



# WAYWARD

*Работата по подхода към младежките работници като проводници на отговора на проблема с уврежданията*  
**WAYWARD**

---

**КА2 - Сътрудничество за иновации и обмен на добри практики  
Изграждане на Капацитет в  
Областта на Младежта**

---

**ИЗСЛЕДОВАТЕЛСКИ  
ДОКЛАД ЗА ОФЕРТИ  
И БАРИЕРИ**



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

# WAYWARD

Работата по подхода към младежките работници  
като проводници на отговора на проблема с уврежданията

## ЗАКЛЮЧИТЕЛЕН ДОКЛАД

Издатели: Мине Ваганти НПО, АЕТОИ Солун, Асоциация за развитие на българския спорт,  
LCP, CSDS, La Asociacion Mexicana de Voluntariado Internacional A.C.

Подкрепата на Европейската комисия за издаването на тази публикация не означава одобрение на съдържанието, което отразява единствено възгледите на авторите, и Комисията не носи отговорност за евентуалното използване на информацията, съдържаща се в нея



# СЪДЪРЖАНИЕ НА ТАБЛИЦАТА

## Въведение

- 4 *За проект WAYWARD*
- 5 *Обучение чрез спорт*
- 6 *Европейска стратегия за хората с увреждания*
- 7 *Консорциумът на проекта*

## Глава 1. Предложения и бариери на национално ниво в страните участнички

- 9 *АЕТОI - Гърция*
- 14 *AMVIAC – Мексико*
- 17 *АРБС – България*
- 22 *СSDS – Виетнам*
- 25 *LCP – Ирландия*
- 30 *MVNGO – Италия*

## Глава 2. Анализ на въпросниците

- 34 *Демографски данни на участниците*
- 35 *Физическо и материално благосъстояние*
- 35 *Взаимоотношения с други хора*
- 36 *Социални и обществени дейности*
- 37 *Личностно развитие и признание*
- 38 *Свободно време/Хобита*
- 38 *Спортни дейности*

## Глава 3. Анализ на най-добрите национални практики

- 42 *Списък с най-добрите практики на АЕТОI – Гърция*
- 62 *Списък с най-добрите практики на AMVIAC– Мексико*
- 78 *Списък с най-добрите практики на АРБС – България*
- 100 *Списък с най-добрите практики на СSDS – Виетнам*
- 120 *Списък с най-добрите практики на LCP – Ирландия*
- 140 *Списък с най-добрите практики на MVNGO – Италия*



## Отчет по Проект за Изграждане на Капацитет в Областта на Младешта - WAYWARD

# Въведение

## За проект WAYWARD

“Working to Approach Youth Workers as Agents of a Response to Disability” (WAYWARD) е проект за изграждане на капацитет в сферата на младешта, включващ 7 партньорски организации от Гърция, Ирландия, Италия, България, Виетнам, Мексико и Филипините с всеобхватна насоченост към овластяване на личностното развитие, преодоляване на стереотипите и социалното включване на млади хора (на възраст 18-25 години) с интелектуални затруднения в партньорските страни чрез овластяване на младежки работници и НПО по отношение на разбиране и методологичен набор от инструменти, основан на методологията на ОЧС (Обучение чрез спорт).

Световната банка количествено определя в един милиард (15% от населението на света) хората с някаква форма на увреждане в света. Като явление, подчертава Световната банка, уврежданията са разпространени в развиващите се страни и като цяло този феномен е придружен от неблагоприятни социално-икономически резултати като по-ниски нива на образование, по-лоши здравни резултати, по-ниски нива на заетост и по-високи нива на бедност.

Както се подчертава от Световния доклад за хората с увреждания (СЗО, 2011 г.), условията на психичното здраве са особено стигматизирани, като в тази стигма съществуват няколко

аспекта на общ характер в различни географски условия. Негативните нагласи и поведение, продължава докладът, оказват неблагоприятно въздействие върху деца и възрастни с увреждания, което води до негативни последици като ниска самооценка и намалено участие.

Проучването на EHSIS (Европейско Проучване за Здраве и Социална Интеграция) Евростат (2012) съобщава, че от 70 милиона младежи с увреждания на възраст над 15 години в Европа (17,6% от общото население), 25,6% съобщават за увреждане, свързано с образование и обучение, 38,6 % към заетост и 60% за свободно време.

СЗО в своето проучване за хората с увреждания в региона на Югоизточна Азия (2013) отбелязва, че децата с увреждания са по-малко склонни да посещават училище, като по този начин изпитват ограничени възможности за формиране на човешки капитал и са изправени пред намалени възможности за заетост и намалена продуктивност в зряла възраст.

Както е показано от Евробарометър (2014), инвалидността или заболяванията са една от основните причини общото население да не участва в спорта.

В същото време, както е илюстрирано от академичните изследвания, участието в спорта е положително свързано с набор от положителни резултати (вж. Уайс, Дж., Даймънд, Т., Дания, Дж., & Ловалд, Б., 2003).

Методологията Обучение чрез спорт /ОЧС/, комбинирайки в положителна синергия, приобщаващия потенциал на ОЧС и спорта, предоставя на местните организации мощен инструмент за повишаване на мотивацията на младите хора с интелектуални затруднения

за участие в обществото, като в същото време противодейства на явленията на социалната стигма чрез положителна информираност и предоставя на младите хора, изправени пред интелектуални затруднения, набор от умения за успешна интеграция във всички сфери на образованието, обществото и в перспектива, на пазара на труда.

### **Резултати по проект WAYWARD:**

1) Формат за обучение, който дава възможност на работещите в областта на младежта да насърчават мотивацията, уменията и потенциала за социално включване на нивото на младежите с интелектуални затруднения чрез ОЧС;

2) Наръчник, който ще служи като помощен материал за младежки организации и оператори в работата им с нишовата целева група от младежи с интелектуални затруднения;

3) Многоезична уеб платформа, чрез която да се осигури видимост на дейностите/материалите по проекта, възможностите за електронно обучение на външни оператори чрез онлайн модули за обучение, както и съобщаване на бъдещи дейности, които предстои да бъдат изпълнени от партньорите по проекта на международни и местни събития.

## Обучение чрез спорт

„Обучение чрез спорт“ (наричан по-долу „ОЧС“) е неформален образователен подход, който е активен в областта на спорта и физическата активност и е свързан с развитието на основни умения на отделни хора и общности по време на техните дейности, за да доведе до самоусъвършенстване и устойчива социална

промяна. В същото време, той позволява на лицата, които участват в него, да формират взаимоотношения. Целта на този подход е да се постигне постоянна социална промяна, която в крайна сметка ще позволи овластяване между отделните лица. Комбинацията от спорт и обучение предлага отлична възможност да се учим чрез събития, които са много забавни, силно емоционални и основани на активна ангажираност и участие. Това може много да сближи отделните лица и е много често срещан начин на обучение, и с малко практика и планиране, може да доведе до изключително силни резултати от обучението, които участниците ще могат да използват до края на живота си.

Общият елемент между всички страни, участващи в този проект, е водещата роля, която съответните им параолимпийски комитети имат за осигуряване на спортни възможности за хора с увреждания. Параолимпийските комитети отговарят за развитието и разпространението на Параолимпийското Движение в съответните страни, както и за подбора, формирането и изпращането на всички национални отбори на параолимпийските игри. Основната им цел е разширяването на Параолимпийското Движение и в този контекст, те осигуряват стимули за мотивиране и насърчаване на хората с увреждания – и особено младите хора – активно да участват в спорта чрез ежедневното си включване в него чрез редица възможности, които варират от рехабилитационни спортни дейности до възможности за елитни спортни дейности за хора с увреждания.

В известна степен, всички страни имат няколко организации с нестопанска цел и спортни федерации, освен своите Параолимпийски комитети, които са активни в предоставянето



на повече възможности за лица с увреждания, представени в приложението „Предложения и Пречки“ и предоставени от всяка страна-участник. Техните програми и инициативи са насочени не само към повишаване на осведомеността за хората с увреждания, но и към отбелязване на техните постижения в спорта. Настоящият доклад има за цел да предостави общ преглед на предложенията и пречките, пред които са изправени отделните лица във всяка държава в областта на ОЧС.

# Европейска стратегия за хората с увреждания

Европейският съюз и всички негови държави-членки са страни по Конвенцията на ООН за правата на хората с увреждания (UNCRPD). Съгласно член 9 от Конвенцията, на хората с увреждания следва да се даде възможност да живеят „независимо и да участват пълноценно във всички аспекти на живота“, което означава, че всички пречки трябва да бъдат премахнати. Достъпността е една от предпоставките, които гарантират пълноценното участие на хората с увреждания в обществото. Препятствията пред пълно участие са представени не само от физическата среда, транспорта и ИКТ, но също така и от недостъпността до човешка подкрепа (услуги, съоръжения и адекватна подкрепа) и техническа помощ, както и наличието на алтернативни комуникационни системи (напр. лесен за четене език, брайлово писмо, жестомимичен език и др.). Изискванията за достъпност могат да варират в зависимост от външни и вътрешни фактори; те могат да бъдат

от полза не само за хората с увреждания, но и за населението като цяло в различни етапи от живота. Европейската комисия се консултира със заинтересованите страни и експертите по достъпност и взе предвид задълженията, произтичащи от Конвенцията на ООН за хората с увреждания.

Основните елементи на Конвенцията на ООН са отразени в Европейската стратегия за хората с увреждания за периода 2010—2020 г. За ЕС конвенцията влиза в сила на 22 януари 2011 г. Всички държави членки на ЕС са подписали и ратифицирали конвенцията. 22 държави от ЕС също подписват и ратифицират незадължителния си протокол през януари 2019 г. Европейската стратегия за хората с увреждания за периода 2010—2020 г. се подкрепя от Европейския акт за достъпността, който е директива, осигуряваща достъп до редица услуги и продукти в държавите членки. Директивата има за цел да подобри търговията с достъпни продукти и услуги между държавите-членки, което води до по-достъпни продукти и услуги на пазара, както и до по-достъпни цени. Този акт обхваща продукти и услуги, определени като най-важни за хората с увреждания, като същевременно е много вероятно за тях да има разминаващи се изисквания за достъпност в държавите от ЕС. Друга ключова инициатива за хората с увреждания е Директива 2016/2102 на ЕС относно достъпността на уебсайтовете и мобилните приложения на организациите от обществения сектор.

ЕС предоставя финансова подкрепа чрез годишна помощ за редица организации на хората с увреждания (ОХУ) на ниво ЕС и НПО (по програмата за правата, равенството и гражданството), за да улесни участието им в процесите на равнище ЕС.



Тези органи включват:

- Европейски форум за хората с увреждания
- Приобщаване Европа
- Международна федерация за Спина Бифида и Хидроцефалия
- Европейски съюз на слепите
- Европейски съюз на глухите
- Аутизъм Европа
- Психично здраве Европа

Европейските структурни и инвестиционни фондове (ЕСИФ) са основните финансови инструменти на ЕС за укрепване на икономическото и социалното сближаване. Те спомагат за осигуряване на социално включване на най-уязвимите граждани, включително на хората с увреждания, докато Академичната мрежа на европейските експерти по увреждания (ANED) предоставя на Европейската комисия анализ на данните и политиките от държавите членки на ЕС. На последно място, Еразъм+ е програмата на ЕС за подкрепа на образованието, обучението, младежта и спорта в Европа с бюджет от 14,7 милиарда евро. Най-добрите практики от организациите в България, Гърция, Ирландия и Италия отразяват целите на Европейската стратегия за хората с увреждания.

## Консорциумът на проекта

Консорциумът на този проект се състои от 6 партньора.

### АЕТОИ Солун

Основната цел на АЕТОИ Солун (АЕТОИ) е подкрепата на хората с увреждания. Нашата организация работи директно с около 80 деца и възрастни с увреждания, заедно с общата цел за социално участие и включване.

Основните кадри в нашата организация са треньори и си сътрудничим с психолози, социални работници, педагози и др. Освен управителния съвет, редица хора предлагат услугите си доброволно. Нашата цел е екипът ни да се научи на още повече неофициални и неформални образователни техники и да подобри своите техники за насърчаване на доброволчеството и подкрепа на социалното включване.

<http://www.aetoithessalonikis.gr/>

## Мексиканска гражданска асоциация на международните доброволци

Мексиканската гражданска асоциация на международните доброволци (AMVIAC) е основана на 5 декември 2014 г. по инициатива на мексикански доброволци и професионалисти, пожелали да участват в трансформацията на страната чрез интегрирането на международното доброволчество в проекти, организирани в Мексико от граждански сдружения, градски съвети, общности и организирани групи, както и с изпращането на мексиканци към проекти в чужбина с идеята, че след завръщането си в страната, ще могат да се включат по-активно в работата на общността.

AMVIAC извършва няколко дейности като тематични кампании, международни работни лагери, срещи на сдружения, популяризиране на международни доброволчески дейности чрез презентации в университети и различни институции, които са от полза за местните общности и предимно за младите хора.



Организацията дава достъп на хората до международен доброволчески опит, по-специално на младите хора с по-малко възможности.

## Асоциация за Развитие на Българския Спорт

Асоциация за развитие на българския спорт е създадена през 2010 г. и е неправителствена организация в обществена полза, отдадена на развитието на българския спорт и повишаването на спортната култура в България! Нашият екип е млад, креативен и изпълнен с новаторски дух, който работи по начинанието за развитие на българския спорт и повишаване на спортната култура в България с желание и мотивация. Членството в АРБС е доброволно, като в асоциацията могат да участват както физически, така и юридически лица, които имат желание да подпомагат спорта с време, идеи, усилия или финансова подкрепа. Организираме и различни събития в областите: предприемачество, гражданство и активно общество. Екипът на организацията се състои от професионалисти от различни области като: спортни експерти, медийни специалисти, туризъм и хотелиерство, образование, маркетинг и др.

<https://en.bulSPORT.bg/>

## Център за изследвания за устойчиво развитие

Центърът за изследвания за устойчиво развитие (CSDS) е създаден през 2009 г. като законно регистрирана местна организация с нестопанска цел. Средната заетост в организацията достига 20 души. CSDS има за

цел да насърчи образованието за устойчиво развитие чрез изграждане на капацитет на хората и организациите за справяне с предизвикателствата пред развитието във Виетнам.

Ние използваме образованието и обучението, като основно средство за овластяване на хората и организациите да се стремят към устойчиво развитие. Ние също така се фокусираме върху доброволчеството, особено младежката доброволческа дейност, тъй като това осигурява контекст за учене и практика, както и ресурс за изпълнение на нашите програми и проекти.

CSDS има силна глобална програма за обмени с над 400 международни доброволци, които участват в различни проекти във Виетнам всяка година.

<https://www.facebook.com/CSDS.VN/>

## Любов и Грижа за Хората

„Любовта и грижата за хората“ (LCP) е благотворителна организация с нестопанска цел, базирана в Ирландия. LCP е интегрирана и холистична услуга, която осигурява безопасна и подкрепяща среда, в която жените и младите хора, особено тези, които живеят в трудности и са социално изключени, жертви на насилие и с по-малко възможности, могат да изпитат радостта, смеха и сигурността, които трябва да бъдат част от ежедневието. LCP предоставя инструменти за самодостатъчност, възможности за отлично представяне и ресурси за развитие на пълния потенциал на човек, за възстановяване на живота, за подобряване на икономическите условия и създаване на собствено бъдеще.

<https://loveandcareforpeople.eu/news/view/21>



## Mine Vaganti НПО

Mine Vaganti NGO (MVNGO) е организация с нестопанска цел, създадена в Сардиния през 2009 г. MVNGO има 4 офиса в Сасари, Ури, Олбия и Темпио Паузания, обхващащи цяла северна Сардиния, както и други клонове в останалата част на Италия. Мисия: MVNGO насърчава межкултурния диалог, социалното включване чрез спорт и опазването на околната среда чрез неформалното образование. MVNGO е част от 3 международни мрежи като YEE, ISCA и MV International. Услуги: MVNGO предоставя образователни обучения на местно и европейско ниво и действа като консултант за публични и частни организации с цел популяризиране и развитие на европейски и трансконтинентални проекти.

<https://minevaganti.org/>

# Глава 1

## Предложения и ограничения на национално ниво за страните участнички

### АЕТОІ - Гърция

#### 1. Факти и цифри за спорта и уврежданията на национално равнище

Уврежданията са глобална реалност, която засяга пряко разнородно население с генетични или придобити увреждания, видими или невидими, сензорни, двигателни, когнитивни или психични. Според СЗО, тези хора са повече от 1 милиард души, като един на всеки четири европейци на възраст над 16 години е съобщил за някаква форма на трайно увреждане или има член на семейството с някаква форма на увреждане, според данни, публикувани от Евростат<sup>1</sup> по повод Международния ден на хората с увреждания. В Гърция, броят на хората с някаква форма на увреждане достига почти 25% от цялото население. Според данни на Националната конфедерация на хората с увреждания<sup>2</sup> (наричана по-долу „ESAMEA“) сред тези, които имат тежко увреждане, за които се изчислява, че са малко над 1 000 000 души, шест от всеки десет живеят в спектъра на бедността и изключването. Освен това, въз основа на данни за Гърция за 2018 г. от Европейската обсерватория за здравни системи и политики, един от двама души с увреждания никога не е участвал в културна или спортна дейност, никога не е бил на театър,



кино, концерт или посетил археологически обект. Освен това, сред проблемите, пред които са изправени хората с увреждания в Гърция, както и тези, които се отбелязват от гръцкия омбудсман<sup>3</sup>, са невъзможността за достъп до обществените зони, обществените сгради и транспортните средства, както и невъзможността за интегриране на децата в училищното образование. Докладът, изготвен от този независим орган, който се изготвя ежегодно, се отнася до прилагането на Конвенцията на ООН за правата на хората с увреждания. Отбелязва се, че през 2017г. гръцката държава е определила механизъм за външен независим мониторинг на прилагането на тази конвенция и е възложила тази отговорност на гръцкия омбудсман.

Освен това, според GALI (Глобален индекс за ограничения в дейностите) хората с тежка или умерена активност/увреждане в Гърция представляват 24,7% от населението, от които 1 014 177 души имат тежки увреждания/дейност (11,2 % от населението), а 1 217 020 души (13,5%), са намалили умерено активността си поради дългосрочен здравословен проблем. В продуктивната възраст между 20-64 години 889 389 души, 14% от населението, са с известна степен на увреждане, от които 359 244 имат тежка инвалидност. По отношение на младите хора, през учебната 2017-2018 е имало 90 743 ученици с увреждания и/или специални образователни потребности в гръцката образователна система, което представлява 6.3% от населението на страната. От тях, 57,3% от учениците с увреждания и/или специални образователни потребности в общообразователните училища не са получили специализирана подкрепа, а са получили подкрепа само от общообразователен учител. В средното училище само 1 от 10 ученици

с увреждания е получил специализирана подкрепа, а 35% от учениците от отделите за интеграция<sup>4</sup> са включени там без никаква оценка от диагностичен орган. Едва 7% от учениците с увреждания и/или специални образователни потребности са били подкрепени с паралелна помощ, от които 8 от 10 за по-малко от 20 часа седмично.

Въпреки че част от информацията за учениците с увреждания в гръцката образователна система е на разположение, до 2019 г. в Гърция не е имало база данни за спортисти с увреждания. За да се промени това, Генералният секретариат на спорта обявява програмата „Хилон“, която, наред с други цели, е насочена към постигане на цялостна регистрация на спортисти във федерациите, за да разпредели по-справедливо бюджета на министерството между гръцките спортни федерации. Въпреки факта, че според гръцкото законодателство, федерациите са задължени да имат онлайн регистър на спортистите, много малко спортни федерации са го въвели. Въпреки това, регистрираните спортисти с увреждания са приблизително 3500.

## **2. Идентифициране на съществуващите ограничения за младите хора с интелектуални затруднения в националния контекст за интеграция в спорта, образованието и обществото**

Някои от предизвикателствата, свързани с интеграцията на младите хора с интелектуални затруднения в спорта, образованието и обществото, са липсата на достъпна среда за спорт и много малко възможности да се спортува в организирана форма. За да се справи с горепосочените предизвикателства, през 2012 г. Генералният секретариат по спорта издава институционалната рамка за достъп на

хора с увреждания до спортните съоръжения в страната. Въпреки че институционалната рамка прави достъпността на хората с увреждания задължителна в спортните съоръжения, на практика тя се прилага само в много малка степен. Например, през 2000 г. в Солун е създаден Адаптираният център за развитие на спортната култура (KAPPA 2000), който е насочен към посрещане на нуждите на спортистите с увреждания в Северна Гърция. В днешно време, същата спортна база (KAPPA 2000) не успява да задоволи нуждите на тези спортисти, като резултат от лошо управление. Друг пример за лошо управление на спортни съоръжения е фактът, че процесът на сертифициране на спортни съоръжения е в ход от около 5-6 години. Един от важните параметри на сертифицирането е тяхната достъпност за хора с увреждания. Въпреки че през последните години физическият достъп до спортни съоръжения в Гърция се е подобрил до известна степен, качеството на достъпните услуги в много съоръжения все още не отговаря на спортните нужди и очаквания на хората с увреждания. Следователно, съществуващите спортни съоръжения често не могат да задоволят нуждите на редица участници с увреждания в спорта, особено във връзка с изискванията на груповите спортове, спортните дейности в инвалидни колички и достъпа до фитнес оборудване. Възможности за спорт се предоставят предимно в големите градове и не толкова в останалата част на Гърция. Освен това, няма специални разпоредби за спортисти с увреждания, които са и студенти. Спортистите с увреждания могат да се възползват от полезните разпоредби на закона, от една страна, като хора с увреждания, а от друга като спортисти, но никое законодателство не ги съчетава. Освен това, по отношение на възможностите, предоставяни на спортистите

с увреждания да навлязат на пазара на труда, те не се различават от възможностите на спортистите без увреждания, а и на практика те не са много. Единствената изгодна възможност, от която все още се ползват спортистите (с или без увреждания) е поставянето им в публичния сектор, в случай на спечелване на олимпийски или параолимпийски медал. Въпреки това, дори и в този сценарий, за да се случи това, е необходимо президентско постановление, което по различни причини, например финансова криза, не може да бъде подписано.

### **3. Идентифициране на съществуващите предложения и възможности за интеграция в спорта, образованието и обществото за младите хора с интелектуални затруднения в национален контекст**

Въпреки гореспоменатите пречки за интеграция в спорта, образованието и обществото на младите хора с интелектуални затруднения, съществуват възможности за конкретната целева група. По-специално, в Гърция, спортовете за хора с увреждания започват да се развиват в края на 70-те и началото на 80-те години с първото участие на гръцки спортисти в параолимпийските игри и създаването на първите спортни клубове. През 80-те години чрез масовите спортни програми на Генералния секретариат по спорт, действията на синдикатите за правата на хората с увреждания, но също така и индивидуалните усилия и страстта на научно обучените учители по физическо възпитание, засилват усилията за създаване на спортни организации. През 90-те години са основани две спортни федерации за хора с увреждания, една от които е Гръцката спортна федерация за хора с увреждания (РА.ОМ.Атеа, 1993 г.), а другата е Гръцката спортна федерация за инвалиди (РАОКА, 1996 г.). Тези



две спортни организации са предшествениците на Националната спортна федерация на хората с увреждания (наричана по-нататък „ЕАОМ“), която е създадена през декември 2002 г.

ЕАОМ е отговорна за организирането на около 17 шампионата за хора с увреждания, докато Федерацията на гръцките асоциации за баскетбол в инвалидни колички е отговорна само за баскетбола в инвалидни колички. В допълнение, Гръцката спортна федерация на глухите е отговорна за организирането на турнири и първенства за глухи, а новосформираната Гръцка федерация по атлетика за пациенти с бъбречни увреждания и трансплантации е отговорна за организирането на турнири и първенства за пациенти с бъбречни заболявания или спортисти с трансплантации. Така, през 2020 г. съществуват четири федерации, които се занимават с нуждите на спортистите с увреждания, докато все още има някои федерации (например по триатлон, гребане, ветроходство), които рядко включват спортисти с увреждания в техните лиги. Това е така, защото по закон спортен клуб може да бъде или спортен клуб за хора с увреждания или спортен клуб за хора без увреждания. С други думи, спортистите с и без увреждания не могат да бъдат членове на един и същи клуб. Важно е да се спомене, че след създаването на ЕАОМ през 2002 г. и през следващата година и половина, 135 гръцки спортисти с увреждания се квалифицират за участие в 17 параолимпийски спорта в Параолимпийските игри АТИНА 2004. Освен ЕАОМ, която предлага възможности за включване в спорта на хора с увреждания, Гръцкият параолимпийски комитет също е много активен и в предоставянето на спортни възможности. По този начин, Гръцкият параолимпийски комитет отговаря

за развитието и разпространението на Параолимпийското Движение в Гърция, както и за подбора, сформиранието и разпределението на национални отбори в параолимпийските игри. Основната му цел е разширяването на Параолимпийското Движение в Гърция и в този контекст предоставянето на стимули за мотивиране и насърчаване на хората с увреждания – и особено младите хора – активно да участват в спорта чрез ежедневно ангажиране посредством редица възможности, които варират от рехабилитиращи спортни дейности до възможности за елитни спортни дейности за хора с увреждания. Чрез този процес той допринася изключително много за социализацията и равното интегриране на хората с увреждания в обществото.

В продължение на много години в гръцката правна рамка има няколко разпоредби, които защитават конкретно правата на хората и децата с увреждания и се грижат за техните нужди. Например, въпреки че няма специални разпоредби за спортистите с увреждания, които са и студенти, някои са съществували при определени условия. Някои от полезните разпоредби на закона, които се прилагат за спортистите с увреждания, са следните:

- Спортисти, които посещават официални конкурси (на национално, европейско или световно ниво) могат да бъдат извинени от учебни занятия и имат право да се явят на изпити, дори ако са пропуснали официалната датата на предвидените изпити;
- До 2010 г. спортисти, спечелили национален медал и в същото време имащи добър успех в училище или университет, са възнаграждавани от държавата с малка стипендия. През 2000 г. обаче, поради общата икономическа криза в страната,

тези стипендии са премахнати;

- Студентите спортисти с увреждания, които са се представили много добре на международен конкурс, могат да бъдат приети в университети без изпити (нещо, което не се прилага за широката общественост);
- И накрая, на спортисти с увреждания, които постигат много високи отличия, например едно от трите най-добри места на световните първенства или на Олимпийските игри, се предоставя парична награда, както за тях, така и за техните треньори.

Освен това, през последната година (2019 г.) се полагат много усилия за създаването на национален план за действие. По този начин, националният план за действие за правата на хората с увреждания (наричан по-нататък „НПД“) е „пътна карта“, която предоставя ясна, съгласувана и систематизирана рамка за действия, главно за периода 2020—2023 г. Същевременно се отчитат действия с по-дългосрочен период на изпълнение. Конвенцията на ООН за правата на хората с увреждания е първият правно обвързан текст за защита на правата на човека, особено на лицата с увреждания, подписан от Общото събрание на ООН през 2006 г. Европейската комисия подписва Конвенцията през 2007 г. от името на Европейския съюз и я ратифицира през 2010 г. Гърция ратифицира Конвенцията и факултативния протокол съгласно Закон 4074/2012. Впоследствие, Закон 4488/2017 установява обща рамка от регламенти за прилагане на Конвенцията. НПД е резултат от тясно сътрудничество между политическото ръководство и държавните служители на всички министерства. Освен това, с параграф 6 от конституционното изискване на член 21 се прилага конституционното изискване, което

гарантира, че лицата с увреждания имат право да се ползват от действия, които гарантират автономност, професионална интеграция и участие в социалния, икономическия и политическия живот на страната. НПД се състои от конкретни действия, които министерствата и другите заинтересовани страни трябва да предприемат, с ясни графици и показатели за постиженията, които ще бъдат включени в Интегрираната информационна система за нейното наблюдение и оценка, която е разработена от правителството като проект „ЗАЕДНО“. Това ще осигури неговото изпълнение и ще даде възможност за динамичното актуализиране на проекта в сътрудничество с представителните организации на ESADEA. Този план, в своята цялост, подчертава усилията за премахване на физическите, политическите, транспортните бариери и др. Пример за инициатива за премахване на физическите бариери е обявяването от заместник-министъра на спорта на създаването на ново спортно съоръжение за хора с увреждания в Атика, което да обслужва не само спортисти с увреждания от района на Атика (населението на Атика е около 5 милиона души), но и от цяла Гърция. По отношение на състоянието на спортните съоръжения, въпреки че сертифицирането на тези съоръжения не е завършено, през 2019 г. министрите на кабинета дават на управителите на спортните съоръжения едногодишен срок за уеднаквяване на спортните съоръжения със стандартите за безопасност, като по този начин ще бъдат премахнати физическите бариери за хората с увреждания. Планират се и предстои да бъдат осъществени още повече инициативи през следващите няколко години.





#### 4. **Заклучения**

Въпреки че през последните десетилетия са направени много крачки напред, с признаването на Движението за хората с увреждания, институционализирането на техните права и изпълнението на програми, тяхната социалната интеграция не е напреднала достатъчно. През последните няколко години гръцкото правителство засилва усилията си за осигуряване на равни възможности за хората с увреждания, така че те да могат да достигнат пълния си потенциал в живота. Това не означава, че ще бъде постигнато пълно включване в скоро време, но процесът има много измерения и цели да създаде условия, които да позволят пълноценно и активно участие на всеки член на обществото във всички аспекти на живота, по отношение на възможностите за образование и спорт, заетост и др. Едно е сигурно - че гръцкото правителство се стреми да гарантира, че на хората с различни потребности, увреждания и недостатъци се предоставят равни възможности по начин, който зачита и защитава правата на тези групи. Въпреки това, ние никога не трябва да забравяме отговорността, която всеки гражданин носи към достъпността и интеграцията на хората с увреждания в обществото. Както Маргарет Мийд (културен антрополог) е казала веднъж: „Ако искаме да постигнем по-богата култура, трябва да изтъчем такава, в която всеки разнообразен човешки дар да намери подходящо място“.

## AMVIAC – Мексико

### 1. Факти и цифри за спорта и уврежданията на национално равнище

През 2018 г. са регистрирани 7,7 милиона мексиканци с увреждания, от които 54,2% са жени, а 49,9% са възрастни, разкрива

Националният Институт по Статистика и География (INEGI).

Хората с двигателни увреждания са сред най-изключените от правото на образование (само 36% от населението от 3 до 17 години посещава училище на ниво, съответстващо на тяхната възраст), следвани от хората с интелектуални затруднения (46,2), проблеми с придвижването (68,5), слуха (74,9) и зрението (91,6).

### 2. Идентифициране на съществуващите ограничения за младите хора с интелектуални затруднения в националния контекст за интеграция в спорта, образованието и обществото

Възможностите и трудностите за участие във физическа активност могат да имат различни измерения като: липса на време, на доверие, на пари, на успех, заетост с други неща, скука, твърде много натиск, загуба на интерес, прекратяване на дейност от страна на приятели, страх от нараняване, липса на място за тренировки, липса на подкрепа или на алтернативи. Други фактори, които могат да ограничат участието във физически активности в общността са: разходи и достъпност на активностите, липса на информираност относно наличните предложения, неадекватно предлагане на активности и страх от интегриране с други неизвестни групи (Витен, Хиксок, Пиърс, Блейли, 2008).

### 3. Идентифициране на съществуващите предложения и възможности за интеграция в спорта, образованието и обществото за младите хора с интелектуални затруднения в национален контекст

Адаптиран спорт - общо название, дадено в Латинска Америка на спорта, практикуван от хората с увреждания; той е създаден повече



в полза на хората, отколкото като държавна политика и косвено предоставя някои социални решения, като ползи за здравето и благоприятен имидж и социално включване на хората с увреждания в обществото им.

През 1957г., в Мексико Сити се провежда първият междуучилищен турнир за хора с интелектуални затруднения, с участието на студенти от педагогическия медицински институт и институт Едуардо Сегин.

До 1964г., директорът на детския педагогически център, д-р Рамос Мендес, насърчава в специалното си училище за деца, страдащи от последиците от полиомиелита, да се играе футбол с бастуни, както и създаването на Планинарска група за деца с увреждания Група 84 в организацията на Момчетата Скаути, която практикува изследвания и разходки. Група, която изненадва, с това, че е първата по рода си, и е добре приета от други Скаут групи. Това училище по-късно ще даде началото на INPI и след това на DIF.

През 1963 г. Хорхе Антонио Белтран Ромеро, психолог от Мексиканския институт за рехабилитация, с подкрепата на директора на института Г-н О'Фаррил и докторите Васкес Вела и Леобардо Руис, интегрира спортната активност в общата програма за рехабилитация на споменатия институт и вследствие на това първото мексиканско участие на Световните игри в Стоук Мандевил е факт. На това събитие Марта Руис печели два златни медала по плуване, докато Мануел Руиз печели злато и сребро по лека атлетика.

През следващата 1964 г., д-р Руис и психологът Белтран Ромеро от Рехабилитационния институт отиват в Токио, като наблюдатели на Олимпийските игри за спортисти с увреждания.

През 1967 г. координаторите на Специално Образование, част от Дирекция „Общественото образование“, провеждат мини-Олимпиада, първа по рода си в нашата страна, за всички ученици с интелектуални затруднения. От десетте училища с експериментална педагогика във федералния район, около 800 ученици получават възможността да се състезават в лека атлетика, футбол и волейбол в парка „Магдалена Мичука“.

