

YOUTH EXCHANGE: CULTURE OF COOPERATION. BOFFRES. 9-19 DE JUNY DE 2025.

Bon dia!

Em dic Arnau i el durant el mes de juny de 2025 vaig poder participar en un Youth Exchange anomenat CoCoop; *Culture of Cooperation* a la comunitat de Grain & Sens, Boffres, França.

En aquest projecte hi vam participar 25 participants de diferents països: Itàlia, Espanya, Nord Macedònia, Moldàvia i França.

Els facilitadors del projecte, Alexis i Camille tenien com a objectiu donar-nos eines noves per poder practicar la cooperació.

El projecte ha estat organitzat des de fèrtils ([@fertiles.lb](https://www.instagram.com/fertiles.lb))

Dia 0(09/06)

Vaig agafar un TGV amb direcció a Valence, França, on oficialment va començar aquesta aventura. A Valence, ens vam trobar una gran part dels participants que esperàvem un bus que ens havia de portar a Boffres. Després de 40 min d'autobús, ens vam reunir amb l'Alexis i la Camille que ens van recollir les maletes i tot seguit vam començar la nostra primera excursió com a grup. Una caminada de 40 minuts per la natura fins a la qual seria-la nostre casa: Grain & Sens.



Un cop allà, ens vam instal·lar a les habitacions, vam descansar una estona i vam fer la nostra primera activitat tots junts.

Al vespre, vam sopar productes que havíem portat de cada país i ens vam començar a conèixer millor. Després de sopar vam fer la primera reunió a la *transformation room*, anomenada així perquè fa uns anys elaboraven melmelada allà, i vam exposar què ens agradaria que passés durant el projecte.

Dia 1 (10/06)

Vam començar el dia fent dinàmiques de coneixença, primer, vam fer un cercle per aprendre'ns els noms on cadascú de nosaltres havia de dir el seu nom, una paraula que comences amb la primera lletra del nom, la seva traducció a la nostra llengua natal i un gest, i la resta l'havíem de repetir.

Després de la pausa de mig matí, vam poder conèixer als habitants de Grain & Sens i conèixer la història de l'espai.



A la tarda primer ens vàrem continuar coneixent millor, vam començar caminant per l'espai i quan se'ns indicava, ens aturàvem davant d'algú i havíem de respondre una pregunta molt simple "Qui ets?". Vam repetir aquest procés tres cops i a continuació se'ns va presentar el projecte formalment.. I amb aquests conceptes ens vam enfrontar a la nostra primera tasca cooperativa i autogestionada: Decidir qui feia i en quina franja, les tasques que teníem a la casa.



Per fer-ho, ens vam constituir en una assemblea on vam estar discutint sobre el tema durant més d'una hora. Durant aquesta assemblea, sense saber-ho vam començar a introduir gestos i situacions que treballàrem durant la resta de dies. En acabat el temps vam fer una petita reflexió sobre com havia anat

Els vespres eren totalment autogestionats, i com que uns quants vam començar a jugar a ping-pong i tenim un assortiment pràcticament il·limitat de raquetes (que no de taules) ens vam estar fins que es va fer fosc jugant.

Dia 2 (11/06)

El matí vam fer una activitat de connexió amb la natura i entre petits grups: en 15 minuts havíem de fer una creació artística.



Després, els facilitadors ens van presentar les primeres eines per treballar la cooperació, introduint-nos el que vàrem anomenar “L'espai de llibertat”. Vam començar adoptant el “Jo”, practicant l'escolta activa, sent conscient de la importància de la confidencialitat i sobre l'autogovernança i el consentiment. També vàrem reflexionar sobre la forma amb què cadascú de nosaltres aprèn.

Després de la pausa per esmorzar vam jugar al joc de les cadires, on cadascú de nosaltres tenia una missió assignada i no podíem parlar. L'objectiu del joc era que ens adonéssim de quines són les nostres actituds reflexes, és a dir, com actuem en diferents situacions.

A la tarda hem parlat sobre comunicació no verbal i sobre quins seran els gestos que utilitzarem per millorar la comunicació amb tot el grup.

Al vespre, aprofitant que era lluna plena, ens vam reunir al voltant d'una foguera i vam compartir música.

Dia 3 (12/06)



Al matí, abans d'esmorzar vam autogestionar-nos una classe de loga.

