


**4IT Erasmus+Project 2024-1-RO01-KA121-VET-000214264**
**Beneficiary Colegiul National Gheorghe Vranceanu, Bacau, Romania**

**Sending organization: Colegiul National Costache Negri Targu Ocna,**

**Romania**

# MOBILITY PORTFOLIO
# Valencia, Spain

**Mobility period:**
**VALENCIA, SPAIN 19.05.2025-01.06.2025, practice period 20.05.2025-30.05.2025**

**U-MAKE-IT, S.L., Valencia, Spain**

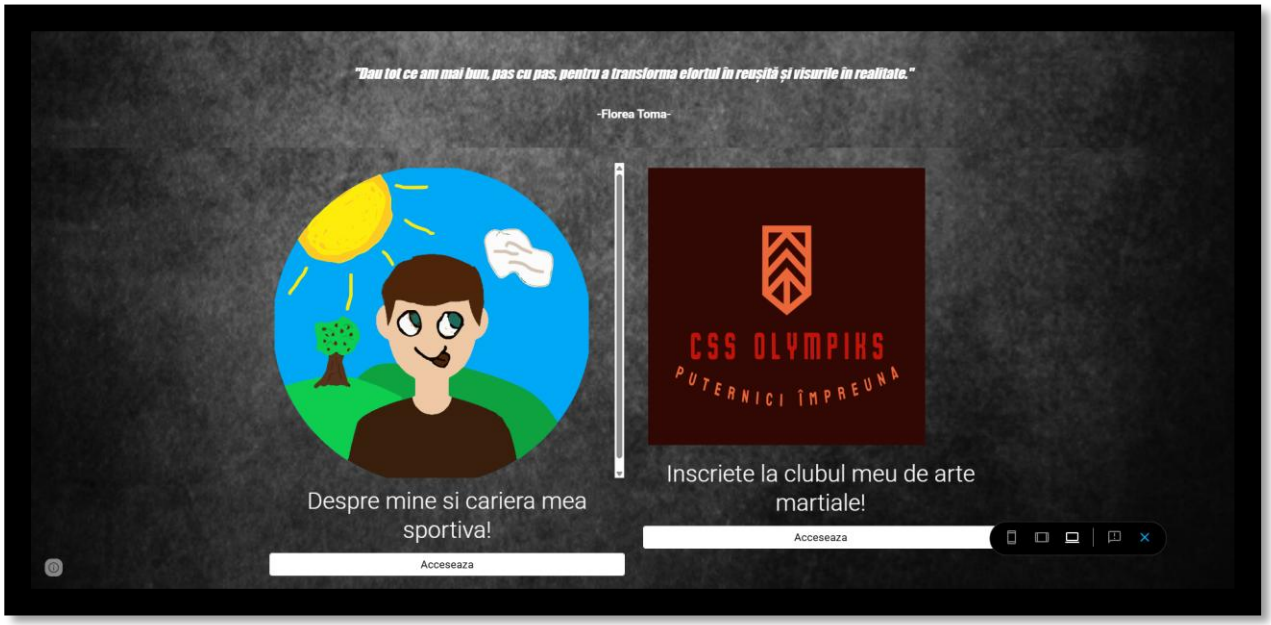
**Practice tutor:** José María Florido Chicón

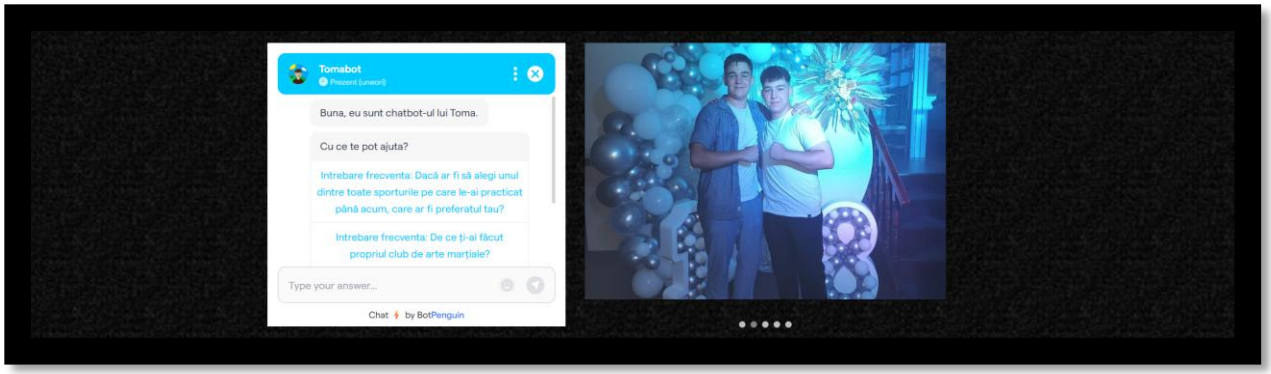
**Participant: Florea Toma-Ioan**

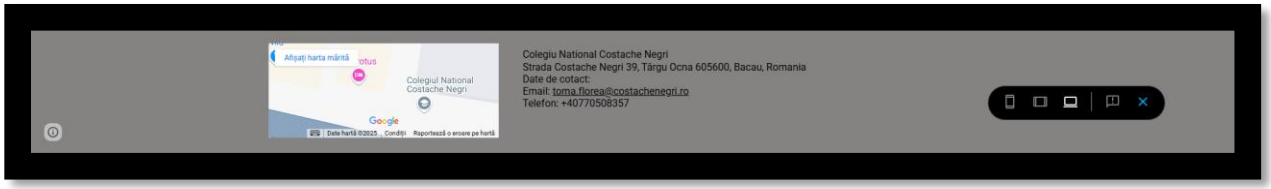
DISCLAIMER: The European Commission's support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

# SPIRIT DE LUPTATOR



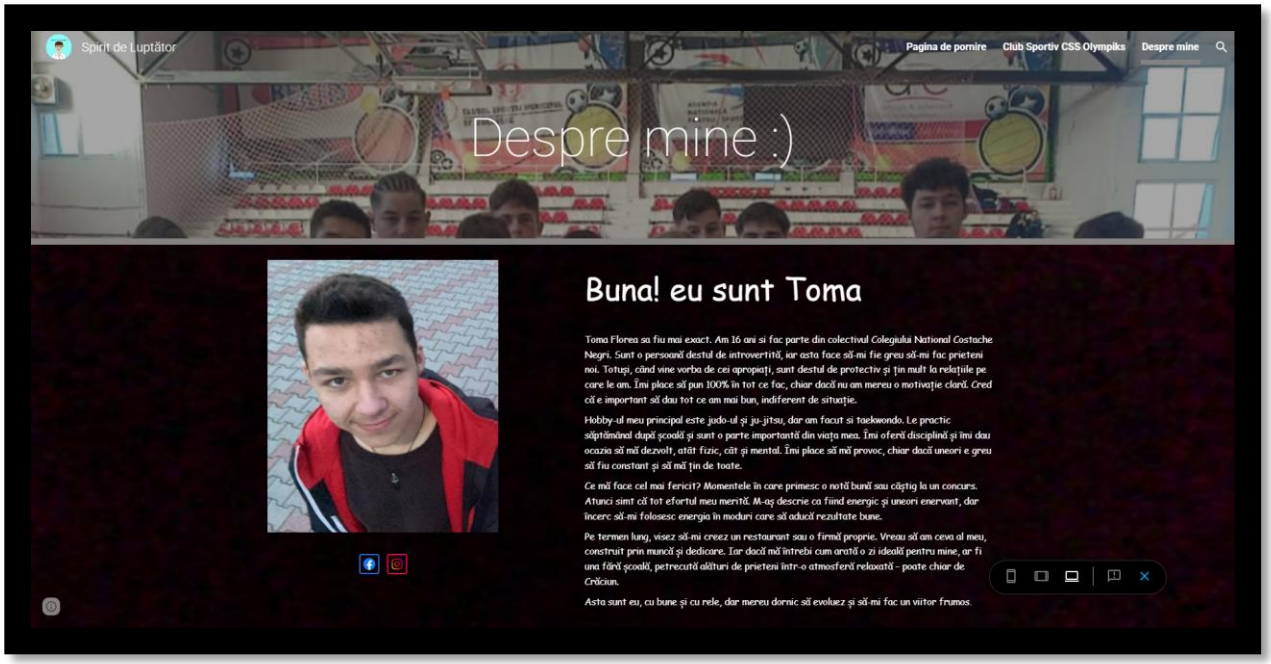




Tomabot
Buna, eu sunt chatbot-ul lui Toma.
Cu ce te pot ajuta?
Intrebare frecventa: Dacă ar fi să alegi unul dintre toate sporturile pe care le-ai practicat până acum, care ar fi preferatul tau?
Intrebare frecventa: De ce ți-ai făcut propriul club de arte marțiale?
Type your answer...
Chat by BotPenguin


Afișați harta mărită
Colegiul National Costache Negri
Colegiu National Costache Negri
Strada Costache Negri 39, Târgu Ocna 605600, Bacau, Romania
Date de cotact:
Email: toma.florea@costachenegri.ro
Telefon: +40770508357


Spirit de Luptător
Pagina de pornire
Club Sportiv CSS Olympiks
Despre mine
Club Sportiv CSS Olympiks
CSS OLYMPIKS
PUTERNICI ÎMPREUNĂ
Inscrie-te la clubul meu!
Vino la CSS Olympiks, locul unde pasiunea pentru arte marțiale prinde viață! Oferim cursuri de judo, taekwondo și ju-jitsu, potrivite pentru toate vârstele și nivelurile. Îmbunătățește-ți forța, disciplina și încrederea în tine într-un mediu profesionist și prietenos. Te așteptăm!
Vom face antrenamente incepand din 2025, de luni pana joi intre orele 18:00-20:00. Antrenamentele se vor tine la sala de sport al Colegiului national Costache Negri din Targu Ocna.


