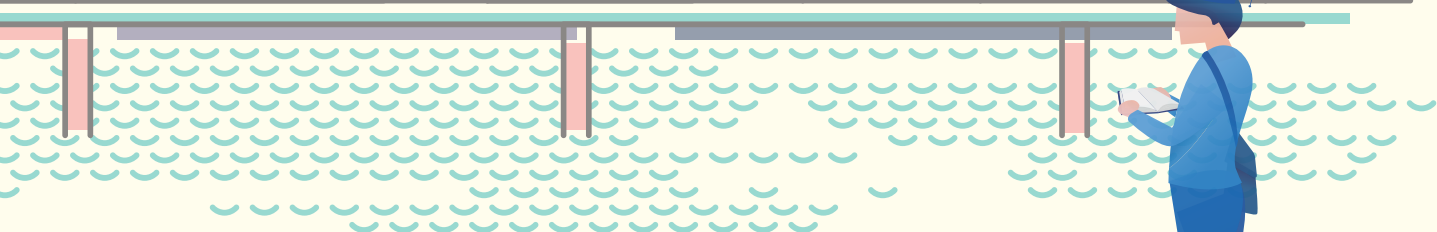




Universitatea
Transilvania
din Braşov



Cum să fii pe **PLUS**
în studenție

Erasmus+



Salut ■ Olá ■ Hello ■ Ciao ■ Hallo ■ Cześć ■ Hola ■ Ahoj

Tradiția Erasmus+ continuă, cu toate provocările și limitările impuse de condițiile sanitare, iar Universitatea Transilvania din Brașov participă activ în program, fiind în cel de-al de 24-lea an de mobilități organizate. Despre Erasmus+ se spune că „schimbă vieți”, „deschide drumuri”, „formează caractere”, „creează amintiri ce durează o viață” și nimic din toate acestea nu este exagerat.

„Recunoașterea studiilor și a stagiilor de practică în străinătate prin programul Erasmus+ este garantată prin reglementări clare”

Prin mobilitățile Erasmus+ studenții pot beneficia de o experiență internațională complexă – studiu și practică – pentru fiecare ciclu de învățământ: licență, masterat, doctorat. Mai mult, acum și proaspeții absolvenți au șansa unei astfel de experiențe. Recunoașterea studiilor și a stagiilor de practică în străinătate prin programul Erasmus+ este garantată prin reglementări clare, astfel încât ceea ce inițial părea o mare provocare s-a transformat

într-o uriașă poveste de succes prin „plusul” de experiență obținută atât la nivel academic cât și personal, pentru o seamă de studenți ce au avut curajul să participe la selecția pentru o mobilitate în străinătate. Universitatea noastră a lansat în urmă cu 4 ani prima ediție a programului „Premiul anului. Mobilitatea Erasmus+”, în care ne-am propus să premiem cea mai performantă mobilitate realizată de studenții universității pe parcursul unui an universitar. Participanții la această competiție redactează testimoniale despre perioada de mobilitate și ce a adus pentru ei în plan personal și profesional această experiență. An de an ne bucurăm să constatăm că ei spun că se reîntorc schimbați în bine, că ar repeta experiența fără șovăire, că plinul de trăiri și cunoștințe acumulate sunt greu de pus în cuvinte. Anul care a trecut a fost un an atipic, dar beneficiarii programului sunt toți niște câștigători. Vă invităm să parcurgeți rândurile următoare pentru a călători alături de ei în Erasmus+.

Profesor dr. ing. Simona LACHE
Coordonatorul instituțional Erasmus+



Universitatea
Transilvania
din Brașov
FACULTATEA DE MATEMATICĂ
ȘI INFORMATICĂ

Informatică aplicată în limba germană
Mobilitate de studiu
Septembrie 2019 – iulie 2020
Austria, FH Technikum Wien

Mădălina Andreea Borota

Erasmus+ este un stil de viață, iar universitatea nu e doar o instituție în care aplici pentru obținerea unei diplome, ci un proiect intelectual, vast, care te pregătește pentru viață și pentru job.



Mobilitatea Erasmus+ încurajează tinerii care s-au obișnuit cu primul an de facultate și care fac performanțe remarcabile, să iasă din "propria bancă", să experimenteze noi provocări academice. Experiența Erasmus+ este o experiență nemaîntâlnită și de neuitat, din care te vei întoarce cu un bagaj plin de cunoștințe noi dar și cu concepții diferite în ceea ce privește modul tău de gândire.

Programul Erasmus+ din punctul meu de vedere a fost și este o provocare frumoasă, pe care am decis să o accept și pot spune că a fost una din cele mai bune decizii luate de mine pe plan profesional.

În primul rând am învățat și am aprofundat o limbă străină la nivel înalt și anume germana. Când am hotărât să aplic pentru mobilitatea Erasmus+ mă

temeam că nu o să pot să fiu înțeleasă, că va fi dificil să mă exprim în altă limbă, alta decât limba mea maternă. Majorității studenților le este teamă de a beneficia de programul Erasmus+, motivul fiind același, bariera lingvistică. FH Technikum Wien mi-a dat șansa de a îmi exersa germana, de a învăța să comunic eficient și elevat într-un cadru organizat, înconjurată de profesori nativi în limba germană, având prezentări și teme aferente.

„am reușit să promovez majoritatea examenelor cu feedback-uri pozitive”

În al doilea rând, am întâlnit probleme în rezolvarea temelor și proiectelor primite de la facultatea gazdă, deoarece gradul lor de dificultate era foarte ridicat și se propunea o altă abordare a proiectelor. Cu toate acestea am dus la bun sfârșit toate proiectele necesare, de asemenea am reușit să promovez majoritatea examenelor cu feedback-uri pozitive din partea profesorilor mei. Am ajuns la performanța de a lua nota 10 la un proiect care urmărește formarea tinerilor studenți pe plan profesional pentru a excela la locul de muncă. Am acumulat o multitudine de cunoștințe despre dezvoltarea unei afaceri, despre cât de mult contează prezentarea aplicației pentru viitorii clienți din punctul de vedere al unui dezvoltator IT.

O altă performanță realizată pe care aș dori să o reamintesc este participarea la un proiect internațional și anume: „Coop International Project-Smart Cities” în care aveau loc întâlniri săptămânale, excursii și ateliere în scopul de a proiecta un concept energetic pentru Kemi Energy, o producție de energie bazată pe surse regenerabile. Proiectul pune în legătură persoane de diferite naționalități într-o echipă, rezultatele așteptate fiind fezabilitatea tehnică și economică a diferitelor sisteme energetice. Fiecare echipă răspunde de un topic specific și anume: ingineria centralei de termoficare cu biomasă, ingineria surselor de energie regenerabile, ingineria rețelei termice/electrice, ingineria sistemelor de stocare a energiei și alimentarea cu gaz.

„am reușit să mă familiarizez cu modul în care se desfășoară un proiect la nivel internațional”

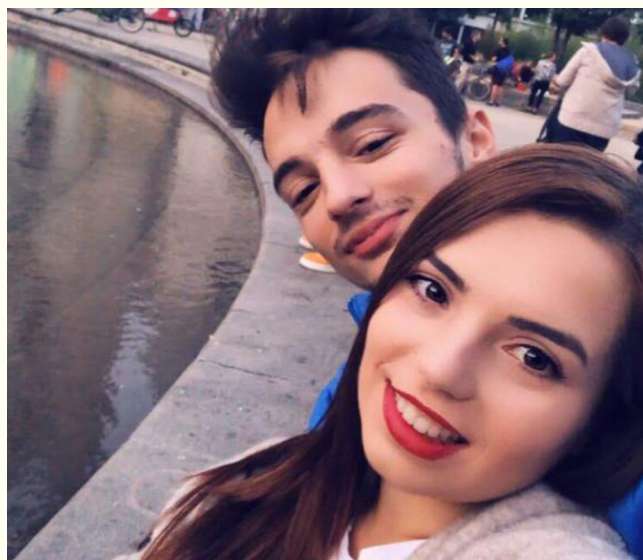
Acest proiect mi-a dat șansa de a performa și pe altă ramură, alta decât ramura informaticii, m-am familiarizat cu bazele ingineriei moderne, mai exact cu producția de energie bazată pe surse regenerabile. Mai mult de atât, proiectul mi-a dat șansa de a lucra cu oameni de diferite naționalități, oameni care mi-au împărtășit din cunoștințele lor și din modul lor de gândire. Prin participarea la workshop-uri am reușit să mă familiarizez cu modul în care se desfășoară un proiect la nivel internațional, etapele prin care trece un proiect până ajunge în faza finală.

