

22-28 february

Screen Detox

Youth Exchange

Greece

Hola! Soc la Iona, ex-estudiant de la UdG i vinc a compartir amb vosaltres la meva darrera experiència a Kalamata (Grècia).



Aquest projecte tenia com a temàtica la desintoxicació de pantalles. A primera vista sembla un tema molt recurrent, veritat? Doncs ni us imagineu com d'important n'és fins que passes una setmana reflexionant, jugant i debatent sobre el tema!

Sobre el projecte

En aquesta estada ens vam trobar un total de 30 joves d'Espanya, Sèrbia, Bulgària, Itàlia i Grècia. Des d'un primer moment ja es comencen a fer activitats per anar coneixent-nos entre tots, i de seguida s'acaben formant vincles molt bonics i sincers entre els participants.

Durant tot el projecte hi ha una organització d'activitats i temps lliure. A la jornada d'activitats es fan coses relacionades amb la temàtica, jocs i també moltes reflexions interessants. Després en el temps lliure pots moure't i visitar la zona o bé fer pinya amb la gent que vas coneixent.



Activitats

- Tallers sobre desinformació i fake news
- Reflexions sobre la comunicació en l'era digital
- Activitats amb escoles locals per promoure la interacció real
- Jocs de rol i debats sobre l'impacte de la tecnologia
- Temps lliure sense pantalles per redescobrir la creativitat



Reflexions

Sens dubte, he pogut reflexionar sobre la gestió del temps i l'ús de la tecnologia, com implementar hàbits més saludables i com d'important i necessari és establir una relació sana amb les pantalles.

Viure una experiència com aquesta t'obre les portes a conèixer gent nova, practicar l'anglès, gaudir de moment únics i emportar-te un record per sempre. I és que... per molt pocs dies que duri el projecte, tot es viu d'una manera tan intensa que et permet crear vincles i viure emocions que mai t'hauries esperat!

Si mai teniu l'oportunitat de participar en un projecte com aquest, no ho dubteu! Us emporteu un enriquitment del tema i una experiència MOLT BONICA :)