La primera activitat del dia va ser un taller de moviment corporal per explorar la confiança i la connexió física. L'activitat 'El Gira-sol i els Vents' ens va ajudar a practicar la comunicació no verbal i per adonar-nos-en sobre com actuem quan no hem de pensar en quins moviments hem de fer.

L'activitat consistia en què una persona amb els ulls tancats havia de seguir els moviments que les altres dos li feien.

Després de reflexionar sobre l'activitat, se'ns va presentar el concepte del "Jardí", que era un grup de 3 persones que cada dia ens reuniríem i de l'eina de la "Previsió meteorològica" que consistia a preguntar-nos com estàvem físicament, emocionalment i mentalment.

A la tarda vam treballar en parelles amb la tècnica dels 'Cinc Perquè's' aquesta tècnica serveix per poder aprofundir en les motivacions que hi ha al darrere de



les coses que fem. Per treballar-ho vam escollir una de les coses que fem i parlàvem durant dos minuts. L'altra persona escoltava i quan passaven 2 minuts pregunta un Per què...?

Després de berenar vam fer una activitat per parlar sobre Europa, sobre si ens sentíem Europeus i sobre com enteníem Europa.

Mentre esperàvem per sopar, alguns vam ajudar a obrir un rasa per a l'hivernacle que la comunitat estava construint.

El vespre va ser tranquil. Alguns de nosaltres ens vam reunir a la *transformation Room* i ens vam autorganitzar per a jugar a jocs tots junts.



Dia 4 (13/06)



Vam fer un taller per parelles anomenat 'L'Argila i l'Artista'. L'artista havia de modelar a l'argila com volgués, i l'argila havia de seguir les instruccions que se li anaven donant. L'argila tenia sempre els ulls tancats i en un moment, els artistes canviaven d'argila provocant que aquesta no sabés qui l'estava manipulant. Les instruccions que rebien les argiles eren. *Estàs a favor de l'artista, en contra de l'artista, per l'artista i sense l'artista.*

L'objectiu era entendre amb quina actitud ens podem enfrontar a una cosa.

.A la tarda se'ns va introduir el concepte de la comunicació no violenta i el vàrem treballar amb exercicis per parelles.

Després de berenar ens vam enfrontar a un drac que amenaçava a uns animals (unes palanganes) els quals havíem de portar a la zona segura. Si nosaltres abandonàvem la zona segura per portar els animals, ho havíem de sense poder parlar, ni veure i si teníem un animal a les mans, no podíem moure els peus. L'activitat ens va servir per adonar-nos-en com podem cooperar entre tots i també per ser-ne conscients sobre com actuem davant de situacions estressants.



Mentre esperàvem per sopar, vam ajudar a netejar i tallar patates perquè l'endemà s'organitzava a l'Eco-villa un festival de música.

Al vespre vam organitzar un taller de dansa guiada.

Dia 5 (14/06)

Aquest dia només vam fer una activitat, la de revisió de mig projecte. L'activitat consistia a fer tres llistes. La primera sobre que volem continuar fent, la segona sobre que no volem continuar fent, i la tercera sobre que volem crear.

Després vam tenir tot el dia lliure. Uns quants de nosaltres ens vam oferir com a voluntaris per a ajudar en les tasques del festival. I quan la nostra jornada acabava aprofitàvem per anar a explorar la zona, descansar i compartir els nostres talents. Al vespre ens vam reunir tots per sopar i vam poder gaudir de música en viu fins ben entrada a la matinada.



Dia 6 (15/06)



Al matí vam fer l'activitat 'L'Àncora i el Protagonista', per explorar límits i reaccions. L'activitat tenia 3 parts i una de bonus. El protagonista tenia els ulls tancats i era subjectat pel braç per l'àncora. L'objectiu del protagonista era alliberar-se. En la primera part, tots dos teníem els peus clavats a terra, en la segona el protagonista es podia moure lliurement i en la tercera, el protagonista ja no es volia alliberar, sinó que anava a

favor de l'àncora. Quan tots dos havíem fet els dos papers, vam fer el bonus que consistia que els dos podíem col·laborar amb l'altre. La dinàmica ens va servir per entendre com actuàvem davant de limitacions.

A la tarda, ens van fer una sessió teòrica sobre facilitació, els passos que s'han de seguir per fer una reunió sobre quins rols s'han de tenir dins d'un grup.

Després, ens vam autoorganitzar per a decidir que volíem fer a la nit multicultural.

Vam acabar el dia amb al voltant d'una altra foguera i menjant núvols de sucre.



