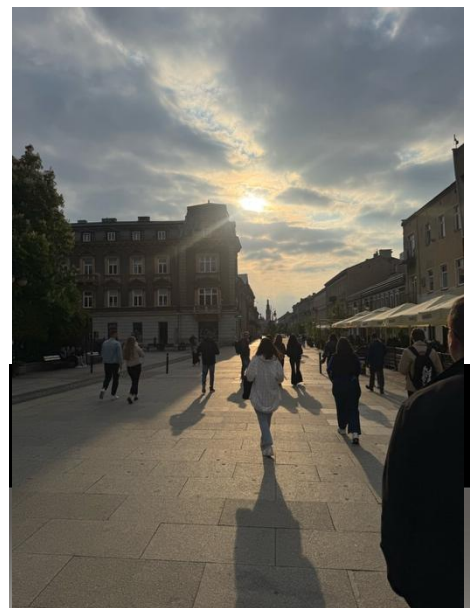
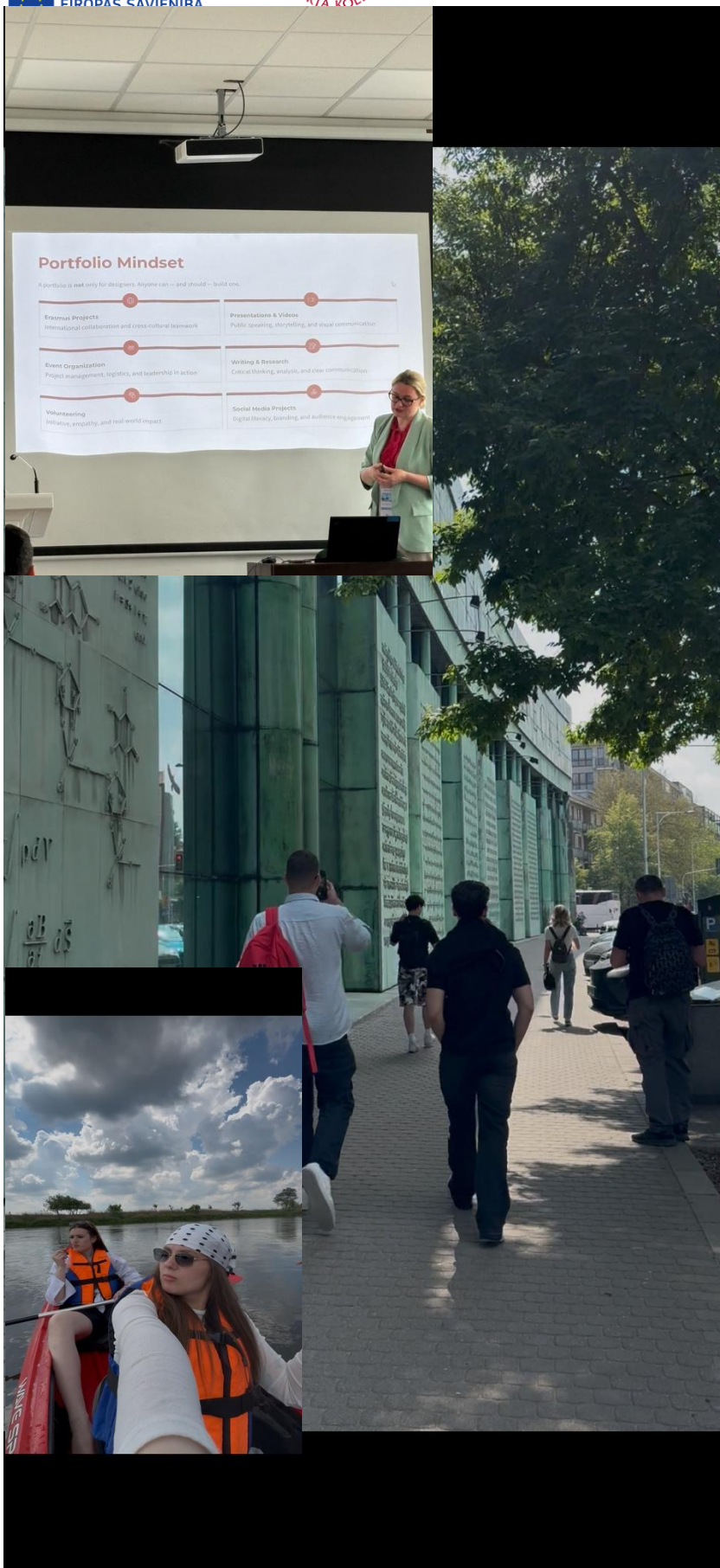


