

YOUTH EXCHANGE: “UNLOCK YOUR POTENTIAL”

23.09.2025 - 29.09.2025, Leipzig, Alemanya

Hola! Som la Laura, en David, en Jordi, la Maria i en Pol, som estudiants de la UdG, i del 23 al 29 de setembre de 2025 vam tenir l'oportunitat de participar en un Youth Exchange a



Leipzig, Alemanya. El projecte s'anomenava: “Unlock your potential”, tenia com a objectiu empoderar joves i estudiants a desenvolupar i descobrir el seu potencial, personal i professional, a través de desenvolupar habilitats, la reflexió personal i l'aprenentatge intercultural. El projecte se centrava en l'ocupabilitat, l'autoconfiança i les habilitats socials, proporcionant-nos eines i experiències que ens puguin ajudar a transició cap a l'edat adulta i el mercat laboral.

Aquest projecte va ser organitzat per l'associació alemanya DieVilla, i, en el nostre cas, els participants espanyols, hi vam accedir a través de la Víbria Intercultural que va ser la nostra “sending organisation”. Durant aquests dies vam conviure amb 13 de joves més procedents de diversos països —Alemanya, Letònia i Grècia— amb qui ens vam comunicar principalment en anglès. Va ser una immersió lingüística impressionant!

Allà vam participar en “workshops” dinàmiques en les que vam descobrir els nostres punts forts, es fomentava l'autoconeixement i el desenvolupament personal. També vam dur a terme moltes activitats en equip on teníem l'oportunitat d'assumir rols de lideratge. Tots plegats vam començar a perdre la por de parlar en públic des del primer dia, amb activitats que ens permetien expressar-nos a nosaltres mateixos, narrar històries, representar obres de teatre, entre d'altres. També vam rebre una petita “masterclass” de com realitzar un CV, escriure una carta de motivació, etc, i ens van fer una sessió de fotos per poder utilitzar-les al currículum. Per últim però no menys important, vam fer una escapada en kayak pels canals de Leipzig!



Ara us escric jo, en Pol, personalment m'emporto molt més que el coneixement de les activitats com a tal. No vull oblidar mai l'ambient de “família” que vam crear alla en una setmana. Vaig sentir-me en un espai segur per sortir de la zona de confort i vaig conèixer gent que m'han inspirat i incitat a créixer. He guanyat en confiança en mi mateix i he pogut veure que sóc capaç de fer coses i assumir rols que creia fora del meu abast.

A mi m'ha passat una cosa similar al Pol (hola, per cert, sóc la Maria!). Amb aquest Youth Exchange he guanyat molta més confiança amb el meu anglès, i les diferents activitats i tallers han potenciat habilitats molt importants en mi, com ara el lideratge o la iniciativa. També he vist moltes perspectives noves que no oblidaré, no només he descobert cultures de les quals gairebé no en sabia res, sinó que he conegut persones que, amb les seves perspectives històries, m'han fet créixer molt en poc temps.

Parlant ara del meu cas, en Jordi, puc dir que ha estat una experiència que m'ha canviat des de dins, més de manera introspectiva. Ara sóc molt més conscient de les meves soft-skills, en què haig de millorar i en què sóc bo. Tot i que vaig estar malalt gran part del viatge però, també m'enduc totes les experiències viscudes més enllà de les activitats, la gent amb la que vaig connectar i les amistats que vaig fer en general, tot es pot descriure com un cúmul d'emocions i experiències inoblidables.

En el meu cas, Laura, aquesta experiència de voluntariat ha estat molt positiva i significativa. M'ha ajudat a conèixer-me millor, a descobrir les meves fortaleces i a guanyar confiança en mi mateixa. També he après coses noves que em serviran tant a nivell personal com professional. El millor de tot ha estat poder compartir aquesta aventura amb joves d'altres països, aprendre dels altres i crear vincles que segur recordaré sempre. Ha estat una experiència única que m'enduc amb molt bon record.

I per últim, sóc en David i si us hagués de parlar de la meua experiència personal us ho podria resumir en que no m'empenedeixo d'absolutament res. La organització del projecte, els llocs, les activitats, els espais, la gent i els coordinadors han sigut clau per poder adquirir unes habilitats tant personals com professionals que sempre formaran part de mi. Ha sigut quasi una setmana molt curta (crec que a tots ens ha passat igual) i puc dir que és una eina bestial en tots els sentits, coneixes gent increïble, et pots obrir, descobrir com és l'altra gent i sobretot descobrir-te a tu mateix i compartir aquesta experiència amb altra gent jove amb les mateixes ganes de fer amistats, de conèixer i de créixer que tu.

En conclusió, parlant en nom de tots els membres d'aquest grup, us recomanem a tots i totes els que estigueu pensant en fer un projecte així que no us ho penseu més! Sortiu guanyant sempre, com heu pogut llegir en les nostres pròpies experiències.

Així que ja sabeu! Busqueu un espai en les vostres agendes i feu la sol·licitud perquè, tant com m'ha passat a mi com als meus companys, tindreu l'oportunitat de fer un pas gegant en la vostra vida i créixer més del que us podeu arribar a imaginar!!