

# Youth *Exchange*

**THE MYTH OF US**

17-27 Gener 2026

**Kaunas, Lituània**

Laia, Laura, Berta, Nicole,  
Carmen & Emma



# Nosaltres!



Nicole



Emma



Laura

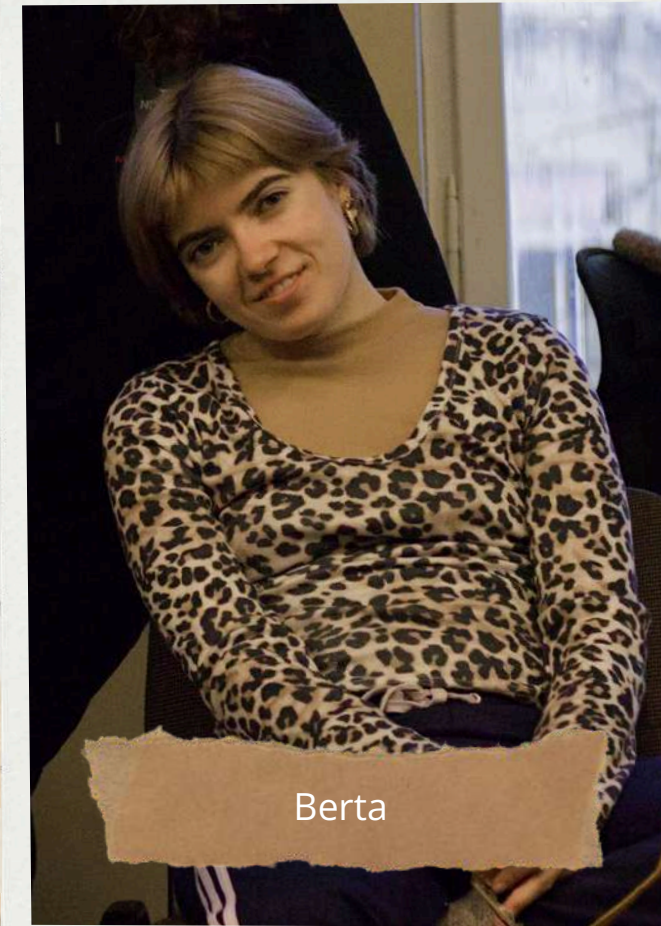
# Nosaltres!



Laia



Carmen



Berta



# Dia 0

## **inici, viatge, aventura.**

Per sort o per desgràcia, hi havia pocs vols per anar cap a Kaunas, així que vam decidir marxar un dia abans i aprofitar per gaudir del primer dia de l'experiència juntes fent turisme per la capital de Lituània.

Amb -15 graus, un bon dinar lituà i moltes rialles, vam començar l'aventura!



