

Benicàssim. Experiencia saludable

Este año, a principios de Marzo, tuve la posibilidad de hacer un viaje de siete días, del 2 al 9 de Marzo, a Benicàssim, a pocos kilómetros de Valencia, gracias a un proyecto cuyo nombre era "Bon Appétit!". En este intercambio juvenil participábamos treinta jóvenes de seis países europeos. El objetivo era conocer y aprender hábitos de una alimentación sana y saludable. Los jóvenes que nos reuníamos en Benicàssim veníamos de Francia, Grecia, Italia, Holanda, España y Chipre. Se trataba de un proyecto europeo, financiado por la Unión Europea a través del programa "Juventud en Acción". Cuando los profesores nos hablaron en clase de esta posibilidad, estuve muy contenta de poder participar. Junto conmigo, fueron elegidos otros cuatro alumnos de mi Liceo: Nicola De Vitis y Francesca Carlino de IV B, Katia De Luca de IV C y Samuele Blasi, de mi misma clase, IV A.

El día de la salida, todos estábamos muy contentos con la idea de participar en un proyecto europeo tan importante. El viaje fue muy largo, pero tranquilo. Salimos de Brindisi a las 9 de la mañana y llegamos a Bolonia a las 10,30. Cogimos el avión para Valencia a las 4 de la tarde y llegamos a las 6.



A la llegada en Valencia

A la llegada, Javi, uno de los coordinadores de este proyecto, nos estaba esperando en el aeropuerto. Nos dio la bienvenida; en Valencia esperamos que llegasen el resto de los participantes del proyecto. Una vez que todos habíamos llegado,

cogimos el autobús para Benicàssim, localidad que dista casi 80 kilómetros de Valencia. Durante ese recorrido, conocimos a los chicos de los otros países. Al principio, todos estábamos un poco callados, pero tras poco tiempo, rompimos el hielo. A la llegada al albergue, muy cansados, nos fuimos a dormir.

Todos los días seguían una estructura precisa: nos levantábamos, desayunábamos y luego empezábamos a hacer una serie de diversas actividades. A las 2 comíamos (¡en España se come muy tarde!) y después de una breve pausa, trabajábamos en grupo en otras actividades. A las ocho cenábamos (porque no todos estaban acostumbrados a cenar a las 10 como hacen los españoles) y luego nos encontrábamos en una sala del albergue para estar todos juntos. En esta sala, organizábamos las llamadas “cultural night”: se trataba de momentos en que todos podían conocer las otras culturas a través de los platos típicos de cada país que nosotros mismos preparábamos. Después, podíamos hacer lo que quisiéramos y, generalmente, íbamos a visitar el centro de Benicàssim o estábamos todos juntos en la playa ya que estaba frente al albergue.



En la playa de Benicàssim

Las actividades que hacíamos durante el día aspiraban a enseñarnos a compartir ideas y visiones sobre el futuro de la alimentación para los jóvenes. Hacíamos debates sobre la buena alimentación, campañas para promover los hábitos saludables en el mercado local. Además, cada grupo de participantes de un país tenía que cocinar una receta sana. Nosotros los italianos, cocinamos pasta con

pesto. Los otros chicos se enamoraron de esta receta.



Durante las actividades

Los días se sucedían de esta manera, entre chistes y bromas entre todos los participantes. El 7 de marzo, tuvimos la posibilidad de visitar Valencia. Nos fuimos en tren a las 8 de la mañana y volvimos a Benicàssim a las 8 de la tarde. Visitamos la Ciudad de las Artes y de las Ciencias, con su Oceanográfico y todo el centro histórico de Valencia, con sus monumentos más importantes como el Miguelete, la Plaza de Toros y otros.



En el oceanográfico de Valencia

En un restaurante, comimos la paella, uno de los platos más ricos que he probado en mi vida. El último día, el sábado, todos estábamos tristes, teníamos que partir y volver a la vida de todos los días. Este último día, por la noche, nos encontramos en la playa y estuvimos todos juntos para disfrutar de los últimos momentos. A la mañana siguiente, regresamos a Italia. Llegamos a Roma a las 11 de la mañana. Como debíamos esperar hasta las 7 de la tarde para coger el avión para Brindisi, fuimos al centro de la “Ciudad Eterna” y visitamos todos los monumentos más importantes: el Coliseo, la Fuente de Trevi, Plaza España y el Foro Romano. Por la tarde, volvimos al aeropuerto y cogimos el avión.

La nostalgia de España era muchísima. Nunca habría pensado extrañar tanto este proyecto y a todos los chicos y chicas que he conocido... Ha sido una de las experiencias más importantes de mi vida. Me ha enseñado a conocer otras culturas, a relacionarme con otros chicos y chicas, a vencer mi timidez, a conocer y visitar España con todas sus bellezas. Espero volver lo antes posible. Agradezco a la Unión Europea que financia este tipo de proyectos y que permiten a los jóvenes vivir experiencias tan increíbles y formativas.



Todos los participantes del proyecto

Serena Rizzo

IVA Internacional