Date de contact
Pentru mai multe detalii despre antrenamente și concursuri, contactați-mă aici:
Afișați harta mărită
Colegiul National Costache Negri


Spirit de Luptător
Pagina de pornire
Club Sportiv CSS Olympiks
Despre mine
Despre mine :)
Buna! eu sunt Toma
Toma Florea sa fiu mai exact. Am 16 ani si fac parte din colectivul Colegiului National Costache Negri. Sunt o persoană destul de introvertită, iar asta face să-mi fie greu să-mi fac prieteni noi. Totuși, când vine vorba de cei apropiați, sunt destul de protectiv și țin mult la relațiile pe care le am. Îmi place să pun 100% în tot ce fac, chiar dacă nu am mereu o motivație clară. Cred că e important să dau tot ce am mai bun, indiferent de situație.
Hobby-ul meu principal este judo-ul și ju-jitsu, dar am facut si taekwondo. Le practic săptămânal după școală și sunt o parte importantă din viața mea. Îmi oferă disciplină și îmi dau ocazia să mă dezvolt, atât fizic, cât și mental. Îmi place să mă provoc, chiar dacă uneori e greu să fiu constant și să mă țin de toate.
Ce mă face cel mai fericit? Momentele în care primesc o notă bună sau câștig la un concurs. Atunci simt că tot efortul meu merită. M-aș descrie ca fiind energic și uneori enervant, dar încerc să-mi folosesc energia în moduri care să aducă rezultate bune.
Pe termen lung, visez să-mi creez un restaurant sau o firmă proprie. Vreau să am ceva al meu, construit prin muncă și dedicare. Iar dacă mă întrebi cum arată o zi ideală pentru mine, ar fi una fără școală, petrecută alături de prieteni într-o atmosferă relaxată - poate chiar de Crăciun.
Asta sunt eu, cu bune și cu rele, dar mereu dornic să evoluez și să-mi fac un viitor frumos.


Taekwondo
Locul II - Concurs national 2021
Judo
Locul III - Concurs international 2024
Ju-Jitsu
Locul I - Concurs national 2024


Taekwondo
Am practicat taekwondo timp de 4 ani (2018-2022). Pe parcursul carierei mele, am ajuns la centura verde și am reușit să câștig 2 medalii de aur, 2 de argint și 3 de bronz. Acest sport mi-a plăcut foarte mult încă din copilărie, iar pe atunci eram foarte dedicat. Din păcate, nu am mai putut continua acest sport deoarece m-am mutat și nu am mai avut posibilitatea să continui.







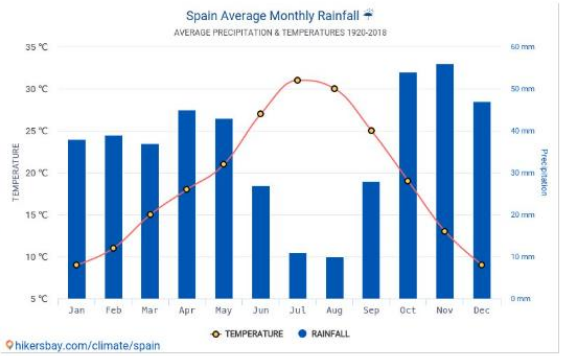
# CLIMA SPANIEI



2024-1-RO01-KA121-VET-000214264
Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

# Despre clima Spaniei

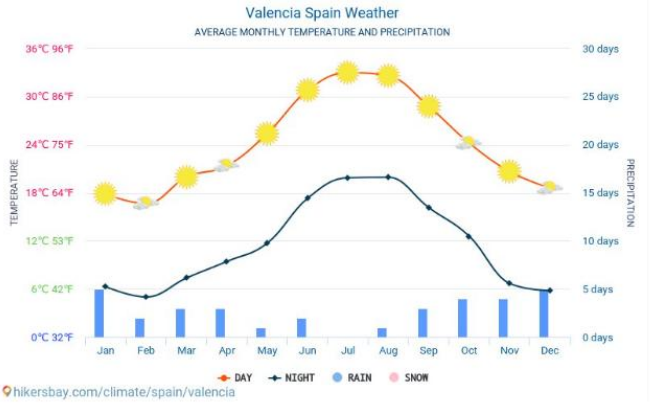
Clima Spaniei variază în funcție de regiune. În general, țara are un climat mediteranean, cu veri calde și uscate și ierni blânde. Pe coasta de nord-vest (Galicia, Asturias), clima este oceanică, cu precipitații frecvente și temperaturi moderate. În centrul țării, clima este continentală, cu veri foarte fierbinți și ierni reci. Sudul și estul Spaniei au un climat arid, cu temperaturi ridicate pe tot parcursul anului.




2024-1-RO01-KA121-VET-000214264
Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

# Clima in Valencia

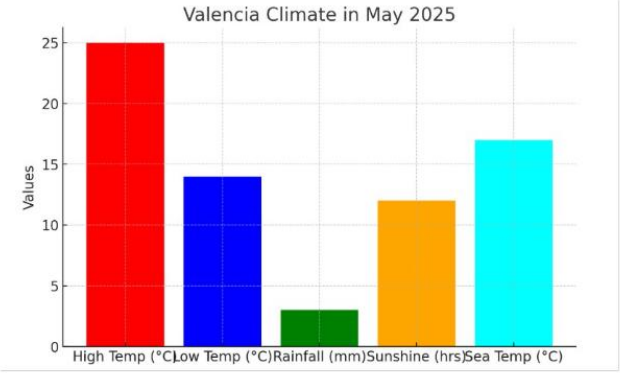
Valencia are un climat mediteranean, caracterizat prin veri calde și uscate și ierni blânde. Temperaturile vara ating frecvent 30-35°C, iar iarna rar scad sub 10°C. Precipitațiile sunt reduse, concentrate în special toamna, când pot apărea ploi torențiale. Datorită proximității Mării Mediterane, umiditatea este ridicată, iar briza marină ajută la temperarea căldurii în lunile toride.



2024-1-RO01-KA121-VET-000214264
Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

