WAYWARD

Δουλεύοντας για την προσέγγιση των εργαζομένων στην νεολαία ως φορείς αντιμετώπισης της αναπηρίας

ΚΑ2 - Συνεργασία για καινοτομία και ανταλλαγή καλών πρακτικών
Ανάπτυξη ικανοτήτων στον τομέα της Νεολαίας

ΑΝΑΦΟΡΑ ΕΡΕΥΝΑΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΣΥΝΕΙΣΦΟΡΑ ΚΑΙ ΤΑ ΕΜΠΟΔΙΑ

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

WAYWARD

Δουλεύοντας για την προσέγγιση των εργαζομένων στη νεολαία
ως φορείς ανταπόκρισης στην αναπηρία

ΤΕΛΙΚΗ ΕΚΘΕΣΗ

Εκδότες: AETOI, BSDA, LCP, CSDS, AMVIAC, MVNGO.

Η υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στην παραγωγή της παρούσας έκδοσης δεν συνιστά αποδοχή του περιεχομένου, το οποίο αντικατοπτρίζει αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών, και η Επιτροπή δεν μπορεί να αναλάβει την ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ ΠΙΝΑΚΑ

Εισαγωγή

4 *Για το WAYWARD*
5 *Εκπαίδευση μέσω του αθλητισμού*
6 *Ευρωπαϊκή Στρατηγική για την Αναπηρία*
7 *Η Κοινοπραξία*

Κεφάλαιο 1. Συνεισφορά και εμπόδια των κρατών-μελών σε εθνικό επίπεδο

9 *AETOI - Ελλάδα*
13 *AMVIAC – Μεξικό*
17 *BSDA – Βουλγαρία*
22 *CSDS – Βιετνάμ*
24 *LCP – Ιρλανδία*
30 *MVNGO – Ιταλία*

Κεφάλαιο 2. Ανάλυση των ερωτηματολογίων

34 *Δημογραφικά στοιχεία των συμμετεχόντων*
35 *Φυσική και υλική ευημερία*
35 *Σχέσεις με άλλους ανθρώπους*
36 *Κοινωνικές και κοινοτικές δραστηριότητες*
37 *Προσωπική ανάπτυξη και αναγνώριση*
38 *Αναψυχή/Χόμπι*
39 *Αθλητικές δραστηριότητες*

Κεφάλαιο 3. Ανάλυση των εθνικών καλύτερων πρακτικών

42 *Κατάλογος των βέλτιστων πρακτικών από την AETOI – Ελλάδα*
62 *Κατάλογος των βέλτιστων πρακτικών από την AMVIAC – Mexico*
78 *Κατάλογος των βέλτιστων πρακτικών από την BSDA – Bulgaria*
102 *Κατάλογος των βέλτιστων πρακτικών από την CSDS – Vietnam*
122 *Κατάλογος των βέλτιστων πρακτικών από την LCP – Ireland*
142 *Κατάλογος των βέλτιστων πρακτικών από την MVNGO – Italy*

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

CB Youth WAYWARD Έκθεση

Εισαγωγή

Για την WAYWARD

Το «Working to Approach Youth Workers as Agents of a Response to Disability» (WAYWARD) είναι ένα έργο για την ανάπτυξη ικανοτήτων της νεολαίας, περιλαμβάνει 6 οργανισμούς-εταίρους από την Ελλάδα, την Ιρλανδία, την Ιταλία, τη Βουλγαρία, το Βιετνάμ και το Μεξικό με κύριο στόχο την ενδυνάμωση της προσωπικής ανάπτυξης, την υπέρβαση των στερεότυπων και την κοινωνική ένταξη των νέων (ηλικίας 18-25) με νοητική αναπηρία στις χώρες εταίρους μέσω της ενδυνάμωσης της εργασίας για νέους και των ΜΚΟ οι οποίες κατανοούν και χρησιμοποιούν τακτικές της μεθοδολογίας της ETS (Εκπαίδευση μέσω του Αθλητισμού).

Η Παγκόσμια Τράπεζα υπολογίζει συνολικά σε ένα δισεκατομμύριο (15% του παγκόσμιου πληθυσμού) τα άτομα με κάποια μορφή αναπηρίας στον κόσμο. Ως φαινόμενο, τονίζει η Παγκόσμια Τράπεζα, η αναπηρία είναι διαδεδομένη στις αναπτυσσόμενες χώρες και γενικά συνοδεύεται από δυσμενή κοινωνικοοικονομικά αποτελέσματα όπως χαμηλότερα ποσοστά εκπαίδευσης, φτωχότερα αποτελέσματα υγείας, χαμηλότερα επίπεδα απασχόλησης και υψηλότερα ποσοστά φτώχειας.

Όπως υπογραμμίζεται από την Παγκόσμια Έκθεση για την Αναπηρία (ΠΟΥ, 2011), τα άτομα με ψυχικές ασθένειες είναι ιδιαίτερα στιγματισμένα, με αρκετές πτυχές αυτού του στίγματος να έχουν κοινή φύση σε διαφορετικές γεωγραφικές τοποθεσίες. Οι αρνητικές στάσεις και συμπεριφορές, συνεχίζει η αναφορά, έχουν αρνητικές επιπτώσεις σε παιδιά και ενήλικες με αναπηρία, οδηγώντας σε αρνητικές συνέπειες, όπως χαμηλή αυτοεκτίμηση και μειωμένη συμμετοχή.

Η έρευνα της EHSIS Eurostat (2012) αναφέρει ότι από τα 70 εκατομμύρια νέους με αναπηρία ηλικίας άνω των 15 ετών στην Ευρώπη (17,6% του συνολικού πληθυσμού), το 25,6% ανέφερε αναπηρία που σχετίζεται με την εκπαίδευση και την κατάρτιση, 38,6 % στην απασχόληση και 60% στις δραστηριότητες αναψυχής.

Ο ΠΟΥ (2013) σημειώνει ότι τα παιδιά με αναπηρίες είναι λιγότερο πιθανό να παρακολουθήσουν σχολείο, αντιμετωπίζοντας έτσι περιορισμένες ευκαιρίες για δημιουργία ανθρώπινου κεφαλαίου και αντιμετωπίζοντας μειωμένες ευκαιρίες απασχόλησης και μειωμένη παραγωγικότητα στην ενήλικη ζωή.

Όπως φαίνεται από το Ευρωβαρόμετρο (2014), η αναπηρία ή η ασθένεια είναι ένας από τους κύριους λόγους μη συμμετοχής στον Αθλητισμό μεταξύ του γενικού πληθυσμού.

Ταυτόχρονα, όπως φαίνεται από την ακαδημαϊκή έρευνα, η συμμετοχή στον αθλητισμό συνδέεται θετικά με ένα σύνολο θετικών αποτελεσμάτων (Weiss, J., Diamond, T., Demark, J., & Lovald, B., 2003).

Το ETS, συνδυάζει σε μια θετική συνέργεια τις δυνατότητες ένταξης του ETS και του αθλητισμού, παρέχει στις βάσεις των οργανώσεων ένα ισχυρό εργαλείο για την ενίσχυση των κινήτρων των νέων ατόμων με αναπηρία να συμμετέχουν στην κοινωνία, αντιμετωπίζοντας ταυτόχρονα τα φαινόμενα κοινωνικού στίγματος μέσω της θετικής ευαισθητοποίησης και παρέχοντας στους νέους ανθρώπους που αντιμετωπίζουν ψυχική αναπηρία εφόδια δεξιοτήτων για επιτυχή ένταξη σε όλους τους τομείς της εκπαίδευσης, της κοινωνίας και με προοπτική στην αγορά εργασίας.

WAYWARD αποτελέσματα:

1) Κατάρτιση που επιτρέπει στους φορείς που δραστηριοποιούνται στον τομέα της νεολαίας, να προάγουν κίνητρα, δεξιότητες και δυνατότητες κοινωνικής ένταξης των νέων με διανοητική αναπηρία μέσω ETS.

2) Εγχειρίδιο, το οποίο θα χρησιμεύσει ως υποστηρικτικό υλικό για τις οργανώσεις νεολαίας και τους φορείς στο έργο τους με τον εξειδικευμένο στόχο των νέων με νοητική αναπηρία.

3) Πολυγλωσσή διαδικτυακή πλατφόρμα με πρόσβαση σε δραστηριότητες/υλικά, ευκαιρίες ηλεκτρονικής μάθησης σε εξωτερικούς φορείς μέσω διαδικτυακών εκπαιδευτικών ενοτήτων, καθώς και κοινοποίηση μελλοντικών δραστηριοτήτων που θα υλοποιηθούν από εταίρους του έργου σε διεθνείς και τοπικές εκδηλώσεις.

Εκπαίδευση **μέσω του αθλητισμού**

Η εκπαίδευση μέσω του αθλητισμού (ETS) είναι μια μη τυπική προσέγγιση στην εκπαίδευση που είναι ενεργή στον τομέα του αθλητισμού και της σωματικής δραστηριότητας και σχετίζεται με την ανάπτυξη των βασικών δεξιοτήτων των ατόμων και των ομάδων κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων τους, προκειμένου να οδηγηθούν στην βελτίωση της αυτοεκτίμησης τους και σε μια βιώσιμη κοινωνική αλλαγή. Ταυτόχρονα, επιτρέπει στα άτομα που συμμετέχουν να δημιουργήσουν σχέσεις μεταξύ τους. Ο στόχος αυτής της προσέγγισης είναι να επιτευχθεί μια μόνιμη κοινωνική αλλαγή, η οποία τελικά θα επιτρέψει την ενδυνάμωση μεταξύ των ατόμων. Ο συνδυασμός αθλητισμού και μάθησης προσφέρει μια εξαιρετική ευκαιρία μάθησης μέσω εκδηλώσεων που είναι πολύ διασκεδαστικές, άκρως συναισθηματικές και βασίζονται στην ενεργό συμμετοχή. Αυτό μπορεί να φέρει πολύ κοντά τα άτομα και είναι ένας πολύ συνηθισμένος τρόπος μάθησης και με λίγη εκπαίδευση και προγραμματισμό, μπορεί να οδηγήσει σε ισχυρά μαθησιακά αποτελέσματα που μπορούν να ενσωματωθούν στη ζωή των συμμετεχόντων για το υπόλοιπο της ζωής τους.

Σε όλες τις χώρες που συμμετείχαν σε αυτό το έργο, το κοινό στοιχείο ήταν ο ηγετικός ρόλος που είχαν οι αντίστοιχες Παραολυμπιακές Επιτροπές στην παροχή αθλητικών ευκαιριών σε άτομα με αναπηρία. Οι Παραολυμπιακές Επιτροπές είναι υπεύθυνες για την ανάπτυξη και διάδοση του Παραολυμπιακού Κινήματος στις αντίστοιχες χώρες, καθώς και για την επιλογή, τον σχηματισμό και την ανάπτυξη όλων των εθνικών ομάδων στους Παραολυμπιακούς Αγώνες. Ο κύριος στόχος τους αναφέρεται στην διάδοση του Παραολυμπιακού Κινήματος σε αυτό το πλαίσιο, παρέχουν κίνητρα, παρακινούν και ενθαρρύνουν τα άτομα με αναπηρία - και ιδιαίτερα τους νέους - να συμμετέχουν ενεργά στον αθλητισμό, μέσω της καθημερινής τους συμμετοχής και μέσω μιας σειράς ευκαιριών που ποικίλουν από αθλητικές δραστηριότητες αποκατάστασης εώς ευκαιρίες για αγωνιστικές αθλητικές δραστηριότητες ατόμων με αναπηρίες.

Σε κάποιο βαθμό, όλες οι χώρες έχουν αρκετές μη κερδοσκοπικές οργανώσεις και αθλητικές ομοσπονδίες εκτός από τις Παραολυμπιακές Επιτροπές τους που δραστηριοποιούνται στην παροχή περισσότερων ευκαιριών σε άτομα με αναπηρία, όπως αυτές τεκμηριώνονται στα έγγραφα «Συνεισφορές και Εμπόδια» που υποβάλλονται από κάθε συμμετέχουσα χώρα. Τα προγράμματα και οι πρωτοβουλίες τους

επικεντρώνονται όχι μόνο στην ευαισθητοποίηση των ατόμων με αναπηρία, αλλά στον εορτασμό των τελευταίων σε επιτεύγματα τους στον αθλητισμό. Αυτή η έκθεση στοχεύει να δώσει μια γενική επισκόπηση των προσφορών και των εμποδίων που αντιμετωπίζουν τα άτομα σε κάθε χώρα στον τομέα της ΕΦΤ.

Ευρωπαϊκή **Στρατηγική για την Αναπηρία**

Η Ευρωπαϊκή Ένωση και όλα τα κράτη μέλη της είναι συμβαλλόμενα μέρη στη Σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρία (UNCRPD). Σύμφωνα με το άρθρο 9 της Σύμβασης, τα άτομα με αναπηρία πρέπει να έχουν τη δυνατότητα να ζουν «ανεξάρτητα και να συμμετέχουν πλήρως σε όλες τις πτυχές της ζωής», δηλαδή όλα τα εμπόδια πρέπει να εξαλειφθούν. Η προσβασιμότητα είναι μία από τις προϋποθέσεις για να διασφαλιστεί η πλήρης συμμετοχή των ατόμων με αναπηρία στην κοινωνία. Τα εμπόδια για την πλήρη συμμετοχή δεν αντιπροσωπεύονται μόνο από το φυσικό περιβάλλον, τις μεταφορές και τις ΤΠΕ, αλλά και από την απρόσιτη ανθρώπινη υποστήριξη (υπηρεσίες, εγκαταστάσεις και επαρκή υποστήριξη) και τεχνικές βοήθειες, καθώς και από τη διαθεσιμότητα εναλλακτικών συστημάτων επικοινωνίας (π.χ. εύκολα αναγνώσιμη γλώσσα, Μπράιγ, νοηματική γλώσσα κλπ.). Οι απαιτήσεις προσβασιμότητας μπορεί να διαφέρουν ανάλογα με εξωτερικούς και εσωτερικούς παράγοντες. Μπορούν επομένως να υποστηρίξουν όχι μόνο τα άτομα με αναπηρία, αλλά και τον γενικό πληθυσμό σε διάφορα στάδια της ζωής τους. Η Ευρωπαϊκή Επιτροπή διαβουλεύτηκε με ενδιαφερόμενα μέρη και εμπειρογνώμονες για την προσβασιμότητα και έλαβε υπόψη τις υποχρεώσεις που απορρέουν από τη σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για τα άτομα με αναπηρία.

Τα κύρια στοιχεία της Σύμβασης του ΟΗΕ αντικατοπτρίζονται στην Ευρωπαϊκή Στρατηγική Αναπηρίας 2010-2020. Για την ΕΕ, η σύμβαση τέθηκε σε ισχύ στις 22 Ιανουαρίου 2011. Όλα τα κράτη μέλη της ΕΕ έχουν υπογράψει και επικυρώσει τη σύμβαση. 22 χώρες της ΕΕ έχουν επίσης υπογράψει και επικυρώσει το προαιρετικό της πρωτόκολλο τον Ιανουάριο του 2019. Η ευρωπαϊκή στρατηγική για άτομα με αναπηρία 2010-2020 υποστηρίζεται από τον Ευρωπαϊκό νόμο για την προσβασιμότητα, η οποία είναι μια οδηγία που διασφαλίζει την προσβασιμότητα ορισμένων υπηρεσιών και προϊόντων εντός των κρατών μελών. Για να γίνει αυτό, αυτή η οδηγία στοχεύει στη βελτίωση του εμπορίου προσβάσιμων προϊόντων και υπηρεσιών μεταξύ των κρατών μελών, οδηγώντας σε πιο προσιτά προϊόντα και υπηρεσίες στην αγορά και σε πιο προσιτές τιμές. Αυτή η πράξη καλύπτει προϊόντα και υπηρεσίες που έχουν προσδιοριστεί ως οι πιο σημαντικές για τα άτομα με αναπηρία, ενώ είναι πιο πιθανό να έχουν αποκλίνουσες απαιτήσεις προσβασιμότητας μεταξύ των χωρών της ΕΕ. Μια άλλη βασική πρωτοβουλία για άτομα με αναπηρία είναι η οδηγία της ΕΕ 2016/2102 σχετικά με την προσβασιμότητα σε ιστότοπους και εφαρμογές για φορητούς φορείς του δημόσιου τομέα.

Η ΕΕ παρέχει οικονομική υποστήριξη μέσω ετήσιας επιχορήγησης σε διάφορες οργανώσεις ατόμων με αναπηρία σε επίπεδο ΕΕ και ΜΚΟ (στο πλαίσιο του προγράμματος δικαιωμάτων, ισότητας και ιθαγένειας) για να διευκολύνει τη συμμετοχή τους σε διαδικασίες σε επίπεδο ΕΕ. Αυτά τα σώματα περιλαμβάνουν:

- Ευρωπαϊκό Φόρουμ Αναπηρίας
- Ευρώπη ένταξης
- Διεθνής Ομοσπονδία για Δισχιδή Ράχη (Spina Bifida) και Υδροκεφαλία

- Ευρωπαική Ένωση Τυφλών
- Ευρωπαϊκή Ένωση Κωφών
- Αυτισμός Ευρώπη (Autism Europe)
- Ψυχική Υγεία Ευρώπη (Mental Health Europe)

Τα Ευρωπαϊκά Διαρθρωτικά και Επενδυτικά Ταμεία (ESIF) είναι τα κύρια χρηματοδοτικά ταμεία της ΕΕ για την ενίσχυση της οικονομικής και κοινωνικής συνοχής. Συμβάλλουν στη διασφάλιση της κοινωνικής ένταξης των πιο ευάλωτων πολιτών, συμπεριλαμβανομένων των ατόμων με αναπηρία, ενώ το Ακαδημαϊκό Δίκτυο Ευρωπαίων Εμπειρογνωμόνων με Αναπηρία (ANED) παρέχει στην Ευρωπαϊκή Επιτροπή ανάλυση δεδομένων και πολιτικών από τα κράτη μέλη της ΕΕ. Τέλος, το Erasmus+ είναι το πρόγραμμα της ΕΕ για την υποστήριξη της εκπαίδευσης, της κατάρτισης, της νεολαίας και του αθλητισμού στην Ευρώπη με προϋπολογισμό 14,7 δισεκατομμυρίων ευρώ. Οι βέλτιστες πρακτικές των οργανώσεων στη Βουλγαρία, την Ελλάδα, την Ιρλανδία και την Ιταλία αντικατοπτρίζουν τους στόχους της ευρωπαϊκής στρατηγικής για τα άτομα με αναπηρία.

Η **Κοινοπραξία**

Η κοινοπραξία αυτού του έργου αποτελείται από 6 εταίρους.

ΑΕΤΟΙ Θεσσαλονίκης

Ο βασικός στόχος των ΑΕΤΩΝ Θεσσαλονίκης (ΑΕΤΟΙ) είναι η υποστήριξη ατόμων με αναπηρία. Ο οργανισμός συνεργάζεται άμεσα με περίπου 80 άτομα (παιδιά και ενήλικες) με αναπηρία, με κοινό στόχο την κοινωνική συμμετοχή και ένταξη. Το προσωπικό του οργανισμού είναι κυρίως εκπαιδευτικοί φυσικής αγωγής και συνεργάζονται επίσης με ψυχολόγους, κοινωνικούς λειτουργούς, εκπαιδευτικούς κ.λπ.. Εκτός από το διοικητικό συμβούλιο, πολλά άτομα προσφέρουν εθελοντική εργασία. Στόχος για το προσωπικό είναι να εκπαιδευτεί σε περαιτέρω άτυπες και μη τυπικές εκπαιδευτικές τεχνικές και να βελτιώσει τις τεχνικές του για την προώθηση του εθελοντισμού και την υποστήριξη της κοινωνικής ένταξης.

www.aetoithessalonikis.gr/

Μεξικανική Ένωση Διεθνών Εθελοντών Α.C.

Η Μεξικανική Ένωση Διεθνών Εθελοντών AC (AMVIAC) ιδρύθηκε στις 5 Δεκεμβρίου 2014, με πρωτοβουλία Μεξικανών εθελοντών και επαγγελματιών που ήθελαν να συμμετάσχουν στον μετασχηματισμό της χώρας μέσω της ένταξης του Διεθνούς Εθελοντισμού σε έργα που οργανώθηκαν στο Μεξικό από πολιτικές ενώσεις, δημοτικά συμβούλια, κοινότητες και οργανωμένες ομάδες, καθώς και στην αποστολή Μεξικανών σε έργα στο εξωτερικό με την ιδέα ότι με αυτήν την εμπειρία μπορούν, όταν επιστρέψουν στη χώρα, να συμμετάσχουν πιο ενεργά στο έργο της κοινότητας.

Η AMVIAC πραγματοποιεί διάφορες δραστηριότητες, όπως θεματικές εκστρατείες, διεθνείς κατασκηνώσεις εργασίας, συνεταιριστικές συναντήσεις, προώθηση του διεθνούς εθελοντισμού μέσω παρουσιάσεων σε πανεπιστήμια και διάφορα ιδρύματα που ωφελούν τις τοπικές κοινότητες και κυρίως τους νέους. Ο οργανισμός παρέχει πρόσβαση σε άτομα στη διεθνή εθελοντική εμπειρία, ιδίως στους νέους με λιγότερες ευκαιρίες.

Βουλγαρική Ένωση Αθλητικής Ανάπτυξης

Ο Βουλγαρικός Σύνδεσμος Αθλητικής Ανάπτυξης (BSDA) ιδρύθηκε το 2010 και είναι ένας μη κερδοσκοπικός κοινωφελής οργανισμός αφιερωμένος στην ανάπτυξη του βουλγαρικού αθλητισμού και στη βελτίωση του αθλητικού πολιτισμού στη Βουλγαρία. Η ομάδα έχει κίνητρο,

δημιουργικό πνευμα γεμάτο καινοτομία, που λειτουργεί για την ανάπτυξη του βουλγαρικού αθλητισμού και ενισχύει τον αθλητικό πολιτισμό στη Βουλγαρία με κίνητρο και επιθυμία. Η συμμετοχή στο BSDA είναι εθελοντική και η ένωση περιλαμβάνει φυσικά και νομικά πρόσωπα που είναι πρόθυμα να βοηθήσουν στην ανάπτυξη του αθλητισμού δίνοντας χρόνο, ιδέες, προσπάθεια ή οικονομική υποστήριξη. Διοργανώνουν επίσης διάφορες εκδηλώσεις στους τομείς της: επιχειρηματικότητας, ιθαγένειας και σε μια πιο ενεργή κοινωνία. Η ομάδα του οργανισμού αποτελείται από επαγγελματίες από διάφορους τομείς όπως: ειδικοί στον αθλητισμό, ειδικοί στα μέσα ενημέρωσης, στον τουρισμό και τη φιλοξενία, την εκπαίδευση, το μάρκετινγκ και άλλα.

www.en.bulsport.bg/

Κέντρο Μελετών Βιώσιμης Ανάπτυξης

Το Κέντρο Μελετών Βιώσιμης Ανάπτυξης (CSDS) ιδρύθηκε το 2009 ως νόμιμα εγγεγραμμένος τοπικός μη κυβερνητικός, μη κερδοσκοπικός οργανισμός. Η μέση απασχόληση στον οργανισμό φτάνει τα 20 άτομα. Το CSDS στοχεύει στην προώθηση της εκπαίδευσης για βιώσιμη ανάπτυξη μέσω της ανάπτυξης ικανοτήτων ατόμων και οργανισμών για την αντιμετώπιση των αναπτυξιακών προκλήσεων στο Βιετνάμ.

Το CSDS χρησιμοποιεί την εκπαίδευση και την κατάρτιση ως το κύριο μέσο για την ενδυνάμωση ατόμων και οργανισμών να επιδιώξουν τη βιώσιμη ανάπτυξη. Επικεντρώνονται επίσης στον εθελοντισμό, ιδιαίτερα στον εθελοντισμό των νέων, καθώς αυτό παρέχει ένα πλαίσιο για μάθηση και πρακτική και έναν πόρο για την υλοποίηση των προγραμμάτων και των έργων.

