

## Świętokrzyski UTW w programie ERASMUS + finansowanym przez UE

W dniach od 5 do 16 maja 2025 roku grupa piętnastu słuchaczek ze Świętokrzyskiego UTW w Kielcach wzięła udział w zagranicznej mobilności edukacyjnej programu Erasmus+ finansowanej przez UE, realizowanej w ramach konkursu 2024 – KA1 – Mobilność edukacyjna – Edukacja dorosłych na okres obowiązywania 01.10.2024 – 31.07.2025. Partnerem realizowanego projektu „Nowoczesne metody zarządzania w ŚUTW” była organizacja Knowledge, Health&Education z siedzibą w Tolo.

W ramach tej mobilności grupa kadry zarządzającej i liderów naszego stowarzyszenia wyjechała do malowniczej nadmorskiej miejscowości Tolo, na Peloponezie w Grecji. Tam odbyła kurs z zakresu „Efektywnego zarządzania organizacją”.

Celem kursu było doskonalenie kompetencji członków kadry ŚUTW w zakresie zarządzania organizacją, wzrost kompetencji porozumiewania się w języku angielskim oraz postawy otwartości i zrozumienia dla greckiej kultury i narodowości, nawiązanie współpracy międzynarodowej ŚUTW poprzez partnerstwo z grecką organizacją, a także zwiększenie kompetencji kadry ŚUTW w zakresie zarządzania projektami.

**Tolo** – miejscowość letniskowa w Grecji na terenie Argolidy, we wschodniej części Peloponezu. Położona w samym sercu Zatoki Argolidzkiej charakteryzuje się spokojnym, bardzo ciepłym morzem i długą plażą ciągnącą się wzdłuż całej miejscowości.



## Przygotowaliśmy się do wyjazdu



*Zajęcia dotyczące kultury,  
historii i obyczajowości Grecji*

W tym przygotowaniu wcale nie chodzi o to, że się spakowałyśmy i sprawdziłyśmy dokumenty. Do grupowej mobilności w Grecji zaczęłyśmy się przygotowywać kilka tygodni wcześniej zgodnie z wymogami programu Erasmus +.

Brałyśmy udział w zajęciach z języka angielskiego w zakresie słownictwa oraz zwrotów niezbędnych w codziennym komunikowaniu się, słownictwa związanego z tematyką kursu w liczbie 25 godzin.

Odbyłyśmy zajęcia kulturowe mające na celu przybliżenie tematyki związanej z obyczajowością, kulturą, kuchnią oraz zwyczajami panującymi w Grecji – 6 godzin.

Wzięłyśmy udział w zajęciach pedagogicznych mających na celu integrację grupy, doskonalenie umiejętności interpersonalnej, przygotowania do pobytu w odmiennych warunkach, w obcym międzynarodowym środowisku – 8 godzin.

## Poznałyśmy siebie – swoje typy osobowości i predyspozycje



*Na zajęciach teoretycznych w siedzibie White Blue*

Uczęszczałyśmy na zajęcia do siedziby firmy White Blue, gdzie wykwalifikowani specjaliści prowadzili dla nas szkolenie w formie wykładów, prezentacji czy zajęć warsztatowych. Zaczęłyśmy od psychologii. Poznałyśmy – stosowany do dziś a zapoczątkowany przez Hipokratesa – podział ludzi według czterech typów osobowości. Przeszłyśmy też testy, które pomogły określić, jakim typem osobowości jest każda z nas. Przy okazji okazało się, że mamy świetnie dobrany Zarząd, bo znalazły się w nim osoby o pożądanym cechach przywódczych.

Wszelkie zajęcia teoretyczne i praktyczne sprawiały nam przyjemność, ponieważ wszyscy wykładowcy byli niezwykle kompetentni, przyjaźni, entuzjastyczni i stwarzali niesamowicie motywującą atmosferę.

## Uczyliśmy się stosować różne sposoby motywowania oraz rozwiązywania konfliktów



*Kurs ukończył się wręczeniem dyplomów*

Stosowanie motywowania i dbanie o właściwą atmosferę jest ważne dla funkcjonowania każdej grupy społecznej, czyli także naszego Uniwersytetu. Ważne jest, by wszyscy czuli się potrzebni, doceniani i zaangażowani. Służy temu uzmysłowienie sobie hierarchii ludzkich potrzeb, rozbudzenie empatii, przeciwdziałanie wykluczeniu, uczenie tolerancji.

