

Projekt „Praktyka zagraniczna szansą dla regionu” realizowany przez Zespół Szkół Mechanicznych i Ogólnokształcących w Łomży Nr 5 dzięki środkom uzyskanym z Fundacji Rozwoju Systemu Edukacji będącej beneficjentem systemowym projektu pt: „Staż i praktyki zagraniczne dla osób kształcących się i szkółących zawodowo” realizowanego w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego, Programu Operacyjnego Kapitał Ludzki.



# *PROJEKT*

## *Staży zagranicznych*

### *maj 2014*

# Hiszpania



Walencja:

- liczba ludności - 831 261
- powierzchnia 134,65 km<sup>2</sup>

Średnia temperatura  
powietrza: 14 – 23 st. C

Średnia liczba dni  
deszczowych: 5 dni

Średnia liczba godzin  
naświetlenia: 8 godz.

**MIEJSCE PRAKTYK**  
**LOTNISKO**

Projekt „Praktyka zagraniczna szansą dla regionu” realizowany przez Zespół Szkół Mechanicznych i Ogólnokształcących w Łomży Nr 5 współfinansowany przez Unię Europejską z Europejskiego Funduszu Społecznego.



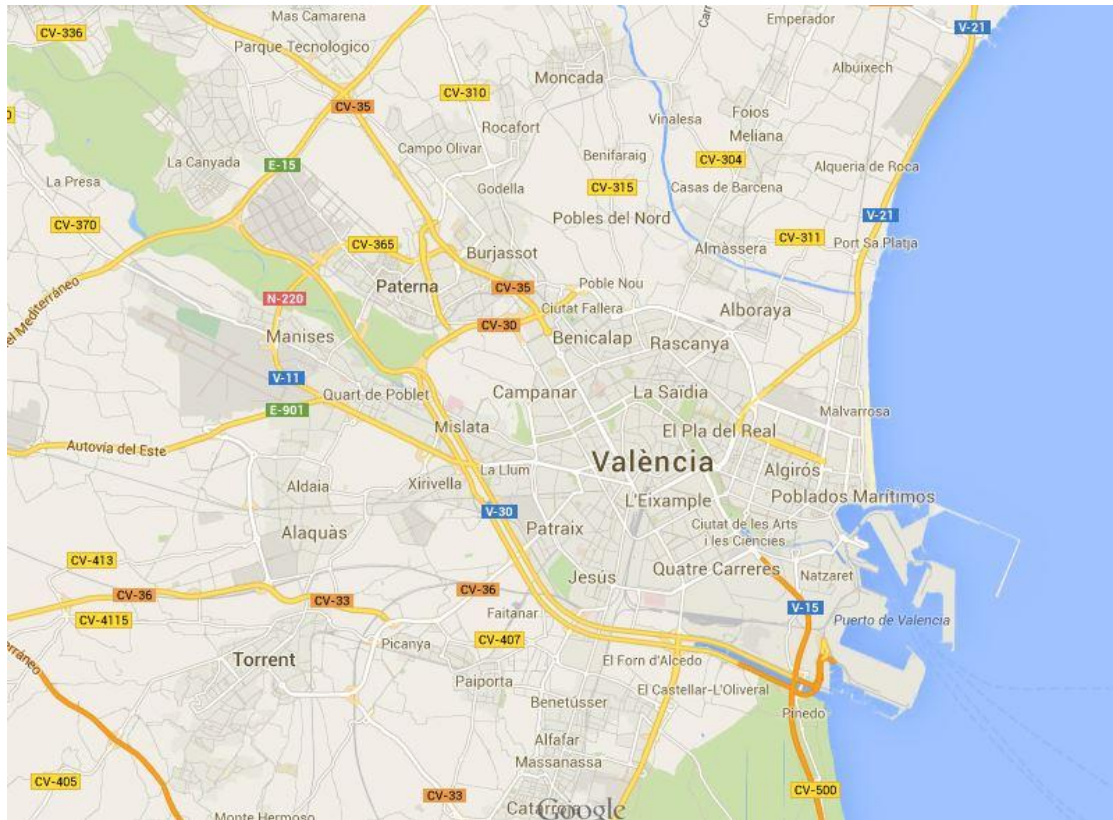
KAPITAŁ LUDZKI  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



UNIA EUROPEJSKA  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



# Miasto - VALENCJA



Liczne parki i palmy czynią Walencję bardzo zielonym miastem. Wiele ogrodów i obiektów sportowych znajduje się w suchym korycie rzeki Túria.