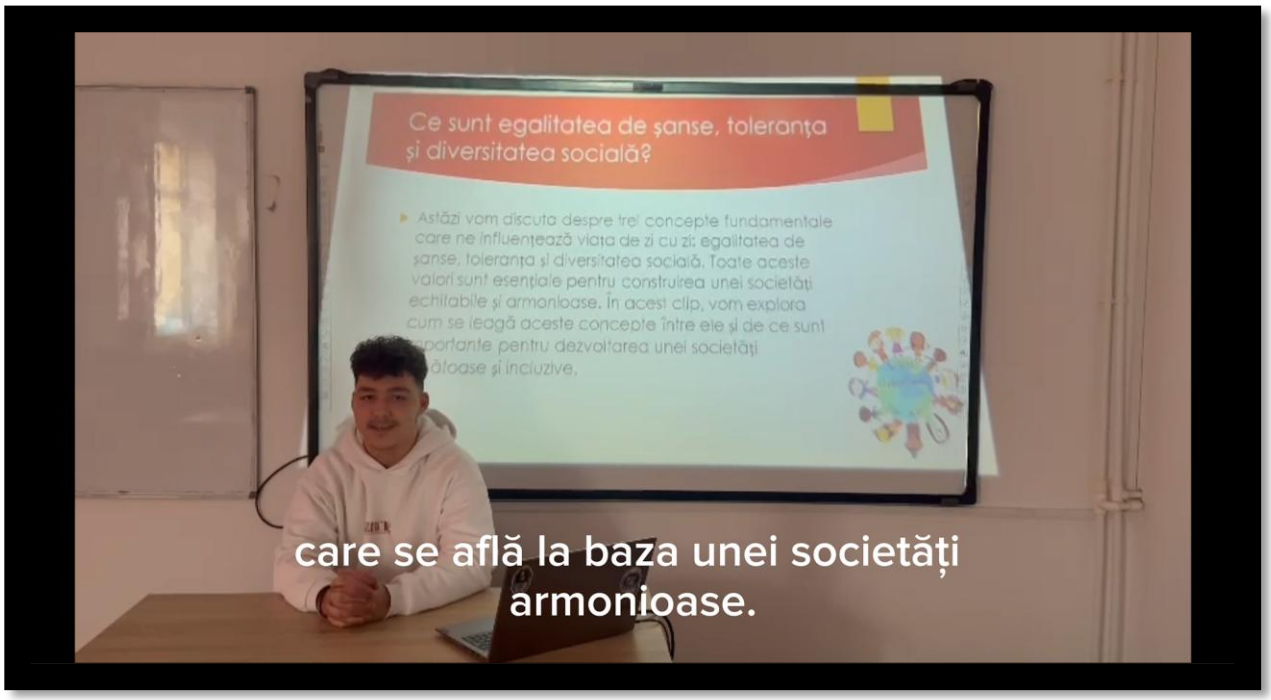
## Clima Valenciei in luna mai

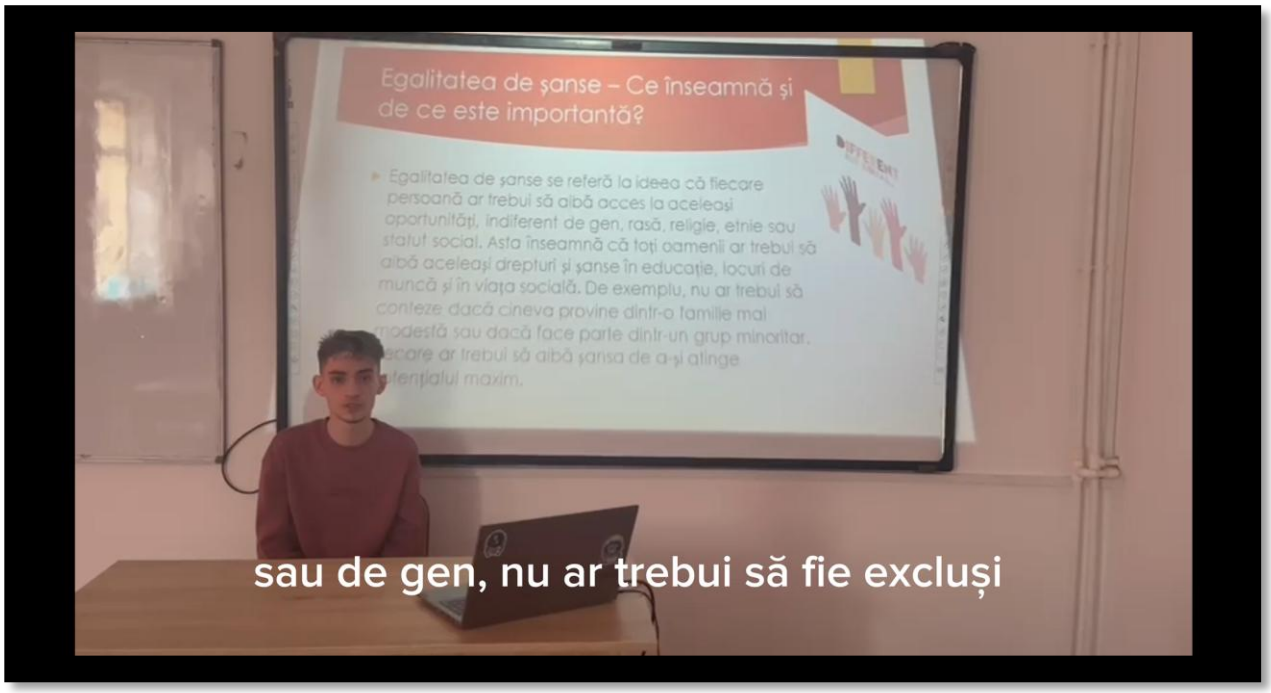


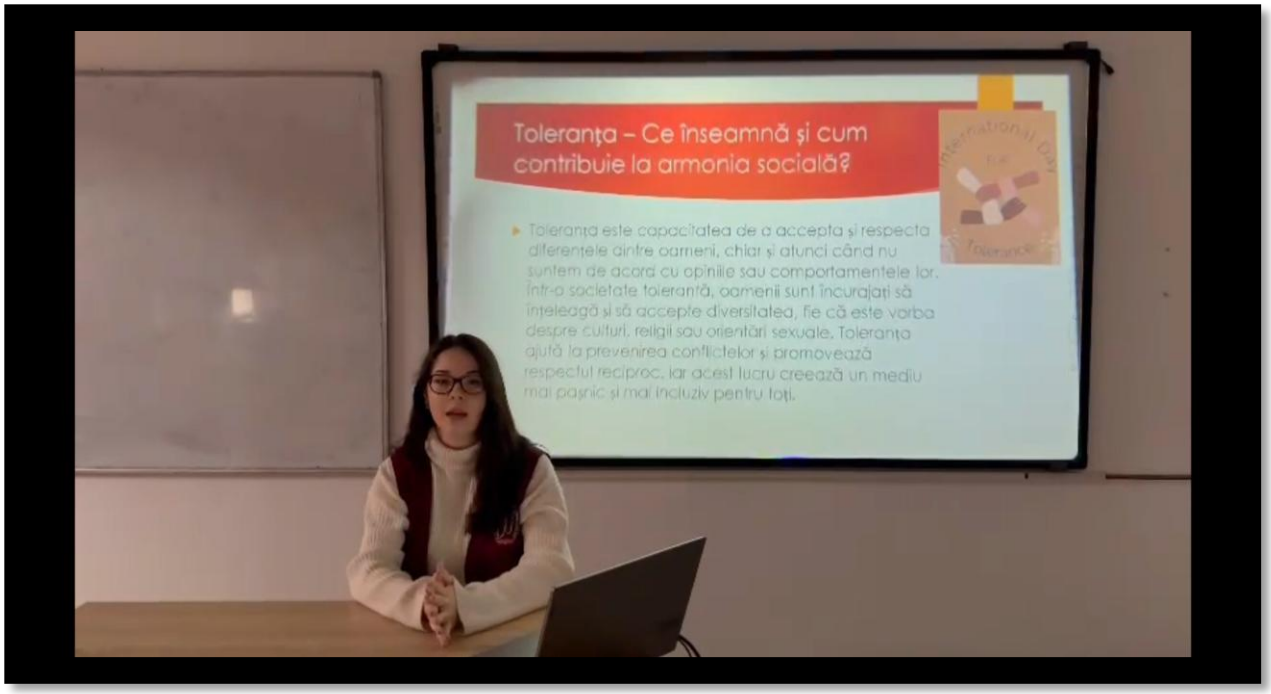



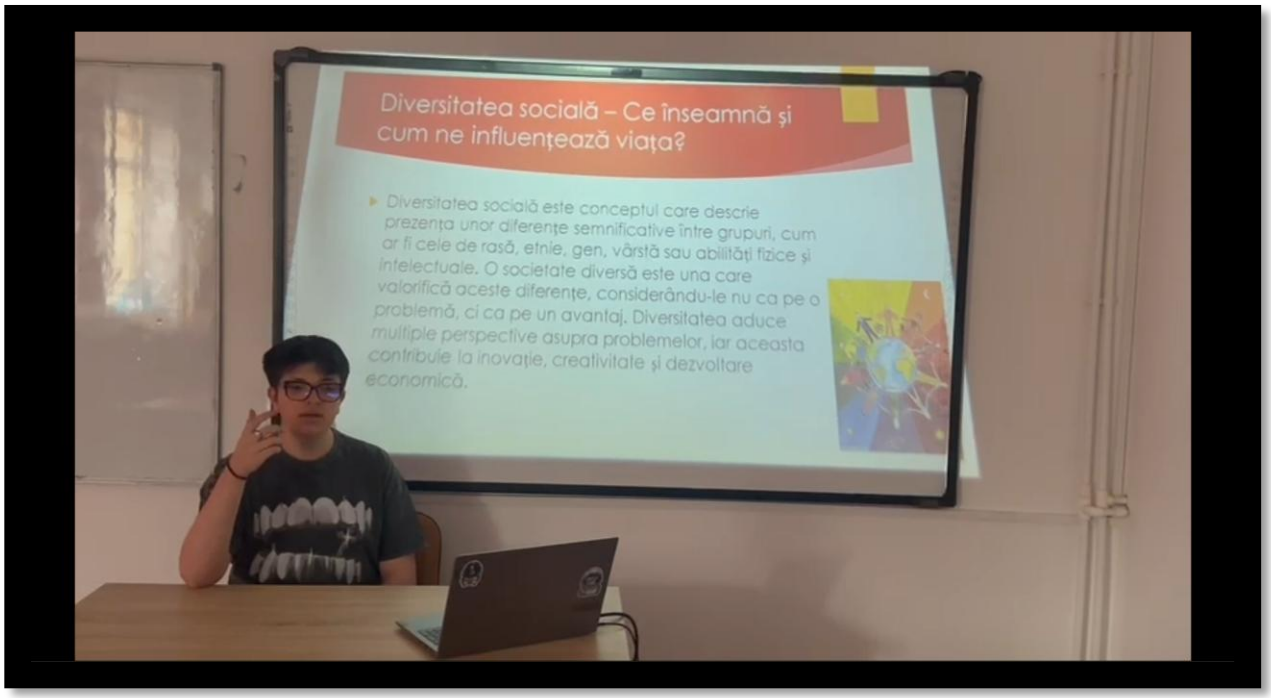

# EGALITATE DE SANSE, TOLERANTA SI DIVERSITATE SOCIALA

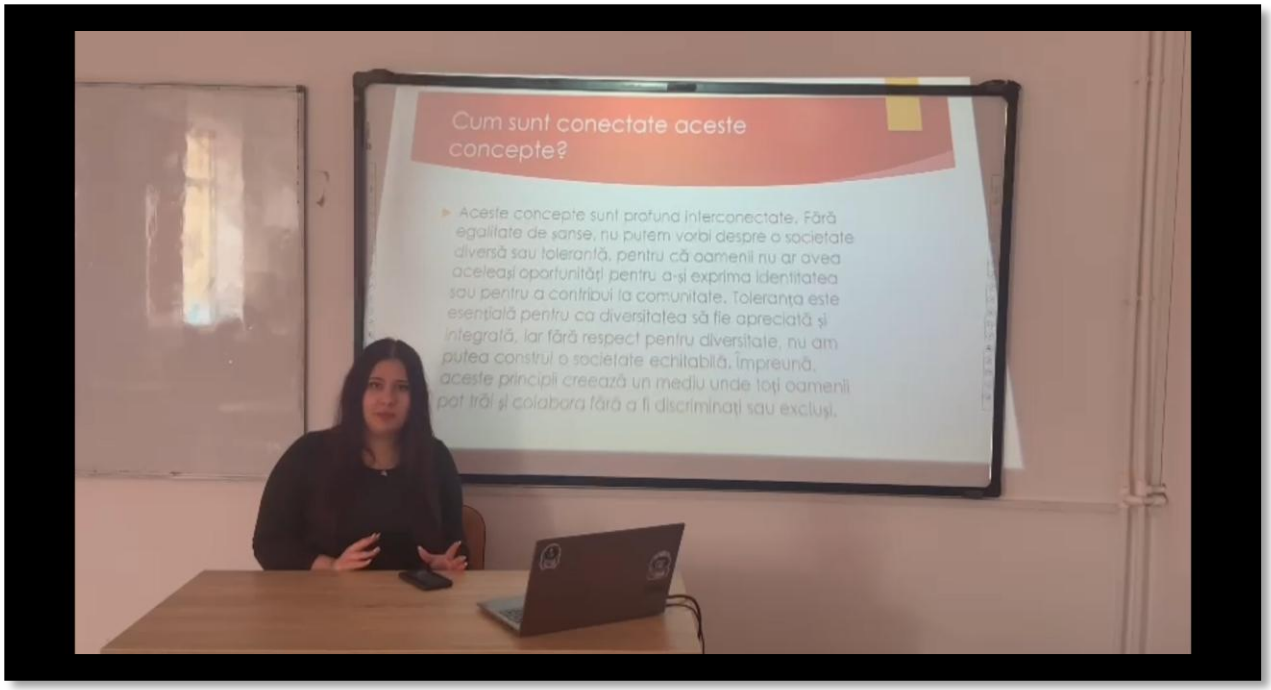


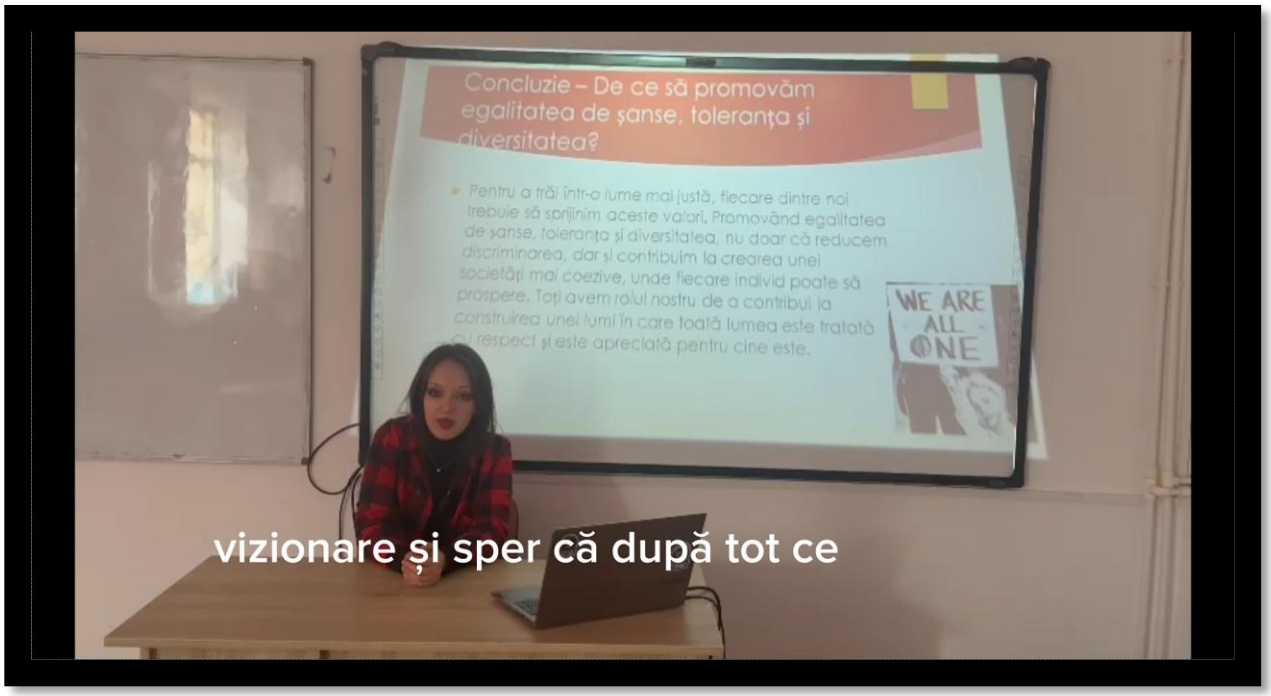

Ce sunt egalitatea de șanse, toleranța și diversitatea socială?
Astăzi vom discuta despre trei concepte fundamentale care ne influențează viața de zi cu zi: egalitatea de șanse, toleranța și diversitatea socială. Toate aceste valori sunt esențiale pentru construirea unei societăți echitabile și armonioase. În acest clip, vom explora cum se leagă aceste concepte între ele și de ce sunt importante pentru dezvoltarea unei societăți
oase și incluzive.
care se află la baza unei societăți armonioase.

