

STRONGER TOGETHER

YOUTH FOR WELLBEING, INCLUSION AND MENTAL HEALTH IN SCHOOLS

Portugāle, 2026. gada 20. - 24. aprīlis



Aktivitāšu nedēļas atklāšana pie Nelas pašvaldības domes ēkas

No 2026. gada 20. līdz 24. aprīlim 10 Rēzeknes tehnikuma audzēkņi un 3 skolotāji piedalījās apmācībās Portugālē. Apmācībās darbojās arī Portugāles pārstāvji - jaunieši un skolotāji no Nelas skolu apvienības.

Nelas skolu apvienības direktore O. Carvalho un par izglītības jomu atbildīgā pašvaldības pārstāve E. Loureiro



Projekta "Stronger Together" galvenā koordinatore I. Skromule un pašvaldības pārstāve E. Loureiro

ATKLĀŠANAS SESIJA NELAS PILSĒTAS DOMĒ

Aktivitāšu nedēļas atklāšana notika 2026. gada 20. aprīlī Nelas pašvaldības domē. Portugāles un Latvijas komandu uzņēma Dr. Elsa Loureiro, kura sveica viesus, iepazīstināja ar pašvaldību un novēlēja viesiem izcilu pieredzi Portugālē.



Portugal

QUATRO CIDADES,
MIL HISTÓRIAS,
UM SÓ DESTINO.



- Porto
- Viseu
- Nelas
- Coimbra

♥ NELAS

PORTUGĀLĒ ĪSTENOTĀS AKTIVITĀTES

- 23 aktivitāšu sesijas, ko vadīja portugāļu jaunieši.
- 4 kultūras vizītes (uz Koimbru, Viseu, Caldas da Felgueira un Porto).

EMOCIONĀLĀ ABALSTA PROGRAMMA

IZMĒĢINI MŪSU IZSTRĀDĀTO
PROGRAMMU ARTĀ SAVĀ SKOLĀ
https://drive.google.com/drive/folders/1jZn_oEPeXGgQlnkCA0onBDsAcBFJ76L?usp=sharing

GREETINGS FROM
PORTUGAL



FOUR CITIES, COUNTLESS
STORIES, ONE DESTINATION.

♥ PORTO

♥ COIMBRA

♥ VISEU

♥ NELAS

♥ NELAS
Heart of D



Līdzfinansē
Eiropas Savienība

Apmeklējām 3 no 11 Nelas skolu apvienības skolām.

Pēc atklāšanas sesijas devāmies uz *Dr. Fortunato de Almeida* pamatskolu, kur mūs uzņēma Nelas skolu apvienības vadība, kas šobrīd atrodas šajā skolā, jo galvenā ēka tiek renovēta.



CAA TELPAS ATKLĀŠANA



Pirms pirmās apmācību sesijas tika atklāta CAA (*Audz-tici-attīsties!*) telpa. Tā tika pilnībā renovēta, lai pielāgotu šī projekta mērķiem. Šī telpa arī turpmāk būs pieejama debatēm, apmācībām un darbnīcām skolēniem, skolotājiem un vecākiem.

Pirmdiena...

Pēc dienas, kas bagāta daudzveidīgām aktivitātēm, vakarā projekta komanda devās uz "*Cine Teatro de Nelas*", lai apmeklētu Ritas Redshoes koncertu – dāvanu no Nelas pilsētas domes.





Otrdiena

Nelas & Koimbra

Otrdien, 21. aprīlī, pēc darba sesijām CAA telpā devāmies uz Koimbru.

Pēc ekskursijas par pilsētu aktivitātes turpinājās Koibras universitātes Botāniskajā dārzā, kur pievērsāmies stresa mazināšanas stratēģijām. Diena noslēdzās ar fado koncertu kultūras namā "àCapella".



Nelas & Viseu

Trešdiena

Trešdien, 22. aprīlī tika uzsākta programmas izstrāde skolēnu emocionālās labbūtības uzlabošanai, balstoties uz pieredzi, kas gūta Latvijā un Portugālē īstenoto aktivitāšu rezultātā.

Strādājam pie programmas skolēnu emocionālās labbūtības uzlabošanai.

Katras darba grupas sastāvā ietilpa divi jaunieši no Portugāles un divi jaunieši no Latvijas.



Dienas noslēgumā ...

... grupa devās uz Viseu, lai piedalītos ekskursijā pa pilsētas vēsturisko centru. Diena noslēdzās ar vakariņām *Aquilino Ribeiro* parkā.



Nelas skolā ir sava *Snoezelen* (jeb multisensorā) istaba.

QUINTA-FEIRA

NELAS & CALDAS DA FELGUEIRA

23/04/2026



CETURTDIENA

sākās Nelas skolu apvienības multisensorajā istabā,

lai turpinātu darbu pie skolēnu emocionālās labbūtības uzlabošanas programmas izstrādes.

Tad grupa

DEVĀS UZ

EBFA skolu, kur strādāja līdz
pusdienlaikam.



Pēcpusdienā

PROJEKTA KOMANDA

devās uz *Caldas da Felgueira*. Šī vizīte
bija veltīta fiziskajai un emocionālajai
labbūtībai.

Ceturtdiena

NELAS & CALDAS DA FELGUEIRA



Līdzfinansē
Eiropas Savienība





PIEKTDIENA

24/04/2026

NELAS

PORTO



EMOCIONĀLĀ LABBŪTĪBA

PROGRAMMA

Pēc jauniešu prezentācijas par izstrādātās programmas nozīmīgumu un lietderību Nelas skolu apvienības direktore Olga Carvalho norādīja, ka šai programmai ir nepieciešamā struktūra, lai to varētu īstenot. Direktore apsolīja, ka nākamajā mācību gadā programma tiks ieviesta Nelas skolu apvienības darbā.



AKTIVITĀTES PORTO

Piektdiena bija pēdējā aktivitāšu diena. Darbs notika Porto, jauniešu hosteļa sanāksmju telpā.



24. aprīlī devāmies uz Porto, kur turpinājām darbu pie programmas skolēnu emocionālās labbūtības uzlabošanai un ieteikumiem skolu vides uzlabošanai



VAKARA NOSLĒGUMS TIKA PAVADĪTS AR SKATU UZ ATLANTIJAS OKEĀNU.