Успехите на тези спортисти увеличават интереса на д-р Белтран и на лекарите от Института по рехабилитация, които насърчават състезателните спортове в програмите за хора с увреждания, така че през същата година психологът създава Националната асоциация за увреждания на двигателния апарат.

Очевидно е, че специалистите в образованието, а не спортните, са тези, които първи изразяват желание да включат състезателните спортове в центровете за специално образование; въпреки това, действията нямат достатъчен резултат и Мексико пропуска възможността да бъде домакин на параолимпийските игри и отменя събитието през 1968г., а Израел става домакин.

Вече част от международното спортно движение, Мексико получава покана да участва на Олимпийските игри за хора с увреждания през август 1972 г., в Хайделберг, Германия. Лятната олимпиада се провежда в Мюнхен. В Мексико започват да се практикуват 7 спорта: фехтовка, слалом, стрелба с лък, плуване, тенис на маса, баскетбол, вдигане на тежести, пистова и полева атлетика.

Фехтовката се практикува само през първите 3 години, а слалом в продължение на 9 години (проверка на уменията за управление на



инвалидни колички предвид препятствия, рампи, стъпала и време). Те са изключени от националния спорт, за да се присъединят два нови спорта във втората част на 90-те: тенис на корт и спортни танци, и двата в инвалидни колички.

Появата на Първата федерация преди CODEME.

Тъй като Националните спортни игри в инвалидни колички са първият спорт, който е организиран и признат на национално ниво, те се организират от 1972 до 1989 г., година след година, в съоръжения на Мексиканския олимпийски комитет, във всичките си форми - и мъжки и женски дисциплини.

През 1990 г., XVII издание на Националните игри, вместо в CDOM се провежда във Веракрус, защото DIF решават, че ще обиколят различните щати на Мексиканската република, за да увеличат присъствието и разпространението им и оттогава всяка година, различен щат е домакин на Националните параолимпийски игри.

Първите институции, които подпомагат практикуването на спортове в инвалидни колички и техния растеж и развитие, докато придобият обхвата и успехите, които имат днес са: Мексиканския институт по рехабилитация; Националния автономен университет на Мексико (UNAM); Национални железници на Мексико; Мексиканският институт по социално осигуряване; ISSSTE; Департамента на Федералния Район и Националния институт за закрила на детето - в днешно време DIF.

Успехите на мексиканските параолимпийски атлети провокират различни реакции в страната и безброй мнения. Някои отхвърлят техните постижения в сравнение с постиженията на

олимпийските спортисти, които имат много повече подкрепа. Параолимпийците показват, че успехът е възможен, дори когато е налице само минимална подкрепа.

Като се имат предвид доказателствата, че хората с увреждания нямат нито собствени съоръжения, нито достатъчно ресурси за по-добра конкурентна подготовка, радио коментатор с името Мигел Агире Кастеланос, става един от предшествениците на това движение, в рамките на средствата за масова информация и от години ги нарича Plusválidos, тъй като той твърди, че с по-малко те правят повече. Агире е един от основните двигатели на създаването на център за високи постижения за спортисти с увреждания.

#### **За адаптирания спорт:**

В Мексико има пет спортни федерации, чиято основна цел откриване, подкрепа и развитие на таланта на хората с увреждания. Възпитаване на уважение към другите в конкурентна среда.

Federación Mexicana de Deportes sobre Silla de Ruedas.

Federación Mexicana del Deporte para Ciegos y Débiles Visuales.

Federación Mexicana de Deportes para Personas con Parálisis Cerebral.

Federación Mexicana de Deportistas Especiales.

Federación Mexicana de Deportes para Sordos.

FEDEME A.C.

Това гражданско дружество (A.C.) се състои от държавни сдружения и свързаните с тях органи, които доброволно желаят да получат афилиация като асоциирани лица. Тази федерация е най-високата инстанция в спорта за лица с интелектуални затруднения в Мексиканската република и е свързана с

Мексиканската спортна конфедерация А.С. (CODEME), Мексиканския олимпийски комитет А.С. (COM), Мексиканския параолимпийски комитет (COPAME), международното ниво на Спортната федерация за спортисти с интелектуални затруднения (INAS) и Спортното дружество за хора със синдром на Даун (SU-DS). Нейната корпоративна цел е да осигури спортно обучение и организирани състезания за споменатото население.

#### 4. Заключение

Развитието на адаптирания спорт изисква голяма подкрепа от частния сектор, който трябва да осигури голям финансов принос, но с цялата подкрепа на държавния апарат, за да може нещата да се случват. Ако искаме резултатите от предишните Американски игри Парапан, да бъдат поддържани и дори надминати (55 златни медала, 58 сребърни медала и 45 бронзови медала), ще бъде необходима много работа в екип с мултидисциплинарен екип от треньори, психолози, диетолози, лекари, физиотерапевти, мениджъри, методолози, анализатори и т.н. (всички специалисти по адаптиран спорт) с инфраструктура, с необходимите корекции в спорта и с достатъчна достъпност, за да продължим по правилния път.

Убеден съм, че Мексиканският параолимпийски комитет прави всичко по силите си, за да може адаптираният и параолимпийският спорт на Мексико да предприемат скока, който е нужен, за да се състезава заедно с великите сили; в съчетание със звената от частния сектор изглежда, че се полагат положителни основи, създаващи по-добри условия за практикуването на приобщаващо физическо активиране и адаптиран спорт, като например DreamsAble, както с група от специалисти в адаптираните спортове, работят

за подпомагане на големия скок за включване на различни сектори на хора с увреждания, и че те могат да имат необходимите условия, така че да имат достъп до практиката на Планирано Физическо Упражнение FEMEDE А.С.

Използвани източници:

<http://femedede.org.mx/>

<https://puntocentro.mx/un-poco-sobre-el-deporte-adaptado-en-mexico/15491/>

<https://www.milenio.com/politica/inegi-mexico-7-7-millones-padecen-discapacidad>

<https://www.publimetro.com.mx/mx/nacional/2019/12/02/hay-7-7-millones-de-personas-con-discapacidad-en-mexico.html>

## АРБС – България

### 1. Факти и цифри за спорта и уврежданията на национално равнище

Пълното и равноправно упражняване на всички права от хората с увреждания е национален приоритет в България, изискващ активна, целенасочена и последователна политика, както и обединяване на действията на участващите органи, институции и активното участие на гражданското общество.

Като отчита комплексния и многостранен характер на мерките за гарантиране и признаване на пълното упражняване на всички права и основни свободи за хората с увреждания, политиката в тази област има за цел, в дългосрочен план, да прилага интегриран подход, основан на принципите на ресурси за хоризонтално въздействие в различните политики.



Настоящата Национална стратегия за хората с увреждания 2016 - 2020 г. е основен политически документ, който формулира приоритетните цели и мерки и има за цел подобряването на качеството на живот на хората с увреждания, предотвратяването на дискриминация на основание „увреждане“, гарантирането на тяхното пълноценно и активно участие във всички области на обществения живот и насърчаване на зачитането на техните права във всички политики.

Националните цели и приоритети на Националната стратегия са формулирани в съответствие с Европейската стратегия за хората с увреждания за периода 2010-2020 г. „Подновен ангажимент за Европа без бариери“. Целите и приоритетите също съответстват на Националната здравна стратегия 2020 г., в която се обръща специално внимание на тази група граждани. Политика 1.6 „Възможно най-добро здраве за хората с увреждания“.

Националната стратегия за хората с увреждания 2016-2020 г. е разработена във връзка с изпълнението на националните ангажименти за прилагане на ратифицираната Конвенция на ООН за правата на хората с увреждания, по-специално в изпълнение на Стратегическа цел 8, т. 8. 2 от Плана за действие на Република България за прилагане на Конвенцията за правата на хората с увреждания (2015 - 2020).

## **ЕВРОПЕЙСКА РАМКА И НАЦИОНАЛНО ИЗМЕРЕНИЕ**

Националната политика се ръководи от национални и международни стратегически документи, включително международните договори, ратифицирани от нашата страна, Европейската социална харта/ревизирана, Плана за действие за насърчаване на правата

и пълното участие в обществото на хората с увреждания: подобряване качеството на живот на хората с увреждания в Европа 2006-2015 г. на Съвета на Европа и други в съответните секторни политики.

**ПРИОРИТЕТ 6:** Осигуряване на достъп до спорт, отдих, туризъм и участие в културния живот.

В областта на осигуряването на достъп до спорт Министерството на младежта и спорта изпълнява програми за развитие на спорта сред хората с увреждания, които са заложили в „Националната програма за развитие на физическото възпитание и спорта в Република България 2013 - 2016 г.“ и са в изпълнение на един от основните приоритети на министерството, а именно насърчаването на децата и младежите да упражняват физическа активност и систематично практикуване на спорта като средство за здравословен начин на живот, физическо и духовно развитие.

Прилагането на програмите, използвайки съществуващите добри практики в тази област, създава условия за подпомагане на социалната интеграция, адаптиране и пълноценна реализация в обществения живот на хора и деца с увреждания, чрез създаване на условия и възможности за тяхното включване в свободни спортни дейности, за да се подобри качеството им на живот, физическа и умствена пригодност. Програмите се обновяват и доразвиват ежегодно, създавайки възможности за по-широк достъп сред хората с увреждания и достъп до спорт. Министерството на младежта и спорта ежегодно финансира училищни игри за ученици от специалните училища, които се реализират от Българската параолимпийска асоциация (БПА) и Спортната федерация на глухите в България (СФГБ). Ученическите игри за деца с увреждания на слуха, зрителни

увреждания, физически увреждания и увреждания на централната нервна система дават възможност за лично изразяване в областта на спорта за деца и ученици със специални образователни потребности, както и за правото на едногодишна стипендия за надарени деца, класифицирани по Програмата за мерки за надарени деца за съответната календарна година.

Чрез проектно финансиране Министерството на младежта и спорта подкрепя обучението и спортните дейности, провеждани от лицензирани спортни организации, развиващи спортни дейности за хора с увреждания.

## МЕРКИ

- Осигуряване на условия и възможности за спортните клубове в страната да разширяват кръга на хората с увреждания, да участват в спортни дейности, за да подобрят физическите си възможности, пълноценното ползване на свободното време и социалната им интеграция;
- Осигуряване на възможности, според уврежданията и здравословното състояние, за придобиване на първоначални умения, навици и знания за практикуване на предпочитан спорт;
- Развитие на социалните функции и социално-полезната дейност на специализираните спортни организации и институции чрез увеличаване и разнообразяване на спортните услуги за хората с увреждания;
- Формиране на траен интерес сред хората с увреждания за участие в редовни спортни дейности и осигуряване на възможност на треньорите в 30 спортни клуба за избор на практикуващи параолимпийски спортисти да участват в състезания от националния и международния спортен календар;
- Осигуряване на възможност за включване в

провеждането на спортни дейности на спортни специалисти с квалификация в областта на адаптираната физическа активност, адаптираните спортове и кинезитерапията за хора с увреждания.

## 2. Идентифициране на съществуващите ограничения за младите хора с интелектуални затруднения в националния контекст за интеграция в спорта, образованието и обществото

Един от най-сериозните проблеми за хората с увреждания - осигуряването на достъпна среда - все още не намира добро решение. Създадена е добра нормативна база, като Закона за устройство на територията, с който се въвеждат изисквания за изграждане на достъпна среда, а специфичните изисквания за осигуряване на достъпна среда са въведени с редица нормативни уредби с технически норми за проектиране. Създадени са регулаторни изисквания за изграждане на достъпна среда в градските райони; за регулиране на движението по пътищата със светлинни сигнали; монтиране на светофари на кръстовища, разположени по достъпни маршрути, които да придружават зелената светлина на светофара от звуков сигнал.

В повечето общини в страната има положителен обществен отговор и нагласи за осигуряване на достъпна среда за хора с увреждания. Спонсори осигуряват средства за адаптиране на сгради, училища, културни институции, а общинските бюджети също разпределят средства за тази цел. Необходимо е да се установи добра координация между местните власти и държавната администрация, за да се събере информация за прилагането на мерките за създаване на достъпна среда. В тази насока ролята на регионалните съвети за





регионално развитие на общинските органи е особено важна и те трябва да осигурят необходимата помощ.

Осигуряването на цялостна рехабилитация на хората с увреждания е предпоставка за пълното им приобщаване в обществото. Рехабилитацията на хора с увреждания е цялостен процес, поради което трябва да се създадат програми и структури, за да се гарантира последователното изпълнение на стъпките на този процес, а именно - медицинска, професионална и социална рехабилитация.

Проблемът с достъпа до медицинска рехабилитация е особено изострен. Целта на медицинската рехабилитация е да се ограничат или намалят ефектите от нараняване или заболяване и да се възстановят или подобрят физическите и/или умствените функции. Следователно, тя е най-важната и незаменима част от цялостния процес на рехабилитация. Досега медицинската рехабилитация на хора с хронични заболявания и трайни увреждания не е достатъчно обхваната в приоритетите и програмите на здравната политика.

НЗОК плаща за някои процедури за рехабилитация само на лица с временна неработоспособност. Рехабилитацията на хора с хронични заболявания и трайни увреждания не се заплаща от НЗОК. Няма клинични пътища за рехабилитация. С изключение на частичното плащане за лечение в санаториуми чрез социално подпомагане, хората с трайни увреждания нямат достъп до медицинска рехабилитация.

Регистрираните търсеци работа са предимно хора с така наречените "обща заболявания" и загубилите работоспособност до 50-70%. Те

до голяма степен са запазили способността си да работят, което прави по-лесно намирането на работа, различна от тази, свързана с тежки физически натоварвания. Тези хора имат по-голям шанс за успех на пазара на труда. Хората с физически увреждания са около 20% от общия брой на регистрираните безработни с увреждания. Трудно им е да получат предложение за работа и много често не могат да започнат работа поради липса на достъпна среда.

Делът на хората с интелектуални и психични затруднения, регистрирани като търсеци работа, е около 11%. Шансовете им за работа са незначителни. Работодателите отказват да ги наемат и единственият им шанс остава специализирани предприятия и/или надомна работа.

### **3. Идентифициране на съществуващите предложения и възможности за интеграция в спорта, образованието и обществото за младите хора с интелектуални затруднения в национален контекст**

Според наличните данни от Преброяването на населението (2001 г.) приблизително 265,353 души в България имат медицинско установени увреждания. 92% от тях са на възраст 16-64 години. По данни на Националния Осигурителен Институт (НОИ) общият брой на хората с увреждания в България е около 852,370. Някои национални НПО считат тези данни за нереалистично ниски. Според НОИ и Националния статистически институт (НСИ) около 200,000 души с увреждания са в трудоспособна възраст в България, от които около 13% са заети. Според Националната агенция по заетостта през 2010 г. официално са регистрирани 13,525 лица с увреждания като безработни (т.е. „активно търсеци работа“),



което представлява 4% от общия брой на регистрираните безработни.

Според проучване на НСИ почти една трета от хората с увреждания вярват, че могат да извършват определен вид работа. Що се отнася до предпочитанията за заетост, 75% биха предпочели да бъдат наети от публични или частни компании, 22% нямат предпочитания и 3% искат да развият свой бизнес. 76% от желаещите да работят биха искали да участват в специални програми за заетост.

Хората с увреждания в България са обект на нагласи и практики, наследени от миналото, когато повечето от тях са били изолирани, защитени и обгрижвани от техните семейства или държавата. Повечето от тях все още остават изолирани и неспособни да излизат извън домовете си поради недостъпната архитектурна среда и липсата на адекватни услуги за социално включване.

Недостатъчното развитие на алтернативни услуги и грижи за деца с увреждания и подпомагане на техните семейства определя броя на децата, които са отгледани в социалните институции в системата на различните министерства. Високата степен на тяхната институционализация води до сериозно намаляване на възможностите за добро образование и приобщаване в живота, което от своя страна още повече влошава шансовете на хората с увреждания да се реализират на пазара на труда, както и да участват в икономическия, социалния и културния живот на обществото.

Като се има предвид фактът, че за хората с увреждания физическата активност е от голямо значение в терапевтично и психологическо отношение, Министерството на младежта и

спорта е разработило стратегия за осигуряване на достъп до спортни съоръжения и съоръжения в две основни области:

1. Отстраняване на архитектурни бариери, с цел осигуряване на достъп до спортни съоръжения и съоръжения за хора с увреждания;
2. Инициативи за премахване на архитектурните бариери на спортните съоръжения.

На всеки човек с увреждания се предоставя малка финансова подкрепа, когато поиска да бъде записан в спортен клуб, който допринася за нивата на физическа активност и стимулира #BeActive начина на живот. С всяка година се повишава броят на спортните клубове и организации, предоставящи тренировки за хора с различни увреждания.

#### 4. Заключение

Дългият исторически период до началото на 90-те години може да бъде описан като доминиране на медицинския модел за увреждане. Новото разбиране за уврежданията обаче започна да променя правната рамка, когато през 1995 г. законът за закрила, рехабилитация и социална интеграция на хората с увреждания се превръща в правен факт. Ролята на този закон е да се въведе ясна отговорност на институциите и да се определи механизмът за постигане на обявените цели. По-късно обаче законът е остро критикуван от неправителствени организации, работещи в областта на уврежданията и равенството. Експерти от Центъра за независим живот са на мнение, че законът не премахва бариерите пред хората с увреждания за независим живот, както понятията „социално подпомагане“ и „социална интеграция“. Постепенно се възприема новата идея, че хората с увреждания се нуждаят от специални мерки,



насочени конкретно към преодоляването на дефицита, причинен от дадено увреждане. Хората с увреждания не са деца в нужда, които се нуждаят от постоянна помощ, а хора с ценен потенциал като всички останали членове на обществото. Законът за социална интеграция на хората с увреждания, приет през 2005 г., определя начините за интегриране в подкрепа на равното участие на хората с увреждания в обществения живот - в допълнение към медицинската и социалната рехабилитация, чрез образование и професионално обучение, трудова заетост, достъпна среда за живот и архитектурна среда, социални услуги, социално-икономическа защита и достъп до информация. Налице е нарастваща осведоменост и по-задълбочено разбиране на концепцията за социално приобщаване, което води до постепенното развитие на целенасочени услуги за хора с увреждания от страна на публични и частни организации (напр. услуги по медиация за хора, търсещи работа, обучение и консултиране). Трябва обаче да се признае, че социалното включване далеч не е общ и широко разпространен факт в съвременното българско общество.

Изключително важна предпоставка за успешно социално включване на хората със специални нужди е промяна в отношението на обществото към тях. Те все още са доминирани от погрешни схващания, съжаление, безразличие и негативизъм. Това налага дългосрочни кампании за преодоляване на тези „субективни“ бариери и за промяна на стереотипите в начина, по който самите хора с увреждания са представени и възприемани. В този подход е много важно хората с увреждания да бъдат представени като носители на позитивни роли, като равни граждани в едно демократично общество. Кампанията за

промяна на обществените нагласи трябва да върви ръка за ръка с решаването на всички проблеми с уврежданията.

## CSDS – Виетнам

### 1. Факти и цифри за спорта и уврежданията на национално равнище

Според данни от Общия административен преглед (2016 г.) общият брой на хората с увреждания в цялата страна е 6,225,519 души, от които 671,659 деца на възраст 2-17 и 5,553,860 лица на възраст 18 и повече години. Степента на разпространение в селските райони е почти 1,5 пъти по-висока от тази в градските райони. Районът с най-високи коефициенти на хора с увреждания е Северно централното и Централно крайбрежие, а най-ниските са в Югоизточния и Централния планински регион.

Има 2,622,578 хора с интелектуални затруднения. Виетнам има около 1,2 милиона деца с увреждания, от които 27% имат интелектуални затруднения.

### 2. Идентифициране на съществуващите ограничения за младите хора с интелектуални затруднения в националния контекст за интеграция в спорта, образованието и обществото

Като цяло, семейства, с членове с увреждания изпитват затруднения при присъединяването към социални дейности и спорт, поради ограничените си финансови ресурси. Виетнамците с увреждания изпитват по-високи нива на бедност в сравнение с по-широкото виетнамско население. По отношение на икономическите предизвикателства, свързани с уврежданията, динамиката на ниския и нестабилния доход, съчетана с текущи

разходи за здравеопазване и други свързани с уврежданията разходи, се отразява на възможността децата им да могат да участват в спорта.

Спортните активности се организират предимно в населените места и големите градове. Има голямо ограничение за мащабните събития или дейности, обслужващи по-голямата част от хората с увреждания.

Инвестициите в инфраструктурите за спортни дейности и упражненията на открито, специализирани за хора с увреждания, са се подобрили основно в градските райони, а селските райони остават засегнати от сериозен недостиг, както количествено, така и качествено. Дори в големите градове специализираното оборудване за хора с увреждания се нуждае от по-редовен контрол, поддръжка и надграждане.

Въпреки нарастващия интерес към спорта от страна на хората с увреждания и нарастващия брой спортисти с увреждания, участващи в организирани спортове, има малко проучвания, свързани с рисковите фактори и превантивните стратегии за наранявания при спортисти с увреждания. Знанията относно спортните наранявания при хора с увреждания остават недостатъчни.

Има неравностойност по отношение на бонусната политика между спортист с и без увреждания. Съгласно Решение на министър-председателя No 32/2011/QĐ-TTg за бонусната политика за треньори и спортисти, клауза 6, член 3. се посочва, че паричният бонус за спортисти с увреждания е 50% в сравнение с този за спортисти без увреждания. Например, 160,000,000VND са дарени на стрелеца Хуанг Хуан Вин, който печели Олимпийски златен медал за Виетнам на летните олимпийски

игри през 2016 г., докато по време на Параолимпийските игри през 2016 г. в Рио, Бразилия, щангистът Ле Ван Конг, който печели златен медал, получава само 80,000,000 като бонус. Тази несправедлива политика може да е разочароваща за атлетите с увреждания. Въпреки факта, че хората с увреждания са обект на благоприятни здравноосигурителни политики, само 2,3% от тях имат достъп до рехабилитационни услуги при болест или нараняване.

Съществуването на политики за социално включване и насърчаване на спорта е безспорно, но процедурите и процесите, в основата си са бавни и сложни за прилагане в действителност.

### **3. Идентифициране на съществуващите предложения и възможности за интеграция в спорта, образованието и обществото за младите хора с интелектуални затруднения в национален контекст**

Съгласно Закон 77/2006/QН11 на Народното събрание, на хората с увреждания се предоставя по-нисък или безплатен вход за спортни събития и по-ниски цени за обучителни спортни услуги, съгласно правителствените разпоредби.

Все повече провинции показват ангажираност и загриженост за наличието на повече физически обучения и спортни заведения за хора с увреждания. 35 провинции са активно ангажирани в организирането на дейности за хора с увреждания в различни спортове, като лека атлетика, плуване, бадминтон, тенис на маса, боче, футбол, баскетбол, тенис, шах, джудо, айкидо, таекуондо и др. Участието в спортни активности помага на хората да повишат увереността си, да подобрят



социалния си живот и да разпространят позитивност в другите.

Законът за хората с увреждания предвижда доста политики за тях, като например политики за професионално обучение, здравни услуги, насърчаване на културни и спортни дейности и т.н., и би било по-ефективно, ако съществува генерален план, който ясно да определя отговорностите на всеки, като същевременно насърчава отговорността да се поставя и върху всеки гражданин.

Министерството на културата, спорта и туризма активно популяризира комуникацията на спортни дейности за хора с увреждания, насочва ги към отговорните звена, предоставя адреси за подкрепа, улеснява достъпа им до спортни съоръжения и участието им във вид спорт, подходящ за тяхната възраст, пол и здравословно състояние.

На 13 ноември 2019 г. министър-председателят издава Решение No 1616 / QD-TTg за виетнамското домакинство на 31-вите Морски игри и 11-тите Пара игри през 2021 г.. По този начин, 11-те Пара игри са планирани да се проведат през декември 2021 г. и се предвижда да включват 14 спорта (специфичните спортове са предложени от Министерството на културата, спорта и туризма). Това са добри новини и вдъхновение за хората с увреждания като цяло и в частност за хора с увреждания, които обичат спорта.

#### 4. Заключение

Като обобщение, може да се каже, че съществуват полезни политики и загриженост за хората с увреждания, но те все още не са достатъчни; остават доста нерешени предизвикателства за по-голямото ангажиране на хората с увреждания в спорта и социалните

дейности. Факт е, че директивите и документите (отнасящи се до хората с увреждания като бенефициенти), издадени от висшите органи, всъщност не са разработени ефективно поради недостатъчните финансови и човешки ресурси. Ще са необходими повече колективни усилия и е лична отговорност на всеки един от нас да се включим в създаването на по-добро място за живот за нас като човешка раса, а хората с увреждания не бива да бъдат изключени. Спортните и развлекателни дейности за хората с увреждания трябва да бъдат организирани на местно ниво, от местните власти и с подкрепата на младите хора, независимо от различните региони, като в същото време изграждането и поддържането на по-добра среда за улесняване на тези редовни социални дейности е от решаващо значение. Устойчивите усилия на самите хора с увреждания, техните семейства и общността, които ги подкрепят, ще бъдат жизненоважен фактор, допринасящ за това предизвикателство.

#### Използвани източници:

- GSO. 2016. The National Survey on People with Disabilities 2016 (VDS2016), Final Report. Ha Noi, Viet Nam: General Statistics Office
- Education for All 2015 National Review Report: VietNam <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000232770>
- Estimating the extra cost of living with disability in Vietnam. Minh HV, Giang KB, Liem NT, Palmer M, Thao NP, Duong le B. *Glob Public Health*. 2015; 10 Suppl 1
- The Association in support of Vietnamese handicapped and Orphans (ASVHO)
- <http://asvho.vn/quyen-tham-gia-hoat-dong-the-thao-cua-nguoi-khuyet-tat-a580.html>

# LSP – Ирландия

## 1. Факти и цифри за спорта и уврежданията на национално равнище

Редовното практикуване на физическа активност и спорт осигурява широк спектър от ползи за физическото, социалното и психичното здраве както на мъжете, така и на жените от всички възрасти и състояния, включително и на лицата с увреждания<sup>11</sup>. Физическата активност се определя, като всяко движение на тялото, спорт и упражнение при младите хора с и без интелектуални затруднения, произведено от скелетните мускули, което води до разход на енергия<sup>13</sup>. Упражнението е подкатегория на физическата активност, която е планирана, структурирана, повтаряща се, с цел подобряване или поддържане на физическата форма<sup>14</sup>. Спортът е част от упражненията, при които участниците се придържат към общ набор от правила или очаквания и съществува определена цел<sup>15</sup>. Световната здравна организация определя физическата неактивност, като четвъртия водещ рисков фактор за глобалната смъртност<sup>16</sup>. Отбелязва се, че редовната физическа активност намалява риска от коронарна болест на сърцето и инсулт, диабет, хипертония, рак на дебелото черво, рак на гърдата и депресия. Също така е от основно значение за енергийния баланс и контрол на теглото, положително свързана е с кардиореспираторното здраве и мускулната сила и увеличава костното минерално съдържание и костната плътност<sup>17</sup>. Спортът е една от областите, чрез които хората могат да бъдат физически активни<sup>18</sup>. Спортът има роля и при насърчаването на психологическото благосъстояние и увеличаването на социалния капитал<sup>19</sup>. Интелектуалното затруднение

се отнася до значително общо увреждане на интелектуалното функциониране, което е придобито в детството, обикновено проявено като точкуване на повече от две стандартни отклонения под средната стойност на населението при тест за обща интелигентност<sup>20</sup>. Въпреки че приблизителните оценки за разпространението на интелектуалните увреждания варират значително, е изчислено, че приблизително 2% от възрастното население има интелектуални затруднения.

Накратко, спортът включва всички форми на физическа активност от социалните разходки до състезателния голф. Спортът помага за намаляване на много от отрицателните социални, психологически и физически последици от увреждането. Проучване също така показва, че много хора с увреждания желаят да спортуват, но широк спектър от бариери не им позволяват да го правят със съществена честота.

Според преброяване, проведено от Ирландската Национална Служба за Уврежданията през 2016 г., е изчислено, че приблизително 643,131 души, около 13,5% от населението на Ирландия, имат физическо, психическо, интелектуално, емоционално или сетивно затруднение и, като резултат, могат да срещнат затруднения при участието в спорта. Тримесечното национално проучване на домакинствата от 2018 г. отчита, че само 38% от тази група са участвали в спортни дейности на национално ниво и само 2,7% посещават/участват в международни спортни дейности, като Спешъл Олимпикс.

В Ирландия, участието на хората с увреждания в спорта изглежда плодотворна среда, в която да се насърчава социалното включване и това





привлича все по-голямо внимание от страна на мас медите и създателите на политики. Ограничение обаче е неравенството в достъпа до спорт на хората с увреждания.

Ирландската национална стратегия за децата „Нашите деца, техният живот“, през 2000 г. заявява, че децата ще имат достъп до игри, спорт, отдих и културни дейности, за да обогатят своето детство и че децата с увреждания ще имат право на услугата, от която се нуждаят, за да достигнат пълния си потенциал. <http://www.nco.ie/publications/22/> Ирландия, до известна степен, отразява спортната структура в много части на Европа и света със своите местните клубове и регионални, национални и управителни органи. За някои спортове спортната структура прилича на пирамида: в основата - местни клубове или федерации на обикновени хора или ръководни органи; след това регионалните органи за управление на спорта или федерации; националните управителни органи или федерации; и накрая, на върха на пирамидата - европейските спортни федерации или други международни/световни органи (административните върхове) или Олимпийските игри, Параолимпийските, Специалните олимпийски игри и други световни първенства (конкументните върхове). Пирамидалната структура предполага взаимозависимост между нива, на организационната и на конкурентната страна, със състезания, организирани на всички нива. Широката част на базата и връзката между базата и върха варират в зависимост от спорта и спортните политики и структури на страните и организациите.

Клубовете и спортните органи за масов спорт формират основата на пирамидата и предлагат

възможности за хората да се занимават със спорт на местно ниво, като по този начин улесняват, до известна степен, идеята за спорт за всички.

На клубно или местно равнище доброволството е от решаващо значение, а спортът има силна социална функция за обединяване на различни групи и изграждане на местни, регионални и национални идентичности. На това ниво, има много аматьорски спорт, удоволствие и любов към спорта заради самия него и заради социалния му аспект.

Същевременно, именно от клубовете изгряват новите поколения спортисти. Подходът на масовия спорт е характерен за европейския спорт, при който развитието му е свързано от нивото на клубовете и не е традиционно свързано с бизнес или с държава, а се развива като принос за местната общност и региона. Това се илюстрира от факта, че клубовете се управляват основно от доброволци и финансово се подкрепят от местните, за разлика от САЩ, където това са предимно професионалисти, които работят в американския спорт.

В Ирландия редица законоустановени, доброволни и професионални агенции и групи участват в организирането на спорт и физическа активност на местно, регионално и национално равнище. На местно ниво, както и в много други страни, групи на общността и органи, отговорни за развитието ѝ, заедно с отделни лица, като доброволци, често родители и учители, извършват по-голямата част от работата, свързана с организирането и управлението на спортни и развлекателни клубове, включително набиране на средства за дейностите им. На национално ниво, агенциите и групите, организиращи спорт и



физически активности, включват Ирландския Спортен Съвет, Олимпийският съвет на Ирландия, компанията Campus and Stadium Ireland Development, няколко правителствени отдели и националните ръководни органи на спорта (NGB), като футболната асоциация на Ирландия (FAI), Галската Асоциация по Атлетика (GAA), Асоциацията по баскетбол на Ирландия, Ирландската Ветроходна асоциация, Swim Ireland и т.н. Университетите и други институции на трети учебно-изследователски и изследователски центрове изследват физическата активност, физиологията на спорта и др. Те подкрепят спорта чрез отпускане на спортни стипендии и финансиране на спорта в кампуса. Те обучават бъдещите учители в началните училища и гимназиите, включително учители по физическо възпитание, и също така обучават мениджъри в сферата на отбиха и развлечението.

## **2. Идентифициране на съществуващите ограничения за младите хора с интелектуални затруднения в националния контекст за интеграция в спорта, образованието и обществото**

В Ирландия липсва статистическа информация, но по време на процеса на проучване е направен опит да се разработи кратък преглед на участието на младежи с увреждания в Ирландия. Основните моменти от изследването са следните:

- участието в спорта на хора с увреждания варира в зависимост от интересите, способностите и възможностите им. Възможности за участие са развлекателни - боулинг или състезателна конна езда при високи стандарти в национални и международни събития;
- хората с увреждания са по-малко физически активни, отколкото лицата без увреждания и

голям процент от тях водят заседнал начин на живот;

- по-голямата част от хората с увреждания не постигат минимално ниво на физическа активност за поддържане на добро здраве - повечето хора с увреждания нямат връзка със спортни клубове;
- много малко хора с увреждания се захващат със спорт сами;
- най-доброто предоставяне (и най-високо участие) е в службите и училищата за хора с увреждания. Възможностите за участие са най-ниски в домовете за грижи, у дома и обществото;
- хората с интелектуални и физически затруднения са най-активни (основно поради по-добрите структури и влиянието на Спешъл олимпикс и ирландската инвалидна асоциация);
- Хората със сензорни и умствени затруднения са най-малко активни;
- За хората с увреждания е достъпен по-малък избор от спортове, отколкото за хората без увреждания.

Най-популярните спортни дейности са плуване, конна езда, баскетбол, ходене, боулинг дейности (боче, боча, боулинг с 10 пина и др.), тенис на маса, фитнес и упражнения (зали).

- голяма част от хората с увреждания желаят да бъдат по-активни.

