któremu można wyjechać i pracować legalnie w czasie wakacji w USA – zwykle wykonując jakieś proste prace fizyczne. Koszt programu jest trochę wyższy (np. ok. 7000 zł), ale i możliwości zarobienia są większe i wymagana jest większa samodzielność niż w przypadku Camp America. Więcej informacji znajdziesz wpisując „*work and travel*” w Google (istnieje wiele firm, które organizują tego typu wyjazdy).
- **Socrates–Erasmus** – świetna sprawa, dzięki temu programowi możesz wyjechać do wybranego przez siebie państwa w Europie i studiować tam przez semestr lub rok, a oceny, które tam dostaniesz zostaną w większości przepisane do Twojego polskiego indeksu, czyli nie stracisz czasu, a wliczy się on w Twoje studia. Do tego otrzymasz stypendium z Unii Europejskiej na pokrycie różnicy w kosztach życia – np. 300 euro miesięcznie... Wymagana jest dobra znajomość języka, w którym chcesz studiować i przyzwoite wyniki w nauce. Więcej informacji uzyskasz na



swojej uczelni.

- **Internship** – program umożliwiający wyjazd na praktykę po studiach do USA. Praktyka zwykle trwa rok lub 18 miesięcy – przez cały ten czas możesz legalnie żyć i zarabiać w Stanach. Koszt wyjazdu, licząc z pierwszym miesiącem życia, to np. 16 tys. zł (niewielka inwestycja w porównaniu do tego, co można zarobić na miejscu i jak wiele się nauczyć). Więcej informacji znajdziesz np. tutaj:

[http://www.interns.pl/news/37\\_praktyki-internship-usa](http://www.interns.pl/news/37_praktyki-internship-usa)

Poza tymi opcjami, jest jeszcze wiewiele innych – opieka nad dziećmi (Au Pair), praca połączona z nauką angielskiego w Australii, praktyki studenckie załatwiane przez AIESEC czy też wolontariat:

**Możesz wyjechać za darmo do dowolnego kraju świata na 12 miesięcy i jeszcze Ci za to zapłacą.**

Takie niesamowite możliwości daje akcja numer 2 programu „Młodzież w działaniu” - tzw. „Wolontariat Europejski” (dla osób od 18 do 30 lat).

Oczywiście, jest wiele różnych opcji wolontariatu dla ludzi w każdym wieku, ale poniżej opiszemy właśnie tę.

Idea jest prosta. Znajdujesz w kraju, do którego chcesz wyjechać organizację, która potrzebuje wolontariuszy do pracy przy realizowanym projekcie. Może on dotyczyć spraw związanych z ochroną środowiska, edukacją, pomocą osobom niepełnosprawnym itp. - zakres tematyczny realizowanych projektów jest ogromny.

Zapoznaj się z opisem projektu, wymogami odnośnie samego



wolontariusza, aplikujesz (czyli wypełniasz stosowne dokumenty) i wyjeżdżasz - nawet na 12 miesięcy.

Najlepsze w tym wszystkim jest to, że **NIC CIĘ TO NIE BĘDZIE KOSZTOWAŁO**. Za wszystko zapłaci Unia Europejska.

To znaczy, że opłacone masz m. in.:

- koszty podróży (dojazd i powrót, wyrobienie wizy itp.);
- zakwaterowanie wraz z wyżywieniem;
- ubezpieczenie.

W dodatku co miesiąc otrzymujesz kieszonkowe na własne wydatki (ok. 100 euro miesięcznie – wysokość zależy od kraju, do którego wyjeżdżasz).

Po odbyciu wolontariatu, otrzymasz stosowne zaświadczenie, co może być istotne przy ubieganiu się o określone stanowiska. Niech nie zmyli Cię nazwa „Wolontariat Europejski”. Możesz wyjechać do dowolnego kraju świata. Jednak należy liczyć się z faktem, iż im bardziej egzotyczny kraj, tym trudniej może być wyjechać.