Το CSDS έχει ένα ισχυρό παγκόσμιο πρόγραμμα ανταλλαγών με περισσότερους από 400 διεθνείς εθελοντές να συμμετέχουν σε διάφορα έργα στο Βιετνάμ κάθε χρόνο.

www.facebook.com/CSDS.VN/

Αγάπη και φροντίδα για τους ανθρώπους

Το Love and Care for People (LCP) είναι ένας μη κερδοσκοπικός φιλανθρωπικός οργανισμός με έδρα την Ιρλανδία. Το LCP είναι μια ολοκληρωμένη υπηρεσία που παρέχει ένα ασφαλές και υποστηρικτικό περιβάλλον όπου οι γυναίκες και οι νέοι, ιδίως εκείνοι που ζουν σε δύσκολες συνθήκες, κοινωνικά αποκλεισμένοι, θύματα κακοποίησης και εκείνοι με λιγότερες ευκαιρίες μπορούν να βιώσουν τη χαρά, το γέλιο και την ασφάλεια που πρέπει να αποτελούν μέρος στην καθημερινή ζωή. Το LCP παρέχει εργαλεία για αυτάρκεια, ευκαιρίες για υπεροχή και πόρους για την ανάπτυξη του πλήρους δυναμικού, την ανοικοδόμηση της ζωής, την ενίσχυση των οικονομικών συνθηκών και τη δημιουργία ενώς καλύτερου μέλλοντος.

www.loveandcareforpeople.eu/news/view/21

Mine Vaganti NGO

Η Mine Vaganti (MVNGO) είναι ένας μη κερδοσκοπικός οργανισμός που ιδρύθηκε στη Σαρδηνία το 2009. Η MVNGO έχει 4 γραφεία στο Σασσάρι, Uri, Όλμπια και Τέμπιο Παουσάνια που καλύπτουν όλο το Βορρά της Σαρδηνίας με άλλα υποκαταστήματα στην υπόλοιπη Ιταλία.
Αποστολή: Η MVNGO προωθεί τον διαπολιτισμικό διάλογο, την κοινωνική ένταξη μέσω του αθλητισμού και την προστασία του περιβάλλοντος με χρήση της μη τυπικής εκπαίδευσης. Η MVNGO είναι μέρος 3 διεθνών δικτύων όπως το YEE, το ISCA και το MV International.
Υπηρεσίες: Η MVNGO είναι πάροχος εκπαιδευτικής

κατάρτισης σε τοπικό και ευρωπαϊκό επίπεδο και έχει συμβουλευτικό ρόλο για δημόσιους και ιδιωτικούς φορείς προκειμένου να προωθήσει και να αναπτύξει ευρωπαϊκά και υπερηπειρωτικά

www.minevaganti.org/

Κεφάλαιο1

Συνεισφορά και εμπόδια των κρατών-μελών σε εθνικό επίπεδο

ΑΕΤΟΙ - Ελλάδα

1. Γεγονότα και αριθμοί για τον αθλητισμό και την αναπηρία σε εθνικό επίπεδο

Η αναπηρία είναι μια παγκόσμια πραγματικότητα, που επηρεάζει άμεσα έναν ετερογενή πληθυσμό με γενετικές ή επίκτητες αναπηρίες, ορατές ή αόρατες, αισθητηριακές, κινητικές, γνωστικές ή διανοητικές. Σύμφωνα με τον ΠΟΥ, πρόκειται για περισσότερα από 1 δισεκατομμύριο άτομα, ενώ ένας στους τέσσερις Ευρωπαίους άνω των 16 ετών έχει αναφέρει κάποια μορφή μακροχρόνιας αναπηρίας ή έχει μέλος της οικογένειας με κάποια μορφή αναπηρίας, σύμφωνα με τα στοιχεία που δημοσίευσε η Eurostat με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Ατόμων με Αναπηρία. Στην Ελλάδα, ο αριθμός των ατόμων με κάποια μορφή αναπηρίας αγγίζει σχεδόν το 25% του συνολικού πληθυσμού. Σύμφωνα με τα στοιχεία της Εθνικής Συνομοσπονδίας Ατόμων με Αναπηρία (εφεξής «ΕΣΑΜΕΑ»), μεταξύ εκείνων που έχουν σοβαρή αναπηρία και που εκτιμάται ότι είναι κάτι περισσότερο από 1.000.000 άτομα, έξι στους δέκα ζουν στο φάσμα της φτώχειας και του αποκλεισμού. Επιπλέον, με βάση τα δεδομένα του 2018 για την Ελλάδα από το Ευρωπαϊκό Παρατηρητήριο για τα Συστήματα και τις Πολιτικές Υγείας, ένα στα δύο άτομα με ειδικές ανάγκες δεν συμμετείχε ποτέ σε καμία πολιτιστική ή αθλητική δραστηριότητα, δεν είχε πάει ποτέ σε θέατρο, κινηματογράφο, συναυλία ή αρχαιολογικό χώρο. Επιπλέον, μεταξύ των προβλημάτων που αντιμετωπίζουν τα άτομα με αναπηρία στην Ελλάδα, όπως αυτά που καταγράφονται από τον Έλληνα Διαμεσολαβητή, είναι η αδυναμία πρόσβασης σε δημόσιους χώρους, δημόσια κτίρια και μέσα μεταφοράς, καθώς και η αδυναμία ένταξης των παιδιών στη σχολική εκπαίδευση. Η αναφορά που εκπονήθηκε από αυτήν την ανεξάρτητη αρχή, η οποία συντάσσεται σε ετήσια βάση, αφορά την εφαρμογή της σύμβασης των Ηνωμένων Εθνών για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρία. Σημειώνεται ότι το 2017 το ελληνικό κράτος νομοθετούσε έναν μηχανισμό για την εξωτερική, ανεξάρτητη παρακολούθηση της εφαρμογής αυτής της Σύμβασης και ανέθεσε αυτή την ευθύνη στον Έλληνα Διαμεσολαβητή.

Επιπλέον, σύμφωνα με το GALI (Global Activity Limitation Index) τα άτομα με σοβαρή ή μέτρια αναπηρία στην Ελλάδα αποτελούν το 24,7 % του πληθυσμού, εκ των οποίων 1.014.177 άτομα έχουν σοβαρή αναπηρία (11,2 % του πληθυσμού), ενώ 1.217.020 άτομα (13,5%), εκτιμάται ότι έχουν μειώσει μέτρια τη δραστηριότητά τους λόγω μακροπρόθεσμου προβλήματος υγείας. Στις παραγωγικές ηλικίες 20-64 ετών, 889.389 άτομα, το 14% του πληθυσμού, εκτιμάται ότι έχουν κάποια αναπηρία, εκ των οποίων τα 359.244 έχουν σοβαρή αναπηρία. Όσον αφορά τα νεαρά άτομα, υπήρχαν 90.743 μαθητές με αναπηρίες ή/και ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες το σχολικό έτος 2017-2018 στο ελληνικό εκπαιδευτικό σύστημα, το οποίο αντιπροσώπευε το 6,3% του πληθυσμού της χώρας. Από αυτά, το 57,3% των μαθητών με αναπηρίες ή/και ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες στα γενικά σχολεία δεν έλαβαν εξειδικευμένη

υποστήριξη αλλά υποστηρίχθηκαν μόνο από τον καθηγητή γενικής εκπαίδευσης. Μόνο στο γυμνάσιο 1 στους 10 μαθητές με αναπηρίες έλαβε εξειδικευμένη υποστήριξη, ενώ το 35% των μαθητών των τμημάτων ένταξης έχουν τοποθετηθεί χωρίς καμία αξιολόγηση από διαγνωστικό φορέα. Μόνο το 7% των μαθητών με αναπηρίες ή/και ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες υποστηρίχθηκαν με παράλληλη υποστήριξη, εκ των οποίων οι 8 στους 10 για λιγότερο από 20 ώρες την εβδομάδα.

Αν και ορισμένες πληροφορίες είναι διαθέσιμες για μαθητές με αναπηρίες στο ελληνικό εκπαιδευτικό σύστημα, μέχρι το 2019 στην Ελλάδα δεν υπήρχε αρχείο δεδομένων για αθλητές με αναπηρία και για να αλλάξει αυτό, η Γενική Γραμματεία Αθλητισμού ανακοίνωσε το πρόγραμμα "Hilon", το οποίο στόχευε, μεταξύ άλλων, την πλήρη εγγραφή των αθλητών στις ομοσπονδίες προκειμένου να κατανέμει πιο δίκαια τον προϋπολογισμό του Υπουργείου στις ελληνικές αθλητικές ομοσπονδίες. Παρά το γεγονός ότι σύμφωνα με την ελληνική νομοθεσία οι ομοσπονδίες απαιτούσαν να έχουν ένα ηλεκτρονικό μητρώο αθλητών, λίγες αθλητικές ομοσπονδίες το έχουν εφαρμόσει. Παρόλα αυτά, οι εγγεγραμμένοι αθλητές με αναπηρίες είναι περίπου 3.500.

2. Προσδιορισμός των υφιστάμενων φραγμών που αφορούν τους νέους με διανοητική αναπηρία στο εθνικό πλαίσιο σχετικά με την ένταξη στον αθλητισμό, την εκπαίδευση και την κοινωνία

Μερικές από τις προκλήσεις σε σχέση με την ένταξη των νέων με διανοητική αναπηρία στον αθλητισμό, την εκπαίδευση και την κοινωνία είναι η έλλειψη προσβάσιμου περιβάλλοντος για αθλητισμό και οι πολύ λίγες ευκαιρίες να το κάνουν σε οργανωμένη μορφή. Για την αντιμετώπιση των προαναφερθέντων προκλήσεων, η Γενική Γραμματεία Αθλητισμού το 2012 εξέδωσε το θεσμικό πλαίσιο πρόσβασης των ατόμων με αναπηρία στις αθλητικές εγκαταστάσεις της χώρας. Παρόλο που το θεσμικό πλαίσιο κατέστησε υποχρεωτική την προσβασιμότητα των ατόμων με αναπηρία στις αθλητικές εγκαταστάσεις, στην πράξη εφαρμόστηκε μόνο σε πολύ μικρό βαθμό. Για παράδειγμα, το 2000, ιδρύθηκε στη Θεσσαλονίκη το Κέντρο Ανάπτυξης Προσαρμοσμένου Αθλητικού Πολιτισμού (ΚΑΠΠΑ 2000), το οποίο αποσκοπεί στην κάλυψη των αναγκών των αθλητών με αναπηρίες στη Βόρεια Ελλάδα. Σήμερα, η ίδια αθλητική εγκατάσταση (ΚΑΠΠΑ 2000) δεν ικανοποιεί τις ανάγκες αυτών των αθλητών ως αποτέλεσμα κακής διαχείρισης της. Ένα άλλο παράδειγμα κακής διαχείρισης αθλητικών εγκαταστάσεων είναι το γεγονός ότι η διαδικασία πιστοποίησης των αθλητικών εγκαταστάσεων έχει ξεκινήσει εδώ και περίπου 5-6 χρόνια. Μια σημαντική παράμετρος της πιστοποίησής τους είναι η προσβασιμότητα τους από άτομα με ειδικές ανάγκες. Παρόλο που η φυσική πρόσβαση σε αθλητικές εγκαταστάσεις στην Ελλάδα έχει βελτιωθεί σε κάποιο βαθμό τα τελευταία χρόνια, η ποιότητα της προσβάσιμης παροχής σε πολλές εγκαταστάσεις εξακολουθεί να υπολείπεται των αθλητικών αναγκών και προσδοκιών των ατόμων με αναπηρία. Ως εκ τούτου, οι υπάρχουσες αθλητικές εγκαταστάσεις συχνά δεν είναι σε θέση να καλύψουν τις ανάγκες μιας σειράς αθλητών με αναπηρία, ιδιαίτερα σε σχέση με τις απαιτήσεις των ομαδικών αθλημάτων με αναπηρικό αμαξίδιο και της πρόσβασης σε εξοπλισμό γυμναστικής. Οι αθλητικές ευκαιρίες παρέχονται κυρίως σε μεγάλες πόλεις, και όχι παντού στην Ελλάδα. Επιπλέον, δεν υπάρχουν ειδικές διατάξεις για αθλητές με αναπηρίες που είναι επίσης μαθητές. Οι αθλητές με αναπηρία μπορούν να χρησιμοποιήσουν τις ευεργετικές διατάξεις του νόμου αφενός ως άτομα με αναπηρία και αφετέρου ως αθλητές, αλλά καμία νομοθεσία δεν

συνδυάζει αυτά τα δύο. Επιπλέον, όσον αφορά τις ευκαιρίες που δίνονται σε αθλητές με αναπηρία για να εισέλθουν στην αγορά εργασίας, αυτές δεν διαφέρουν από τις ευκαιρίες που δίνονται σε αθλητές χωρίς αναπηρία και στην πράξη αυτές δεν είναι πολλές Η μόνη ευεργετική διάταξη που εξακολουθούν να απολαμβάνουν οι αθλητές (με ή χωρίς αναπηρίες) είναι η τοποθέτησή τους στο δημόσιο τομέα, στην περίπτωση της κατάκτησης ενός Ολυμπιακού ή Παραολυμπιακού μεταλλίου. Ωστόσο, ακόμη και σε αυτό το σενάριο, για να συμβεί αυτό απαιτείται Προεδρικό Διάταγμα το οποίο για διάφορους λόγους π.χ. οικονομική κρίση, ενδέχεται να μην υπογραφεί εγκαίρως.

3. Προσδιορισμός των υφιστάμενων συνεισφορών και ευκαιριών ένταξης στον Αθλητισμό, την εκπαίδευση και την κοινωνία για νέους με διανοητική αναπηρία σε εθνικό πλαίσιο

Παρά τα προαναφερθέντα εμπόδια ένταξης στον αθλητισμό, την εκπαίδευση και την κοινωνία για νέους με διανοητική αναπηρία, υπάρχουν ευκαιρίες για τη συγκεκριμένη ομάδα-στόχο. Ειδικότερα, στην Ελλάδα, ο αθλητισμός για άτομα με αναπηρία άρχισε να αναπτύσσεται στα τέλη της δεκαετίας του 1970 και στις αρχές της δεκαετίας του 1980 με την πρώτη συμμετοχή Ελλήνων αθλητών στους Παραολυμπιακούς Αγώνες και την ίδρυση των πρώτων αθλητικών συλλόγων. Κατά τη δεκαετία του ‘80 μέσω των προγραμμάτων μαζικού αθλητισμού της Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού, οι δράσεις των συνδικαλιστικών οργανώσεων για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρία αλλά και οι ατομικές προσπάθειες και το πάθος των επιστημονικά εκπαιδευμένων καθηγητών φυσικής αγωγής ενέτειναν την προσπάθεια δημιουργίας αθλητικών οργανώσεων. Στη δεκαετία του 1990 ιδρύθηκαν δύο Αθλητικές Ομοσπονδίες για άτομα με αναπηρία, η μία εκ των οποίων ήταν η Πανελλήνια Αθλητική Ομοσπονδία Ατόμων με Αναπηρία (PA.OM.AmeA, 1993) και η άλλη ήταν η Πανελλήνια Αθλητική Ομοσπονδία Ατόμων με Αναπηρία (ΠΑΟΚΑ, 1996). Αυτοί οι δύο αθλητικοί οργανισμοί ήταν οι πρόδρομοι της Εθνικής Αθλητικής Ομοσπονδίας Ατόμων με Αναπηρία (ΕΑΟΜ) που ιδρύθηκε τον Δεκέμβριο του 2002.

Η ΕΑΟΜ είναι υπεύθυνη για τη διοργάνωση περίπου 17 πρωταθλημάτων για άτομα με αναπηρία, ενώ η Ομοσπονδία Ελληνικών ενώσεων καλαθοσφαίρισης με αναπηρικό αμαξίδιο είναι υπεύθυνη μόνο για το μπάσκετ με αναπηρικό αμαξίδιο. Επιπλέον, η Ελληνική Αθλητική Ομοσπονδία Κωφών είναι υπεύθυνη για τη διοργάνωση τουρνουά και πρωταθλημάτων για άτομα με προβλήματα ακοής και η νεοσύστατη Ελληνική Αθλητική Ομοσπονδία Ασθενών και Μεταμοσχεύσεων Νεφρών είναι υπεύθυνη για τη διοργάνωση τουρνουά και πρωταθλημάτων για νεφροπαθείς ή αθλητές μεταμοσχεύσεων. Έτσι, το 2020 υπάρχουν τέσσερις ομοσπονδίες που καλύπτουν αποκλειστικά τις ανάγκες των αθλητών με αναπηρία, ενώ εξακολουθούν να υπάρχουν ορισμένες ομοσπονδίες (π.χ. τρίαθλο, κωπηλασία, ιστιοπλοΐα) οι οποίες σε ένα θολό νομικό τοπίο περιλαμβάνουν αθλητές με αναπηρίες στα πρωταθλήματά τους. Αυτό συμβαίνει διότι, σύμφωνα με το νόμο, ένας αθλητικός σύλλογος μπορεί να είναι είτε αθλητικός σύλλογος ατόμων με αναπηρία είτε αθλητικός σύλλογος ατόμων χωρίς αναπηρία. Με άλλα λόγια, αθλητές με και χωρίς αναπηρία δεν μπορούν να είναι μέλη της ταυτόχρονα. Είναι σημαντικό να αναφερθεί ότι μετά την έναρξη της ΕΑΟΜ το 2002 και εντός του επόμενου ενάμισι έτους, 135 Έλληνες αθλητές με αναπηρίες προκρίθηκαν για να συμμετάσχουν σε 17 Παραολυμπιακούς αγώνες στους Παραολυμπιακούς Αγώνες ΑΘΗΝΑ 2004. Εκτός από της ΕΑΟΜ που προσφέρει ευκαιρίες ένταξης στον αθλητισμό σε άτομα με αναπηρία, η Ελληνική Παραολυμπιακή Επιτροπή είναι επίσης πολύ ενεργή στην παροχή σε αθλητικές

ευκαιρίες. Έτσι, η Ελληνική Παραολυμπιακή Επιτροπή είναι υπεύθυνη για την ανάπτυξη και διάδοση του Παραολυμπιακού Κινήματος στην Ελλάδα, καθώς και για την επιλογή, τον σχηματισμό και την ανάπτυξη εθνικών ομάδων στους Παραολυμπιακούς Αγώνες. Ο κύριος στόχος της αναφέρεται στην επέκταση του Παραολυμπιακού Κινήματος στην Ελλάδα και σε αυτό το πλαίσιο παρέχει κίνητρα για να παρακινήσει και να ενθαρρύνει τα άτομα με αναπηρία - και ιδιαίτερα τους νέους - να συμμετέχουν ενεργά στον αθλητισμό, μέσω της καθημερινής τους ενασχόλησης με αυτόν, δίνοντας ευκαιρίες που κυμαίνονται από αθλητικές δραστηριότητες αποκατάστασης έως ευκαιρίες για αγωνιστικές αθλητικές δραστηριότητες στα άτομα με αναπηρία. Μέσω αυτής της διαδικασίας, συμβάλλει επίσης στην κοινωνικοποίηση και την ένταξη των ατόμων με αναπηρία στην κοινωνία με ισότητα.

Για πολλά χρόνια, στο ελληνικό νομικό πλαίσιο υπήρχαν λίγες διατάξεις που προστατεύουν ειδικά τα δικαιώματα των ατόμων και των παιδιών με αναπηρία και ικανοποιούν τις ανάγκες τους. Για παράδειγμα, αν και δεν υπήρχαν ειδικές διατάξεις για αθλητές με αναπηρία που ήταν επίσης μαθητές, ορισμένες διατάξεις υπήρχαν υπό προϋποθέσεις. Μερικές από τις ευεργετικές διατάξεις του νόμου που ισχύουν για αθλητές με αναπηρία είναι οι ακόλουθες:

• Οι αθλητές που συμμετέχουν σε επίσημους αγώνες (σε εθνικό, ευρωπαϊκό ή παγκόσμιο επίπεδο) μπορούν να απαλλαγούν από τα μαθήματά τους και δικαιούνται να λάβουν μέρος στις εξετάσεις ακόμη και όταν έχουν χάσει την ημερομηνία των προγραμματισμένων εξετάσεων.

• Μέχρι το 2010, οι αθλητές που κέρδισαν ένα εθνικό μετάλλιο και παράλληλα απέδωσαν καλά στο σχολείο ή στο πανεπιστήμιο επιβραβεύονταν από το κράτος με μια μικρή υποτροφία. Το 2000, ωστόσο, λόγω της γενικής οικονομικής κρίσης στη χώρα, τέτοιες υποτροφίες καταργήθηκαν.

• Οι αθλητές φοιτητές με αναπηρίες που απέδωσαν πολύ καλά σε διεθνή διαγωνισμό μπορούν να εισαχθούν σε πανεπιστημιακά τμήματα χωρίς εξετάσεις (κάτι που δεν ισχύει για το ευρύ κοινό).

• Τέλος, για αθλητές με αναπηρία που επιτυγχάνουν πολύ υψηλές διακρίσεις π.χ. μία από τις τρεις πρώτες θέσεις στα παγκόσμια πρωταθλήματα ή τους Ολυμπιακούς Αγώνες, παρέχεται χρηματική ανταμοιβή τόσο για αυτούς όσο και για τους προπονητές τους.

Επιπλέον, κατά το έτος 2019, καταβλήθηκαν πολλές προσπάθειες για τη δημιουργία ενός εθνικού σχεδίου δράσης. Έτσι, το Εθνικό Σχέδιο Δράσης για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρία (εφεξής «ΕΣΔ») είναι ένας «χάρτης πορείας» που παρέχει ένα σαφές, συνεκτικό και συστηματικό πλαίσιο δράσης, κυρίως για την περίοδο 2020-2023. Ταυτόχρονα, οι ενέργειες καταγράφονται έχοντας την σκέψη ενός πιο μακροπρόθεσμου ορίζοντα υλοποίησης. Η Σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρία είναι το πρώτο νομικά δεσμευτικό κείμενο για την προστασία των ανθρωπίνων δικαιωμάτων, κυρίως για τα άτομα με αναπηρία, το οποίο υπεγράφη από τη Γενική Συνέλευση του ΟΗΕ το 2006. Η Ευρωπαϊκή Επιτροπή υπέγραψε τη Σύμβαση το 2007 εξ ονόματος της Ευρωπαϊκής Ένωσης και την επικύρωσε το 2010. Η Ελλάδα επικύρωσε τη Σύμβαση και το προαιρετικό πρωτόκολλο σύμφωνα με το νόμο 4074/2012. Στη συνέχεια, ο Νόμος 4488/2017 καθιέρωσε ένα γενικό πλαίσιο κανονισμών για την εφαρμογή της Σύμβασης. Το ΕΣΔ είναι προϊόν στενής συνεργασίας μεταξύ της πολιτικής ηγεσίας και των δημοσίων υπαλλήλων όλων των Υπουργείων. Επιπλέον, η συνταγματική απαίτηση του άρθρου 21 τίθεται

σε εφαρμογή με την παράγραφο 6 που εγγυάται ότι τα άτομα με αναπηρία έχουν το δικαίωμα να απολαμβάνουν δράσεις που εξασφαλίζουν αυτονομία, επαγγελματική ένταξη και συμμετοχή στην κοινωνική, οικονομική και πολιτική ζωή της χώρας. Το ΕΣΔ αποτελείται από συγκεκριμένες ενέργειες που πρέπει να αναλάβουν τα υπουργεία και άλλοι ενδιαφερόμενοι φορείς, με σαφή χρονοδιαγράμματα και δείκτες επιτευγμάτων που θα ενσωματωθούν στο Ολοκληρωμένο Πληροφοριακό Σύστημα Παρακολούθησης και Αξιολόγησής του, το οποίο αναπτύσσεται από την Κυβέρνηση ως έργο "MAZI". Αυτό θα διασφαλίσει την εφαρμογή του και θα επιτρέψει τη δυναμική ενημέρωση του έργου σε συνεργασία με τους αντιπροσωπευτικούς οργανισμούς της ESADEA. Αυτό το σχέδιο στο σύνολό του αναδεικνύει τις προσπάθειες που καταβάλλονται για την εξάλειψη των φυσικών και πολιτικών εμποδίων μεταφοράς και πολλά άλλα. Ένα παράδειγμα πρωτοβουλίας για την εξάλειψη των φυσικών φραγμών είναι η ανακοίνωση από τον υφυπουργό Αθλητισμού για τη δημιουργία μιας νέας αθλητικής εγκατάστασης για άτομα με αναπηρία στην Αττική, προκειμένου να εξυπηρετηθούν όχι μόνο αθλητές με αναπηρία στην περιοχή της Αττικής (ο πληθυσμός της Αττικής είναι περίπου 5 εκατομμύρια άτομα) αλλά και από όλη την Ελλάδα. Όσον αφορά την κατάσταση των αθλητικών εγκαταστάσεων, αν και η πιστοποίηση αυτών δεν έχει ολοκληρωθεί, το 2019, οι υπουργοί του υπουργικού συμβουλίου έδωσαν στους διαχειριστές των αθλητικών εγκαταστάσεων προθεσμία ενός έτους για την εναρμόνιση των αθλητικών εγκαταστάσεων με τα πρότυπα ασφαλείας, και έτσι να εξαλειφθούν τα φυσικά εμπόδια για τα άτομα με αναπηρία. Σχεδιάζονται περισσότερες πρωτοβουλίες και πρόκειται να εφαρμοστούν μέσα στα επόμενα χρόνια.

4. Συμπεράσματα

Παρόλο που έχουν γίνει πολλά βήματα προς τα εμπρός τις τελευταίες δεκαετίες, με την αναγνώριση του κινήματος αναπηρίας, τη θεσμοθέτηση των δικαιωμάτων τους και την εφαρμογή προγραμμάτων, η κοινωνική ένταξη των ατόμων με αναπηρία δεν έχει προχωρήσει ικανοποιητικά. Μέσα στα τελευταία χρόνια, η ελληνική κυβέρνηση έχει εντείνει τις προσπάθειές της για την εξασφάλιση ίσων ευκαιριών για άτομα με αναπηρία, ώστε να μπορέσουν να αξιοποιήσουν πλήρως τις δυνατότητές τους στη ζωή. Αυτό δεν σημαίνει ότι η πλήρης ένταξη θα επιτευχθεί σύντομα, ωστόσο η διαδικασία είναι πολυδιάστατη και στοχεύει στη δημιουργία συνθηκών που θα επιτρέψουν την πλήρη και ενεργό συμμετοχή κάθε μέλους της κοινωνίας σε όλες τις πτυχές της ζωής, όσον αφορά ευκαιρίες εκπαίδευσης και αθλητισμού, ευκαιρίες απασχόλησης και πολλά άλλα. Ένα είναι σίγουρο, ότι η ελληνική κυβέρνηση φαίνεται δεσμευμένη να διασφαλίσει ότι θα δοθούν ίσες ευκαιρίες σε άτομα με διαφορετικές ανάγκες, αναπηρίες και μειονεκτήματα με τρόπο που να σέβεται και να προστατεύει τα δικαιώματα αυτών των ομάδων. Ωστόσο, δεν πρέπει ποτέ να ξεχνάμε την ευθύνη που έχουν όλοι οι πολίτες απέναντι στην προσβασιμότητα και την ένταξη των ατόμων με αναπηρία στην κοινωνία. Όπως είπε κάποτε η Μάργκαρετ Μιντ (πολιτιστική ανθρωπολόγος): «Αν θέλουμε να πετύχουμε έναν πιο πλούσιο πολιτισμό, πρέπει να υφαίνουμε έναν στο οποίο κάθε διαφορετικό ανθρώπινο δώρο θα βρει μια κατάλληλη θέση».

