

***“Una educació internacional i inclusiva
per millorar les competències
internacionals i digitals a través dels
principis ECVET”***



**Cofinanciado por
la Unión Europea**



Cofinanciado por
la Unión Europea

A continuació podeu veure parts de les memòries de l'alumnat participant durant el curs 2021-2022 del projecte 2021-1-ES01-KA122-VET-000017510. Primerament trobeu les d'Holanda i seguidament hi ha les de Finlàndia.

KA1 Holanda 2022

Dia 1 – Dissabte

Acabem d'arribar a Amsterdam. Tots estem contents i emocionats perquè comencem a ser conscients que els dies que vindran seran únics. El fet que ens sorprèn més és que la gent no utilitza mascareta, no és obligatòria en cap local o establiment. Una cosa que ens crida molt l'atenció és l'abundància de bicicletes, pràcticament tothom n'utilitza una. Hem trobat molt útil i intuïtiu el mètode per aconseguir bitllets de tren. De seguida ens hem sabut espavilar.



Dia 2 - Diumenge

Ja portem instal·lats uns dies i ja ens comencem a habituar a la vida holandesa. Avui hem anat fins a Utrecht per llogar unes bicis per moure'ns per tot arreu amb facilitat. Hem agafat un tren per arribar a la ciutat que ens ha resultat molt còmode. Un cop allà, hem llogat el material i hem fet la tornada en bicicleta cap a Hilversum. Hem tardat poc més d'una hora però ha passat ràpid, ja que Holanda és un país molt planer i pràcticament no et canses a sobre de la bicicleta.



Més tard, hem anat a jugar a bàsquet en un parc que quedava al costat d'on ens allotjàvem i, fins i tot, ens hem animat a fer uns partidets amb uns nois que hem conegut allà mateix.



Cofinanciado por
la Unión Europea

Dia 3 – Dilluns

Avui ja és dilluns i això significa que comencem les classes al MBO (College Hilversum). Abans de començar a entrar en matèria ens han fet una petita guia de reconeixement per tot l'edifici. De bones a primeres, ens ha sorprès molt les instal·lacions, ja que tenen espais per pràcticament tots els esports existents. El gimnàs és el que ens ha impactat més



amb diferència. Una cosa que ens ha sorprès molt gratament ha sigut la sociabilitat dels estudiants holandesos, ja que ens esperàvem gent més reservada i ens hem trobat tot el contrari.

Dia 6 – Dijous

Avui ha sigut un dia especial perquè ens hem posat en contacte, no només amb els holandesos de MBO, sinó que també amb estudiants de Leeds (Anglaterra). Hem intercanviat tradicions i costums de Catalunya i de Leeds. Ha sigut divertit i hem après d'estils de vida força diferents.

A més, hem anat a la piscina de l'escola que tenia un trampolí enorme. El professor de piscina ens ha ensenyat moltes coses però el que ens ha sorprès més amb molta diferència ha sigut que ens ha mostrat com saltar fent piruetes des del trampolí. Quan ho hem provat els estudiants ha sigut molt divertit perquè, per molt que intentéssim copiar al professor, hem vist que ell estava a anys llum i era molt complicat fer el mateix que ell sense acabar fent un "planxasso".

Dia 7 – Divendres

Arribats a aquest punt ja tenim consolidades les amistats amb la majoria d'alumnes estrangers. Avui ha sigut molt interessant perquè no ha sigut un dia de classe qualsevol, ja que amb tot el grup "nou" que hem creat, hem decidit organitzar un partit de futbol americà amb tot el camp ben nevats. Tot i la poca expertesa de la majoria, ens ho hem passat d'allò més bé. A més, també hem fet diferents activitats i jocs amb tots els grups dels diferents països barrejats. Una passada la veritat!

Dia 10 – Dilluns



Cofinanciado por
la Unión Europea

Nova setmana, nous aprenentatges. Avui ens han fet una classe molt interessant de primers auxilis. Ens ha sorprès molt tot el material que tenien a l'abast, com ara venes i vendatges professionals. En definitiva, hem pogut veure de primera mà i practicar amb material de veritat i portar a terme simulacres molt reals. Ha sigut una experiència d'allò més interessant.