Според Националния орган за хора увреждания (2019 г.) основните пречки пред участието на хора с интелектуални затруднения в спортните дейности са:

- Липса на подкрепа от семейството
- Финансови ограничения на хората с увреждания
- Въпроси, свързани с финансирането на групата
- Проблеми с транспорта
- Неприветливи съоръжения



- Липса на ангажираност и познания в спортните клубове

- Липса на доброволци

- Липса на знания/опит сред треньорите.<sup>21</sup>

Като част от процеса на проучване, лицата, клубовете и организациите са поканени да идентифицират основните пречки пред по-голямото участие в спорта на хора с увреждания в Ирландия. Основните пречки са посочени по-долу заедно с обобщение на възприятията на хората, участвали в проучването:

- много хора с увреждания не са информирани относно ползите от участието в спорта или нямат доверие, самоуважение или интерес да се мотивират сами;

- много хора с увреждания страдат от здравословни проблеми, които затрудняват участието в спорта;

- липсата на ангажираност от страна на родители, членове на семейството, гледачи или настойници на лицето с увреждане могат да повлияят на участието му в спорта;<sup>22</sup>

- повечето хора с увреждания разполагат с по-малък доход и разходите за участие в спорта им са ограничени.

По-долу са посочени основните външни бариери, заедно с обобщение на възприятията на хората, участващи в изследването:

- повечето хора с увреждания нямат лични средства за транспорт до спортни програми и/или съоръжения. Достъпът до обществен транспорт е много ограничен и по-труден за тези, които живеят в селските райони. Разходите за транспорт до спортни програми и съоръжения са невъзвръщаеми;<sup>23</sup>

- информация за събития и програми често не се разпространява сред сектора, свързан с увреждания, а в медиите не се отразява спортът за хора с увреждания;

- Много съоръжения на закрито и открито

са неприветливи за хора с увреждания. Физическият достъп до съоръженията често е труден (сервизните помещения, като тоалетни и съблекални често са най-проблематични). Персоналът и ръководителите често изглежда се чувстват неудобно и негостоприемни;

- липсва финансова подкрепа за усилията на спортните клубове и организациите за хора с увреждания да предоставят спорт на своите клиенти;

- оборудването и транспортните изисквания са особено скъпи;

- поради липса на знания или осведоменост, повечето спортни организации (спортни клубове, центрове за отдих и упражнения и т.н.) не практикуват етика на приобщаване

- необходимо е образование и обучение на лидерите, за да се подобри осигуряването на спорт за хора с увреждания.

- много спортни доставчици се притесняват за рисковете, свързани с включването на хора с увреждания в дейността си. Опасенията, свързани със застраховане са на високо ниво в списъка;

- има много малко възможности за хората с увреждания да участват в спорт (за развлечение или състезателен). Там, където съществуват възможности, планирането и изборът са проблемни;

- много събития са организирани в неподходящо време, не са редовни, а изборът е ограничен.

### **3. Идентифициране на съществуващите предложения и възможности за интеграция в спорта, образованието и обществото за младите хора с интелектуални затруднения в национален контекст**

В Ирландия, специалните училища за хора с увреждания предоставят възможности за деца и възрастни с физически увреждания

да участват в редица спортове, като ръгби в инвалидни колички, баскетбол в инвалидни колички, пара-атлетика, пара Пауър лифтинг, пара плуване, пара стрелба с лък, пара тенис на маса, боце и много други спортове. Те са финансирани от правителството и т.н.

Съществуващите предложения и възможности за интеграция в спорта, образованието и обществото на младите хора с интелектуални затруднения на национално ниво са Специалните олимпийски игри веднъж на всеки 4 години. Специалната олимпиада е международна организация, която подкрепя включването на хората с интелектуални затруднения в обществото чрез участие в спорта.

Различни академични изследвания ясно посочват, че спортът е област на живота, в която хората с увреждания вероятно имат по-малко благоприятен опит от техните колеги и конкуренти без увреждания. Типичните пречки за хората с увреждания да участват в спорта включват липсата на осведоменост от страна на хората без увреждания за това как да ги включат в отборите по подходящ начин; липса на възможности и програми за обучение и конкуренция; физическите пречки; информация и достъп до ресурси.

Според наличните данни от Преброяването на населението (2016 г.) приблизително 643,131 души в Ирландия имат медицински доказани увреждания (Ирландска федерация за хора с увреждания, 2016 г.).

Хората с увреждания в Ирландия са обект на нагласи и практики, наследени от миналото, когато повечето от тях са били изолирани, защитени в здравните заведения и са обгрижвани от своите семейства и

ръководителите на здравните служби (религиозни групи или правителствени агенции). Повечето от тях остават изолирани и неспособни да излизат извън домовете си поради недостъпната архитектурна среда и липсата на адекватни услуги за социално включване в спортни образователни дейности. Недостатъчното развитие на алтернативни услуги и грижи за младежи с увреждания и подпомагане на техните семейства определя броя на младежите, които са отгледани в социалните институции в системата. Високата степен на тяхната институционализация води до сериозно намаляване на възможностите за добро образование и приобщаване в живота, което от своя страна още повече влошава шансовете на хората с увреждания да се реализират на пазара на труда, както и да участват в икономическия, социалния и културния живот на обществото.

Като се има предвид фактът, че за хората с увреждания физическата активност е от голямо значение в терапевтично и психологическо отношение, Министерството на правосъдието и равенството разработи политики, като „Национална стратегия за приобщаване на хората с увреждания 2017-2021 г.“, за да се осигури достъп до спортни съоръжения и съоръжения в две основни области:

- Изпълнение на Всеобхватната стратегия за заетост на хората с увреждания, включително увеличаване на целта за заетост на обществените служби от 3 % на 6 %, организиране на специални конкурси за обществени услуги и отваряне на алтернативни канали за наемане на работа;
- На всеки човек с увреждания се предоставя малка финансова подкрепа, когато той иска да бъде записан в спортен клуб, което допринася за нивата на физическа активност и стимулира



активния му начин на живот. С всяка година се повишава броят на спортните клубове и организации, предоставящи обучения за хора с различни увреждания.

#### 4. Заключение

В статистиката се показва делът на хората с увреждания, включително на хората с интелектуални затруднения, които обикновено участват в спорт или физическа активност в един или повече дни от седмицата в Ирландия. През 2019 г. е установено, че 29% от младите хора с увреждания в Ирландия обикновено участват в спорт или физическа активност в един или повече дни седмично (Вердоншот и Майнингер, 2014 г.). Настоящият доклад подкрепя ограничените съществуващи доказателства относно ниското равнище на участие на младежи с интелектуални затруднения в спорта/занятията в сравнение с техните връстници. Бъдещата работа по насърчаване на спорта/упражняването и физическата активност в младите хора с интелектуални затруднения може да изиграе роля за намаляване на здравната неравнопоставеност, с цел да се насърчи взаимодействието. Затова е важно да се насърчава физическата активност у младите хора.

## MVNGO – Италия

### 1. Факти и цифри за спорта и уврежданията на национално равнище

Какво представлява ОЧС? ОЧС е неформален образователен подход, който се среща в областта на спорта и физическата активност и се отнася до развитието на ключови умения на индивиди и групи, за да допринесе за самоусъвършенстване и устойчива социална трансформация по време на дейностите.

ОЧС създава връзка между хората, участващи в него. Чрез ОЧС е налице трайна социална промяна, която има за цел да даде възможност за овластяване. ОЧС изисква много елементи, които произтичат от използването на спорта и физическото упражняване, за да провокират силен резултат от ученето през целия живот, като например подобряване на толерантността, солидарността или доверието между различните хора. ОЧС следва да се разглежда повече като план за размисъл, отколкото поле за действие.

Що се отнася до спорта за хора с увреждания, в Италия референтният орган е италианският параолимпийски комитет (CIP), създаден през 2003 г. от държавния закон и признат за Конфедерация на параолимпийските спортни федерации и дисциплини, с мисията и целта, както на централно, така и на териториално ниво, да насърчава и гарантира максимално разпространение на спорта за хора с увреждания в тясно сътрудничество с CONI (Национален италиански олимпийски комитет). Италианският параолимпийски комитет (CIP) координира спортни дейности на национална територия чрез федерациите и параолимпийските спортни дисциплини: Някои са свързани както с CONI, така и с CIP, защото имат параолимпийски раздел в тях, като например FITARCO (Италианската федерация по стрелба с лък), FIC (Италианска федерация по гребане) и FCI (Италианската Федерация по колоездене). Други са свързани само с CIP, защото се занимават само с параолимпийски спортове. Сред тях са федерациите, които координират всички спортове, практикувани от спортисти със специфични увреждания, като FISPIC (Италианска федерация на лицата с нарушено зрение и спортове за незрящи), FSSI (Италианската федерация за спорт за хора с

увреден слух) и FISDIR (Италианска федерация на интелектуалните и сензорните увреждания). Подобно на CONI, на национално ниво, CIP е структурирана и разделена на различни регионални комитети. На териториално ниво той насърчава любителски спортове, докато на високо ниво е отговорен за подготовката на националните отбори за летните и зимните параолимпийски игри, които се провеждат около две седмици след Олимпийските игри на същите места и съоръжения.

CIP сътрудничи в голяма степен с училищното образование и инициира обяви за институциите за осъществяване на проекти, които да доближат децата с увреждания до спорта. В допълнение, благодарение на споразуменията с Министерството на образованието и научните изследвания, някои параолимпийски дисциплини са включени в училищните спортни игри.

В Италия се появяват програми и инициативи за справяне с тези проблеми, които също повишават осведомеността сред хората. Въз основа на най-добрите практики, които събрахме и интервюта с хора с увреждания в различни асоциации, този доклад има за цел да даде общ преглед на ситуацията в страната по отношение на бариерите и възможностите в областта на ОЧС.

## **2. Идентифициране на съществуващите ограничения за младите хора с интелектуални затруднения в националния контекст за интеграция в спорта, образованието и обществото**

Достъпът до света на спорта за хора с увреждания не е толкова лесен, колкото хората мислят, защото възникват вътрешни пречки и външни бариери, които затрудняват подхода към спорта.

Първо, липсата на информация може да доведе човек с увреждане до недостатъчна информираност относно спорта, който може да се практикува и наличните спортни съоръжения, които днес са недостатъчни и неадекватни.

След това, има някои събития или ситуации, които могат да накарат хората с увреждания да се дистанцират от спорта, като например отпадане от училище или психологическа травма и/или семейство.

Освен вътрешните бариери съществуват редица външни препятствия между лицето с увреждания и спортната дейност.

Не бива да се подценява и ролята на обществените и частния транспорт, който за хора с увреждания често е недостатъчен или дори недостъпен, което увеличава разходите и времето, необходимо за достигане до спортните съоръжения. Отношението на другите е също една от най-обсъжданите и трудни за премахване бариери. По-специално, поведението на организаторите на събитието има отрицателен ефект, когато често не се отразява присъствието на млади хора с увреждания, както и отношението на спортистите без увреждания, които не винаги са готови да се включат в дейности с дефицит, което пречи на тези хора, които вече са в затруднено положение.

Младите хора с увреждания често се сблъскват, както с физически пречки, така и с проблеми с възприемането им от другите. Малкото места за провеждане на активности са напълно адаптирани, за да се гарантира активното участие на всички млади хора с голямо разнообразие от увреждания в Италия. Тъй като много млади хора с увреждания





в миналото са имали проблеми с достъпа, те често не желаят да се присъединят към нови организации, страхувайки се от заклеяването и неудобството да не могат да получат достъп до дейността, както е показано от попълнението въпросници.

Липсата на обучение в преподаването на деца със специални нужди често се посочва като проблем, учителите често се чувстват неподготвени да образуват деца със специални нужди, особено с неотдавнашното наблягане върху резултатите от тестовете и отчетността. Това зависи от администраторите и специалния образователен персонал, за да се помогне за облекчаване на страховете и разочарованията на учители и родители.

Сред най-значимите вътрешни бариери са нагласите и мотивацията на лицето с увреждане, което може да има липса на осъзнаване на способностите си и ниско ниво на самоуважение. Тази липса на самоувереност тогава се превръща в чувството, че е неподходящо за спорт, страхува се от грешки и неспособно да помоли за помощ.

И накрая, липсата на средства и ниските доходи на семейството оказват влияние по редица отрицателни начини по отношение на участието в спорта, поради необходимостта от подходящо оборудване или специална подкрепа за пътуване до или от спортно място.

### **3. Идентифициране на съществуващите предложения и възможности за интеграция в спорта, образованието и обществото за младите хора с интелектуални затруднения в национален контекст**

Анализ на отговорите във фокус група Фокус групата на НПО Mine Vaganti е проведена с 4 различни организации, които работят с

4 души на възраст между 18 и 25 години с интелектуални затруднения. 3 от 4 са жени и са от средно голям град.

Като цяло, участниците в проучването наистина нямат достъп до ежедневни удобства, но в същото време живеят в безопасна среда, като двама от тях са донякъде здрави, а другите двама се считат за здрави.

Що се отнася до връзката с другите, било то семейство или приятелства, всички те са близки или много близки със своите роднини или приятели, но се затрудняват да участват в местни дейности и всеки един от тях дава отрицателен отговор.

Отговорите от аспекта на саморазвитие и признание са доста различни един от друг. Двама от тях не харесват или силно не харесват училището, докато другите двама харесват или наистина му се наслаждават, но повечето от тях имат силно желание да си намерят по-добра работа в бъдеще и имат твърдо желание да се учат.

За свободното време и социалния живот, 4-ма души не излизат особено с приятелите си и са склонни да имат малко или никакви хобита, но никой от тях не отговаря, че има активен социален живот и много интереси.

Последната част от проучването относно спортните дейности ни даде интересни отговори. Всички те наистина обичат спорта и упражненията по-скоро редовно, но някои от тях наистина биха искали да бъдат по-активни, докато останалата част би искала да запази нещата по начина, по който са. От друга страна, всички те биха искали, и изглеждат развълнувани да опитат нови начини за упражняване и откриване на нови спортове,

такива дейности, които ще им помогнат да се чувстват по-добре. Сред всички има и силна мотивация по отношение на тази тема, тъй като те се смятат за доста добри или добри в това, което правят и са мотивирани да учат и да се усъвършенстват.

#### 4. Заключение

Както е анализирано в доклада, съществуват пречки за достъпа на младежи с увреждания до спорт, като например липсата на налична инфраструктура (обществен транспорт) или липсата на достатъчно доброволци, които да се грижат за младите хора с увреждания, както и за неподготвеността на учителите и преподавателите, които работят в тази област. И не на последно място, върху участието в спорта за осъществяване на дейности за младежи с увреждания, отрицателно въздействат липсата на средства или ниските доходи на семействата.

Чрез нашите въпросници виждаме, че младите хора с увреждания са наистина нетърпеливи да участват в спортни дейности наред със своите връстници и биха искали да спортуват повече, но вероятно се чувстват неудобно или имат ниско самочувствие за това, че не могат да се ангажират, или просто им липсва подходящ социален живот, за да бъдат добре интегрирани.

Положителното е, че всички тези проблеми в момента се разглеждат и се решават, благодарение на участието на много различни организации на всички държавни нива за насърчаване на спорта за младежите с увреждания.

Параолимпийските италиански комитети, спортните клубове, НПО или училищата инвестират време и усилия в проекти

и инициативи, които поставят хората с увреждания в светлината на прожекторите, като насърчават социалното включване и ценностите на равнопоставеността.

В заключение, проектите, които имат за цел активно участие на хората с увреждания, са подход, който дава възможност на тези хора да участват в дейностите и взаимоотношенията на ежедневието, което им позволява да бъдат възможно най-независими. Присъствието на партньор за здраве и подкрепа за тези хора да бъдат активни носи много ползи. Освен това, като насърчават участието и самосъзнаването, хората се включват в общността и осъзнават възможностите си.

Използвани източници:

<http://www.comitatoparalimpico.it/>

<https://www.coni.it/it/>

[https://www.socialpolicyaction.org/sportolerance#:~:text=ETS%20methodology%20\(official%20Salto%20resource,social%20transformation%20with%20a%20main](https://www.socialpolicyaction.org/sportolerance#:~:text=ETS%20methodology%20(official%20Salto%20resource,social%20transformation%20with%20a%20main)



# Глава 2

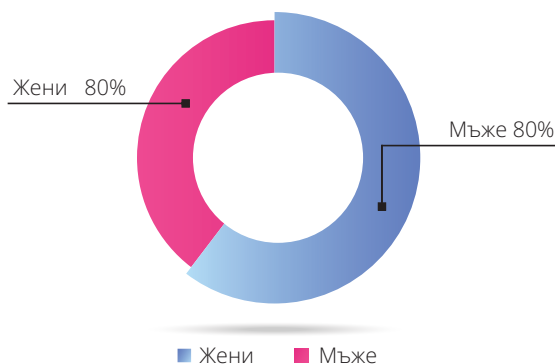
## Анализ на въпросниците

Проучването е проведено във всяка страна, която участва в този проект, от съответната представителна организация. Въпреки това, там, където представителната организация не е активно ангажирана с лица с увреждания, проучването е препратено към други организации и техните членове, които отговарят на критериите, свързани с интелектуалните затруднения. Партньорските организации са препратили проучването на четири (4) или пет (5) участници. Следните данни представляват анализа на техните отговори.

## Демографски данни на участниците

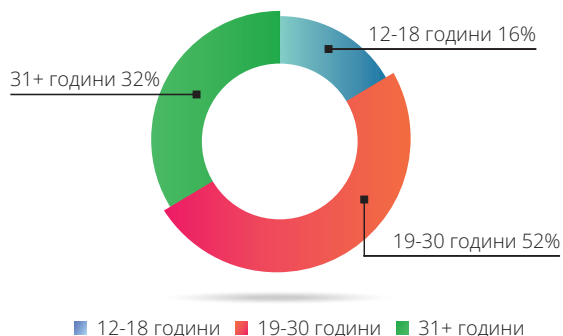
Следват отговорите от демографската част на въпросника. От 25-те участници, 10 са жени, а останалите 15 са мъже. Това означава, че жените представляват 40% от извадката, а мъжете представляват останалите 60%

Участници във въпросника



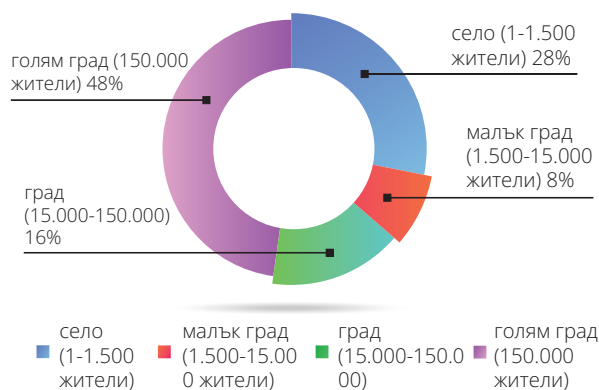
Що се отнася до възрастовата група на участниците, 4 (16%) са във възрастова група между 12-18 години, 13 (52%) между 19-30 години, а останалите 8 (32%) са на 31 или повече години.

Възраст



По отношение на тяхната националност, 5 от участниците (20%) са българи, 4 (16%) гърци, 4 (16%) ирландци, 4 (16%) италианци, 4 (16%) мексиканци, и 4 (16%) виетнамци, а когато става въпрос за тяхното местоживееие, 7 от участниците (28%) живеят в село (1-1.500 жители), 2 (8%) живеят в малки градове с население между 1.500 - 15.000, 4 (16%) живеят в градове с население между 15.000 - 150.000, като мнозинството от участниците (12), представляващи 48% от проучването, живеят в големи градове с повече от 150.000 жители.

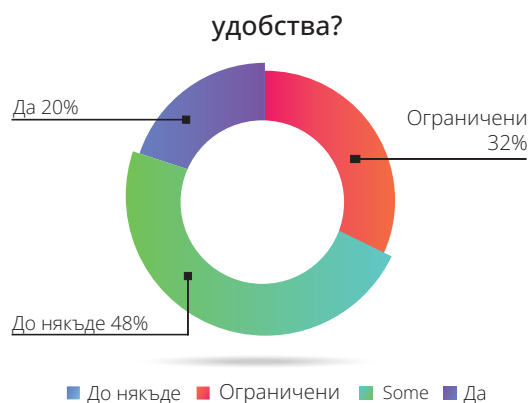
Местоживееие



# Физическо и материално благосъстояние

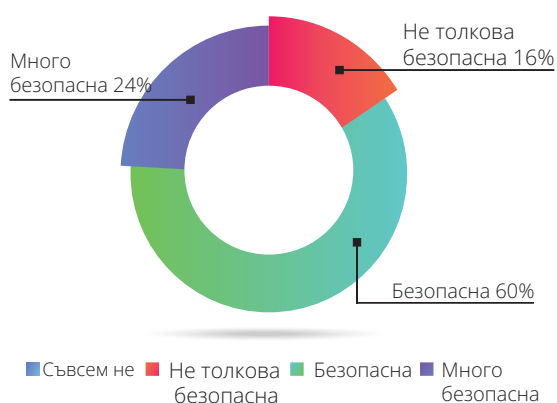
На въпроса дали имат лесен достъп до ежедневни удобства, 8 участници (32%) отговарят, че имат ограничен достъп, мнозинството (12 участници, 48%) отговарят, че имат някакъв достъп, и само 5 от участниците (20%) отговарят, че имат лесен достъп.

Участникът има ли лесен достъп до ежедневни удобства?



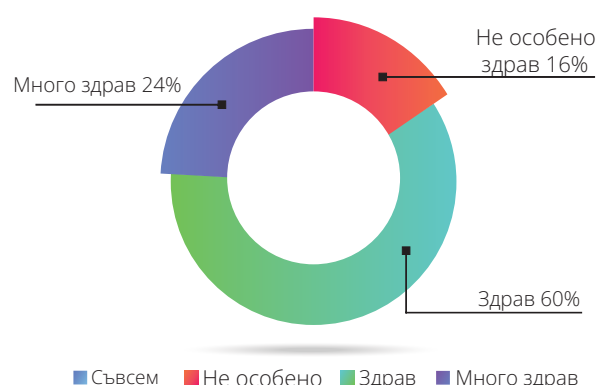
На въпроса до каква степен тяхната околна среда е безопасна, мнозинството (15 участници, 60%) отговарят, че живеят в сравнително безопасна среда, докато други 6 (24%) отговарят, че живеят в много безопасна среда. В допълнение, останалите 4 участници (16%) отговарят, че не считат средата си за особено безопасна.

Колко безопасна е околната среда на участника?



По подобен начин, на въпроса до каква степен се възприемат в добро здравословно състояние, мнозинството (15 участници, 60%) отговарят, че се смятат за здрави, докато 6 участници (24%) се смятат за много здрави. Останалите 4 от участниците (16%) не се смятат за здрави.

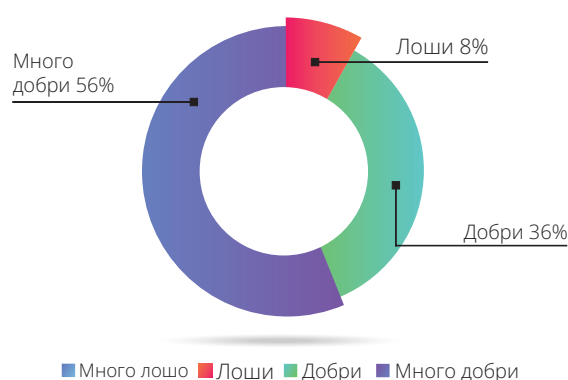
Колко здрав е участника?



# Взаимоотношения с други хора

И по-нататък, на въпроса в какви отношения са с хората, с които живеят, мнозинството от 14 участници (56%) отговаря, че са в много добри отношения, докато 9 от участниците (36%) отговарят, че са в добри отношения. Само 2 от участниците (8%) отговарят, че са в лоши отношения с хората, с които живеят.

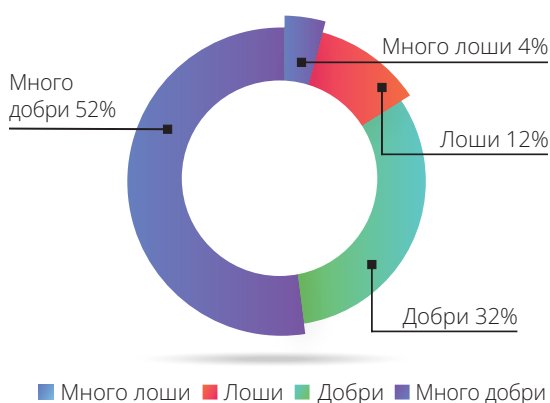
В какви отношения са участниците с хората, с които живеят?





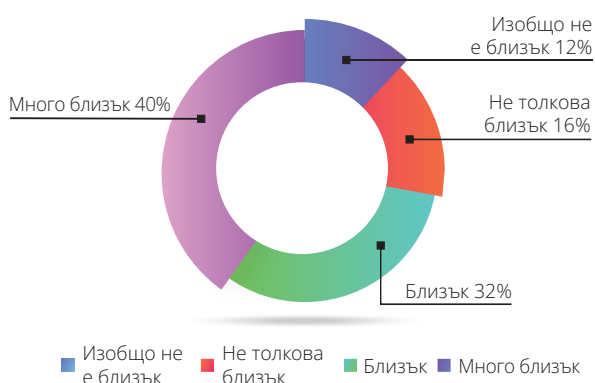
Освен това, на въпроса в какви отношения са с техните роднини, 13 участници (52%) отговарят, че са в много добри отношения, докато 8 участници (32%) отговарят, че отношенията им са добри. Въпреки това, 3 от участниците (12%) отговарят, че са в лоши отношения с роднините си, а 1 участник (4%) отговаря, че е в много лоши отношения с тях.

В какви отношения са участниците със своите роднини?



На въпроса колко са близки с приятелите си, мнозинството (10 участници, 40%) отговарят, че са много близки с тях, а други 8 участници (32%) отговарят, че са близки с приятелите си. За съжаление, 4 участници (16%) отговарят, че не са особено близки с приятелите си, докато 3 участници (12%) отговарят, че изобщо не са близки.

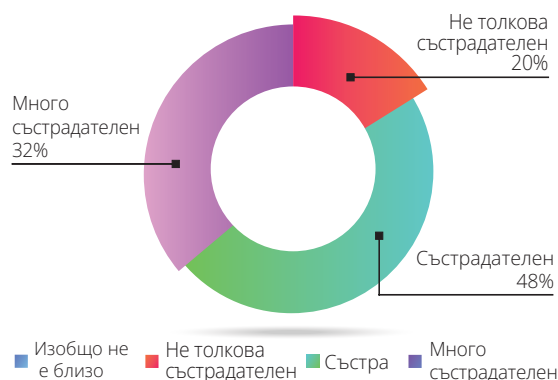
Колко близък е участника с приятелите си?



## Социални и обществени дейности

По отношение на отговорите им относно социални и обществените дейности, мнозинството от участниците се смятат за състрадателни и грижовни. Така 8 участници (32%) се смятат за много състрадателни и грижовни, докато други 12 (48%) се смятат за състрадателни и грижовни. Освен това, 5 участници (20%) не се смятат за особено състрадателни или грижовни. Никой от участниците не отговаря, че не счита себе си за състрадателен или грижовен.

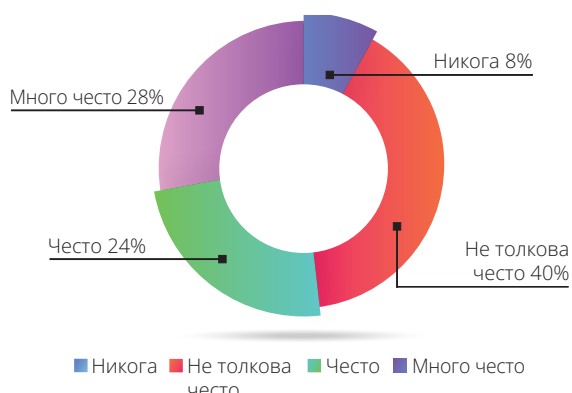
Колко състрадателен и грижовен е участника?



На въпроса с каква честота посещават местни дейности, отговорите варират. Така, 7 участници (28%) отговарят, че много често взимат участие в такива дейности, докато други 6 (24%) отговарят, че участват често. Други 10 участници (40%) отговарят, че не участват често, и 2 от участниците (8%) отговарят, че никога не участват в местни дейности. Това означава, че 48% от участниците рядко участват в социални дейности.

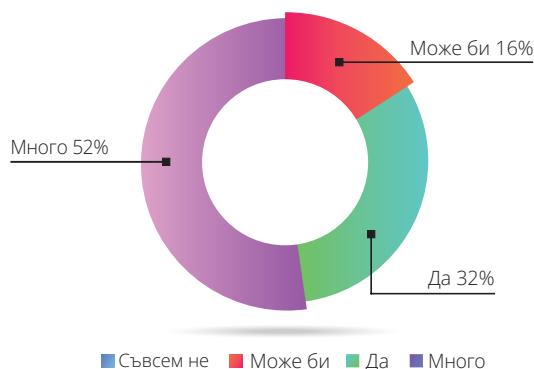


Колко често участникът посещава местни дейности?



Попитани до каква степен искат да си намерят по-добра работа, мнозинството (21 участници, 84%) искат или много искат да си намерят по-добра работа. Останалите 4 участници (16%) отговарят, че може би биха искали да си намерят по-добра работа.

Иска ли участникът да си намери по-добра работа?

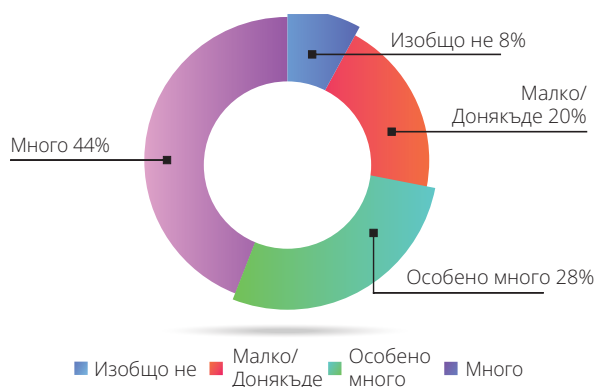


## Личностно развитие и признание

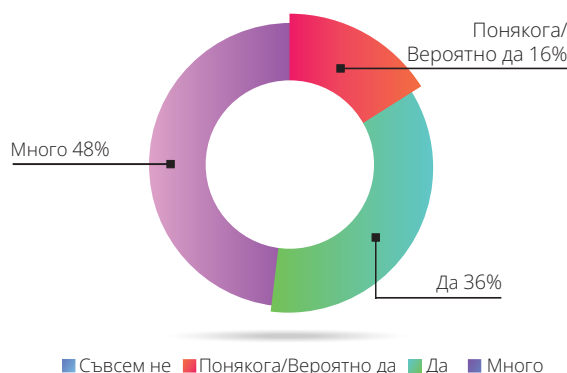
По отношение на отговорите им на въпросите, свързани с личностно развитие и признание, отговорите отново са различни. Единадесет участници (44%) особено много харесват училището и образованието, докато 7 други участници (28%) го харесват много. Петима участници (20%) отговарят, че в известна степен харесват училището и образованието, докато останалите 2 участници (8%) отговарят, че изобщо не го харесват.

Попитани до каква степен имат желание за учене/правене на нови неща, мнозинството (21 участници, 84%) отговарят, че имат желание или имат много силно желани за правене/учене на нови неща. Останалите 4 участници (16%) отговарят, че вероятно имат желание или са неутрални по отношение на това.

Участникът харесва ли училището и образованието?



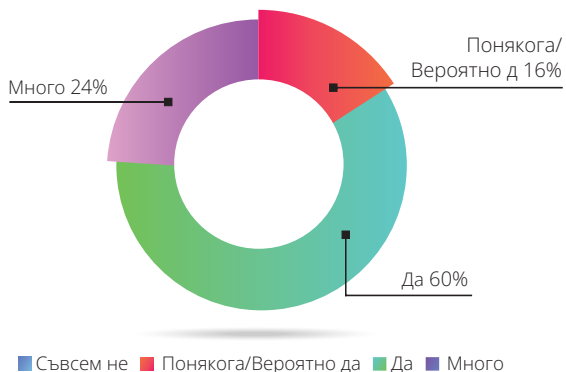
Има ли желание участникът да учи/прави нови неща?





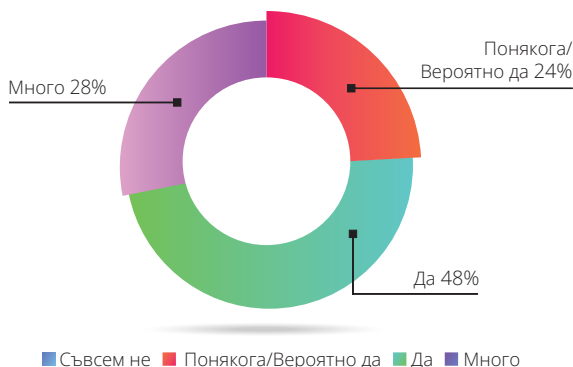
На въпроса за нивото им на увереност, мнозинството (21 участници, 84%) отговарят, че се чувстват уверени, или много уверени, докато останалите 4 (16%) отговарят, че се чувстват уверени само понякога.

#### Уверен ли е в себе си участника?



По подобен начин, попитани относно нивото им на самочувствие, мнозинството (19 участници, 76%) отговарят, че имат самочувствие, или дори голямо самочувствие, докато останалите 6 участници (24%) отговарят, че може би имат самочувствие, или че понякога усещат, че го имат.