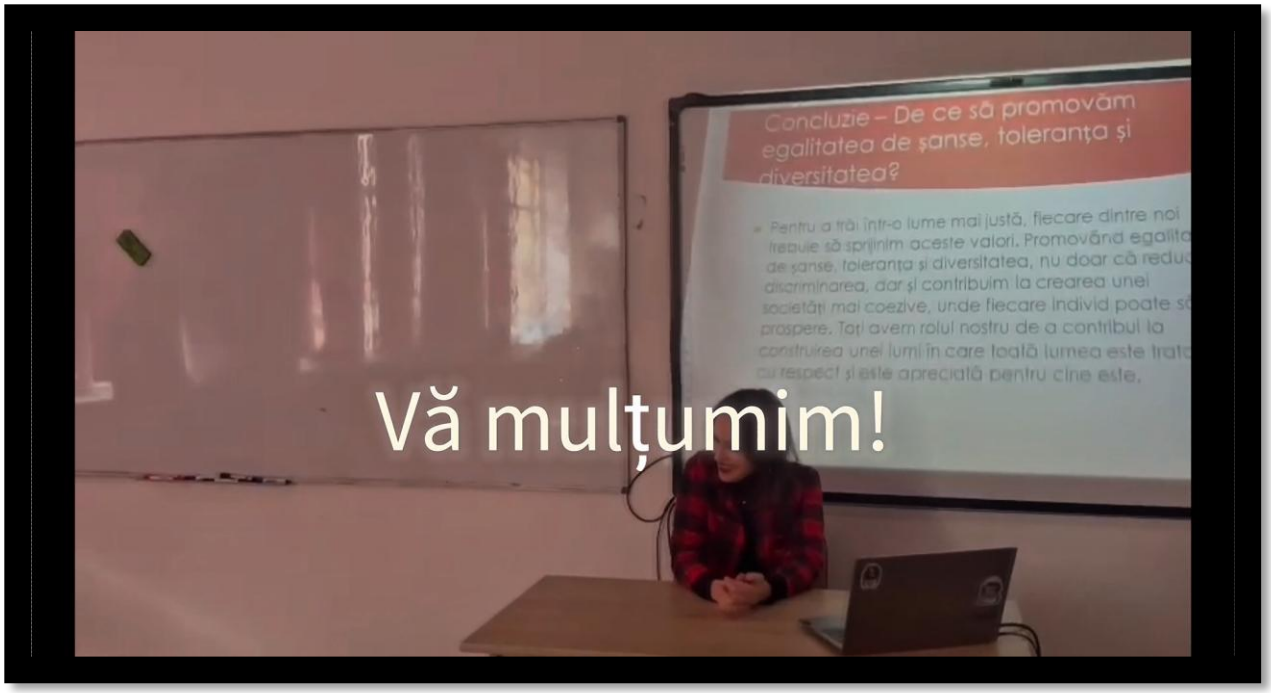

Egalitatea de șanse – Ce înseamnă și de ce este importantă?
Egalitatea de șanse se referă la ideea că fiecare persoană ar trebui să aibă acces la aceleași oportunități, indiferent de gen, rasă, religie, etnie sau statut social. Asta înseamnă că toți oamenii ar trebui să aibă aceleași drepturi și șanse în educație, locuri de muncă și în viața socială. De exemplu, nu ar trebui să conteze dacă cineva provine dintr-o familie mai modestă sau dacă face parte dintr-un grup minoritar.
care ar trebui să aibă șansa de a-și atinge
țialul maxim.
sau de gen, nu ar trebui să fie excluși


Toleranța – Ce înseamnă și cum contribuie la armonia socială?
Toleranța este capacitatea de a accepta și respecta diferențele dintre oameni, chiar și atunci când nu suntem de acord cu opiniile sau comportamentele lor. Într-o societate tolerantă, oamenii sunt încurajați să înțeleagă și să accepte diversitatea, fie că este vorba despre culturi, religii sau orientări sexuale. Toleranța ajută la prevenirea conflictelor și promovează respectul reciproc, iar acest lucru creează un mediu mai pașnic și mai incluziv pentru toți.

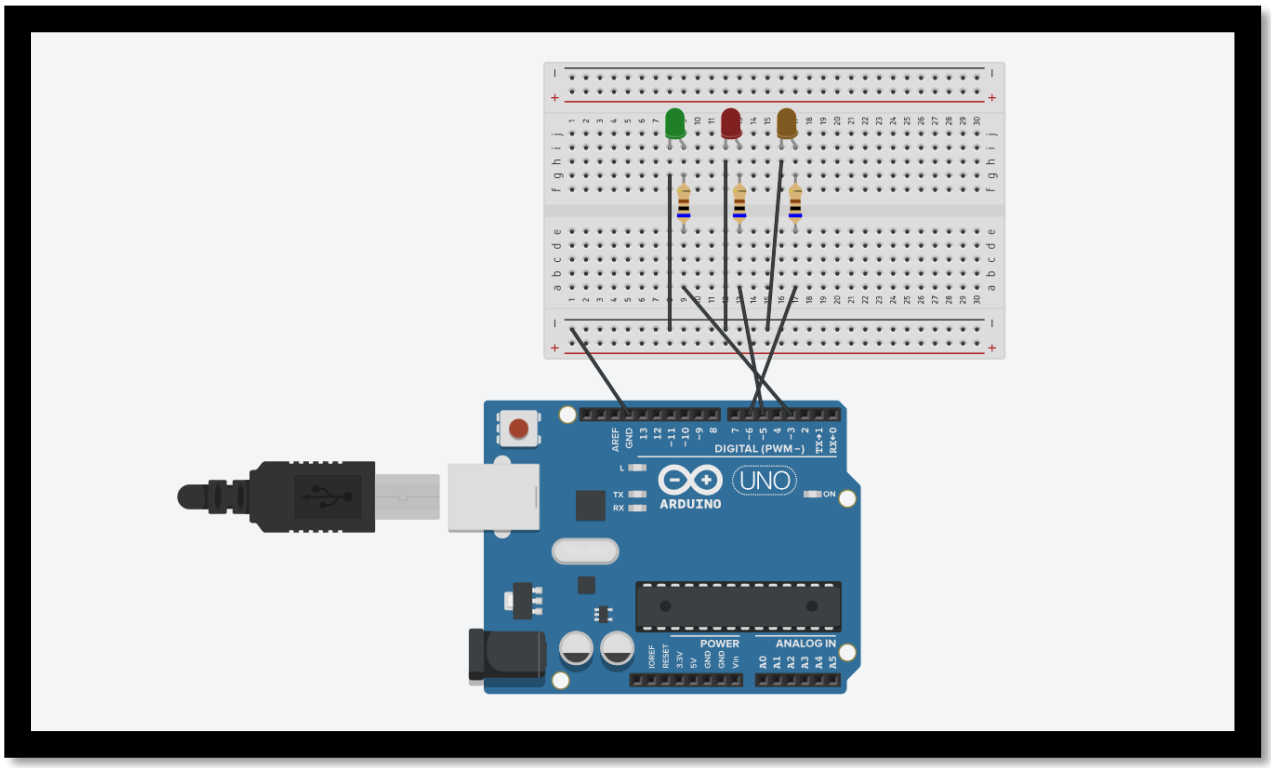

Diversitatea socială – Ce înseamnă și cum ne influențează viața?
Diversitatea socială este conceptul care descrie prezența unor diferențe semnificative între grupuri, cum ar fi cele de rasă, etnie, gen, vârstă sau abilități fizice și intelectuale. O societate diversă este una care valorifică aceste diferențe, considerându-le nu ca pe o problemă, ci ca pe un avantaj. Diversitatea aduce multiple perspective asupra problemelor, iar aceasta contribuie la inovație, creativitate și dezvoltare economică.

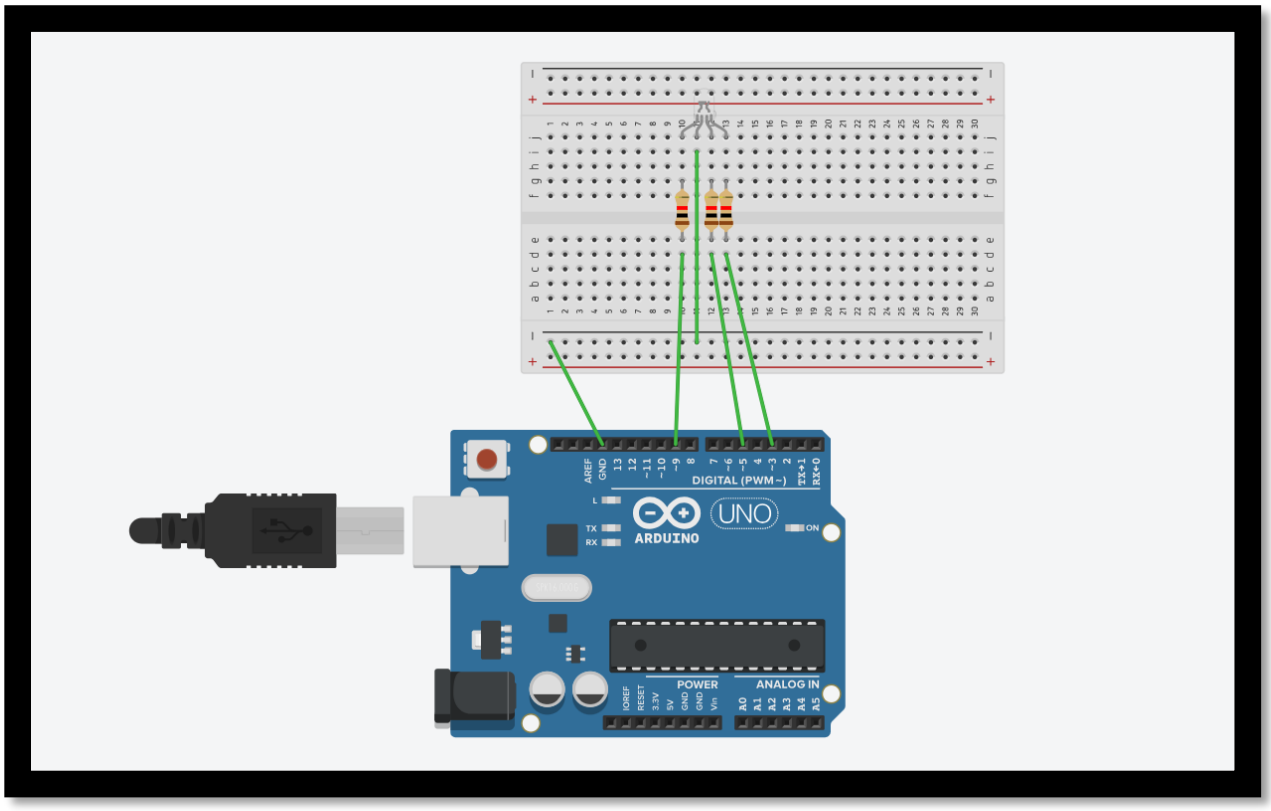

Cum sunt conectate aceste concepte?
Aceste concepte sunt profund interconectate. Fără egalitate de șanse, nu putem vorbi despre o societate diversă sau toleranță, pentru că oamenii nu ar avea aceleași oportunități pentru a-și exprima identitatea sau pentru a contribui la comunitate. Toleranța este esențială pentru ca diversitatea să fie apreciată și integrată, iar fără respect pentru diversitate, nu am putea construi o societate echitabilă. Împreună, aceste principii creează un mediu unde toți oamenii pot trăi și colabora fără a fi discriminați sau excluși.