Dia 12 – Dimecres

Avui és el dia que aprenem a utilitzar el Kinovea, una aplicació que et permet analitzar en profunditat els partits o entrenaments de diferents esports. Una vegada hem tingut els coneixements bàsics per utilitzar l'aplicació, ens han deixat elaborar el nostre propi contingut. Hem trobat interessant el fet de que fos una classe molt pràctica, no era una classe tradicional d'aprendre molt conceptes, sinó d'aplicar-los a la pràctica directament. Ens han deixat un pavelló sencer per dissenyar els nostres propis entrenaments per gravar-los i, a través de l'aplicació, analitzar-los detingudament.

Dia 15 – Dissabte

Avui hem visitat Rotterdam, la segona ciutat amb més habitants dels Països Baixos i una de les més importants del país. Hem visitat els monuments i els edificis més emblemàtics de la ciutat, com ara el primer gratacel d'Europa o el mercat Markthal. Ha sigut una experiència diferent i molt xula. Fer turisme i descobrir noves ciutats sempre aporta coses positives.



Dia 20 – Dijous

Avui és el dia que hem presentat el treball definitiu que portem realitzant des dels primers dies. El nostre treball en concret tractava sobre els esportistes que practiquen altres esports complementaris al seu, amb la finalitat de millorar un aspecte concret del seu esport principal. Ha sigut un dia molt distret perquè l'escola holandesa també ha organitzat jocs i activitats que ens han permès fer més amistats, com ara tornejos de ping pong, d'air-hockey o d'escacs. Hem acabat el dia fent una volta per Hilversum, on hem berenat molt bé.





Cofinanciado por
la Unión Europea

Dia 22 – Dissabte

Últim dia. El primer que hem fet ha sigut deixar tot el pis net i en condicions. Hi hem estat una bona estona però ho hem aconseguit. Un cop hem sigut capaços de netejar-ho tot, hem agafat les maletes i ens hem dirigit cap a l'aeroport d'Amsterdam. De camí ens hem posat una mica malenconiosos, ja que és el moment que ens hem adonat que l'experiència s'acabava. Un cop arribats a l'aeroport, hem anat a dinar tots junts mentre esperàvem l'avió. I d'aquesta manera, ens acomiadem d'una de les millors experiències que hem viscut a l'estranger.





Cofinanciado por
la Unión Europea

KA1 FINLÀNDIA 2022

Dia 1 – Dissabte

Ens hem llevat a les 4 de la matinada per anar cap a Barcelona on ens esperava l'avió cap a Finlàndia. A les 5 hem arribat i ens hem trobat amb la resta de companys i companyes. Estàvem tots nerviosos i emocionats, ja que això de l'Erasmus+ era una cosa nova per a tots.

Després de 3/4 hores d'avió, aterrem a Finlàndia. Hem agafat un tren per arribar Lahti, el poble on hi ha l'escola de Pajulahti, el lloc que serà casa nostra durant unes setmanes.

Cap a la tarda, hem anat a veure les habitacions i deixar-hi les maletes. Per cert, ja hem fet tard al sopar perquè aquí es sopa d'hora, molt d'hora. Després de l'àpat, ens han fet una visita guiada per tot el centre tres nens finlandesos molt agradables.

A les 8 aproximadament ja estàvem morts i hem anat cap a les habitacions a dormir. Dia molt complet.

Dia 2 – Diumenge

Quin dia més emocionant el d'avui. Hem anat a fer "cross-country skiing", l'esquí popular de Finlàndia, que es tracta de caminar per la natura nevada amb esquís i dos pals de suport. Hem tingut la gran sort de gaudir d'unes vistes d'allò més espectaculars.

Un cop acabada l'activitat, hem sopat i hem anat a dormir d'hora perquè tornàvem a estar cansats.



Dia 3 – Dilluns

Dia lectiu. Primer dia de classe. Hem anat a una classe on ens han presentat a tots els companys d'aquesta experiència. Un cop acabada la ronda de presentacions, hem anat, amb els companys de Bèlgica, a Nikula Hall. Un centre on vam poder realitzar diferents activitats com l'escalada.

Cap al tard, diferents companys vam anar a banyar-nos al llac i a la sauna.