Jeśli idea wydaje Ci się co najmniej intrygująca, poznaj szczegóły:

- <http://www.youth.org.pl/index.php/ida/739/> - oficjalna strona programu „Młodzież w działaniu”, którego Akcją numer 2 jest „Wolontariat Europejski”.
- <http://www.jedenswiat.org.pl/index.php?aid=73> – strona jednej z licznych organizacji wysyłających na „Wolontariat Europejski”.



## **Trick ułatwiający życie przyszłemu wolontariuszowi (zwłaszcza jeśli chcesz wyjechać do bardziej egzotycznego kraju)**

Kiedy podejmiesz decyzję, że chcesz wyjechać - i wiesz, do którego kraju konkretnie - jedynym problemem będzie znalezienie organizacji, która może i zechce Cię przyjąć jako wolontariusza. Aby zaoszczędzić sobie czasu na szukanie, wykorzystaj stronę: <http://www.eurodesk.pl>. - na dwa sposoby:

- Skontaktuj się bezpośrednio z organizacją „Eurodesk”, której zadaniem jest pomaganie w takich przypadkach. Poinformuj ich, że chcesz wyjechać do danego kraju, a oni prześlą Ci listę organizacji, które szukają wolontariuszy w danym momencie.
- Zapytaj bezpośrednio innych wolontariuszy na „**FORUM**”.



## A może chcesz tanio poznać swój własny kraj?



Wystarczy skorzystać z możliwości oferowanych przez największą w Polsce organizację turystyczną – PTTK: [www.pttk.pl](http://www.pttk.pl)

PTTK to nie tylko schroniska w górach, ale przede wszystkim mnóstwo różnego rodzaju imprez turystycznych (nie tylko rajdy górskie, ale także spływy kajakowe, zwiedzanie miast, rajdy nizinne i wiele, wiele innych), których celem jest aktywny wypoczynek po pracy i nauce, połączony z poznawaniem naszego pięknego kraju.

Imprezy są typowo turystyczne, więc nie ma tutaj mowy o żadnych luksusach. Za to, ich cena jest niska w porównaniu z ceną podobnego wyjazdu zorganizowanego na własną rękę (są to imprezy grupowe, które uzyskują niższą cenę np. za nocleg niż indywidualny turysta).

**Czy, aby wyjeżdżać na imprezy organizowane przez PTTK, trzeba być członkiem tej organizacji (koszt składki rocznej normalnej: 32 pln)?**

Nie, ale warto nim zostać, jeśli zechcesz wziąć udział w więcej niż jednej imprezie. Koszt udziału w imprezie organizowanej przez PTTK jest zawsze najwyższy dla osób, które nie są członkami. Z kolei członkowie płacą najniższą cenę. Różnica jest tak duża, że zwraca się po jednym – góra - dwóch wyjazdach.

**Jak zacząć?** Na stronie głównej PTTK skorzystaj z:

- wyszukiwarki imprez. **UWAGA:** nie zawiera ona wszystkich imprez organizowanych przed najprzeróżniejsze oddziały i kola.



- wyszukiwarki oddziałów PTTK  
([http://www.turystykadlawszystkich.pl/oddzialy\\_pttk/index.php](http://www.turystykadlawszystkich.pl/oddzialy_pttk/index.php)).

Pierwsze da Ci pogląd w mnogości imprez, które tylko czekają na Twój udział, a drugie pozwoli sprawdzić, czy w pobliżu Twojej miejscowości nie istnieje jakiś oddział PTTK. Jeśli istnieje, wystarczy się z nim skontaktować, aby sprawdzić organizowane bezpośrednio przez ten oddział imprezy.

Jeśli nie istnieje, żaden problem. Zwróć uwagę na te oddziały, które posiadają własną stronę internetową. Zwykle można tam znaleźć spis wszystkich imprez organizowanych przez dany oddział.