Ogromne bogactwa owoców i warzyw, jak również ryby i owoce morza pochodzenia lokalnego, są codziennie sprzedawane na targu centralnym - jednym z największych w Europie oraz na mniejszych dzielnicowych targach.

Oferuje idealne warunki, aby poznać ten piękny kraj jakim jest Hiszpania, jego mieszkańców, kulturę i język.

Projekt „Praktyka zagraniczna szansą dla regionu” realizowany przez Zespół Szkół Mechanicznych i Ogólnokształcących w Łomży Nr 5 współfinansowany przez Unię Europejską z Europejskiego Funduszu Społecznego.



KAPITAŁ LUDZKI  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

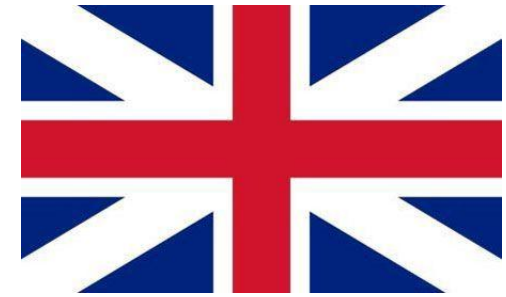


UNIA EUROPEJSKA  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY





# Wielka Brytania



**Średnia temperatura powietrza:  
12– 21 st. C**

**Najwyższe temperatury występują od  
maja do lipca**

**Często występuje zachmurzenie oraz  
przelotne deszcze**

Projekt „Praktyka zagraniczna szansą dla regionu” realizowany przez Zespół Szkół Mechanicznych i Ogólnokształcących w Łomży Nr 5 współfinansowany przez Unię Europejską z Europejskiego Funduszu Społecznego.



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



# Miasto - Portsmouth



miasto na południowym wybrzeżu Angli w hrabstwie ceremonialnym Hampshire Portsmouth znajduje się w odległości 103 km na południowy zachód od Londynu oraz 31 km na wschód od miasta Southampton.

Atrakcje Portsmouth:

- Baza Marynarki Wojennej
- Stara Stocznia
- Dom-Muzeum Karola Dickensa
- Spinaaker Tower

Projekt „Praktyka zagraniczna szansą dla regionu” realizowany przez Zespół Szkół Mechanicznych i Ogólnokształcących w Łomży Nr 5 współfinansowany przez Unię Europejską z Europejskiego Funduszu Społecznego.



KAPITAŁ LUDZKI  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



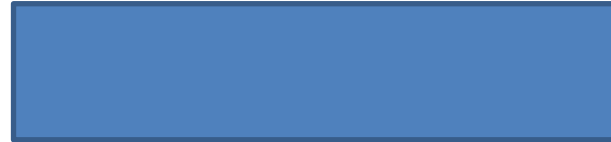
UNIA EUROPEJSKA  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



# Opiekunowie

ANGLIA:

Kamil Parol



HISZPANIA:

Andrzej Bałazy



Grzegorz Filipkowski



Projekt „Praktyka zagraniczna szansą dla regionu” realizowany przez Zespół Szkół Mechanicznych i Ogólnokształcących w Łomży Nr 5 współfinansowany przez Unię Europejską z Europejskiego Funduszu Społecznego.



KAPITAŁ LUDZKI  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



UNIA EUROPEJSKA  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



# NIEZBĘDNE Dokumenty jakie należy zabrać ze sobą

- Dowód osobisty (Paszport)
- Europejska Karta Ubezpieczenia Społecznego
- Dzienniczek praktyk



Projekt „Praktyka zagraniczna szansą dla regionu” realizowany przez Zespół Szkół Mechanicznych i Ogólnokształcących w Łomży Nr 5 współfinansowany przez Unię Europejską z Europejskiego Funduszu Społecznego.



KAPITAŁ LUDZKI  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



UNIA EUROPEJSKA  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY





## Każdy z uczestników przed wyjazdem na staż podpisze dwie umowy:



-**UMOWĘ O STAŻ Z DYREKTOREM SZKOŁY** – zawierać będzie zobowiązania każdego uczestnika do zrealizowania całego stażu i złożenia po zakończeniu projektu dzienniczka praktyk oraz raportu końcowego w zamian od szkoły każdy uczestnik otrzyma kwotę pomniejszone o koszty ubezpieczenia od: kosztów leczenia, wypadków oraz odpowiedzialności cywilnej.