În al treilea rând, cel mai important aspect învățat pe care doresc să îl pun în valoare este cultura austriacă. Când am început mobilitatea în țara gazdă îmi era teamă că nu am să mă acomodez cu noul stil de viață. Universitatea gazdă a organizat cursuri de cultură austriacă, cursuri care ne-au introdus în societatea din care aveam să facem parte pe parcursul acestui an universitar. Scopul cursului nu a fost să ne facă să uităm cine suntem, de unde venim sau să ne

transforme în adevărați vienezzi, ci să ne împărtășim fiecare tradițiile și obiceiurile fiecărei țări - mamă cui aparținem. În sală fiind peste 100 de naționalități diferite.

Am învățat să mă comport ca un adevărat cetățean european în societate, am învățat că orice cultură este importantă și să mă acomodez la noul stil de viață, de asemenea am împrumutat din comportamentul, educația, modul de organizare al vienezilor și mi-aș dori să împărtășesc aceste cunoștințe cu viitorii studenți Erasmus+.

În concluzie m-am întors cu un bagaj vast de cunoștințe din experiența Erasmus+. Pot să spun că am reușit să mă dezvolt atât pe plan cultural cât și pe plan profesional în această experiență. Iar din punct de vedere psihologic, această experiență mi-a dat mai multă încredere în mine, m-a dezvoltat ca persoană, persoană care nu ieșea niciodată din anonim. M-a făcut să îmi schimb percepțiile despre studiile la nivel de universitate, universitatea nefiind doar o instituție în care aplici pentru obținerea unei diplome, ci un proiect intelectual, vast, care te pregătește pentru viață și pentru job.





Universitatea
Transilvania
din Brașov
FACULTATEA DE SOCIOLOGIE
ȘI COMUNICARE

Andreea Aurora Chițu

Putem și în pandemie!



Voi începe ca într-o poveste. Era iarnă. Anul II de facultate, licență. Cursul de managementul calității unde doamna profesor de atunci ne povestea despre experiența dânzei Erasmus+ din Norvegia. Țin minte perfect cum ne-a spus: "Să știți că acest Erasmus mi-a deschis toate ușile". Mi-a surâs ideea, însă nu am avut suficient curaj să mă înscriu. Am terminat facultatea și apoi a urmat masterul. Atunci a fost momentul meu să trăiesc experiența schimbului cultural. Am ales Spania, pentru că acolo sunt oameni calzi, primitivi și pentru că eram și încă sunt îndrăgostită de limba spaniolă.

**Masterat, Gestiunea campaniilor de imagine
Mobilitate de studiu
Ianuarie - Iunie 2020
Spania, Universidad de Extremadura**

Am întocmit dosarul, s-a aprobat și.. am plecat! A urmat cel mai interesant, palpitant și iubit capitol din viața mea de student. Am plecat motivată de curiozitatea și dorința de a trăi o experiență nouă și de a-mi testa limitele. Am ales Spania cu gândul la căldura oamenilor de aici și nu m-am înșelat. Am cunoscut o mulțime de oameni frumoși, am călătorit în împrejurimi, i-am vizitat chiar și pe vecinii portughezi, am organizat întâlniri cu studenții, petreceri, cine internaționale, am jucat jocuri de echipă, m-am bucurat de căldură, palmieri, mâncare delicioasă, am testat combinații de gusturi și oh, câte alte lucruri minunate vă pot povesti!

"m-am descurcat foarte bine la toate examenele, sunt mândră de mine"

În ceea ce privește cursurile, mi-am ales să studiez fotografia, montaj video, website design, evoluția reprezentărilor iconice și comunicare audiovizuală și publicitate digitală. Cea din urmă materie m-a făcut să văd cu alți ochi social media și să înțeleg mai bine cum se desfășoară o campanie publicitară. M-am descurcat foarte bine la toate examenele, sunt mândră de mine. Am învățat limba spaniolă și am susținut chiar și prezentări împreună cu echipa mea. Majoritatea cursurilor s-au desfășurat on-line, iar profesorii au fost extrem de înțelegători, oferindu-ne tot

suportul necesar înțelegerii subiectelor predate
în cadrul materiilor alese.

lar acum partea cea mai îndrăgită de mine: prietenii. La început au fost foarte mulți, nici nu le știam numele. În timpul carantinei au rămas mai puțini, neputându-ne vedea, relațiile s-au mai răcit. După ce m-am întors, au rămas însă câțiva cu care comunic zilnic, fie ei din Mexic, Spania, Malta, Italia sau Columbia. Îmi sunt dragi, mă bucur din suflet că sunt "ai mei", că ne scriem și povestim, și că am avut onoarea de a-i cunoaște.

E adevărat că virusul ne-a stricat puțin planurile, însă m-am bucurat să am sprijinul tuturor părților implicate în proiect. Cu Universitatea Transilvania, prin reprezentanții săi, am fost în contact pe toată perioada situației de criză, iar cu fiecare răspuns la întrebările mele m-am simțit tot mai liniștită, știind că este ceva care se ocupă de siguranța noastră.

Nimic nu se compară cu această experiență. O recomand cu căldură, este o oportunitate care schimbă viziuni, "deschide ochii", trezește personalități, și cu siguranță este un punct de reper în sertarul cu amintiri frumoase!

Semnat,

Aurora, o mămică tânără, care are un copil de 3 ani și cu toate implicațiile vieții de părinte, a ales să-l lase în grija bunicilor iubitori pentru 5 luni și să plece cu o bursă Erasmus+, ca să se dezvolte, să "crească" și să mai adauge în sacul experienței cunoștințe care mai apoi se vor reflecta și în educația celui mic.

Îți mulțumesc, Erasmus+!





Universitatea
Transilvania
din Braşov
FACULTATEA DE PSIHLOGIE
ŞI ŞTIINŢELE EDUCAŢIEI

Masterat, Psihologie educaţională, consiliere şcolară şi
vocaţională

Mobilitate de studiu

Octombrie 2020 - Februarie 2021

Polonia, Universitatea Jana Kochanowskiego w Kielcach

Aida Maria Dicu

Erasmus+ versus Covid - Scor 1:0



Am fost mereu curioasă să cunosc alte culturi, iar despre Erasmus+ aflasem că toată lumea venea cu experienţe minunate din mobilitate, aşa că am contactat-o pe doamna coordonator din facultate să primesc mai multe informaţii. Dânsa mi-a vorbit despre partenerii din Polonia, eu necunoscând foarte multe despre acest popor, în afară de faptul că sunt catolici şi mândri de istoria lor. Am aflat că ţara este ofertantă din punct de vedere cultural, universitatea primitoare şi compatibilă cu a noastră, iar colegile mele din facultate care se întorseseră

din Polonia erau foarte mulţumite. Toate acestea m-au făcut să mă decid să aplic pentru mobilitate, chiar dacă situaţia mondială era (şi încă este la momentul scrierii acestei mărturii) bulversată de pandemie.

„am cunoscut oameni de-a dreptul minunaţi”

Am plecat cu gândul că, indiferent de gravitatea situaţiei legate de COVID19, o să încerc să vizitez,



să discut cu oameni noi și să cunosc lucruri pe care nu le-aș fi putut cunoaște în România și așa a fost!

„este o experiență minunată care te face să vezi și altfel de orizonturi”

Am cunoscut oameni de-a dreptul minunați, de la studenții veniți în Erasmus+ ca și mine până la personalul universității gazdă (fie ei profesori, student buddy sau chiar domnul de la intrare la Rectorat). A fost mai complicată interacțiunea cu persoanele necunoscătoare de engleză (și din păcate sunt multe, acesta fiind principalul minus care m-ar opri să mai merg vreodată în Polonia fără un cunoscător de poloneză), însă faptul că m-am înscris la un curs de poloneză gratuit, făcut de un profesor de treabă, m-a făcut să pot înțelege câteva cuvinte fără să folosesc mereu Google Translate. Mobilitatea Erasmus+ este o experiență minunată care te face să vezi și altfel de orizonturi, să înțelegi diversitatea umană, să conviețuiești fără ajutorul părinților (asta dacă nu o faci deja), te ajută să îți îmbunătățești stima de sine, iar dacă ești o persoană introvertită te va face să ieși din propria carapace, lucru de folos pe viitor.