Bez względu na to, czy jesteś członkiem PTTK, czy też nie, zawsze możesz wyjechać na dowolną imprezę turystyczną organizowaną przez dowolny oddział PTTK.

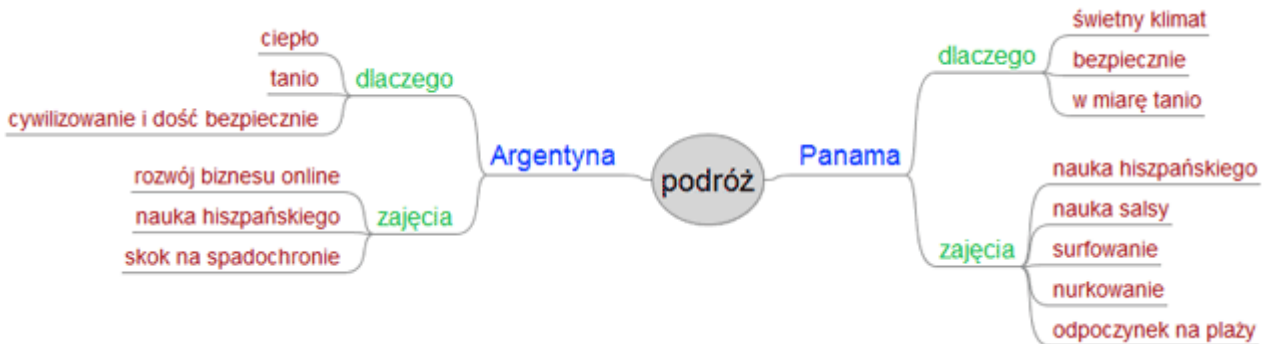


## Dwa kluczowe elementy satysfakcjonującej podróży:



- wybór miejsca,
- wybór atrakcji, zajęć, umiejętności do zdobycia.

Np.:



O tym, jak łatwo dobrać sobie kraj podróży - w zależności od tego, na jakich parametrach tego kraju Ci zależy - mówiliśmy w lekcji nr 2 tego kursu.

Dzięki temu, że dobierzesz sobie do miejsca jakieś ciekawe zajęcia – poznasz przy okazji nowych ludzi i pożytecznie spędzisz czas, spełniając dodatkowo swoje marzenia.



## No dobrze, ale ile to wszystko kosztuje?



Przykładowe koszty w podróży:



- **40 dolarów** - kilkugodzinna lekcja surfowania w Panamie z wypożyczeniem długiej deski;
- **225 dolarów** - kurs nurkowania (3 dni po 8 godz. dziennie, plus materiały i wydanie międzynarodowej licencji „Open Water Diver”) na karaibskiej wyspie, cena zawiera dwa darmowe nurkowania po kursie;
- **770 zł** – zorganizowany skok ze spadochronem, dojazd, nagranie filmu ze skoku na DVD, zdjęcia (Argentyna);
- **1 dolar** – koszt kokosa na wyspie karaibskiej;
- **20 zł** – koszt noclegu w hostelu w Kuala-Lumpur w Malezji (ze śniadaniem i darmowym dostępem do internetu);



- **150 zł** – bilet lotniczy z Singapuru do Kuala-Lumpur w Malezji;
- **ok. 2,5 dolara** – „Papaya smoothie” w Panamie (napój ze zmiksowanego owocu papai, mleka lub wody i kostek lodu);
- **ok. 5500 zł** – zwykły bilet lotniczy z Polski do Australii i z powrotem;
- **1200 dolarów** – intensywny, miesięczny kurs hiszpańskiego w Panama City, 4 godziny dziennie 4 dni w tygodniu, wycieczki, lekcja salsy raz w tygodniu, zakwaterowanie w pojedynczym pokoju, ze śniadaniem, internet;
- **3 dolary** - wypranie średniej wielkości worka ubrań – podobnie w Panamie i Argentynie;
- **ok. 30 zł** – cena doby w centrum Buenos Aires – własny pokój u miejscowej rodziny.