Uczniowie wyjeżdżający do Hiszpanii: **6 745,00 zł**

Uczniowie wyjeżdżający do Anglii: **9 139,00 zł**

-**UMOWA FINANSOWA Z FIRMĄ POŚREDNICZĄCĄ** na zorganizowanie pobytu w danym kraju wraz z organizacją stażu. Umowy zostaną przesłane przez firmę i każdy z uczestników będzie musiał podpisać taką umowę w szkole. Wysokość umowy jaką została zatwierdzona pomiędzy obiema stronami:

- **Hiszpania:** 1442,32 euro (około 6128,50 zł) przy cenie 4,25 zł/euro

- **Anglia:** 1425,00 euro (około 6056,25 zł) przy cenie 4,25 zł/euro

Projekt „Praktyka zagraniczna szansą dla regionu” realizowany przez Zespół Szkół Mechanicznych i Ogólnokształcących w Łomży Nr 5 współfinansowany przez Unię Europejską z Europejskiego Funduszu Społecznego.



KAPITAŁ LUDZKI  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



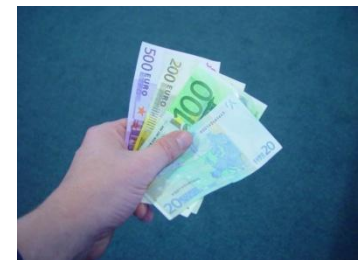
UNIA EUROPEJSKA  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY





**W ramach umowy z firma pośredniczącą z HISZPANII uczniowie mają**  
**zapewnione:**

- Zapewnienie uczestnikom zakwaterowania u rodzin z pełnym wyżywieniem (1, 2 lub 3 osobowe)
- Zorganizowanie programu kulturalnego: Miasto Sztuki i Nauki
- Zapewnienie uczestnikom na lokalny transportu;
- Wprowadzenie we wszystkie działania prowadzone przez uczestników;
- Zapewnienie uczestnikom końcowego świadectwa pracy (stażu);
- Znalezienie odpowiednich firm pośrednictwa pracy zgodnie z życiorysami uczestników;
- Współpracy z organizacją wysyłającą w wydawaniu Europass;
- Wydaniem raportu końcowego na końcu programu.



Projekt „Praktyka zagraniczna szansą dla regionu” realizowany przez Zespół Szkół Mechanicznych i Ogólnokształcących w Łomży Nr 5 współfinansowany przez Unię Europejską z Europejskiego Funduszu Społecznego.



KAPITAŁ LUDZKI  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



UNIA EUROPEJSKA  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



## **W ramach umowy z firmą pośredniczącą z ANGLII uczniowie mają zapewnione:**

- Zapewnienie uczestnikom zakwaterowania u rodziny goszczącej, pokoje (1, 2 lub 3 osobowe) z pełnym wyżywieniem
- zorganizowanie 2 działalności kulturalnych 1.Londyn 2.Salisbury i Stonehenge
- Organizacja jednego spotkania
- Zapewnienie uczestnikom na lokalny transportu;
- Wprowadzenie we wszystkie działania prowadzone przez uczestników;
- Zapewnienie uczestnikom końcowego świadectwa pracy (stażu);
- Znalezienie odpowiednich firm pośrednictwa pracy zgodnie z życiorysami uczestników;
- Współpracy z organizacją wysyłającą w wydawaniu Europass;
- Wydaniem raportu końcowego na końcu programu.



Projekt „Praktyka zagraniczna szansą dla regionu” realizowany przez Zespół Szkół Mechanicznych i Ogólnokształcących w Łomży Nr 5 współfinansowany przez Unię Europejską z Europejskiego Funduszu Społecznego.



KAPITAŁ LUDZKI  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



UNIA EUROPEJSKA  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY





# Hiszpania



**WYJAZD: 05 maj 2014 – poniedziałek**

**Planowana zbiórka przed ZSMiO około **8.30****

**Wylot z Katowice do Alicante (FR4472)**

**Planowane godziny lotu: 18.50 - 22.20 - Odprawa biletowa zostanie zrealizowana w BP AVIAREST ul. Farna 12, Łomża**

**Każda osoba może zabrać ze sobą:**

**jeden bagaż podręczny do 10kg o wymiarach maksymalnych 55x40x20cm**

**jedną walizką do 20kg**

Projekt „Praktyka zagraniczna szansą dla regionu” realizowany przez Zespół Szkół Mechanicznych i Ogólnokształcących w Łomży Nr 5 współfinansowany przez Unię Europejską z Europejskiego Funduszu Społecznego.