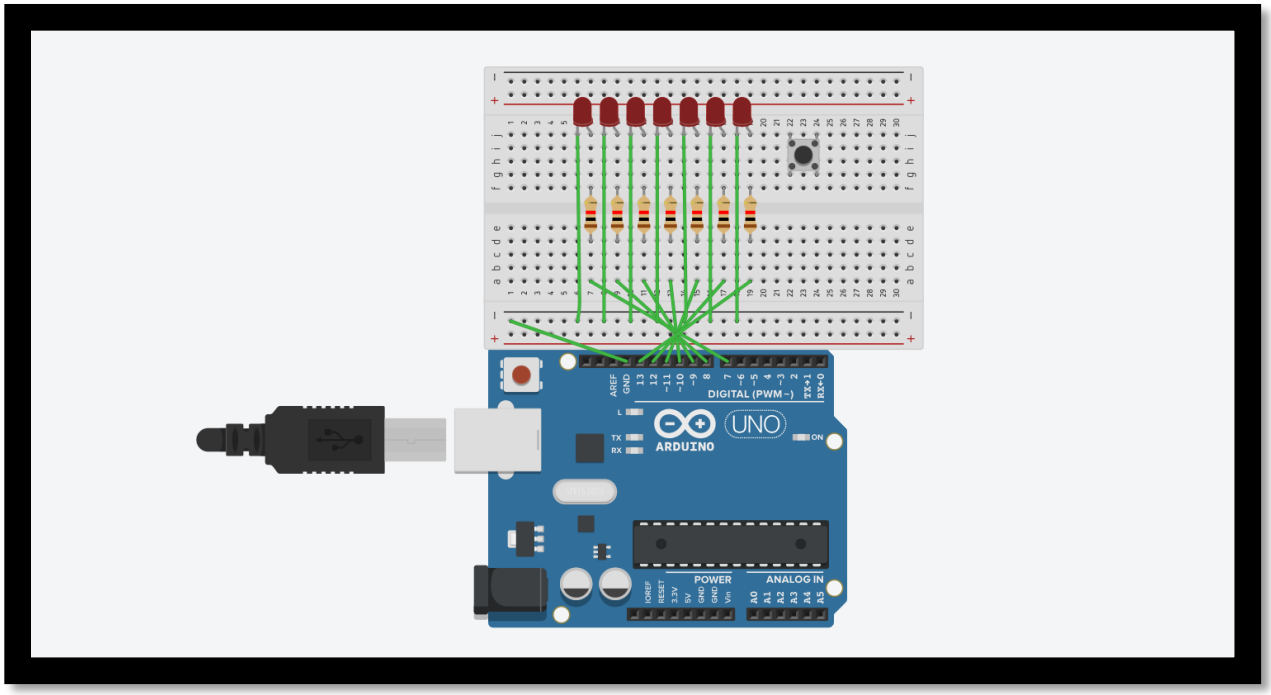

Concluzie – De ce să promovăm egalitatea de șanse, toleranța și diversitatea?
Pentru a trăi într-o lume mai justă, fiecare dintre noi trebuie să sprijinim aceste valori. Promovând egalitatea de șanse, toleranța și diversitatea, nu doar că reducem discriminarea, dar și contribuim la crearea unei societăți mai coezive, unde fiecare individ poate să prospere. Toți avem rolul nostru de a contribui la construirea unei lumi în care toată lumea este tratată cu respect și este apreciată pentru cine este.
WE ARE ALL ONE
vizionare și sper că după tot ce

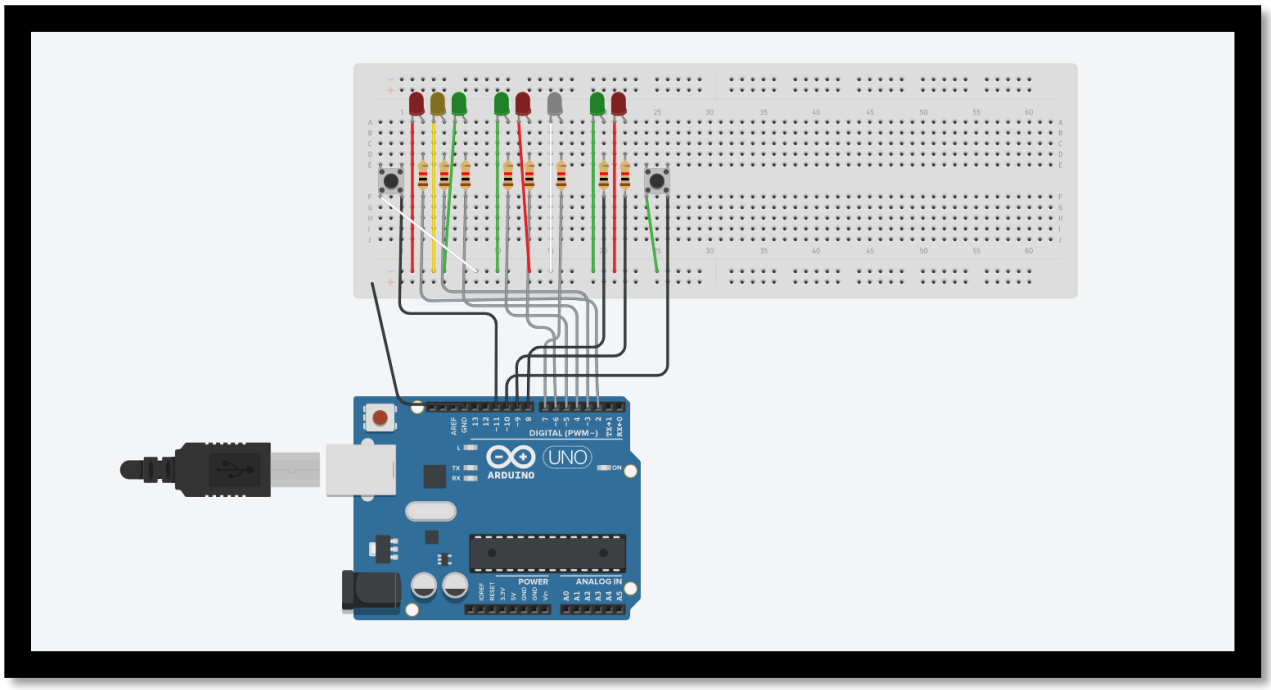

Concluzie – De ce să promovăm egalitatea de șanse, toleranța și diversitatea?
Vă mulțumim!

