

## “Atrodi Savu Aizraušanos Latgalē” - unikāla online spēle no 7. maija līdz 21. maijam

Mēs skolās mācāmies formulas, likumus, gada skaitļus, bet  
**kā ir iespējams mācīties pašu svarīgāko - uzzināt, kas Tevi pašu dara priecīgu, aizrautīgu?**

Ikvienam Latgales iedzīvotājam no 18 gadu vecuma ir  
unikāla iespēja bez maksas apgūt metodes, kas palīdzēs  
izzināt sevi un pielāgoties pārmaiņām darba tirgū, lai  
nākotnē atrastu sev piemērotāko darbu,  
nozari un virzienu dzīvē.

Mācību centrs *Cilvekam.lv* sadarbībā ar *British Council*  
aicina izmantot vienreizēju iespēju - pieteikties online  
mācību spēlei “Atrodi Savu Aizraušanos Latgalē”,  
kas norisināsies no 07.05.20. līdz 21.05.20.

Pieteikuma anketa latviešu valodā:

<https://ej.uz/pieteikuma-anketa-lv>

Pieteikuma anketa krievu valodā:

<https://ej.uz/pieteikuma-anketa-rus>



### Kas ir spēle “Atrodi Savu Aizraušanos”?

- Online spēle 14 dienu garumā, kuras ietvaros Tu katru dienu saņemsi 1 līdz 2 uzdevumus - pārbaudītas metodes iedvesmas un aizraušanās meklēšanai, kā arī padomus par to, kā to ieviest savā dzīvē;
- Metodes ir veidotas tā, lai Tev būtu aizraujoši tās izzināt un apgūt;
- Spēli vari spēlēt sev ērtā diennakts laikā un vietā;
- Iespēja iepazīt jaunus cilvēkus, iegūt jaunus kontaktus un domubiedrus.

### Ko Tu iegūsi spēlē?

- 18 metodes, kā atrast savu aizraušanos

● Uzdevums nav izpildīts ● Uzdevums tiek izskatīts ● Uzdevums pieņemts

### Atrodi savu aizraušanos

ŠEIT IR VISI TAVI UZDEVUMI, VEBINĀRI, JAUTĀJUMI TRENERIEM,  
ČATOŠANA AR DOMUBIEDRIEM.

<b>FLOW METODE.</b> KĀDI PROCESI TEV PATĪK. Obligātais uzdevums 6. diena	<b>VĒRTĪBU METODE.</b> TEV SVARĪGĀKAIS DZĪVĒ! Papildus uzdevums 6. diena	<b>VEBINĀRS</b> VARI UZDOT JAUTĀJUMU! 5. diena
<b>SVIEDRINŠ, MIERINŠ</b> ILGTERMIŅA ATBALSTS Obligātais uzdevums 4. diena	<b>SATIECIES AR ĶĒMĒNU</b> TAVAS BILDES/ATZIŅAS Papildus uzdevums 4. diena	<b>VEBINĀRS</b> VARI UZDOT JAUTĀJUMU! 3. diena
<b>5 PARALĒLĀS DZĪVES</b> THINK OUT OF BOX	<b>KĀDAS DOSI SEV BALVAS?</b> ATBALSTI SEVI!	

- “Čomiņus” - domubiedrus, ar kuriem komunicēt, apmainīties ar pieredzi un iedvesmoties;




- **Pieredzējušu treneru atbalstu 3 vebināros** (nepieciešamības gadījumā komunikācija ar treneriem būs pieejama arī krievu valodā)



## Kā notiks spēle?

### 1. Katru dienu plkst. 15 būs pieejams jauns uzdevums.

 **Zuarguss Zarmass**  
Yesterday at 12:34 AM

14.diena, trešdiena 7.novembris.  
Priekšpēdējā diena!  
Jūs esat apbrīnojami noturīga un darbīga spēlētāju grupa! Tamdēļ, novēlu spēt nebaidīties visiem konkretizēt soļus, virzienus pat, ja jūtat tikai par 50% vai 25%.  
Jāiet no abstraktām, vēl knapi apjaušamām idejām, uz noteiktiem mēģinājumiem piedalīties projektos, tikšanās ar cilvēkiem, iešanu uz mācībām u.c.. Lai zinātu vai der, vai nē. Tad var palūkot tālāk citu variantu, bet tad jau būs pirmā skaidrība! Arī to, ja kāds v... [See More](#)



**PRIEKŠPĒDĒJĀ DIENA :)**  
3 UZDEVUMI

1. SVARĪGĀKIE IERADUMI.
2. SAJŪTA - ENERĢIJA CEĻAM UZ MĒRĶI.
3. ČOMIŅA SARUNAS BILDE + ATZIŅA.

JŪS SPERAT PIRMOS SOĻUS GAN SEVIS IEPAZĪŠANĀ, GAN VĒL APTUVENO VĪZIJU PĀRVĒRŠANĀ KONKRĒTOS SOĻOS! TĀS NAV VIENKĀRŠĪI NESATRAUCIES, JA NAV 100% SKAIDRA ATBILDE! JO IESĀKUMA VAR BŪT 50% SAJŪTA. TO PĀRBAUDĪT VARĒS... PĀRBAUDOT, MĒGINOT.

GAIDĀM ATBILDES LĪDZ 23.59 PĒC LATVIJAS LAIKA

### 2. Pildi uzdevumu sev ērtā laikā un vietā, uzdevuma izpildei veltot tik daudz laika, cik pats vēlies. Atbildes iesniedz 24 stundu laikā.

### 3. Krāj punktus un saņem pārsteigumus!



Tu jau esi **Mazais rūķis**

Tavi punkti **25** no 200 (12%)

Komandas punkti **40** no 200 (18%)

#### Kad?

No 07.05.20. līdz 21.05.20.

#### Dalībnieku vecums?

18-105 gadi.

#### Kas Tev nepieciešams, lai piedalītos?

- Dators, telefons vai planšete ar interneta pieslēgumu;
- Kamera (piemēram, telefonā);
- Aptuveni 1h dienā uzdevumu izpildei (atkarīgs no Tavas iedziļināšanās un mācību ritma - var būt arī mazāk vai vairāk);
- Latviešu valodas zināšanas, lai saprastu uzdevumu nosacījumus.

#### Valodas, kurās varēsi iesniegt uzdevumu atbildes:

Latviešu, krievu, latgaliešu.

## Kāda ir dalības maksa?

Pateicoties *British Council* atbalstam, Latgales iedzīvotājiem dalība spēlē ir **bezmaksas!**

\*parasti šādas apmācības maksā no 80 līdz pat 300 EUR

## Pieteikšanās online mācību spēlei līdz 5. maijam:

Pieteikuma anketa latviešu valodā - <https://ej.uz/pieteikuma-anketa-lv>

Pieteikuma anketa krievu valodā - <https://ej.uz/pieteikuma-anketa-rus>

## Uzzini vairāk par online mācību spēli "Atrodi Savu Aizraušanos Latgalē":

Video latviešu valodā - <https://www.youtube.com/watch?v=4bM6TVsxjjs>

Video krievu valodā - <https://www.youtube.com/watch?v=NQSIK--xBS8>

**Piesakies bezmaksas online mācību spēlei, kurā atraktīvi uzdevumi un vērtīgas metodes palīdzēs atklāt, kāds ir Tavs sapņu darbs vai mācību virziens, kā to atrast un sasniegt!**

Ar spēles elementiem, interesantiem uzdevumiem, citu cilvēku pieredzi un treneru atbalstu Tev būs ērtākie apstākļi, lai pievērstos sev un gūtu atbildes uz sekojošiem jautājumiem:

- Kā pieņemt esošos izaicinājumus un straujās pārmaiņas darba tirgū?
- Kā atrast savu sapņu darbu, kas iedvesmo?
- Kā atklāt, kas ir Tava aizraušanās?
- Kā to realizēt savā ikdienā?
- Kādu studiju virzienu izvēlēties, par ko mācīties un strādāt nākotnē?

## Vairāk par treneriem:



**ZUARGUSS ZARMASS**, vadījis vairāk nekā 1000 lekciju par emocionālo intelektu, stresa vadību, komunikāciju u.c. tematiem. Strādājis ar tādiem lieliem uzņēmumiem kā "Swedbank", "Samsung", "Citadele", "AirBaltic" u.c. Mācījies no pasaules līmeņa speciālistiem, piemēram, no Google darbiniekiem par emocionālā intelekta tēmām.

**LAUMA ŽUBULE**, "Cilvēkam" treniņu metožu veidotāja uzņēmumiem, skolotājiem un jauniešiem. Vada treniņus par sadarbību, radošumu, motivāciju, stresa vadību, u.c. Izcila pieredze darbā ar jauniešiem un komandu sadarbības jautājumos. Treniņi iekļauj daudz neformālās izglītības metodes, supervīzijas principus.