AMVIAC – Μεξικό

1. Γεγονότα και αριθμοί για τον αθλητισμό και την αναπηρία σε εθνικό επίπεδο

Το 2018 καταγράφηκαν 7,7 εκατομμύρια Μεξικανοί με αναπηρίες, εκ των οποίων το 54,2% αντιστοιχεί σε γυναίκες και το 49,9% είναι

ηλικιωμένοι, αποκάλυψε το Εθνικό Ινστιτούτο Στατιστικής και Γεωγραφίας.

Η κινητική αναπηρία είναι μία από τις πλέον αποκλεισμένες από το δικαίωμα στην εκπαίδευση (μόνο το 36% του πληθυσμού από 3 έως 17 ετών φοιτά στο σχολείο στο επίπεδο που αντιστοιχεί στην ηλικία του), ακολουθεί η διανοητική αναπηρία (46,2%), αναπηρία με βάδισμα (68,5%), κώφωση (74,9%) και τέλος η τύφλωση (91,6%).

2. Προσδιορισμός των υφιστάμενων φραγμών που αφορούν τους νέους με διανοητική αναπηρία στο εθνικό πλαίσιο σχετικά με την ένταξη στον αθλητισμό, την εκπαίδευση και την κοινωνία

Ευκαιρίες και δυσκολίες για την συμμετοχή σε σωματικές δραστηριότητες μπορούν να αναφερθούν σε διαφορετικές διαστάσεις όπως: έλλειψη χρόνου, χρήματα, επιτυχία, αναγκαιότητα για άλλα πράγματα, πλήξη, υπερβολική πίεση, απώλεια ενδιαφέροντος, φίλοι σταματούν να συμμετέχουν, φόβος τραυματισμού, έλλειψη χώρου άσκησης, έλλειψη υποστήριξης ή εναλλακτικές δραστηριότητες. Άλλοι παράγοντες που μπορεί να περιορίσουν τη συμμετοχή σε φυσικές δραστηριότητες εντός της κοινότητας είναι: το κόστος και η προσβασιμότητα των δραστηριοτήτων, η έλλειψη γνώσης της διαθέσιμης προσφοράς, η ανεπαρκής παροχή δραστηριοτήτων και ο φόβος της ένταξης με άλλες άγνωστες ομάδες (Witten, Hiscock, Pearce, Blakely, 2008).

3. Προσδιορισμός των υφιστάμενων προσφορών και ευκαιριών ένταξης στον αθλητισμό, την εκπαίδευση και την κοινωνία για νέους με διανοητική αναπηρία στο εθνικό πλαίσιο

Το προσαρμοσμένο άθλημα, γενικό όνομα που δόθηκε στη Λατινική Αμερική σε αθλήματα που ασκούνται από άτομα με αναπηρία, γεννήθηκε περισσότερο για το συμφέρον των ατόμων παρά ως κρατική πολιτική και παρέχει ορισμένες κοινωνικές λύσεις από κοινού, όπως οφέλη για την υγεία και ευνοώντας την εικόνα και την κοινωνική ένταξη των ατόμων με αναπηρία στην κοινωνία τους.

Το 1957, στην Πόλη του Μεξικού, πραγματοποιήθηκε το πρώτο ενδοσχολικό τουρνουά για άτομα με νοητική αναπηρία, στο οποίο συμμετείχαν μαθητές του παιδαγωγικού ιατρικού ινστιτούτου και του ινστιτούτου Εδουάρδο Σέγκουιν.

Από το 1964 ο διευθυντής του παιδικού παιδαγωγικού κέντρου, Δρ. Ράμος Μέντες προωθεί στο ειδικό σχολείο για παιδιά με συνέπειες της πολιομυελίτιδας, το ποδόσφαιρο με μπαστούνια, καθώς και τη δημιουργία της Ομάδας Πεζοπόρων των Αναπήρων Ομάδων 84 σε οργάνωση προσκόπων, που εξασκούν τον προσκοπισμό και την πεζοπορία. Ομάδα που εκπλήσσει γιατί ήταν η πρώτη στο είδος της και έγινε αποδεκτή από τις ομάδες Προσκόπων. Αυτό το σχολείο ήταν η αρχή του INPI και στη συνέχεια του DIF.

Το 1963 ο Jorge Αντόνιο Μπελτράν Ρομέρο ψυχολόγος από το Μεξικάνικο Ινστιτούτο Αποκατάστασης, με την υποστήριξη του Προστάτη του Ινστιτούτου κ. Ο'Φάριλ και των γιατρών Βάσκεζ Βέλα και Λεμπάρδο Ρουίζ ενσωματώνει την αθλητική δραστηριότητα στο γενικό πρόγραμμα αποκατάστασης του εν λόγω ινστιτούτου και ως εκ τούτου η πρώτη συμμετοχή του Μεξικού στάλθηκε στους Παγκόσμιους Αγώνες στο Στόουκ Μαντεβίλ. Με εκείνη την ευκαιρία, η Μάρτα Ρουίζ κέρδισε δύο χρυσά μετάλλια στην κολύμβηση, ενώ ο Μάνουελ Ρουίζ πήρε ένα χρυσό και ένα ασημένιο στον στίβο.

Την επόμενη χρονιά,1964, ο Δρ. Ρουίζ και ο ψυχολόγος του Ινστιτούτου Αποκατάστασης Beltrán Romero, ήρθαν στο Τόκιο ως παρατηρητές

των Ολυμπιακών Αγώνων για αθλητές με αναπηρία.

Το 1967 ο συντονισμός της Ειδικής Αγωγής, που ανήκει στον Γραμματέα Δημόσιας Εκπαίδευσης, ονομάζεται μίνι-Ολυμπιάδα, και αποτελεί μια γροθιά για τη χώρα μας, και αφορά σε όλους τους μαθητές με νοητικές αναπηρίες. Από τις δέκα σχολές Παιδαγωγικού Πειραματισμού του Distrito Federal, περίπου 800 μαθητές είχαν την ευκαιρία να αγωνιστούν σε στίβο, ποδόσφαιρο και βόλεϊ στις εγκαταστάσεις της Magdalena Mixhuca.

Οι επιτυχίες αυτών των αθλητών αύξησαν το ενδιαφέρον του Δρ. Beltrán και των γιατρών του Ινστιτούτου Αποκατάστασης που προωθούσαν τον ανταγωνιστικό αθλητισμό στο πλαίσιο προγραμμάτων για άτομα με αναπηρία, έτσι ο ψυχολόγος δημιούργησε, εκείνη τη χρονιά, την Εθνική Ένωση Κινητικών Συσκευών για Αναπηρία. 'Ηταν προφανές ότι είναι οι εκπαιδευτικές αρχές και όχι οι αθλητικές, αυτές που άρχισαν να δείχνουν το ενδιαφέρον τους να φέρουν τον ανταγωνιστικό αθλητισμό σε κέντρα ειδικής αγωγής. Ωστόσο, οι ενέργειές του δεν είχαν απήχηση και το Μεξικό έχασε την ευκαιρία να πραγματοποιήσει την Ολυμπιακή έκθεση Adapted Sport το 1968, και ανάγκασε το Ισραήλ να ακυρώσει την παγκόσμια διοργάνωση.
Ενσωματωμένο στο διεθνές αθλητικό κίνημα, το Μεξικό κλήθηκε να συμμετάσχει τον Αύγουστο του 1972 στους Ολυμπιακούς Αγώνες για άτομα με αναπηρία στη Χαϊδελβέργη. Οι θερινοί Ολυμπιακοί διοργανώθηκαν στο Μόναχο. Το Μεξικό άρχισε να αναπτύσεται σε 7 αθλήματα: Ξιφασκία, Σλάλομ, Τοξοβολία, Κολύμβηση, Πινγκ πονγκ, μπάσκετ, άρση βαρών, Στίβος στίβου.

Η ξιφασκία αναπτυσσόταν μόνο τα τρία πρώτα χρόνια και το σλάλομ μόλις εννιά χρόνια, (δοκιμασία δεξιοτήτων οδήγησης αναπηρικού αμαξιδίου μπροστά σε εμπόδια, ράμπες, steps και χρόνο). Στο δεύτερο μέρος της δεκαετίας του εννενήντα εμφανίστηκαν δύο νέα αθλήματα: το γήπεδο τένις και ο αθλητικός χορός, και τα δύο σε αναπηρικό αμαξίδιο.

Οι πρώτοι αγώνες που διοργανώθηκαν και αναγνωρίστηκαν σε εθνικό επίπεδο και διοργανώνονταν κάθε χρόνο από το 1972 έως το 1989 είναι οι Εθνικοί Αθλητικοί Αγώνες σε Αναπηρικό Αμαξίδιο, σε όλες τις μορφές του και στους κλάδους των ανδρών και των γυναικών, έχοντας ως έδρα το εγκαταστάσεις της Ολυμπιακής Επιτροπής του Μεξικού.

Το 1990, στη XVII έκδοση των Εθνικών Αγώνων, σταμάτησαν να γίνονται στο CDOM και πραγματοποιήθηκαν στη Βερακρούζ, επειδή η DIF αποφάσισε να πάει στις πολιτείες της Δημοκρατίας του Μεξικού, για να αποκτήσει μεγαλύτερη παρουσία και διάδοση και έκτοτε κάθε έτος, μία περιφέρεια φιλοξενεί τους Εθνικούς Παραολυμπιακούς Αγώνες.

Τα πρωτοποριακά ιδρύματα που υποστηρίζουν την άσκηση του αθλήματος με αναπηρικό αμαξίδιο και την ανάπτυξη του μέχρι να έχουν το εύρος και τις επιτυχίες, σήμερα είναι: Το Μεξικάνικο Ινστιτούτο Αποκατάστασης, το Μεξικάνικο Ινστιτούτο Αποκατάστασης, το Εθνικό Αυτόνομο Πανεπιστήμιο του Μεξικού (UNAM), οι Εθνικοί Σιδηρόδρομοι του Μεξικού, το Μεξικάνικο Ινστιτούτο Κοινωνικής Ασφάλισης, το τμήμα του Distrito Federal και το Εθνικό Ινστιτούτο για την Προστασία του Παιδιού.

Οι επιτυχίες των Μεξικανών Παραολυμπιακών αθλητών έχουν προκαλέσει ποικίλες αντιδράσεις στη χώρα και αμέτρητες απόψεις. Μερικοί απορρίπτουν τα επιτεύγματά τους στη σύγκριση των επιτευγμάτων των Ολυμπιακών Αθλητών, οι οποίοι είχαν πολύ περισσότερη υποστήριξη. Οι

Παραολυμπιακοί έδειξαν ότι μπορείς να πετύχεις ακόμη και όταν υπάρχει ελάχιστη υποστήριξη.

Λαμβάνοντας υπόψη τα στοιχεία ότι τα άτομα με αναπηρία δεν είχαν ούτε τις εγκαταστάσεις ούτε τους επαρκείς πόρους για να πραγματοποιήσουν καλύτερη ανταγωνιστική προετοιμασία, ένας ραδιοφωνικός σχολιαστής γίνεται ένας από τους προδρόμους αυτού του κινήματος, στα μέσα μαζικής ενημέρωσης, με το όνομα Miguel Aguirre Castellanos, ο οποίος για χρόνια τους ονόμαζε Plusválidos, δεδομένου ότι είπε ότι με λιγοτέρα έφεραν περισσότερα αποτελέσματα. Ο Aguirre ήταν ένας από τους κύριους οδηγούς για τη δημιουργία ενός κέντρου υψηλών επιδόσεων για αθλητές με αναπηρίες.

Σχετικά με το προσαρμοσμένο άθλημα:

Στο Μεξικό υπάρχουν πέντε αθλητικές ομοσπονδίες που έχουν ως κύριο στόχο τον εντοπισμό, την υποστήριξη, την ανάπτυξη του ταλέντου των ατόμων με αναπηρία, και τον σεβασμό για τους άλλους σε ανταγωνιστικό περιβάλλον.

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.

Αυτή η Ομοσπονδία αποτελείται από κρατικές ενώσεις και συναφείς οργανισμούς, οι οποίοι ζήτησαν οικειοθελώς να αποκτήσουν σχέση ως συνεργάτες. Αυτή η Ομοσπονδία είναι η υψηλότερη αρχή αθλητισμού για άτομα με διανοητική αναπηρία στη Δημοκρατία του Μεξικού και συνδέεται με τη Μεξικανική Αθλητική Συνομοσπονδία AC (CODEME) και την Ολυμπιακή Επιτροπή Μεξικού AC (COM), την Μεξικανική Παραολυμπιακή Επιτροπή (COPAME) και σε διεθνές επίπεδο στην Αθλητική Ομοσπονδία Αθλητών με Διανοητική Αναπηρία (INAS) kai στην Αθλητική Ένωση Ατόμων με Σύνδρομο Down (SU-DS). Ο εταιρικός της σκοπός είναι να παρέχει αθλητική εκπαίδευση και κατάλληλα οργανωμένο ανταγωνισμό περιβάλλον για τον εν λόγω πληθυσμό.

4. Συμπεράσματα

Η ανάπτυξη του προσαρμοσμένου αθλητισμού απαιτεί μεγάλη υποστήριξη από τον ιδιωτικό τομέα, ο οποίος είναι αυτός που πρέπει να προσφέρει τη μεγαλύτερη οικονομική στήριξη, αλλά με όλη την υποστήριξη του κυβερνητικού μηχανισμού για να επιτρέψει στα πράγματα να λάβουν μέρος. Αν θέλουμε τα αποτελέσματα των προηγούμενων αμερικανικών αγώνων Parapan μπορούμε να τα διατηρήσουμε και να τα ξεπεράσουμε (55 χρυσά μετάλλια, 58 ασημένια και 45 χάλκινα), απαιτείται μεγάλη ομαδική εργασία, έτσι ώστε μια πολυεπιστημονική ομάδα προπονητών, ψυχολόγων, διατροφολόγων, γιατρών, φυσιοθεραπευτές, διευθυντές, μεθοδολόγοι, αναλυτές κ.λπ. (όλοι ειδικοί σε προσαρμοσμένα αθλήματα) με υποδομή, με τις απαραίτητες προσαρμογές για τον αθλητισμό και με επαρκή προσβασιμότητα μας επιτρέπουν να συνεχίσουμε στο σωστό δρόμο. Είμαστε πεπεισμένοι ότι η παραολυμπιακή επιτροπή του Μεξικού κάνει ό,τι περνάει από το χέρι της, για το προσαρμοσμένο αθλητισμό και το παραολυμπιακό κίνημα του Μεξικού ώστε να γίνει το άλμα που απαιτείται για να ανταγωνιστούν οι Μεξικανοί τις μεγάλες δυνάμεις. Παράλληλα αναδύονται οργανισμοί από τον ιδιωτικό τομέα και θέτουν νέες βάσεις, δημιουργώντας καλύτερες

συνθήκες για την άσκηση της Περιεκτικής Φυσικής Ενεργοποίησης και του Προσαρμοσμένου Αθλητισμού, όπως η περίπτωση του DreamsAble, που με μια ομάδα ειδικών στα Προσαρμοσμένα Αθλήματα, που εργάζονται για την υποστήριξη και την ένταξη των Ατόμων με Αναπηρία και δημιουργούν τις απαραίτητες προϋποθέσεις ώστε να έχουν πρόσβαση στην πρακτική της Προγραμματισμένης Άσκησης.

Websites used:

http://femede.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

BSDA – Βουλγαρία

1. Γεγονότα και αριθμοί για τον αθλητισμό και την αναπηρία σε εθνικό επίπεδο

Η πλήρης και ισότιμη άσκηση όλων των δικαιωμάτων από άτομα με αναπηρία αποτελεί εθνική προτεραιότητα στη Βουλγαρία, που απαιτεί μια ενεργή, σκόπιμη και συνεπή πολιτική, όπως επίσης και η ενοποίηση των δράσεων των εμπλεκόμενων αρχών, θεσμών και με ενεργό συμμετοχή της κοινωνίας των πολιτών.

Μετρώντας τον πολύπλοκο και πολυμερή χαρακτήρα των μέτρων για την εξασφάλιση και αναγνώριση της πλήρους άσκησης όλων των δικαιωμάτων και των θεμελιωδών ελευθεριών για τα άτομα με αναπηρία, η πολιτική στον τομέα αυτό αποσκοπεί στην εφαρμογή μακροπρόθεσμα μιας ολοκληρωμένης προσέγγισης που βασίζεται στις αρχές του οριζόντιου αντίκτυπου πόρων σε διαφορετικές πολιτικές.

Η τρέχουσα Εθνική Στρατηγική για τα Άτομα με Αναπηρία 2016 - 2020 είναι ένα βασικό έγγραφο πολιτικής που διατυπώνει τους στόχους και τα μέτρα προτεραιότητας και στοχεύει στη βελτίωση της ποιότητας ζωής των ατόμων με αναπηρία, στην πρόληψη των διακρίσεων λόγω της «αναπηρίας», διασφαλίζοντας την πλήρη τους και ενεργή συμμετοχή σε όλους τους τομείς της δημόσιας ζωής και προώθηση του σεβασμού των δικαιωμάτων τους σε όλες τις πολιτικές.

Οι εθνικοί στόχοι και οι προτεραιότητες της Εθνικής Στρατηγικής διατυπώνονται σύμφωνα με την Ευρωπαϊκή Στρατηγική για τα Άτομα με Αναπηρία για την περίοδο 2010-2020 «Ανανεωμένη δέσμευση για μια Ευρώπη χωρίς εμπόδια». Οι στόχοι και οι προτεραιότητες αντιστοιχούν επίσης στην Εθνική Στρατηγική Υγείας 2020, η οποία δίνει ιδιαίτερη προσοχή σε αυτήν την ομάδα πολιτών. Πολιτική 1.6 "Η καλύτερη δυνατή υγεία για άτομα με αναπηρία".

Η Εθνική Στρατηγική για τα Άτομα με Αναπηρία 2016-2020 αναπτύχθηκε σε σχέση με την εφαρμογή των εθνικών δεσμεύσεων για την εφαρμογή της επικυρωμένης Σύμβασης των Ηνωμένων Εθνών για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρία, ιδίως σύμφωνα με τον Στρατηγικό Στόχο 8, σημείο 8.2 της Δράσης Σχέδιο της Δημοκρατίας της Βουλγαρίας για την εφαρμογή της Σύμβασης για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρία (2015 - 2020).

ΕΥΡΩΠΑΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ ΚΑΙ ΕΘΝΙΚΕΣ ΔΙΑΣΤΑΣΕΙΣ

Η εθνική πολιτική καθοδηγείται από εθνικά και διεθνή στρατηγικά έγγραφα, συμπεριλαμβανομένων των διεθνών συνθηκών που επικυρώθηκαν από τη χώρα μας, του

Ευρωπαϊκού Κοινωνικού Χάρτη, του Σχεδίου Δράσης για την προώθηση των δικαιωμάτων και την πλήρη συμμετοχή στην κοινωνία των ατόμων με αναπηρία: βελτίωση της ποιότητας της ζωής των ατόμων με αναπηρία στην Ευρώπη 2006-2015 του Συμβουλίου της Ευρώπης και άλλων στις σχετικές τομεακές πολιτικές.

ΠΡΟΤΕΡΑΙΟΤΗΤΑ 6: Παροχή πρόσβασης σε αθλήματα, αναψυχή, τουρισμό και συμμετοχή στην πολιτιστική ζωή. Στον τομέα της πρόσβασης στον αθλητισμό, το Υπουργείο Νεολαίας και Αθλητισμού υλοποιεί προγράμματα για την ανάπτυξη του αθλητισμού μεταξύ ατόμων με αναπηρία, τα οποία καθορίζονται στο "Εθνικό Πρόγραμμα για την Ανάπτυξη της Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού στη Δημοκρατία της Βουλγαρίας 2013-2016" και υλοποιούν μία από τις κύριες προτεραιότητες του Υπουργείου, δηλαδή την προώθηση των παιδιών και των νέων στη φυσική δραστηριότητα και τη συστηματική άσκηση του αθλητισμού ως μέσο υγιούς διαβίωσης, σωματικής και πνευματικής ανάπτυξης.

Η εφαρμογή των προγραμμάτων, χρησιμοποιώντας τις υπάρχουσες καλές πρακτικές σε αυτόν τον τομέα, δημιουργεί συνθήκες για την υποστήριξη της κοινωνικής ένταξης, προσαρμογής και πλήρους υλοποίησης στη δημόσια ζωή ατόμων και παιδιών με αναπηρία, δημιουργώντας συνθήκες και ευκαιρίες για την ένταξή τους σε δωρεάν αθλητικές δραστηριότητες προκειμένου να βελτιώσουν την ποιότητα ζωής τους, τη σωματική και ψυχική καταλληλότητά τους. Τα προγράμματα ενημερώνονται και αναπτύσσονται περαιτέρω ετησίως, δημιουργώντας ευκαιρίες για ευρύτερη εμβέλεια μεταξύ των ατόμων με αναπηρία και πρόσβαση σε αθλήματα. Το Υπουργείο Νεολαίας και Αθλητισμού χρηματοδοτεί ετησίως σχολικούς αγώνες για τους μαθητές των ειδικών σχολείων, που πραγματοποιούνται από τη Βουλγαρική Παραολυμπιακή Ένωση (ΒΡΑ) και την Αθλητική Ομοσπονδία Κωφών στη Βουλγαρία (SFGB). Μαθητικά παιχνίδια για παιδιά με προβλήματα ακοής, μειωμένη όραση, σωματικές αναπηρίες και αναπηρίες του κεντρικού νευρικού συστήματος παρέχουν την ευκαιρία για προσωπική έκφραση στον τομέα του αθλητισμού για παιδιά και μαθητές με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες, καθώς και για δικαίωμα σε υποτροφία ενός έτους για χαρισματικά παιδιά, που ταξινομούνται στο πρόγραμμα μέτρων για χαρισματικά παιδιά για το σχετικό ημερολογιακό έτος.

Μέσω της χρηματοδότησης έργων, το Υπουργείο Νεολαίας και Αθλητισμού υποστηρίζει τις προπονητικές και αθλητικές δραστηριότητες που πραγματοποιούνται από αδειοδοτημένους αθλητικούς οργανισμούς που αναπτύσσουν αθλητικές δραστηριότητες για άτομα με αναπηρίες.

ΜΕΤΡΑ

- Παροχή συνθηκών και ευκαιριών για τους αθλητικούς συλλόγους της χώρας να διευρύνουν το φάσμα των ατόμων με αναπηρία, να συμμετέχουν σε αθλητικές δραστηριότητες με σκοπό τη βελτίωση της φυσικής τους ικανότητας, την πλήρη χρήση του ελεύθερου χρόνου και την κοινωνική τους ένταξη.
- Παροχή ευκαιριών, ανάλογα με την αναπηρία και την κατάσταση της υγείας, για την απόκτηση αρχικών δεξιοτήτων, συνηθειών και γνώσεων για την άσκηση ενός προτιμώμενου αθλήματος.
- Ανάπτυξη των κοινωνικών λειτουργιών και της κοινωνικά χρήσιμης δραστηριότητας των εξειδικευμένων αθλητικών οργανώσεων και ιδρυμάτων με την αύξηση και τη διαφοροποίηση των αθλητικών υπηρεσιών για τα άτομα με αναπηρία.
- Δημιουργία διαρκούς ενδιαφέροντος μεταξύ των ατόμων με αναπηρία για συμμετοχή σε τακτικές αθλητικές δραστηριότητες και παροχή ευκαιρίας

σε προπονητές σε 30 αθλητικούς συλλόγους για την επιλογή παραολυμπιακών αθλητών να συμμετέχουν σε αγώνες από το εγχώριο και διεθνές αθλητικό ημερολόγιο.

2. Προσδιορισμός των υφιστάμενων φραγμών που αφορούν τους νέους με διανοητική αναπηρία στο εθνικό πλαίσιο σχετικά με την ένταξη στον αθλητισμό, την εκπαίδευση και την κοινωνία.

Ένα από τα σοβαρότερα προβλήματα για τα άτομα με αναπηρία - η παροχή προσβάσιμου περιβάλλοντος - δεν έχει ακόμη βρει μια καλή λύση. Έχει δημιουργηθεί μια καλή νομοθετική βάση, καθώς με τον νόμο περί χωροταξίας, εισάγει απαιτήσεις για τη δημιουργία προσβάσιμου περιβάλλοντος και οι ειδικές απαιτήσεις για την παροχή προσβάσιμου περιβάλλοντος έχουν εισαχθεί με μια σειρά κανονισμών με τεχνικούς κανόνες σχεδιασμού. Δημιουργήθηκαν νομοθετικές απαιτήσεις για τη δημιουργία προσβάσιμου περιβάλλοντος σε αστικές περιοχές. Για τη ρύθμιση της κυκλοφορίας στους δρόμους με φωτεινά σήματα έγινε εγκατάσταση φαναριών σε διασταυρώσεις που βρίσκονται σε προσβάσιμες διαδρομές, για να συνοδεύουν το πράσινο φως του φαναριού από ηχητικό σήμα.