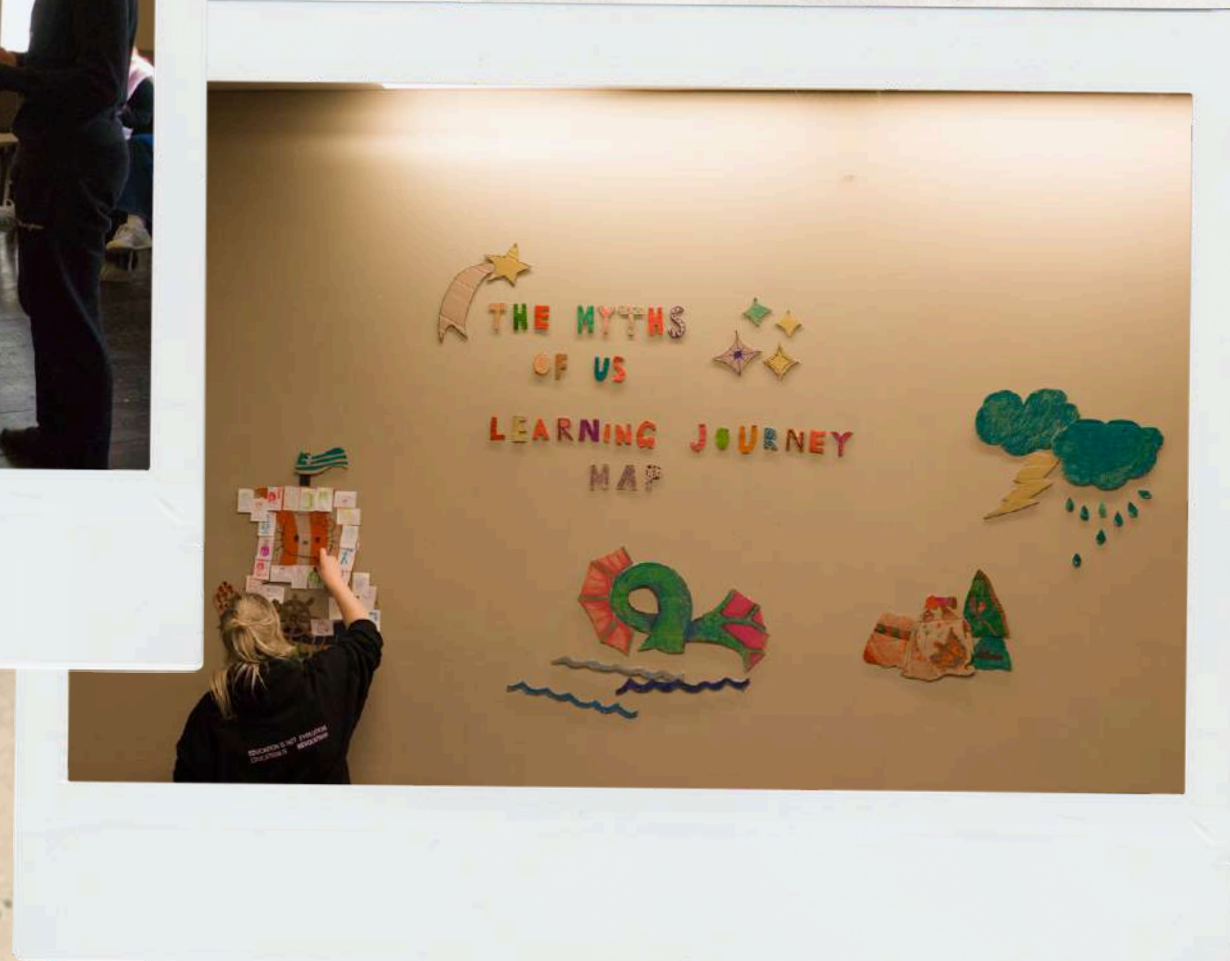
# Dia 1

**inici, intensitat, comunitat, exploració, cansament creatiu.**

La primera jornada va marcar l'entrada progressiva al projecte i a la comunitat d'aprenentatge. A través de dinàmiques de presentació i jocs trencaglaç, es va afavorir el coneixement mutu, la memorització dels noms i la generació d'un clima de confiança. Les expectatives dels participants es van fer visibles mitjançant recursos gràfics col·lectius, establint un primer marc compartit.

Posteriorment, l'activitat **"Our River Flows Community"** va introduir el concepte de comunitat com a eix central del projecte. Mitjançant una gimcana cooperativa, es va reflexionar sobre el treball en equip, la competència, l'espera i la pertinença a un conjunt més ampli que el propi grup. Es van establir normes comunes de convivència, límits i consentiment.

A la tarda, el treball sobre les **competències clau** europees va prendre forma amb la creació del **Learning Journey Map**, una metàfora visual del procés d'aprenentatge personal i col·lectiu. El dia va concloure amb espais de reflexió per països i una activitat lúdica nocturna orientada a descobrir interessos i passions ocultes.



# Dia 2

**percepció, valors, mites, diversitat, debat.**

La segona jornada es va centrar en la **diversitat de percepcions i interpretacions de la realitat**. A través de jocs vivencials, es va posar de manifest com una mateixa experiència pot ser viscuda de manera diferent segons el context, els privilegis o les circumstàncies personals.

Mitjançant dinàmiques com el joc de l'antropòleg, es va treballar la diferència entre observació i assumpció, i com el poder i la informació condicionen la percepció social. Aquest marc va donar pas a una reflexió sobre el paper de la mitologia en el món contemporani.

Els participants van crear mites propis al voltant de valors com el coratge, la paciència o el respecte, culminant amb la presentació d'un mite italià i un debat sobre identitat, lleialtat i valentia. El dia va finalitzar amb una vetllada intercultural.