„astfel de experiențe te schimbă, cel puțin pe mine m-a schimbat”

Mi-a plăcut, de asemenea, și faptul că am putut să călătoresc pe cât posibil, am fost în vizită chiar și la un cabinet de psihologie într-un oraș diferit față de cel unde învățam, asta la invitația profesorului de la clasă. Profesorii au fost mereu înțelegători, colegii au încercat mereu să mă

ajute, am primit informații atât din România cât și din Polonia atunci când le-am cerut, condițiile de trai sunt mult mai ridicate decât în România, iar faptul că primești finanțare pentru a învăța în altă țară mi se pare o super oportunitate. Studenții de acolo care vor veni în ajutorul tău sunt de nota 10, fiecare dintre ei dorind să îți facă șederea cât mai frumoasă.

Am mâncat pierogi (un preparat specific lor constând în niște gogoși pe care le fierbi sau le tragi puțin la tigaie având diferite compoziții, fie ele dulci sau sărate), am învățat colinde în poloneză (fără ajutor nu cred că aș putea să le reproduc). Consider că astfel de experiențe te schimbă, cel puțin pe mine m-a schimbat și de abia aștept să pot pleca și cu o mobilitate de practică.

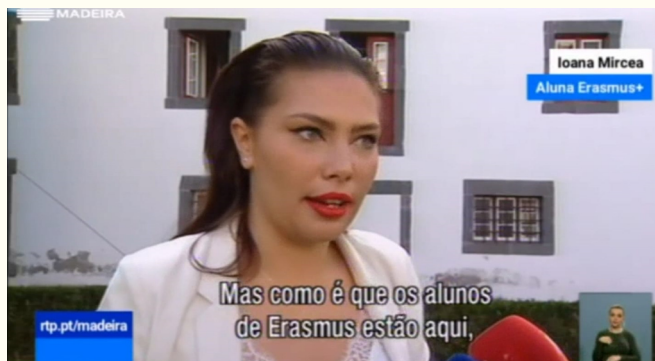


Universitatea
Transilvania
din Braşov
FACULTATEA DE SOCIOLOGIE
ŞI COMUNICARE

Ioana Mircea

Masterat, Gestiunea campaniilor de imagine
Mobilitate de practică
Septembrie - Decembrie 2019
Portugalia, Universida de la Madeira

#studentofmadeira – Cum poate Erasmus+ să îţi schimbe viaţa



Numele meu este Ioana Mircea și am beneficiat de o bursă Erasmus+ de practică la Universitatea din Madeira. Sunt absolventă a masterului Gestiunea Campaniilor de Imagine, din cadrul Facultății de Sociologie și Comunicare a Universității Transilvania. Am 23 de ani și am decis să plec într-o mobilitate Erasmus+ pentru a îmi schimba viața. Am reușit!

Cine și-ar fi imaginat că pornind de la o simplă speranță, experiența Erasmus+ din Madeira îmi va schimba viața și va fi cea mai frumoasă experiență trăită până acum. O experiență care mi-a adus lacrimi de fericire și întrebările: „Cum? Eu? Este un vis?”. A fost un vis inimaginabil de frumos, cu multe surprize extrem de plăcute și magice. Cine și-ar fi imaginat că în trei luni, magia a făcut să apar de trei ori la televiziunea națională a Portugaliei, stația locală din Madeira, RTP

Madeira, că voi fi invitată de jurnaliștii de aici să le vizitez sediul, că voi cânta în emisiunea Madeira Viva a acestui post, că voi descoperi legături între Madeira și Brașov, că voi primi drept cadou o carte în acest sens, de la Guvernul Madeirei cu precizarea „Exma- Senhora Ioana Mircea, Estudante do Programa Erasmus+, UMa”, (trad.n.s. pentru doamna Ioana Mircea, studentă a programului Erasmus+ al Universității din Madeira). Cine și-ar fi imaginat că voi vorbi limba portugheză, că voi avea interviu cu cel mai cunoscut istoric al Madeirei, că voi avea susținerea președintelui Consiliului General al Universității din Madeira, că voi deveni scenarist și regizor, că voi lucra cu un regizor de film, că proiectul meu de practică, scurtmetrajul „#studentofmadeira” va apărea în opt publicații jurnalistice în Madeira, Portugalia și chiar în Spania cu specificația „Ioana Mircea, stagiară Erasmus+, din România a făcut... asta”, că voi participa la cina profesorilor de Crăciun, că îmi voi face mulți prieteni din diferite țări, că în ziua în care voi pleca, voi citi ziarul Jornal da Madeira în aeroport, în care eu voi fi pe a doua pagină, că mă va recunoaște lumea pe stradă „Ioana din România” și că mă voi redescoperi. Nu știu cine, dar eu una, nu...

„Doamnelor și domnilor vă rugăm să vă puneți centurile de siguranță, în 15 minute aterizăm pe aeroportul Funchal”. În 15 minute ajungeam în

capitala Madeirei și începeam o nouă viață. Pregătită? Nu mai conta. Am tras aer în piept și m-am pregătit de aterizare. M-a izbit un aer cald, oameni radianți, 40 de grade și zeci de oportunități! „Am I dreaming?” Nu! Acum începe totul!

„Împreună cu studenții Erasmus+ am mers la petreceri [...] și am creat prietenii”

Prima întâlnire cu mediul academic s-a sfârșit cu un „Bye, Bye, superstar!”, din partea coordonatorului studenților Erasmus+, Fabiano Côrte, după ce a aflat povestea mea și ce îmi doresc să fac în Madeira. Imediat apoi, m-am întâlnit cu profesoara coordonatoare, Margarida Pocinho, care a fost cel mai bun ghid în viitoarea mea viață în Madeira și cu colegii mei. Împreună cu studenții Erasmus+ am mers la petreceri, am descoperit gusturile Madeirei și am creat prietenii. În fiecare săptămână ieșirile se organizau miercuri și vineri. În tot acest grup eram studenți din Polonia, Spania, Cehia, Italia, Ucraina, Olanda, Belgia, Grecia, Slovenia, Slovacia și cinci români, cu care am creat o legătură foarte strânsă.

1 decembrie a fost mai românesc ca niciodată. Pentru că ne era dor de țară, pe 1 decembrie am organizat o masă românească pentru care de dimineața până seara am gătit sarmale, supă, salată boeuf, snitel, ostropel; așa cum ne-am priceput noi. Invitații noștri au fost din Italia, Polonia, Cehia și Madeira. Masa a început cu imnul României, moment în care toți și-au ținut mâna dreaptă în dreptul inimii. Toți s-au bucurat de bucate și de cultura noastră, iar dansul Brașoveanca nu a lipsit din peisaj.

Între timp RTP Madeira a avut în platou o româncă în ie. RTP Madeira difuza pentru prima dată o piesă în limba română, aceasta fiind cântată de mine. De asemenea, am interpretat și în limba engleză și portugheză. Când au auzit limba portugheză, angajații de la RTP s-au strâns în spatele camerelor de filmat și au început să danseze cu mine.

#studentofmadeira a fost proiectul meu de suflet. Acesta este un scurtmetraj de cinci minute, care relevă experiența studenților Erasmus+, în Madeira. El poate fi găsit și pe Youtube. În cadrul acestuia am colaborat cu 10 studenți Erasmus din Cehia, Polonia, Italia, Grecia, Germania și România. Pentru 5 minute am filmat 600 de cadre. Nu am avut timp nici să îmi trag sufletul, dar n-am simțit efortul pe moment, două zile și trei nopți de editare video. #studentofmadeira a fost primul material video realizat de un student Erasmus+, la Universitatea din Madeira. Prezentarea filmului, la Rectorat, pe 4 decembrie 2019, a fost un real succes. Televiziunile mă așteptau să dau interviuri, iar eu nu îmi puteam stăpâni lacrimile de fericire, pentru că reușisem, de la 0, într-o țară străină.

„Até logo, Madeira!”, (Pe curând, Madeira!). Ultimul eveniment a fost cina de Crăciun a profesorilor, la care am participat în calitate de invitat. Toată lumea mi-a felicitat munca. În ziua în care am plecat, după două săptămâni de la prezentarea filmului, în aeroport am cumpărat un ziar, O Jornal da Madeira. Pe a doua pagină eram eu și proiectul meu. Frumos mod al insulei de a-și lua la revedere de la mine. Aceasta a fost experiența vieții mele! Am excelat în domenii necunoscute. Am creat noi prietenii, relații profesionale și am crescut ca om. Cu siguranță, voi spune această poveste tuturor tinerilor care își doresc o minune. Erasmus+ schimbă vieți! Vă mulțumesc!