#### Има ли самочувствие участника?

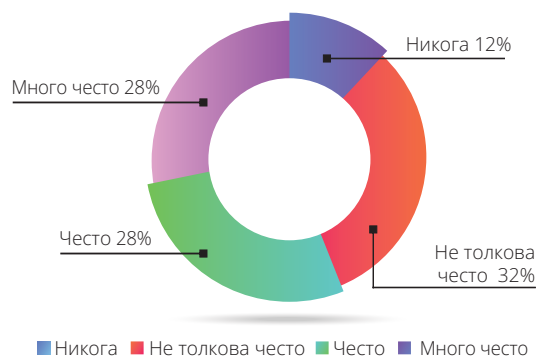


## Свободно време/Хобита

На въпроса за честотата, с която излизат с приятели, мнозинството (14 участници, 56%) отговарят, че излизат често или много често.

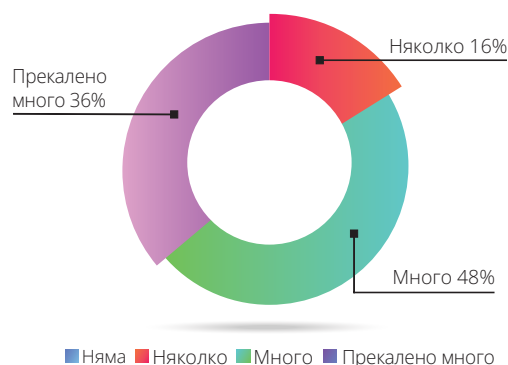
Осем участници (32%) отговарят, че не излизат толкова често, докато 3 участници (12%) отговарят, че никога не излизат с приятели.

#### Колко често участникът излиза с приятели?



Попитани за интереси или хобита, мнозинството (21 участници, 84%) отговарят, че имат много или прекалено много интереси и хобита, докато останалите 4 участници (16%) отговарят, че имат никакви интереси или хобита.

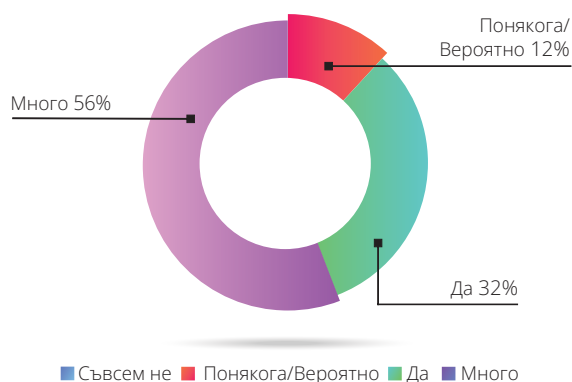
#### Участникът има ли интереси и хобита?



## Спортни дейности

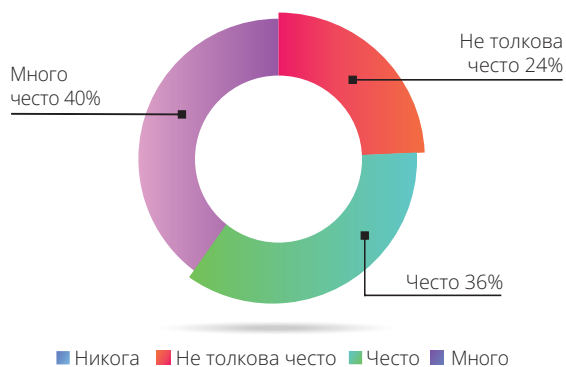
На въпроса дали харесват спорта, мнозинството от анкетираните (22 участници, 88%) отговарят, че харесват, или много харесват спорта, докато останалите 3 участници (12%) отговарят, че може би го харесват.

### Участникът харесва ли спорта?



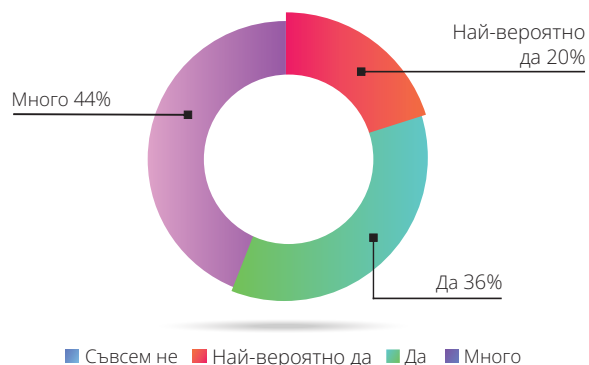
На въпроса относно честотата, с която правят упражнения, 10 участници (40%) отговарят, че правят упражнения много често. Девет участници (36%) отговарят, че често правят упражнения, докато останалите 6 участници (24%) отговарят, че не правят упражнения често.

### Колко често участникът прави упражнения?



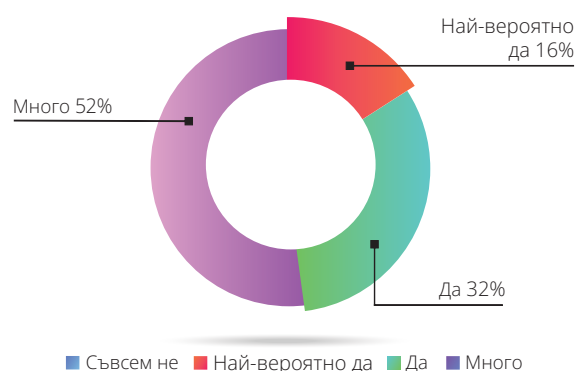
По същия начин, мнозинството от анкетираните (20 участници, 80%) имат желание да правят упражнения по-често, докато останалите 5 (20%) отговаря, че вероятно биха искали да правят упражнения по-често.

### Иска ли участникът да прави упражнения по-често?



На въпроса до каква степен биха искали да изпробват нови начини за правене на упражнения, 13 участници (52%), отговарят, че много биха искали, докато други 8 участници (32%) отговарят, че също биха искали. Четирима участници (16%) вероятно биха обмислили изпробването на нови начини за правене на упражнения.

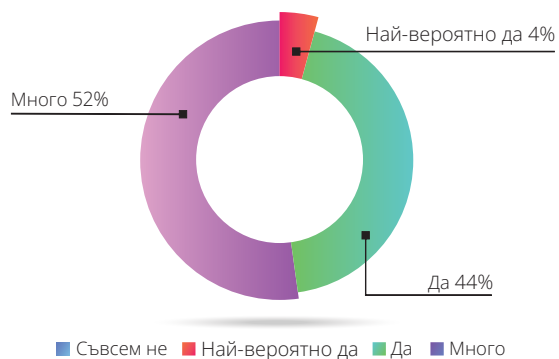
### Участникът има ли желание да изпробва нови начини за правене на упражнения?



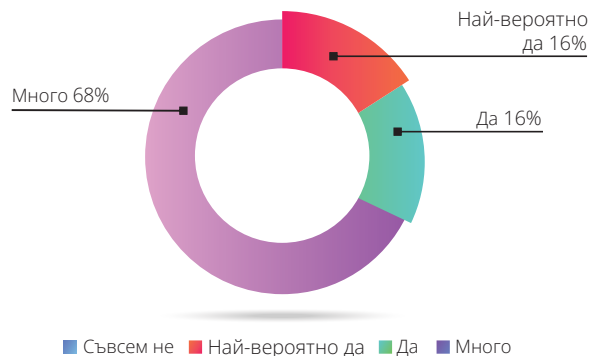
В отговор на въпроса относно полезността на упражненията за това да се чувстват по-добре, мнозинството от анкетираните (24 участници, 96%) отговарят, че са съгласни с твърдението, докато само 1 участник (4%) отговаря, че упражненията може би му помагат да се чувства по-добре.



Упражненията помагат ли на участника да се чувства по-добре?

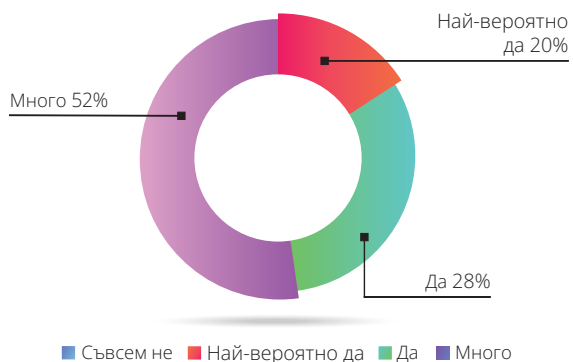


Участникът иска ли да стане по-добър?



Отговаряйки на въпроса дали чувстват, че са добри в това, което правят, мнозинството (20 участници, 80%) отговарят положително, докато останалите 5 участници (20%) отговарят, че твърдението е може би вярно.

Участникът смята ли, че е добър в това, което прави?



И на последно място, на въпроса дали искат да станат по-добри, мнозинството (21 участници, 84%) изразяват мнение, че биха искали да станат по-добри, докато останалите анкетирани (4 участници, 16%) отговарят, че твърдението може би е вярно.

# Глава 3

## Анализ на най-добрите национални практики

---

Бяха проведени изследвания за най-добрите практики чрез представяне на регионални и местни инициативи във всички страни, участващи в този проект, използвайки знанията и инструментите, с които разполага проектът, чрез идентифициране и контакт с бенефициентите, наети в съответните области на дейност, отнасящи се до лица с увреждания. Всички участващи държави предлагат специфични за хората с увреждания схеми, залегнали в националното законодателство. Има прилики по отношение на целите на програмите/дейностите, документирани в най-добрите практики, които се предоставят от участващите организации в този проект. Следният списък показва сходствата, описани по-горе:

- Личностно развитие и социално обучение
- Социална интеграция и включване
- Работа в екип
- Самочувствие, самоувереност, автономност

Чрез различни социални програми, основните цели на най-добрите практики имат за цел да насърчат по-високи нива на участие чрез спорт сред децата и хората с увреждания, като ги запознаят с различни дейности, които варират от конна езда, до танци, ветроходство и др. Чрез тези дейности децата и хората с увреждания могат да развият умения за

цял живот, като по-добро самочувствие и увереност, да се научат да работят в екип, така че да могат да постигнат пълния си потенциал в живота, бидейки по-независими. Всички организации, които участват в този проект, заедно с организациите в техните страни, осъществяващи и реализиращи тези дейности, целят социалната интеграция на хората с увреждания в техните общества с известно ниво на успех. Въпреки че тези най-добри практики са насочени към хора с увреждания като цяло, по-голямата част от тях са насочени към деца и младежи. Координаторите на този проект, заедно със своите партньори са разработили широк спектър от дейности, които изискват различни човешки, финансови и материални ресурси, за да се повиши осведомеността за хората с увреждания и да се образоват хората по тези въпроси. Приносът им е много ценен, тъй като с техния опит са разработили дейности, които могат да бъдат използвани в бъдещи проекти в областта на уврежданията и спорта.

Резултатите от всички проекти се стремят да имат донякъде едни и същи ефекти върху целевата група: да се насърчава участието в спортни дейности на хората с увреждания и достигането на пълния им потенциал в живота. И накрая, усилията на партньорите са насочени към повишаване на осведомеността относно проблемите с уврежданията и здравето не само на засегнатите от тях лица, но и сред лицата, които имат капацитета да предприемат действия чрез създаване на съответното законодателство.





# Списък с най-добрите практики на АЕТОІ – Гърция

## ДОБРА ПРАКТИКА 1

- **Страна, Регион/Град, Място**  
Гърция, Солун, Александрио Мелатро
- **Наименование на програмата/действието**  
Баскетболен турнир за хора с интелектуални затруднения
- **Цели на програмата/действието**  
Увеличаване самочувствието на учащите с интелектуални затруднения
- **Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие**  
Личностно развитие и признание
- **Целева група**  
Ученици между 12-19 години с леки интелектуални затруднения
- **Ресурси**
  - Материали**  
Баскетболни топки, храна, напитки, тениски, баскетболно игрище.
  - Човешки ресурси**  
1 супервайзор, 1 съдия, 1 секретар, 1 медицинско лице, 4 доброволци
  - Общо разходи**  
1000€-2000€

### Подробно описание на програмата/ интервенцията и методологията:

Всяка година, Спортната асоциация на хората с увреждания, съвместно с Община Солун и солунския регион, под егидата на Националната спортна федерация, организират баскетболен турнир за хора с увреждания с участието на училища за деца със специални потребности от Солун.

Баскетболните отбори от 5 специални училища и спортният клуб за хора с увреждания АЕТОІ THESSALONIKI се събират всяка година в продължение на един ден, в който се играят 3 игри. Двойките се формират по такъв начин, че групите да са равни. Учителите също могат да участват в отборите, главно за да улеснят отборите на специалните училища с умерени до тежки интелектуални затруднения. За почти всички училища денят на игрите е екскурзия и така учениците, които не участват в групата, гледат игрите от трибуните. Организаторите осигуряват сокове и сандвичи за всички присъстващи. Накрая всички участници в игрите получават медал, независимо от резултата, а училището получава купа.



### **Ключови фактори за успех**

- Присъствието на публика по трибуните;

#### Разпространение

на събитието, особено по телевизията, тъй като хората с интелектуални увреждания се ентузиазират, когато се гледат по телевизията;

- Връчване на медал и грамота за участие на всеки участник.

### **Въздействие на програмата**

Хората с увреждания изпитват ентузиазъм от участието си и от награждаването. Тяхното самочувствие, което е ключов фактор за качеството им на живот, се увеличава.

### **Иновативни елементи на програмата**

Хора без увреждания също могат да участват в отборите, например учители по физическо възпитание, за да могат отборите да бъдат балансирани и да направят играта между тях по-лесна.

### **Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?**

N/A

### **Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика**

[www.aetoithessalonikis.gr/actions\\_e.html](http://www.aetoithessalonikis.gr/actions_e.html)



## ДОБРА ПРАКТИКА 2

### Страна, Регион/Град, Място

Гърция, Гууди, Леофорос П. Канелопулу 10

### Наименование на програмата/действието

Терапевтични сесии за езда с деца и възрастни с различни увреждания

### Цели на програмата/действието

Да се осигурят сесии за деца и възрастни с физически, интелектуални или емоционални разстройства или затруднения, които имат за цел да подобрят цялостното здраве и качеството им на живот.

### Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие

Личностно развитие, подобряване на усещането за движение и лична независимост

### Целева група

Деца и възрастни с физически, интелектуални или емоционални разстройства или затруднения

### Ресурси

#### Материали

Коне

#### Човешки ресурси

Обучители и доброволци по терапевтична езда

#### Общо разходи

N/A

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Терапевтичната езда е програма за рехабилитация, при която конят е терапевтичното средство; тя подобрява цялостното здраве и качеството на живот на хората с физически, интелектуални или емоционални разстройства. Конят се превръща в продължение на собственото им тяло; помага им да се впуснат в нови преживявания и да изпитат чувства, които не са познавали преди; удоволствието от ездата или тръпката от разходка в провинцията, или главно това безценно чувство за движение и лична независимост. Освен това, походката на коня е подобна на човешката походка; следователно, тя симулира същото чувство на движение в тялото на ездача, което ходенето произвежда при хора без увреждания. По този начин, мускулите на тялото на хора с двигателни проблеми се укрепват значително, като в същото време изправената поза върху коня улеснява правилното дишане. Терапевтичната езда е уникално преживяване за хората с увреждания, които никога не са си мислили, че могат да яздят и като подход се различава от традиционните лечения с гимнастика, физиотерапия и хидротерапия.

Терапевтичната езда е допълнителна терапия към други терапии (физиотерапия, трудова терапия, говорна терапия, психоанализа, социална рехабилитация и т.н.), на които участниците също могат да се подложат.

Терапевтичната езда е разделена на:

- Хипотерапия: терапия, при която коня е медицински метод
- Терапевтична обучителна езда: свързана с развитието на психичното здраве и познанията за него

- Терапевтична езда за развитие: спортна езда за участници с увреждания.

В допълнение, Гръцката асоциация за терапевтична езда (TRAG) е разработила образователна програма за обучение на инструктори по Терапевтична езда и стажантска програма за студенти от факултети, свързани с рехабилитация.

#### Ключови фактори за успех

Терапевтичната езда е уникално преживяване за хора с увреждания, които никога не са си мислили, че биха могли да яздят

#### Въздействие на програмата

Хората с увреждания могат да се възползват от:

- подобряване на баланса на тялото, позата и контрола на главата.
- намаляване на спастичността.
- разширяване на обхвата на движенията.
- засилване на координацията и мобилността.
- подобряване на способността за фокусиране, визуално-двигателния капацитет и чувството за посока.
- подобряване на телесна осъзнатост, енергия, активност, възприятие, бдителност.
- насърчава социалност, самоувереност и самочувствие.

#### Иновативни елементи на програмата

Някои от състоянията, при които терапевтичната езда е посочена като метод за рехабилитация, включват:

Церебрална Парализа  
Синдром на Даун

Увреждания на гръбначния стълб  
Аутизъм

Множествена склероза

Хидроцефалия

Инсулт/апоплексия

Микроцефалия

Артрит

Нарушения в развитието

Липса или недъгавост на крайниците

Поведенчески нарушения

Слепота

Емоционални разстройства

Глухота

Нарушения на способностите за учене

Тактилни нарушения

Интелектуални затруднения и други заболявания

#### Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?

N/A

#### Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика

<https://www.trag.gr/en/homepage/>





## ДОБРА ПРАКТИКА 3

- **Страна, Регион/Град, Място**  
Гърция, Ханя
- **Наименование на програмата/ дейността**  
Баскин Турнир от Арион Ханион
- **Цели на програмата/дейността**  
Осигуряване на възможности за млади хора с увреждания да спортуват и систематично да участват в развлекателни програми, с помощта на специалисти в адаптираното физическо възпитание.
- **Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие**  
Личностно развитие и социализация
- **Целева група**  
Младежи с физически и интелектуални затруднения
- **Ресурси**
  - Материали**  
Баскетболни топки, баскетболно игрище
  - Човешки ресурси**  
1 съдия, 1 секретар, 1 медицинско лице, 4 доброволци
  - Общо разходи**  
150€/мач

### Подробно описание на програмата/ интервенцията и методологията:

Баскин, като програма, е вдъхновена от баскетбола, но включва адаптации и цели да постигне интеграцията на спортистите в обществото и тяхното взаимодействие с други спортисти. Играе се от 2 отбора по 6 души, които използват баскетболното игрище. В допълнение към двата класически коша, поставени на игрището, в средата на дългите страни на баскетболното игрище са поставени 2 допълнителни коша с максимална височина от 1 до 1,20 и от 2 до 2,20 метра. Всяка игра продължава общо 24 минути, с 4 сесии от по 6 минути. На всеки играч се възлага роля от 5 до 1. Сумата на числата, които определят ролята, трябва да бъде по-малка или равна на 23. Ролите се определят въз основа на интелектуалните и моторните възможности на играчите – движения на ръцете, ходене, баланс, бягане, словесно разбиране и разбиране на командите.





- ' **Ключови фактори за успех**  
Присъствието на ентузиасирана публика по трибуните
  
- ' **Въздействие на програмата**  
Хората с увреждания изпитват ентузиазъм от участието си в тази спортна дейност
  
- ' **Иновативни елементи на програмата**  
Адаптация на съществуващ спорт, в случая - баскетбол
  
- ' **Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?**  
N/A
  
- ' **Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика**  
*<https://www.mixanitouxronou.gr/o-arion-chanion-pto-somatia-amea-pou-diedose-athlima-tou-baskin-stin-ellada-simmetochi-se-diethnis-diorganosis- diakrisis-ke-ta-empodia-pou-antimetopizi/>*



## ДОБРА ПРАКТИКА 4

- **Страна, Регион/Град, Място**  
Гърция, Атина
- **Наименование на програмата/действието**  
„RePower“
- **Цели на програмата/действието**  
Гръцкия Параолимпийски Комитет и НПО „Equal Society“ подчертават силата на спорта, като инструмент за физически и психически баланс и социална интеграция на бежанците с увреждания, чрез инициативата „RePower“, която променя живота на хората.
- **Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие**  
Личностно развитие и социализация
- **Целева група**  
Група бежанци и мигранти с увреждания
- **Ресурси**
  - Материали**  
Спортно оборудване за различни видове спорт
  - Човешки ресурси**  
Учители по физическо възпитание, доброволци
  - Общо разходи**  
N/A
- **Ключови фактори за успех**  
Ентузиазъм от страна на всички лица, участващи в проектирането и изпълнението на спортните дейности. Възможността група бежанци и мигранти с увреждания да се включи в семинари за обучение, които ще им позволят да се присъединят към спортни клубове.

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

НПО „Equal Society“ има за цел да повиши осведомеността и да информира гражданите за техните права по отношение на равенството, равното третиране и не-дискриминацията във всички сфери на социалния живот, особено в областта на образованието, професионалното обучение, заетостта, социалната сигурност, здравеопазването и предприемачеството. Освен това, въпреки че се полагат усилия за успешно интегриране на бежанците в местните общности, които са основани на три стълба: икономически, правни и социални дейности, спортните дейности систематично се пренебрегват.

Спортът може да бъде ценен инструмент за физическия и психически баланс и социална интеграция. Инициативата „RePower“ има за цел да увеличи участието на бежанците с увреждания в спорта и да повиши информираността на бежанската общност за правата на хората с увреждания. Инициативата изпълнява следните действия:

- Спортни дейности за 50 млади гърци и бежанци с увреждания в обща група;
- Мотивационни речи и демонстрационни състезания в центровете за бежанци провеждани от параолимпийци, членове на Параолимпийския Комитет или млади бежанци с увреждания, които са се присъединили към гореспоменатите спортни дейности;
- Обучителни уъркшопи за хора с увреждания за официалното им членство в спортни клубове;
- Уъркшопи за журналисти, които да се доближат до параолимпийските спортове и да се научат как да подхождат към хората с увреждания.

Инициативата „RePower“ се осъществява в рамките на програма „Фонд Активни Граждани“ с Гръцкия Параолимпийски Комитет, като управителен орган и НПО „Equal Society“, като партньор. „Фонд Активни Граждани“ е програма за 12 милиона евро, която се финансира от Исландия, Лихтенщайн и Норвегия и е част от механизма за финансиране на Европейското икономическо пространство (ЕИП) за периода 2014-2021 г. Програмата има за цел да укрепя и засили устойчивостта на гражданското общество и да подчертае неговата роля в насърчаването на демократичните процеси, засилването на участието на гражданите в обществото и защитата на правата на човека. Управлението на програмата „Фонд Активни Граждани“ в Гърция се извършва съвместно от Фондация Бодосакис и Организация „Солидарност сега“.



#### **Въздействие на програмата**

Групата бежанци и мигранти с увреждания изпитват ентузиазъм от участието си в спортни дейности и образователни уъркшопи. Тяхното самочувствие, което е ключов фактор за качеството на живот, се увеличава.

#### **Иновативни елементи на програмата**

Чрез уъркшопи, журналисти получават достъп до параолимпийски спортове и се учат как да подхождат към хората с увреждания

#### **Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?**

N/A

#### **Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика**

<http://equalsociety.gr>



## ДОБРА ПРАКТИКА 5

### Страна, Регион/Град, Място

Гърция, Офринио Кавала

### Наименование на програмата/действието

„Frontis Medical Care“ спортен лагер за хора с увреждания

### Цели на програмата/действието

Да се даде възможност на хората с увреждания да участват в групови спортни дейности, за да получат както физически, така и психо-социални ползи, чрез усилията, съперничеството и радостта от участието.

### Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие

Личностно развитие и социализация

### Целева група

Лица с двигателни увреждания

### Ресурси

#### Материали

Екипировка, свързана с дейности като плуване, кану, стрелба с лък, конна езда

#### Човешки ресурси

Персонал от „Frontis Medical Care“, доброволци

#### Общо разходи

150€/участник

### Ключови фактори за успех

Ентузиазъм на персонала и доброволците, които ръководят специалните дейности

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Целта на лагера е да се даде възможност на участници с двигателни увреждания да се срещнат отблизо с групови спортове, за да се облагодетелстват както с физически, така и с психо-социални ползи, чрез усилията, съперничеството и радостта от участието.

Хора с физически увреждания от Гърция и Сърбия ще участват и ще се включат в спортове като плуване, каране на кану, стрелба с лък, конна езда и т.н. в уникалната естествена среда на лагера, с подкрепата на Асоциацията на родителите и приятелите на спортисти с увреждания. Дейностите са спонсорирани от фирма „Frontis Medical Care“.

Спортният лагер за хора с двигателни увреждания се проведе в периода 26-29 август 2016 г.



- ' **Въздействие на програмата**  
Лицата с двигателни увреждания от Гърция и Сърбия се ентусиазират от участието си в различни групови спортни дейности.
  
- ' **Иновативни елементи на програмата**  
Групата участници от Гърция и Сърбия.
  
- ' **Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?**  
N/A
  
- ' **Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика**  
N/A





## ДОБРА ПРАКТИКА 6

### Страна, Регион/Град, Място

Гърция, Неа Филадельфия, Атина

### Наименование на програмата/дейността

Летен лагер за деца с разстройства от аутистичния спектър

### Цели на програмата/дейността

Да се даде възможност на децата с увреждания да участват в творчески дейности като живопис, музика, конструиране и приложна физическа подготовка, с цел укрепване на тяхната самоувереност, както и повишаване на техните умения и социализация.

### Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие

Личностно развитие и социализация

### Целева група

40 деца с увреждания на възраст от 5 до 12 години

### Ресурси

#### Материали

Материали, свързани с творчески дейности, като живопис, музика, конструкция и приложно физическо възпитание

#### Човешки ресурси

Персонал на EPILOGI, доброволци

#### Общо разходи

N/A

### Ключови фактори за успех

Ентузиазъм на персонала и доброволците, които ръководят специалните дейности.

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

EPILOGI (Koin.S.Ep.) е Център за специални терапии и адаптирани дейности за хора със специални нужди и има за цел да предоставя социални услуги за бебета, деца и хора с увреждания, като същевременно поставя специален акцент върху децата с разстройства от аутистичния спектър. Дейностите му са насочени към осигуряване на програми за психологическа подкрепа и консултиране на деца и семейства, терапевтични програми (говорна терапия, трудова терапия и др.), както и алтернативни терапевтични дейности (арт терапия, театрална терапия, драма терапия и др.), насочени към психосоциална рехабилитация и реинтеграция на хора, които се сблъскват с психични проблеми.

Като част от дейността си, EPILOGI KOINSEP организира летни лагери за деца с разстройства от аутистичния спектър, като по този начин им дава възможност да участват в творчески дейности като живопис, музика, конструиране и приложна физическа подготовка, с цел да се засили тяхното самочувствие, както и да се подобрят техните умения и социализация. Фондация „Лацис“ подкрепя тази инициатива, като частично покрива разходите на творческата програма, реализирана през лятото на 2019 г.



' **Въздействие на програмата**  
Децата с увреждания са ентузиазирани да участват в летни дейности извън училище

' **Иновативни елементи на програмата**  
Комбинация от творчески дейности като живопис, музика, конструиране и приложна физическа подготовка.

' **Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?**  
N/A

' **Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика**  
<https://www.latsis-foundation.org/eng/grants/summer-camps-for-children-with-autism-spectrum-disorders>



## ДОБРА ПРАКТИКА 7

### Страна, Регион/Град, Място

Гърция, Атина; Испания, Мадрид;  
Франция, Нанси

### Наименование на програмата/дейността

Европейски проект „Alive & Kicking“

### Цели на програмата/дейността

Програма, основана на хуманитарните ценности на E.PSY. ME и нейните партньори, подпомогнати от знанията, предоставени от Спортната психология и нейното полезно въздействие върху живота на хората. Целта ѝ е да насърчава доброволческите дейности в спорта, заедно със социалното включване, равните възможности и осведомеността за значението на укрепващата здравето физическа активност чрез по-активно участие и равен достъп до спорт за всички.

### Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/дейност

Социалните фактори (например сътрудничество, предоставяне на избор) улесняват процеса на органична интеграция и насърчават свободата на волята, ако задоволят три вродени психологически нужди за самостоятелност, компетентност и свързаност.

### Целева група

358 млади хора с високофункционални аутистични разстройства и интелектуални затруднения.

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Проект „Alive & Kicking“ е вдъхновен, проектиран и организиран от „Плоус“ E.Psy.Me. в сътрудничество със следните организации и университети: Гръцка асоциация на адаптираните дейности „Алма“, Център за професионално обучение „Маргарита“, Атинския университет, Гърция, Мадридски университет, Испания, „Amfidromo Chorotheatro“ от Кипър, Университетът в Лорен, Франция и Associação Para A Recuperação de Cidadão Inadaptados Da Lousã A.R.C.I.L., Португалия.

Професионалистите, които участват в този проект, идват от различни академични дисциплини и са се обединили в една обща цел: да оказват въздействие в живота на младите хора с интелектуални затруднения. Групата създава спортни клиники за млади хора с високофункционален аутизъм и интелектуални затруднения в спортна среда. Работата се осъществява в областта на утвърждаването и вътрешния монолог, възбудата, тревожността и стреса, увереността, последователността, фокусирането и концентрацията, поставянето на цели, мотивацията, изграждането на екип и сближаването. Горните области са старателно и професионално съобразени с нуждите на всяко отделно лице.



## Ресурси

### *Материали*

Спортни игрища

### *Човешки ресурси*

8 партньори, 24 учени

### *Общо разходи*

N/A

## Ключови фактори за успех

Използвайки теорията за самоопределение (SDT) като рамка (Деци & Раян, 1985; Раян & Деци, 2000, 2002) този проект се опитва да покаже, че възприетите компетентност, автономия и свързаност влияят на нивото на вътрешната мотивация (ВМ) на човек с увреждания в спорта и в ежедневието като цяло.

## Въздействие на програмата

Връзката между компетентност, автономност и свързаност при хората с увреждания може да промени отношението им към самия живот и в начина им на живот.

## Иновативни елементи на програмата

Сътрудничеството между организации и университети от три държави от ЕС.

## Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?

N/A

## Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика

<https://alive-kicking.org>



## ДОБРА ПРАКТИКА 8

- **Страна, Регион/Град, Място**  
Гърция, Атина; община Елефсина; Солун,  
Община Корделио-Евосмос
- **Наименование на програмата/дейността**  
„Това лято е наше“
- **Цели на програмата/дейността**  
Да се даде възможност на децата и  
младежите с интелектуални и физически  
увреждания да участват в творчески  
дейности през лятото.
- **Какъв фактор на качеството на живот  
засяга тази програма/действие**  
Личностно развитие и социализация
- **Целева група**  
Деца, тийнейджъри и млади хора (от 10  
до 29 години) с психични и физически  
увреждания
- **Ресурси**
  - Материали**  
Оборудване, необходимо за различни  
творчески дейности (спортни дейности,  
работилници, артистични събития,  
театрални пиеси и много други)
  - Човешки ресурси**  
Персонал на ELIX, доброволци
  - Общо разходи**  
N/A

### Подробно описание на програмата/ интервенцията и методологията:

„Това лято е наше“ (на гръцки: Afto na Kalo-kairi Einai Diko mas) стартира през 2013 г. с подкрепата на фирма „Hellenic Petroleum“ и община Елефсина в Атика и Корделио-Евосмос в Солун.

Програмата има за цел да подпомага децата и младежите с интелектуални и физически увреждания, като им предоставя възможност да прекарат качествено лятно време чрез творчески дейности (спортни дейности, уъркшопи, артистични събития, театрални пиеси и много други), тъй като за тази целева група е трудно да намерят каквито и да било дейности, в които могат да се включат през лятото.





- ' **Ключови фактори за успех**  
Опит в изпълнението на тази програма в продължение на няколко години.
- ' **Въздействие на програмата**  
Децата с увреждания са ентузиазирани от участието в летни занимания извън училище.
- ' **Иновативни елементи на програмата**  
Иновативни елементи на програмата  
Комбинация от творчески дейности с помощта на персонала на ELIX и доброволци (за 2018 г.) по проект на Европейската доброволческа служба (EVS), наречен „V.I.P. – Доброволството е възможно“ с финансовата подкрепа на програма Еразъм+, финансирана от Европейската комисия.
- ' **Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?**  
N/A
- ' **Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика**  
*<https://www.elix.org.gr/en/large-projects-of-elix/social-actions-to-support-vulnerable-groups-and-awareness/this-summer-is-ours-a-program-for-children-and-young-people-with-disabilities>*





## ДОБРА ПРАКТИКА 9

- ' **Страна, Регион/Град, Място**  
Гърция, община Илион, Атина
- ' **Наименование на програмата/дейността**  
Летен лагер за деца с увреждания (на гръцки: "Πρόγραμμα Θερινής Δημιουργικής Απασόλησης Παιδιών Με Ααπηρία")
- ' **Цели на програмата/дейността**  
Повишаване на самочувствието на ученици с интелектуални затруднения
- ' **Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/дейност**  
Личностно развитие и социализация
- ' **Целева група**  
Деца на възраст от 5 до 14 години, с различни разстройства (психични разстройства, синдром на Даун, разстройства от аутистичния спектър, двигателни затруднения и др.).

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Всяко лято социалните служби на Община Илион организират и провеждат летни лагери за деца с увреждания, в района на Илион.

Дейностите имат за цел да подобрят умственото, интелектуалното и социалното развитие на децата чрез дейности като: театрална игра, визуални изкуства, музикална кинетика, гимнастика, танци, групови игри, които са проектирани и реализирани от специализирани професионалисти. Дейностите се осъществяват в сътрудничество с Асоциацията на учителите от основното училище за деца със специални образователни потребности на Илион и с неговата Асоциация на родителите, непосредствено след края на учебната година, за период от четири (4) седмици.