Tworzymy grupę, która umie tworzyć więzi i przyciągać do siebie innych. To bardzo ważne wartości dla misji naszego UTW.

W naszych zajęciach ważna jest nie tylko tematyka. Przy okazji poznajemy różne metody rozpoznawania i wykorzystywania potencjału każdego z członków społeczności.

## Sprawdziłyśmy się w organizowaniu pracy w zespołach



*Podziwiamy nasze dzieła*

W pewnej fazie szkolenia zostałyśmy podzielone na dwie grupy według typów osobowości, bo w zespole każdy typ odgrywa swoją rolę i każdy jest wartościowy. Przywódczyniami grup były nasza Pani Prezes i Pani Wiceprezes.

W konkurujących grupach rozegrałyśmy terenową grę miejską w pobliskiej historycznej miejscowości Nafplio. Polegała ona na orientacji w mieście i wyszukiwaniu wyznaczonych obiektów zabytkowych.

W grupach także wykazywałyśmy się kreatywnością artystyczną – głównie malarską. Tematem naszych prac były wrażenia, jakie wywarła na nas Grecja. Większość z nas skupiła się na zachwycie nad krajobrazem Tolo.

W mniejszych zespołach uczyłyśmy się gry w Tavli – bardzo popularną w Grecji grę planszową – i przeprowadziłyśmy rozgrywkę.

Zajęcia w grupach służyły przede wszystkim nauce organizacji pracy w grupach i angażowania wszystkich, niezależnie od predyspozycji. Będzie to umiejętność bardzo przydatna, wszak na Uniwersytecie głównie tym właśnie się zajmujemy.

## Podniosłyśmy poziom umiejętności w zakresie języka angielskiego



*Zajęcia z języka greckiego prowadzone po angielsku, czyli dwa języki obce równocześnie*

Postugiwaliśmy się językiem angielskim nie tylko w ramach zajęć, ale też w codziennej komunikacji – z obsługą hotelu, sklepach, punktach gastronomicznych itp.

Przed wyjazdem w ramach programu przeszliśmy intensywny 25-godzinny kurs języka angielskiego, który przypominał nam wiele przydatnego słownictwa.

Przed wszystkim pokonałyśmy w sobie pewne lęki i bariery. Okazało się, że całkiem nieźle sobie radziłyśmy w posługiwaniu się językami obcymi, bo przecież i po grecku też trochę potrafiliśmy powiedzieć. W ramach zajęć nauczyłyśmy się bowiem także języka greckiego. Poznałyśmy zwroty grzecznościowe i słowa przydatne w codziennych kontaktach. Postugiwanie się językiem greckim zjednywało nam sympatię tamtejszego otoczenia.

## Doskonaliłyśmy umiejętności stosowania nowoczesnej technologii



*Robiąc zdjęcia, dbałyśmy też o piękne tło*

Umiejętności posługiwania się komputerem czy też korzystanie z wszelkich możliwości smartfona były w naszej grupie na różnych poziomach. Tymczasem program Erasmus+ zakładał głównie komunikację cyfrową – rejestracja, zawiadomienia, ankiety... Poradziłyśmy sobie doskonale. Dzieliliśmy się własną wiedzą, spostrzeżeniami i umiejętnościami. Niektóre z nas w zakresie takiej mobilności nabrało nowych umiejętności.

Założyłyśmy też własną grupę na Whats Appie, w której wymienialiśmy się informacjami, pomysłami i zdjęciami. Sądzymy, że ta grupa pozostanie aktywna nawet po zakończeniu projektu.

Dzięki metodom prowadzenia zajęć miałyśmy też okazję zapoznać się z nowoczesnymi sposobami przekazywania wiedzy.

## Poznałyśmy Grecję – kolebkę kultury europejskiej



*Na Akropolu w upale i po pokonaniu wzniesienia*

To było bardzo atrakcyjne zadanie. Grecja jest piękna, przyjazna, a jej wkład w rozwój kultury i demokracji europejskiej jest niezaprzeczalny. Grecja zachwycała nas pięknem i zdumiewała liczbą zachowanych zabytków i sposobem ich traktowania jako skarbu narodowego.