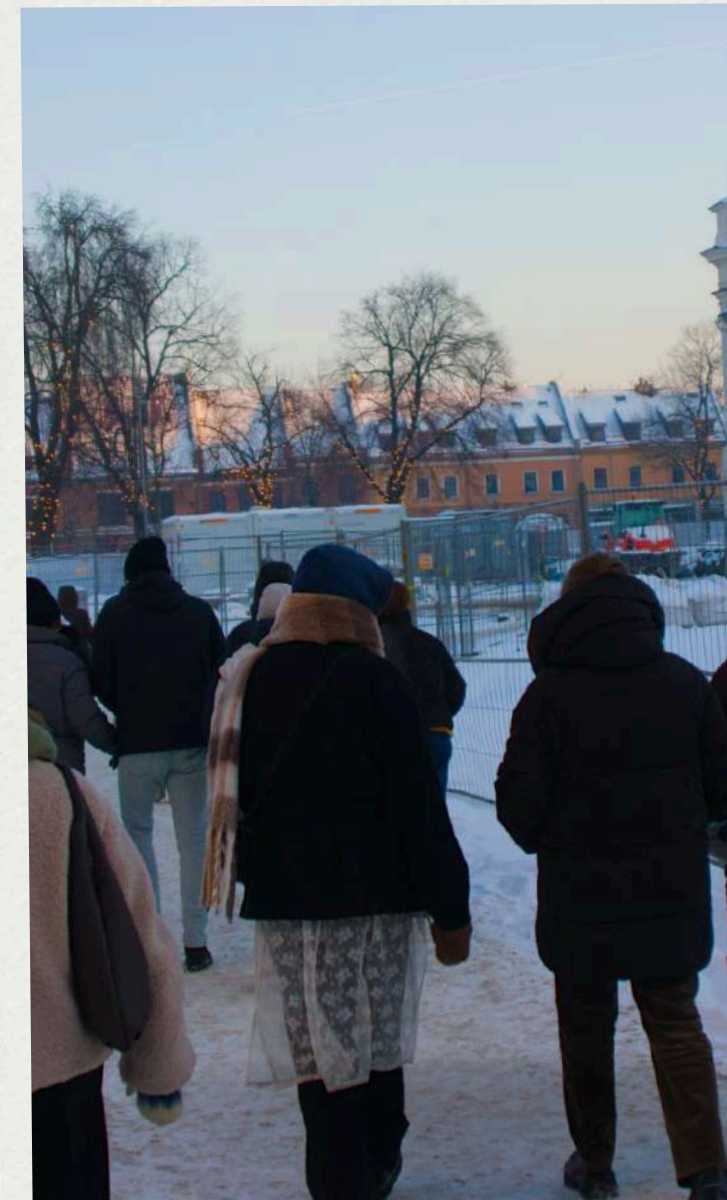
# Dia 3

**narrativa, experiència, cultura, introspecció, creativitat.**

El tercer dia va aprofundir en **l'estructura narrativa del viatge de l'heroi**, viscuda de manera experiencial. Els participants van recórrer simbòlicament les diferents etapes del relat: la crida, el rebuig, el mentor, els obstacles, els aliats i el retorn.

Aquesta vivència es va complementar amb una immersió en la mitologia estoniana a través d'estacions sensorials, dansa i música tradicional. A la tarda, l'exploració de l'entorn urbà i natural va donar pas a una reflexió individual guiada, centrada en l'escriptura automàtica com a eina d'introspecció.

La jornada va concloure amb una activitat intercultural lúdica orientada al coneixement de trets culturals diversos.



# Dia 4

**empatia, confiança, escolta,  
profunditat, transformació.**

El quart dia va situar l'**empatia com a eix central**. Mitjançant pràctiques corporals, reflexions guiades i treball emocional en grup, es va aprofundir en la comprensió de les emocions pròpies i alienes.

El treball amb mites lituans va permetre analitzar decisions, rols i conseqüències des d'una perspectiva empàtica, arribant a un moment clau amb exercicis d'escolta activa per parelles, que van generar un alt nivell de confiança i obertura emocional.

Aquesta jornada va ser viscuda col·lectivament com un punt de no retorn dins del procés grupal: el pas definitiu de la presentació a la transformació.