## Ресурси

### **Материали**

Оборудване, необходимо за всички планирани дейности

### **Човешки ресурси**

Персонал от социалните служби, доброволци, учители от основното училище за деца със специални образователни потребности на Илион

### **Общо разходи**

N/A

## Ключови фактори за успех

Увеличаване на ентузиазма от страна на персонала и доброволци, които ръководят специфичните дейности

## Въздействие на програмата

Децата с увреждания са ентузиазирани от участието в летни занимания извън училище.

## Иновативни елементи на програмата

Дейностите са разработени от професионалисти и учители от основното училище за деца със специални образователни потребности на Илион.

## Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?

N/A

## Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика

[http://www.ilionsocial.gr/el/ypiresies/therini\\_amea](http://www.ilionsocial.gr/el/ypiresies/therini_amea)



## ДОБРА ПРАКТИКА 10

- ' **Страна, Регион/Град, Място**  
Гърция, Атина, Културен център на фондация „Ставрос Ниархос“ (SNFCC)
- ' **Наименование на програмата/действието**  
Спорт за всички
- ' **Цели на програмата/действието**  
Спортната дейност на SNFCC „Спорт за всички“ има за цел да насърчи и подкрепи участието на деца с увреждания в спорта.
- ' **Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие**  
Личностно развитие и социализация
- ' **Целева група**  
За деца на възраст 6-12 години и техните придружители
- ' **Ресурси**
  - Материали**  
Спортно оборудване
  - Човешки ресурси**  
Специализирани учители по физическо възпитание
  - Общо разходи**  
N/A

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Спортната дейност на SNFCC „Спорт за всички“ се стреми да насърчава и подкрепя участието на деца с увреждания в спорта. Под ръководството на специализираните учители по физическо възпитание и чрез специално разработени игри и развлекателни дейности, децата имат възможност да развият своите двигателни умения. Междувременно, те изпитват силата на сътрудничеството и работата в екип и прекарват свободното си време в творчески дейности в парка Ставрос Ниархос.

Проектирането и изпълнението на програмата се осъществява от екипа на „Регенерация - Прогрес“, в сътрудничество с Лабораторията по адаптирана физическа активност/Развитие и физически увреждания на Националния университет в Атина.



#### **Ключови фактори за успех**

Възможност за практикуване на спортни дейности в ремонтиран нов парк в Атина.

#### **Въздействие на програмата**

Има за цел да подобри благосъстоянието на децата с увреждания, заедно с техните придружители.

#### **Иновативни елементи на програмата**

Сътрудничество между специалисти и преподаватели в Лабораторията по адаптирана физическа активност/Развитие и физически увреждания на Националния университет в Атина за проектиране и изпълнение на програмата.

**Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?**

N/A

**Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика**

<https://www.snfcc.org/en/events/sports-everyone/8068>



# Списък с най-добрите практики на AMVIAC– Мексико

## ДОБРА ПРАКТИКА 1

- ' **Страна, Регион/Град, Място**  
Мексико, Морелос, Куаутла
- ' **Наименование на програмата/дейността**  
Футбейс
- ' **Цели на програмата/дейността**  
Младите хора с интелектуални затруднения да могат да практикуват нов спорт.
- ' **Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие**  
Личностно развитие и признание
- ' **Целева група**  
10-25 годишни ученици с леки интелектуални затруднения
- ' **Ресурси**
  - Материали**  
Шорти, тениски, меки и тенис топки.
  - Човешки ресурси**  
4 съдии, 2 доброволци
  - Общо разходи**  
20€-40€

### Подробно описание на програмата/ интервенцията и методологията:

Футбейс е адаптирана игра, подобна на бейзбола, но със следните вариации: играе се с мека или футболна топка, и се дава аут, когато защитниците вземат топката и я хвърлят на съотборниците си (които гледат четирите бази на игрището), преди атакуващите играчи на отбора да ги окупират. Играта започва, когато питчърът от отбор А изпрати топката към играч от отбор Б, той я рита и преминава към първа база. Отбор А се опитва да хване топката и да я хвърли в базата, към която бегачът се насочва. Накрая победител е отборът, който печели инингите.



#### **Ключови фактори за успех**

- Присъствието на публика на трибуните;
- Популяризиране на събитието в социалните мрежи, създаване на ексклузивна Facebook страница на събитието;
- Връчване на медал и грамота за участие на всеки участник.

#### **Въздействие на програмата**

Младите хора с увреждания ще имат иновативен вариант за спорт, който ще им помогне да развият своите двигателни умения и взаимодействието си с по-млади хора с подобен начин на живот.

#### **Иновативни елементи на програмата**

Хора без увреждания също могат да участват в играта като рефери и да подкрепят играчите в отборите.

#### **Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?**

N/A

#### **Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика**

N/A





## ДОБРА ПРАКТИКА 2

- ' **Страна, Регион/Град, Място**  
Сан Кристобал де Лас Касас, Чиапас,  
Мексико
- ' **Наименование на програмата/действието**  
Атлетика за хора с интелектуални затруднения
- ' **Цели на програмата/действието**  
Физическата сила и умствените способности и капацитет се увеличават чрез разработени програми за хора с интелектуални затруднения
- ' **Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие**  
Здраве
- ' **Целева група**  
6-19 годишни ученици с леки интелектуални затруднения
- ' **Ресурси**
  - Материали**  
Тренировъчни конуси, дискове, подложка за скокове, вода, спортно игрище, реклама.
  - Човешки ресурси**  
1 супервайзор, 4 доброволци.
  - Общо разходи**  
400€

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Учениците ще присъстват 4 часа седмично за практикуване на Атлетика на игрището.

- ' **Ключови фактори за успех**
  - Присъствието на публика на трибуните;
  - Популяризиране на събитието в социалните мрежи, създаване на ексклузивна Facebook страница на събитието;
  - Връчване на медал и грамота за участие на всеки участник.
- ' **Въздействие на програмата**

Хората с увреждания са ентузиазирани от участието си и от интеграцията с партньорите от отбора. Тяхното самочувствие и физическа способност, които са ключови фактори за качеството им на живот, се увеличават. Участниците ще изпитат и повишаване на нивата на серотонин.



' **Иновативни елементи на програмата**

Хората без увреждания също могат да участват в обученията, като например други деца и млади хора, които се интересуват от обучението по лека атлетика, за да увеличат приобщаването.

' **Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?**

Increasing the difficulty of the exercises and activities gradually and adapting them to each individual participant.

' **Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика**

*<http://cedem.conade.gob.mx/documentos/PRESENTACION/Deporte%20Adaptado%20CEDEM%202019.pdf>*



## ДОБРА ПРАКТИКА 3

- **Страна, Регион/Град, Място**  
Сан Кристобал де Лас Касас, Чиapas,  
Мексико
- **Наименование на програмата/действието**  
Плуване за хора с интелектуални затруднения
- **Цели на програмата/действието**  
Увеличаване на физическата сила, умствените способности и капацитет и генериране на самоувереност.
- **Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие**  
Здраве
- **Целева група**  
6-19 годишни ученици с леки интелектуални затруднения
- **Ресурси**
  - Материали**  
Басейн, плувни очила, плувни шапки, дъски за плуване, макарони за плуване, кърпи.
  - Човешки ресурси**  
1 супервайзор, 6 доброволци.
  - Общо разходи**  
500€

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Учениците ще присъстват 4 часа седмично на тренировки по плуване в басейна. Имайки предвид, че някои участници се нуждаят от допълнителна помощ, те могат да присъстват допълнителни 2 часа на седмица.

Те ще бъдат извън, под и във водата, и постепенно ще развиват умения, като да плаване и дишане. Това може да бъде от полза за участника за изграждането на самочувствие и подобряването на физическото му състояние и способност. След като участниците научат техниките, може да се научат на устойчивост. Групите ще бъдат разделени според индивидуалните възможности. Участниците, които се искат, могат да учат другите как да плуват, след като са придобили умения за това. Веднъж годишно могат да се организират изложбени събития, за да се покаже на хората какво са научили и как се развиват от самото начало. Това може да бъде социално включване за участниците, които могат да работят или да бъдат доброволци в своите местни басейни.



### Ключови фактори за успех

- Разпространение на програмата в град Сан Кристобал, за да се достигне до възможно най-голям брой хора;
- Високо ниво на помощ от участниците в програмата;
- Добре разработен план за обученията и дейностите, за да бъдат забавни, мотивиращи и интересни за участниците.

### Въздействие на програмата

Хората с увреждания са ентузиазирани от участието си и от интеграцията с партньорите от отбора. Тяхното самочувствие и физическа способност, които са ключови фактори за качеството им на живот, се увеличават. Участниците ще изпитат и повишаване на нивата на серотонин.

### Иновативни елементи на програмата

Хора без увреждания също могат да участват в обученията, например други деца и младежи, които не могат да си позволят уроци по плуване.

Покана за професионални плувци да преподават и мотивират участниците.

### Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?

Increasing the difficulty of the exercises and activities gradually and adapting them to each individual participant.

### Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика

<https://heraldodemexico.com.mx/tv/noticiasdela-noche/natacion-como-terapia-para-personas-con-discapacidad-intelectual/>



## ДОБРА ПРАКТИКА 4

- **Страна, Регион/Град, Място**  
Мексико, Морелос, Куаутла
- **Наименование на програмата/дейността**  
Спортно рали
- **Цели на програмата/дейността**  
Млади хора с интелектуални затруднения ще могат да развиват своите физически и когнитивни способности чрез спортни предизвикателства, които ще тестват тяхното физическо състояние и интелект.
- **Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/дейност**  
Личностно развитие и признание
- **Целева група**  
15-25 годишни ученици с леки интелектуални затруднения
- **Ресурси**
  - Материали**  
шорти, тенис топки, конуси, обръчи, мрежи, чанти, въжета, гигантски топки, шалове.
  - Човешки ресурси**  
2-4 доброволци
  - Общо разходи**  
30€-40€

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

По дефиниция можем да кажем, че „интеграционно рали“ е динамична и игрива дейност, при която голяма група хора се разделя на отбори и от тях се иска да извършват различни видове дейности, в които се тестват уменията им, като сила, логика, лидерство и ефективно разрешаване на проблеми, без да пренебрегваме забавлението, при което се случва моментът на Реализация. Всяка игра или дейност е организирана по различен начин, като това удовлетворява развитието на всяко едно от качествата или перспективите, които компанията, която отговаря за финансирането на въпросната дейност, желае да подкрепи.



- ' **Ключови фактори за успех**
  - Присъствието на публика по трибуните
  - Популяризиране на събитието в социалните мрежи, създаване на ексклузивна Facebook страница на събитието;
  - Връчване на медал и грамота за участие на всеки участник.
  
- ' **Въздействие на програмата**

Програмата ще помогне на младите хора с увреждания да предизвикат своите физически и интелектуални способности.
  
- ' **Иновативни елементи на програмата**

Хората без увреждания също могат да участват в играта като доброволци и да подкрепят играчите в отборите.
  
- ' **Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?**

N/A
  
- ' **Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика**

N/A





## ДОБРА ПРАКТИКА 5

- **Страна, Регион/Град, Място**  
Париж, Сан-Клу парк
- **Наименование на програмата/действието**  
колоездене - велосипедни турове за хора с интелектуални затруднения
- **Цели на програмата/действието**  
Подобряване на качеството на живот на хората с интелектуални затруднения, чрез практикуване на спорт като навик
- **Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие**  
Подобряване на познавателната способност и социалното включване
- **Целева група**  
12-19 годишни ученици с леки интелектуални затруднения
- **Ресурси**
  - Материали**  
Велосипеди, каска, наколенки, лакътни подложки, спортни ръкавици, магистрала - градски път
  - Човешки ресурси**  
1 треньор - велосипеден специалист, 1 линейка, 6 доброволци, 1 транзитен автомобил
  - Общо разходи**  
1000€-2000€

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Yousport е платформата, която управлява тази инициатива, както и много други проекти, които насърчават спорта в Мексико. В момента те набират средства чрез краудфандинг, за да увеличат тандемното колоездене, така наречените двойни велосипеди и по този начин да могат да интегрират още много хора, които са мислели, че никога повече няма да почувстват какво е да карат велосипед на открито.



#### **Ключови фактори за успех**

Разпространение на инициативата чрез обиколки или състезания в училищата за ученици с интелектуални затруднения и в другите училища и покана за младите хора да станат доброволци в тези спортни дейности.

#### **Въздействие на програмата**

Познавателната способност е преобладаващ фактор за карането на велосипед: колкото по-голям е когнитивния капацитет, толкова повече възможности има за успех със задачата.

#### **Иновативни елементи на програмата**

Доброволците ще бъдат млади и ще могат да си взаимодействат с тях

#### **Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?**

Пара-колоездене с тандемен велосипед или триколка

#### **Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика**

[https://www.researchgate.net/publication/273689537\\_Paraciclismo\\_estudio\\_sobre\\_los\\_procesos\\_de\\_integracion\\_a\\_nivel\\_internacional](https://www.researchgate.net/publication/273689537_Paraciclismo_estudio_sobre_los_procesos_de_integracion_a_nivel_internacional)



## ДОБРА ПРАКТИКА 6

### Страна, Регион/Град, Място

Лаймс Филд, Мортлейк, Лондон,  
Великобритания

### Наименование на програмата/дейността

Футболни турнири

### Цели на програмата/дейността

Подобряване на качеството на живот на хората с интелектуални затруднения, чрез практикуване на спорт като навик

### Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/дейност

Подобряване на познавателната способност и работата в екип

### Целева група

12-19 годишни ученици с леки интелектуални затруднения

### Ресурси

#### Материали

1 футболна топка, 1 униформа, 1 футболно игрище

#### Човешки ресурси

1 футболен треньор, 1 съдия, 3 доброволци

#### Общо разходи

15000€-2500€

### Ключови фактори за успех

Разпространение на инициативата чрез обиколки или състезания в училищата за ученици с интелектуални затруднения и в другите училища и покана за младите хора да станат доброволци в тези спортни дейности

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Спешъл олимпикс е най-голямото спортно движение в света за хора с интелектуални затруднения, което има за цел да ги интегрира в обществото чрез спорт и допълнителни програми.



### Въздействие на програмата

Познавателната способност е преобладаващ фактор при футбола: колкото по-голям е когнитивния капацитет, толкова повече възможности има за успех със задачата

### Иновативни елементи на програмата

Приятелски мачове или турнири с други отбори с хора с интелектуални затруднения

### Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?

Вид футбол 7

### Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика

<https://www.fifamedicalnetwork.com/es/lessons/futbol-para-personas-con-discapacidad-discapacidad-intelectual/>

## ДОБРА ПРАКТИКА 7

- **Страна, Регион/Град, Място**  
Мексико, Монтерей Нуево Леон
- **Наименование на програмата/дейността**  
Танци
- **Цели на програмата/дейността**  
Развиване на двигателни умения у учениците
- **Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие**  
Чувство за сигурност и познавателни способности
- **Целева група**  
12-19 годишни ученици с леки интелектуални затруднения
- **Ресурси**
  - **Материали**  
Удобни дрехи, тенис топки и бутилка вода
  - **Човешки ресурси**  
1 инструктор и супервайзор
  - **Общо разходи**  
1000€ - 2000€
- **Ключови фактори за успех**
  - Дисциплина
  - Точност
  - Помощ
- **Въздействие на програмата**  
Хората с увреждания се ентусиазират от участието си в присъствието на публика, затова аплодисментите и подкрепата на хората са много важни.

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Чрез тази практика участниците могат да развият двигателни способности. Ще работим за координацията и придвижването в пространството.

Ще използваме последователност от стъпки



- **Иновативни елементи на програмата**  
Методологията
- **Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?**  
Обикновено ритмите, които привличат вниманието им работят, затова е важно ритъмът да им харесва, за да се постигне по-добра проекция на движението
- **Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика**  
<https://www.danzadown.es/index.php/blog/entrevistas/33-consideraciones-de-la-practica-de-la-danza-para-personas-con-discapacidad-intelectual-sindrome-de-down>



## ДОБРА ПРАКТИКА 8

- **Страна, Регион/Град, Място**  
Мексико, Монтерей Нуево Леон
- **Наименование на програмата/действието**  
Курс по преминаване през препятствия
- **Цели на програмата/действието**  
Развиване на двигателни и когнитивни способности в учениците
- **Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие**  
Подобряване на когнитивните умения
- **Целева група**  
12-30 годишни ученици с леки интелектуални затруднения
- **Ресурси**
  - **Материали**  
Удобни дрехи, тенис топка и бутилка вода
  - **Човешки ресурси**  
1 инструктор и супервайзор
  - **Общо разходи**  
1000€-2000€
- **Ключови фактори за успех**
  - Дисциплина
  - Точност
  - Помощ
- **Въздействие на програмата**  
Участниците могат да се мотивират чрез тази практика

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

В тази практика участниците ще могат да развият двигателните си способности. Ще развием движения, сръчност и други способности.

Също така ще развием когнитивните способности.

- **Иновативни елементи на програмата**  
Методологията на играта

- **Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?**

Тази практика може да се адаптира чрез игри за развиване на придобитите знания. Прескачане на обръчи. Бягане и избягване на предмети.

- **Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика**

<https://sites.google.com/site/2tafaddiscapacitados/home/actividades-con-discapacitados>





## ДОБРА ПРАКТИКА 9

- **Страна, Регион/Град, Място**  
Мексико, Морелос, Куернавака.
- **Наименование на програмата/дейността**  
Баскетбол за хора с интелектуални затруднения
- **Цели на програмата/дейността**  
Използване на физическите и емоционалните умения на участника
- **Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие**  
В участника се развива чувство за принадлежност и самоусъвършенстване
- **Целева група**  
18-25 годишни хора с леки интелектуални затруднения
- **Ресурси**
  - **Материали**  
Баскетболни топки, храна, напитки, тениска, баскетболно игрище.
  - **Човешки ресурси**  
1 супервайзор, 1 съдия, 1 секретар, 1 медицинско лице, 5 души (доброволци, роднини и хора с интелектуални затруднения)
  - **Общо разходи**  
50€-80€
- **Ключови фактори за успех**
  - Отразяване на срещите по радио, социалните и печатните медии;
  - Разположение на хората на игрището.
- **Въздействие на програмата**  
Хората с интелектуални затруднения развиват усещането за работа в екип, докато съвместното съществуване се насърчава и качеството на живот се подобрява.

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията

Създават се отбори от 5 души, които могат да се състоят от доброволци, членове на семейството и хора с интелектуални затруднения. След сформирването на отборите играта се провежда с намерението накрая, участникът с интелектуално затруднение да се чувства удовлетворен от резултатите. Винаги се подчертава работата в екип и самоусъвършенстването.

- **Иновативни елементи на програмата**  
Това е адаптиран спорт, следователно членове на семейството и доброволци могат да играят с хората с интелектуални затруднения.
- **Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?**
  - Човек с IQ под 70%;
  - Ограничения за участниците без увреждания, като например забрана комуникация с другите по време на играта;
  - Че увреждането се появява преди 18-годишна възраст.
- **Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика**  
<https://tinyurl.com/42jy6sec>  
<https://tinyurl.com/4w4un8bk>







## ДОБРА ПРАКТИКА 10

- ' **Страна, Регион/Град, Място**  
Мексико, Морелос, Куернавака
- ' **Наименование на програмата/действието**  
Волейбол за хора с интелектуални затруднения
- ' **Цели на програмата/действието**  
Използването на физическите и емоционалните умения на участника
- ' **Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие**  
В участника се развива чувство за принадлежност и самоусъвършенстване
- ' **Целева група**  
18-25 годишни хора с леки интелектуални затруднения
- ' **Ресурси**
  - Материали**  
Волейболни топки, храна, освежителни напитки, тениска, волейболни екипи
  - Човешки ресурси**  
1 супервайзор, 1 съдия, 1 медицинско лице, 6 души (доброволци, роднини и хора с интелектуални затруднения)
  - Общо разходи**  
50€-80€

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Този спорт е разработен с отбори от 6 души, те могат да бъдат доброволци, хора с интелектуални затруднения и техните роднини. Часовете и дните за срещите се определят според наличността на гореспоменатите хора.



#### **Ключови фактори за успех**

- Отразяване на срещите по радио, социалните и печатните медии;
- Разположение на хората на игрището.

#### **Въздействие на програмата**

Хората с интелектуални затруднения развиват усещането за работа в екип, докато съвместното съществуване се насърчава и качеството на живот се подобрява.

#### **Иновативни елементи на програмата**

This is an adapted sport, therefore, family members, volunteers can play with people with intellectual disabilities.

#### **Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?**

Това е адаптиран спорт, следователно, членове на семейството и доброволци могат да играят с хората с интелектуални затруднения.

#### **Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика**

[http://oa.upm.es/31067/1/TFG\\_ALBERTO\\_SANZ\\_MORALES.pdf](http://oa.upm.es/31067/1/TFG_ALBERTO_SANZ_MORALES.pdf) y

<https://www.discapnet.es/areas-tematicas/deporte/deporte-adaptado/voleibol>



# Списък с най-добрите практики на АРБС – България

## ДОБРА ПРАКТИКА 1

- ' **Страна, Регион/Град, Място**  
Образователен лагер за водни спортове на НСА в Несебър, България
- ' **Наименование на програмата/дейността**  
Адаптиран спортен лагер
- ' **Цели на програмата/дейността**  
Основният фокус е върху работата в екип, как да общуваме успешно с другите, как да се интегрираме в обществото.
- ' **Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие**  
Личностно развитие и социално обучение, добавена стойност за младите хора, икономиката и обществото
- ' **Целева група**  
Хора с интелектуални затруднения, с множество увреждания, техните родители и студентите.
- ' **Ресурси**
  - Материали**  
Лодки, каяци, топки, маркери, конуси и др.
  - Човешки ресурси**  
Обучители, треньори, ръководители, доброволци и медицински персонал.
  - Общо разходи**  
Безплатно за участниците

### Подробно описание на програмата/ интервенцията и методологията:

През 2019 г., в рамките на магистърската програма „Адаптирана физическа активност и спорт“ на НСА „Васил Левски“, всички студенти от програмата, заедно с 27 деца, младежи и възрастни с увреждания, практикуваха водни спортове, плажни игри и дейности по 4 часа на ден. Водните спортове включват плуване в морето, каяк и ветроходство. Плажните игри включват плажен волейбол, плажен футбол, щафети, боче, игри за точност и плажни игри с ракети. Ежедневната танцова програма е логичният завършек на всеки ден от лагера.



### **Ключови фактори за успех**

Успешният модел на лагера е да се гарантира, че всекидневната мотивацията за активност продължава дори и след края на самия лагер и дава възможност на хората с увреждания да търсят нови възможности да бъдат активни през годината, което стимулира и подобрява тяхното физическо състояние и социалната им адаптация в местната среда.

### **Въздействие на програмата**

Всеки участник става все по-активен в ежедневието си след лагера (доказано е чрез процедура за наблюдение, която измерва действителната физическа активност чрез актиграфия). Всяка година участват средно 50 души. Добавената стойност е, че всички спортни практики се извършват в приобщаващи условия и това влияе положително върху отношението към хората с увреждания и техните спортни умения и способности.

### **Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?**

N/A

### **Иновативни елементи на програмата**

Ползите от спортовете на открито, особено водните спортове, са добре известни и документиранни. Всички участници се радват на лични постижения, като придобиване на нови спортни умения и развитие на съществуващите, знания за значението на физическата активност, храненето, ежедневно планиране и социалното взаимодействие и общуване. За много от участниците с увреждания

личните контакти и приятелствата със студентите и спортните инструктори са най-ценни. В същото време, заедно с физическия опит, участниците имат възможност да развият своите социални и трансверсални умения, да комуникират успешно, да развиват умения за решаване на проблеми и критично мислене чрез различни образователни дейности, които екипът, ръководещ лагера, изпълнява всяка година.

### **Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика**

<http://www.nsa.bg/bg/news/id,3603>



## ДОБРА ПРАКТИКА 2

### Страна, Регион/Град, Място

София, България

### Наименование на програмата/действието

PLAY'IN TOGETHER, Програма Еразъм+

### Цели на програмата/действието

Спортът, спортната игра и физическите активности, като образователни инструменти за превенция и осведоменост на децата с увреждания на възраст между 6 и 15 години.

### Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие

Личностно развитие и социално обучение, добавена стойност за децата и младежите с увреждания. Социални и здравни въпроси, които да бъдат разгледани по забавен и положителен начин.

### Целева група

Деца на възраст между 6 и 15 години.

### Ресурси

#### Материали

Топки, превръзки, маркери, конуси, шалове и др.

#### Човешки ресурси

Образован треньор, студенти и участници.

#### Общо разходи

N/A

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Методология в 3 СТЪПКИ:

1. Игра без тема: Детето разбира инструкциите, участва в двигателна мобилизация и разработва стратегии за игра.

2. Игра с тема: Детето чувства емоции, усещания, експериментира и си задава въпроси; възрастният е директорът. Той дава подсказки, символи и идентифицира поведението, които ще бъдат обсъдени.

3. Дебат: Детето изразява, учи и приема посланията за осведоменост и превенция. Възрастният е медиатор и подкрепя обсъжданите концепции.



### Ключови фактори за успех

Фасилитаторите трябва да гарантират емоционалната сигурност на децата и да предават няколко елемента преди и по време на играта. Възможно е да се проведе диалог по темата без съдене, да се задават въпроси на децата за техните чувства и представи, без никакви скрити мотиви, като им се напомня, че всички ние имаме едни и същи права.

### Въздействие на програмата

1. СОЦИАЛНИ ИНОВАЦИИ И ПЕДАГОГИКА  
Да се създаде ефективно образователно съдържание, модел и нови решения, разработване на изследване.

#### 2. ВЪЗДЕЙСТВИЕТО В СФЕРАТА

Въз основа на разработени проекти с приоритетна аудитория и в рамките на територии, където потенциалът за въздействие може да бъде увеличен.

#### 3. ЗАСТЪПНИЧЕСТВОТО

Да допринесе за промяната на възприятието на спорта. Това е значението на застъпничеството: да се разгърне потенциалът на спорта за социално въздействие. Става въпрос за демонстриране на значението на колективните действия за създаване на по-силна връзка между света на научните изследвания и тези, които работят на практика, или за интегриране на социално-спортни инструменти в първоначалното и продължително обучение на максимален брой образователни специалисти.

### Иновативни елементи на програмата

Спортът като инструмент за образование.

### Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?

N/A

### Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика

<https://www.play-international.org/en/impact/projects/playin-together>





## ДОБРА ПРАКТИКА 3

### Страна, Регион/Град, Място

Велинград, България

### Наименование на програмата/действието

Приятелството през обектива на деца и младежи с интелектуални затруднения

### Цели на програмата/действието

Да определи какви са краткосрочните и дългосрочните пречки, които срещат хората, които се грижат за млади хора с увреждания и доставчиците на услуги да им помогнат да се сприятеляват и да поддържат приятелства.

Да се идентифицират решения, които доставчиците на услуги и лицата, полагащи грижи, могат да приложат за увеличаване на възможностите за приятелство за младите хора с увреждания.

### Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие

Личностно развитие и социално обучение.

### Целева група

Деца, младежи и възрастни с интелектуални затруднения

### Ресурси

#### Материали

Спортни топки, маркери, моливи, бои, химикалки, конуси, лепило и др.

#### Човешки ресурси

Образовани обучители/ треньори, доброволци и участници.

#### Общо разходи

Безплатно

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Дейностите са насочени към стимулиране на творческия потенциал на 30 деца и младежи с интелектуални затруднения в следните работни групи:

1. Приложни изкуство/маски, изработка на цветя, панели, гривни, вази, декоративни бутилки и др.;
2. Фотография/разходки в гората и фотографиране на интересни неща от природата, индивидуални и групови снимки, селфита и др.;
3. Спорт/водна топка, плуване, скокове, футбол, волейбол, дартс и кегли.



- ' **Ключови фактори за успех**  
Правилно стимулиране на творческия потенциал на 30 деца и младежи с интелектуални затруднения.
  
- ' **Въздействие на програмата**  
Да се идентифицират бариерите и решенията за увеличаване на възможностите за приятелство за младите хора с увреждания.
  
- ' **Иновативни елементи на програмата**  
Всеки динамичен, интересен и пълен с усмивки ден е запечатан с фото обектива.
  
- ' **Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?**  
N/A
  
- ' **Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика**  
<https://bapid.com/bapid/?p=711>



## ДОБРА ПРАКТИКА 4

### Страна, Регион/Град, Място

Разлог, Сандански и Петрич, България

### Наименование на програмата/действието

Малка общност за голям актив

### Цели на програмата/действието

Да предостави на участниците знания, умения и нагласи за използването на спорта за разпространение на предприемачески нагласи и умения сред младежите в неравностойно положение.

### Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие

Личностно развитие и социално обучение, добавена стойност за младите хора, икономиката и обществото

### Целева група

Деца, младежи и възрастни с интелектуални затруднения.

### Ресурси

#### Материали

Звънец, листи, топки, маркери, конуси, моливи, бои, химикалки и др.

#### Човешки ресурси

Образован треньор, студенти и участници.

#### Общо разходи

Безплатно за участници

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

НПО „Шанс“ – членове на БАЛИЗ, стартира проект „Малка общност за голям актив“, която се провежда на територията на три общини - Разлог, Сандански и Петрич. Целта на проекта е да се подобрят социалните умения, да се изградят доверие и лични умения, въведение и обучение относно възможностите на децата, младежите и възрастните с интелектуални затруднения. Във Велинград е проведен тематичен лагер.



' **Ключови фактори за успех**

Разпространение на спорта до всички слоеве на обществото и възпитаване на здрави поколения чрез насърчаване на участието на хора от всички възрасти в спортни дейности.

' **Въздействие на програмата**

Изграждане на доверие и лични умения, въведение и обучение относно възможностите на децата, младежите и възрастните с интелектуални затруднения.

' **Иновативни елементи на програмата**

Използване на физическа активност, фотография и приложни изкуства за подобряване на социалните, комуникационните или професионалните умения на участниците.

' **Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?**

N/A

' **Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика**

<https://bapid.com/bapid/?p=711>



## ДОБРА ПРАКТИКА 5

### Страна, Регион/Град, Място

Пловдив, България

### Наименование на програмата/действието

„Спортно обучение за всички“

### Цели на програмата/действието

Целта е адаптацията и включването на деца със специални образователни потребности в средата на масовите училища.

### Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие

Включването на всички деца и осигуряването на възможности за съвместен спорт.

### Целева група

Програмата е насочена към ученици на възраст между 7 и 18 години, включително деца с увреждания и живеещи в отдалечени райони.

### Ресурси

#### Материали

Тебешери, маркери, конуси и др.

#### Човешки ресурси

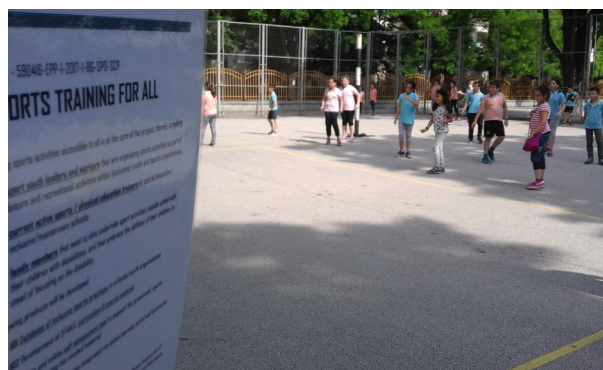
Обучители, треньори, ръководители, доброволци и медицински персонал.

#### Общо разходи

Безплатно за участници

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Спортните игри на открито в СУ „Св. Паисий Хилендарски“ – Пловдив ще съберат ученици и студенти от първи до дванадесети клас. Училището разкроява голямото си игрище с игрите, които се играят от поколения български деца: „Дама“, „Не се сърди, човече“ и „Стълби“.



### **Ключови фактори за успех**

Намирането на най-подходящия спорт, за да се увеличат шансовете на хората с физически увреждания не само да бъдат активни, но и да останат активни.

Адаптирането на спортните тренировки, които подкрепят физическото и поведенческото развитие, като по този начин дезадаптивното поведение на младежи с увреждания намалява.

Намаляване на неправилните задачи и комуникация.

### **Въздействие на програмата**

Въздействие на програмата ST4ALLима за цел да подобри уменията за обучение на спортните треньори при работата им с младежи с широк спектър от увреждания. Ще се обърне внимание както на физическите, така и на психологическите и терапевтичните аспекти на тяхното участие в спортни дейности. Въпреки че бариерите са предимно свързани със средата, бариерите и фасилитаторите зависят от възрастта и вида на увреждането. Когато се дава съвет на хората относно участието им в спорта, следва да се има предвид не само възрастта и вида на уврежданията, но и бариерите, свързани със средата и обществото.

### **Иновативни елементи на програмата**

Едно нововъведение е линията на баланса. По тази линия децата могат да се движат напред и назад и по този начин да развият своите умения за балансиране. Останалите игри са за развитието на двигателни умения, скорост, сръчност и ловкост. Старата българска игра „Не се сърди, човече“ развива уменията за работа в екип на децата, както и търпението и толерантността им – качества, заложи в новата насока на европейското образование.

Иновациите на спортната площадка, които са част от проекта „Спортно обучение за всички“, ще бъдат използвани в часовете по физическо възпитание и в групите, които учат по цял ден.