Cofinanciado por
la Unión Europea

Dia 4 – Dimarts

Quin dia. Avui, de bon matí, hem fet “sledge hockey”, ens ho hem passat molt bé i hem guanyat. Més tard hem passat a fer “skating” amb un monitor especialitzat que ens ensenyava detalladament com ho havíem de fer. Cal dir que era una activitat complexa, ja que la pista patinava força.

Cap a mitja tarda, hem anat a fer una foguera i hem menjat “nubes” tots junts. Quan hem arribat al centre, ja tornàvem a tenir gana i, per tant, hem anat directament a sopar. Després de sopar hem fet una visita a la sauna i hem anat dormir.



Dia 8 – Dissabte

Avui ens hem llevat molt d'hora perquè hem anat a visitar la capital del país, Helsinki. Hem fet de turistes professionals: hem visitat dues catedrals, el port, el parlament... Tot molt atractiu. És una ciutat que ha agradat a tothom.

Això sí, ens hem fet un fart de caminar que hem acabat ben cansats. Bona senyal, suposo.



Dia 11 – Dimarts

Pel que fa al dia d'avui hem anat al *Ball Hall* a realitzar diferents activitats. Hem practicat el *curling*, una activitat que es practica amb un disc que has de tirar i fer punteria per aconseguir la màxima puntuació possible. Així mateix, també vam practicar bàsquet en cadira de rodes i diferents activitats adaptades per persones amb algun tipus de discapacitat. Ha sigut molt enriquidor veure de primera mà com de complicats poden arribar a ser els esports quan pateixis alguna discapacitat.

A la tarda, hem anat a fer una classe ball. La dinamitzava una companya belga que era experta en l'àmbit.

Un cop acabada la sessió, hem anat a practicar natació a les piscines del recinte.



Cofinanciado por
la Unión Europea

Dia 19 – Dimecres

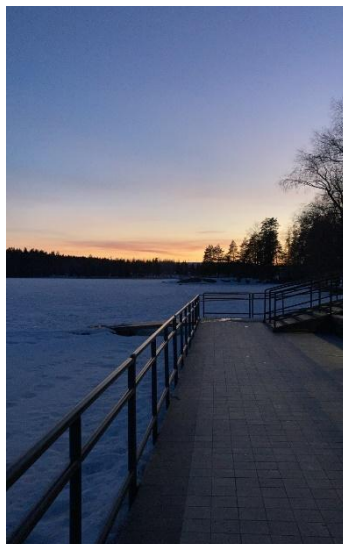
Avui, un cop esmorzats, ha tocat *yoga* amb la professora Riitu. Per tant, hem anat al “dance studio” i hem començat amb les classes en qüestió. Més tard, hem sigut partícips d’una classe de nutrició força interessant. Aquest moment ha provocat un moment força divertit: s’ha generat una espècie de discussió perquè cada grup d’estudiants defensava que el menjar del seu país era el millor.

L’última hora lectiva l’hem invertit fent *geocoaching* a l’aire lliure.

Hem acabat el dia sopant tots junts. S’ha de dir que s’ha creat una bona comunió amb tots els alumnes dels diferents països.

Dia 23 – Diumenge

Últim dia. Ganes de tornar a casa, però moltes més ganes de quedar-nos uns dies més a Finlàndia, un lloc que mai oblidarem. El cert és que hem après moltes coses a nivell de contingut. Ara bé, no canviem per res del món totes les relacions i vincles d’amistat que hem generat amb gent de diferents països que, encara que a vegades costi comunicar-t’hi, ens ho hem passat d’allò més bé. Una experiència que recordaré tota la vida amb un somriure a la cara.





Cofinanciado por
la Unión Europea

VALORACIÓ

En línies generals, l'experiència ha estat inoblidable. Personalment, el que valoro més és el fet d'estar sols a un altre país i haver-me d'espavilar, ja sigui amb el menjar, amb el transport o amb l'anglès. A part de tots els continguts que he après a l'escola, que en són molts, el que considero que m'ha aportat més durant el viatge ha sigut la parla anglesa, la socialització amb gent d'altres països i l'adaptació a una cultura diferent i a un nou estil de vida. M'emporto moltes amistats i estic molt content d'haver pogut gaudir d'aquesta experiència.