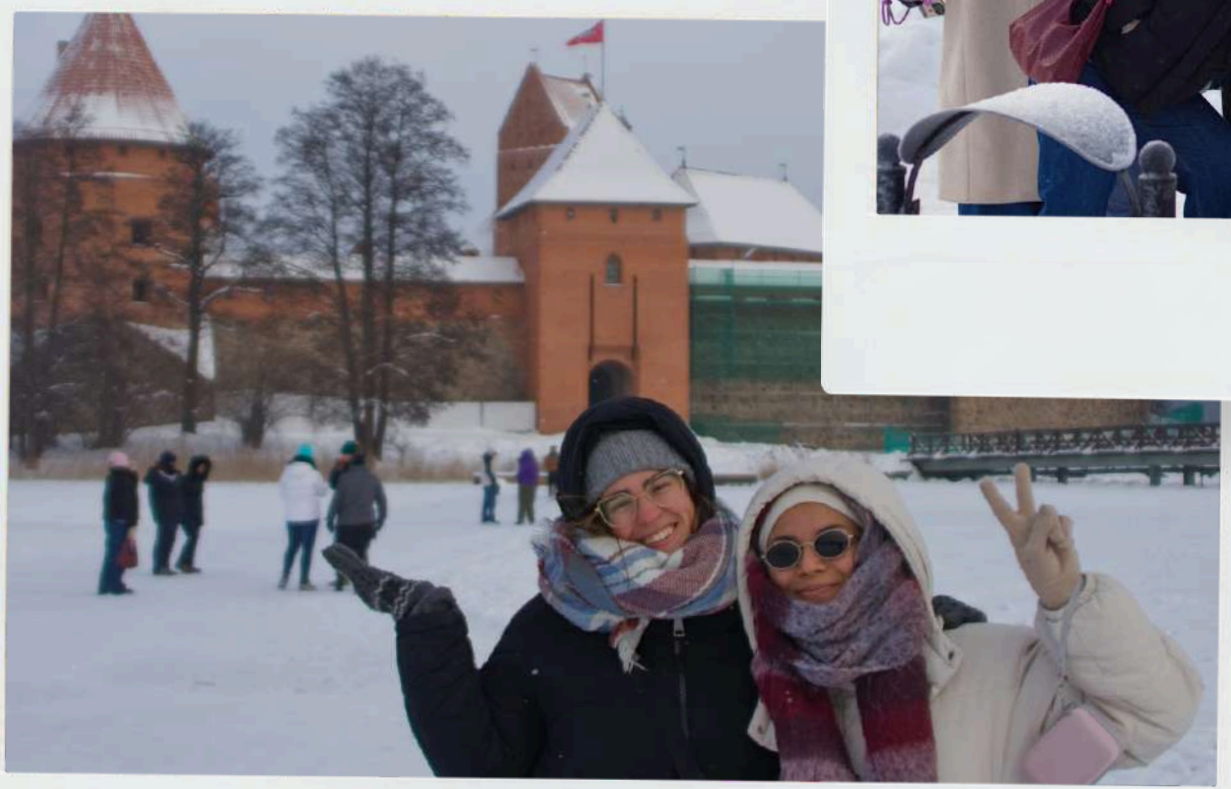




# Dia 5

convivència, cultura, desconnexió activa.

La cinquena jornada va estar dedicada a una **sortida cultural a Trakai**, concebuda com un espai de convivència informal, connexió amb el patrimoni i consolidació dels vincles del grup.





# Dia 6

**narrativa, estructura, avaluació, participació activa.**

El sisè dia va combinar **creativitat i estructura**. L'equip italià va presentar vuit tècniques de storytelling, analitzant com les històries construeixen emocions i significats. Els participants van aplicar aquests models en la creació de relats propis.

Posteriorment, agents externs van dur a terme un procés d'avaluació del projecte, destacant la importància del feedback dins dels programes Erasmus+. La jornada va finalitzar amb un taller interactiu sobre els Dotze Olímpics, conduït per l'equip grec mitjançant metodologies teatrals.



# Dia 7

**creativitat, identitat, simbolisme,  
tancament personal.**

La setena jornada va girar al voltant de la **mitologia espanyola i la creativitat col·lectiva**. En format competitiu i lúdic, els grups van reconstruir mites a partir de pistes, generant versions originals i reinterpretacions contemporànies.

A continuació, el Creativity Gym va estimular diferents habilitats creatives. A la tarda, un taller d'introspecció va permetre tancar el procés amb la creació d'un amulet personal, símbol del recorregut viscut.



ng J  
mer  
par  
IC

# Dia 8

col·laboració, procés,  
creació digital, celebració.

L'últim dia es va dedicar al **digital storytelling**. Els participants van assumir diferents rols d'un equip cinematogràfic, explorant tant els aspectes tècnics com la importància del treball col·laboratiu.

La jornada va culminar amb una meditació i una projecció col·lectiva dels resultats, celebrant el procés compartit més enllà del producte final.



# Dia 9

punt i final.

I fins aquí arribem al final d'aquesta aventura.

Era el moment de tancar aquest viatge, d'acomiar-nos de la gent nova que hem conegut i de recordar tot el que hem viscut pel camí.



Hem compartit aquest viatge amb persones desconegudes que aviat es van convertir en companys. Junts hem descobert que les diferències no són barreres, sinó oportunitats per aprendre, créixer i connectar. Hem rigut, parlat, escoltat i reflexionat, construint vincles que duraran més enllà d'aquests dies.

Aquest viatge ens ha permès aprendre sobre nosaltres mateixos, generar empatia i endur-nos records que mai oblidarem.

