

Internationale inspiratie in Trapani Italië

Van 3 tot en met 9 mei reisden enkele collega's van De Rank af naar Trapani op Sicilië voor een bijzondere Erasmus+ cursus rondom wellbeing en welzijn in het onderwijs.

Tijdens deze inspirerende week maakten we kennis met leerkrachten uit verschillende Europese landen, waaronder Finland, Spanje, Bulgarije, Luxemburg en Kroatië. Het was mooi om te ervaren hoeveel overeenkomsten er zijn binnen het onderwijs, ondanks de verschillende culturen en schoolsystemen.

De cursus stond volledig in het teken van bewustwording, ontspanning, veerkracht en verbinding. We volgden workshops over mindfulness, meditatie, ademhalingstechnieken, beweging, biodanza, stoelyoga en emotional resilience. Daarnaast leerden we hoe deze werkvormen ook toepasbaar zijn binnen de klaspraktijk.

Bijzonder waardevol waren de momenten van reflectie en het delen van ervaringen met internationale collega's. Samen ontdekten we hoe belangrijk welzijn is voor zowel leerlingen als leerkrachten.

Naast het leren was er natuurlijk ook ruimte om het prachtige Trapani te ontdekken. De sfeervolle straatjes, de Siciliaanse gastvrijheid en het heerlijke eten maakten deze ervaring extra bijzonder.

We kijken terug op een week vol inspiratie, nieuwe inzichten en mooie ontmoetingen. De opgedane kennis nemen we mee naar De Rank om verder te bouwen aan een positieve en veilige leeromgeving voor onze leerlingen.

