

Przygotowanie do mobilności w ramach projektu Erasmus+

Projekt nr: 2026-1-PL01-KA121-ADU-000407376

Kurs: „Bezpieczeństwo cyfrowe i przeciwdziałanie dezinformacji” (Teneryfa, Hiszpania)

Zanim nasza kadra wyruszyła na zagraniczną mobilność na Teneryfę, kluczowym elementem projektu było solidne przygotowanie o charakterze merytorycznym, językowym, kulturowym i psychologicznym. W październiku 2026 roku zrealizowaliśmy kompleksowy cykl zajęć, który zapewnił uczestnikom komfort psychiczny, organizacyjny oraz pełną gotowość do międzynarodowej współpracy.

Na etap przygotowawczy złożyły się trzy kluczowe moduły szkoleniowe:

1. Szkolenie psychologiczno-pedagogiczne.

Zajęcia poprowadziła **Mirosława Wieczorek-Stachowicz** – psycholog i psychoterapeuta. Spotkanie skupiło się na:

- wzmocnieniu kompetencji miękkich i budowaniu silnego zespołu,
- technikach radzenia sobie ze stresem towarzyszącym wyjazdom zagranicznym,
- adaptacji w nowym otoczeniu kulturowym i środowisku edukacyjnym.





2. Intensywny kurs języka angielskiego

Praktyczne warsztaty językowe, prowadzone przez **Jakuba Andrzejewskiego** zostały zaprojektowane z myślą o realnych potrzebach uczestników w podróży. Skupiliśmy się na:

- przełamaniu barier w komunikacji i nabraniu pewności siebie,
- opanowaniu słownictwa niezbędnego na lotnisku, w hotelu oraz w codziennych sytuacjach życiowych,
- nauce radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych i precyzyjnym wyrażaniu swoich potrzeb w obcym języku.







Spotkania w miłej atmosferze pomagały przełamać barierę językową

3. Warsztaty wsparcia kulturowego

Niezwykle cenne spotkanie poprowadził **Salvador Ruiz** – Hiszpan mieszkający w Polsce od 9 lat. Dzięki niemu uczestnicy poznali specyfikę kulturową Wysp Kanaryjskich. W programie znalazły się m.in.:

- zrozumienie lokalnych zwyczajów, tradycji (w tym znaczenia popołudniowej sjesty) oraz dziedzictwa wyspy,
- nauka podstawowych zwrotów grzecznościowych w języku hiszpańskim,

- przybliżenie hiszpańskiej etykiety, otwartości w komunikacji oraz zasad budowania relacji w międzynarodowym gronie.







Odkrywanie tajników lokalnej kultury i obyczajów dzięki bezpośrednim rozmowom z native speakerami to doskonała okazja, by poznać autentyczny styl życia mieszkańców i przygotować się do wyjazdu od strony praktycznej.

Kompleksowe przygotowanie pozwoliło uczestnikom z pełnym spokojem, otwartością i profesjonalizmem przystąpić do realizacji głównego celu projektu na Teneryfie – zdobywania wiedzy z zakresu bezpieczeństwa cyfrowego oraz nawiązywania cennych kontaktów partnerskich.

Tekst: Grażyna Jakubiak

Zdjęcia: Elżbieta Wołkowińska