Στους περισσότερους δήμους της χώρας υπάρχει θετική ανταπόκριση και στάση του κοινού προς την παροχή προσβάσιμου περιβάλλοντος για άτομα με αναπηρία. Οι χορηγοί παρέχουν κεφάλαια για την προσαρμογή κτιρίων, σχολείων, πολιτιστικών ιδρυμάτων και οι δημοτικοί προϋπολογισμοί διαθέτουν επίσης κονδύλια για το σκοπό αυτό. Είναι απαραίτητο να δημιουργηθεί καλός συντονισμός μεταξύ των τοπικών αρχών και της κρατικής διοίκησης για τη συλλογή πληροφοριών σχετικά με την εφαρμογή των μέτρων για τη δημιουργία προσβάσιμου περιβάλλοντος. Σε αυτή την κατεύθυνση, ο ρόλος των περιφερειακών συμβουλίων για την περιφερειακή ανάπτυξη, των δημοτικών φορέων είναι ιδιαίτερα σημαντικός και πρέπει να παράσχουν την απαραίτητη βοήθεια.

Η εξασφάλιση ολοκληρωμένης αποκατάστασης των ατόμων με αναπηρία αποτελεί προϋπόθεση για την πλήρη ένταξή τους στην κοινωνία. Η αποκατάσταση ατόμων με αναπηρία είναι μια ολοκληρωμένη διαδικασία, γι 'αυτό πρέπει να δημιουργηθούν προγράμματα και δομές για να εξασφαλιστεί η συνεπής εφαρμογή των βημάτων αυτής της διαδικασίας, δηλαδή - ιατρική, επαγγελματική και κοινωνική αποκατάσταση.

Το πρόβλημα με την πρόσβαση στην ιατρική αποκατάσταση είναι ιδιαίτερα μεγάλο. Ο σκοπός της ιατρικής αποκατάστασης είναι να περιορίσει ή να μειώσει τις συνέπειες τραυματισμού ή ασθένειας και να αποκαταστήσει ή να βελτιώσει τις σωματικές ή / και ψυχικές λειτουργίες. Ως εκ τούτου, είναι το πιο ουσιαστικό και απαραίτητο μέρος της συνολικής διαδικασίας αποκατάστασης. Μέχρι στιγμής, η ιατρική αποκατάσταση ατόμων με χρόνιες ασθένειες και μόνιμες αναπηρίες δεν καλύπτεται επαρκώς στις προτεραιότητες και τα προγράμματα της πολιτικής υγείας.

Το NHIF πληρώνει για ορισμένες διαδικασίες αποκατάστασης μόνο σε άτομα με προσωρινή ανικανότητα για εργασία. Η ιατρική αποκατάσταση ατόμων με χρόνιες ασθένειες και μόνιμες αναπηρίες δεν πληρώνεται από το NHIF. Δεν υπάρχουν κλινικά μονοπάτια για ιατρική αποκατάσταση. Με εξαίρεση την μερική πληρωμή για θεραπεία σανατορίου μέσω κοινωνικής βοήθειας, τα άτομα με μόνιμη αναπηρία δεν έχουν πρόσβαση σε ιατρική αποκατάσταση.

Οι εγγεγραμμένοι αναζητούντες εργασία είναι κυρίως άτομα με τις λεγόμενες «κοινές ασθένειες» και έχουν χάσει την ικανότητα εργασίας έως και 50-70%. Έχουν διατηρήσει σε μεγάλο βαθμό την ικανότητά τους να εργάζονται, γεγονός που τους

διευκολύνει να βρουν εργασία εκτός από αυτήν που συνεπάγεται έντονη σωματική άσκηση. Αυτοί οι άνθρωποι έχουν περισσότερες πιθανότητες επιτυχίας στην αγορά εργασίας. Τα άτομα με σωματική αναπηρία αποτελούν περίπου το 20% του συνολικού αριθμού εγγεγραμμένων ανέργων με αναπηρία. Δυσκολεύονται να λάβουν προσφορά εργασίας και πολύ συχνά αδυνατούν να ξεκινήσουν εργασία λόγω έλλειψης προσβάσιμου περιβάλλοντος.

Το ποσοστό των ατόμων με νοητική αναπηρία που έχουν εγγραφεί ως άτομα που αναζητούν εργασία είναι περίπου 11%. Οι πιθανότητες να εργαστούν είναι αμελητέες. Οι εργοδότες αρνούνται να τους προσλάβουν και η μόνη τους ευκαιρία παραμένει εξειδικευμένες επιχειρήσεις ή / και εργασία στο σπίτι.

3. Ο προσδιορισμός των υφιστάμενων προσφορών και ευκαιριών ένταξης στον αθλητισμό, την εκπαίδευση και την κοινωνία για νέους με διανοητική αναπηρία στο εθνικό πλαίσιο

Σύμφωνα με τα διαθέσιμα στοιχεία από την Απογραφή Πληθυσμού (2001), περίπου 265.353 άτομα στη Βουλγαρία έχουν ιατρικά διαπιστωμένη αναπηρία. Το 92% αυτών είναι ηλικίας 16-64 ετών. Σύμφωνα με τα στοιχεία του Εθνικού Ινστιτούτου Κοινωνικής Ασφάλισης (NSI), ο συνολικός αριθμός ατόμων με αναπηρία στη Βουλγαρία είναι περίπου 852.370. Ορισμένες εθνικές ΜΚΟ θεωρούν αυτά τα στοιχεία μη ρεαλιστικά χαμηλά. Σύμφωνα με το Εθνικό Ινστιτούτο Κοινωνικής Ασφάλισης και το Εθνικό Στατιστικό Ινστιτούτο, περίπου 200.000 άτομα με αναπηρία είναι σε ηλικία εργασίας στη Βουλγαρία, από τα οποία περίπου το 13% είναι απασχολούμενα. Σύμφωνα με τον Εθνικό Οργανισμό Απασχόλησης το 2010, 13.525 άτομα με αναπηρία είχαν εγγραφεί επίσημα ως άνεργοι (δηλαδή θεωρούνταν «ενεργά και αναζητούν εργασία»), που αντιπροσωπεύει το 4% του συνολικού αριθμού εγγεγραμμένων ανέργων.

Σύμφωνα με έρευνα της NSI, σχεδόν το ένα τρίτο των ατόμων με ιατρικές αναπηρίες πιστεύουν ότι μπορούν να εκτελέσουν ένα συγκεκριμένο είδος εργασίας. Όσον αφορά τις προτιμήσεις απασχόλησης, το 75% θα προτιμούσε να απασχολείται σε δημόσιες ή ιδιωτικές εταιρείες, το 22% δεν έχει προτιμήσεις και το 3% επιθυμεί να αναπτύξει την επιχείρησή του. Το 76% όσων επιθυμούν να εργαστούν θα ήθελαν να συμμετάσχουν σε ειδικά προγράμματα απασχόλησης.

Τα άτομα με αναπηρία στη Βουλγαρία υπόκεινται σε συμπεριφορές και πρακτικές που έχουν κληρονομηθεί από το παρελθόν, όταν τα περισσότερα από αυτά ήταν απομονωμένα, προστατευμένα και φροντισμένα από τις οικογένειές τους ή το κράτος. Τα περισσότερα από αυτά παραμένουν ακόμα απομονωμένα και αδύναμα να βγουν έξω από τα σπίτια τους λόγω του απρόσιτου αρχιτεκτονικού περιβάλλοντος και της έλλειψης επαρκών υπηρεσιών κοινωνικής ένταξης.

Η ανεπαρκής ανάπτυξη εναλλακτικών υπηρεσιών και φροντίδας για παιδιά με αναπηρία και η υποστήριξη των οικογενειών τους καθορίζει τον αριθμό των παιδιών που μεγαλώνουν σε κοινωνικά ιδρύματα στο σύστημα των διαφόρων υπουργείων. Ο υψηλός βαθμός θεσμοθέτησής τους οδηγεί σε σοβαρή μείωση των ευκαιριών για καλή εκπαίδευση και ένταξη στη ζωή, η οποία με τη σειρά της επιδεινώνει περαιτέρω τις πιθανότητες των ατόμων με αναπηρίες να συνειδητοποιήσουν την αγορά εργασίας, καθώς και να συμμετάσχουν στην οικονομική, κοινωνική και πολιτιστική ζωή της κοινωνίας.

Λαμβάνοντας υπόψη το γεγονός ότι για τα άτομα με αναπηρία η σωματική δραστηριότητα έχει μεγάλη σημασία για θεραπευτικούς και ψυχολογικούς λόγους, το Υπουργείο Νεολαίας και Αθλητισμού έχει αναπτύξει μια στρατηγική

για να εξασφαλίσει την πρόσβαση σε αθλητικές εγκαταστάσεις σε δύο κύριους τομείς:

1. Η κατάργηση των αρχιτεκτονικών φραγμών και την παροχή πρόσβασης σε αθλητικές εγκαταστάσεις σε άτομα με αναπηρίες.
2. Πρωτοβουλίες που υποστηρίζουν την άρση των αρχιτεκτονικών φραγμών των αθλητικών εγκαταστάσεων.

Παρέχεται μικρή οικονομική υποστήριξη σε κάθε άτομο με αναπηρία που θα ήθελε να εγγραφεί σε ένα αθλητικό σωματείο που συμβάλλει στα επίπεδα φυσικής δραστηριότητάς του και προάγει τον #BeActive (Μείνε ενεργός) τρόπο ζωής τους. Ο αριθμός των αθλητικών συλλόγων και οργανισμών που παρέχουν προπονήσεις για άτομα με διαφορετικές αναπηρίες αυξάνεται κάθε χρόνο.

4. Συμπεράσματα

Η μακρά ιστορική περίοδος μέχρι τις αρχές της δεκαετίας του 1990 μπορεί να περιγραφεί ως η κυριαρχία των ιατρικών μοντέλων αναπηρίας. Ωστόσο, η νέα κατανόηση της αναπηρίας άρχισε να αλλάζει το νομικό πλαίσιο όταν, το 1995, ο Νόμος για την προστασία, την αποκατάσταση και την κοινωνική ένταξη των ατόμων με αναπηρία έγινε νομικό γεγονός. Ο ρόλος αυτού του νόμου ήταν να εισαγάγει σαφή ευθύνη των θεσμικών οργάνων και να καθορίσει τον μηχανισμό επίτευξης των αναφερόμενων στόχων. Αργότερα, ωστόσο, ο νόμος επικρίθηκε έντονα από μη κυβερνητικές οργανώσεις που εργάζονται στον τομέα της αναπηρίας και της ισότητας. Για παράδειγμα, εμπειρογνώμονες από το Κέντρο Ανεξάρτητης Διαβίωσης είναι της γνώμης ότι ο νόμος δεν καταργεί τα εμπόδια στα άτομα με αναπηρία στην ανεξάρτητη ζωή, όπως οι έννοιες της "κοινωνικής βοήθειας" και της "Κοινωνικής ένταξης". Σταδιακά, υιοθετείται μια νέα στάση που οι άνθρωποι με αναπηρίες χρειάζονται ειδικά μέτρα για την υπέρβαση του ελλείμματος που προκαλείται από την αναπηρία. Τα άτομα με αναπηρία δεν είναι άπορα παιδιά που χρειάζονται συνεχή βοήθεια, αλλά άτομα με πολύτιμες δυνατότητες όπως όλα τα άλλα μέλη της κοινωνίας. Ο νόμος για την κοινωνική ένταξη των ατόμων με αναπηρία, που εγκρίθηκε το 2005, ορίζει τρόπους ένταξης για την υποστήριξη της ίσης συμμετοχής των ατόμων με αναπηρία στη δημόσια ζωή - εκτός από την ιατρική και κοινωνική αποκατάσταση, μέσω της εκπαίδευσης και της επαγγελματικής κατάρτισης, της απασχόλησης, της προσβάσιμης ζωής αρχιτεκτονικό περιβάλλον, κοινωνικές υπηρεσίες, κοινωνικοοικονομική προστασία και πρόσβαση σε πληροφορίες. Υπάρχει μια αυξανόμενη ευαισθητοποίηση και βαθύτερη κατανόηση της έννοιας της κοινωνικής ένταξης, η οποία οδηγεί στη σταδιακή ανάπτυξη στοχευμένων υπηρεσιών για άτομα με αναπηρία από δημόσιους και ιδιωτικούς οργανισμούς (π.χ. υπηρεσίες διαμεσολάβησης για άτομα, άτομα που αναζητούν εργασία, κατάρτιση και συμβουλευτική). Ωστόσο, πρέπει να αναγνωριστεί ότι η κοινωνική ένταξη απέχει πολύ από ένα κοινό και διαδεδομένο γεγονός στη σύγχρονη βουλγαρική κοινωνία.

Μια εξαιρετικά σημαντική προϋπόθεση για την επιτυχή κοινωνική ένταξη των ατόμων με αναπηρία είναι η αλλαγή της στάσης της κοινωνίας απέναντί τους. Εξακολουθούν να κυριαρχούνται από παρανοήσεις, τύψεις, αδιαφορία και αρνητισμό. Αυτό απαιτεί μακροπρόθεσμες εκστρατείες για να ξεπεραστούν αυτά τα «υποκειμενικά» εμπόδια και να αλλάξουν στερεότυπα στον τρόπο παρουσίασης και αντίληψης των ίδιων των ατόμων με αναπηρία. Είναι πολύ σημαντικό σε αυτήν την προσέγγιση τα άτομα με αναπηρίες να παρουσιάζονται ως φορείς θετικών ρόλων, ως ίσοι πολίτες σε μια δημοκρατική κοινωνία. Η εκστρατεία για την αλλαγή της στάσης του κοινού πρέπει να συμβαδίζει με την επίλυση όλων των

προβλημάτων αναπηρίας.

CSDS – Βιετνάμ

1. Γεγονότα και αριθμοί για τον αθλητισμό και την αναπηρία σε εθνικό επίπεδο

Σύμφωνα με τα στοιχεία της Γενικής Διοικητικής Επισκόπησης (2016), το σύνολο των ατόμων με αναπηρία σε ολόκληρη τη χώρα είναι 6.225.519 άτομα, από τα οποία 671.659 παιδιά ηλικίας 2-17 ετών και 5.553.860 άτομα ηλικίας 18 ετών και άνω.

Το ποσοστό για τις αγροτικές περιοχές είναι σχεδόν 1,5 φορές υψηλότερο από ό, τι στις αστικές περιοχές. Η περιοχή με τα υψηλότερα ποσοστά αναπηρίας είναι η βόρεια κεντρική και κεντρική ακτή, τα χαμηλότερα βρίσκονται στα νοτιοανατολικά και κεντρικά υψίπεδα.

Τα άτομα με νοητική αναπηρία στο Βιετνάμ είναι 2.622.578.

2. Ταυτοποίηση των υφιστάμενων φραγμών που αφορούν τους νέους με διανοητική αναπηρία στο εθνικό πλαίσιο σχετικά με την ένταξη στον αθλητισμό, την εκπαίδευση και την κοινωνία

Γενικά, οι οικογένειες των οποίων το μέλος με αναπηρία δυσκολεύεται να συμμετάσχει σε κοινωνικές δραστηριότητες και αθλήματα είναι λόγω των περιορισμένων χρηματοδοτικών πόρων τους. Οι Βιετναμέζοι με αναπηρίες αντιμετωπίζουν υψηλότερα ποσοστά φτώχειας σε σχέση με τον ευρύτερο Βιετναμέζικο πληθυσμό. Όσον αφορά τις οικονομικές προκλήσεις που σχετίζονται με την αναπηρία, η δυναμική του χαμηλού και ασταθούς εισοδήματος σε συνδυασμό με τη συνεχιζόμενη υγειονομική περίθαλψη και άλλες δαπάνες που σχετίζονται με την αναπηρία επηρέασαν τη δυνατότητα αυτών που επιτρέπουν στα παιδιά τους, ιδίως σε άτομα με διανοητική αναπηρία να συμμετέχουν σε αθλήματα.

Οι αθλητικές δραστηριότητες οργανώνονται κυρίως σε πυκνοκατοικημένες περιοχές και μεγάλες πόλεις. Υπάρχει ένας τεράστιος περιορισμός για εκδηλώσεις ή δραστηριότητες μεγάλης κλίμακας που εξυπηρετούν την πλειοψηφία των ατόμων με αναπηρίες.

Η επένδυση στις υποδομές για αθλητικές δραστηριότητες και εξωτερικές ασκήσεις που ειδικεύονται σε άτομα με αναπηρίες βελτιώθηκε κυρίως στις αστικές περιοχές, ενώ οι αγροτικές περιοχές εξακολουθούν να υφίστανται σοβαρές ελλείψεις τόσο σε ποσότητα όσο και σε ποιότητα. Ακόμη και στις μεγάλες πόλεις, ο εξειδικευμένος εξοπλισμός για άτομα με αναπηρίες χρειάζεται τακτικό έλεγχο και συντήρηση και αναβάθμιση.

Παρά το αυξανόμενο ενδιαφέρον για τα αθλήματα των ατόμων με αναπηρία και τον αυξανόμενο αριθμό αθλητών με αναπηρία που συμμετέχουν σε οργανωμένους αγώνες, υπάρχουν λίγες μελέτες σχετικά με τους παράγοντες κινδύνου και τις στρατηγικές πρόληψης τραυματισμών σε αθλητές με αναπηρία. Οι γνώσεις σχετικά με τραυματισμούς που σχετίζονται με τον αθλητισμό σε άτομα με αναπηρίες παραμένουν ασυνήθιστες. Υπάρχει η ανισότητα όσον αφορά την πολιτική μπόνους μεταξύ αθλητών με και χωρίς αναπηρία. Σύμφωνα με την απόφαση του Πρωθυπουργού αριθ. 32/2011 / QD-TTg σχετικά με την πολιτική μπόνους για προπονητές και αθλητές, η ρήτρα 6, άρθρο 3. ορίζει ότι το πριμ για αθλητές με αναπηρίες είναι στο 50% σε σύγκριση με αυτό για αθλητές χωρίς αναπηρίες. Για παράδειγμα, δόθηκε 160.000.000 VND στον σκοπευτή Hoang Xuan, ο οποίος κέρδισε το χρυσό Ολυμπιακό μετάλλιο για το Βιετνάμ στους Θερινούς Ολυμπιακούς Αγώνες 2016, ενώ στους Παραολυμπιακούς Αγώνες 2016 στο Ρίο της Βραζιλίας, ο αρσιβαρίστας Le Van Cong κέρδισε ένα χρυσό μετάλλιο, έλαβε μόνο 80.000.000 VND ως πολιτική μπόνους. Αυτή η άδικη πολιτική μπορεί να απογοητεύσει τον

αθλητή με αναπηρία.

Παρά το γεγονός ότι τα άτομα με ειδικές ανάγκες υπόκεινται σε ευνοϊκά ασφαλιστήρια συμβόλαια υγείας, μόνο το 2,3 % αυτών έχουν πρόσβαση σε υπηρεσίες αποκατάστασης όταν είναι άρρωστοι ή τραυματίες.

Η ύπαρξη πολιτικών ένταξης της κοινωνίας και προώθησης του αθλητισμού είναι αδιαμφισβήτητη, ωστόσο, οι διαδικασίες θέσπισης αυτών στο βασικό επίπεδο είναι αργές και περίπλοκες για να εφαρμοστούν στην πραγματικότητα.

3. Προσδιορισμός των υφιστάμενων προσφορών και ευκαιριών ένταξης στον αθλητισμό, την εκπαίδευση και την κοινωνία για νέους με διανοητική αναπηρία στο εθνικό πλαίσιο

Σύμφωνα με τον Νόμο για τη Φυσική Αγωγή και τον Αθλητισμό αρ. 77/2006 / QH11 από την Εθνοσυνέλευση, στα άτομα με αναπηρία προσφέρεται χαμηλότερη τιμή ή και απαλλαγή εισιτηρίου για την συμμετοχή τους σε αθλητικές εκδηλώσεις και τιμές υπηρεσιών αθλητικής προπόνησης σύμφωνα με τους κυβερνητικούς κανονισμούς.

Υπάρχει ένας αυξανόμενος αριθμός επαρχιών που δείχνουν μεγαλύτερη δέσμευση και ανησυχία για την ύπαρξη περισσότερων εγκαταστάσεων φυσικής κατάρτισης και αθλητισμού για άτομα με αναπηρία. Υπάρχουν 35 επαρχίες που συμμετέχουν ενεργά στη διοργάνωση δραστηριοτήτων για άτομα με αναπηρία σε διάφορα αθλήματα, όπως στίβος, κολύμβηση, μπάντμιντον, μπότσια, ποδόσφαιρο, μπάσκετ, τένις, σκάκι, τζούντο, αϊκίντο, ταεκβοντό κ.λπ. Η συμμετοχή σε αθλητικές δραστηριότητες έχει βοηθήσει τους ανθρώπους να αυξήσουν την αυτοπεποίθησή τους, να βελτιώσουν την κοινωνική τους ζωή και να διαδώσουν τη θετικότητα στους γύρω ανθρώπους.

Ο νόμος για τα άτομα με αναπηρία ορίζει αρκετές πολιτικές, όπως οι πολιτικές επαγγελματικής κατάρτισης, οι ευνοϊκές υπηρεσίες υγειονομικής περίθαλψης, η προώθηση πολιτιστικών και αθλητικών δραστηριοτήτων κ.λπ., για το ποιος θα εφαρμόσει την πολιτική και ταυτόχρονα ενθαρρύνεται η ευθύνη να τοποθετηθεί στους ώμους του κάθε πολίτη.

Το Υπουργείο Πολιτισμού, Αθλητισμού και Τουρισμού προωθεί ενεργά την επικοινωνία σε αθλητικές δραστηριότητες για άτομα με αναπηρία, κατευθύνει τα άτομα με αναπηρίες σε οργανισμούς, εισάγουν διευθύνσεις για καθοδηγητική υποστήριξη, τους διευκολύνουν να έχουν πρόσβαση σε αθλητικές εγκαταστάσεις και να συμμετέχουν σε συγκεκριμένα είδη αθλημάτων κατάλληλα για την ηλικία, το φύλο και την κατάσταση της υγείας τους.

Στις 13 Νοεμβρίου 2019, ο πρωθυπουργός εξέδωσε την απόφαση αριθ. 1616 / QD-TTg σχετικά με τη φιλοξενία από το Βιετνάμ των Sea Games 31 και Para Games 11 το 2021. Ως εκ τούτου, το Para Games 11 έχει προγραμματιστεί να διεξαχθεί τον Δεκέμβριο του 2021 και θα έχει 14 αθλήματα (συγκεκριμένα αθλήματα που προτείνονται από το Υπουργείο Πολιτισμού, Αθλητισμού και Τουρισμού). Αυτά είναι καλά νέα και πηγή έμπνευσης για άτομα με αναπηρία γενικά και ειδικά για τα άτομα με αναπηρία που αγαπούν τον αθλητισμό.

4. Συμπεράσματα

Συνοψίζοντας, μπορεί να φανεί ότι υπάρχουν ευεργετικές πολιτικές και ανησυχίες για τα άτομα με διανοητική αναπηρία (PWID) αλλά δεν είναι αρκετό. Παραμένουν αρκετές προκλήσεις για να εμπλακούν περισσότερο οι PWID σε αθλητικές και κοινωνικές δραστηριότητες. Το γεγονός ότι οι οδηγίες και τα έγγραφα (σχετικά με τους PWID ως δικαιούχοι) που εκδόθηκαν από ανωτέρους,

στην πραγματικότητα, δεν λειτούργησαν πραγματικά αποτελεσματικά, με τους ανεπαρκείς οικονομικούς και ανθρώπινους πόρους να είναι μερικοί από τους κύριους λόγους. Θα χρειαστούν περισσότερες συλλογικές προσπάθειες και είναι ατομική ευθύνη να εμπλακούμε στη δημιουργία ενός καλύτερου χώρου διαβίωσης για εμάς ως ανθρώπινη φυλή και, ως εκ τούτου, οι PWID δεν είναι εξαίρεση. Οι αθλητικές και ψυχαγωγικές δραστηριότητες για τους PWID θα πρέπει να οργανώνονται τοπικά περισσότερο, ανεξαρτήτως διαφορετικών περιοχών, από τις τοπικές αρχές και με την υποστήριξη των νέων, ενώ η οικοδόμηση και η διατήρηση ενός καλύτερου περιβάλλοντος για τη διευκόλυνση αυτών των τακτικών κοινωνικών δραστηριοτήτων είναι ζωτικής σημασίας για αυτούς. Οι ανθεκτικές προσπάθειες από τους ίδιους τους PWID, την οικογένειά τους και την κοινότητα που τους αγκαλιάζει σφιχτά θα είναι ο ζωτικός παράγοντας που θα συμβάλει σε αυτό το ταξίδι.