Universitatea
Transilvania
din Brașov
FACULTATEA DE SOCIOLOGIE
ȘI COMUNICARE

Andreea-Ioana Momoi

„Oriunde ai merge, locul acela devine o parte din tine cumva.” – Anita Desai



În anul 2020, în timpul primului meu an de master, m-am decis să fac pasul cel mare și să aplic pentru o bursă Erasmus+, program despre care auzisem atât de multe laude din partea colegilor mai mari. Nu știam exact spre ce destinație să mă orientez, tot ceea ce știam era că îmi doream nespus de mult să îmi urmez visul de a experimenta studiul într-o țară vorbitoare de limba spaniolă. La îndrumarea unui dascăl din cadrul facultății (cărui îi voi fi mereu recunoscătoare pentru alegerea făcută), am ales ca și destinație orașul Badajoz, situat în Extremadura, Spania.

Zis și făcut! Sosise momentul de a pune totul în valiză: emoțiile, albumul de familie,

Masterat, Gestiunea campaniilor de imagine
Mobilitate de practică
Ianuarie - Iunie 2020
Spania, Universidad de Extremadura

Îmbrăcămintea și nelipsitul aparat foto. Mi-am luat rămas bun de la familie și prieteni pe care urma să nu îi mai văd timp de 6 luni și m-am urcat grăbită în avion, nerăbdătoare de a da start aventurii vieții mele.

Nu am avut nevoie de mult timp pentru a mă acomoda stilului de viață și a mă îndrăgosti de micul Badajoz. Totul era ideal! Amabilitatea oamenilor, temperatura, minunatele peisaje și deliciosul Churros cu care am fost întâmpinați de către Universitate m-au făcut să îmi doresc să opresc timpul în loc încă din primele zile.

Curioasă de cum vor decurge orele la noua Universitate, am pășit în sala de curs. Cu bucurie vă împărtășesc că personalul didactic este foarte prietenos și nu acceptă să i se vorbească cu „dumneavoastră”. Cursurile se desfășoară similar cu cele desfășurate în țara noastră, iar seminarele și laboratoarele se axează întotdeauna pe o parte practică, în colaborare cu diverse companii din regiune. În acest fel studenții pun în practică ceea ce au învățat, pe un client real. Și ghiciți?! Examenele sunt tip grilă!

Cu siguranță sunteți curioși de deliciile culinare și de cum îți poți petrece serile în Badajoz. Ei bine, fiind o regiune în care diversitatea culturală este ridicată, veți putea gusta fel de fel de bucate alese, organizându-se destul de des cine studențești unde fiecare invitat va găti ceva

tradițional. În topul listei mele au fost omleta de cartofi spaniolă, crochetele din Platano (un soi de banană care se consumă întotdeauna prăjită, pe post de garnitură) și Chillaquiles, un adevărat deliciu! Iar în cazul în care ești în căutarea unei recomandări pentru o locație unde poți mânca bine la un preț rezonabil, recomand 100 Montaditos.

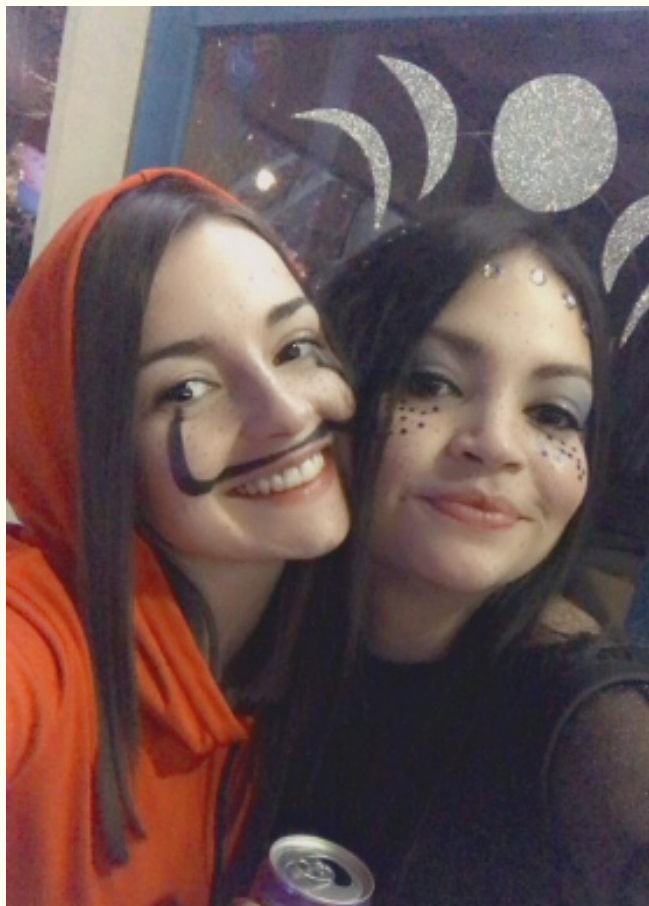
Petrecherile sunt și ele la ordinea zilei. Nu trebuie să îți faci griji din pricina faptului că „ești singur printre străini”. Încă din primele zile vei cunoaște toți studenții Erasmus+ la petrecherile/ evenimentele organizate de ESN (Erasmus Student Network). Îți recomand, dragă viitor student Erasmus+ în Badajoz, să te implici în acțiunile acestei comunități studențești. Pe lângă faptul că vei câștiga experiențe de neuitat, vei avea și anumite beneficii (reduceri în diferite restaurante, intrări reduse la petrecheri, excursii la un preț bun și chiar și bilete de avion cu discount). Un alt lucru pe care nu trebuie să îl ratezi în Badajoz, este Carnavalul. Considerat cel mai mare carnaval din Europa, acesta este declarat în Spania sărbătoare de interes Național, umplând străzile orașelului de veselie și culoare.

„Erasmus+ îți va deveni o a doua familie”

Așadar, Erasmus+ este mult mai mult decât o simplă experiență de studiu. Erasmus+ îți va deveni o a doua familie, familie pe care îți vei dori să o păstrezi mereu alături. Veți învăța împreună, veți călători împreună, veți petrece împreună, iar în cazul nostru, am trecut și printr-o pandemie împreună. Momentul despărțirii este foarte dificil, urmat uneori și de depresia post-Erasmus. Nu vă faceți griji, veți depăși acest moment, aveți nevoie doar de câteva săptămâni pentru a vă relua rutina.

După 5 luni de la finalizarea experienței Erasmus+ în Badajoz, pot spune că nu regret nicio clipă că am făcut această alegere, chiar și în condițiile pandemiei. Am trăit experiențe minunate, am cunoscut oameni minunați și sper din tot sufletul că într-o bună zi îmi voi putea revedea atât ce-a dea doua familie, cât și minunatul apus din Badajoz.

Vivat Erasmus!





Universitatea
Transilvania
din Brașov
FACULTATEA DE PSIHLOGIE
ȘI ȘTIINȚELE EDUCAȚIEI

Psihologie Mobilitate de practică Martie - Mai 2020

Cehia, Centrul Internațional pentru
dezvoltarea persoanei din Praga

Simona Moscu

Acum ori niciodată:
Experiența Erasmus pe care mi-o dorisem încă din timpul primei facultăți.



Există șanse care se reîntorc și bursa Erasmus+ a fost una dintre ele. După un parcurs profesional cu multe provocări, implicând reconversia profesională din domeniul economic în domeniul psihologic, am revenit la dorința de a trăi experiența unei mobilități Erasmus pe care o ratasem în timpul primei facultăți. Așa am ajuns să aplic pentru o bursă de practică într-un centru de psihoterapie centrată pe persoană, din Praga.

Când spun Praga am în minte: procesul, locul și timpul. Toate întâlnindu-se în dimensiunea persoanei.

Procesul: o adevărată călătorie terapeutică, atât în spațiul centrului de psihoterapie, cât și în

întregul lanț al momentelor de tip catharsis care au completat experiențele din planul practicii clinice. **Devenire.**

Locul: unul dintre leagănele culturii europene, unde am întâlnit pe rând mari nume: Smetana, Dvořák, Mucha, Comenius, Kafka, „tablouri” arhitecturale în stil rococo, baroc, gotic și file de istorie contemporană și antică. Alături de acestea, mica comunitate românească (și legăturile de prietenie care au continuat și după revenirea în România), evreiască, germană și grecească. **Multiculturalism.**

Timpul: aș putea îndrăzni să spun, momentul în care s-a scris o nouă pagină de istorie la nivel mondial, prin ceea ce va rămâne probabil consemnată ca fiind „Pandemia Covid-19”; timp ce a devenit complementar în egală măsură cu procesul și spațiul.

