

**Uitwisseling Erasmus+ tussen het
Spinoza Lyceum en het Istituto G.A.
Farina in Vicenza**



**Gefinancierd door
de Europese Unie**

Een gezonde geest in een gezond lichaam: dat eeuwenoude idee stond centraal tijdens onze uitwisseling met het Istituto G.A. Farina in Vicenza. Sport, voeding en welzijn vormden de rode draad van het project, met bijzondere aandacht voor gezondheid, verantwoorde consumptie en inclusie. Wat betekent het eigenlijk om gezond en bewust te leven? Hoe ga je om met beeldvorming en sociale media? En hoe maak je sport toegankelijk voor iedereen? Met die vragen gingen onze leerlingen samen met hun Italiaanse partnerschool aan de slag, in lijn met de Duurzame Ontwikkelingsdoelen (SDG's) van de Verenigde Naties.

Begin maart reisde een groep van 19 leerlingen uit 3 mavo, 4 havo en 4 vwo af naar Noord-Italië, onder begeleiding van docenten Wouter Koster en Cees Koole. Een week lang verbleven de leerlingen bij Italiaanse gastgezinnen en trokken zij samen met hun uitwisselingspartners op. Juist dat verblijf bij een gastgezin maakte de ervaring bijzonder: de leerlingen maakten het Italiaanse dagelijks leven van dichtbij mee, van de manier waarop families samen aan tafel gaan tot het ritme van een gewone schoolweek.



Het programma op het Istituto G.A. Farina was rijk en afwisselend. De week begon met een kookworkshop, een heuse "MasterChef", waarin Nederlandse en Italiaanse leerlingen samen traditionele Venetiaanse gerechten bereiden. Koken bleek een gemeenschappelijke taal: er werd volop overlegd in het Engels en al snel ontstond er een gezellige sfeer.

Daarna volgde een rondleiding door Villa La Rotonda, het wereldberoemde meesterwerk van architect Andrea Palladio. In Padua bezochten de leerlingen het medisch museum MUSME, waar ze in een virtueel "Cadaver Lab" en met VR-brillen het menselijk lichaam van binnen verkenden, gevolgd door vrije tijd in het historische centrum van de stad.

Het thema gezondheid en welzijn kwam terug in een reeks masterclasses: over voeding en bewust eten, en over zelfbeeld, sociale media en zelfvertrouwen. Bijzonder indrukwekkend waren de activiteiten rondom inclusie en sport. De leerlingen speelden rolstoelbasketbal en maakten kennis met de wereld van blinde en slechtziende sporters: ze leerden over braille en hulpmiddelen, ontmoetten geleidehonden en deden geblinddoekt oefeningen met een rinkelende bal. Zo ervoeren ze zelf hoeveel vertrouwen en doorzettingsvermogen daarvoor nodig zijn. Aan het einde van de week ontving iedere deelnemer een certificaat tijdens een feestelijke uitreiking.



Natuurlijk was er ook tijd om de Italiaanse cultuur te proeven. In hun vrije tijd en tijdens de familiedagen ontdekten de leerlingen steden als Venetië en Padua, met hun pleinen, grachten en eeuwenoude gebouwen. Wat veel leerlingen het meest opviel, was de gastvrijheid van de Italiaanse families en het belang dat zij hechten aan samen eten en samenzijn. Voor velen was het verbeteren van hun Engels, en het overwinnen van de schroom om een andere taal te spreken, een waardevolle ervaring op zich.

Terugkijkend was deze uitwisseling voor onze leerlingen een onvergetelijke week. Ze sloten nieuwe vriendschappen, zowel binnen de eigen groep als met hun Italiaanse leeftijdsgenoten, leerden over gezondheid, sport en duurzaamheid en verbreedden hun blik op een andere cultuur. Tijdens het tegenbezoek mochten zij hun Italiaanse partners op hun beurt in Amsterdam ontvangen, zodat de uitwisseling van twee kanten kon worden beleefd. Een ervaring die ze niet snel zullen vergeten.