Παραπομπές:

- 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 BGlob Public Health. 2015; 10 Supppl 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

LCP – Ιρλανδία

1. Γεγονότα και αριθμοί για τον αθλητισμό και την αναπηρία σε εθνικό επίπεδο

Η τακτική άσκηση φυσικής δραστηριότητας και αθλητισμού παρέχει σε άνδρες και γυναίκες, όλων των ηλικιών και καταστάσεων, συμπεριλαμβανομένων των ατόμων με αναπηρία, ένα ευρύ φάσμα φυσικών, κοινωνικών και ψυχικών οφελών. Ως φυσική δραστηριότητα ορίζεται κάθε άθλημα σωματικής κίνησης και άσκηση σε νέους με ή χωρίς αναπηρία που παράγονται από τους μύες και έχει ως αποτέλεσμα την ενεργειακή δαπάνη. Η άσκηση είναι μια υποκατηγορία φυσικής δραστηριότητας που είναι προγραμματισμένη, δομημένη, επαναλαμβανόμενη, με στόχο τη βελτίωση ή τη διατήρηση της φυσικής κατάστασης. Ο αθλητισμός είναι ένα υποσύνολο άσκησης όπου οι συμμετέχοντες τηρούν ένα κοινό σύνολο κανόνων και υπάρχει ένας καθορισμένος στόχος. Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας προσδιορίζει τη φυσική αδράνεια ως τον τέταρτο κύριο παράγοντα κινδύνου για την παγκόσμια θνησιμότητα. Σημειώνεται ότι η συμμετοχή σε τακτική σωματική δραστηριότητα μειώνει τον κίνδυνο στεφανιαίας νόσου και εγκεφαλικού, διαβήτη, υπέρτασης, καρκίνου του παχέος εντέρου, καρκίνου του μαστού και κατάθλιψης. Είναι επίσης θεμελιώδες για την ενεργειακή ισορροπία και τον έλεγχο του βάρους, που σχετίζεται θετικά με την καρδιοαναπνευστική ικανότητα και τη μυϊκή δύναμη, ενώ η σωματική δραστηριότητα αυξάνει την οστική πυκνότητα. Ο αθλητισμός είναι ένας από τους τομείς μέσω των οποίων οι άνθρωποι μπορούν να είναι σωματικά δραστήριοι, με τον αθλητισμό να έχει επίσης ρόλο στην προώθηση της ψυχολογικής ευημερίας και στην αύξηση του κοινωνικού κεφαλαίου. Η διανοητική αναπηρία αναφέρεται σε μια σημαντική γενική διαταραχή

της πνευματικής λειτουργίας που αποκτάται κατά την παιδική ηλικία, η οποία μαθηματικά αποδείδεται σε όποιον αξιολογηθεί με ένα βαθμό που απέχει πάνω από δύο τυπικές αποκλίσεις κάτω από τον μέσο όρο του πληθυσμού σε ένα τεστ γενικής νοημοσύνης. Ενώ οι εκτιμήσεις για τον επιπολασμό της διανοητικής αναπηρίας ποικίλλουν σε μεγάλο βαθμό, έχει υπολογιστεί ότι περίπου το 2% του ενήλικου πληθυσμού έχει νοητική αναπηρία.

Καθορισμένος σε γενικές γραμμές, ο αθλητισμός περιλαμβάνει όλες τις μορφές σωματικής δραστηριότητας από το περπάτημα έως το ανταγωνιστικό γκολφ. Ο αθλητισμός βοηθά στη μείωση πολλών αρνητικών κοινωνικών, ψυχολογικών και σωματικών επιπτώσεων της αναπηρίας. Η έρευνα δείχνει επίσης ότι πολλά άτομα με αναπηρία επιθυμούν να ασχοληθούν με τον αθλητισμό, αλλά ένα ευρύ φάσμα εμποδίων τους εμποδίζει να το κάνουν με ουσιαστική συχνότητα.

Σύμφωνα με την ιρλανδική εθνική αρχή αναπηρίας 2016, εκτιμάται ότι περίπου 643.131 άτομα (περίπου το 13,5% του πληθυσμού της Ιρλανδίας) έχουν σωματική, ψυχική, πνευματική, συναισθηματική ή αισθητηριακή ανεπάρκεια και ως εκ τούτου μπορεί να συναντήσουν εμπόδια στη συμμετοχή τους στον αθλητισμό. Η τριμηνιαία Εθνική Έρευνα κατέγραψε ότι μόνο το 38% αυτής της ομάδας συμμετείχε σε αθλητικές δραστηριότητες σε εθνικό επίπεδο και μόνο το 2,7% συμμετέχει σε διεθνείς αθλητικές δραστηριότητες όπως οι Special Olympics.

Στην Ιρλανδία, η συμμετοχή των ατόμων με αναπηρία στον αθλητισμό φαίνεται να είναι μια γόνιμη αρένα για την προώθηση της κοινωνικής ένταξης και αυτό λαμβάνει ολοένα και μεγαλύτερη προσοχή στα κύρια αθλητικά μέσα ενημέρωσης και τους φορείς χάραξης πολιτικής. Ένας περιορισμός όμως είναι η ανισότητα πρόσβασης στον αθλητισμό από άτομα με αναπηρία.

Η Ιρλανδική Εθνική Στρατηγική για τα Παιδιά το 2000, "Τα Παιδιά μας η Ζωή μας", ανέφερε ότι τα παιδιά θα έχουν πρόσβαση στο παιχνίδι, τον αθλητισμό, την ψυχαγωγία και τις πολιτιστικές δραστηριότητες για να εμπλουτίσουν την παιδική τους εμπειρία και ότι τα παιδιά με αναπηρία θα δικαιούνται τις υπηρεσίες που χρειάζονται για να επιτύχουν το πλήρες δυναμικό τους.

http://www.nco.ie/publications/22/

Η Ιρλανδία αντανακλά, σε κάποιο βαθμό, την αθλητική δομή σε πολλά μέρη της Ευρώπης και άλλα μέρη του κόσμου, με τοπικούς συλλόγους, περιφερειακούς και εθνικούς διοικητικούς φορείς. Για ορισμένα αθλήματα η δομή του αθλητισμού μοιάζει με πυραμίδα: στη βάση οι τοπικοί σύλλογοι ή ομοσπονδίες ή διοικητικά όργανα. Στη συνέχεια, περιφερειακά διοικητικά όργανα αθλητισμού ή ομοσπονδίες, εθνικά διοικητικά όργανα ή ομοσπονδίες και τέλος στην κορυφή της πυραμίδας, οι Ευρωπαϊκές Αθλητικές Ομοσπονδίες ή άλλοι διεθνείς/παγκόσμιοι φορείς ή τους Ολυμπιακούς Αγώνες, τους Παραολυμπιακούς Αγώνες, τα Special Olympics και άλλα Παγκόσμια Πρωταθλήματα (τα κορυφαία αγωνιστικά).

Η δομή της πυραμίδας συνεπάγεται αλληλεξάρτηση μεταξύ των επιπέδων, σε οργανωτικό και ανταγωνιστικό επίπεδο, με διοργανώσεις αγώνων σε όλα τα επίπεδα. Η ευρύτητα της βάσης και η σχέση της βάσης με την κορυφή ποικίλλουν ανάλογα με το άθλημα και τις αθλητικές πολιτικές και δομές των χωρών και οργανισμών.

Οι σύλλογοι και οι αθλητικοί φορείς αποτελούν το θεμέλιο της πυραμίδας και προσφέρουν τη δυνατότητα των ανθρώπων να ασχολούνται με τον αθλητισμό σε τοπικό επίπεδο, διευκολύνοντας έτσι, σε κάποιο βαθμό, την ιδέα του αθλητισμού

για όλους.

Σε επίπεδο συλλόγου ή λαϊκής βάσης, ο εθελοντισμός είναι ζωτικής σημασίας και ο αθλητισμός έχει ισχυρή κοινωνική λειτουργία στο να φέρνει κοντά διάφορες ομάδες και να σφυρηλατεί τοπικές, περιφερειακές και εθνικές ταυτότητες. Σε αυτό το επίπεδο, υπάρχει ένα μεγάλο μέρος του ερασιτεχνικού αθλητισμού, η απόλαυση και η αγάπη του αθλητισμού από την άποψη της κοινωνικής πλευράς.

Ταυτόχρονα, από τις λέσχες αναδύονται νέες γενιές αθλητών και ανθρώπων. Αυτή η λαϊκή προσέγγιση είναι ένα χαρακτηριστικό του ευρωπαϊκού αθλητισμού όπου η ανάπτυξη του αθλητισμού προέρχεται από το επίπεδο των συλλόγων και δεν συνδέεται παραδοσιακά με μια επιχείρηση ή με ένα κράτος αλλά αναπτύσσεται ως μέρος της τοπικής κοινότητας και της περιοχής.

Αυτό αποδεικνύεται από το γεγονός ότι τα αθλητικά σωματεία λειτουργούν κυρίως από εθελοντές και υποστηρίζονται οικονομικά από τους ντόπιους. Αντίθετα, στις ΗΠΑ, είναι κυρίως επαγγελματίες που ασχολούνται με τον αθλητισμό των ΗΠΑ σε επαγγελματική βάση.

Στην Ιρλανδία, μια σειρά από νόμιμους, εθελοντικούς και επαγγελματικούς οργανισμούς και ομάδες συμμετέχουν στην οργάνωση αθλητικών και σωματικών δραστηριοτήτων σε τοπικό, περιφερειακό και εθνικό επίπεδο. Σε τοπικό επίπεδο, όπως και σε πολλές άλλες χώρες, κοινοτικές ομάδες και κοινοτικοί φορείς ανάπτυξης, μαζί με άλλα άτομα, πολλές φορές γονείς και δασκάλους, πραγματοποιούν, σε εθελοντική βάση, το μεγαλύτερο μέρος της εργασίας που αφορά την οργάνωση και τη λειτουργία αθλητικών και ψυχαγωγικών συλλόγων, συμπεριλαμβανομένων συγκέντρωση χρημάτων για συλλόγους και δραστηριότητες. Σε εθνικό επίπεδο, οργανισμοί ή ομάδες που συμμετέχουν στην οργάνωση αθλητικής και σωματικής δραστηριότητας ανήκουν στο Ιρλανδικό Συμβούλιο Αθλητισμού, Το Ολυμπιακό Συμβούλιο Ιρλανδίας, πολλές κυβερνητικές υπηρεσίες και τα εθνικά διοικητικά όργανα αθλητισμού (NGBs), όπως η Ποδοσφαιρική Ομοσπονδία Ιρλανδίας (FAI), η Γαελική Αθλητική Ένωση (GAA), η Ένωση Καλαθοσφαίρισης Ιρλανδίας, η Ιρλανδικός ιστιοπλοϊκός σύλλογος κ.λπ.. Τα πανεπιστήμια και άλλα ιδρύματα τρίτου επιπέδου ακαδημαϊκά και ερευνητικά κέντρα διερευνούν τη σωματική δραστηριότητα, αθλητική φυσιολογία κλπ., υποστηρίζουν τον αθλητισμό απονέμοντας αθλητικές υποτροφίες και χρηματοδοτώντας αθλήματα στην πανεπιστημιούπολη. Επιπλέον, εκπαιδεύουν μελλοντικούς δασκάλους πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης, συμπεριλαμβανομένων των εκπαιδευτικών φυσικής αγωγής και εκπαιδεύουν επίσης μάνατζερς ερασιτεχνικού αθλητισμού και αναψυχής.

2. Προσδιορισμός των υφιστάμενων φραγμών που αφορούν τους νέους με διανοητική αναπηρία στο εθνικό πλαίσιο σχετικά με την ένταξη στον αθλητισμό, την εκπαίδευση και την κοινωνία

Στην Ιρλανδία υπάρχει απουσία στατιστικών πληροφοριών, αλλά έγινε μια προσπάθεια κατά τη διαδικασία να αναπτυχθεί μια ομάδα για την επισκόπηση της αθλητικής συμμετοχής από νέους με αναπηρία στην Ιρλανδία. Τα βασικά σημεία του στιγμιότυπου είναι τα εξής:

• Η συμμετοχή στον αθλητισμό από άτομα με αναπηρία ποικίλλει ανάλογα με τα ενδιαφέροντα, τις ικανότητες και τις ευκαιρίες.
• Η συμμετοχή κυμαίνεται από ψυχαγωγικό μπόουλινγκ ή ιππασία έως διαγωνισμούς με υψηλά πρότυπα σε εθνικές και διεθνείς

εκδηλώσεις.

• τα άτομα με αναπηρία ασκούν λιγότερη σωματική δραστηριότητα από τα άτομα χωρίς αναπηρία και ένα μεγάλο ποσοστό είναι καθιστοί.

• η πλειοψηφία των ατόμων με αναπηρία δεν επιτυγχάνουν το ελάχιστο επίπεδο φυσικής δραστηριότητας για να διατηρήσουν την καλή υγεία. - τα περισσότερα άτομα με αναπηρία δεν έχουν καμία σχέση με αθλητικούς συλλόγους.

• πολύ λίγα άτομα με αναπηρία ασχολούνται μόνα τους με τον αθλητισμό

• η καλύτερη παροχή (και η υψηλότερη συμμετοχή) είναι στις υπηρεσίες αναπηρίας και στα σχολεία.

• Οι δυνατότητες συμμετοχής είναι οι χαμηλότερες σε γηροκομεία, στο σπίτι και στην κοινότητα.

• τα άτομα με διανοητική και σωματική αναπηρία είναι πιο ενεργά (κυρίως λόγω των καλύτερων δομών και της επιρροής των Special Olympics

• Τα άτομα με αισθητηριακές και διανοητικές αναπηρίες είναι λιγότερο ενεργά.

• Ένα μικρότερο μενού αθλημάτων είναι διαθέσιμο για άτομα με αναπηρία από ό, τι για άτομα του τυπικού πληθυσμού.

• Οι πιο δημοφιλείς αθλητικές δραστηριότητες είναι η κολύμβηση, οι ιππικές δραστηριότητες, το μπάσκετ, το περπάτημα, οι δραστηριότητες μπόουλινγκ, πινγκ-πονγκ, γυμναστήριο και άσκηση (γυμναστήρια).

• μεγάλο ποσοστό ατόμων με αναπηρία επιθυμεί να είναι πιο ενεργός.

Σύμφωνα με την Εθνική Αρχή Αναπηρίας (2019), τα βασικά εμπόδια για τη συμμετοχή ατόμων με διανοητική αναπηρία σε αθλητικές δραστηριότητες ήταν:

• Έλλειψη υποστήριξης από την οικογένεια
• Οικονομικοί περιορισμοί ατόμων με αναπηρία
• Θέματα χρηματοδότησης για την ομάδα
• Προβλήματα μεταφοράς
• Μη ευπρόσδεκτες εγκαταστάσεις
• Έλλειψη συμμετοχής και γνώσεων σε αθλητικούς συλλόγους
• Έλλειψη εθελοντών
• Έλλειψη γνώσης/ εμπειρίας μεταξύ προπονητών .

Στο πλαίσιο της διαδικασίας διαβούλευσης, άτομα, σύλλογοι και οργανισμοί κλήθηκαν να εντοπίσουν τα κύρια εμπόδια για μεγαλύτερη συμμετοχή στον αθλητισμό από άτομα με αναπηρία στην Ιρλανδία. Τα κύρια εμπόδια εντοπίζονται παρακάτω μαζί με μια περίληψη των αντιλήψεων των ατόμων που διαβουλεύθηκαν:

• πολλά άτομα με αναπηρία αγνοούν τα οφέλη της συμμετοχής στον αθλητισμό ή στερούνται εμπιστοσύνης, αυτοεκτίμησης ή ενδιαφέροντος για να προωθηθο ύν.

• πολλά άτομα με αναπηρία αντιμετωπίζουν προβλήματα υγείας που δυσχεραίνουν τη συμμετοχή στον αθλητισμό.

• η έλλειψη συμμετοχής γονέων, μελών της οικογένειας, σταδιοδρομίας ή κηδεμόνων του ατόμου με αναπηρία, μπορεί να επηρεάσει τη συμμετοχή του ατόμου με αναπηρία .

• τα περισσότερα άτομα με αναπηρία έχουν μικρό διαθέσιμο εισόδημα και το κόστος της αθλητικής συμμετοχής είναι απαγορευτικό γι 'αυτούς.

Τα κύρια εξωτερικά εμπόδια εντοπίζονται παρακάτω μαζί με μια περίληψη των αντιλήψεων των ατόμων που συμβουλεύτηκαν:

• τα περισσότερα άτομα με αναπηρία δεν έχουν προσωπικά μέσα μεταφοράς σε αθλητικά προγράμματα ή/και εγκαταστάσεις. Η πρόσβαση στις δημόσιες συγκοινωνίες είναι πολύ περιορισμένη και πιο δύσκολη για όσους ζουν σε αγροτικές περιοχές. Το κόστος μεταφοράς σε αθλητικά προγράμματα και εγκαταστάσεις είναι απαγορευτικό .

• οι πληροφορίες σχετικά με εκδηλώσεις και προγράμματα συχνά δεν διαδίδονται μέσω του τομέα της αναπηρίας και υπάρχει έλλειψη κάλυψης του αθλητισμού με αναπηρία στα μέσα

εκδηλώσεις.

• Πολλές εσωτερικές και εξωτερικές εγκαταστάσεις είναι ανεπιθύμητες για άτομα με αναπηρία. Η φυσική πρόσβαση στις εγκαταστάσεις είναι συχνά δύσκολη (οι τουαλέτες και τα αποδυτήρια συχνά είναι τα πιο προβληματικά). Το προσωπικό και οι υπεύθυνοι συχνά φαίνονται να είναι άβολοι ή αδιάφοροι.

• Υπάρχει έλλειψη οικονομικής υποστήριξης για τις προσπάθειες των αθλητικών συλλόγων και των οργανώσεων με ειδικές ανάγκες να παρέχουν αθλητισμό στους πελάτες τους.

• Ο εξοπλισμός και οι μετακινήσεις είναι ιδιαιτέρως ακριβές.

• Λόγω έλλειψης γνώσης ή ευαισθητοποίησης, οι περισσότεροι πάροχοι αθλητικών δραστηριοτήτων (αθλητικοί σύλλογοι, κέντρα αναψυχής, μαθήματα άσκησης κ.λπ.) δεν λειτουργούν με νοοτροπία ένταξης.

• Απαιτείται εκπαίδευση και κατάρτιση για τους υπευθύνους προκειμένου να βελτιωθεί η παροχή αθλητισμού σε άτομα με αναπηρία.

• Πολλοί πάροχοι αθλητισμού ανησυχούν για τους κινδύνους που συνεπάγεται η συμπερίληψη ατόμων με αναπηρία στις δραστηριότητές τους. Οι ασφαλιστικές ανησυχίες βρίσκονται ψηλά στη λίστα.

• Υπάρχουν πολύ λίγες ευκαιρίες για άτομα με αναπηρία να ασχοληθούν με τον αθλητισμό (ψυχαγωγικό ή αγωνιστικό). Όπου υπάρχουν ευκαιρίες, ο προγραμματισμός και η επιλογή είναι ζήτημα.

• Πολλές εκδηλώσεις διοργανώνονται σε ακατάλληλες ώρες, οι ευκαιρίες δεν είναι τακτικές και το μενού δραστηριοτήτων είναι περιορισμένο.

3. Προσδιορισμός των υφιστάμενων προσφορών και ευκαιριών ένταξης στον αθλητισμό, την εκπαίδευση και την κοινωνία για νέους με διανοητική αναπηρία στο εθνικό πλαίσιο

Τα ειδικά σχολεία της Ιρλανδίας για άτομα με αναπηρία παρέχουν την δυνατότητα σε παιδιά και ενήλικες με σωματική αναπηρία να συμμετέχουν σε διάφορα αθλήματα, όπως Ράγκμπι με αναπηρικό αμαξίδιο, Μπάσκετ με αναπηρική αμαξίδιο, Παρα-Στίβος και Παρα-Αρσή Βαρών, Παρα-Κολύμβηση, Παρα- τοξοβολία, Παρα-Επιτραπέζια αντισφαίριση, Boccia και πολλά άλλα αθλήματα. Αυτό, όμως, υπόκειται σε κρατική χρηματοδότηση κλπ.

Οι υπάρχουσες προσφορές και ευκαιρίες ένταξης στον αθλητισμό, την εκπαίδευση και την κοινωνία για νέους με διανοητική αναπηρία σε εθνικό επίπεδο συμβαίνει στους Special Olympics μία φορά κάθε 4 χρόνια. Τα Special Olympics είναι ένας διεθνής οργανισμός που υποστηρίζει την ένταξη των ατόμων με διανοητική αναπηρία στην κοινωνία μέσω της συμμετοχής στον αθλητισμό. Διάφορες ακαδημαϊκές έρευνες δείχνουν ξεκάθαρα, ότι ο αθλητισμός είναι ένας τομέας της ζωής στον οποίο τα άτομα με αναπηρίες έχουν αναμφισβήτητα λιγότερο ευνοϊκές εμπειρίες από τους συνομηλίκους και τους ανταγωνιστές τους. Τα τυπικά εμπόδια για τα άτομα με αναπηρία να συμμετέχουν στον αθλητισμό περιλαμβάνουν την έλλειψη ευαισθητοποίησης από πλευράς ατόμων χωρίς αναπηρία ως προς τον τρόπο συμμετοχής τους σε ομάδες. Έλλειψη ευκαιριών και προγραμμάτων για κατάρτιση και ανταγωνισμό, πολύ λίγες προσβάσιμες εγκαταστάσεις λόγω φυσικών εμποδίων και περιορισμένες πληροφορίες και πρόσβαση στους πόρους.

Σύμφωνα με τα διαθέσιμα στοιχεία από την Απογραφή Πληθυσμού (2016), περίπου 643.131 άτομα στην Ιρλανδία έχουν ιατρικά καθιερωμένη αναπηρία (Ireland Disability Federation, 2016).

Τα άτομα με αναπηρία στην Ιρλανδία υπόκεινται σε συμπεριφορές και πρακτικές που έχουν κληρονομηθεί από το παρελθόν, όταν τα

περισσότεροι από αυτούς ήταν απομονωμένοι, προστατευμένοι σε ιδρύματα υγειονομικής περίθαλψης και φροντιζόμενοι από τις οικογένειές τους και το Στέλεχος Υπηρεσιών Υγείας (θρησκευτικές ομάδες ή κυβερνητικές υπηρεσίες). Οι περισσότεροι από αυτούς παραμένουν απομονωμένοι και δεν μπορούν να βγουν έξω από τα σπίτια τους λόγω του απρόσιτου αρχιτεκτονικού περιβάλλοντος και της έλλειψης επαρκών υπηρεσιών κοινωνικής ένταξης για αθλητικές και εκπαιδευτικές δραστηριότητες.

Η ανεπαρκής ανάπτυξη εναλλακτικών υπηρεσιών και φροντίδας για νέους με αναπηρία και η υποστήριξη των οικογενειών τους καθορίζει τον αριθμό των νέων που μεγαλώνουν σε κοινωνικά ιδρύματα του συστήματος. Ο υψηλός βαθμός θεσμοθέτησής τους οδηγεί σε σοβαρή μείωση των ευκαιριών για καλή εκπαίδευση και ένταξη στη ζωή, η οποία με τη σειρά της επιδεινώνει περαιτέρω τις πιθανότητες των ατόμων με αναπηρία να συνειδητοποιήσουν την αγορά εργασίας, καθώς και να συμμετάσχουν στην οικονομική, κοινωνική και πολιτιστική ζωή της κοινωνίας.

Λαμβάνοντας υπόψη το γεγονός ότι για τα άτομα με αναπηρία η σωματική δραστηριότητα έχει μεγάλη σημασία για θεραπευτικούς και ψυχολογικούς λόγους, το Υπουργείο Δικαιοσύνης και Ισότητας έχει αναπτύξει πολιτικές όπως η Εθνική Στρατηγική Ένταξης Αναπηρίας 2017-2021 για να εξασφαλίσει πρόσβαση σε αθλητικές εγκαταστάσεις σε δύο κύριους τομείς:

• Εφαρμογή της Ολοκληρωμένης Στρατηγικής Απασχόλησης για Άτομα με Αναπηρία, συμπεριλαμβανομένης της αύξησης του στόχου για την απασχόληση στις δημόσιες υπηρεσίες από 3% στο 6%, τη διοργάνωση ειδικών διαγωνισμών δημόσιας υπηρεσίας και το άνοιγμα εναλλακτικών καναλιών πρόσληψης .

• Παροχή μικρής οικονομικής υποστήριξης σε κάθε άτομο με αναπηρία που θα ήθελε να εγγραφεί σε αθλητικό σωματείο που συμβάλλει στα επίπεδα φυσικής δραστηριότητάς του και stimulated their active lifestyle. Ο αριθμός των αθλητικών συλλόγων και οργανισμών που παρέχουν προπονήσεις για άτομα με διαφορετικές αναπηρίες αυξάνεται κάθε χρόνο.

4. Συμπεράσματα

Η στατιστική δείχνει το μέρος των ατόμων με αναπηρία, συμπεριλαμβανομένων εκείνων των ατόμων με διανοητική αναπηρία που συνήθως συμμετέχουν σε αθλήματα ή σωματική δραστηριότητα μία ή περισσότερες ημέρες την εβδομάδα στην Ιρλανδία. Το 2019, διαπιστώθηκε ότι το 29% των νέων με αναπηρία στην Ιρλανδία συμμετείχαν κανονικά σε αθλήματα ή σωματική δραστηριότητα μία ή περισσότερες ημέρες την εβδομάδα (Verdonschot & Meininger, 2014). Αυτή η έκθεση υποστηρίζει περιορισμένα υπάρχοντα στοιχεία σχετικά με το χαμηλό επίπεδο συμμετοχής των νέων με διανοητική αναπηρία στον αθλητισμό/άσκηση σε σύγκριση με τους συνομηλίκους τους. Οι μελλοντικές εργασίες για την προώθηση του αθλητισμού/άσκησης και της σωματικής δραστηριότητας σε νέους με διανοητική αναπηρία μπορεί να διαδραματίσουν ρόλο στη μείωση των ανισοτήτων υγείας που αντιμετωπίζουν τα άτομα με διανοητική αναπηρία προκειμένου να προωθήσουν την αλληλεπίδραση. Ως εκ τούτου, είναι σημαντικό να προωθηθεί η σωματική δραστηριότητα στους νέους .

