



**Butlletí mensual**  
del gener



# Per menors i projectes en família tenim aquesta xerrada:



Joves  
de Barcelona

## Voluntariat per a menors i en família

4 de febrer a les 18 h  
Joves de Gràcia



**LA CULTURA TAMBÉ TRANSFORMA!**



**No t'ho perdís: troba a COCAT a la Fira de Voluntariat Internacional "El Rodamón"!**



 Dia: **DIMECRES 25 de FEBRER**

 Lloc: **Estació Espai Jove**  
Carrer de Santa Eugènia, 17, **Girona**

 Horari: **17 -19h**

# LA NOTÍCIA DESTACADA

## Barcelona, primera Capital Europea del Comerç de Proximitat 2026

Aquest gener, enmig de dies freds i plujosos, Barcelona ens recorda que sempre hi ha motius per somriure. **La ciutat ha estat reconeguda com a primera Capital Europea del Comerç de Proximitat 2026**, un premi que destaca el paper fonamental del petit comerç com a motor econòmic, social i cultural.

Barcelona ha estat seleccionada dins de la categoria de Ciutats Visionàries (per a municipis de més de 250.000 habitants), superant a ciutats com Utrecht i Saragossa. El jurat europeu ha valorat especialment les estratègies locals per donar suport a les botigues de barri, fomentar la cohesió comunitària i revitalitzar els centres urbans amb sostenibilitat, digitalització i empenedoria.

Durant els pròxims dotze mesos, la ciutat tindrà una visibilitat especial a nivell europeu, amb activitats, intercanvi de bones pràctiques i suport promocional per seguir impulsant el teixit comercial i els barris. **Aquest reconeixement celebra la riquesa dels comerços locals i reforça la identitat i vitalitat dels nostres barris.**

Una notícia que ens recorda que, fins i tot en els mesos més grisos, sempre hi ha llum i motius per mirar endavant!



# COCAT participa al “LevelUp” Training Course a Meppel



La setmana passada la Miren va tenir l'oportunitat d'assistir a Meppel, als Països Baixos, com a nova coordinadora ESC de COCAT.

Allà va formar part del training course “**LevelUp, Empowering Mentors**”.

Aquest programa, cofinançat per **Erasmus+** i membres de la xarxa de **SIW**, està pensat per desenvolupar habilitats creatives de mentoring i coaching per a qui acompanya voluntaris de llarga durada.

Durant la setmana, van explorar estratègies de mentoring efectives, van treballar la dimensió emocional i intercultural del suport als voluntaris i vam posar en pràctica tècniques per motivar i guiar aprenentatges amb confiança i creativitat.

També van compartir experiències amb participants d'arreu d'Europa, aprenent a **combinar valors, límits i empatia en la seva tasca de mentors.**

Ha estat una experiència molt enriquidora que ha aportat noves eines i inspiració per continuar millorant l'acompanyament dels voluntaris en els nostres projectes!



# Ets d'un esplai o un grup i teniu ganes de fer un projecte en grup?



Si voleu conèixer opcions de projectes amb els nostres partners estrangers, contacteu amb nosaltres ([outgoing@cocat.org](mailto:outgoing@cocat.org)) abans del març!



**SAVE THE DATE**

**5 de març:** publicació i obertura  
inscripcions workcamps d'estiu 2026

Per projectes de llarga durada i camps  
d'hivern/primavera o al sud global les  
inscripcions estan sempre obertes!



+ 10.000 voluntaris ja han confiat en COCAT i han fet un voluntariat internacional

## CONTACTA'NS



cocat.org



cocat@cocat.org



93 425 40 64



C/Calàbria 120, baixos.  
08015, Barcelona



Subscriu-te al canal de WHATSAPP



Subscriu-te al BUTLLETÍ

cocat\_catalunya



cocatcatalunya



cocat\_catalunya



@cocat\_catalunya



COCAT (Coordinadora de camps de treball a Catalunya)



“ EL VOLUNTARIAT INTERNACIONAL ÉS UN VIATGE DE TRANSFORMACIÓ PERSONAL I COL·LECTIVA I ÉS UNA OPORTUNITAT ÚNICA PER SEMBRAR CANVIS GLOBALS. A TRAVÉS DE COCAT, CONSTRUÏM PONTS DE SOLIDARITAT I COMPROMÍS ENTRE CULTURES, FENT CRÉIXER UN MÓN MÉS JUST I MÉS INCLUSIU PER A TOTS. ”



Amb el suport de:

Generalitat de Catalunya  
Departament de Treball, Afers Socials  
i Famílies  
Direcció General de Joventut