### **Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?**

N/A

### **Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика**

<https://www.st4all.eu/>





## ДОБРА ПРАКТИКА 6

### Страна, Регион/Град, Място

София, България

### Наименование на програмата/действието

Приобщаващ баскетбол

### Цели на програмата/действието

Целта на програмата е да включи младите хора с интелектуални затруднения в спортна среда, която осигурява високо ниво на социализация.

### Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие

Включването на всички младежи и осигуряването на възможности за съвместно спортуване.

### Целева група

Програмата е насочена към хора с интелектуални затруднения и хора без увреждания, които са техни баскетболни партньори.

### Ресурси

#### Материали

Спортно игрище, спортно оборудване, нагръдници, конуси и т.н.

#### Човешки ресурси

Обучители, треньори, ръководители, доброволци и медицински персонал.

#### Общо разходи

Безплатно за участници

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Седмичните сесии имат за цел да осигурят взаимодействието на хора с интелектуални увреждания и младежи без увреждания, които заедно практикуват спорт и се информират относно положителния аспект на #BeActive начина на живот.

### Ключови фактори за успех

Овластяване на младежите с интелектуални затруднения чрез развиване на техния потенциал и способности с помощта на доброволчески екип от спортни експерти, посветени на развитието на спорта за лица с интелектуални затруднения.

### Въздействие на програмата

Отборът е започнал само преди няколко години с малко играчи, а в момента се разчита на повече от 20 активни играчи с интелектуални затруднения и 10 млади партньори. Комбинацията от участието и споделянето на спортните моменти овластява младите хора с увреждания и те показват голям напредък в нивата на физическа активност, агресията намалява, и се наблюдава позитивно отношение и развитие на здравословен начин на живот. По време на обучителните сесии се използват различни спортни образователни дейности, които имат за цел да доразвият както социалните, така и физическите аспекти на живота на хората с интелектуални затруднения.



**Иновативни елементи на програмата**

Иновативният аспект на програмата е елементът за включване на младежи без увреждания, които подкрепят младите хора с интелектуални затруднения и играят заедно в един отбор за една цел. Доказано е, че комбинацията е наистина успешна за хората с интелектуални затруднения, защото се чувстват приети и обичани и за младите хора без увреждания, защото показват по-голямо ниво на разбиране на проблемите на техните приятели.

**Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?**

N/A

**Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика**

N/A



## ДОБРА ПРАКТИКА 7

### Страна, Регион/Град, Място

България, Русе, Клуб по конен спорт Русе

### Наименование на програмата/дейността

Конят - наш общ приятел,  
предизвикателство и отворена врата

### Цели на програмата/дейността

Специфичните проблеми за разрешаване на базата на разработения проект са следните:

- Усвояване на швейцарския модел за прилагане на подпомагана от коне терапия;
- Промоциране на нов вид социална услуга, развита въз основа на швейцарския модел;
- Създаване на достъп до алтернативни терапевтични методи, отговарящи на нуждите на децата с увреждания от Русе;
- Прилагане на ефективни политики за нови и иновативни социални услуги в съответствие с нуждите на конкретните приоритетни целеви групи.

Ключовите дейности по проекта включват:

- Създаване на институционално партньорство между Клуб по конен спорт и коневъдство – Русе и Швейцарската асоциация за терапевтична езда;
- Създаване на условия в Клуба по конен спорт за обучение и пилотно прилагане на швейцарския модел – изграждане на вътрешна арена/манеж с размери 25м x 60м;
- Обучение по подпомагана от коне терапия и пилотно прилагане на швейцарския модел;
- Форум за промоциране на швейцарския модел.

### Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/дейност

- Създаване на институционално партньорство между Швейцарската асоциация за терапевтична езда РТ – СН (СН) и Клуб по конен спорт и коневъдство – Русе;
- Пренасяне в България на иновативни подходи и методология за подпомагана от коне терапия от швейцарската партньорска организация и създаване на достъп до алтернативни социални услуги за деца и младежи с увреждания;
- Включване на местни партньори на различни нива – общинска и областна администрация, организации на родители на деца с увреждания, училищни ръководства и др.
- Стратегическата цел на проекта е да създаде Швейцарско-българско институционално партньорство за прилагане на иновативен модел за социална политика, което ще помогне за решаването на специфични проблеми на развитието, за подобряване ефективността и ефикасността на системата за социални услуги за деца и младежи с увреждания в община Русе за тяхното лично развитие.

### Целева група

Децата с интелектуални и физически увреждания, основно церебрална парализа, от Русе, България.

### Ресурси

#### Материали

Коне, конна база за езда

#### Човешки ресурси

Специално обучени треньори от Клуб по конен спорт Русе

#### Общо разходи

Безплатно за участници

### **Подробно описание на програмата/ интервенцията и методологията:**

Проектът цели да създаде Швейцарско-българско институционално партньорство между Швейцарската асоциация за терапевтична езда PT – CH SV\_HRP и Клуба по конен спорт и коневъдство – Русе, основата на което е трансфер в България на иновативен швейцарски модел в социалната сфера. Партньорите по проекта планират пилотно прилагане на метода за подпомагана от коне терапия в община Русе – България на базата на разработена и успешно приложена швейцарска методология. Приложени са и специфични ефективни мерки за реална социална и икономическа интеграция чрез трансфера на швейцарска експертиза за изпълнението на нов вид социална услуга за хора с увреждания, чрез която се постига реално социално-икономическо включване. Четири инструктори/треньори от Клуб по конен спорт и коневъдство – Русе се обучават как да планират и прилагат безопасни и ефективни терапевтични уроци.

Българският партньор е подпомогнат за решаване на предизвикателство, което ще донесе ползи на широк кръг от хора с увреждания.

Прилагането на нови методи за изпълнение на терапевтична езда на професионално ниво е от полза не само на Клуб по конен спорт – Русе, но има и пряка връзка със социализацията и социалната интеграция на деца със специални нужди, на деца с увреждания, маргинализирани по една или друга причина; за тях се предоставят устойчиви решения за включване в обществения живот, в съответствие с техните способности. Общата инициатива на партньорите отговаря на спешната нужда от специализирани социални услуги за тази социална група съгласно

Стратегията за развитие на социалните услуги в област Русе 2010 – 2015, разработена с помощта на УНИЦЕФ.

Проектът прилага пилотно иновативен модел на социална услуга в съответствие с определените приоритетни целеви групи за предоставяне на социални услуги на общинско ниво, като по този начин помага за разрешаване на специфични проблеми на развитието, за подобряване на ефективността и ефикасността на системата за социални услуги и за използване на институционално партньорство в рамките на Българо-швейцарската програма за сътрудничество. Партньорството между Клуба по конен спорт и коневъдство – Русе и Швейцарската асоциация за терапевтична езда PT – CH SV\_HRP отбелязва началото на сътрудничество в социалната сфера, но проектът цели и изграждане на солидна основа за партньорство в други насоки и области чрез включване на Клуб по конен спорт и коневъдство – Русе в Швейцарската асоциация за терапевтична езда PT – CH SV\_HRP като асоцииран член.







### Ключови фактори за успех

Стратегическата цел е в процес на постигане чрез трансфер в България на иновативния модел за социална услуга на швейцарската партньорска организация „Подпомогната от коне терапия“ за решаване на специфични нужди на деца и младежи с физически и интелектуални затруднения.

### Въздействие на програмата

Ефекти от постигнатите специфични цели на проекта:

- Партньорство между българска и швейцарска организация;
- Трансфер на знания в социалната сфера от швейцарския партньор в подкрепа на българския партньор;
- Приложна иновативен подход към Приложен иновативен подход за подпомагана от коне терапия като метод

за социално включване в общността на уязвими деца съобразно техните способности като се имат предвид техните нужди;

- Диверсификация на социалните услуги;
- Предимството на швейцарската добавена стойност при диверсификацията на услугите, предлагани на деца/младежи с физически и ментални увреждания, поставени повече или по-малко в неблагоприятно положение;
- Засилване на въздействието и възприемане влиянието на гражданските структури в българското общество, например нивото на доверие в публичните институции;
- Развитие на ефективни политики за нови и иновативни социални услуги, съответстващи на определените приоритетни целеви групи.

- ' **Иновативни елементи на програмата**  
Популяризиране на швейцарския модел.
- ' **Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?**  
Good practice is adapted for the sector of intellectual disability.
- ' **Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика**  
*<https://swiss-contribution.bg/projects/partnyorstvo/konyat-nash-obsht-priyatel-predizvikatelstvo-i-otvorena-vrata>*





## ДОБРА ПРАКТИКА 8

- **Страна, Регион/Град, Място**  
България, Пловдив, СУ „Св. Паисий Хилендарски
- **Наименование на програмата/действието**  
„Спортивно обучение за всички“
- **Цели на програмата/действието**  
Приобщаването на всеки
- **Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие**  
Приобщаването на всички деца и осигуряването на възможности за съвместно спортуване.
- **Целева група**  
Ученици от училището
- **Ресурси**
  - Материали**  
Бои за боядисване, адаптирани инструкции за провеждане на игри
  - Човешки ресурси**  
Родители и учители от ОУ „Св. Паисий Хилендарски“, Пловдив
  - Общо разходи**  
Безплатно за учениците на училището.

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Училището по принцип включва децата с увреждания, като ги връща към игрите от миналото. В двора на ОУ „Св. Паисий Хилендарски“, по проект „Спорт за всички“, са очертани шаблони за „Дама“, „Не се сърди, човече“ и „Стълби“. Програмата е насочена към ученици с увреждания и живеещи в отдалечени райони на възраст от 7 до 18 години.

„Искаме да разберат, че не са по-различни от останалите“ - казва екипът на проекта, който включва директора Илия Къртев, главния учител в начална степен Нина Грудева, старшия учител Силвия Икимова – учител по английски език, и техните колеги. Затова игрите са адаптирани. Във всяка има по-лесна част за деца, които имат затруднения. По този начин се реализира най-важната цел - включването на всички.

Лично учителите по физическо възпитание са очертани игрището в ярки цветове. Добавена е линия за баланс. Децата могат се движат напред и назад по нея, като по този начин развиват способността си за баланс. Другите игри развиват двигателни умения, скорост, сръчност, ловкост. „Не се сърди, човече“ развива умения за работа в екип, търпение и толерантност - качества, на които се основава съвременното образование. Ползите се отразяват в часовете по физическо възпитание и в учебната зала. Също и в свободното време.

„Спортивно обучение за всички“ е само един от трите училищни проекта, финансирани по програма „Еразъм +“. Под обучението на учители като посланици за приобщаващо образование, преподаватели, психолози и ресурсни преподаватели се учат да развиват и прилагат успешни практики за постигане

на достъпно образование за всички ученици. Ще се създаде наръчник, за да могат и други училища да ги използват.

Третият проект е „Бойните изкуства като начин на приобщаване“. Той ще обучава учителите по физическо възпитание в училищата в отдалечените селски райони и тези с ученици в неравностойно положение (церебрална парализа, нарушено зрение и слух, аутизъм, синдром на Аспергер, диспраксия, HRN и др.).

The third project is “Martial arts as a way of inclusion.” It will train physical education teachers in schools in remote rural areas and where there are disadvantaged students (cerebral palsy, deafness, visual impairment, autism, Asperger’s syndrome, dyspraxia, HRN, etc.).



**Ключови фактори за успех**  
Чрез включването на такива дейности в учебния процес всички деца ще могат да участват в игрите, както и учениците с интелектуални затруднения.

**Въздействие на програмата**  
Целта е да се увеличи самочувствието на децата, да се работи срещу агресията и да се включат хора с физически и интелектуални затруднения в спорта.

**Иновативни елементи на програмата**  
Да се използват иновативни методи за включване на деца с интелектуални и физически увреждания в учебния процес в училище.

**Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?**  
Тази добра практика е адаптирана за деца с интелектуални затруднения.

**Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика**  
<https://tinyurl.com/ycy36r2j>  
<https://www.st4all.eu/?lang=bg>





## ДОБРА ПРАКТИКА 9

### Страна, Регион/Град, Място

България, София, Асоциация за Развитие на Българския Спорт (АРБС)

### Наименование на програмата/дейността

Проект START

Кратък обучителен курс „Интеграция чрез спорт“

### Цели на програмата/дейността

Специфични цели на проект START:

- Насърчаване на работата на партньорите в мрежа с европейско измерение, споделяне на идеи, методи, техники и най-добри практики и подобрене на нивата на ефективност, както и на целевите групи, с които работят;
- Да насърчи и засили употребата на спорта, като метод за интеграция, социално включване и равни възможности и да увеличи интереса към неговия потенциал.

### Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие

START насърчава специфични дейности на две нива:

- Повишаване на осведомеността на треньорите, обучаващите, инструкторите, възпитателите, фасилитаторите и аниматорите в областта на спорта, мениджърите и служителите на неправителствените организации да използват езика и методологиите на спорта като средство за социално включване, уважение към другите и интегриране на уязвими групи, изложени на риск от изключване и маргинализация, подпомагащи развитието на европейското измерение на спорта. Тази цел ще бъде постигната чрез специфична мобилност за треньори и персонал/доброволци от неправителствени спортни организации;
- Насърчаване на участието в местни

спортни дейности (масов спорт и физическа активност) на населението, по-специално на по-уязвимите групи (имигранти, жени, младежи, извън заетост, образование или обучение, юноши), които имат големи трудности при достъпа до спортни инициативи поради езикови, социални и културни бариери, икономически трудности или предрасъдъци. Тези цели ще бъдат постигнати чрез организиране на спортни дейности във всяка от страните партньори.

### Целева група

Треньори, инструктори, обучители, фасилитатори и аниматори в областта на спорта, мениджърите и персонала на неправителствени организации

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Обучителният курс се фокусира върху ролята на спорта, като инструмент за интеграция, образование и насърчаване на социалното включване, разбирането на други култури, правата на човека и конкурентоспособността сред младите хора в местните общности. Обучителният курс включва трансфер на иновативни методи за неформално образование, създавайки важен образователен мост между участващите държави, който чрез спорт може да подобри интеграцията на имигрантите, младежите, извън заетост, образование или обучение, жените или подрастващите, които са изложени на риск от изключване и хората от различни социални слоеве в Европа. През последните години бяхме свидетели на много случаи на бедност, насилие, културни и образователни конфликти, като всички те се основават на липсата на подходящи средства за интеграция. Спортните дейности наистина могат да бъдат общ език, който може да се използва за насърчаване на интеграцията в обществото и да донесе ценности на толерантност, свобода, честна игра и уважение. Спортът е полезен за премахването на стереотипите (улеснява интеграцията на

имигрантите и малцинствата в обществото), насърчава взаимното разбирателство и межкултурния диалог (спортът се използва като универсален език) и улеснява процеса на социално включване.

## Ресурси

### Материали

Бои за боядисване, адаптирани инструкции за провеждане на игри

### Човешки ресурси

Родители и учители от ОУ „Св. Паисий Хилендарски“, Пловдив

### Общо разходи

Безплатно за учениците на училището.

## Ключови фактори за успех

Проектът START в своите дейности включва изпълнението на Международния обучителен курс (WP2).

## Въздействие на програмата

Чрез обучителните дейности в София, изпратените от партньорите спортни експерти имаха възможност да се срещнат, обсъдят и обменят най-добри практики, подходи и идеи.

- Благодарение на Асоциация за Развитие на Българския Спорт, която бе партньор-домакин на обучението и има богат опит в областта, участниците придобиха нови умения и знания за използването на спорта за интеграция на различни социални групи;
- Придобитите от участниците знания и умения ще бъдат умножени в съответните страни и ще бъдат предадени на треньори по лека атлетика и млади хора, които имат желание да придобият нови знания по темата „Интеграция чрез спорт“;
- Придобитите знания ще бъдат използвани в ежедневната работа на участниците и ще бъдат разпространявани в техните организации. Подходът за интеграция чрез спорт, който бе приет по време на проекта START, предлага на участниците нови възможности за учене или развитие на умения и способности

за управление на спортни процеси, треньорски дейности и групово лидерство по време на планираните спортни дейности.

## Иновативни елементи на програмата

Обучителният курс ще има мултиплициращ ефект на три различни нива: партньори организатори и техните оператори; организации/заинтересовани страни и специалисти в страните, участващи в партньорството; местните потребители и мигранти, жени, младежи извън заетост, образование или обучение и юноши, които са в центъра на проекта.

## Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?

Придобитите по време на проекта знания могат да се използват сред деца с интелектуални затруднения.

## Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика

[https://www.startcastelbuono.eu/wp-content/uploads/2019/02/3-Handbook\\_Start-w-BG.pdf](https://www.startcastelbuono.eu/wp-content/uploads/2019/02/3-Handbook_Start-w-BG.pdf)







## ДОБРА ПРАКТИКА 10

### Страна, Регион/Град, Място

София, България, Асоциация „Федерация Адаптирана Физическа Активност БАЛКАНИ И ЧЕРНОМОРСКА ОБЛАСТ“ реализира проект No BG05M9OP001-2.032-0053-C01 – „Социален център - Вие сте част от нас“

### Наименование на програмата/дейността

„Социален център - Вие сте част от нас“

### Цели на програмата/дейността

Специфичните цели на проекта са:

- Предоставяне на специализирана интегрирана междусекторна услуга, включваща образователни и социални дейности за деца и младежи с увреждания и по този начин да бъдат създадени предпоставки за социална адаптация и включване на тези деца и младежи в град София, район Сердика;
- Създаване на предпоставки за активно социално включване и включване на пазара на труда на хора, полагащи грижи за зависими членове на семейства, вкл. деца чрез предоставяне на комплексни интегрирани междусекторни услуги и мотивационна и психологическа подкрепа;
- Реализиране на инициативи за информиране и предоставяне на възможности за активно участие в обществото на хора от уязвими групи.

### Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/дейност

Предоставяне на възможност за социално включване и заетост на 20 души, които се грижат за зависими членове от семейството.

### Целева група

Деца с увреждания и техните родители.

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Основната цел на проекта е създаване на специализирана интегрирана междусекторна услуга за деца и младежи с увреждания, като по този начин ще бъде подпомогната от една страна тяхната интеграция, а от друга страна активното социално включване на членовете на техните семейства, включително и на пазара на труда.



## Ресурси

### **Материали**

Спортно игрище, спортно оборудване, нагръдници, конуси и т.н.

### **Човешки ресурси**

Столична община, област Сердика; Персоналът на асоциациите на местно ниво, треньори, доброволци и медицински персонал.

### **Общо разходи**

Безплатно за участниците в събитието.

### **Ключови фактори за успех**

Децата с интелектуални и физически увреждания участват в спортни дейности заедно с членове на техните семейства.

### **Въздействие на програмата**

Резултати:

- Функционираща интегрирана услуга с образователни, социални и спортни елементи (адаптирана физическа активност) за 20 деца и младежи с увреждания;
- Създадени условия за социална адаптация и трудова заетост на семействата и хората, които полагат грижи за членове от семействата с увреждани;
- Създадени условия за социална адаптация и включване на 20 деца и младежи с увреждания;
- Предоставени взаимосвързани психологически услуги на 20 лица, полагащи грижи за зависими членове на семействата;
- Предоставена мотивационна подкрепа на 20 лица, полагащи грижи за зависими членове на семействата;

### **Иновативни елементи на програмата**

Социална адаптация и заетост на семейства с деца с интелектуални и физически увреждания.

### **Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?**

Тя е адаптирана за деца с интелектуални затруднения.

### **Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика**

<https://tinyurl.com/s6zf4cmp>

<http://www.serdika.bg/index.php/144-2017-08-31-18-32-23>

<https://tinyurl.com/3yssy4mc>





# Списък с най-добрите практики на CSDS – Виетнам

## ДОБРА ПРАКТИКА 1

- ' **Страна, Регион/Град, Място**  
Виетнам, град Хо Ши Мин,  
Мултифункционално спортно игрище в  
Университета Тон Дюк Танг
- ' **Наименование на програмата/действието**  
VAN Sport Funshop (AFSF2020)
- ' **Цели на програмата/действието**
  - Да осигури приятелска площадка за деца с разстройства от аутистичния спектър и семействата им за спортно обучение;
  - Да разпространява любов и красиви истории за деца с разстройства от аутистичния спектър, да насърчава грижи и информираност сред хората в общността и промяна на техните заблуди за разстройствата от аутистичния спектър.
- ' **Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие**  
Свободно време (социализация,  
развлекателни дейности)
- ' **Целева група**  
Деца с разстройства от аутистичния  
спектър и техните родители.

### Подробно описание на програмата/ интервенцията и методологията:

Ежегодно Виетнамската мрежа за хора с аутизъм (ВМГА) и други спонсори организират спортни събития за малки деца с разстройства от аутистичния спектър.

Тази година, ВМГА с подкрепата на RIGHT TO PLAY, предостави обучения по футбол, волейбол и доджбий – забавно поле за игра с приятели за целевата група.

Присъстваха обучители, които даваха насоки на участниците - спортни учители за деца със специални нужди и членове на футболния отбор Higher Ground Mision (HGM CLUB).

По време на двудневното събитие, 70 млади ученици и техните родители бяха снабдени с основни техники и насоки за това как да играят футбол, волейбол и доджбий. Благодарение на възможността да се присъединят към дейностите, ръководени от обучителите и доброволците, организаторите се надяват, че увереността на децата ще бъде подсилена и, че ще допринесе за процеса на увеличаване на вярата в техните способности и усилия и че духа на отбора ще бъде повдигнат, като по този начин ще ги насърчи да бъдат по-отворени към другите.

Значението на спорта и физическата активност за децата с разстройства от аутистичния спектър бе подчертано в встъпителните бележки, а също и по време на събитието и това насърчи родителите да продължат да развиват и ангажират децата си със спорт след като се върнат у дома.

## Ресурси

### Материали

- Многофункционално спортно игрище;
- Спортно оборудване за футбол, волейбол и доджбий;

### Човешки ресурси

Доброволци (от Университета Тон Дюк Танг)

### Общо разходи

~ 10,000€

## Ключови фактори за успех

Подкрепа от доброволци, насърчаване от страна на публиката;

Награди за всички, тъй като няма победител или губещ;

Отдаденост и професионализъм от страна на обучителите

## Въздействие на програмата

Малките деца с увреждания са развълнувани да участват и да получат награда. Тяхното самочувствие, което е ключов фактор за качеството на живот, се увеличава.

**Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?**

N/A

**Иновативни елементи на програмата**

Участието на хора без увреждания в отбора (напр. родители/доброволци) помага за баланса на отборите и създава връзки и взаимодействия между тях.

**Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика**

<http://vietnamautism.com/>

<https://www.facebook.com/hashtag/autismfriendlysportfunshop>





## ДОБРА ПРАКТИКА 2

### Страна, Регион/Град, Място

Виетнам, Ханой, Виетнамското село за приятелство

### Наименование на програмата/дейността

Клас за движение

### Цели на програмата/дейността

- Да насърчи физическата форма на учениците и да подобри физическото им здраве чрез игри и спортни дейности
- Научаване на основи като броене и разпознаване на цветове, работа в екип и т.н. за децата в района, живеещи с ефектите на Агент Ориндж

### Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/дейност

- Физическо благосъстояние
- Връзка с други хора (приятели)
- Свободно време

### Целева група

Група от ученици от Виетнамското село за приятелство, живеещи с ефектите на хербицид-дефолианта Агент Ориндж

### Ресурси

#### Материали

1 футболна топка, 1 голям цветен парашут, 20 цветни меки платнища, 1 музикална колона, 15 стола, 1 голямо огледало, комплект препятствия, 15 обръча, пакет балони, 5 малки подскачащи топки.

#### Човешки ресурси

2-3 доброволци във всеки клас

#### Общо разходи

~ 5,000€

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Класът за движение е допълнителна учебна дейност, разработена от доброволци, работещи във Виетнамското село за приятелство с учениците, които имат различни увреждания като забавяне на развитието, аутизъм, ХРНВ, Синдром на Даун и др.

Целта е да насърчи децата да останат физически активни, да се забавляват и да учат нещо ново всеки ден. За да се подобри издръжливостта, силата, координацията, мобилността и баланса на децата се провеждат много игри.

Класът се провежда в рамките на 45 минути на сесия. Има 3 групи ученици, разделени въз основа на техните способности и ниво. Тези три групи се редуват, за да е сигурно, че децата присъстват два пъти седмично.

Има двама или трима доброволци, които отговарят за организирането на игри и дейности за всяка сесия. Популярните игри са: Приятелския кръг, Топка във врата, Патешка история, Дърпане на въже, Котка и мишка, Състезание с препятствия, Музикална статия, Танцуващите близнаци, Огледало и др.

1. Забележка: Учениците са много развълнувани, когато стане време за откриване на часа, защото през повечето време те седят неподвижни в класната стая.

- Недостатък: Селището често няма достатъчно персонал, така че ако нямаше доброволци, класът нямаше да се случи.



### Ключови фактори за успех

- Креативност, ентузиазъм и търпение от страна на доброволците, които улесняват дейностите в класа за движение;
- Подходящо място: голяма стая с голямо огледало, добре оборудвана с разнообразни материали за игри и дейности;
- Правилното разпределение на времето: в следобедните часове, след дълги часове седене в класната стая, измъкване от заседналият начин на живот, подходящо за краткотрайната концентрация на учениците.

### Въздействие на програмата

- Учениците с увреждания от Виетнамското село за приятелство изградиха добър навик и остават активни. Тяхната сила, баланс, координация и гъвкавост се подобряват малко по малко;
- Постепенно, като общуват с доброволци от различни страни по целия свят, те не се страхуват от непознати и могат да общуват добре с езика на тялото и с основен английски. Доверието и самочувствието им също са се увеличили.



### Иновативни елементи на програмата

Доброволците могат да следват наръчника и да организират дейности за класа за движение. Това е възможно дори за начинаещи, защото класът в по-голямата част от времето има положителна енергия. Децата в селището имат приятели от целия свят и работят успешно с тях, независимо от националността.

### Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?

N/A

### Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика

N/A



## ДОБРА ПРАКТИКА 3

### Страна, Регион/Град, Място

Виетнам, Ханой

### Наименование на програмата/действието

Проект „Желязното тичане“

### Цели на програмата/действието

- Повишаване на осведомеността и насърчаване на общество без дискриминация за хората с увреждания, особено за младите хора;
- Промяна на погрешните схващания за хората с увреждания;
- Осигуряване на възможности за хората с увреждания да бъдат по-интегрирани в общността чрез дейности на открито

### Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие

Социални и обществени дейности

### Целева група

- Млади ученици от Ханой
- Малки деца с увреждания от Ханой

### Ресурси

#### Материали

Обяд/чай, тениски, Материали за игра, Високоговорител, Фон, Аптека

#### Човешки ресурси

Доброволци

#### Общо разходи

~ 4,800€

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Стартиран през 2016 г. от група ученици от гимназиите в Ханой, „Желязното тичане“ е проект с нестопанска цел, целящ промяна на стигмата, свързана с хората с увреждания в общността и намаляване на разликата между хората с и без увреждания.

През всеки сезон „Желязното тичане“ организира маратон (взаимстван от формата на „Невероятното състезание“ и „Тичащия човек“) в който организаторите, бегачите и малките деца с увреждания са разделени поравно на малки отбори. Всеки отбор преодолява предизвикателства и играе игри, предназначени за изграждане на екипа и свързване до края на състезанието.

Доброволците и организаторите периодично провеждат дейности за набиране на средства, като продажба на домашни бисквитки (които са направени от хора с увреждания), мини музикално събитие и т.н., които след това биват дарени на центрове за деца с увреждания.



#### Ключови фактори за успех

- Младежки ентузиазъм и креативност при проектирането на предизвикателството за участниците
- Проследяване на дейностите

#### Въздействие на програмата

Повече коментари от хората с увреждания са споделени и разпространени във фен страницата на „Желязното тичане“. Малките деца с увреждания се чувстват въодушевени от участието си и от наградата. Тяхното самочувствие и увереност се увеличават.

#### Иновативни елементи на програмата

В процеса на организиране и набиране на средства за програмата, младите гимназисти са тези, които трябва да се научат и да проведат изследвания, за да разберат общността на хората с увреждания. Те са млади, енергични агенти, които допринасят за борбата с неравенството.

#### Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?

N/A

#### Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика

<https://www.facebook.com/ironrunproject/>

<https://tinyurl.com/w88vvaux>





## ДОБРА ПРАКТИКА 4

### Страна, Регион/Град, Място

Виетнам, град Хо Ши Мин

### Наименование на програмата/действието

Шампионат и параигри за стрелба с лък „Галакси“

### Цели на програмата/действието

- Поле за игра, обединяващо хората с увреждания, които имат страст към стрелбата с лък;
- Промяна, която се стреми към подготовка на основния отбор за присъединяване към националния отбор в ПараИгрите ASEAN 2021.

### Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие

- Личностно развитие и признание
- Взаимоотношения с другите

### Целева група

Стрелци с лък с увреждания в долните крайници от трите области: град Хо Ши Мин, Донг Най и провинция Та Мау  
Събитието бе организирано от Центъра за спортно обучение, Виетнамската Общност за Параспорт и Клубът за стрелба с лък „Галакси“.

След официалното обявяване на събитието, хора с увреждания в долните крайници, които смятат себе си за подходящи, се регистрираха за събитието. Наградите бяха три вида: индивидуална награда за жени, индивидуална награда за мъже, отборна награда.

Бе организирано двуседмично обучение за всички участници, по време на което

те бяха снабдени с техники и насоки от професионални стрелци, доброволци и членове на клуб по стрелба с лък „Галакси“.

Въпреки че повечето от тях са в колички, с патерици или протези, те положиха много усилия и участваха с голяма решителност и позитивно отношение. В допълнение, по време на часовете за обучение, те споделиха радостни моменти и създадоха връзки и нови приятели. След сутрешната тренировка, те често се срещат, за да си поговорят неформално, да споделят истории, да попеят и посвирят на музикални инструменти.

### Ресурси

#### Материали

N/A

#### Човешки ресурси

N/A

#### Общо разходи

~15,000€

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Събитието бе организирано от Центъра за спортно обучение, Виетнамската Общност за Параспорт и Клубът за стрелба с лък „Галакси“.

След официалното обявяване на събитието, хора с увреждания в долните крайници, които смятат себе си за подходящи, се регистрираха за събитието. Наградите бяха три вида: индивидуална награда за жени, индивидуална награда за мъже, отборна награда.

Бе организирано двуседмично обучение за всички участници, по време на което те бяха снабдени с техники и насоки от професионални стрелци, доброволци и членове на клуб по стрелба с лък „Галакси“.

Въпреки че повечето от тях са в колички, с патерици или протези, те положиха много усилия и участваха с голяма решителност и позитивно отношение. В допълнение, по време на часовете за обучение, те споделиха радостни моменти и създадоха връзки и нови приятели. След сутрешната тренировка, те често се срещат, за да си поговорят неформално, да споделят истории, да попеят и посвирят на музикални инструменти.

#### Ключови фактори за успех

- Преди събитието бе осигурено обучение, така че дори и хората с увреждания, които са абсолютно начинаещи в стрелбата с лък, да могат да се присъединят с увереност;
- Практиката, последвана от награждаване, победителите получават купа;
- Подкрепата и насърчаването от публиката.

#### Въздействие на програмата

- Стрелбата с лък се присъедини към списъка на любимите видове спорт за хора с увреждания, ако е подходяща за тях;
- Участниците разшириха кръга си от познанства, намериха повече приятели и имаха шанса да се срещнат с повече хора, които са мислят по един и същи начин и споделят еднакви интереси. Те откриват радост и увереност чрез редовно участие и практикуване на спорта.



Въвеждане на нов вид спорт в общността на хората с увреждания. Това е първият път, в който НСМС провежда такова събитие, подхранващо талантливите хора, които имат страст към стрелбата с лък и даващо им възможност да се свържат с други съмишленици.

#### Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?

Препоръка: Намаляване на мащаба и трудността, чрез използване на лепкави/пластмасови меки стрели, вместо остри метални стрели.

#### Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика

<http://parasports.com.vn/>

Images on news: <https://bit.ly/3mFi2XN>

<https://www.facebook.com/media/set/?vanity=108387754213051&set=a.167429028308923>





## ДОБРА ПРАКТИКА 5

### Страна, Регион/Град, Място

Виетнам, Ханой и Хо Ши Мин Сити

### Наименование на програмата/дейността

Спортно лидерство и единно училище  
(Спешъл Олимпикс Виетнам)

### Цели на програмата/дейността

Осигуряване на спортно обучение и състезание в различни олимпийски дисциплини за хора с интелектуални затруднения.

На хората с увреждания да бъдат предоставени непрекъснати възможности за развитие на физическата форма, демонстриране на смелост, радост и участие в споделянето на умения и приятелство с техните семейства и други спортисти от специалните олимпийски игри и общността.

### Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/дейност

Физическа активност;  
Взаимоотношения с другите (семейство, приятели, общност).

### Целева група

Деца и възрастни с интелектуални затруднения

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Спешъл олимпикс е глобална организация, която обслужва спортисти с интелектуални затруднения, работеща с доброволци и треньори, предлагаща над 30 индивидуални и отборни спортове в олимпийски стил, които осигуряват значителни възможности за обучение и състезание за хора с интелектуални затруднения.

Програмата „Лидери спортисти“ предоставя обучение за хора с интелектуални затруднения, чрез което да развият умения за всекидневния си живот и физическата активност. Програмата също така осигурява обучение за учителите и менторите, които ще помагат отблизо на спортистите с увреждания в развитието на уменията, които придобиват.