MVNGO – Ιταλία

1.Γεγονότα και αριθμοί για τον αθλητισμό και την αναπηρία σε εθνικό επίπεδο

Τι είναι το ETS; Το ETS είναι μια μη τυπική εκπαιδευτική προσέγγιση που εμπλέκεται στον τομέα του αθλητισμού και των φυσικών

δραστηριοτήτων και αναφέρεται στην ανάπτυξη βασικών δεξιοτήτων ατόμων και ομάδων προκειμένου να συμβάλει στην αυτοβελτίωση και τον βιώσιμο κοινωνικό μετασχηματισμό σε όλες τις δραστηριότητες.

Το ETS δημιουργεί έναν δεσμό μεταξύ των ατόμων που συμμετέχουν σε αυτό. Μέσω του ETS πρόκειται να συμβεί μια διαρκής κοινωνική αλλαγή, στοχεύει στην ενεργοποίηση της ενδυνάμωσης. Το ETS απαιτεί πολλά στοιχεία που προέρχονται από τη χρήση του αθλητισμού και της σωματικής άσκησης για να προκαλέσουν ένα ισχυρό αποτέλεσμα δια βίου μάθησης, όπως η βελτίωση της ανοχής, της αλληλεγγύης ή της εμπιστοσύνης μεταξύ διαφορετικών ανθρώπων. Το ETS πρέπει να θεωρηθεί περισσότερο ως σχέδιο λύσεων προβληματισμών παρά ως πεδίο δράσης.

Όσον αφορά τον αθλητισμό για άτομα με αναπηρία, στην Ιταλία ο φορέας αναφοράς είναι η Ιταλική Παραολυμπιακή Επιτροπή (CIP), που ιδρύθηκε το 2003 με νόμο του κράτους και αναγνωρίστηκε ως η Συνομοσπονδία Παραολυμπιακών Αθλητικών Ομοσπονδιών και Κλαδων Αθλημάτων, με αποστολή και στόχο, και τα δύο σε κεντρικό και εδαφικό επίπεδο, την προώθηση και τη διασφάλιση της μέγιστης διάδοσης του αθλητισμού για άτομα με αναπηρία σε στενή συνεργασία με την CONI (Ιταλική Εθνική Ολυμπιακή Επιτροπή).

Η Ιταλική Παραολυμπιακή Επιτροπή (CIP) συντονίζει τις αθλητικές δραστηριότητες στην εθνική επικράτεια μέσω των Ομοσπονδιών και των Παραολυμπιακών Αθλητικών Κλάδων Άθλησης: Μερικά είναι συνδεδεμένα τόσο με το CONI όσο και με το CIP επειδή έχουν μέσα ένα Παραολυμπιακό τμήμα, όπως το FITARCO (Ιταλική Ομοσπονδία Τοξοβολίας), FIC (Ιταλική Ομοσπονδία Κωπηλασίας) και FCI (Ιταλική Ομοσπονδία Ποδηλασίας). Άλλοι συνδέονται μόνο με το CIP επειδή ασχολούνται αποκλειστικά με Παραολυμπιακά αθλήματα. Αυτές περιλαμβάνουν τις ομοσπονδίες που συντονίζουν όλα τα αθλήματα που ασκούνται από αθλητές με συγκεκριμένες αναπηρίες, όπως η FISPIC (Ιταλική Ομοσπονδία Ατόμων με Αναπηρία και Τυφλά Αθλήματα), η FSSI (Ιταλική Ομοσπονδία Αθλητικών Κωφών) και η FISDIR (Ιταλική Ομοσπονδία Διανοητικής και Σχετικές Αναπηρίες).

Όπως και το CONI, στην εθνική επικράτεια το CIP είναι δομημένο και χωρίζεται σε διαφορετικές περιφερειακές επιτροπές. Σε εδαφικό επίπεδο προωθεί τον ερασιτεχνικό αθλητισμό, ενώ σε υψηλό επίπεδο είναι υπεύθυνος για την προετοιμασία των εθνικών ομάδων για τους Θερινούς και Χειμερινούς Παραολυμπιακούς Αγώνες, οι οποίοι πραγματοποιούνται περίπου δύο εβδομάδες μετά τους Ολυμπιακούς Αγώνες στους ίδιους χώρους και εγκαταστάσεις με τους Ολυμπιακούς Αγώνες.

Η Ιταλική Παραολυμπιακή Επιτροπή συνεργάζεται επιμελώς με τον σχολικό περιβάλλον και υπάρχουν πολλές προσκλήσεις για προτάσεις που καλούν τα ιδρύματα να πραγματοποιήσουν έργα για την μετακίνηση ατόμων με αναπηρίες, ώστε και να φέρει τα παιδιά πιο κοντά στον αθλητισμό. Επιπλέον, χάρη στις συμφωνίες με το Υπουργείο Παιδείας και Έρευνας, ορισμένοι παραολυμπιακοί κλάδοι περιλαμβάνονται στους μαθητικούς αθλητικούς αγώνες.

Στην Ιταλία, αναδύονται προγράμματα και πρωτοβουλίες για την αντιμετώπιση αυτών των ζητημάτων και την ευαισθητοποίηση των ανθρώπων. Με βάση τις βέλτιστες πρακτικές που συγκεντρώσαμε και συνεντεύξεις με άτομα με αναπηρία σε διαφορετικούς συλλόγους, αυτή η έκθεση στοχεύει να δώσει μια γενική επισκόπηση της κατάστασης στη χώρα σχετικά με τα εμπόδια

και τις συνεισφορές στον τομέα του ETS.

2. Προσδιορισμός των υφιστάμενων φραγμών που αφορούν τους νέους με διανοητική αναπηρία στο εθνικό πλαίσιο σχετικά με την ένταξη στον αθλητισμό, την εκπαίδευση και την κοινωνία

Η πρόσβαση στον κόσμο του αθλητισμού για άτομα με αναπηρία δεν είναι τόσο εύκολη όσο νομίζουν οι άνθρωποι, καθώς προκύπτουν εσωτερικά εμπόδια και εξωτερικά εμπόδια που δυσχεραίνουν την προσέγγιση του αθλητισμού. Πρώτον, η έλλειψη πληροφόρησης μπορεί να οδηγήσει το άτομο σε διαφορετική ικανότητα να έχει κακή γνώση των αθλημάτων που μπορούν να ασκηθούν και των διαθέσιμων αθλητικών εγκαταστάσεων, οι οποίες εξάλλου σήμερα είναι περιορισμένες και ανεπαρκείς.

Στη συνέχεια, υπάρχουν ορισμένα γεγονότα ή καταστάσεις που μπορούν να ωθήσουν τα άτομα με αναπηρία να απομακρυνθούν από τον αθλητισμό, όπως η εγκατάλειψη του σχολείου, τα ψυχολογικά τραύματα ή/και οικογένεια.

Εκτός από τα εσωτερικά εμπόδια, υπάρχει ένας αριθμός εξωτερικών εμποδίων μεταξύ του ατόμου με αναπηρία και της αθλητικής δραστηριότητας. Δεν πρέπει να υποτιμάται και ο ρόλος των δημόσιων και ιδιωτικών μεταφορών, που για τα άτομα με αναπηρία είναι συχνά ανεπαρκή ή ακόμη και απρόσιτα, αυξάνοντας το κόστος και το χρόνο που χρειάζονται οι αθλητές για να φτάσουν στις αθλητικές εγκαταστάσεις. Η στάση των άλλων είναι επίσης ένα από τα πιο συζητημένα και δύσκολα εμπόδια. Συγκεκριμένα, η συμπεριφορά της διοίκησης έχει αρνητική επίδραση στους αθλητές, η οποία συχνά δεν εκτιμά την παρουσία των νέων ατόμων με αναπηρία και τις αθλητικές τους ικανότητες και δεν είναι πάντα πρόθυμοι να ασχοληθούν με προσαρμοσμένες δραστηριότητες, εμποδίζοντας αυτούς τους ανθρώπους που βρίσκονται ήδη σε δύσκολη κατάσταση.

Οι νέοι με αναπηρία αντιμετωπίζουν συχνά τόσο τη συμμετοχή όσο και τα φυσικά εμπόδια. Λίγοι χώροι δραστηριοτήτων είναι πλήρως προσαρμοσμένοι για να εξασφαλίσουν την ενεργό συμμετοχή όλων των νέων με μεγάλη ποικιλία αναπηριών στην Ιταλία. Καθώς πολλοί νέοι με αναπηρία θα είχαν προβλήματα πρόσβασης στο παρελθόν, συχνά είναι επίσης απρόθυμοι να ενταχθούν σε νέους οργανισμούς, φοβούμενοι το στίγμα και την αμηχανία να μην μπορούν να έχουν πρόσβαση στη δραστηριότητα, όπως φαίνεται στα ερωτηματολόγια που πραγματοποιήσαμε.

Η έλλειψη κατάρτισης στη διδασκαλία παιδιών με αναπηρία συχνά αναφέρεται επίσης ως πρόβλημα, οι εκπαιδευτικοί συχνά αισθάνονται απροετοίμαστοι να εκπαιδεύσουν παιδιά με αναπηρία, ιδιαίτερα με πρόσφατη έμφαση στη βαθμολογία των εξετάσεων και την υπευθυνότητα. Εναπόκειται στους διοικητικούς υπαλλήλους και το προσωπικό ειδικής αγωγής να βοηθήσουν στην ανακούφιση των φόβων και των απογοητεύσεων των εκπαιδευτικών και των γονέων.

Μεταξύ των πιο σημαντικών εσωτερικών φραγμών είναι οι στάσεις και τα κίνητρα του ατόμου με αναπηρία που μπορεί να έχει έλλειψη επίγνωσης των ικανοτήτων του και χαμηλό επίπεδο αυτοσεβασμού. Αυτή η έλλειψη αυτοπεποίθησης μεταφράζεται σε αίσθηση ακατάλληλης για τον αθλητισμό, φόβο μήπως κάνει λάθη και ανικανότητα να ζητήσει βοήθεια. Τέλος, η έλλειψη κεφαλαίων και το χαμηλό εισόδημα της οικογένειας έχουν αρνητικό αντίκτυπο στη συμμετοχή στον αθλητισμό, λόγω της ανάγκης εξοπλισμού κατάλληλου ή ειδικού βοηθήματος για ταξίδια από ή προς έναν αθλητικό χώρο.

3. Προσδιορισμός των υφιστάμενων προσφορών και ευκαιριών ένταξης στον αθλητισμό, την εκπαίδευση και την κοινωνία για νέους με

διανοητική αναπηρία στο εθνικό πλαίσιο

Ανάλυση των απαντήσεων στην Ομάδα Εστίασης Η Ομάδα της ΜΚΟ Mine Vaganti πραγματοποιήθηκε με 4 διαφορετικούς οργανισμούς που προώθησαν 4 άτομα, ηλικίας 18 έως 25 ετών με διανοητική αναπηρία. 3 στους 4 ήταν γυναίκες και προέρχονταν από μια πόλη μεσαίου μεγέθους.

Συνολικά, τα άτομα που ανακρίνονται δεν έχουν πραγματικά πρόσβαση στις καθημερινές ανέσεις, αλλά συγχρόνως ζουν σε ασφαλές περιβάλλον, ενώ δύο τους είναι ελαφρώς υγιείς και οι άλλοι δύο θεωρούν τους εαυτούς τους υγιείς.

Όσον αφορά τη σχέση με τους άλλους, είτε πρόκειται για οικογένεια είτε για φιλίες, είναι όλοι κοντά ή πολύ κοντά στους συγγενείς ή τους φίλους τους, αλλά δυσκολεύονται να συμμετάσχουν σε τοπικές δραστηριότητες, με κακή απάντηση από καθένα από αυτά.

Οι απαντήσεις από την πλευρά της αυτοανάπτυξης και του τμήματος αναγνώρισης είναι αρκετά διαφορετικές μεταξύ τους. Δύο από αυτούς αντιπαθούν ή πραγματικά αντιπαθούν τα σχολεία, ενώ στους άλλους δύο αρέσει ή πραγματικά το απολαμβάνουν, αλλά οι περισσότεροι έχουν έντονη επιθυμία να βρουν μια καλύτερη δουλειά για το μέλλον τους και υπάρχει μια σταθερή επιθυμία να μάθουν.

Σχετικά με τον ελεύθερο χρόνο και την ίδια την κοινωνική ζωή, οι 4 άνθρωποι δεν βγαίνουν τόσο πολύ με τους φίλους τους και τείνουν να έχουν λίγα ή κάποια χόμπι, αλλά κανένας από αυτούς δεν απαντά ότι έχουν ενεργό κοινωνική ζωή και πολλά πάθη.

Το τελευταίο μας μέρος της έρευνας σχετικά με τις αθλητικές δραστηριότητες, μας έδωσε ενδιαφέρουσες απαντήσεις. Όλοι τους αρέσουν πολύ τα αθλήματα και η άσκηση μάλλον τακτικά, αλλά μερικοί από αυτούς θα ήθελαν πραγματικά να κάνουν κάποιες περισσότερες δραστηριότητες, ενώ οι υπόλοιποι θα ήθελαν να διατηρήσουν τον τρόπο που είναι. Από την άλλη πλευρά, όλοι θα λατρέψουν και φαίνονται ενθουσιασμένοι να δοκιμάσουν νέους τρόπους άσκησης και να ανακαλύψουν νέα αθλήματα καθώς τέτοιες δραστηριότητες τους βοηθούν να αισθάνονται καλύτερα. Υπάρχει επίσης ένα ισχυρό κίνητρο μεταξύ όλων σχετικά με αυτό το θέμα καθώς θεωρούν τους εαυτούς τους πολύ καλούς ή καλούς σε αυτό που κάνουν και έχουν όλα κίνητρα να μάθουν και να γίνουν καλύτεροι.

4.Συμπεράσματα

Όπως αναλύθηκε στην έκθεση, υπάρχουν εμπόδια για την πρόσβαση στον αθλητισμό για νέους με αναπηρία, όπως η έλλειψη υποδομής (δημόσια μέσα μεταφοράς για παράδειγμα) ή όχι αρκετοί εθελοντές για τη φροντίδα των νέων με αναπηρία, όπως καθώς και η μη προετοιμασία εκπαιδευτικών που εμπλέκονται στον τομέα. Τελευταίο αλλά όχι λιγότερο σημαντικό, η έλλειψη κεφαλαίων ή η οικογένεια με χαμηλά εισοδήματα αγωνίζονται να κάνουν δραστηριότητες για νέους με αναπηρία και έχει αρνητικό αντίκτυπο στη συμμετοχή στον αθλητισμό.

Σύμφωνα με τα ερωτηματολόγιά μας, βλέπουμε ότι οι νέοι με αναπηρία είναι πραγματικά πρόθυμοι να συμμετάσχουν σε αθλητικές δραστηριότητες μαζί με τους συνομηλίκους τους και θα ήθελαν να κάνουν περισσότερα αθλήματα γενικά, αλλά μπορεί να νιώθουν άβολα ή να έχουν χαμηλή αυτοεκτίμηση για να εμπλακούν περισσότερο, ή απλώς έλλειψη σωστής κοινωνικής ζωής για να είναι καλά ενσωματωμένοι.

Σε θετικό επίπεδο, όλα αυτά τα ζητήματα αντιμετωπίζονται σήμερα χάρη στη συμμετοχή πολλών διαφορετικών οργανώσεων σε όλα τα επίπεδα της πολιτείας για την προώθηση του αθλητισμού για νέους με αναπηρία.

Η Παραολυμπιακή Ιταλική Επιτροπή, αθλητικοί σύλλογοι, ΜΚΟ ή σχολεία επένδυσαν χρόνο και προσπάθεια σε έργα και πρωτοβουλίες που έθεσαν τα άτομα με αναπηρία στο επίκεντρο, προωθώντας την κοινωνική ένταξη και τις αξίες της ισότητας.

Εν κατακλείδι, αυτά τα έργα που στοχεύουν στην ενεργό συμμετοχή των ατόμων με αναπηρία είναι μια προσέγγιση που ενδυναμώνει αυτά τα άτομα στις δραστηριότητες και τις σχέσεις της καθημερινής ζωής, επιτρέποντάς τους να είναι όσο το δυνατόν πιο εξαρτημένα και δίνοντάς τους μια διαφορετική προσέγγιση. Η σημασία για αυτά τα άτομα ως ενεργούς και εμπλεκόμενους συνεργάτες για την υγεία ή την υποστήριξή τους είναι ότι φέρνει πάνω από όλα οφέλη ευημερίας. Επιπλέον, ενθαρρύνοντας τη συμμετοχή και την αυτογνωσία, τα άτομα εμπλέκονται περισσότερο στην κοινότητα και έχουν μεγαλύτερη επίγνωση των ευκαιριών.

Παραπομπές:

http://www.comitatoparalimpico.it/

https://www.coni.it/it/

https://www.socialpolicyaction.org/sportoler-*ance#:~:text=ETS%20methodology%20(official%20Salto%20resource,social%20transformation%20with%20a%20main*

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

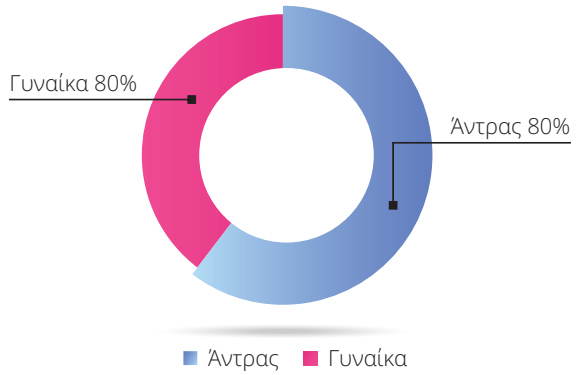
Κεφάλαιο 2
Ανάλυση των ερωτηματολογίων

Η έρευνα πραγματοποιήθηκε από κάθε οργανισμό της κοινοπραξίας στην χώρα που έχει την έδρα του. Ωστόσο, στις περιπτώσεις όπου στους οργανισμούς δεν συμμετέχουν ενεργά σε άτομα με αναπηρία, τότε η μελέτη διαβιβάστηκε σε άλλους οργανισμούς και τα μέλη τους που πληρούν τα κριτήρια για την διανοητική αναπηρία. Οι συμμετέχοντες οργανισμοί διαβίβασαν τη μελέτη σε τέσσερις (4) ή πέντε (5) συμμετέχοντες. Τα παρακάτω δεδομένα αντιπροσωπεύουν την ανάλυση των απαντήσεών τους.

Δημογραφικά στοιχεία των συμμετεχόντων

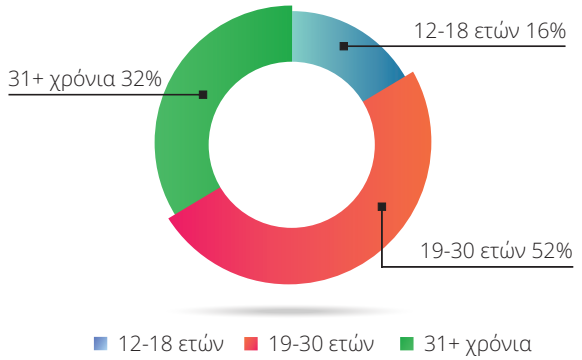
Ακολουθούν οι απαντήσεις τους στο δημογραφικό τμήμα του ερωτηματολογίου. Από τους 25 συμμετέχοντες, οι 10 από αυτές ήταν γυναίκες, ενώ οι υπόλοιποι 15 ήταν άνδρες. Αυτό σημαίνει ότι οι γυναίκες αντιπροσώπευαν το 40% του δείγματος, ενώ οι άνδρες που συμμετείχαν αντιπροσώπευαν το άλλο 60%.

Συμμετέχοντες στο ερωτηματολόγιο



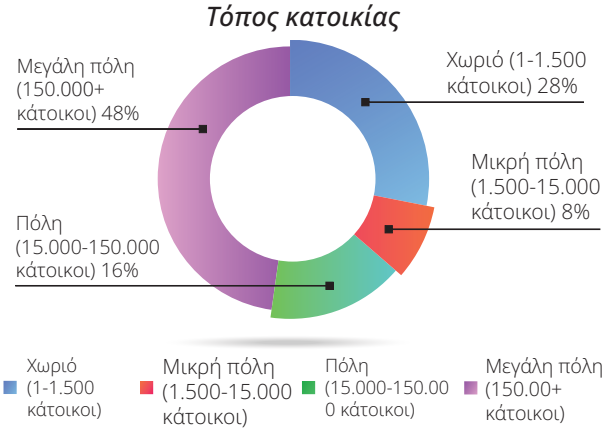
Όσον αφορά την ηλικιακή ομάδα των συμμετεχόντων, 4 (16%) ήταν ηλικίας 12-18 ετών, 13 (52%) ήταν ηλικίας 19-30 ετών, ενώ το υπόλοιπο 8 (32%) ήταν 31+ ετών ηλικία.

Ηλικία



Όσον αφορά την εθνικότητά τους, 5 συμμετέχοντες (20%) ήταν Βούλγαροι, 4 (16%) ήταν Έλληνες, 4 (16%) ήταν Ιρλανδοί, 4 (16%) ήταν Ιταλοί, 4 (16%) ήταν Μεξικανοί και 4 (16 %) ήταν Βιετναμέζοι, ενώ όταν πρόκειται για τον τόπο κατοικίας, 7 συμμετέχοντες (28%) ζούσαν σε χωριά (1-1.500 κάτοικοι), 2 (8%) διέμεναν σε μικρές πόλεις 1.500-15.000 κατοίκων, 4 (16 %) διέμεναν σε πόλεις με 15.000-150.000 κατοίκους, ενώ η πλειοψηφία των συμμετεχόντων (12) που αντιπροσώπευαν το 48% του δείγματος κατοικούσαν σε μεγάλες πόλεις άνω των 150.000+ κατοίκων.

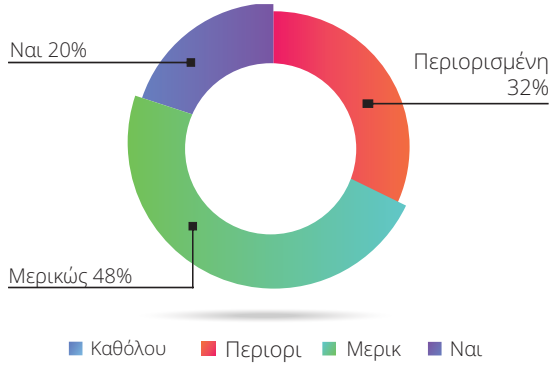
Τόπος κατοικίας



Φυσική και Υλική ευημερία

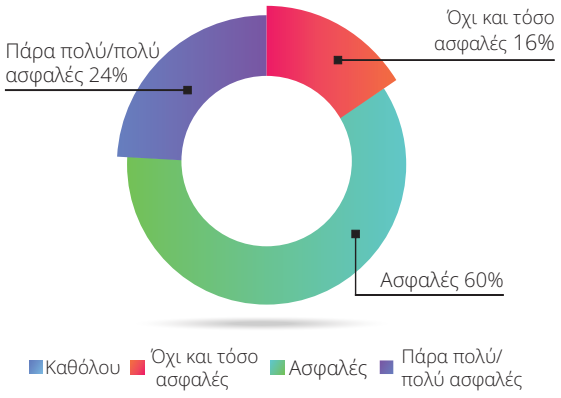
Όταν ρωτήθηκαν για το βαθμό στον οποίο είχαν εύκολη πρόσβαση στις καθημερινές ανέσεις, 8 συμμετέχοντες (32%) απάντησαν ότι είχαν περιορισμένη πρόσβαση, ενώ η πλειοψηφία (12 συμμετέχοντες, 48%) απάντησαν ότι είχαν κάποια, και μόνο 5 (20%) οι συμμετέχοντες απάντησαν ότι είχαν εύκολη πρόσβαση.

Έχει το άτομο εύκολη πρόσβαση στις καθημερινές ανέσεις;



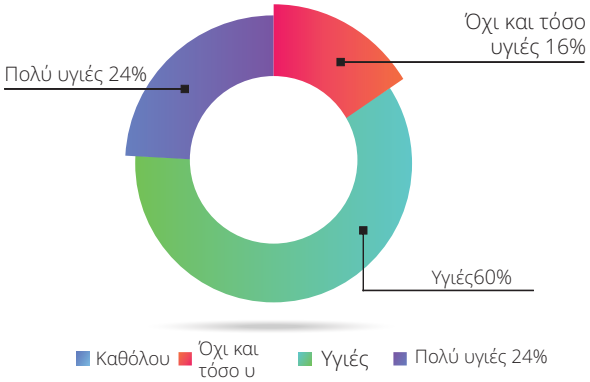
Όταν ρωτήθηκαν για το βαθμό στον οποίο το περιβάλλον τους ήταν ασφαλές, η πλειοψηφία (15 συμμετέχοντες, 60%) απάντησαν ότι ζούσαν σε ένα μάλλον ασφαλές περιβάλλον, ενώ άλλοι 6 (24%) απάντησαν ότι ζούσαν σε ένα πολύ ασφαλές περιβάλλον. Επιπλέον, οι υπόλοιποι 4 συμμετέχοντες (16%) απάντησαν ότι δεν θεωρούν το περιβάλλον τους ασφαλές.

Πόσο ασφαλές είναι το περιβάλλον του ατόμου;



Ομοίως, όταν ρωτήθηκαν για το βαθμό στον οποίο θεωρούσαν ότι ήταν υγιείς, η πλειοψηφία (15 συμμετέχοντες, 60%) απάντησαν ότι θεωρούσαν τον εαυτό τους υγιή, ενώ 6 συμμετέχοντες (24%) θεωρούσαν τον εαυτό τους πολύ υγιή. Οι υπόλοιποι 4 συμμετέχοντες (16%) δεν θεωρούσαν τον εαυτό τους τόσο υγιή.