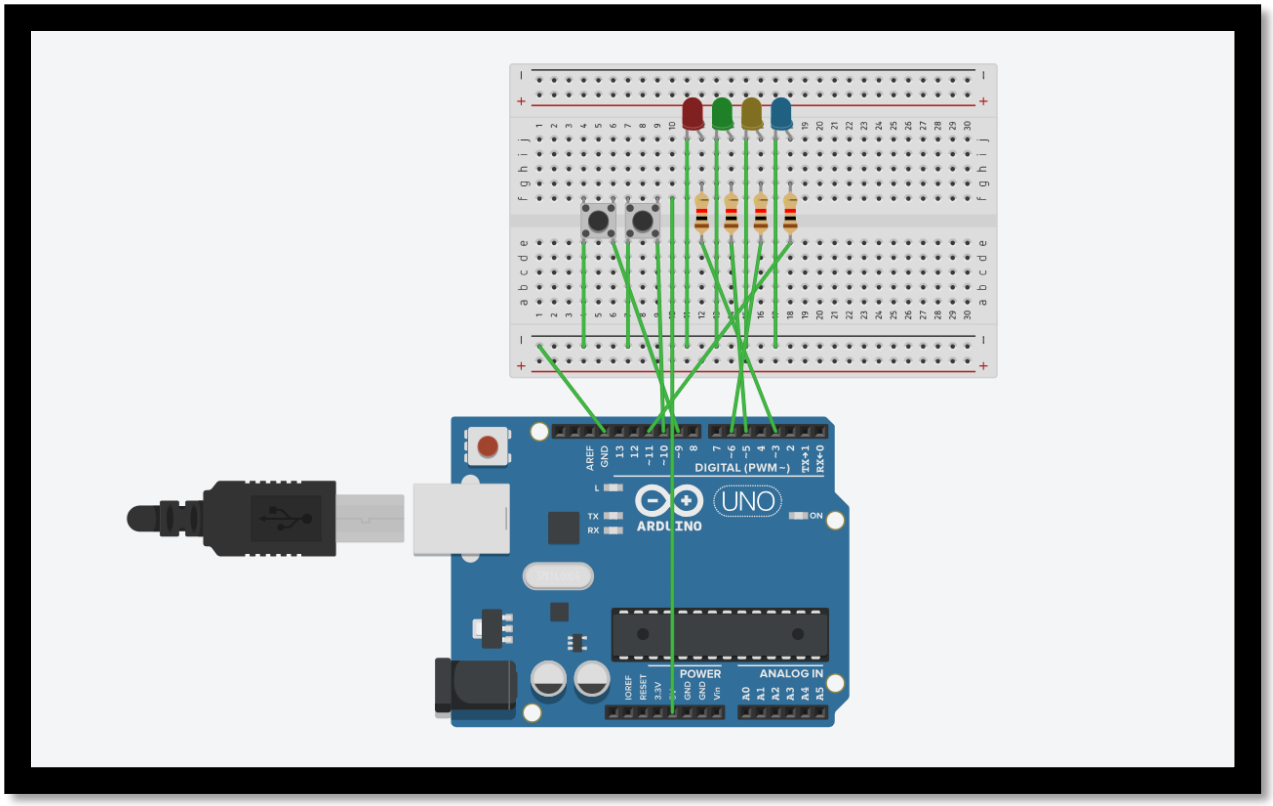
# PRODUSE FINALE

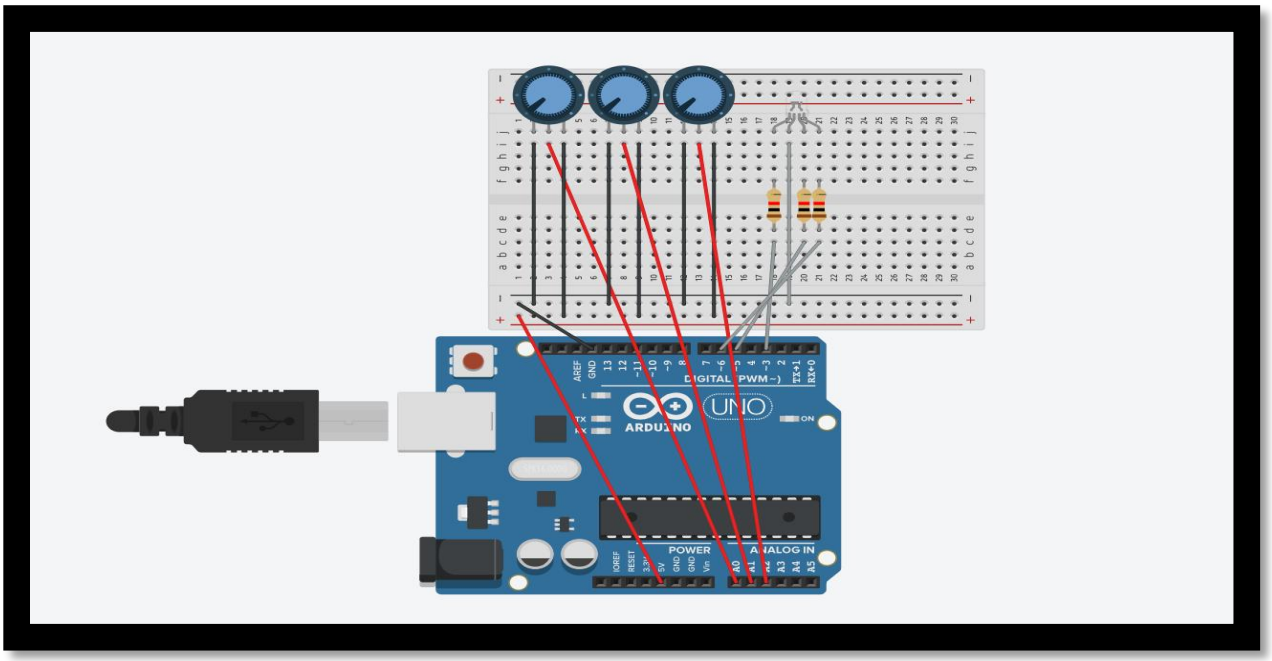


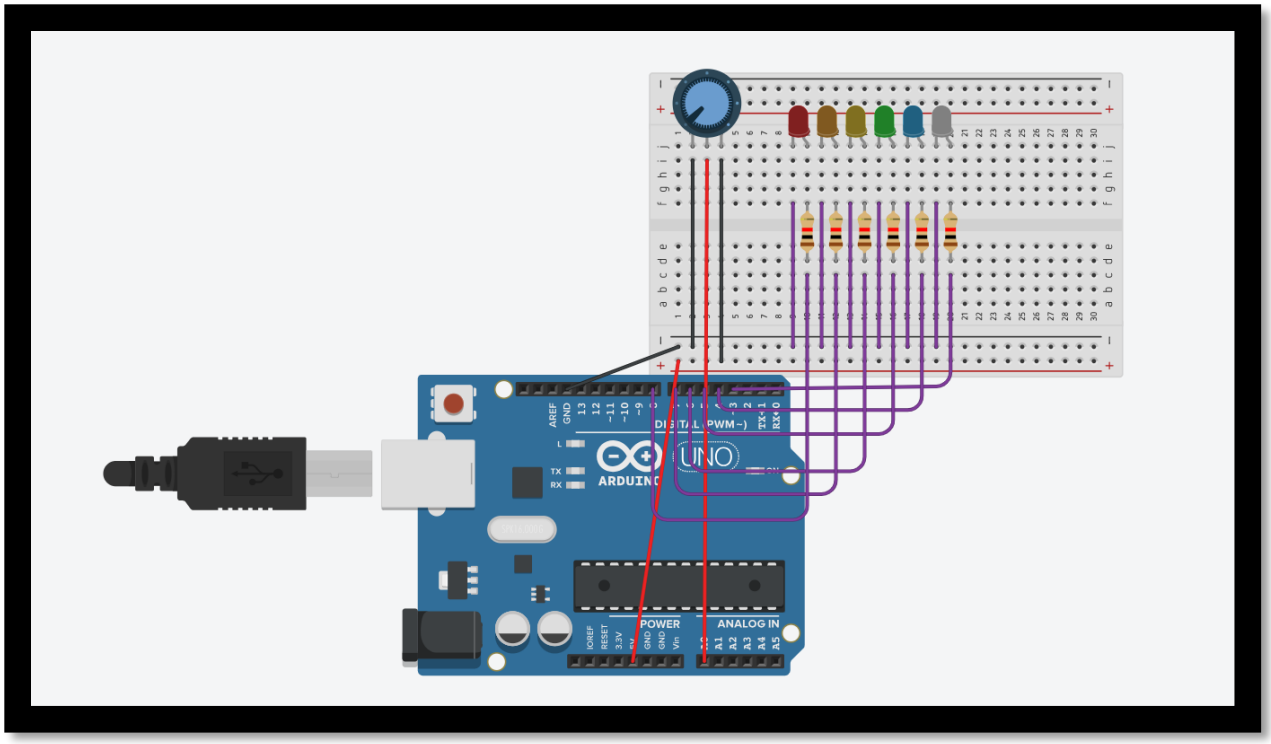



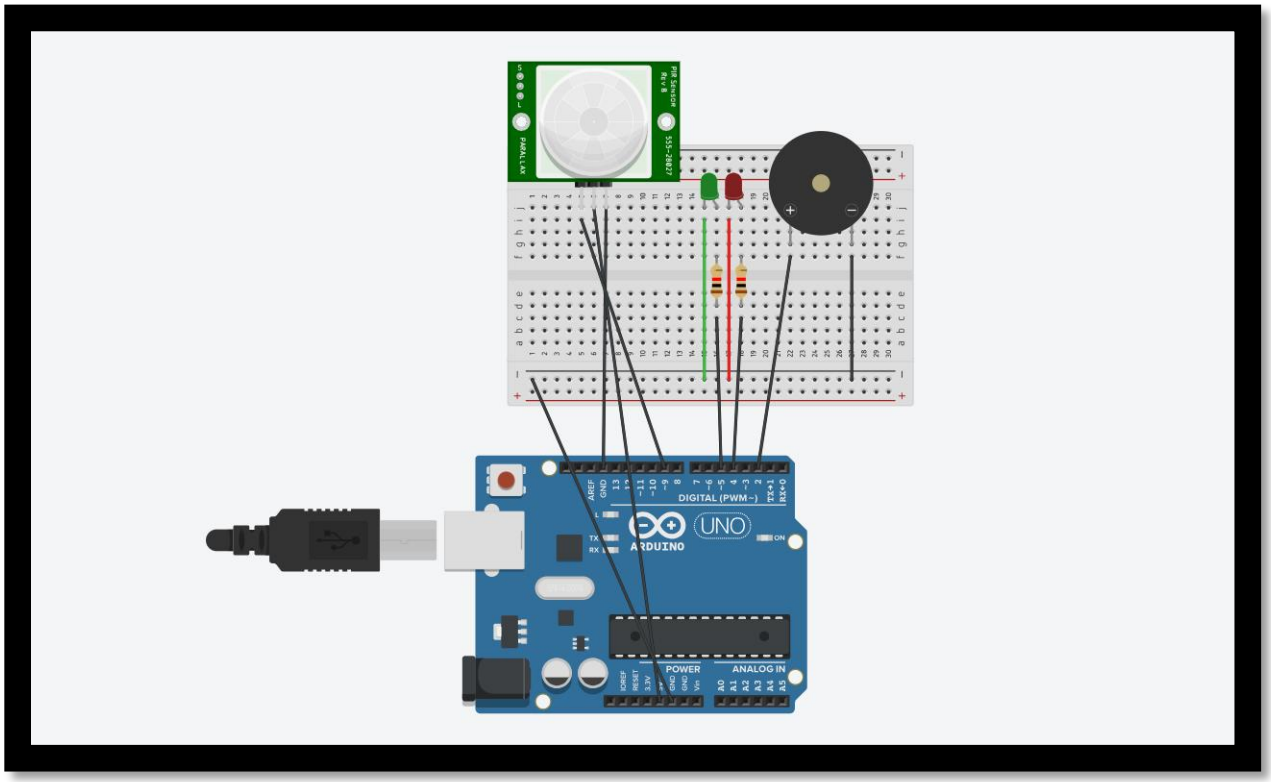

DIGITAL (PWM~)
ARDUINO
UNO
POWER
ANALOG IN

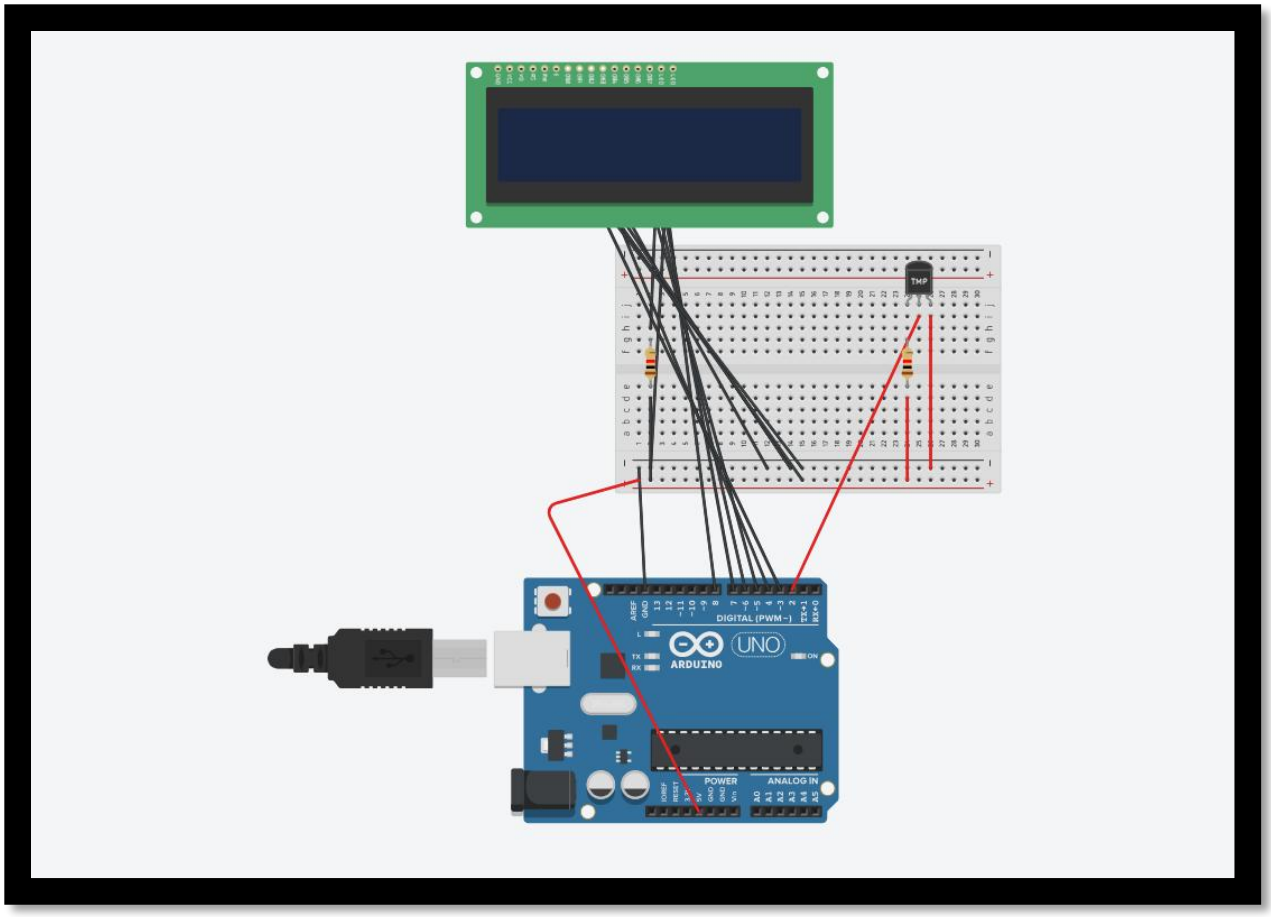

DIGITAL (PWM~)
ARDUINO
UNO
POWER
ANALOG IN