KAPITAŁ LUDZKI  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



UNIA EUROPEJSKA  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY







# Anglia



Planowana zbiórka przed ZSMiO około **5.30**

*Wyjazd*

*WYLOT SOBOTA 03.05 2014 – lotnisko Chopina w Warszawie*

*WIZZAIR W6 1305*

*Godziny lotu: 12.20 – 13.55*

Przylot do: **Londyn Luton**

w cenie bagaż podręczny 10kg 42x32x25cm, plus walizka 32kg

---

Projekt „Praktyka zagraniczna szansą dla regionu” realizowany przez Zespół Szkół Mechanicznych i Ogólnokształcących w Łomży Nr 5 współfinansowany przez Unię Europejską z Europejskiego Funduszu Społecznego.

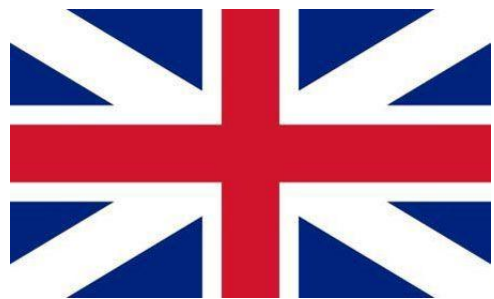


KAPITAŁ LUDZKI  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



UNIA EUROPEJSKA  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY





# Anglia i Hiszpania



## **Zakwaterowanie u rodzin: Pokoje mogą być 1, 2, 3 osobowe, w zależności od rodziny. Rodziny są rozmieszczone w różnych miejscach miast.**

- Wszystkie rodziny mają prawo poprosić o kaucję w wysokości 25 euro lub 30 funtów na początku pobytu. Kaucja zostanie zwrócona, jeśli nic nie zostało uszkodzone lub popsute.
- Na początku pobytu prosimy sprawdzić pokoje i powiadomić rodzinę oraz opiekuna, jeśli coś już jest uszkodzone lub popsute.
- Wszystkie rodziny goszczące będą sprawdzać pokoje co najmniej raz w tygodniu oraz także przed wyjazdem. Jeśli coś zostało popsute, rodziny mają prawo do zatrzymania kaucji od wszystkich uczestników przebywających z nimi do czasu, gdy uczestnik który jest odpowiedzialny za szkodę zapłaci za nią. Przypominamy uczestnikom, że jeśli coś popsują, muszą za to zapłacić!
- Rodzina goszcząca nie jest hotelem, każda z nich ma własne zasady. Wszelkie "zasady domu" muszą zawsze być przestrzegane (zasady korzystania z kuchni, godziny powrotu do domu, godziny posiłków, godziny prania, itd.), proszę zwracać uwagę na informacje wywieszane w domu.
- Odpowiednie zachowanie jest również niezbędne dla udanego pobytu pod jednym dachem oraz pozytywnego doświadczenia w miejscu pracy za granicą.
- Zabronione jest podejmowanie gości w domu rodziny goszczącej.

Projekt „Praktyka zagraniczna szansą dla regionu” realizowany przez Zespół Szkół Mechanicznych i Ogólnokształcących w Łomży Nr 5 współfinansowany przez Unię Europejską z Europejskiego Funduszu Społecznego.

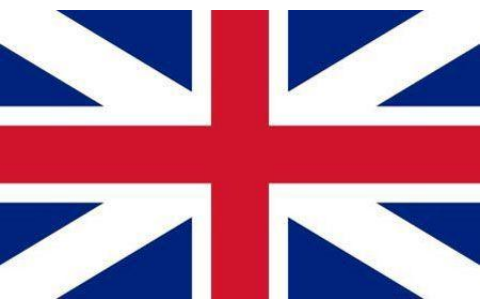


KAPITAŁ LUDZKI  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



UNIA EUROPEJSKA  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY





# Szczegóły pobytu



## **Alkohol oraz inne używki**

Całkowity zakaz spożywania napojów alkoholowych, środków narkotyzujących oraz substancji psychotropowych obowiązuje uczniów nie tylko w miejscu zakwaterowania, ale również podczas całego pobytu.