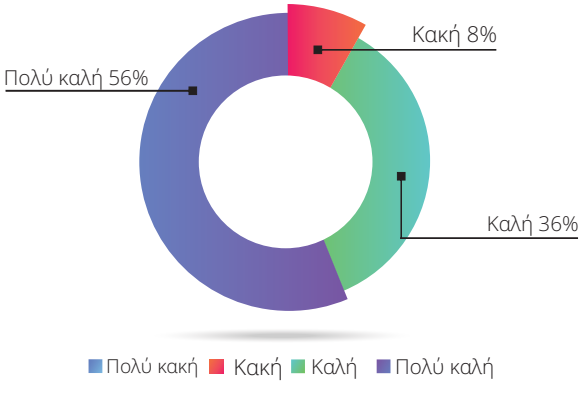
Πόσο υγιές είναι το άτομο;



Σχέσεις με άλλους ανθρώπους

Επιπλέον, όταν ρωτήθηκαν για τη σχέση τους με τους ανθρώπους που ζούσαν μαζί, η πλειοψηφία 14 συμμετέχοντες, 56%) απάντησαν ότι είχαν πολύ καλές σχέσεις με αυτούς, ενώ 9 συμμετέχοντες (36%) απάντησαν ότι είχαν καλές σχέσεις. Μόνο 2 συμμετέχοντες (8%) απάντησαν ότι είχαν κακές σχέσεις με τους ανθρώπους που ζούσαν μαζί.

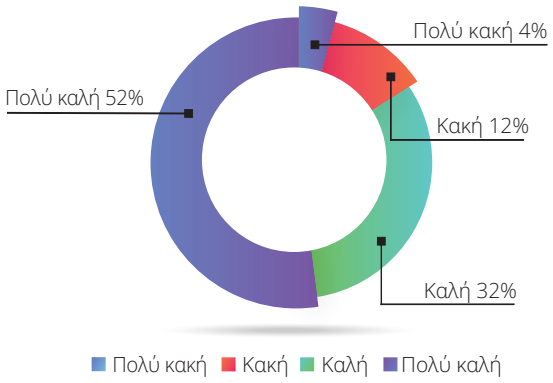
Πώς είναι η σχέση του ατόμου με αυτούς ζουν μαζί;



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

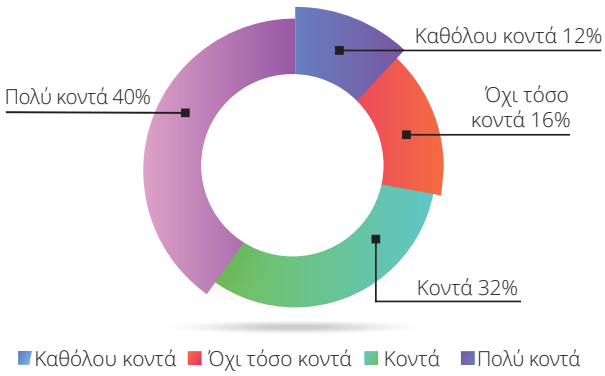
Επιπλέον, όταν ερωτήθηκαν για τις σχέσεις τους με τους συγγενείς τους, 13 συμμετέχοντες (52%) απάντησαν ότι αυτές ήταν πολύ καλές, ενώ άλλοι 8 συμμετέχοντες (32%) απάντησαν ότι οι σχέσεις τους ήταν καλές. Ωστόσο, 3 συμμετέχοντες (12%) απάντησαν ότι η σχέση τους με τους συγγενείς τους ήταν κακή και ένας (4%) απάντησε ότι ήταν πολύ κακή.

Πώς είναι η σχέση του ατόμου με τους συγγενείς του;



Όταν ρωτήθηκαν για την σχέση τους με τους φίλους τους, η πλειοψηφία (10 συμμετέχοντες, 40%) απάντησαν ότι ήταν πολύ κοντά στους φίλους τους και άλλοι 8 συμμετέχοντες (32%) απάντησαν ότι ήταν κοντά στους φίλους τους. Δυστυχώς, 4 συμμετέχοντες (16%) απάντησαν ότι δεν ήταν τόσο κοντά, ενώ 3 συμμετέχοντες (12%) απάντησαν ότι δεν ήταν καθόλου κοντά.

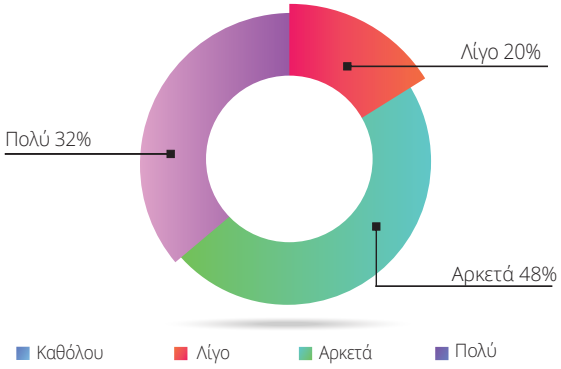
Πόσο κοντά είναι το άτομο με τους φίλους του;



Κοινωνικές και κοινοτικές δραστηριότητες

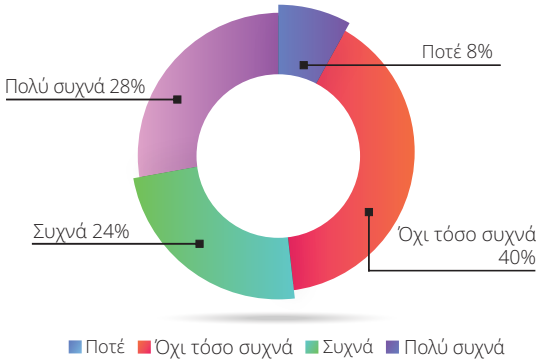
Όσον αφορά τις απαντήσεις τους στις κοινωνικές και κοινοτικές δραστηριότητες, η πλειοψηφία προσδιορίστηκε ως συμπονετική και στοργική. Έτσι, 8 συμμετέχοντες (32%) θεωρούσαν τους εαυτούς τους πολύ συμπονετικούς και στοργικούς, ενώ άλλοι 12 (48%) συμμετέχοντες θεωρούσαν τον εαυτό τους απλά συμπονετικούς και στοργικούς. Επιπλέον, 5 συμμετέχοντες (20%) θεώρησαν ότι δεν ήταν τόσο συμπονετικοί ή στοργικοί. Κανένας συμμετέχων δεν απάντησε ότι δεν θεωρούσε καθόλου τον εαυτό του συμπονετικό ή στοργικό.

Πόσο συμπονετικό και στοργικό είναι το άτομο;



Όταν ρωτήθηκαν για τη συχνότητα με την οποία συμμετείχαν σε τοπικές δραστηριότητες, οι απαντήσεις τους ποικίλλουν. Έτσι, 7 συμμετέχοντες (28%) απάντησαν ότι πολύ συχνά συμμετείχαν σε αυτές τις δραστηριότητες, ενώ άλλοι 6 συμμετέχοντες (24%) απάντησαν ότι συμμετείχαν συχνά. Άλλοι 10 συμμετέχοντες (40%) απάντησαν ότι δεν έπαιρναν συχνά μέρος και 2 συμμετέχοντες (8%) απάντησαν ότι δεν συμμετείχαν ποτέ σε τοπικές δραστηριότητες. Αυτό σημαίνει ότι το 48% των συμμετεχόντων σπάνια συμμετείχαν σε κοινωνικές δραστηριότητες.

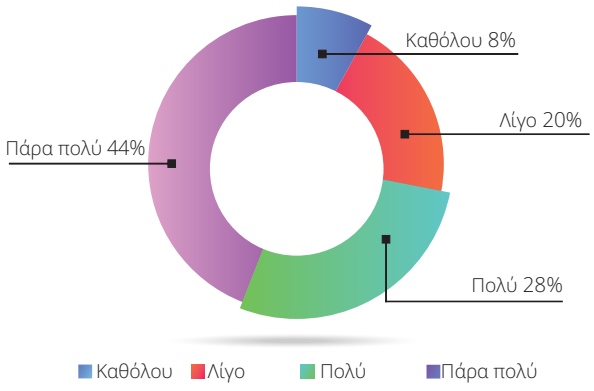
Πόσο συχνά το άτομο συμμετέχει σε τοπικές δραστηριότητες;



Προσωπική Ανάπτυξη και Αναγνώριση

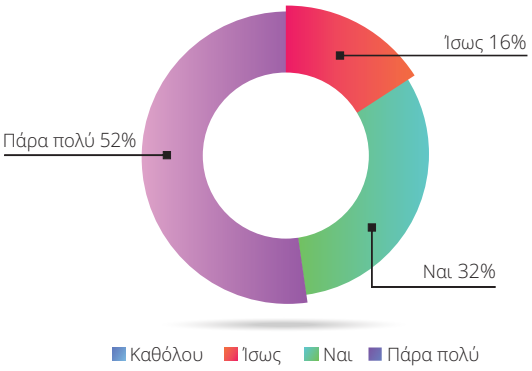
Όσον αφορά τις απαντήσεις τους στις ερωτήσεις που αφορούν την προσωπική ανάπτυξη και αναγνώριση, ομοίως οι απαντήσεις τους ποικίλλουν. Σε έντεκα συμμετέχοντες (44%) άρεσε πάρα πολύ το σχολείο και η εκπαίδευση, ενώ σε άλλους 7 συμμετέχοντες (28%) άρεσε πολύ το σχολείο ή η εκπαίδευση. Πέντε συμμετέχοντες (20%) απάντησαν ότι τους άρεσε σε κάποιο βαθμό το σχολείο και η εκπαίδευση, ενώ οι υπόλοιποι 2 συμμετέχοντες (8%) απάντησαν ότι δεν τους άρεσε καθόλου το σχολείο ή η εκπαίδευση.

Του αρέσει το σχολείο/η εκπαίδευση;



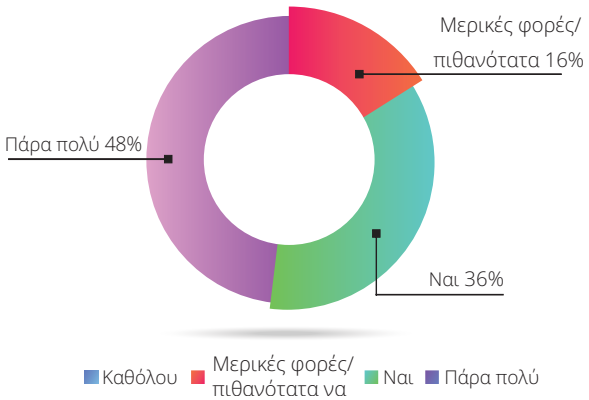
Όταν ρωτήθηκαν για το βαθμό στον οποίο ήθελαν να βρουν μια καλύτερη δουλειά, η πλειοψηφία (21 συμμετέχοντες, 84% ήθελαν πολύ να βρουν καλύτερη δουλειά. Οι υπόλοιποι 4 συμμετέχοντες (16%) απάντησαν ότι ίσως ήθελαν να βρουν καλύτερη δουλειά.

Μήπως το άτομο θέλει να βρει μια καλύτερη δουλειά;



Όταν ρωτήθηκαν για το βαθμό στον οποίο ήταν ανοιχτοί στην εκμάθηση/εκτέλεση νέων πραγμάτων, η πλειοψηφία (21 συμμετέχοντες, 84%) ήταν είτε ανοιχτοί είτε πολύ ανοιχτοί στην εκμάθηση/εκτέλεση νέων πραγμάτων. Οι υπόλοιποι 4 συμμετέχοντες (16%) απάντησαν ότι πιθανότατα ήταν ανοιχτοί σε αυτό ή ότι ήταν ουδέτεροι ως προς αυτό.

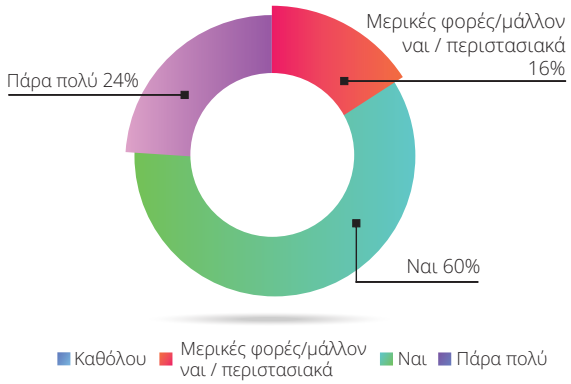
Είναι το άτομο ανοιχτό στο να μάθει/να κάνει νέα πράγματα;



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

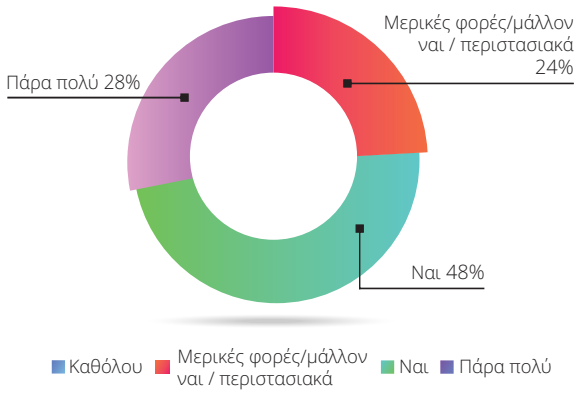
Όταν ρωτήθηκαν για το επίπεδο αυτοπεποίθησης τους, οι περισσότεροι (21 συμμετέχοντες, 84%) απάντησαν ότι αισθάνονταν είτε σίγουροι είτε πολύ σίγουροι, ενώ οι υπόλοιποι 4 συμμετέχοντες (16%) απάντησαν ότι περιστασιακά αισθάνονταν σίγουροι.

Έχει αυτοπεποίθηση το άτομο;



Ομοίως, όταν ερωτήθηκαν για το επίπεδο αυτοεκτίμησής τους, η πλειοψηφία (19 συμμετέχοντες, 76%) απάντησαν ότι είχαν αυτοεκτίμηση σε υψηλό βαθμό, ενώ οι υπόλοιποι 6 συμμετέχοντες (24%) απάντησαν ότι είχαν κάποια αυτοεκτίμηση περιστασιακά.

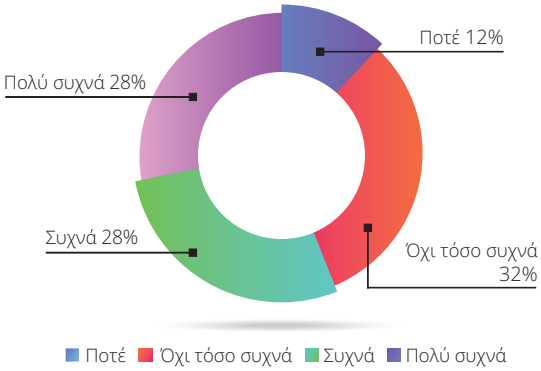
Έχει το άτομο αυτοεκτίμηση;



Αναψυχή/Χόμπι

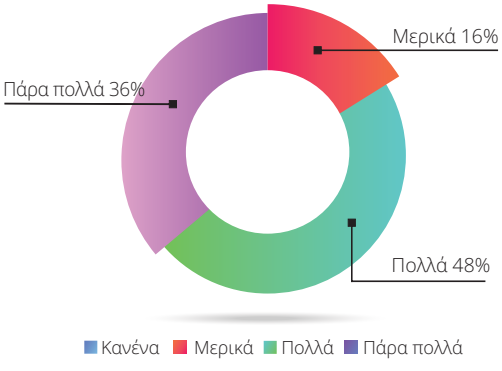
Όταν ρωτήθηκαν για τη συχνότητα με την οποία έβγαιναν με φίλους, η πλειοψηφία (14 συμμετέχοντες, 56%) απάντησε ότι έβγαινε συχνά ή πολύ συχνά. Οκτώ συμμετέχοντες (32%) απάντησαν ότι δεν έβγαιναν τόσο συχνά, ενώ 3 συμμετέχοντες (12%) απάντησαν ότι δεν βγήκαν ποτέ με φίλους.

Πόσο συχνά το άτομο βγαίνει με φίλους;



Όταν ρωτήθηκαν για ενδιαφέροντα ή χόμπι, η πλειοψηφία (21 συμμετέχοντες, 84%) απάντησε ότι είχε πολλά ή πάρα πολλά ενδιαφέροντα και χόμπι, ενώ οι υπόλοιποι 4 συμμετέχοντες (16%) απάντησαν ότι είχαν κάποια ενδιαφέροντα ή χόμπι.

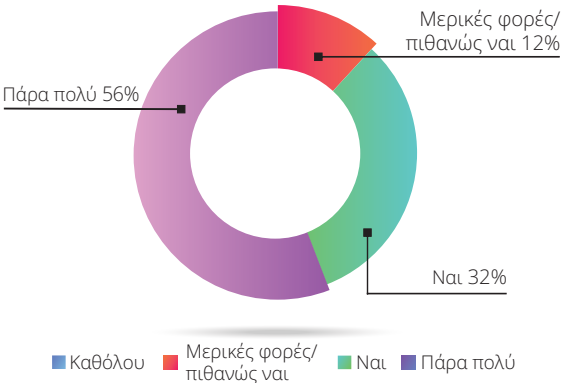
Πόσα ενδιαφέροντα ή χόμπι έχει το άτομο;



Αθλητικές δραστηριότητες

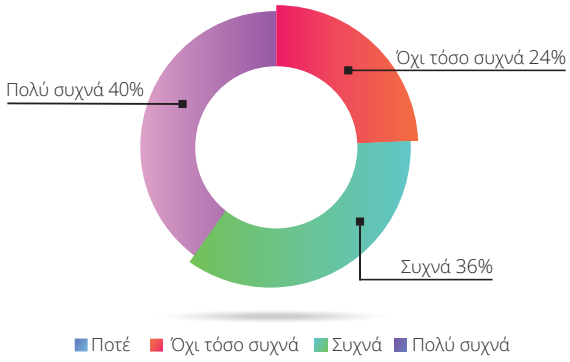
Όταν ρωτήθηκαν για τη σχέση του με τα αθήματα, η πλειοψηφία των ερωτηθέντων (22 συμμετέχοντες, 88%) απάντησε ότι τους αρέσουν ή τους αρέσουν πολύ τα αθλήματα, ενώ οι υπόλοιποι 3 συμμετέχοντες (12%) απάντησαν ότι πιθανώς τους αρέσουν τα αθλήματα.

Του αρέσουν τα σπορ;



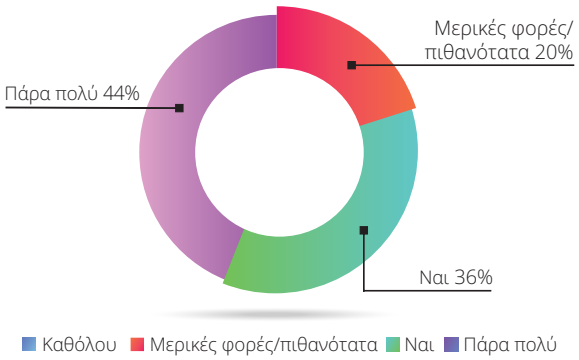
Στην ερώτηση σχετικά με τη συχνότητα άσκησης, 10 συμμετέχοντες (40%) απάντησαν ότι ασκούνταν πολύ συχνά. Εννέα συμμετέχοντες (36%) απάντησαν ότι ασκούνταν συχνά, ενώ οι υπόλοιποι 6 συμμετέχοντες (24%) απάντησαν ότι δεν ασκούνταν συχνά.

Πόσο συχνά ασκείται το άτομο;



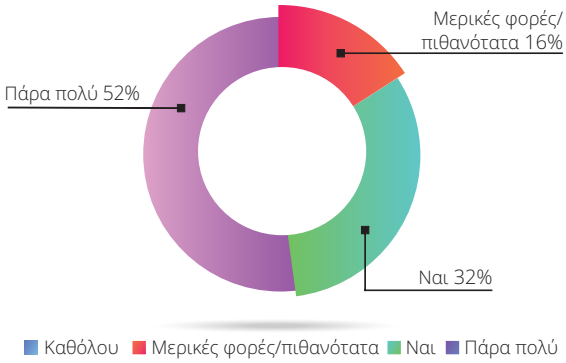
Ομοίως, η πλειοψηφία των ερωτηθέντων (20 συμμετέχοντες, 80%) ήθελαν να ασκούνται πιο συχνά, ενώ οι υπόλοιποι 5 συμμετέχοντες (20%) απάντησαν ότι πιθανότατα ήθελαν να ασκούνται πιο συχνά.

Θέλει το άτομο να ασκείται συχνότερα;



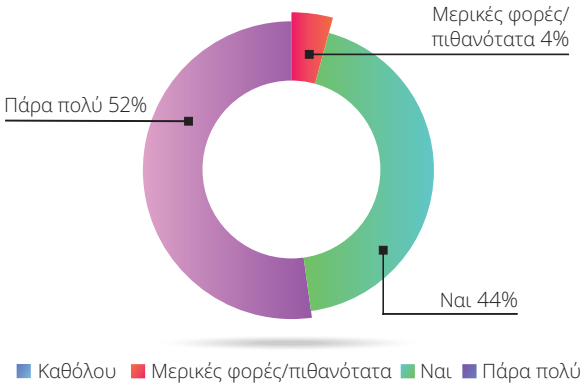
Όταν ρωτήθηκαν για το βαθμό στον οποίο ήθελαν να δοκιμάσουν νέους τρόπους άσκησης, 13 συμμετέχοντες (52%) απάντησαν ότι το ήθελαν πολύ, ενώ άλλοι 8 συμμετέχοντες (32%) απάντησαν ότι το ήθελαν και αυτοί. Τέσσερις συμμετέχοντες (16%) πιθανότατα θα σκεφτόταν να δοκιμάσουν νέους τρόπους άσκησης.

Θέλει το άτομο να δοκιμάσει νέους τρόπους άσκησης;



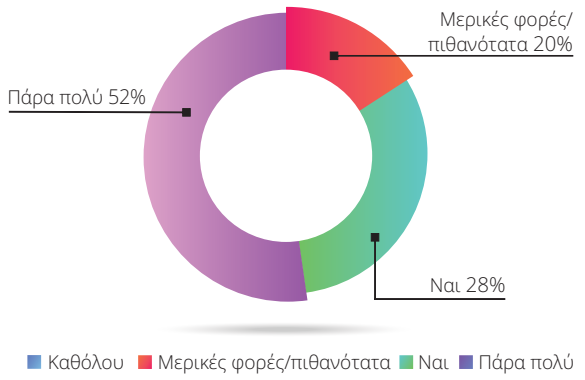
Απαντώντας στην ερώτηση σχετικά με τη χρησιμότητα της άσκησης στο να κάνει τους συμμετέχοντες να αισθάνονται καλύτερα, η πλειοψηφία των ερωτηθέντων (24 συμμετέχοντες, 96%) απάντησε ότι συμφωνεί με τη δήλωση, ενώ μόνο 1 συμμετέχων (4%) απάντησε ότι η άσκηση πιθανώς τον βοήθησε να αισθανθεί καλύτερα.

Η άσκηση τους βοηθάει να αισθάνονται καλύτερα;



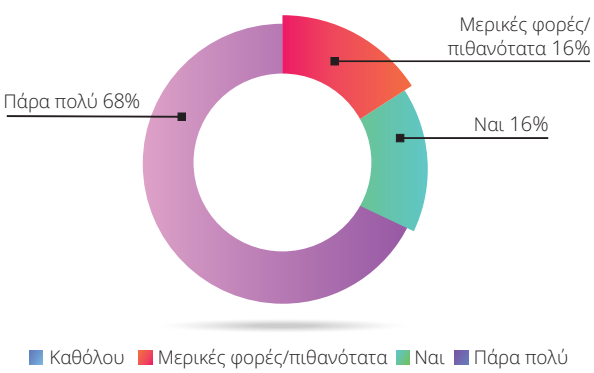
Όταν απάντησαν στην ερώτηση σχετικά με την πεποίθηση ότι οι συμμετέχοντες ήταν καλοί σε αυτό που έκαναν, η πλειοψηφία των ερωτηθέντων (20 συμμετέχοντες, 80%) απάντησαν θετικά, ενώ οι υπόλοιποι 5 συμμετέχοντες (20%) απάντησαν ότι η δήλωση ήταν πιθανώς αληθινή.

Πιστεύει το άτομο ότι είναι καλό σε αυτό που κάνει;



Τέλος, όταν ερωτήθηκαν για το αν θέλουν να γίνουν καλύτεροι, η πλειοψηφία (21 συμμετέχοντες, 84%) εξέφρασε τη γνώμη ότι θα ήθελαν να γίνουν καλύτεροι, ενώ οι υπόλοιποι από τους ερωτηθέντες (4 συμμετέχοντες, 16%) απάντησαν ότι η δήλωση ήταν πιθανώς αληθινή.