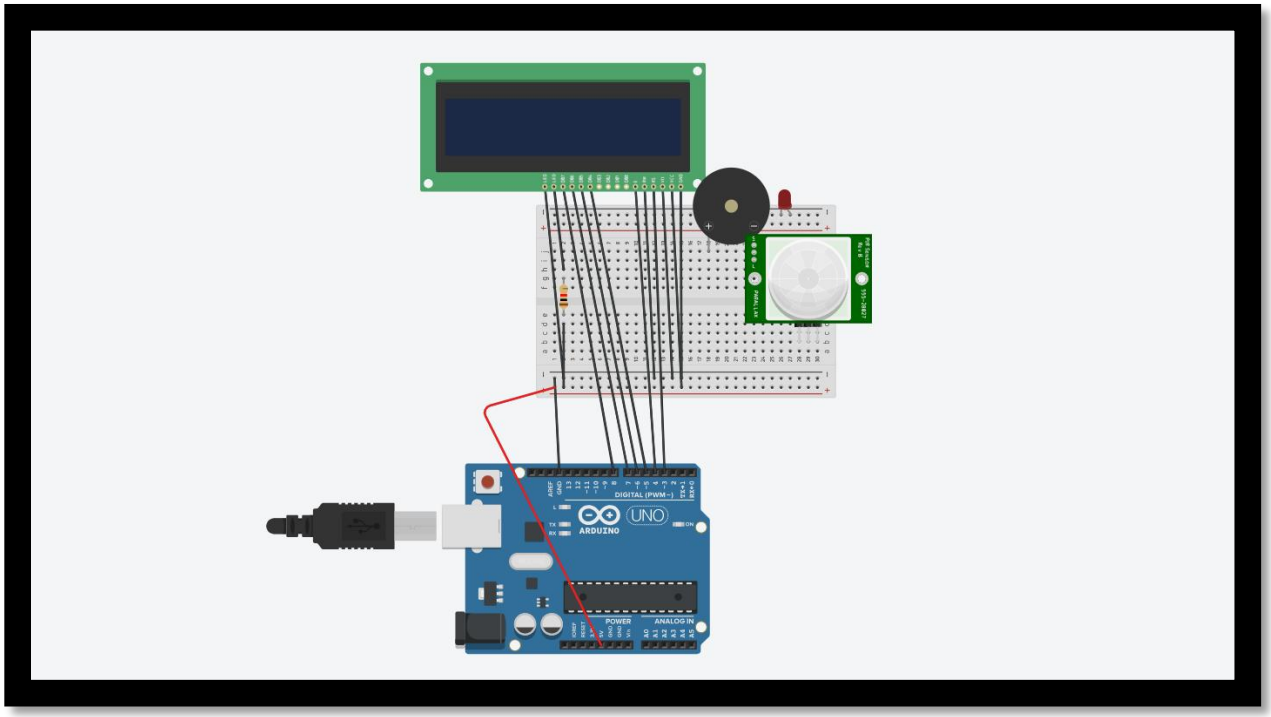

DIGITAL (PWM~)
UNO
ARDUINO
POWER
ANALOG IN


DIGITAL (PWM~)
UNO
ARDUINO
POWER
ANALOG IN


UNO
ARDUINO
DIGITAL (PWM~)
POWER
ANALOG IN


UNO
ARDUINO
DIGITAL (PWM~)
POWER
ANALOG IN


TMP
DIGITAL (PWM~)
UNO
ARDUINO
POWER
ANALOG IN


DIGITAL (PWM~)
UNO
ARDUINO
POWER
ANALOG IN