W przypadku rażących problemów wychowawczych - w porozumieniu z organizacją wysyłającą – uczeń może zostać natychmiast odesłany do domu na koszt własny.

Uczniowie zostaną przydzieleni do firm goszczących na podstawie przygotowanych przez nich formularzy aplikacyjnych.

---

Projekt „*Praktyka zagraniczna szansą dla regionu*” realizowany przez Zespół Szkół Mechanicznych i Ogólnokształcących w Łomży Nr 5 współfinansowany przez Unię Europejską z Europejskiego Funduszu Społecznego.



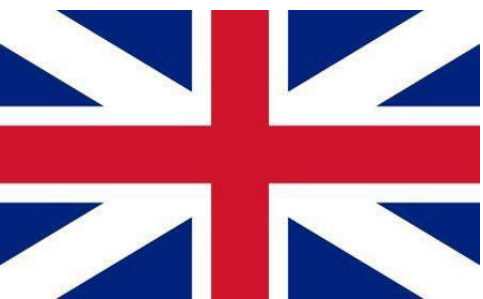
KAPITAŁ LUDZKI  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



UNIA EUROPEJSKA  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY







## *ZAJĘCIA PRAKTYCZNE W FIRMIE*



- ❖ Godziny praktyk ustalane są w każdej firmie w pierwszym dniu praktyki – dzień prezentacji w firmie. Ustalone godziny praktyk powinny być absolutnie przestrzegane przez uczniów.
- ❖ Dla zawodów z branży hotelarsko-gastronomicznej możliwa jest praca w weekend i na zmiany do godzin wieczornych, ze względu na specyfikę zawodu.
- ❖ Wszyscy uczniowie będą mieli 2 dni wolne w tygodniu, pracują maksymalnie 8 godzin dziennie.
- ❖ Uczniowie będą mieli śniadania i kolacje u rodzin, lunche na wynos. Na praktyki będą jeździć transportem publicznym.

Projekt „Praktyka zagraniczna szansą dla regionu” realizowany przez Zespół Szkół Mechanicznych i Ogólnokształcących w Łomży Nr 5 współfinansowany przez Unię Europejską z Europejskiego Funduszu Społecznego.

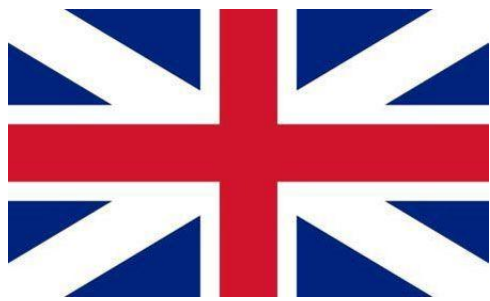


KAPITAŁ LUDZKI  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



UNIA EUROPEJSKA  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY





# STRÓJ DO PRACY



Uczniowie powinni zabrać ze sobą odpowiednie stroje do pracy, w szczególności:

1. Dla zawodów mechanicznych, budowlanych itp. należy zabrać obuwie ochronne oraz strój do pracy.

2. Dla zawodów z branży gastronomiczno–hotelarskiej obowiązują następujące stroje:

*Kelner/Kelnerka – czarne spodnie lub spódnica do kolan oraz biała koszula; wygodne czarne buty (nie obuwie sportowe, nie na wysokim obcasie), czarna marynarka. Nie jeansy!*

*Pokoje (Housekeeping) - wygodna odzież, sweter/bluza, T-shirt, wygodne spodnie. Wygodne buty, polecane typu Crocs lub chodaki w kolorze białym lub czarnym.*

*Asystent kucharza – odzież typowa dla kucharza: spodnie, czepek, fartuch, również wygodna odzież. Wygodne buty, typu Crocs lub chodaki w kolorze białym (obuwie ochronne).*

*Recepcja - czarne spodnie lub spódnica do kolan oraz biała koszula; wygodne czarne buty (nie obuwie sportowe, może być na niewysokim obcasie), czarna marynarka. Nie jeansy!*

1. Dla pracy biurowej: odpowiedni strój – nie T-Shirty, nie spodnie z dziurami.

W żadnym zawodzie nie powinno się iść na praktyki w klapkach, krótkich spodenkach, bluzkach z dużym dekoltem, mini spódnicach itp.