Nasze spotkanie z antyczną przeszłością zaczęłyśmy zaraz po przylocie od Aten i spektakularnego Akropolu. Wielkie wrażenie zrobiła na nas panorama stolicy z tego wzgórza. W Atenach udało nam się zobaczyć także Stadion Panatejski, Bibliotekę Narodową, Uniwersytet, Akademię i obejrzeć widowiskową zmianę warty pod gmachem greckiego parlamentu.

Po drodze na Peloponez duże wrażenie zrobił na nas Kanał Koryncki, poznaliśmy też jego znaczenie dla gospodarki państwa.

Później zwiedziliśmy też Nafplio – miejscowość nadmorską ważną strategicznie, więc otoczoną starymi twierdzami. W czasie zwiedzania nasłuchaliśmy się wielu mitów, legend, wiadomości historycznych – część z nich pamiętałyśmy jeszcze ze szkoły.

Odwiedziłyśmy także dwie wyspy – Hydrę i Spetses. Płynęłyśmy do nich statkiem wycieczkowym przez przepiękne zatoki.

Ogromne wrażenie zrobiło na nas Epidauros. To miejsce kultu Asklepiosa – boga uzdrowicieli i medycyny, ale także wielkiego nowatora leczenia w starożytności. W Epidauros są pozostałości po wielkim ośrodku medycznym, którego częścią jest też znany amfiteatr.

W pobliżu Tolo zwiedziliśmy ruiny starożytnego miasta-państwa Asini położonego na skalistym półwyspie.

Dzięki wycieczkom przypomniłyśmy sobie historię starożytnej Grecji, ale także poznałyśmy historie jej walk wyzwolńczych spod tureckiej niewoli.



*W Epidauros na scenie słynnego amfiteatru*



*Warsztaty kulinarne – Marija i piętnaście kucharek*

Zwiedzając piękne cerkiewki, zgłębiłyśmy wiedzę o prawosławiu – narodowej religii współczesnej Grecji. Postawy otwartości na inną kulturę oraz poszanowania dla religii i kulturowych wartości nie trzeba było nas uczyć.

Poznałyśmy też Grecję od kuchni, wzięłyśmy bowiem udział w warsztatach kulinarnych, w ramach których nauczyłyśmy się przyrządzać zapiekanekę warzywną briam, tzatzyki, sałatkę grecką z fetą... A na deser zaserwować tradycyjną kawę z tygielka lub wyborną frappe z ubijanej na krem kawy instant... Nowością dla nas były też niektóre dania podawane w hotelu.

Oczywiście w ramach poznawania kultury Grecji nie mogło zabraknąć tańca! Miałyśmy krótki kurs tańca zorba, choć trzeba przyznać, że w szybszym rytmie plątały nam się nogi.

## Poznałyśmy środowisko naturalne i przyrodę Grecji



*Na plantacji aloesu – niesamowite okazy*

Grecja, która kojarzy nam się głównie z pięknymi wybrzeżami, to bardzo górzysty kraj. Skaliste góry porośnięte kolczastymi zaroślami niezdadne są do upraw i turystyki. Gdy któraś z nas spytała Greczynkę, jak nazywają się góry wokół Tolo, dostała odpowiedź, że nie mają nazw, bo tyle ich jest... Klimat i upór Greków czyni z tego nieprzychylnego terenu krainę zielonych upraw. Ciągłe mijaliśmy gaje oliwne, winnice, sady z dojrzewającymi cytrusami.

Odwiedziłyśmy ogromną plantację aloesu i zapoznaliśmy się z właściwościami kosmetyków z niego wytwarzanych. Zwiedziłyśmy winnicę Patrizzi Atkinson i poznałyśmy cykl technologiczny wytwarzania wina gronowego.

Największe wrażenie zrobił jednak na nas pobyt w zwykłym gospodarstwie wiejskim. Przyjmowane przez gościnnego gospodarza rozkoszowałyśmy się sielską atmosferą. Chodziłyśmy wśród oliwek, biesiadowałyśmy pod rozłożystą morwą w otoczeniu zwierzaków i ptactwa domowego.