Pașii premergători întâlnirii cu familia Roes, conducătorii Centrului de terapie centrată pe persoană din Praga, s-au petrecut în capitala propriei țări, prin înscrierea la stagiul de formare în cadrul Asociației Române de Psihoterapie Centrată pe Persoană, care transmitea salutări prietenești în capitala Cehiei. M-am simțit deopotrivă ambasador Erasmus și ambasador rogersian. Probabil că prima și cea mai interesantă sarcină din cadrul stagiului de practică în centrul de psihoterapie a fost înțelegerea și descoperirea condițiilor de bază

(empatie, congruență, acceptare pozitivă necondiționată) și observarea concretă a vieții de zi cu zi a unui terapeut. A fost o piatră de temelie pe care simt că am început să construiesc un întreg demers investigativ ulterior, un set de valori fundamentale: simplitate, modestie, răbdare, autenticitate și dorința sinceră de a înțelege; de a înțelege realitatea imediată, nu ceea ce mi-aș putea imagina că ar fi această realitate.

O altă sarcină la fel de provocatoare a fost descoperirea conceptului de "spațiu" în cele mai diverse abordări: spațiul personal în cadrul terapiei de grup, spațiul pe care îl acordam activităților în programul de practică (spațiul devenind astfel o cheie de organizare a timpului), spațiul în interacțiunile cu ceilalți membri ai centrului (psihoterapeuți, clienți și voluntari). Două experiențe generale în care abstractul a devenit concret.

„dacă recomand programul Erasmus? Răspunsul simt că este unul foarte simplu și hotărât: Da!”

Frumoase și bogate au fost și sarcinile de echipă care au început într-un grup de stagiați în trei și după primul val de avertizare Covid-19, când granițele au început să se închidă, au continuat în doi (colega de mobilitate Erasmus din Turcia alegând repatrierea). Am început cu sarcinile administrative, sesiuni de discuții cu directorul centrului și cu ceilalți terapeuți despre diverse intervenții și abordări terapeutice, studii de caz, directivitate vs non-directivitate, precum și schimburi de experiență academică și culturală cu ceilalți doi stagiați, la confluența a trei etnii: turcă, evreiască și română.

Din nou multiculturalitate; tablou ce avea să se întrească prin întâlnirea în cadrul sesiunilor de supervizare și terapie de grup cu alte șase etnii: cehă, poloneză, italiană, franceză, greacă și

americană.

Realizările și experiențele de echipă au continuat prin participarea la un training introductiv despre terapia rogersiană, cu simularea unor sesiuni de terapie și supervizare, conceperea unui plan de organizare a unui curs de formare de doi ani, precum și testarea colaborării și cooperării în activități concrete: aprovizionarea centrului, organizarea camerei voluntarilor și a unui tur în cartierul evreiesc.

Stagiul s-a încheiat cu o mică reuniune de „La revedere” în aceeași notă de deschidere europeană cu care a și început, prin realizarea unui tur virtual pe urmele primului Simpozion european de terapie non-directivă organizat chiar de familia Roes; imaginea cu care plecam din Praga în legătură cu abordarea centrată pe client era în fond un nou început, o perspectivă care se lărgea.

Dacă recomand programul Erasmus? Răspunsul simt că este unul foarte simplu și hotărât: Da! O șansă de a descoperi noi orizonturi din perspectiva domeniilor de interes personal și profesional, de a cunoaște noi abordări culturale și persoane care împărtășesc aceleași valori, fiecare cu năzuințele sale.

Mulțumesc echipei Erasmus din cadrul Universității Transilvania și coordonatorilor din instituția gazdă, familia Roes - o lecție de profesionalism, omenie și firesc, familiei mele, prietenilor vechi și noilor prieteni, de pe meleagurile cehe, profesorilor, precum și managerilor mei care au susținut această experiență.

Erasmus a fost această punte de legătură și continuitate. Oportunitățile sunt la fiecare pas. Este nevoie de vedere și acțiune.



Universitatea
Transilvania
din Braşov
FACULTATEA DE MEDICINĂ

Bogdan Radu Necula

Să particip în programul Erasmus+ a fost cea mai bună decizie.



Cześć!!

Numele meu este Bogdan-Radu Necula și sunt student în anul V la Facultatea de Medicină, iar pe parcursul anului universitar 2019-2020 am participat în programul Erasmus+ primind o bursă de studii în cadrul Universității Medicale din Varșovia (Medical University of Warsaw – MUW). Din păcate pandemia a dus la sistarea activităților mai repede decât era plănuțit, însă pot spune că în cele 5 luni petrecute în Varșovia am avut parte de experiențe incredibile atât în plan profesional, cât și în plan personal.

Witaj w Warszawie!!

Mutatul la Varșovia a adus de la sine și primele încercări, adaptarea la viața de cămin și orientarea într-un oraș nou. Pentru prima dată

Medicină

Mobilitate de studiu

Octombrie 2019 - Iunie 2020

Polonia, Medical School of Warsaw

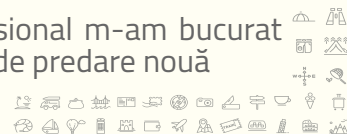
plecat de acasă pentru o perioadă așa lungă, căminul studentesc avea să fie locul unde am realizat cele mai multe prietenii. Fie că vorbim de colegul de cameră, Manuel, sau grupul de prieteni (din Germania, Slovenia, Croația etc.) am devenit precum o familie și am desfășurat mai multe activități împreună: excursii, seri culinare (uneori cu temă națională), tururi turistice, seri de film, petreceri, concerte, am sărbătorit Crăciunul împreună etc. Aceasta este chintesența mobilității Erasmus+, să cunoști oameni noi, să legi noi prietenii, să înțelegi cultura prietenilor tăi (și cum să faci asta mai bine dacă nu la un mic dejun cu specific turcesc, un prânz cu specific polonez sau o seară cu tematică franțuzească).

Jestem Bogdan!

Aș putea spune că m-am întors acasă cunoscând mulți oameni noi, de toate vârstele, cu experiență profesională foarte importantă pentru viitor și cu o nouă limbă străină în portofoliu. Limba poloneză este dificilă, dar învățând-o am câștigat câțiva prieteni, atât în cadrul profesional (la spital), cât și în momente informale (la un concert jazz).

*„noii colegi de facultate te vor primi
cu brațele deschise și este super ușor
să te integrezi”*

Din punct de vedere profesional m-am bucurat de încercarea unei metode de predare nouă



„timp de 3 luni am reușit să ajut
activ echipa de medici din acest
spital”

ce am învățat, în cadrul operațiilor. Timp de 3 luni am reușit să ajut activ echipa de medici din acest spital, și probabil aș fi continuat până la finalul mobilității, dar situația epidemiologică a sistat activitatea voluntară. Datorită dedicației am primit invitația să revin la Varșovia cu ajutorul unei burse Erasmus+ pentru practică.

Am reușit să vizitez Varșovia, un oraș multicultural, plin de surprize – găsierea tuturor picturilor murale mi-a ocupat sâmbete la rând, dar a meritat. Serile de joi, când într-un local se cânta jazz improvizat și oricine putea participa, au fost inegalabile. Excursiile au culminat cu o plimbare de un weekend pe timp de iarnă la Zakopane. **Na zdrowie!**

Mobilitatea a fost un rollercoaster: prietenii noi, comunitate nouă, activitățile culturale, cursuri interesante și formare profesională extracurriculară; îndeajuns de multe întâmplări încât să îți dorești să o mai faci o dată. Concluzionând, să particip în programul Erasmus+ a fost cea mai bună decizie, am avut foarte mult de câștigat. De abia aștept să revin în Varșovia, un oraș care m-a făcut să mă simt ca acasă.

Dziękuję bardzo!!



Elena Piticea

Erasmus+ este schimbarea pe care o cauți



De obicei, studenții se așteaptă ca mobilitatea să reprezinte acel lucru pe care străinii îl numesc "the time of their lives". Și eu mă regăsesc în această categorie, deoarece plecarea în Germania la LMU mi-a schimbat viața. Îmi doream nespus de mult să plec din Braşov, iar Erasmus+ reprezenta cea mai bună opțiune a mea. Simțeam o mare nevoie de a studia la o universitate străină atât de prestigioasă ca LMU și să mă familiarizez cu viața de student într-o altă țară europeană. Așadar, Erasmus+ a reprezentat un ajutor capital pentru mine. Deoarece specializarea mea principală este limba română, puteam alege doar între Spania și Germania, respectiv Granada și München. În timp ce m-am documentat și am văzut cât de frumos este München-ul în poze, am simțit clar că acolo vreau să merg. Mai ales că Germania reprezintă o

Limba și literatura română, limba și
literatura engleză

Mobilitate de studiu

Octombrie 2020 - Februarie 2021

Germania, LMU München

a forță europeană de admirat.

Știam că limba germană este o limbă grea și că nemții apreciază berea foarte mult. Auzisem de echipa de fotbal Bayern München, BMW și Angela Merkel. Bineînțeles, la urechile mele au ajuns și zvonuri nefondate despre caracterul rece al nemților sau reticența lor față de istorie. Oricum, știam că Germania este un model din multe puncte de vedere.

*„fiecare zi petrecută în München
reprezenta pentru mine, mai mult
sau mai puțin, un vis împlinit”*

Bineînțeles, din cauza pandemiei, totul a fost mult, mult mai greu. Și cu toate acestea, mă bucur enorm că am avut ocazia să trăiesc și să studiez acolo. Pot spune că München-ul a devenit a doua mea casă. M-am familiarizat cu experiența de student într-o țară străină, călătoritul prin Europa, un sistem academic diferit, mentalități occidentale și socializarea în cercuri internaționale. Fiecare zi petrecută în München reprezenta pentru mine, mai mult sau mai puțin, un vis împlinit. Orizonturile mele s-au lărgit considerabil, iar asta se datorează faptului că am avut curajul să plec, deși mi se spunea să stau acasă. Recomand Erasmus+ cu cea mai mare încredere, dar, de preferat, în timpuri fără pandemie. Oricum, chiar și cu pandemie, tot așa lua mobilitatea de la capăt. Sunt plină de recunoștință față de acest program european.



Universitatea
Transilvania
din Braşov
FACULTATEA DE PSIHLOGIE
ŞI ŞTIINŢELE EDUCAŢIEI

Nicoleta Roncea

Mobilitatea Erasmus+ m-a învăţat să iubesc viaţa



Există un moment, o perioadă, un eveniment în viaţa fiecăruia care ne schimbă perspectiva, modul de viaţă, modul de gândire; acea perioadă pentru mine a fost acum un an, în mobilitatea mea Erasmus+. Am plecat timidă, fără gânduri măreţe, inconştientă de ceea ce avea să mă aştepte, dar la întoarcere, familia, colegile de la facultate şi prietenii au reîntâlnit o fată încrezătoare, dornică de a cunoaşte lucruri noi, mult mai deschisă şi plină de viaţă.

Ţara care m-a găzduit timp de şase luni a fost Italia, mai exact oraşul Florenţa, oraşul renaşterii. Oriunde mă duceam în acest oraş vedeam artă, cultură şi istorie, iar faptul că am putut îmbina aceste trei elemente cu educaţia mea m-au ajutat să înfloresc, precum un boboc de floare care atunci când primeşte elementele necesare, înfloreşte în toată splendoarea. Pentru mine asta a reprezentat mobilitatea Erasmus+: perioada în

Pedagogia învăţământului primar şi preşcolar

Mobilitate de studiu

Septembrie 2019 - Februarie 2020

Italia, University of Florence

care am descoperit, m-am descoperit, am legat prietenii, am învăţat, am râs, am plâns şi am călătorit. În puţine cuvinte, am învăţat să iubesc viaţa.

Am început destul de haotic anul universitar deoarece, deşi mi s-a spus să fiu prezentă la facultate din septembrie, am început cursurile doar în octombrie. Iniţial am rămas un pic dezamăgită deoarece eram foarte entuziasmată de a începe, însă am încercat să-mi găsesc alte activităţi care să-mi ocupe timpul. Plecasem din ţară cu gândul de a face parte dintr-o orchestră, sau orice fel de grup muzical deoarece ştiam că Italia este o ţară care oferă oportunitatea de a te dezvolta pe mai multe planuri, muzica fiind foarte apreciată.

Saxofonul meu a fost un lucru esenţial din bagaj. Şi uite aşa, una din activităţile care mi-au ocupat cel mai mult timp a fost cântatul în orchestra universităţii. În prima zi de repetiţii am fost surprinsă să aflu că în orchestra universităţii poate cânta oricine, student, profesor, rector, decan. Acest lucru cred că este una din cele mai importante lecţii pe care le-am învăţat în mobilitatea mea Erasmus+, şi anume faptul că indiferent de vârstă, atunci când ai o pasiune trebuie să o urmezi, ca amator sau profesionist. Faptul că profesorii interacţionau cu studenţii şi în afara orelor de curs prin intermediul muzicii m-a făcut să înţeleg că în Italia să fii profesor este precum un dans, iar dansatorii buni pot influenţa mişcarea partenerului lor în cele mai blânde

Însă, cred că cel mai important lucru din toată experiența mea cu orchestra este faptul că am continuat să ținem legătura chiar și după mobilitatea Erasmus+. În perioada de urgență din cauza virusului Covid-19, dirijorul s-a gândit să aducă bucurie în sufletele oamenilor și am fost foarte bucuroasă când mi-au propus să cânt și eu alături de ei: cu căștile în urechi, ascultând îndrumările dirijorului, am cântat partea noastră din piesă pentru ca la sfârșit unul din membrii orchestrei, să pună împreună toate părțile și să creeze un videoclip, pe care l-am postat pe pagina oficială a Universității, pe Facebook și alte rețele de socializare.

„cine găsește un prieten găsește o comoară“

Experiența din punct de vedere cultural și social a fost și mai bogată datorită asociației AEGEE (Association des États Généraux des Étudiants de l'Europe) și a colegelor de apartament vietnameze. În timpul interacțiunii cu cei de la asociație cât și cu colegele vietnameze mi-am dat seama cât de mult contează să ai un prieten, să te poți baza pe cineva, deoarece așa cum se zice și în filmul italiano-american „Cine găsește un prieten găsește o comoară”. Datorită faptului că m-am simțit foarte bine cu asociația AEGEE mi-am propus să mă implic și în România în asociația ESN Brașov (Erasmus Student Network). Consider că dacă nu aș fi cunoscut studenții din AEGEE nu cred că ar mai fi avut același impact asupra mea această mobilitate. Iar ceea ce pe mine mă face să mă simt mândră este faptul că mobilitatea mea Erasmus+ are o continuitate și în România.

Educația de care am avut parte în cadrul Universității din Florența a fost echilibrată și multilaterală. Ceea ce mi-a atras mie atenția a fost încurajarea de către profesori a combinării abilităților cognitive cu caracterul practic și abordarea interdisciplinară. De exemplu, la cursul despre metodele de predare-învățare, doamna profesor a abordat o metodă inovativă, și anume teatrul. Am fost împărțiți pe grupe și repartizați la o clasă de gimnaziu unde a trebuit să aplicăm un scenariu, să devenim niște adevărați actori în fața copiilor și ei, la rândul lor, să joace teatru pe o piesă din literatura pentru copii. A fost o adevărată experiență de la care am avut multe de învățat deoarece am vrut să ies din zona mea de confort și le-am rugat pe colegile mele de grupă să-mi încredințeze mie rolul de lider. Un lucru important pe care aș vrea să-l menționez este faptul că datorită acestui curs eu am decis să-mi fac lucrarea de licență pe tema art-terapiei prin teatru pentru copiii cu dificultăți de integrare într-un colectiv.

Totodată, Universitatea din Florența mi-a oferit o educație unică prin posibilitatea de a intra gratuit la muzeele din oraș (Uffizi, Galleria dell'Accademia, Palazzo Vecchio, Cappella dei Medici). Această oportunitate cred că ar trebui să o primească fiecare elev/student în parte, deoarece „a educa mintea, fără să educi inima, înseamnă a nu educa deloc” (Aristotel).

Cu siguranță că au fost și momente grele în mobilitatea mea Erasmus+, eșecuri și greșeli însă am învățat că schimbările care se nasc din eșec au loc la un nivel mai profund.

Mesajul lui Nietzsche către noi este de a ne trăi viața în așa fel încât să fim dispuși să repetăm la infinit această viață, iar eu cu siguranță nu regret alegerile pe care le-am făcut până în prezent și mă bucur că mobilitatea mea Erasmus+ a decurs așa cum a decurs.



Universitatea
Transilvania
din Braşov
FACULTATEA DE PSIHLOGIE
ŞI ŞTIINŢELE EDUCAŢIEI

Ana Maria Simulescu

Pe drumul cel bun...