Междувременно, програмата „Единни училища“ свързва младите хора с и без увреждания, осигурява им спортни дейности, като също така цели да промени погрешните схващания за интелектуалните увреждания в местната общност.

7 ОФИЦИАЛНИ СПОРТА: Футбол , Тенис на маса, Джудо, Боche, Бадминтон, Лека атлетика, Водни спортове

## Ресурси

### *Материали*

N/A

### *Човешки ресурси*

N/A

### *Общо разходи*

~30,000€

## Ключови фактори за успех

Популярността на спортните програми. Те се провеждат в цялата страна и включват много местни групи от общността, като малки центрове за деца с увреждания и др. Участниците ще получат униформена тениска в началото на програмата и сертификат за признание след като са участвали активно, което създава усещане за принадлежност и признание.



## Въздействие на програмата

В програмите са регистрирани 3710 спортисти и партньори и 257 треньори. Децата с увреждания се присъединяват към спортната програма с ентузиазъм и насърчаване от страна на своите привърженици. Доверието им се засилва и връзките между тях стават по-здрави.

## Иновативни елементи на програмата

N/A

## Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?

N/A

## Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика

<https://www.specialolympics.org/programs/asia-pacific/vietnam>



## ДОБРА ПРАКТИКА 6

- **Страна, Регион/Град, Място**  
Виетнам, Ханой, Йен Со Парк
- **Наименование на програмата/дейността**  
Събитие за Бягане „You raise me up”
- **Цели на програмата/дейността**  
Събитието има за цел да насърчи и подобри здравето на населението чрез спорт и физически упражнения, както и да допринесе за премахването на бариерите и дискриминацията между хората с и без увреждания, за да бъдат приятели не само, когато бягат, но и в обществото и всички дейности по пътя на интегрирането на хората с увреждания.
- **Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/дейност**  
Физическа активност  
Връзки с другите (семейство, приятели, общност)
- **Целева група**  
Хора с увреждания (насърчаване на участието на хората с всякакви увреждания), хора без увреждания, особено деца, които обичат да бягат.

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Маратонът „You Raise Me Up” е спортно събитие с нестопанска цел в отговор на Международния ден на хората с увреждания (3 декември) и има за цел да създаде приобщаващо пространство за хората с увреждания чрез бягане.

Събитието се организира съвместно с Център „Желание за живот” и „За децата на Виетнам”, с подкрепата на RI Корея, KOICA Grants и Агенция за събития Hoang Gia.

Събитието е отворено за публика с голямо разнообразие от участници, включва хора с увреждания (всички видове увреждания) и деца, които в случай, че са съгласни сформират двойка с участник с увреждане, и го придружават до края на предвиденото разстояние от 1,5 км, 3,0 км или 5,0 км бягане.





## Ресурси

### *Материали*

N/A

### *Човешки ресурси*

N/A

### *Общо разходи*

~5,000€

## Ключови фактори за успех

Бягането е отворено за публика с голямо разнообразие от участници и е организирано в публично пространство (голям парк), като по този начин се премахва разстоянието между хората с и без увреждания.

## Въздействие на програмата

Придружителите (бегачите от формираните двойки) се насърчават да поддържат връзка след края на събитието създаване на приятелство и връзки

Участниците получиха медали и сертификати за признание. Самоувереността и самочувствието им са повишени.

## Иновативни елементи на програмата

При двойките, лицето без увреждане помага на лицето с увреждане, като същевременно го изслушва и създава връзка с него чрез споделяне на истории, по време на бягането и последващите дейности.

## Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?

N/A

## Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика

<https://tuoitre.vn/ghep-doi-chay-bo-voi-nguoi-khuyet-tat-de-cung-ve-dich-2019120111174961.htm>

<https://www.facebook.com/watch/?v=408646816695226&extid=5jrIDA-IZW16BjcPI>

<https://www.facebook.com/events/726939437720107/>





## ДОБРА ПРАКТИКА 7

- ' **Страна, Регион/Град, Място**  
Виетнам, Хошимин, област 7
- ' **Наименование на програмата/дейността**  
ОИ Маратон (Оранжевата инициатива)
- ' **Цели на програмата/дейността**  
Повишаване на осведомеността и съпричастността на общността с усилията и борбата на хората с увреждания/синдром на Агент Ориндж за преодоляване на предизвикателствата, пред които са изправени.  
Насърчаване на активния и здравословен начин на живот на всички хора с и без увреждания в общността.
- ' **Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/дейност**  
Физическа активност  
Връзки с другите (семейство, приятели, общност)
- ' **Целева група**  
Жертви на ефектите на Агент Ориндж и хората, които им помагат

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Организатор: Фондация за мир и развитие на град Хо Ши Мин (HPDF)

ОИ Маратон 2020 се организира от HPDF всяка година под инициативата на Маратона HCMC. Събитието бе организирано за да могат 50 души с увреждания, жертви на ефектите на Агент Ориндж и хората, които се грижат за тях, да вземат участие в 5 километровата надпревара на събитието. Посланието на Програма ОИ е хората с увреждания да знаят, че не е нужно да бъдат сами, защото винаги имат много поддръжници.



## Ресурси

### *Материали*

N/A

### *Човешки ресурси*

N/A

### *Общо разходи*

~10,000€

## Ключови фактори за успех

- Присъствието на артисти и обществени личности привлича участието на много хора в бягането;
- Професионално структурирано и ежегодно организирано събитие -> печели доверие сред хората;
- Усещането за признание на участниците (получават награди след края на бягането) и въодушевена подкрепа от публиката по време на бягането.

## Въздействие на програмата

- Здравословна програма за хората в общността;
- Наградите след края на бягането са осезаема мотивация за хората с увреждания за по-активна ангажираност в спорта и местната общност.

## Иновативни елементи на програмата

Наличието на човек без увреждания във всеки отбор прави бягането по-безопасно и по-лесно

## Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?

N/A

## Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика

<https://hpdf.vn/vn/chay-ung-ho-nguoi-khuyet-tat/>

<https://hpdf.vn/vn/chay-cung-chay-ung-ho-pwd-aos-tp-hcm-15-01-2017-2/>

<https://youtu.be/faudFVME2uY>



## ДОБРА ПРАКТИКА 8

- ' **Страна, Регион/Град, Място**  
Виетнам (национално ниво)
- ' **Наименование на програмата/действието**  
Виетнамска Параолимпийска Асоциация
- ' **Цели на програмата/действието**  
Пряко въздействие върху здравето на хората с увреждания чрез рехабилитация, социално включване,
- ' **Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие**  
Физическо благосъстояние  
Личностно развитие и признание
- ' **Целева група**  
Хора с увреждания

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

От основаването си през 1995 г., Виетнамската Параолимпийска Асоциация силно насърчава упражнението и спорта за хората с увреждания:

- Ежегодно организира обучения и спортни състезания за хора с увреждания в различни области;
- Организира обучения за треньори и съдии за оказване на първа помощ при наранявания на хора с увреждания;
- Въвежда и предоставя продукти в подкрепа на спортни дейности за хора с увреждания



## Ресурси

### *Материали*

N/A

### *Човешки ресурси*

N/A

### *Общо разходи*

~30,000€

## Ключови фактори за успех

Солидарност

Концентрация върху изтъкнат основен отбор

Редовно обучение

## Въздействие на програмата

- Развитието на основния отбор от професионални спортисти за национални и международни спортни събития ;
- Развитие на физическата форма, професията и психичното здраве на всеки спортист;
- Общност и чувство за принадлежност за хората с увреждания и страст към спорта.

## Иновативни елементи на програмата

Сдружението работи в цялата страна и е официален член на

Международен параолимпийски комитет (IPC)

Азиатски параолимпийски комитет (КПС)

Азиатска федерация за Пара Спортове (APSF)

-> получава устойчива подкрепа и обучение от международни институции

## Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?

N/A

## Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика

<http://paralympic.org.vn/>



## ДОБРА ПРАКТИКА 9

- **Страна, Регион/Град, Място**  
Виетнам, Хошимин, район 11
- **Наименование на програмата/действието**  
Курс „ТОПЪЛ ВИЕТНАМ“
- **Цели на програмата/действието**  
Увеличаване на двигателните умения,  
научаване деца с интелектуални  
затруднения на нов спорт
- **Какъв фактор на качеството на живот  
засяга тази програма/действие**  
Физическо благосъстояние  
Личностно развитие и признание
- **Целева група**  
Малки деца с интелектуални затруднения,  
разстройства от аутистичния спектър,  
Синдром на Даун, Церебрална парализа
- **Ресурси**
  - Материали**  
N/A
  - Човешки ресурси**  
N/A
  - Общо разходи**  
~1,000€

### Подробно описание на програмата/ интервенцията и методологията:

Това е безплатен курс за спортно обучение, организиран за малки деца с интелектуални затруднения, разстройства от аутистичния спектър, Синдром на Даун, Церебрална парализа; организиран е от Виетнамската Пара Спортна Общност и Бейзболната асоциация в Хошимин (НВА), спонсориран от Организация „Топъл Виетнам“.

#### Седмичен график:

Всеки вторник: 18:00 – 19:30 : Футболна тренировка

Всеки четвъртък: 16:15 – 17:15: Бейзболна тренировка

Всяка неделя: 07:30 – 09:00 часа: Футболна тренировка

Участвайки в курса, децата ще бъдат напътствани да си взаимодействат, да създават приятели, да развият някои двигателни умения. След курса децата трябва да могат да разбират и да играят по правилата на мача.

За децата са осигурени и мачове с други деца без увреждания.

Експерти и професионални спортни треньори ще присъстват и ще придружават децата, тъй като те вече са имали опит в работата с деца със специални нужди, особено тези с разстройства от аутистичния спектър и интелектуални затруднения.

Накрая, при завършване на курса, децата, които са участвали активно, получават медали и награди.



### Ключови фактори за успех

- Провеждат се редовно се и имат фиксиран седмичен график, удобен за следване от родителите, които водят децата си на курса;
- Снимки и видеоклипове ще бъдат направени по време на курса, децата ще видят как активно се присъединяват към спорта и се забавляват, ще бъдат ентузиазирани и развълнувани, когато стане време за курса;
- Децата с увреждания ще получат сертификат за признание след завършване на курса. Те срещат нови приятели, благодарение на което тяхното самочувствие и самоувереност се увеличават.

### Въздействие на програмата

Децата с увреждания могат да се включат в спортни занимания (футбол и бейзбол), да подобрят своята активност и да създадат здравословна рутина, дори след като програмата приключи, децата могат да запазят навика да спортуват у дома с техните родители и подкрепящите ги

### Иновативни елементи на програмата

N/A

### Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?

N/A

### Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика

<http://parasports.com.vn/>

<https://www.facebook.com/media/set/?vanity=108387754213051&set=a.16679720170543>





## ДОБРА ПРАКТИКА 10

- ' **Страна, Регион/Град, Място**  
Виетнам, Ханой, Куан Ба Дин
- ' **Наименование на програмата/действието**  
Подготвителен курс за Спешъл Олимпикс в Пук Ти
- ' **Цели на програмата/действието**
  - Подготовка на ученици в Център Пук Ти за участие в Спешъл Олимпикс: запознаване със структурата на дейностите, игрите и ежедневна тренировка;
  - Подобряване на физическата активност, моторните умения, работата в екип
- ' **Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие**  
Физическа активност  
Връзки с другите (семейство, приятели, общност)
- ' **Целева група**  
8 – 19 годишни ученици в Център Пук Ти (Център за грижи, образование и професионално обучение за деца с интелектуални затруднения)

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Това е курсът за подготовка на учениците от Пук Ти за Спешъл Олимпикс.

Два месеца преди събитието, учителите в центъра Пук Ти изготвят график за тренировки за своите ученици. В официалния списък на събитието има няколко игри и дейностите от официалния списък на събитието са адаптирани за ограниченото пространство и инфраструктура на центъра.

Всеки следобед се прекарват два часа в практикуване на спортни дейности. Списъкът на дейностите е: футбол, подаване на топка, дърпане на въже, дълъг скок, скачане с чувал. Участниците се научават как да играят, как да се редува, и как да работят с другите в екип.

Поради ограниченото пространство и инфраструктура на центъра, учителите и доброволците се възползват от класните стаи. Децата често завършват упражненията като пеят.



## Ресурси

### **Материали**

Три футболни топки, ръкавици, балони, тебешир, големи чували за скачане.

### **Човешки ресурси**

1 супервайзор (учител), 2-3 доброволци

### **Общо разходи**

~1,000€

## Ключови фактори за успех

- Енергичност, взаимодействия и отдаденост от страна на учителите, доброволците и учениците: насърчаване, дай-пет, пеене, когато някой се справя добре или се нуждае от подкрепа;
- Разумно адаптиране към текущото състояние на центъра по отношение на пространство и финанси.

## Въздействие на програмата

Учениците от Център Пук Ти участваха в подготвителния курс с вълнение и ентузиазъм. Физическата им форма се подобрява, като в същото време имат възможности за културен обмен с международните и местните доброволци. Усилията на учениците биват признати и оценени; те са мотивирани да участват в повече спортни дейности.

## Иновативни елементи на програмата

Учителите и доброволците в Центъра Пук Ти се възползват от това, което имат. Въпреки финансовите затруднения, децата все пак изпитват толкова много радост и смях по време на тренировките без модерно оборудване или официален физкултурен салон.

## Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?

N/A

## Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика

<https://www.facebook.com/phuctuecenter>



# Списък с най-добрите практики на LSP – Ирландия

## ДОБРА ПРАКТИКА 1

- ' **Страна, Регион/Град, Място**  
Ирландия, Малоу, Корк
- ' **Наименование на програмата/дейността**  
Турнир по специален баскетбол
- ' **Цели на програмата/дейността**  
Да се подобри играта на всеки млад човек с интелектуални затруднения и да му се осигури забавен лагер, докато се учи на основите на баскетбола и се среща нови приятели.
- ' **Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие**  
Личностно развитие и основи на баскетбола
- ' **Целева група**  
12-19 годишни ученици с леки интелектуални затруднения

### Подробно описание на програмата/ интервенцията и методологията:

Сутрешната сесия се фокусира върху основите на баскетбола както в индивидуален, така и в отборен формат. Учениците се упражняват в по-малки групи или в по време на игра. Следобедната сесия започва с мини лекция или състезания, насочени към определено умение, като например стрелба, индивидуална защита или концепцията за отбор. Ние се фокусираме върху тези основи, за да засилим развитието на уменията на всеки млад човек с интелектуални затруднения и да повишим нивото на играта на всеки играч.

Отборите от специалния клас по баскетбол са от 3 училища за деца със специални потребности (от Корк и околността) и обществени спортни клубове. Те ще се срещнат в Спортен комплекс GAA в Малоу за един ден и ще се проведат 3 игри. Мачовете ще се формират по такъв начин, че групите да са еднакви по възраст и ниво на интелектуално затруднение (без смесен пол). Медицинска сестра, специализирана в интелектуалните затруднения, учители, доброволци и специални помощници също могат да участват, за да се улеснят главно отборите на специалните училища, които имат други езикови нужди.

За почти всички училища денят на игрите ще бъде екскурзия и така учениците, които не участват в отборите, ще гледат мачовете от трибуните.

Ние, организаторите, предлагаме храна, освежаващи напитки и лични предпазни средства (маски, ръкавици за защита от Covid-19) за всички присъстващи. Накрая всички участници в игрите получават снимка на отбора и сертификат с резултата от участието, а училището получава трофей.



## Ресурси

### **Материали**

Баскетболни топки, фланелки, храна, освежаващи напитки, тениски, баскетболно игрище, Комплект за първа помощ, Ръкавици и маски за Covid-19

### **Човешки ресурси**

1 супервайзор, 1 съдия, 1 секретар, 1 медицинско лице, 4 доброволци

### **Общо разходи**

2000€

## Ключови фактори за успех

- Присъствието на публика по трибуните
- Разпространение на събитието, особено в социалните медии и телевизията;
- Връчване на сертификат за участие и награждаване на всеки участник;
- Правене на снимки и споделяне в социалните медии.

## Въздействие на програмата

Хората с интелектуални затруднения изпитват ентузиазъм от участието си и от наградите. Тяхното благополучие, забавление, новите приятелства и самочувствието, което е ключов фактор за качеството на живот, се увеличават.

## Иновативни елементи на програмата

Хора от широката общественост също могат да участват в отборите, например учители по физическо възпитание, така че отборите да могат да се балансират и да улеснят играта.

## Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?

Всяко умение ще бъде адаптирано към личното ниво на познавателни умения и възможности, което ще насърчи забавната среда

## Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика

N/A



## ДОБРА ПРАКТИКА 2

### Страна, Регион/Град, Място

Ирландия, Корк, Спортен комплекс GAA Малоу,

### Наименование на програмата/действието

Турнир по колоездене на закрито

### Цели на програмата/действието

Да предоставим на нашата целева аудитория възнаграждаващо и забавно преживяване чрез колоездене и създаване на нови приятели.

Турнирът по колоездене на закрито ще даде възможност на участниците да подобрят своите двигателни умения и движението на краката.

### Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие

- по-добра сърдечносъдова система;
- повишена мускулна сила и гъвкавост;
- подобрена ставна мобилност;
- намалени нива на стрес;
- подобрена стойка и координация;
- силни кости;
- намалени нива на мазнини в тялото;
- превенция или овладяване на болести.

### Целева група

12-19 годишни ученици с леки интелектуални затруднения

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Сутрешната сесия се фокусира върху основите на колоезденето както в индивидуален, така и в групов формат. Учениците се упражняват в по-малки групи или в по време на игра. Следобедната сесия започва с мини лекция или състезания, насочени към определено умение, като например сядане на велосипеда, педали или концепцията за отбор. Ние се фокусираме върху тези основи, за да засилим развитието на уменията на всеки млад човек с интелектуални затруднения и да повишим нивото на играта на всеки играч.

Това събитие се нуждае от 15 младежи с интелектуални затруднения от специалните средни училища на фондация „Коуп“. Участниците ще се срещнат на стадиона на Малоу.

Мачовете ще се формират по такъв начин, че групите да са еднакви по възраст и ниво на интелектуално затруднение (без смесен пол). Медицинска сестра, специализирана в интелектуалните затруднения, учители, доброволци и специални помощници също могат да участват, за да се улеснят главно отборите на специалните училища, които имат други езикови нужди.

Ние, организаторите, предлагаме храна, освежаващи напитки и лични предпазни средства (маски, ръкавици за защита от Covid-19) за всички присъстващи. Накрая всички участници в игрите получават снимка на отбора и сертификат с резултата от участието, а училището получава трофей.



## Ресурси

### Материали

Наемане на 18 велосипеда, фланелки, храна, освежителни напитки, тениски, наем на комплект за първа помощ в спортен комплекс Малоу GAA, ръкавици и маски срещу Covid-19

### Човешки ресурси

1 супервайзор, 1 съдия, 1 секретар, медицинско лице, 4 доброволци, 1 физиотерапевт

### Общо разходи

1000€ - 2000€

## Ключови фактори за успех

- Целта е щастлива аудитория и усмивки;
- Разпространение на събитието особено в социалните медии чрез мониторинг на хаштаговете;
- Връчване на сертификат за участие и награда на всеки участник;
- Родителски коментари за деня.

## Въздействие на програмата

Хората с интелектуални затруднения изпитват ентузиазъм от участието си и от наградите. Тяхното благополучие, забавление, новите приятелства и самочувствието, което е ключов фактор за качеството на живот, се увеличават.

## Иновативни елементи на програмата

Хора от широката общественост също могат да участват в отборите, например учители по физическо възпитание, така че отборите да могат да се балансират и да улеснят играта.

## Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?

Всички велосипеди ще бъдат адаптирани към физическите способности на всеки млад човек.

Ако първоначално изглежда, че отборът или младеж с интелектуални затруднения не напредва толкова, не се предавайте и продължавайте да ги насърчавате. Всички, включително възрастните, обичат да бъдат похвалени за това, че се справят добре. Ето защо, използвайте много похвала и ги поздравявайте с „Дай пет“! Оценете усилията му дори и да не е овладял напълно колелото или умения на педалите.

Човекът, работещ с младите хора, трябва да бъде проверен официално, за това че няма криминално досие, да бъде запознат с работата с младежи с интелектуални затруднения и да има треньорски умения за работа с уязвими хора.

## Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика

[www.nda.ie](http://www.nda.ie)





## ДОБРА ПРАКТИКА 3

### Страна, Регион/Град, Място

Ирландия, Малоу, Корк

### Наименование на програмата/действието

Създай танц

### Цели на програмата/действието

Целите на програмата са творчество да се изразява чрез:

1. Осведоменост за тялото. Участниците да работят върху своята координация, контрол на тялото, баланс, издръжливост и цялостна сила.
2. Пространствена ориентация. Да се движат в личното си пространство, да са наясно с личното пространство на другите млади хора и да ги уважават, когато всички се движат заедно.
3. Самочувствие. Поемане на рискове в дейности, изпълнение пред публика и увереност в собствените си идеи и способности.
4. Сътрудничество и колаборация. Работа по групи, слушане, отговаряне, даване на предложения, проучване на идеите на другите.
5. Решаване на проблеми. Поглед над проблемите по нови начини и упражняване на умения за критичното мислене.
6. Въображение. Вземане на творчески решения, нови идеи и тълкуване на познати материали по нови начини.
7. Забавление! Учене чрез игра и в същото време подобряване на мотивацията и намаляване на стреса.

### Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие

- Учене чрез игра, подобряване на мотивацията и намаляване на стреса;
- Умения за слушане.

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Сутрешната сесия се фокусира върху основите на музикалните стилове и ритми както в индивидуален, така и в отборен формат. Учениците се упражняват в по-малки групи или по време на игра. Следобедната сесия започва с мини лекция или състезания, насочени към определено умение, като например танц в Youtube, индивидуална хореография или концепцията за отбор.

Училищата за деца със специални потребности (от Корк и околността) ще се срещнат във физкултурния салон на училището за един музикален ден с много танци.

Това свободно творческо танцово събитие ще бъде организирано по такъв начин, че групите да са еднакви по възраст и ниво на интелектуално затруднение (без смесен пол). Медицинска сестра, специализирана в интелектуалните затруднения, учители, доброволци и специални помощници също могат да участват, за да се улеснят главно отборите на специалните училища, които имат други езикови нужди.

Ние, организаторите, предлагаме храна, освежаващи напитки и лични предпазни средства (маски, ръкавици за защита от Covid-19) за всички присъстващи. Накрая всички участници в игрите получават снимка на отбора и сертификат с резултата от участието, а училището получава трофей.



### Целева група

12-19 годишни ученици с леки интелектуални затруднения

### Ресурси

#### Материали

USB/Bluetooth озвучителна система, фланелки, вода, храна, напитки, тениски, училищен физкултурен салон, комплект за първа помощ, Ръкавици и маски за защита от Covid-19

#### Човешки ресурси

1 супервайзор, 1 DJ, 1 инструктор по танци, 1 медицинско лице, 4 доброволци

#### Общо разходи

1200€ - 2000€

### Ключови фактори за успех

Хората с интелектуални затруднения изпитват ентузиазъм от музиката и танците, за които ще получат награда. Тяхното благополучие, забавление, новите приятелства и самочувствието, което е ключов фактор за качеството на живот, се увеличават.

### Въздействие на програмата

Хората с интелектуални затруднения изпитват ентузиазъм от музиката и танците, за които ще получат награда. Тяхното благополучие, забавление, новите приятелства и самочувствието, което е ключов фактор за качеството на живот, се увеличават.

### Иновативни елементи на програмата

Безопасен, некоординиран танц в свободен стил с три основни стъпки

### Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?

Всяко танцувално умение ще бъде адаптирано към музикалните предпочитания и лични умения на всеки, което ще насърчи забавна среда.

Човекът, работещ с младите хора, трябва да бъде проверен официално, за това че няма криминално досие, да бъде запознат с работата с младежи с интелектуални затруднения и да има треньорски умения за работа с уязвими хора.

### Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика

N/A



## ДОБРА ПРАКТИКА 4

- **Страна, Регион/Град, Място**  
Ирландия, Шарлвил, Корк
- **Наименование на програмата/действието**  
InterClass Голф Турнир
- **Цели на програмата/действието**  
На участниците да се осигури възнаграждаващо и забавно преживяване, докато учат основите на голфа и да създават нови приятелства.  
InterClass голф турнир ще даде възможност да развият своите голф умения.
- **Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие**  
Личностно развитие и основи на голфа
- **Целева група**  
12-19 годишни ученици с леки интелектуални затруднения
- **Ресурси**
  - Материали**  
15 Голф топки, фланелки, храна, напитки, тениски, голф игрище в Шарлвил Корк, комплекти по първа помощ, ръкавици и маски за защита срещу Covid-19
  - Човешки ресурси**  
1 супервайзор, 1 съдия, 1 секретарка, 1 медицинско лице, 4 доброволци, 1 физиотерапевт
  - Общо разходи**  
1000€ - 2000€

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Сутрешната сесия се фокусира върху основите на музикалните стилове и ритми както в индивидуален, така и в отборен формат. Учениците се упражняват в по-малки групи или по време на игра. Следобедната сесия започва с мини лекция или състезания, насочени към определено умение, като например танц в Youtube, индивидуална хореография или концепцията за отбор.

Училищата за деца със специални потребности (от Корк и околността) ще се срещнат във физкултурния салон на училището за един музикален ден с много танци.

Това свободно творческо танцово събитие ще бъде организирано по такъв начин, че групите да са еднакви по възраст и ниво на интелектуално затруднение (без смесен пол). Медицинска сестра, специализирана в интелектуалните затруднения, учители, доброволци и специални помощници също могат да участват, за да се улеснят главно отборите на специалните училища, които имат други езикови нужди.

Ние, организаторите, предлагаме храна, освежаващи напитки и лични предпазни средства (маски, ръкавици за защита от Covid-19) за всички присъстващи. Накрая всички участници в игрите получават снимка на отбора и сертификат с резултата от участието, а училището получава трофей.



#### **Ключови фактори за успех**

- Присъствието на публика по трибуните
- Разпространение на събитието особено в социалните медии;
- Връчване на сертификат за участие и награда на всеки участник;
- Правене на снимки и споделянето им в социалните медии.

#### **Въздействие на програмата**

Хората с интелектуални затруднения изпитват ентузиазъм от своето участие и награждаване. Тяхното благополучие, забавление, новите приятелства и самочувствието, което е ключов фактор за качеството на живот, се увеличават.

#### **Иновативни елементи на програмата**

The General Public can also participate in the teams, e.g. physical education teachers, so that the teams can balance and make the game between them easier.

#### **Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?**

Всяко умение ще бъде адаптирано към нивото на физическо увреждане и уменията на участниците, което ще насърчи забавната среда

#### **Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика**

N/A



## ДОБРА ПРАКТИКА 5

### Страна, Регион/Град, Място

Ireland, Mallow Co. Cork

### Наименование на програмата/действието

Карате за всички

### Цели на програмата/действието

„Всички“ в случая означава дори хора с физически и интелектуални затруднения като слепота, аутизъм и протези.

Целите на „Карате за всички“ са:

- Да се използват способните части на обучаемия, например подобряване на баланса на един крак
- Да се засилят подобримите затруднения, като например вербалната комуникация при хората с аутизъм
- Да се подчертае здравословното благосъстояние между тялото и ума чрез пози, които тонизират и укрепват нашите мускули и увеличават нашата гъвкавост.

### Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие

- Насърчаване на движението на тялото и благосъстоянието;
- Самозащита.

### Целева група

12-19 годишни ученици с леки интелектуални затруднения

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Сутрешната сесия на „Карате за всички“ се фокусира върху ритане, техники за блокиране и основи на ритмите както в индивидуален, така и в отборен формат. Учениците се упражняват в по-малки групи. Следобедната сесия започва или с мини лекция или със състезания, насочени към определено умение, индивидуална отбрана или концепцията за отбор.

Училищата за деца със специални нужди (от Корк и околността) ще се срещнат във физкултурния салон училището за едно адаптирано карате упражнение.

Това „Карате за всички“ събитие ще се формира по такъв начин, че групите да са еднакви по възраст и ниво на интелектуално затруднение (без смесен пол). Медицинска сестра, специализирана в интелектуалните затруднения, учители, доброволци и специални помощници също могат да участват, за да се улеснят главно отборите на специалните училища, които имат други езикови нужди.

Ние, организаторите, предлагаме храна, освежаващи напитки и лични предпазни средства (маски, ръкавици за защита от Covid-19) за всички присъстващи. Накрая всички участници в игрите получават снимка на отбора и сертификат с резултата от участието, а училището получава трофей..



## Ресурси

### Материали

15 постелки за карате, фланелки, вода, храна, освежаващи напитки, тениски, физкултурен салон, комплекти за първа помощ, ръкавици и маски, за защита срещу Covid-19

### Човешки ресурси

1 супервайзор, 1 треньор по карате, 1 медицинско лице, 4 доброволци

### Общо разходи

1000€ - 2000€

## Ключови фактори за успех

- Присъствието на публика по трибуните
- Разпространение по време на и след събитието, което ще бъде споделено в различни целеви аудитории в социалните медии чрез хаштагове.
- Връчване на сертификат за участие и награда на всеки участник.

## Въздействие на програмата

Тяхното благополучие чрез лесни йога упражнения за дишане, забавление, новите приятелства и самочувствието, което е ключов фактор за качеството на живот, се увеличават.

## Иновативни елементи на програмата

Адаптирани упражнения по карате в свободен стил,

Карате по двойки, адаптирано за всеки млад човек.

## Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?

Каратето може да бъде от полза за хора с увреждания или хронични заболявания, чрез физически пози и дишане. Всяка поза може да бъде модифицирана или адаптирана, за да отговори на нуждите на участника.

## Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика

N/A





## ДОБРА ПРАКТИКА 6

### Страна, Регион/Град, Място

Ирландия, Малоу, Корк

### Наименование на програмата/действието

InterClass Футболен Турнир

### Цели на програмата/действието

Да се подобри нивото на игра на всеки млад човек с интелектуално затруднение чрез употребата на инструменти за „визуална грамотност“, за да се насърчи комуникацията между треньора и младите хора с увреждания, разбиране на правилата на игрите, овластяване на младите хора с комуникационни затруднения. Кратко с образи и по-малко думи.

Да предоставим на младите хора забавно преживяване в лагера, докато учат основите на футбола и срещат нови приятели.

### Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие

Личностно развитие и Основи на футбола

### Целева група

12-19 годишни ученици с леки интелектуални затруднения

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Сутрешната сесия се фокусира върху основите на футболна както в индивидуален, така и в отборен формат. Учениците се упражняват в по-малки групи или по време на игра. Следобедната сесия започва или с мини-лекция, или състезания, адресиращи определено умение, като стрелба, индивидуална защита, или концепцията за отбор. Ние се фокусираме върху тези основи, за да подсилим развитието на уменията на всеки млад човек с интелектуални затруднения и да повишим нивото на игра на всеки играч.

Отборите от специалния клас по футбол са от 3 училища за ученици със специални нужди (от Корк и околността) и обществените спортни клубове. Те ще се срещнат в спортен комплекс Mallow GAA за един ден и ще проведат 3 игри. Мачовете ще се формират по такъв начин, че групите да са еднакви по възраст и ниво на интелектуално затруднение (без смесен пол). Медицинска сестра, специализирана в интелектуалните затруднения, учители, доброволци и специални помощници също могат да участват, за да се улеснят главно отборите на специалните училища, които имат други езикови нужди.

За почти всички училища денят на игрите ще бъде екскурзия и така учениците, които не участват в отборите, ще гледат мачовете от трибуните.

Ние, организаторите, предлагаме храна, освежаващи напитки и лични предпазни средства (маски, ръкавици за защита от Covid-19) за всички присъстващи. Накрая всички участници в игрите получават снимка на отбора и сертификат с резултата от участието, а училището получава трофей.



### **Материали**

Футболни маратонки, фланелки, храна, освежителни напитки, тениски, футболно игрище, аптечка, ръкавици и диспенсъри

### **Човешки ресурси**

1 супервайзор, 1 съдия, 1 секретар, 1 медицинско лице, 4 доброволци

### **Общо разходи**

1000€ - 2000€

### **Ключови фактори за успех**

- Присъствието на публика по трибуните
- Разпространение на събитието, особено в социалните медии и телевизията;
- Връчване на сертификат за участие и награждаване на всеки участник;
- Правене на снимки и споделяне в социалните медии.

### **Въздействие на програмата**

Хората с интелектуални затруднения изпитват ентузиазъм от участието си и от наградите. Тяхното благополучие, забавление, новите приятелства и самочувствието, което е ключов фактор за качеството на живот, се увеличават.

### **Иновативни елементи на програмата**

Хора от широката общественост също могат да участват в отборите, например учители по физическо възпитание, така че отборите да могат да се балансират и да улеснят играта.

### **Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?**

Хора от широката общественост също могат да участват в отборите, например учители по физическо възпитание, така че отборите да могат да се балансират и да улеснят играта.