## Studenta pieredzes stāsts

- **Vārds, uzvārds – Juliana Teļežņikova**
- **Nosūtošā augstskola - Alberta koledža**
- **Mobilitātes valsts - Polija**
- **Uzņemošā augstskola/uzņēmums - Radom Academy of Economics**
- **Aktivitāte – BIP studiju mobilitāte**
- **Mobilitātes perioda ilgums - 18.05.2026 - 22.05.2026**

1-2 lappusēs aprakstiet savu Erasmus+ mobilitātes pieredzi brīvā stilā, atbildot uz šādiem jautājumiem:

- Kā jūs uzzinājāt par šo Erasmus+ mobilitātes iespēju?  
Par Erasmus+ programmu uzzināju no mūsu koledžas darbinieka, saņemot e-pastu
- Kā jūs kopumā vērtējat savu Erasmus+ mobilitāti?  
Tā bija mana pirmā pieredze šādā programmā, un es to novērtētu ar 10
- Kāda bija jūsu mobilitāte – ko darījāt, ko mācījāties, kā izskatījās jūsu grafiks, kādi bija pasākumi?  
Mobilitātes laikā tika iegūtas starptautiskas zināšanas par līderību, e-komerciju, uzņēmējdarbību krīzes apstākļos un ilgtspējīga (zaļā) biznesa plānošanu. Tāpat tika attīstītas tīklošanās (networking) un starpkultūru komunikācijas prasmes, sadarbojoties ar studentiem un pasniedzējiem no Polijas, Latvijas, Rumānijas un Kipras.
- Vai jums patika uzņemošā augstskola/uzņēmums?  
Jā
- Kādi bija jūsu galvenie ieguvumi šajā mobilitātē?  
Psiholoģija un cilvēkresursi: Lekcijā par līderības un noturības psiholoģiju guvu vērtīgas atziņas no cilvēkresursu speciālistes par to, kā vadīt komandas, pārvarēt krīzes un kādas prasmes ir svarīgas mūsdienu darba tirgū.  
Ekoloģija: Darbnīcā "Green Business Canvas" padziļināju izpratni par ilgtspējīgu domāšanu un uzzināju, kā ekoloģiskos principus integrēt biznesa modeļos.  
Jauna pieredze un komunikācija: Laivu brauciens (kajaking) sniedza jaunu praktisku pieredzi un kalpoja kā lielisks saliedēšanās pasākums, kas neformālā vidē ļāva iegūt jaunus draugus un zināšanas no citu valstu studentiem.
- Ko vēl darījāt ārpus Erasmus+ mobilitātes (vai bija kāda sociālā programma, kuras vietas apmeklējāt)?  
Mēs bijām boulingā, un pēc tam devāmies kopīgā pastaigā pa šīs pilsētas skaistākajām vietām
- Kādu padomu jūs sniegtu citiem Erasmus+ mobilitātes dalībniekiem?  
Kas noteikti ir jāizmēģina, nebaidoties ne no valodas barjeras, ne no jauniem cilvēkiem



barjeras, ne po jauniem cilvēkiem



## Pievienojiet 5 bildes no Erasmus+ mobilitātes.

Esmu neizsakāmi priecīga un pateicīga par iespēju piedalīties šajā Erasmus+ programmā, jo tā bija ne tikai mācību nedēļa, bet gan vesels piedzīvojums, kas sniedza milzīgu vērtību manai personīgajai un profesionālajai izaugsmei. Šo dienu laikā ieguvu ļoti svarīgas un praktiskas zināšanas par digitālajiem rīkiem un saņēmu vērtīgus padomus no HR speciālistiem par to, kā pareizi veidot savu CV un kam darba devēji patiešām pievērš uzmanību. Izbraukums uz Varšavu bija viens no spilgtākajiem brīžiem, jo lekcija Varšavas Universitātes bibliotēkā izvērtās ārkārtīgi pamācoša gan studijām, gan dzīvei kopumā, savukārt ekskursija pa pašu pilsētu bija ļoti aizraujoša un izzinoša. Tāpat es guvu pilnīgi jaunu un aizraujošu pieredzi laivu braucienā, un šis piedzīvojums man tik ļoti patika, ka es to noteikti atkārtosu un turpināšu laivot arī mājās, Latvijā. Projekta pēdējā diena man bija īpaši svarīga, jo lekcijas par ekoloģiju un finansēm sniedza man jaunas zināšanas un lika pilnībā pārvērtēt visu to, ko par šīm tēmām biju domājusi agrāk. Mājās es atgriežos ar jaunu skatījumu uz pasauli, vērtīgu pieredzi un neaizmirstamām atmiņām.