Nu era prima dată când plecam într-o mobilitate Erasmus+, însă entuziasmul şi încântarea unui nou început m-au prins cu putere în mrejele din care nu am mai vrut să mă eliberez. Era noapte când am plecat, însă luna plină ce a mijlocit drumul până la aeroport, mi-a făcut inima să tresalte de siguranţa că mă aflu pe drumul cel bun al creşterii şi dezvoltării de care mă simţeam atât de flămândă.

Proaspăt absolventă a ciclului de master, cu un substanţial bagaj de cunoştinţe, am simţit nevoia de ceva mai mult, de ceva care să îmi dea sentimentul de competenţă în domeniul în care studiasem. Aşa am ajuns la ExAct Malta, agenţie de recrutare italiană, ce debutase pe piaţa muncii în Malta cu mai puţin de două luni înainte de a ajunge eu acolo. Dar asta mi-a conferit

**Masterat, Resurse umane în educaţie.
Formare şi management
Mobilitate de practică
Septembrie - Decembrie 2019
Malta, ExAct Malta- Agenţie de recrutări**

oportunitatea de a învăţa practic de la zero cum se înfiinţează o companie, care sunt provocările cărora trebuie să le faci faţă, care sunt criteriile după care se aleg potenţialii clienţi şi ce strategii concurenţiale se pot adopta de o firmă nou apărută pe piaţă care să garanteze succesul acestora pe termen mediu şi lung.

„zilele petrecute la biroul situat într-una din cele mai grandioase şi turistice zone ale Maltei, au fost de neuitat”

Astfel, sub îndrumarea lui Desiree, prima parte a internshipului a stat sub semnul asimilării de noi cunoştinţe în domeniul resurselor umane şi marketing, cunoştinţe atât teoretice, cât mai ales practice. Zilele petrecute la biroul situat într-una din cele mai grandioase şi turistice zone ale Maltei, au fost de neuitat. Pe lângă rutina cu care reuşisem să mă obişnuiesc încă din prima săptămână, Desiree îşi făcea mereu timp să mă înveţe lucruri ce nu ţineau numai de ExAct Malta, ci şi de o a doua companie pe care ea o conducea în paralel. Am fost invitată astfel să particip în calitate de asistent la multe din training-urile pe care ea le organiza pentru profesori şi traineri din alte state europene, colaborând în mod direct cu agenţii de turism parteneri şi luând parte la sesiuni de instruire.

Lucrurile au luat însă o întorsătură cel puţin



neașteptată spre finalul celei de a doua luni de practică. Din motive personale, Desiree a fost nevoită să părăsească bordul conducerii agenției din Malta, eu rămânând practic singura persoană din firmă ce se afla pe teritoriul maltez. Acesta a fost însă debutul colaborării îndeaproape cu conducerea companiei din Puglia, Italia. Trebuie să admit că primele zile au fost provocatoare.

Deși prinsesem mersul lucrurilor la ExAct Malta, faptul de a fi singură acolo, având responsabilitatea de a face firma să funcționeze în condiții optime în continuare, ținând legătura cu clienții actuali, căutând în același timp noi potențiali clienți și candidați, m-au făcut să ies din zona mea de confort, să capăt mai multă încredere în mine și să devin tot mai organizată și mai atentă la detalii.

Dar cele trei luni de practică nu au însemnat doar mersul la birou și responsabilitățile din spatele proceselor de recrutare, ci au reprezentat o experiență de viață ce cred eu, nu poate fi pusă pe de-a-ntregul în cuvinte, ci doar trăită, savurată. De-a lungul internship-ului am căutat să profit de fiecare oportunitate ce s-a ivit, știind că fiecare experiență în parte mă va crește, mă va îmbogăți, îmi va deschide noi orizonturi.

Una din provocările căreia i-am spus fără echivoc un mare „Da!”, a fost participarea în calitate de voluntar, la competiția Colour My Run Malta-2019. Pe lângă faptul că am colaborat cu oameni deosebiți în cadrul acestei competiții, la final m-am ales cu amintiri memorabile și multă voie bună.

„zilele în Malta au fost multe dar scurte pentru multitudinea de aventuri”

Spre sfârșitul internship-ului, o experiență de care îmi voi aduce mereu cu drag aminte a fost participarea la concursul studentesc ESN-Christmas Tree Contest în urma căruia am câștigat premiului II. Deși am participat la această competiție mai mult pentru a mă bucura împreună cu colegii mei de frumusețea sărbătorilor de Crăciun departe de casă, nu mică mi-a fost mirarea când în noaptea de Anul Nou am fost anunțată drept câștigător. Unul dintre premiile primite a constatat în două bilete de avion dus-întors către oricare din destinațiile oferite de compania aeriană parteneră. Așa se face că vara ce tocmai a trecut m-am bucurat de o frumoasă vacanță de 10 zile pe malurile însorite ale Egeei, în Creta. Mii de mulțumiri!

Ca să mă apropiu de încheiere, zilele în Malta au fost multe dar scurte pentru multitudinea de aventuri, festivaluri și experiențe ce au caracterizat cele trei luni de vară nesfârșită. Fiecare apus, fiecare răsărit, fiecare baie în mare sau săritură de pe stânci, fiecare călătorie, fiecare nouă prietenie, fiecare provocare au fost dovada clară a faptului că nu m-am înșelat...Erasmus a fost decizia care avea să schimbe cursul monoton al vieții mele în ceva măreț, neprețuit!

Pe semne că luna nu m-a mințit...ea chiar mi-a zâmbit a bine și frumos!





Masterat, Management și strategii de afaceri

Mobilitate de practică

Septembrie 2019 - Ianuarie 2020

Spania, Universitat Politècnica de Valencia

Laura-Gabriela Țăpor

Don't be shy, just apply! Erasmus+ este "biletul câștigător".



Erasmus+ nu este doar o bursă oarecare. Erasmus+ este "biletul câștigător" sau "porțița spre adevăr", la care avem acces dacă dorim mai mult de la noi. Această porțiță odată deschisă, ne oferă ocazia unică de a ne cunoaște cu adevărat, de a lega prietenii cu oameni la care nici nu te-ai fi gândit, în orașe despre care nu ai auzit vreodată, din țări despre care ai învățat doar la geografie. Este despre dorința de a face lucruri pe care nu te-ai gândit vreodată că le-ai face și despre șansa de a trăi momente speciale.

În cazul meu, Alcoy, sau orașul cu peste 20 de poduri, e locul unde a început toată aventura numită Erasmus+, în perioada 2019-2020, pe parcursul a 5 luni. Încă din anul 2 de facultate am început să călătoresc prin diferite țări, uneori singură, alteori cu un grup de prieteni, dar mereu

în gândul meu aveam următoarele cuvinte: "dacă vreodată o să am oportunitatea de a merge în Spania, o să merg pentru o perioadă mai lungă, ca să cunosc îndeaproape cultura, obiceiurile, să învăț puțin din tot ceea ce poate oferi această țară și nu în ultimul rând să îmi perfecționez spaniola", pe care încă de mică o învățam, singură, cu mare drag. Și uite așa, pe ultima sută de metri, în anul 2 de master, am decis să iau taurul de coarne și să mă înscriu, iar la scurt timp am aflat că și o colegă de grupă din facultate optează tot pentru Spania, așa că am mers împreună.

*"cel mai mult m-a impresionat
faptul că se lucra des în echipe"*

Cursurile le-am urmat la Universitatea Politehnică din Valencia, Campus Alcoy. Acolo am întâlnit persoane foarte deschise, colegi super de treabă, materiile au fost pe placul meu. Cel mai mult m-a impresionat faptul că se lucra des în echipe, iar studenții nu erau tentați să caute pe internet soluția. În schimb, purtam discuții pentru a ajunge la cel mai bun rezultat, iar partea amuzantă era când trebuia să alegem un membru al echipei care să vorbească în numele acesteia, și, de cele mai multe ori, colegii mă alegeau pe mine, deoarece mulți aveau teama de a vorbi în public. Dezamăgirea cea mai mare pe care am avut-o (da, așa învățăm să "creștem mari"), dar totodată care m-a motivat foarte tare,

a fost nota 7 la examenul de spaniolă. Am fost atât de tristă deoarece am învățat această limbă din pasiune, dar pot spune mândră, că la finalul mobilității, am obținut un C2 la limba spaniolă.

De ce Alcoy? Aveam mai multe opțiuni la dispoziție, însă am decis că cel mai înțelept ar fi să cer părerea coordonatorului meu Erasmus+. La început eram puțin reticentă, deoarece mi se părea un orașel micuț. Când am ajuns, mi-am dat seama că nu puteam face o alegere mai bună. De acolo era ușor să ajungi în Valencia, în Alicante, la plajă și în multe alte locuri.

Consider că este foarte important să ai o atitudine pozitivă și să fii deschis spre noi provocări. Profesorii apreciază acest lucru, iar tu te simți mai relaxat și totodată îți poți face mai rapid prieteni. Vorbind de profesori, la fel ca acasă, am avut materii la care mergeam cu drag, deoarece profesorul știa cum să ne capteze atenția și ne făcă să înțelegem materia și nici nu simțeam când au trecut cele 150 de minute de curs.

„m-am bucurat că am întâlnit persoane din atât de multe țări, veniți tot printr-o mobilitate Erasmus+“

Adaptarea m-a trecut prin câteva mini-șocuri: când am ajuns, în jurul meu oamenii vorbeau un fel de spaniolă din care nu înțelegeam aproape nimic. Pe urmă am aflat că era, de fapt, "valenciană". Cu shopping-ul, un alt mini-șoc. În weekend nu am găsit niciun magazin deschis. Duminică, pe la ora 15:00 voiam totuși să mănânc ceva și am decis împreună cu colega mea să o luăm la pas, așa ne familiarizăm puțin și cu orașul și poate reușim și să mâncăm. Țin minte că am ieșit din casă, iar străzile erau

complet goale, niciun om pe stradă, niciun magazin sau restaurant deschis. Sincer, ne-am speriat puțin. Într-un final am găsit un restaurant chinezesc, am mâncat și ne-am întors înapoi cu speranța că poate, în timpul săptămânii vom avea mai mult noroc. Alt mini-șoc a fost când am văzut orașelul plin de oameni, magazine deschise, restaurante. Un orașel care duminică părea părăsit, luni era atât de plin de viață. Pe urmă am aflat că cei de acolo respectă cu strictețe orarul de "siesta", și nu o să găsim oameni sau magazine deschise în intervalul 14:00-17:00.

M-am bucurat că am întâlnit persoane din atât de multe țări, veniți tot printr-o mobilitate Erasmus+ ca și noi. Împreună am mers la petreceri, am vizitat locuri pe care puțini turiști le cunosc, am fost la plajă, am mâncat celebra paella, am testat sangria. Desigur, nu am ratat nici caña-tapa-urile organizate de Universitate în fiecare zi de joi, unde ne reuneam toți studenții și formam mese de câte 10-20 de persoane în curtea facultății, ascultam muzică și ne simțeam minunați.

Momentele petrecute acolo m-au făcut să realizez că trebuie să profităm de fiecare moment, să ne asumăm riscuri și să punem în aplicare ceea ce învățăm la facultate. La nici 1 an după încheierea acestei mobilități, am reușit să îmi deschid propria afacere. Totul se poate realiza!

Îmi e dor de acele momente, dar știu că vor rămâne în sufletul meu o viață întreagă și mai știu că acum, după ce ai citit aceste rânduri, ai realizat că ar fi cea mai mare greșeală a vieții tale dacă nu ai pleca într-o astfel de mobilitate.



Universitatea
Transilvania
din Brașov
FACULTATEA DE ȘTIINȚA
ȘI INGINERIA MATERIALELOR

Elena Vulpoi

Spune DA provocării Erasmus+!



Mă numesc Vulpoi Elena, sunt studentă în anul IV la Facultatea de Știința și ingineria materialelor. Sunt o fire ambițioasă, timidă, prietenoasă, dornică de cunoaștere și de a descoperi lucruri noi. Îmi plac activitățile în natură, competitivitatea și jocurile care necesită lucrul în echipă. Sunt o persoană optimistă și deschisă la noi experiențe.

Totul a început cu o întrebare, mai exact în acel moment mi se oferea oportunitatea de a pleca într-o altă țară. Fără a cunoaște toate detaliile, datorită euforiei și a impulsului de moment am răspuns "Da!" cu toată convingerea și cu toată inima.

Odată ajunsă în Insulele Canare, Spania, surpriza a fost imensă, am descoperit o sumedenie de oameni prietenoși, pregătiți tot timpul să-și

Știința și ingineria materialelor
Mobilitate de practică

Septembrie - Noiembrie 2019

Spania, Universidad de Las Palmas de Gran Canaria

ofere ajutorul fără a pretinde ceva în schimb. În toată această perioadă am rămas fascinată de această nouă cultură care mi-a oferit momente de neuitat de care mă voi bucura toată viața.

Mobilitatea de practică Erasmus+ s-a derulat la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria (ULPGC), unde am reușit să acumulez multe cunoștințe noi dar le-am și aprofundat pe cele învățate anterior. Universitatea dispune de o aparatură ultraperformantă care în România nu este momentan accesibilă, ceea ce aduce un câștig pentru mobilitatea mea Erasmus+.

„fie vorba între noi, studenții, reala atracție a acestui program este reprezentată de concertele în aer liber”

Stagiul de practică, mai bine spus stagiul de cercetare, s-a derulat în laboratorul de Nanoscience and Nanomaterials. Am fost surprinsă să vad că practica a constat în implicarea totală în activitățile de cercetare derulate la momentul respectiv în centrul de cercetare din Universitatea gazdă. Astfel, debitarea pieselor la dimensiunea corespunzătoare, pregătirea eșantioanelor pentru analiza metalografică pe echipamentele de tip CNC, cercetarea experimentală a rezistenței eșantioanelor la coroziune prin inducție electrică, determinări experimentale

privind comportarea unor mostre metalice la expunerea în diferite medii corozive, au devenit competențe bine sedimentate în memoria și conștiința mea, competențe necesare oricărui student al Facultății de Știința și ingineria materialelor.

Fie vorba între noi, studenții, reala atracție a acestui program este reprezentată de concertele în aer liber, carnavaluri cu teme specifice culturii lor organizate frecvent în piețele principale.

Îmi aduc aminte cu plăcere de festivalul La Vegueta, un festival gândit pentru noi studenții, unde poți combina o băutură și o porție de tapas (mâncare specifică acelei zone) pentru doar un euro, ceea ce reprezintă o bucurie pentru papilele gustative dar și pentru buzunar. Cea mai bună parte este că te poți bucura de această experiență în fiecare zi de joi. Mobilizarea în campus a fost exemplară, împreună cu toți colegii din campus ne-am organizat petreceri de neuitat, unde dispoziția bună, gustările și răcoritoarele aseasonate cu muzica au creat o comunitate unită dar și prietenii frumoase. În urma acestor socializări, inclusiv partea profesională s-a îmbunătățit, au fost eliminate barierele legate de limbă, de timiditate sau de trac, astfel toate fricile cu care am plecat de acasă au dispărut încă din primele zile.

„această experiență m-a ajutat să mă descopăr, să am încredere în mine și să gândesc dintr-o altă perspectivă”

Să nu uităm de peisajele unice, unde marea se contopește cu muntele, locul unde apusurile și răsăriturile sunt feerice. Pentru iubitorii de munte sugerez Roque Nublo, este o rocă vulcanică aflată la una dintre cele mai mari

altitudini de pe insulă. Cei care-și doresc să se relaxeze la soare, plajele Las Canteras și cele din Maspalomas sunt ideale. O altă bucurie, poate unică în Europa, este reprezentată de dunele din Maspalomas unde am avut ocazia nu numai să văd de aproape cămile dar și să fac o plimbare cu acestea. Să nu uităm de străzile înguste, pietruite, ce te vor ghida în lumea fascinantă de mult apusă, plină de secrete care-ți vor redescoperi afinitățile pentru istorie și te vor îndruma către Casa de Colon, închinată lui Columb, de asemenea Puerto Mogan care este un sat încântător cu o plajă mică, cu flori fermecătoare și poduri peste canale. Alte atracții de neratat sunt orașele Galdar, Agaete, Arucas și Tejeda care păstrează neschimbate părți semnificative culturii lor.

Această experiență m-a ajutat să mă descopăr, să am încredere în mine și să gândesc dintr-o altă perspectivă. Fie că ești student, masterand sau doctorand ar trebui ca cel puțin o dată să experimentezi mobilitatea Erasmus+ deoarece te vei întâlni cu persoane care îți vor contura viața profesională dar și pe cea personală, întâmplări pe care ți le vei aminti cu drag peste anii ce vor trece, momente și emoții unice care te vor surprinde într-una din zilele petrecute în aventura vieții tale.