### **Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика**

<https://www.irishfa.com/irish-fa-foundation/disability-football>



## ДОБРА ПРАКТИКА 7

### Страна, Регион/Град, Място

Ирландия, Малоу, Корк

### Наименование на програмата/действието

InterClass Галски турнир

### Цели на програмата/действието

Увеличаване на себеуважението на учениците с интелектуални затруднения чрез спорт: галски футбол

Да се създаде тренировъчна система, която подпомага младите хора с увреждания да участват ефективно в традиционния ирландски футбол

### Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие

Личностно развитие и благополучие

### Целева група

12-19 годишни ученици с леки интелектуални затруднения

### Ресурси

#### Материали

Галски топки, храна, освежителни напитки, тениски, баскетболно игрище, аптечка, ръкавици и маски срещу Covid-19

#### Човешки ресурси

1 супервайзор, 1 съдия, 1 секретар, 1 медицинско лице, 4 доброволци

#### Общо разходи

2000€

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Отбори по галски футбол от 3 училища за ученици със специални потребности (от Корк и околността) и обществените спортни клубове. Те ще се срещнат в спортен комплекс Mallow GAA за един ден и ще се проведат 3 игри. Мачовете ще се формират по такъв начин, че групите да са равни по възраст и ниво на интелектуално затруднение (без смесен пол). Медицинска сестра, специализирана в интелектуалните затруднения, учители, доброволци и специални помощници също могат да участват, за да се улеснят главно отборите на специалните училища, които имат други езикови нужди.

За почти всички училища денят на игрите ще бъде екскурзия и така учениците, които не участват в отборите, ще гледат мачовете от трибуните.

Ние, организаторите, предлагаме храна, освежаващи напитки и лични предпазни средства (маски, ръкавици за защита от Covid-19) за всички присъстващи. Накрая всички участници в игрите получават снимка на отбора и сертификат с резултата от участието, а училището получава трофей.



#### **Ключови фактори за успех**

- Присъствието на публика по трибуните
- Разпространение на събитието, особено в социалните медии и телевизията;
- Връчване на сертификат за участие и награждаване на всеки участник.

#### **Въздействие на програмата**

Хората с интелектуални затруднения изпитват ентузиазъм от участието си и от наградите. Тяхното благополучие, забавление, новите приятелства и самочувствието, което е ключов фактор за качеството на живот, се увеличават.

#### **Иновативни елементи на програмата**

Хора от широката общественост също могат да участват в отборите, например учители по физическо възпитание, така че отборите да могат да се балансират и да улеснят играта.

#### **Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?**

N/A

#### **Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика**

N/A



## ДОБРА ПРАКТИКА 8

### Страна, Регион/Град, Място

Ирландия, Малоу, Корк

### Наименование на програмата/действието

Тенис в инвалидни колички

### Цели на програмата/действието

Употребата на инструменти за „визуална грамотност“, за да се насърчи комуникацията между треньора и младите хора с увреждания, разбиране на правилата на тениса, овластяване на младите хора с комуникационни затруднения. Кратко с образи и по-малко думи.

### Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие

Личностно развитие и основи на тениса

### Целева група

12-19 годишни ученици с леки интелектуални затруднения

### Ресурси

#### Материали

Тенис обувки, фланелки, храна, освежителни напитки, тениски, тенис корт, аптечка, ръкавици и диспенсъри

#### Човешки ресурси

1 супервайзор, 1 съдия, 1 секретар, 1 медицинско, 4 доброволци

#### Общо разходи

2000€

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Сутрешната сесия се фокусира върху основите на тениса както в индивидуална, така и в отборна среда. Учениците се упражняват в по-малки учебни групи или в игрови ситуации. Следобедната сесия започва или с мини-лекция, или състезания, адресиращи определено умение, като стрелба, индивидуална защита, или концепцията за отбор. Ние се фокусираме върху тези основи, за да засилим развитието на уменията на всеки млад човек с интелектуални затруднения и да повишим нивото на играта на всеки играч.

Отборите от специалните тенис класове от 3 училища за ученици със специални потребности (от Корк и околността) и обществените спортни клубове ще се срещнат в спортен комплекс Mallow GAA за един ден и ще се проведат 3 игри. Мачовете ще се формират по такъв начин, че групите да са еднакви по възраст и ниво на интелектуално затруднение (без смесен пол). Медицинска сестра, специализирана в интелектуалните затруднения, учители, доброволци и специални помощници също могат да участват, за да се улеснят главно отборите на специалните училища, които имат други езикови нужди. За почти всички училища денят на игрите ще бъде екскурзия и така учениците, които не участват в отборите, ще гледат мачовете от трибуните.

Ние, организаторите, предлагаме храна, освежаващи напитки и лични предпазни средства (маски, ръкавици за защита от Covid-19) за всички присъстващи. Накрая всички участници в игрите получават снимка на отбора и сертификат с резултата от участието, а училището получава трофей.



#### **Ключови фактори за успех**

- Присъствието на публика по трибуните
- Разпространение на събитието, особено в социалните медии и телевизията;
- Връчване на сертификат за участие и награждаване на всеки участник;
- Правене на снимки и споделяне в социалните медии.

#### **Въздействие на програмата**

Хората с интелектуални затруднения изпитват ентузиазъм от участието си и от наградите. Тяхното благополучие, забавление, новите приятелства и самочувствието, което е ключов фактор за качеството на живот, се увеличават.

#### **Иновативни елементи на програмата**

Хора от широката общественост също могат да участват в отборите, например учители по физическо възпитание, така че отборите да могат да се балансират и да улеснят играта.

#### **Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?**

Всяко умение ще бъде адаптирано към личното ниво на познавателни умения и възможности, което ще насърчи забавната среда

#### **Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика**

<https://www.tennisireland.ie/competitions/wheelchair-homepage>





## ДОБРА ПРАКТИКА 9

- ' **Страна, Регион/Град, Място**  
Ирландия, Малоу, Корк
- ' **Наименование на програмата/действието**  
InterClass Турнир по Волейбол
- ' **Цели на програмата/действието**  
Да се подобри играта на всеки млад човек с интелектуални затруднения и да му се осигури забавен лагер, докато се учи на основите на волейбола и се среща нови приятели.
- ' **Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие**  
Личностно развитие и основи на волейбола
- ' **Целева група**  
12-19 годишни ученици с леки интелектуални затруднения
- ' **Ресурси**
  - Материали**  
Волейболни топки за обучение, гумени точки или конуси, ниска волейболна или бадминтон мрежа, плажни топки, тиксо (по избор за пода),  
Волейболни топки за регулация, фланелки, храна, освежителни напитки, тениски, волейболно игрище, аптечка, ръкавици, и маски срещу Covid-19  
Ниска мрежа за всяко игрище (официална височина: 1.15м за мъже и 1.05м за жени)
  - Човешки ресурси**  
1 супервайзор, 1 съдия, 1 секретар, 1 медицинско лице, 4 доброволци
  - Общо разходи**  
2000€

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Сутрешната сесия се фокусира върху основите на баскетбола както в индивидуален, така и в отборен формат. Учениците се упражняват в по-малки групи или в по време на игра. Следобедната сесия започва с мини лекция или състезания, насочени към определено умение, като например стрелба, индивидуална защита или концепцията за отбор. Ние се фокусираме върху тези основи, за да засилим развитието на уменията на всеки млад човек с интелектуални затруднения и да повишим нивото на играта на всеки играч.

Отборите от специалния клас по волейбол са от 3 училища за деца със специални потребности (от Корк и околността) и обществени спортни клубове. Те ще се срещнат в Спортен комплекс GAA в Малоу за един ден и ще се проведат 3 игри. Мачовете ще се формират по такъв начин, че групите да са еднакви по възраст и ниво на интелектуално затруднение (без смесен пол). Медицинска сестра, специализирана в интелектуалните затруднения, учители, доброволци и специални помощници също могат да участват, за да се улеснят главно отборите на специалните училища, които имат други езикови нужди.

За почти всички училища денят на игрите ще бъде екскурзия и така учениците, които не участват в отборите, ще гледат мачовете от трибуните.

Ние, организаторите, предлагаме храна, освежаващи напитки и лични предпазни средства (маски, ръкавици за защита от Covid-19) за всички присъстващи. Накрая всички участници в игрите получават снимка на отбора и сертификат с резултата от участието, а училището получава трофей.



#### Ключови фактори за успех

- Присъствието на публика по трибуните
- Разпространение на събитието, особено в социалните медии и телевизията;
- Връчване на сертификат за участие и награждаване на всеки участник;
- Правене на снимки и споделяне в социалните медии.

#### Въздействие на програмата

Хората с интелектуални затруднения изпитват ентузиазъм от участието си и от наградите. Тяхното благополучие, забавление, новите приятелства и самочувствието, което е ключов фактор за качеството на живот, се увеличават.

#### Иновативни елементи на програмата

Хора от широката общественост също могат да участват в отборите, например учители по физическо възпитание, така че отборите да могат да се балансират и да улеснят играта.

#### Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?

Всяко умение ще бъде адаптирано към личното ниво на познавателни умения и възможности, което ще насърчи забавната среда.

#### Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика

N/A



## ДОБРА ПРАКТИКА 10

### Страна, Регион/Град, Място

Ирландия, Малоу, Корк

### Наименование на програмата/действието

YOUTHGA

### Цели на програмата/действието

Целите на нашата йога програма са:

- Да подготви тялото за медитация чрез дишане и физически упражнения.
- Да подчертае здравословното благосъстояние на тялото и ума чрез пози или асани, които тонизират и укрепват мускулите и увеличават гъвкавостта.

### Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие

Насърчаване на движението на тялото и благосъстоянието.

### Целева група

12-19 годишни ученици с леки интелектуални затруднения

### Ресурси

#### Материали

16 Постелки за йога, фланелки, вода, храна, освежителни напитки, тениски, физкултурен салон, аптечка, ръкавици, и маски срещу Covid-19

#### Човешки ресурси

1 супервайзор, 1 Йога инструктор, 1 медицинско лице, 4 доброволци

#### Общо разходи

1000€ - 2000€

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Сутрешната сесия се фокусира върху основите на техники и ритми за дишане както в индивидуален, така и в отборен формат. Учениците се упражняват в по-малки учебни групи или по време на игра. Следобедната сесия започва или с мини-лекция, или състезания, адресиращи определено умение, като индивидуална защита, или концепция за отбор.

Училища за ученици със специални потребности (от Корк и околността) ще се срещнат на закрито във физкултурния салон за един ден пълен с йога упражнения.

Йога събитието ще се формира по такъв начин, че групите да са еднакви по възраст и ниво на интелектуално затруднения (без смесен пол). Медицинска сестра, специализирана в интелектуалните затруднения, учители, доброволци и специални помощници също могат да участват, за да се улеснят главно отборите на специалните училища, които имат други езикови нужди.

Ние, организаторите, предлагаме храна, освежаващи напитки и лични предпазни средства (маски, ръкавици за защита от Covid-19) за всички присъстващи. Накрая всички участници в игрите получават снимка на отбора и сертификат с резултата от участието, а училището получава трофей.



#### Ключови фактори за успех

- Присъствието на публика по трибуните;
- Разпространение по време на и след събитието, което ще бъде споделено в различни целеви аудитории в социалните медии чрез хаштагове;
- Връчване на сертификат за участие и награда на всеки участник.

#### Въздействие на програмата

Благополучието, забавлението, новите приятелства и самочувствието, което е ключов фактор за качеството на живот, се увеличават чрез лесни дихателни йога упражнения

#### Иновативни елементи на програмата

Безопасни дихателни йога упражнения в свободен стил

#### Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?

Йогата може да бъде от полза за лица със затруднения или хронични състояния както чрез физическите пози, така и чрез дишането. Всяка поза може да бъде модифицирана или адаптирана, за да отговори на нуждите на участника.

#### Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика

N/A



# Списък с най-добрите практики на MVNGO – Италия

## ДОБРА ПРАКТИКА 1

- ' **Страна, Регион/Град, Място**  
Италия (Венето)
- ' **Наименование на програмата/дейността**  
"Progetto Nazionale per lo sport paralimpico a scuola"
- ' **Цели на програмата/дейността**  
Целите на проекта са:
  - Увеличаване на възможностите за социално включване чрез спорт
  - Стимулиране на размисъл върху проблемите, свързани с многообразието и уважението към другите
  - Развиване на потенциала и автономията на отделните лица
  - Развиване на параолимпийската практика чрез мултидисциплинарен подход
  - Консолидиране на интеграцията на млади хора в рамките на спортните групи/асоциации
  - Съзнателно ориентиране към спорта, според навиците на хората с увреждания
  - Разработване на координационни способности
- ' **Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/дейност**  
Личностно развитие и интеграция

### Целева група

Целева група са средни училища и гимназии, които имат активен училищен спортен център.

### Ресурси

#### *Материали*

N/A

#### *Човешки ресурси*

В най-добрия случай – биха се включили минимум 12 ученици (6 с увреждания и 6 обучители), до максимум 40 ученици (20 с увреждания и 20 обучители).

#### *Общо разходи*

Проектът предоставя на училищата максимум 2000 евро, които да бъдат предоставени според бюджета на CIP Nazionale на Giunta.

Целият проект е финансиран от приноса на Giunta CIP Nazionale и ще бъде предопределен да покрие разходите за техниците и за необходимите материали за дейността, която остава в института (максимум 30% от вноската).

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Проектът се състои от 9 срещи за всяко училище, в периода февруари-април, от които:

№.1 се състои от среща с параолимпийски посланик/спортист

№.8 - практически уроци във фитнес залата, посветени на баскин и параолимпийски дисциплини (избрани според наличието на спортисти и асоциации).

Намерението на проекта е да предложи на училищата, които участват в него, спорт, практикуван в тяхната провинция, с цел да се позволи на учениците да преследват спортната дейност извън часовете в училище.

#### Ключови фактори за успех

- Мрежа между повече училища
- Регионална конвенция и обхват
- Конвенция с Италианския параолимпийски комитет

#### Въздействие на програмата

Хората с увреждания от повече училища да извършват същите дейности, като хората без увреждания.

#### Иновативни елементи на програмата

Обединяване на ученици с увреждания от един институт или мрежа от съседни институти с ученици без увреждания (които играят ролята на обучители), за да участват в приобщаващи уроци по физическо възпитание, ръководени от учители и параолимпийци.

Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?

N/A

Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика

<https://tinyurl.com/y792b2vj>





## ДОБРА ПРАКТИКА 2

- **Страна, Регион/Град, Място**  
Италия (Марке)
- **Наименование на програмата/действието**  
VelaSpiegata
- **Цели на програмата/действието**  
Целта на VelaSpiegata е да разработи определена форма на интервенция за хората с увреждания чрез творческо плаване.
- **Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие**  
Работа в група, физическо и психическо подобрение
- **Целева група**  
Млади хора с увреждания.
- **Ресурси**
  - Материали**  
Две лодки „Тридените 16“ и носеща лодка.
  - Човешки ресурси**  
12 души с увреждания, участващи в проекта, 72 часа дейности.  
Възпитатели, които се грижат за хората с увреждания.  
Един инструктор от Federazione Italiana Vela.
  - Общо разходи**  
За проекта VelaSpiegata, Circolo Velico Ardizio използва свои собствени средства и тези, закупени с подкрепата на външно финансиране. Проектът получава подкрепа и от доброволната дейност на някои членове на Circolo и от доброволци от други асоциации.

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

През лятото на 2018 г. дейностите бяха:

ANFFAS

5 души с увреждания, 8 срещи по 3 часа всеки понеделник през юни, юли и август.

I.RI. Fo.R

4 души с увреждания

3 часа всеки петък през юни, юли и август.

PRANDER/WILLI

3 души с увреждания

3 часа всеки четвъртък през юни, юли и август.

През 2018 г. дейността се осъществи в морската база Circolo Velico Ardizio и бе ръководена от инструктор от Federazione Italiana Vela. Срещите се състояха от практически и теоретични уроци по ветроходство с две лодки и носеща лодка. Дейностите в морето бяха придружени от уроци на брега, свързани с ветроходството и военноморските сили. Уроци бяха проведени в присъствието на педагози, които се грижеха за участниците с увреждания.

### Ключови фактори за успех

Релационни фактори: участниците изглеждат по-отворени, способни да общуват, по-склонни да използват ирония и да се доверяват на другите.

Хумор: изглежда, че се е подобрил, тъй като участниците изглеждат по-спокойни и радостни, докато агресивността изглежда овладяна.

Социализация: подобряване на способността за съвместна работа в група.

### Въздействие на програмата

Ветроходството стимулира придобиването на компетенции, касаещи информираността за положението на тялото, невромускулния контрол, активирането на възприемащите канали, контрола на емоциите, способностите за взаимовръзка и афективността.

### Иновативни елементи на програмата

Чрез плаване участниците се упражняват в измерение на реална необходимост: социализация и споделяне, тъй като има правила и йерархии които трябва да се уважават и е налице нуждата от реципрочна помощ и внимание един към друг.

### Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?

N/A

### Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика

<https://www.circolovelicoardizio.com/velaspiiegata/>



## ДОБРА ПРАКТИКА 3

### Страна, Регион/Град, Място

Италия (Базиликата)

### Наименование на програмата/действието

Честен спорт

### Цели на програмата/действието

Целите на проекта са:

Осигуряване на възможност за социално включване за младите участници с увреждания;

Насърчаване на програми за ръгби и плуване, в полза на груповия аспект;

Реализация на инициативи, които свързват спортния сектор с асоциации, които се занимават с хора с увреждания;

Укрепване на основните способности, автономията и самочувствието;

Валоризиране на оригиналността и разнообразието;

Видимост на инициативи, предприети от ИНОК.

### Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие

Превенция, социална реинтеграция, семействата на лицата с увреждания, мобилизиране на социалните групи и общността.

### Целева група

Младежи с увреждания

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Целта на проекта е да се създаде мрежа от спортни институции и асоциации, които се занимават с хора с увреждания. Асоциациите, в сътрудничество с Federugby и Federnuoto организират спортни курсове за хора с увреждания.

Регионалният комитет на Базиликата избира обучители, които ръководят тези дейности.

### Ресурси

#### Материали

Уво лодки "Tridente 16" и подкрепа лодка.

#### Човешки ресурси

Асоциации, които се занимават с хора с увреждания;

Спортни асоциации, активни в Базиликата, в сътрудничество с Federugby и Federnuoto;

Обучители, избрани от Регионалният комитет на Базиликата.

#### Общо разходи

N/A

#### **Ключови фактори за успех**

Предложената дейност може да се превърне в полезен приобщаващ инструмент за младежи с увреждания и начин за отстраняване на предразсъдъци, които отчуждават хората с увреждания от социалния и културен живот на гражданите.

#### **Въздействие на програмата**

Социално включване на участващите лица;

Увеличаване на спортните дейности;

Подсилване на самочувствието и общителността;

Разширяване на мрежата от сътрудничества на Регионалния комитет на Базиликата;

Видимост на проекта извън асоциациите;

Участие на СІР в следващото откриване на Центъра за спорт за хора с увреждания (CASP).

#### **Иновативни елементи на програмата**

Да се преразгледа концепцията за социална държава с иновативна перспектива, при която класическата представа за помощ трябва да бъде заменена с превенция, социална реинтеграция, семействата на лицата с увреждания, мобилизиране на социалните групи и общността.

#### **Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?**

N/A

#### **Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика**

<https://basilicata.coni.it/basilicata/basilicata/notizie/news-potenza/8711-well-fare-sport-un-esempio-di-inclusione-sportiva.html>



## ДОБРА ПРАКТИКА 4

- ' **Страна, Регион/Град, Място**  
Италия (Сицилия)
- ' **Наименование на програмата/действието**  
DiveActive
- ' **Цели на програмата/действието**  
Да благоприятства оптималното използване на ресурсите и капацитета на младежите с увреждания, които ще бъдат подтикнати към нови форми на независима работа.
- ' **Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие**  
Професионално развитие, автономия, подобрение на физическите способности.
- ' **Целева група**  
Петнадесет младежи с увреждания от Катания.
- ' **Ресурси**
  - Материали**  
N/A
  - Човешки ресурси**  
N/A
  - Общо разходи**  
Финансиран от Европейския социален фонд Сицилия

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Първа стъпка на проекта е курс на обучение, който да позволи на младежите да придобият компетенции, свързани с професията „гид по леководолазно гмуркане“, като получат сертифицирането „Майстор по гмуркане“.

Курсът на обучение ще бъде последван от професионална ориентация, стаж и трудов опит. И накрая, 15 младежи ще реализират и управляват кооперация тип В, която ще се свързва с туристически и възпитателни пътища, свързани с гмуркането.

Всички участници ще бъдат сертифицирани с „Майстор по гмуркане“ и не само, че ще станат туристически подводни гидове, но ще бъдат и признати в международен план като „Майстори по гмуркане“.

### Ключови фактори за успех

HSA (Сдружение за водолази с увреждания) Италия, е партньор по проекта и признава валидността на учебния стандарт: придобиването на компетенции и техники за гмуркане позволяват на гидовете с увреждания да предоставят своя опит в полза на общността, за да стане местният туризъм по-достъпен.

#### **Въздействие на програмата**

Проектът е възможност, която създава високо профилни компетенции, в сравнение с тези на човек без увреждания, увеличавайки самочувствието на участниците.

#### **Иновативни елементи на програмата**

Благодарение на виртуалната платформа, Уеб общността DiveActive, участниците могат да обменят информация, опит, предложения и добри практики. Това е възможност, разглеждаща водолазния сектор като разрастващ се сектор в Италия и чужбина.

Благодарение на управлението на социалната кооперация, младежите ще станат истински главни герои, предлагащи нови услуги на туристическа подкрепа.

#### **Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?**

N/A

#### **Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика**

*<https://www.lifeonlus.com/newwebsite/progetti/diveactive>*





## ДОБРА ПРАКТИКА 5

- ' **Страна, Регион/Град, Място**  
Италия
- ' **Наименование на програмата/дейността**  
Приобщаващ Спорт за Всички (Емилия Романя)
- ' **Цели на програмата/дейността**  
Това е експериментален проект за включване на младежи с увреждания в спортни асоциации с три цели:
  - Да създаде алтернатива на следобедните дейности, запазени единствено за хора с увреждания
  - Да създаде условия, така че младежите с увреждания да могат да практикуват спорт със своите връстници
  - Да насърчи културата на включване в спорта.
- ' **Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие**  
Ориентация и достъп до спортна асоциация, социално приобщаване
- ' **Целева група**  
Хора с увреждания от всички възрасти, „от региона“ (Реджо Емилия)

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Спортист с увреждания (или семейството му), който иска да получи информация и достъп до услугата, трябва да се свърже с DarVoce, като се обади на номер 0522.791979 или пише на [allinclusivesport@darvoce.org](mailto:allinclusivesport@darvoce.org).

Искането ще бъде изпратено до супер-обучителя на територията, за първо интервю за индивидуалната ориентация по спорта, дисциплината и сдружението, подходящи за участника.

Ако лицето е над 11 години, той/тя може да получи достъп до услугата и чрез Medicina dello Sport di Reggio Emilia, като резервира спортно посещение, след което ще бъде проведено интервюто.

## Ресурси

### Материали

N/A

### Човешки ресурси

Обучители (подкрепят спортиста с увреждане по време на спортния му път. Те могат да бъдат професионалисти или доброволци, обучени за задачата). Супер-обучителите ориентират спортиста, координират самоучителите и следят разпределенията.

### Общо разходи

Разходът за обучителите е изцяло покрит от Приобщаващ Спорт за Всички и не се плаща нито от семействата, нито от спортните асоциации.

## Ключови фактори за успех

С Приобщаващ Спорт за Всички семейството на спортиста плаща на спортната асоциация същата такса като хората без увреждания.

Проектът позволява на всеки спортист да практикува спорт със своите връстници в приобщаващи спортни асоциации.

## Въздействие на програмата

Насърчаването на приобщаваща, отворена и приветлива общност, която гарантира на хората с увреждания правото да участват в спортни дейности.

Програмата е отворена за деца, младежи и възрастни с увреждания за достъп до спортни асоциации на територията.

## Иновативни елементи на програмата

Интервюто със супер-обучител изяснява желанията на лицето с увреждания и позволява на него и неговото семейство да изработят проект със споделени цели, да изберат най-подходящата спортна асоциация, да определят евентуалната нужда от поддържащ възпитател по време на тренировките и за интеграцията в отбора.

Приобщаващ Спорт за Всички предлага на тези, които искат да подкрепят проекта:

- Квалифициран персонал, съгласно Стандартите за корпоративна социална отговорност и комуникация;
- Възможност за създаване на иновативен RSI проект, персонализиран според исканията на фирмата;
- Видимост по медийни и комуникационни канали;
- Данъчно облекчение.

## Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?

N/A

## Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика

<https://www.lifeonlus.com/newwebsite/progetti/diveactive>



## ДОБРА ПРАКТИКА 6

- ' **Страна, Регион/Град, Място**  
Италия (Емилия Романя)
- ' **Наименование на програмата/действието**  
Ю TIFO LA REGIA!
- ' **Цели на програмата/действието**  
Спортът има стойност не само когато се играе, но и когато е видим и се подкрепя, тъй като спортната среда е приветлива и е мощно средство за включване.  
  
Целта е да се популяризира спортът за всички и да бъдем заедно с хората с увреждания.
- ' **Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие**  
Приобщаване в развлеченията, възможност за хората с увреждания да отидат на стадиона и да бъдат футболни фенове
- ' **Целева група**  
Хора с увреждания, фенове на Футболен клуб Реджо Одаче

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

От неделя 17 февруари 2019 г. на всички мачове, играни от футболен клуб „La Regia“ като домакин, възпитател и доброволци от кооперативната компания Coress са на разположение, за да придружават младежи и хора с увреждания, които са фенове отбора на града.

### ' Ресурси

#### Материали

N/A

#### Човешки ресурси

Доброволци, които искат да се присъединят към инициативата и да помогнат

#### Общо разходи

N/A

- ' **Ключови фактори за успех**  
N/A
- ' **Въздействие на програмата**  
Двама души с увреждания са наети, като един от тях е асистент на президента.  
  
Освен това, футболният клуб Reggìo Audace делегира различни услуги на компанията l'Ovile, което предоставя възможности за работа на хора с увреждания.
- ' **Иновативни елементи на програмата**  
Входът на стадиона е безплатен за хора с увреждания и техните придружители.
- ' **Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?**  
N/A
- ' **Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика**  
<https://www.cittasenzabarriere.re.it/azioni/iotifo-la-regia/>



## ДОБРА ПРАКТИКА 7

- ' **Страна, Регион/Град, Място**  
Италия (Тоскана)
- ' **Наименование на програмата/действието**  
SportHabile
- ' **Цели на програмата/действието**  
Да разпространи всички ползи от това да се осигурят възможности за спорт за хората с увреждания.
- ' **Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие**  
N/A
- ' **Целева група**  
Всички хора с увреждания (физически, сензорни и интелектуални).
- ' **Ресурси**
  - Материали**  
Техническите материали се предоставят безплатно.
  - Човешки ресурси**  
Техническите материали се предоставят безплатно.
  - Общо разходи**  
N/A

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

#### Информация:

Първият аспект от целта на проекта е разпространението на новини, свързани със спорта за хора с увреждания и ползите от него за самите спортисти и зрителите. Специфичното действие се нарича „InformHabile“ и позволява откриването на информационни канали, където тези новини могат да бъдат разпространени.

#### Формация:

Този процес е насочен към хора, които са свързани с хората с увреждания, а именно учители по вид спорт, спортни треньори, учители от училище и доброволци от асоциации и кооперации, които работят в сферата на хората увреждания.

### Ключови фактори за успех

Първите центрове SportHabile са стартирани като достъпни центрове за върхови постижения с квалифициран персонал и с необходимите технически материали.

### Въздействие на програмата

Първата стъпка е написването на текст, който да служи като ръководство за хората с увреждания за достъп до спорт. Ръководството ще бъде резултат от сътрудничество между Университета, Регионалния CIP, la Scuola dello Sport и ИНОК.

Вторият резултат е организирането на кратки етапи за формирането.

### Иновативни елементи на програмата

Критериите на Център SportHabile, въз основа на вида на увреждане (физическо, сензорно, интелектуално), са следните;

- Резервиран и достъпен паркинг за хора с увреждания
- Достъпност на съоръжението (без архитектурни бариери)
- Достъпни бани
- Достъпни съблекални
- Достъпност до развлекателни съоръжения, като барове
- Квалифициран персонал
- Наличие на подходящи материали
- Безплатни частни уроци

### Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?

N/A

### Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика

<http://www.toscana-accessibile.it/il-progetto-sporthabile>

<http://www.progettosporthabile.it/>





## ДОБРА ПРАКТИКА 8

### Страна, Регион/Град, Място

Италия (Ломбардия)

### Наименование на програмата/действието

beOut. Всички на открито в Милано

### Цели на програмата/действието

Да предизвика страст към природата и спорта за всички, засилвайки големия ресурс от обществени паркове, с които Милано разполага

### Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие

Личностно развитие и признаване

### Целева група

12-19-годишни ученици с леки интелектуални затруднения

### Ресурси

#### Материали

Всяка асоциация ще предостави материали

#### Човешки ресурси

N/A

#### Общо разходи

Ще има безплатна регистрация, когато пристигнат хората. beOut. Всички на открито в Милано се финансира от Фондация Карипло.

### Ключови фактори за успех

Голямо участие на обществеността  
Използване на публично пространство  
Безплатен вход

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

8 недели прекарани на открито в скейтпарка Парко Ламбро, Милано. Всяка трета неделя на месеца, ще има дейности на открито като:

Скейтборд, лента за балансиране, ръгби, тай чи, йога, фитнес ходене и скандинавско ходене, с професионални инструктори и дейности, насочени към хората с физически и интелектуални затруднения. Лентата за балансиране и скейтбордът ще бъдат на разположение всяка неделя и ще бъдат придружени от други дейности, които ще се редуват.

### Въздействие на програмата

Наети са двама души с увреждания, единият от които е асистент на президента.

Освен това футболният клуб "Реджо Аудаче" предоставя различни услуги на кооператива "Л'Овиле", което позволява назначаването на работа на хора с увреждания.

### Иновативни елементи на програмата

Спортът се разглежда, като двигател на включването и социалната интеграция и като средство за валоризация на културата и благосъстоянието, предлагани свободно на обществено място.

### Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?

N/A

### Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика

<http://www.beout.it/wp-content/uploads/2017/09/beOut-8-domeniche-outdoor-.pdf>

<http://www.beout.it/>

## ДОБРА ПРАКТИКА 9

- ' **Страна, Регион/Град, Място**  
Италия (Сардиня)
- ' **Наименование на програмата/действието**  
ASD Speedysport Onlus
- ' **Цели на програмата/действието**  
Организиране на спортни събития за хора с увреждания
- ' **Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие**  
Спортна дейност, свободно време, физическо развитие, социално включване
- ' **Целева група**  
Хора с увреждания от всички възрасти
- ' **Ресурси**
  - Материали**  
N/A
  - Човешки ресурси**  
N/A
  - Общо разходи**  
N/A
- ' **Ключови фактори за успех**  
Проектът, създаден през 2007 г. в Доргали (Сардиния), понастоящем се провежда в 5 града: Оросей, Галтели, Ирголи, Онифай, Локули и разполага с 50 спортисти, които са активни редовно.

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Няколко спортни и развлекателни дейности, организирани от асоциацията между юни и септември, състоящи се от екскурзия в планината и до морето.

По време на инициативата се провеждат плувни и развлекателни дейности на плажа, организирани от самите спортисти и инструктори.

Асоциацията организира дейности в много градове в Сардиния, а също и курсове по плуване и боулинг.

- ' **Въздействие на програмата**  
Осигуряването на възможност и среда за развлекателни и спортни дейности за хора с увреждания.
- ' **Иновативни елементи на програмата**  
Широката гама от дейности включително боулинг, езда, плуване, каяк, катерене, преходи, риболов, колоездене, ветроходство, футбол и др.
- ' **Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?**  
N/A
- ' **Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика**  
<https://www.asdspeedysport.com/mission>



## ДОБРА ПРАКТИКА 10

- ' **Страна, Регион/Град, Място**  
Италия
- ' **Наименование на програмата/действието**  
Проект Aita Onlus
- ' **Цели на програмата/действието**  
Целта на проекта е да подпомогне територията и семействата със социални инициативи, популяризирани в натуралистична среда, които са идеалният вариант, позволяващ на децата с увреждания да експериментират с интеграцията.  
Освен това, сдружението има за цел да насърчи информацията за интелектуалните затруднения и разпространението на практики, основани на факти.
- ' **Какъв фактор на качеството на живот засяга тази програма/действие**  
Социално включване, равни възможности за спорт.
- ' **Целева група**  
Децата с интелектуални затруднения от цяла Италия
- ' **Ресурси**
  - Материали**  
N/A
  - Човешки ресурси**  
N/A
  - Общо разходи**  
N/A

### Подробно описание на програмата/интервенцията и методологията:

Организиране на Лятно училище с много спортни дейности на местата, в които се провежда проектът.

Академия по Фехтовка (Academia Scherma), която да даде шанс на по-мотивирани деца да практикуват спорт на състезателно ниво.

- ' **Ключови фактори за успех**  
Разпространение на проекта на национално ниво.
- ' **Въздействие на програмата**  
Социално включване на деца с разстройства от аутистичния спектър в спортната среда, както на несъстезателно, така и на състезателно ниво.

#### **Иновативни елементи на програмата**

Интеграцията е улеснена от присъствието на възпитатели психолози, които са обучени и наблюдавани от невропсихиатри за деца от националните здравни заведения.

Работният модел на децата е несъстезателен и има за цел създаването на глобално благосъстояние. Децата са групирани с техни връстници без затруднения и са под непрекъснатото наблюдение на преподавател (психолог или психо-педагог).

Възпитателите укрепват позитивното поведение и ограничават проблемните поведения на децата.

#### **Ако добрата практика не идва от сектора на интелектуалните затруднения, как може да бъде адаптирана?**

N/A

#### **Уебсайт, на който можем да намерим повече подробности за тази добра практика**

<http://www.progettoaita.com/chi-siamo/>



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union