Projekt „Praktyka zagraniczna szansą dla regionu” realizowany przez Zespół Szkół Mechanicznych i Ogólnokształcących w Łomży Nr 5 współfinansowany przez Unię Europejską z Europejskiego Funduszu Społecznego.



KAPITAŁ LUDZKI  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



UNIA EUROPEJSKA  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



## Opiekunowie z ramienia ESMOVII w Walencji



W pierwszy poniedziałek po przyjeździe grupy zostanie przeprowadzone Welcome Meeting, podczas którego zostanie pokazane centrum miasta, najbliższe sklepy, apteki itp. Omówione zostaną także dokumenty projektowe i inne sprawy organizacyjne.

W Walencji osoba, z którą będzie się można kontaktować. Ich dane wraz z numerami telefonów zostaną przekazane przed wyjazdem (przed wyjazdem dostaną Państwo także numer telefonu, na który w razie problemów można dzwonić 24 godziny na dobę).

Projekt „Praktyka zagraniczna szansą dla regionu” realizowany przez Zespół Szkół Mechanicznych i Ogólnokształcących w Łomży Nr 5 współfinansowany przez Unię Europejską z Europejskiego Funduszu Społecznego.



KAPITAŁ LUDZKI  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



UNIA EUROPEJSKA  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY







- ***POBYT W PORTSMOUTH***

- ***ZAJĘCIA PRAKTYCZNE W FIRMIE***

- *(PIERWSZEGO DNIA ZSOTANĄ USTALONE GODZINY PRAKTYK, MAX. 8 GODZIN DZIENNE,*
- *POSIŁEK „LUNCH” NA WYNOS, 2 DNI WOLNE W TYGODNIU, DOJAZD TRANSPORTEM PUBLICZNYM)*

- ***-PIERWSZY DZIEŃ (05.05.2014)***

- *(PONIEDZIAŁEK „WELCOME MEETING”, NAJWAŻNIEJSZE INFORMACJE, ZWIEDZANIE CENTRUM MIASTA, WAŻNE INSTYTUCJE W TRAKCIE POBYTU, DOKUMENTY PROJEKTOWE, SPRAWY ORGANIZACYJNE, SPOTKANIA SĄ OBOWIĄZKOWE*

---

Projekt „Praktyka zagraniczna szansą dla regionu” realizowany przez Zespół Szkół Mechanicznych i Ogólnokształcących w Łomży Nr 5 współfinansowany przez Unię Europejską z Europejskiego Funduszu Społecznego.



KAPITAŁ LUDZKI  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



UNIA EUROPEJSKA  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY





# Hiszpania



**POWRÓT: 2 czerwca 2014 – poniedziałek**

**Wylot z Alicante do Katowic (FR4471)**

**Planowane godziny lotu: 15.15 – 18.25**

**Bagaż identyczny z wylotem:**

podręczny do 10kg o wymiarach maks.55x40x20cm  
walizka do **20kg**

Planowany powrót do Łomży około **2 rano**

---

Projekt „Praktyka zagraniczna szansą dla regionu” realizowany przez Zespół Szkół Mechanicznych i Ogólnokształcących w Łomży Nr 5 współfinansowany przez Unię Europejską z Europejskiego Funduszu Społecznego.



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



# Anglia



*POWRÓT:*

*SOBOTA 31.05.2014*

*WIZZAIR W6 1310*

*Godziny przelotu 14.25-17.50*

Planowany powrót do Łomży około **22.00**

Projekt „Praktyka zagraniczna szansą dla regionu” realizowany przez Zespół Szkół Mechanicznych i Ogólnokształcących w Łomży Nr 5 współfinansowany przez Unię Europejską z Europejskiego Funduszu Społecznego.



KAPITAŁ LUDZKI  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



UNIA EUROPEJSKA  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY







# DZIĘKUJĘ ZA UWAGĘ

Projekt „Praktyka zagraniczna szansą dla regionu” realizowany przez Zespół Szkół Mechanicznych i Ogólnokształcących w Łomży Nr 5 współfinansowany przez Unię Europejską z Europejskiego Funduszu Społecznego.



KAPITAŁ LUDZKI  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



UNIA EUROPEJSKA  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY

