

Erasmus+ mobilitātes pieredzes apraksts.

- **Vārds, uzvārds – Laura Bogdane**
- **Nosūtošā augstskola – Alberta koledža**
- **Mobilitātes valsts – Igaunija**
- **Uzņemošā augstskola – Estonian Entrepreneurship University of Applied Sciences**
- **Aktivitāte – BIP studiju mobilitāte**
- **Mobilitātes perioda ilgums – 13.04.–17.04.2026.**

Par Erasmus+ mobilitātes iespēju es uzzināju savā augstskolā – Alberta koledžā, kur tika izplatīta informācija par BIP (Blended Intensive Programme) studiju mobilitāti. Mani uzrunāja iespēja īsā laikā iegūt starptautisku pieredzi, attīstīt profesionālās prasmes un satikt studentus no dažādām valstīm.

Kopumā savu Erasmus+ mobilitāti vērtēju ļoti pozitīvi. Tā bija intensīva, iedvesmojoša un vērtīga pieredze, kas deva gan akadēmiskus, gan personīgus ieguvumus. Programma bija labi organizēta, ar skaidru struktūru un dažādām aktivitātēm – lekcijām, praktiskajiem uzdevumiem un grupu darbiem.

Mobilitātes laikā mēs piedalījāmies lekcijās un darbnīcās par digitālo identitāti, personīgo zīmolu un sociālajiem medijiem. Tika apskatītas tādas tēmas kā LinkedIn profila pilnveide, profesionālā tēla veidošana, “elevator pitch” izstrāde un efektīva komunikācija darba tirgū. Īpaši vērtīgas bija praktiskās nodarbības, kurās analizējām savus sociālo tīklu profilus un uzlabojām tos, izmantojot iegūtās zināšanas. Mācījāmies izmantot STAR metodi, veidot strukturētu pašprezentāciju un lietot “action verbs”, lai uzsvērtu savus sasniegumus.

Mobilitātes grafiks bija intensīvs – dienas sākās ar lekcijām, kam sekoja grupu darbi, diskusijas un prezentācijas. Bija arī individuāli uzdevumi, piemēram, sava LinkedIn profila izvērtēšana un 60 sekunžu prezentācijas izveide. Programma ietvēra arī prezentāciju dienu, kurā dalībnieki demonstrēja savus rezultātus.

Uzņemošā augstskola – Estonian Entrepreneurship University of Applied Sciences – man ļoti patika. Vide bija moderna, atvērta un draudzīga studentiem. Pasniedzēji bija profesionāli, atsaucīgi un spēja radīt motivējošu atmosfēru. Mācību process bija interaktīvs, kas palīdzēja labāk izprast tēmas un aktīvi iesaistīties.

Galvenie ieguvumi no šīs mobilitātes bija jaunas zināšanas par personīgā zīmola veidošanu, uzlabotas prezentācijas un komunikācijas prasmes, kā arī starptautiska pieredze. Es iemācījos, cik svarīga ir digitālā klātbūtne un kā to profesionāli attīstīt. Tāpat ieguvu jaunus kontaktus un sadarbības iespējas ar studentiem no citām valstīm.

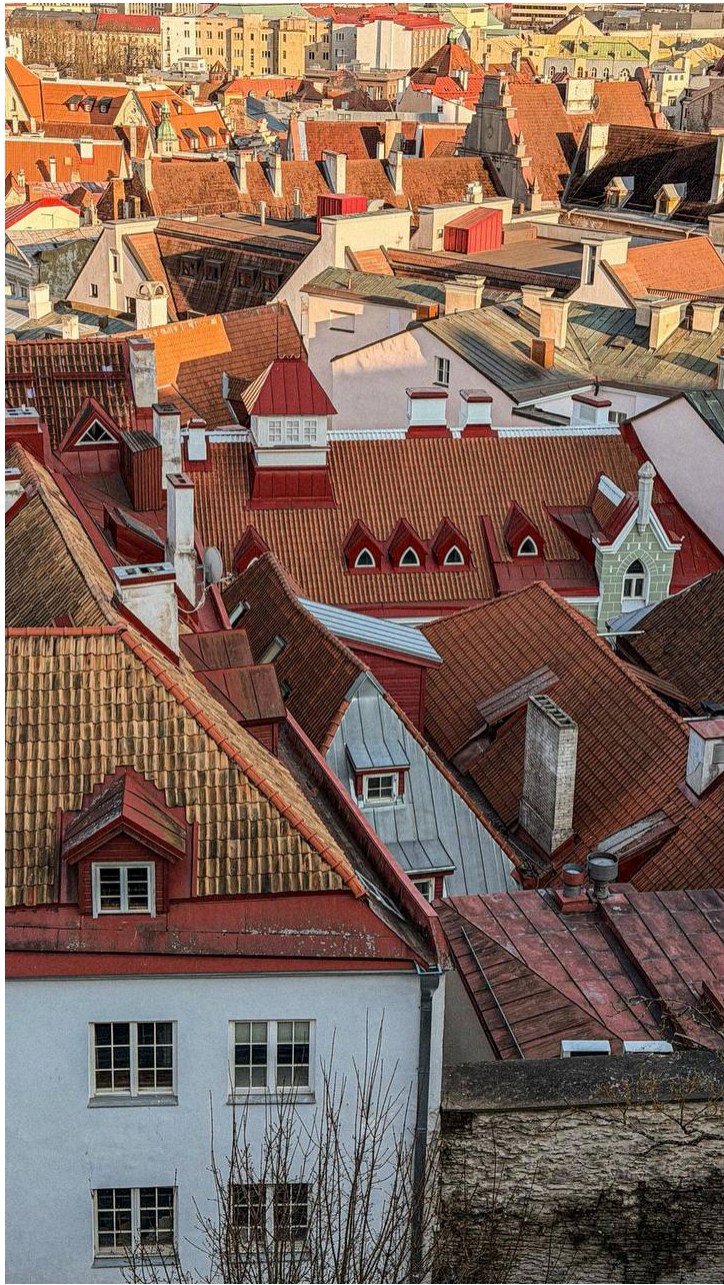
Ārpus akadēmiskajām aktivitātēm mums bija iespēja iepazīt Tallinu. Apmeklēju vecpilsētu, kur redzēju vēsturiskās ielas, arhitektūru un skatu punktus ar panorāmas skatiem uz pilsētu. Tāpat bija kopīgas aktivitātes ar citiem dalībniekiem – pastaigas, neformālas tikšanās un kultūras pieredze, kas veicināja savstarpējo komunikāciju un draudzību.

Citiem Erasmus+ mobilitātes dalībniekiem es ieteiktu noteikti izmantot šādas iespējas. Svarīgi ir būt atvērtam jaunai pieredzei, aktīvi piedalīties visās aktivitātēs un nebaidīties komunicēt ar citiem. Tā ir lieliska iespēja attīstīt gan profesionālās, gan personīgās prasmes, kā arī paplašināt redzesloku.









CERTIFICATE

This is hereby to certify that

Laura Bogdane
from the Alberta College

has participated in ERASMUS+ Blended Intensive Program (BIP)

**Self-Promotion and Employability in the Digital Age.
"Digital You: Building Employability and Personal
Branding in the AI Era"**

at Estonian Entrepreneurship University of Applied Sciences (EE TALLINN15),
Estonia

on 31/03/2026 (virtual mobility) and

13/04/2026 - 17/04/2026 (physical mobility).

Final grade - Pass, 3 ECTS credits



Mari Taalmann
Head of Internationalisation
17/04/2026