Ciekawość budziły w nas rośliny nieznane w naszym klimacie, na temat których starałyśmy się zdobyć informacje. Przy okazji mogłyśmy docenić panującą w Grecji dbałość o ekologię.



*W sielskiej atmosferze greckiej wsi*

## Wypoczęłyśmy i poprawiłyśmy kondycję



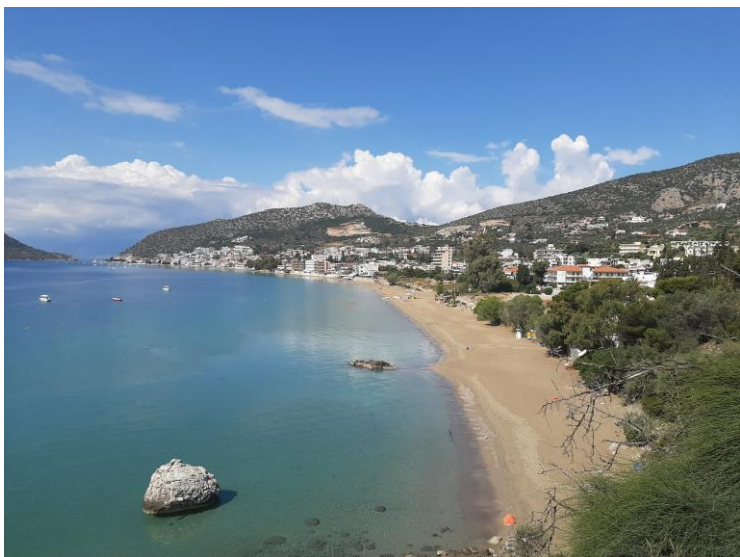
*Żadne wyzwania nie stanowiły dla nas problemu*

Dzięki udziałowi w projekcie, który łączył się z wyjazdem do miejscowości wypoczynkowej – po prostu wypoczęłyśmy. Miałyśmy możliwość odświeżyć własne umysły, uwolnić napięcia, więc odprężyłyśmy się psychicznie. Przy okazji poznałyśmy też możliwości własnej sprawności fizycznej, bo rzadko od siebie tyle wymagamy. Długie spacery brzegiem morza, wycieczki i wyprawy, w trakcie których pokonywałyśmy po kilka kilometrów, często po górkach i po schodach wybitnie poprawiły naszą kondycję!

Pokonywałyśmy różne wyzwania włącznie z przejażdżką wierzchem na koniach, choć dla niektórych było to pierwsze tego typu doświadczenie w życiu.

Wróciłyśmy odmłodzone, pełne energii i zapału, gotowe do działania!

## Oceniłyśmy nasz udział w projekcie



*Tolo – widok z Asini*

Uważamy, że projekt pod nazwą „Nowoczesne metody zarządzania w Świętokrzyskim Uniwersytecie Trzeciego Wieku był świetnie dobrany i bardzo przydatny, bo odpowiadał potrzebom i oczekiwaniom naszego stowarzyszenia.

Kompetencje kadry i liderów ŚUTW zostały podniesione na poziom odpowiadający współczesnym wymogom i standardom w zakresie zarządzania organizacją i prowadzenia zajęć dla osób dorosłych. Można oczekiwać konkretnych rezultatów, bo dzięki podniesieniu atrakcyjności naszej oferty możemy pozyskać więcej odbiorców.

Udział w projekcie zadziałał na liderów aktywizująco i inspirująco, dzięki czemu będą większym wsparciem dla pracy Zarządu. Program zintegrował aktyw UTW i dał możliwość poznania jego możliwości.

Dzięki zagranicznemu partnerowi wykorzystaliśmy potencjał współpracy międzynarodowej, zwiększyliśmy kompetencje w zakresie porozumiewania się w języku angielskim, zgłębiliśmy wiedzę o kulturze greckiej i Unii Europejskiej.

Weszliśmy na wyższy poziom zarządzania projektami. Zyskaliśmy inspirację do aplikowania do podobnych projektów, bo przekonaliśmy się, że udział w nich nie przekracza naszych możliwości.

Nasze wrażenia z udziału w projekcie przekonują innych, mało w siebie wierzących do angażowania się w proponowane przez ŚUTW programy czy projekty.



*Grupa do zadań specjalnych*