Dia 7 (16/06)

Al matí vam tornar a coorganitzar una altra classe de loga.

El dia oficialment va començar amb una sessió oberta i voluntària per fer preguntes amb els facilitadors. A continuació vam fer una activitat amb bastons de bambú que havíem de sostenir entre dues persones només amb la punta d'un dit, mentre exploràvem quins moviments podíem fer. A mesura que anava passant el temps, s'afegien connexions entre nosaltres fins que tots estàvem units i després s'anaven eliminant fins a quedar en grups de 3.

A la tarda, vam ajudar els habitants del lloc en tasques com arreglar el jardí, ajudar amb el manteniment, recollir palla pels animals, apilar llenya pel forn de pa i a redactar un article de disseminació per al projecte.

Al vespre, un altre taller de dansa autoorganitzada.

Dia 8 (17/06)

Al matí vam aprendre sobre les diferents formes de presa de decisions en grup. També vam conèixer el YouthPass, l'Erasmus+ i el procés de difusió del projecte.



Vam reflexionar sobre com i on aplicar el que hem après, per fer-ho ens vam col·locar en dos cercles concèntrics i havíem de respondre a la persona que teníem al davant una pregunta que ens feien els facilitadors.

A la tarda, vam fer una dinàmica anomenada 'Cercle de Suport', on cinc grups abordaven una situació real d'un membre anomenat "Speaker". La dinàmica s'utilitza per a poder trobar solucions usant la intel·ligència col·lectiva.

Al vespre vam celebrar la nit multicultural amb jocs, actuacions i balls.



Dia 9 (18/06)



L'últim dia de projecte el vam començar fent un taller corporal per explorar la connexió sense contacte físic. En un primer moment vam estar primer presents amb nosaltres mateixos i després ens vam posar per parelles. Primer ens vam mirar als ulls una estona i en acabat, sense dir-nos res, un de nosaltres començava un moviment i l'altre el seguia com un mirall.

Més tard vam fer una 'dutxa càlida', expressant agraïment entre nosaltres.

A la tarda vam fer parelles per consolidar els aprenentatges, tot responent preguntes que els facilitadors ens feien, vam recordar tot el que havíem experimentat durant la setmana.

Mentre berenàvem vam poder aprendre sobre les motivacions del flequer de la comunitat i la seva història.



Finalment, vam compartir unes últimes paraules de comiat al grup i ens vam organitzar per netejar els espais comuns. A la nit, ens vam escriure missatges per a llegir-los un cop arribem a casa.

Dia 10 (19/06)

L'últim dia. A les 06:00 del matí una part del grup va marxar de la casa, els altres ho vam fer a les 11:30. Els facilitadors ens van carregar les motxilles i nosaltres vam començar la que seria l'última excursió tots junts desfent el camí que el primer dia havíem fet. Un cop arribats a Boffres vam agafar l'autobús fins a Valence. Allà vam dinar plegats en un parc i ens vam anar acomiadant a poc a poc de tots, encara que a nosaltres ens agrada pensar que més que un adéu va ser un "Fins aviat".



Disseminació personal

Com a disseminació personal del projecte vaig proposar treballar utilitzant “l’espai de llibertat” a tot el grup del projecte *Magsci* impulsat des de la Càtedra de Cultura Científica i Comunicació digital de la UdG.

Després de treballar durant una setmana amb aquesta metodologia mentre fèiem la desena edició del Campus d’Estiu de Màgia i Ciència, hem decidit que aquesta metodologia no ens funciona, i hem decidit continuar amb la metodologia que sempre ens ha funcionat: la improvisació i la confiança mútua entre tots nosaltres.

La conclusió que n’extrec d’aquesta prova és que no existeix una única forma de cooperar, i que sempre que tots els integrants del grup estem d’acord sobre com volem funcionar, la cooperació és possible.

Conclusió

Saber cooperar no és una tasca fàcil, i no tothom està disposat a treballar-hi. Tot i això, la cooperació és molt important de cara a poder generar impactes en el món on vivim.

Agraïments

Per acabar, m’agradaria agrair a totes les persones que han participat i han compartit amb nosaltres aquesta experiència, en especial a l’Alexis, la Camille i a tots els habitants de Grain & Sens per acollir-nos i cuidar-nos durant tots aquests dies.

Moltes gràcies per haver-me donat l’oportunitat de viure aquesta experiència amb tots vosaltres!