## Ćwiczenie na TERAZ:

Przygotuj sobie plan swojej wymarzonej podróży, wykorzystując poznane dziś informacje. Sprawdź ceny biletów lotniczych, hosteli, zobacz, ile osób może Cię tam przyjąć za darmo dzięki <http://www.couchsurfing.com/>, sprawdź ceny kursów czy różnych zajęć, które chcesz dodać do swojej podróży.

Uzyskasz dzięki temu bardzo konkretną **wizję** wyjazdu i dowiesz się, ile kosztuje spełnienie takiego marzenia – samo to ćwiczenie może dać Ci ogromną motywację, bo okaże się, że realizacja Twoich marzeń jest bliżej, niż kiedykolwiek wydawało Ci się to możliwe!

**To właśnie sprowadzanie marzeń z poziomu „bujania w obłokach” do realizmu konkretnych rozwiązań czy też kwot jest milowym krokiem do ich spełnienia.**



## Ciekawostki



### Cytat:

*„Zapewnienie największej ilości przyjemności możliwie najmniejszym kosztem – to powinno być celem wszystkich ekonomicznych wysiłków.” - Francois Quesnay.*

### Dowcip:

Szkot ożenił się z wdową i po ślubie jedzie pociągiem.

- Gdzie pan jedzie? - Pyta go inny podróżny.
- W podróż poślubną...
- A gdzie żona?
- Ona już była...

- **Zamontuj perlatory i zacznij oszczędzać nawet do 60% zużywanej wody.**

Są to specjalne wylewki, końcówki kranu, pryszniczka itp. - zwiększające optycznie strumień wody poprzez jego napowietrzenie. Pojedynczy perlator potrafi zaoszczędzić - zgodnie z danymi producentów - od 10 do 60% zużywanej dotychczas ilości wody (faktyczna oszczędność zależy od indywidualnej sytuacji).

Przy założeniu, że zużycie wody dla rodziny 4 osobowej w skali miesiąca wynosi 20 metrów sześciennych (tj. 20 000 litrów), oszczędność wody na poziomie 15% (co jest standardowym poziomem przy zastosowaniu perlatorów) daje w skali miesiąca zaoszczędzone 3000 litrów, czyli 3 metry sześciennie wody.



Przeciętna cena 1 metra sześciennego zimnej wody to ok. 3 PLN. Perlatory oszczędzają równie dobrze wodę zimną, jak i ciepłą, tak więc rzeczywista kwota oszczędności będzie o wiele wyższa, niż tu przedstawiamy (w przypadku wody zimnej, miesięcznie - dzięki zastosowaniu perlatorów - w kieszeni zostaje 9 PLN, co w skali roku daje 108 PLN).

Tutaj możesz obliczyć, ile kosztuje ogrzewanie wody dla Twojej rodziny:

<http://energia.eco.pl/DOM/WODA/ZUZYCIE.HTM>

**UWAGA:** przewiduje się, że w 2015 roku metr sześcienny wody w Polsce będzie kosztować średnio 20 PLN, a w Warszawie – nawet 50 PLN. A wtedy zaoszczędzone kwoty wyniosą odpowiednio: miesięcznie 60 PLN / 150 PLN, rocznie 720 PLN / 1800 PLN.

- **Myj zęby, myj się i gol tylko przy zakręconym kranie.**

Na pojedyncze mycie zębów, przy odkręconym kranie, zużywa się niepotrzebnie średnio od 12 do 15 litrów wody. Rodzina 4 osobowa może w ten sposób zaoszczędzić nawet 5400 litrów miesięcznie.

Jak to możliwe? Każda osoba przynajmniej 3 razy dziennie myje się czy też goli itp. Każdorazowo zakręcony kran przy tej czynności to zaoszczędzone 15 litrów. Dziennie daje to 180 litrów (4 x 3 x 15). W skali miesiąca: 5400 litrów, czyli ok. 5,5 metra sześciennego wody. Przekłada się to na zaoszczędzone miesięcznie 16,5 PLN, co daje rocznie 198 PLN.



- **Gotuj, wykorzystując tylko 25% energii zużywanej dotychczas.**

Jak to zrobić? Wystarczy, że zaczyniesz gotować w garnku przykrytym pokrywką, co sprawi, że zużyjesz 4 razy mniej energii, niż gotując w garnku bez przykrywki. Przykrywaj garnek pokrywką zawsze, gdy jest to możliwe i nie podnoś jej częściej, niż jest to niezbędne. Można stosować pokrywki szklane, pozwoli to zaglądać do wnętrza garnka bez niepotrzebnej straty ciepła, powodowanej przez podnoszenie pokrywki.

Warto także pamiętać, że obniżenie temperatury płyty grzewczej przed samym końcem gotowania (czyli przerwanie gotowania, wyłączenie gazu), pozwoli zaoszczędzić energię, nie wpływając w żaden negatywny sposób na wartość przygotowywanej potrawy.

Z kolei do potraw wymagających długiego duszenia warto stosować szybkiwar, który zredukuje czas duszenia, zachowa większą ilość witamin i składników odżywczych oraz pozwoli zaoszczędzić ok. 30% energii.

- **Ogrzewanie pochłania 75% energii wykorzystywanej w domu, stanowiąc zdecydowanie największy wydatek. Można go znacznie zmniejszyć, stosując się do kilku prostych zasad.**

Obniżenie temperatury ogrzewania o jeden stopień daje oszczędność na poziomie 6% energii. Wystarczy, jeśli w pokoju dziennym będzie 20°C, w łazience 22-24°C, a w sypialni 18°C.

W czasie nieobecności w domu przez cały dzień - nie wyłączaj całkowicie ogrzewania. Utrzymywanie stałej temperatury w domu daje większą



oszczędność niż ogrzewanie i chłodzenie na zmianę.

- **Chce Ci się pić?** Zamiast sięgać po napój gazowany, kawę czy puszkę piwa, wybierz zwykłą wodę. Nie zawiera cukru, ma mało kalorii, znakomicie chłodzi, naprawdę gasi pragnienie i jest zdecydowanie najtańszym wyborem.
- **Kiedy tylko masz taką możliwość, zamiast jasnych rzeczy, kupuj ciemne.** Nie widać na nich zabrudzeń, śladów użytkowania, napraw itp. tak jak na jasnych. Dzięki temu ciemne rzeczy dłużej nam służą.
- **Niech karta kredytowa pracuje na Ciebie.**

Jeśli nie masz problemu z używaniem karty kredytowej (tj. spłacasz ją w terminie i jej używanie nic Cię nie kosztuje poza – ewentualną – roczną opłatą), wykorzystaj ją, aby przechytryć bank i zarobić.

Wystarczy, że będziesz nią płacić przez cały miesiąc, a swoją pensję wpłacisz na ten czas na oprocentowane konto oszczędnościowe czy lokatę. Przed końcem okresu bezodsetkowego, wypłacasz pieniądze z konta lokacyjnego wraz z odsetkami, spłacasz nimi zadłużenie na karcie kredytowej, a odsetki są Twoje.

### **Dyżurny Sknerus Kraju uświadamia:**

*„Darmowymi autobusami z hipermarketów można dojechać wszędzie.”*  
(cytat znaleziony w internecie)



W następnej lekcji  
już za tydzień!

## Przekonania, które optymalizują życie

Jak wiesz – jesteśmy zewsząd atakowani przez reklamy i zachęcani do konsumpcji, jako sposobu na osiągnięcie szczęścia. O pewnych potężnych ideach i przekonaniach, które prowadzą do naprawdę szczęśliwego życia, wyeliminowania lęku i stresu powiemy sobie już za tydzień, w następnej lekcji.

Trzymaj się ciepło,  
Paweł Sygnowski i Sebastian Schabowski