Θέλει το άτομο να γίνει καλύτερο;



Κεφάλαιο 3
Ανάλυση των εθνικών καλύτερων πρακτικών

Η έρευνα για τις βέλτιστες πρακτικές πραγματοποιήθηκε με την αναγνώριση περιφερειακών και τοπικών πρωτοβουλιών σε όλες τις χώρες που συμμετείχαν σε αυτό το έργο, χρησιμοποιώντας τις γνώσεις και τα εργαλεία που διαθέτει το έργο, εντοπίζοντας και επικοινωνώντας με τους δικαιούχους που απασχολούνται στους σχετικούς θεματικούς τομείς που σχετίζονται με άτομα με αναπηρία. Όλες οι συμμετέχουσες χώρες προσφέρουν προγράμματα ειδικά για την αναπηρία, τα οποία βασίζονται στην εθνική νομοθεσία. Υπάρχουν ομοιότητες όσον αφορά τους στόχους των προγραμμάτων/δραστηριοτήτων καθώς αυτές τεκμηριώνονται στις βέλτιστες πρακτικές που παρέχονται από τους συμμετέχοντες οργανισμούς σε αυτό το έργο. Η παρακάτω λίστα παρουσιάζει τις ομοιότητες που περιγράφονται παραπάνω:

- Προσωπική ανάπτυξη και κοινωνική μάθηση
- Κοινωνική ένταξη
- Ομαδική εργασία
- Αυτοεκτίμηση, αυτοπεποίθηση, αυτονομία

Μέσω διαφόρων κοινωνικών προγραμμάτων, οι κύριοι στόχοι των βέλτιστων πρακτικών αποσκοπούν στην ενθάρρυνση υψηλότερων επιπέδων συμμετοχής μέσω αθλημάτων σε παιδιά και άτομα με αναπηρία, εισάγοντας αυτές τις ομάδες -στόχους σε διάφορες δραστηριότητες που κυμαίνονται από ιππασία, χορό, ιστιοπλοΐα και περισσότερα. Μέσα από αυτές τις δραστηριότητες τα παιδιά και τα άτομα με αναπηρία μπορούν να αναπτύξουν δια βίου δεξιότητες, όπως καλύτερη αυτοεκτίμηση και αυτοπεποίθηση, να μάθουν να εργάζονται σε ομάδες, έτσι ώστε να μπορούν να αξιοποιήσουν πλήρως τις δυνατότητές τους στη ζωή με την ανεξαρτησία τους Όλοι οι οργανισμοί που συμμετείχαν σε αυτό το έργο, μαζί με τους οργανισμούς των χωρών τους που υλοποιούν και αναπτύσσουν αυτές τις δραστηριότητες στοχεύουν στην κοινωνική ένταξη των ατόμων με αναπηρία στις αντίστοιχες κοινωνίες τους με κάποιο επίπεδο επιτυχίας. Αν και αυτές οι βέλτιστες πρακτικές απευθύνονταν σε άτομα με ειδικές ανάγκες γενικά, η πλειοψηφία αυτών απευθυνόταν σε παιδιά και νεαρά άτομα. Οι συντονιστές αυτού του έργου με τους εταίρους τους ανέπτυξαν ένα ευρύ φάσμα δραστηριοτήτων που απαιτούσαν διαφορετικούς ανθρώπινους, οικονομικούς και υλικούς πόρους προκειμένου να ευαισθητοποιηθούν τα άτομα με ειδικές ανάγκες και να εκπαιδεύσουν τα άτομα σε τέτοια θέματα. Η συμβολή τους είναι πολύτιμη καθώς με την εξειδίκευσή τους, έχουν αναπτύξει δραστηριότητες που μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε μελλοντικά έργα στον τομέα της αναπηρίας και του αθλητισμού.

Τα αποτελέσματα όλων των έργων επιδιώκουν να έχουν πάνω κάτω τις ίδιες επιπτώσεις στην ομάδα-στόχο: να ενθαρρύνουν τα άτομα με αναπηρία να συμμετέχουν σε αθλητικές δραστηριότητες και να βελτιώσουν πλήρως τις δυνατότητές τους στη ζωή. Τέλος, οι προσπάθειές τους αποσκοπούσαν στην ευαισθητοποίηση σχετικά με θέματα αναπηρίας και υγείας όχι μόνο στα άμεσα άτομα που επηρεάζονται από αυτά, αλλά και στους υπεύθυνους χάραξης πολιτικής που έχουν την ικανότητα να αναλαμβάνουν δράσεις δημιουργώντας τη σχετική νομοθεσία.

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

Κατάλογος των βέλτιστων πρακτικών από ΑΕΤΟΙ – Ελλάδα

Καλή **πρακτική 1**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Ελλάδα, Θεσσαλονίκη, Αλεξάνδρειο Μέλαθρο

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Τουρνουά μπάσκετ για άτομα με νοητικές αναπηρίες (PID)

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Αύξηση της αυτοεκτίμησή των ατόμων με νοητικές αναπηρίες

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Προσωπική ανάπτυξη και αναγνώριση

- **Ομάδα στόχος**
  Μαθητές 12-19 ετών με ήπια νοητική αναπηρία

- **Πόροι**

  Υλικά
  Μπάλες μπάσκετ, φαγητό, αναψυκτικά, μπλουζάκι, γήπεδο μπάσκετ.

  Ανθρώπινο δυναμικό
  1 επόπτης, 1 διαιτητής, 1 γραμματέας, 1 άτομο για πρώτες βοήθειες, 4 εθελοντές

  Συνολικά κόστη
  1000€-2000€

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Κάθε χρόνο συνδιοργανώνεται από τον αθλητικό σύλλογο ΑμεΑ, τον Δήμο Θεσσαλονίκης και την περιοχή Θεσσαλονίκης υπό την αιγίδα της εθνικής αθλητικής ομοσπονδίας τουρνουά μπάσκετ ΑμεΑ με τη συμμετοχή ειδικών σχολείων Θεσσαλονίκης. Οι ομάδες μπάσκετ από 5 ειδικά σχολεία και ο αθλητικός σύλλογος ΑμεΑ ΑΕΤΟΙ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ συναντιούνται κάθε χρόνο για μία ημέρα και διεξάγονται 3 αγώνες. Τα ζευγάρια σχηματίζονται με τέτοιο τρόπο ώστε οι ομάδες να είναι ισοδύναμες. Οι εκπαιδευτικοί των σχολείων μπορούν επίσης να συμμετέχουν στις ομάδες προκειμένου να διευκολύνουν κυρίως τις ομάδες ειδικών σχολείων με μέτριες έως σοβαρές διανοητικές αναπηρίες. Για όλα σχεδόν τα σχολεία η ημέρα των αγώνων είναι εκδρομή και έτσι οι μαθητές που δεν συμμετέχουν στην ομάδα παρακολουθούν τους αγώνες από τις κερκίδες. Οι διοργανωτές παρέχουν χυμούς και σάντουιτς για όλους τους παρευρισκόμενους. Στο τέλος όλοι οι συμμετέχοντες στους αγώνες παίρνουν μετάλλιο ανεξάρτητα από το αποτέλεσμα ενώ το σχολείο παίρνει ένα κύπελλο.

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**
  - Η ύπαρξη κοινού στεις κερκίδες
  - Η διάδοση της εκδήλωσης ειδικά στην τηλεόραση αφού οι PID γίνεται πραγματικά ενθουσιώδες βλέποντας τον εαυτό του στην τηλεόραση.
  - Απονομή μεταλλίου και διπλώματος συμμετοχής σε κάθε συμμετέχοντα.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**
  Τα άτομα με αναπηρία αισθάνονται ενθουσιασμό για τη συμμετοχή και την ανταμοιβή τους. Η αυτοεκτίμησή τους, που αποτελεί βασικό παράγοντα στην ποιότητα ζωής, αυξάνεται.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**
  Στις ομάδες μπορούν να συμμετέχουν και άτομα με αναπηρία, π.χ. καθηγητές φυσικής αγωγής, ώστε οι ομάδες να μπορούν να ισορροπήσουν και να διευκολύνουν το παιχνίδι μεταξύ τους.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**
  N/A

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**
  https://aetoithessalonikis.gr/actions/

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

Καλή **πρακτική 2**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Ελλάδα, Γουδή, Λεωφόρος Π.Κανελλοπούλου 10

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Θεραπευτικές συνεδρίες ιππασίας με παιδιά και ενήλικες με αναπηρίες

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Παροχή συνεδριών σε παιδιά και ενήλικες με σωματικές, ψυχικές ή συναισθηματικές διαταραχές ή μειονεκτήματα που στοχεύουν στη βελτίωση της συνολικής υγείας και ποιότητας της ζωής τους.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Προσωπική ανάπτυξη, βελτίωση της αίσθησης της κίνησης και προσωπική ανεξαρτησία.

- **Ομάδα στόχος**
  Παιδιά και ενήλικες με σωματικές, ψυχικές ή συναισθηματικές διαταραχές.

- **Πόροι**

  Υλικά
  Άλογα

  Ανθρώπινο δυναμικό
  Εκπαιδευτές, Εθελοντές

  Συνολικά κόστη
  N/A

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**
  Η θεραπευτική ιππασία είναι μια μοναδική εμπειρία για άτομα με μειονεκτήματα που ποτέ δεν πίστευαν ότι μπορούσαν να ιππεύσουν.

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Η θεραπευτική ιππασία είναι ένα πρόγραμμα αποκατάστασης, όπου το άλογο είναι το θεραπευτικό μέσο. Βελτιώνει τη συνολική υγεία και ποιότητα ζωής των ατόμων με σωματικές, ψυχικές ή συναισθηματικές διαταραχές ή μειονεκτήματα. Το άλογο γίνεται προέκταση του δικού τους σώματος. Τους βοηθά να βρουν νέες εμπειρίες και να ανακαλύψουν πρωτόγνωρα συναισθήματα. Η ευχαρίστηση μιας βόλτας ή η συγκίνηση μιας βόλτας στην εξοχή ή κυρίως αυτή η πολύτιμη αίσθηση κίνησης και προσωπικής ανεξαρτησίας. Επιπλέον, το βάδισμα ενός αλόγου μοιάζει με το ανθρώπινο βάδισμα. Επομένως, προσομοιώνει την ίδια αίσθηση κίνησης στο σώμα του αναβάτη που παράγει το περπάτημα σε άτομα χωρίς αναπηρία. Με αυτόν τον τρόπο, οι μύες του κορμού των ατόμων με κινητικά προβλήματα ενισχύονται σημαντικά ενώ ταυτόχρονα η όρθια στάση στο άλογο προάγει την καλή αναπνοή. Η θεραπευτική ιππασία είναι μια μοναδική εμπειρία για άτομα με μειονεκτήματα που ποτέ δεν πίστευαν ότι μπορούσαν να οδηγήσουν και ως προσέγγιση διαφέρει από τις παραδοσιακές θεραπείες στα γυμναστήρια, τη φυσικοθεραπεία και την υδροθεραπεία.
Η Θεραπευτική Ιππασία είναι μια συμπληρωματική θεραπεία σε άλλες πρόσθετες θεραπείες (φυσιοθεραπεία, εργοθεραπεία, λογοθεραπεία, ψυχανάλυση, κοινωνική αποκατάσταση κλπ) που μπορεί επίσης να έχουν οι συμμετέχοντες.

Η θεραπευτική ιππασία χωρίζεται σε:
• Ιπποθεραπεία: θεραπεία με το άλογο ως ιατρική μέθοδο
• Εκπαιδευτική Θεραπευτική Ιππασία: έχει να κάνει με την ανάπτυξη της ψυχικής υγείας και τις γνώσεις της
• Αναπτυξιακή Θεραπευτική Ιππασία: αθλητική ιππασία για συμμετέχοντες άτομα με αναπηρία

Επιπλέον, ο Σύλλογος Θεραπευτικής Ιππασίας Ελλάδος (ΣΘΙΕ) έχει αναπτύξει ένα εκπαιδευτικό πρόγραμμα για την κατάρτιση εκπαιδευτών στη Θεραπευτική Ιππασία και έχει επίσης αναπτύξει ένα πρόγραμμα πρακτικής άσκησης για φοιτητές σχολών που σχετίζονται με την αποκατάσταση.

➤ **Επιπτώσεις του προγράμματος**

Τα άτομα με αναπηρία μπορούν να επωφεληθούν από:

• βελτίωση της ισορροπίας του σώματος, της στάσης του σώματος και του ελέγχου της κεφαλής

• μείωση της σπασμών

• διεύρυνση του εύρους των κινήσεων

• ενίσχυση του συντονισμού και της κινητικότητας

• βελτίωση της ικανότητας προσοχής και εστίασης, οπτικοκινητικής ικανότητας και αίσθησης κατεύθυνσης

• βελτίωση της ευαισθητοποίησης του σώματος, της ενέργειας, της δραστηριότητας, της αντίληψης, της εγρήγορσης

• προάγει την κοινωνικότητα, την αυτοπεποίθηση και την αυτοεκτίμηση

➤ **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**

Ορισμένες συνθήκες για τις οποίες η Θεραπευτική Ιππασία είναι μια ενδεικτική μέθοδος αποκατάστασης, περιλαμβάνουν:

- Εγκεφαλική παράλυση
- Σύνδρομο Down
- Τραυματισμοί στη σπονδυλική στήλη
- Αυτισμός
- Πολλαπλή σκλήρυνση
- Υδροκεφαλία
- Εγκεφαλικό/Αποπληξία
- Μικροκεφαλία
- Αρθρίτιδα
- Αναπτυξιακές διαταραχές
- Απουσία ή παραμόρφωση των άκρων
- Διαταραχές της συμπεριφοράς
- Τύφλωση
- Συναισθηματικές διαταραχές
- Κώφωση
- Μαθησιακές διαταραχές
- Διαταραχές αφής
- Νοητικές διαταραχές και άλλες διαταραχές

➤ **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**

N/A

➤ **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**

www.aetoithessalonikis.gr/actions

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

Καλή **πρακτική 3**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Ελλάδα, Χανιά

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Τουρνουά Baskin από τον Αριών Χανίων

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Παροχή ευκαιριών σε νέους με αναπηρία να αθλούνται και να συμμετέχουν συστηματικά σε προγράμματα αναψυχής με την καθοδήγηση ειδικών στην προσαρμοσμένη φυσική αγωγή.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Προσωπική ανάπτυξη και κοινωνικοποίηση

- **Ομάδα στόχος**
  Νέοι με σωματικές και ψυχικές αναπηρίες

- **Πόροι**

  Υλικά
  Μπάλες μπάσκετ, γήπεδο μπάσκετ

  Ανθρώπινο δυναμικό
  1 διαιτητής, 1 γραμματέας, 1 άτομο για πρώτες βοήθειες, 4 εθελοντές

  Συνολικά κόστη
  150€/το παιχνίδι

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Το Baskin, ως πρόγραμμα, εμπνέεται από το μπάσκετ, αλλά περιλαμβάνει προσαρμογές και στοχεύει στην επίτευξη της ένταξης των αθλητών στην κοινωνία και την αλληλεπίδρασή τους με άλλους αθλητές. Παίζεται από 2 ομάδες των 6 ατόμων, χρησιμοποιώντας το γήπεδο μπάσκετ. Εκτός από τα 2 κλασικά καλάθια που τοποθετούνται στο γήπεδο υπάρχουν 2 επιπλέον πτυσσόμενα καλάθια με μέγιστο ύψος 1μ έως 1,20μ και 2μ έως 2,20μ που τοποθετούνται στη μέση των μακριών πλευρών του γηπέδου μπάσκετ. Κάθε παιχνίδι διαρκεί 24 λεπτά συνολικά, με 4 συνεδρίες των 6 λεπτών το καθένα. Κάθε παίκτης κατηγοριοιποιείται με έναν αριθμό/ρόλο από 5 έως 1. Το άθροισμα των αριθμών που καθορίζουν τον ρόλο πρέπει να είναι μικρότερο ή ίσο με 23. Οι ρόλοι ανατίθενται με βάση τις αντιληπτικές-κινητικές δεξιότητες των παικτών, όπως κίνηση χεριών, περπάτημα, ισορροπία, τρέξιμο, λεκτική κατανόηση και κατανόηση των εντολών.

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**
  Η ύπαρξη ενθουσιώδους κοινού στις κερκίδες.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**
  Τα άτομα με αναπηρία αισθάνονται ενθουσιασμό για τη συμμετοχή τους σε αυτή την αθλητική δραστηριότητα.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**
  Προσαρμογή σε ένα υπάρχον άθλημα, δηλαδή το μπάσκετ.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**
  N/A

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**
  https://www.mixanitouxronou.gr/o-arion-chanion-proto-somatio-amea-pou-diedose-athlima-tou-baskin-stin-ellada-simmetochi-se-diethnis-diorganosis-diakrisis-ke-ta-empodia-pou-antimetopizi/

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

Καλή **πρακτική 4**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Ελλάδα, Αθήνα

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  "RePower"

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Η Ελληνική Παραολυμπιακή Επιτροπή και η ΜΚΟ "Ισότιμη Κοινωνία" (Equal Society) μέσω της πρωτοβουλίας "RePower" αναδεικνύουν τη δύναμη του αθλητισμού ως εργαλείου για σωματική και ψυχική ισορροπία και κοινωνική ένταξη των προσφύγων με αναπηρία, αλλάζοντας τη ζωή των ανθρώπων.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Προσωπική ανάπτυξη και κοινωνικοποίηση

- **Ομάδα στόχος**
  Ομάδα προσφύγων και μεταναστών με αναπηρία

- **Πόροι**

  Υλικά
  Αθλητικός εξοπλισμός για διάφορα αθλήματα

  Ανθρώπινο δυναμικό
  Προσωπικό φυσικής αγωγής, εθελοντές

  Συνολικά κόστη
  N/A

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Η ΜΚΟ "Ισότιμη Κοινωνία" στοχεύει στην ευαισθητοποίηση και την ενημέρωση των πολιτών για τα δικαιώματά τους στην ισότητα, την ίση μεταχείριση και τη μη διάκριση σε όλους τους τομείς της κοινωνικής ζωής, ιδιαίτερα στην εκπαίδευση, την επαγγελματική κατάρτιση, την απασχόληση, την κοινωνική ασφάλιση, την υγεία και την επιχειρηματικότητα. Επιπλέον, αν και καταβάλλονται προσπάθειες επιτυχούς ενσωμάτωσης προσφύγων σε τοπικές κοινότητες βασισμένες σε τρεις πυλώνες: οικονομική, νομική και κοινωνική δράση, οι αθλητικές δραστηριότητες αγνοούνται συστηματικά.

Ο αθλητισμός μπορεί να είναι ένα πολύτιμο εργαλείο για την σωματική και ψυχική ισορροπία και την κοινωνική ένταξη. Η πρωτοβουλία "Re-Power" στοχεύει στην αύξηση της αθλητικής συμμετοχής των προσφύγων με αναπηρία και στην ευαισθητοποίηση της προσφυγικής κοινότητας για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρία. Η πρωτοβουλία υλοποιεί τις ακόλουθες δράσεις:

• Αθλητικές δραστηριότητες 50 νέων Ελλήνων και προσφύγων με αναπηρία σε μια κοινή ομάδα.
• Διαγωνισμοί κινητοποίησης ομιλίας και επίδειξης σε κέντρα υποδοχής προσφύγων από παραολυμπιονίκες, μέλη της Παραολυμπιακής Επιτροπής ή νέους πρόσφυγες με αναπηρία που έχουν συμμετάσχει στις προαναφερθείσες αθλητικές δραστηριότητες.
• Εκπαιδευτικά εργαστήρια για άτομα με αναπηρία για επίσημη ένταξη σε αθλητικούς συλλόγους.
• Εργαστήρια για δημοσιογράφους για να έρθουν σε επαφή με τα Παραολυμπιακά αθλήματα και να μάθουν πώς να προσεγγίζουν την αναπηρία.

Η πρωτοβουλία "RePower" υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος "Ταμείο Ενεργών

Πολιτών" με διαχειριστικό όργανο την Ελληνική Παραολυμπιακή Επιτροπή και εταίρο την Ισότιμη Κοινωνία. Το "Ταμείο Ενεργών Πολιτών" είναι ένα πρόγραμμα 12 εκατομμυρίων ευρώ που χρηματοδοτείται από την Ισλανδία, Λιχτενστάιν και Νορβηγία και αποτελεί μέρος του μηχανισμού χρηματοδότησης του Ευρωπαϊκού Οικονομικού Χώρου (ΕΟΧ) για την περίοδο 2014-2021. Το πρόγραμμα στοχεύει στην ενίσχυση και ενίσχυση της βιωσιμότητας της κοινωνίας των πολιτών και στην ανάδειξη του ρόλου της στην προώθηση των δημοκρατικών διαδικασιών, στην ενίσχυση της συμμετοχής των πολιτών στο κοινό και στην προάσπιση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων. Η διαχείριση του προγράμματος "Ταμείο ενεργών πολιτών" για την Ελλάδα έχει αναληφθεί από κοινού από το Ίδρυμα Μποδοσάκη και τον Οργανισμό "Αλληλεγγύη Τώρα".

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**

  Ο ενθουσιασμός όλων των ατόμων που εμπλέκονται στο σχεδιασμό και την υλοποίηση των αθλητικών δραστηριοτήτων.

  Η ευκαιρία που έχει η ομάδα προσφύγων και μεταναστών με αναπηρία να συμμετάσχει σε εκπαιδευτικά εργαστήρια που θα τους επιτρέψουν να ενταχθούν σε αθλητικούς συλλόγους.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**

  Ομάδα προσφύγων και μεταναστών με αναπηρίες αισθάνονται ενθουσιασμό για τη συμμετοχή τους σε αθλητικές δραστηριότητες και εκπαιδευτικά εργαστήρια. Η αυτοεκτίμησή τους, που αποτελεί βασικό παράγοντα στην ποιότητα ζωής, αυξάνεται.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**

  Η έκθεση που έχουν οι δημοσιογράφοι μέσω εργαστηρίων, όπου έρχονται σε επαφή με τα Παραολυμπιακά αθλήματα και μάθηματα για το πώς να προσεγγίζετε την αναπηρία.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**

  N/A

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**

  http://equalsociety.gr

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

Καλή **πρακτική 5**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Ελλάδα, Οφρύνιο Καβάλας

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Αθλητική κατασκήνωση για ΑμεΑ

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Δείνεται η δυνατότητα σε άτομα με κινητικές αναπηρίες να συμμετέχουν σε ομαδικές αθλητικές δραστηριότητες, προκειμένου να αποκομίσουν οφέλη τόσο σωματικά όσο και ψυχοκοινωνικά, μέσω της προσπάθειας, της αντιπαλότητας και της χαράς της συμμετοχής.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Προσωπική ανάπτυξη και κοινωνικοποίηση

- **Ομάδα στόχος**
  Άτομα με κινητικές αναπηρίες

- **Πόροι**

  Υλικά
  Εξοπλισμός που σχετίζεται με δραστηριότητες όπως κολύμπι, κανό, τοξοβολία, ιππασία.

  Ανθρώπινο δυναμικό
  διοικητικό προσωπικό, εθελοντές

  Συνολικά κόστη
  150€/συμμετοχή

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**
  Αυξημένος ενθουσιασμός από το προσωπικό και τους εθελοντές που εκτελούν τις συγκεκριμένες δραστηριότητες

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Σκοπός της κατασκήνωσης ήταν να φέρει τους συμμετέχοντες με κινητικές αναπηρίες σε επαφή με ομαδικές αθλητικές δραστηριότητες, προκειμένου να αποκομίσει οφέλη τόσο σωματικά όσο και ψυχοκοινωνικά, μέσω της προσπάθειας, της αντιπαλότητας και της χαράς της συμμετοχής.

Άτομα με σωματικές αναπηρίες από την Ελλάδα και τη Σερβία βίωσαν και συμμετείχαν σε αθλήματα όπως κολύμβηση, κανό, τοξοβολία, ιππασία κ.λπ., στο μοναδικό φυσικό περιβάλλον της κατασκήνωσης, με την υποστήριξη του Συλλόγου Γονέων και Φίλων Αθλητών με Αναπηρία. Οι δραστηριότητες χρηματοδοτούνται από την εταιρεία «Frontis Medical Care».

Η αθλητική κατασκήνωση για άτομα με κινητικές αναπηρίες πραγματοποιήθηκε στις 26-29 Αυγούστου 2016.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**
  Τα άτομα από την Ελλάδα και τη Σερβία με κινητικές αναπηρίες αισθάνονται ενθουσιασμό για τη συμμετοχή τους σε μια ποικιλία ομαδικών αθλητικών δραστηριοτήτων.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**
  Η ομάδα των συμμετεχόντων, από την Ελλάδα και τη Σερβία.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**
  N/A

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**
  N/A

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

Καλή **πρακτική 6**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Ελλάδα, Νέα Φιλαδέλφεια, Αθήνα

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Καλοκαιρινή κατασκήνωση για παιδιά με διαταραχές φάσματος αυτισμού

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Δώστε τη δυνατότητα στα παιδιά με αναπηρία να συμμετέχουν σε δημιουργικές δραστηριότητες, όπως ζωγραφική, μουσική, κατασκευές και εφαρμοσμένη φυσική αγωγή, με στόχο την ενίσχυση της αυτοπεποίθησής τους, καθώς και την ενίσχυση των δεξιοτήτων και της κοινωνικοποίησής τους.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Προσωπική ανάπτυξη και κοινωνικοποίηση

- **Ομάδα στόχος**
  40 παιδιά με αναπηρίες ηλικίας 5 έως 12 ετών

- **Πόροι**

  Υλικά
  Εξοπλισμός που σχετίζεται με δημιουργικές δραστηριότητες, όπως ζωγραφική, μουσική, κατασκευές και εφαρμοσμένη φυσική αγωγή

  Ανθρώπινο δυναμικό
  EPILOGI προσωπικό, εθελοντές

  Συνολικά κόστη
  N/A

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Η ΕΠΙΛΟΓΗ (EPILOGI) (Koin.S.Ep.) είναι ένα Κέντρο Ειδικών Θεραπειών και Προσαρμοσμένων Δραστηριοτήτων για άτομα με ειδικές ανάγκες και στοχεύει στην παροχή υπηρεσιών κοινωνικής πρόνοιας σε βρέφη, παιδιά και άτομα με αναπηρία, δίνοντας ιδιαίτερη έμφαση στα παιδιά με διαταραχές στο φάσμα του αυτισμού. Οι δραστηριότητές του επικεντρώνονται στην παροχή προγραμμάτων ψυχολογικής υποστήριξης και παροχής συμβουλών σε παιδιά και οικογένειες, θεραπευτικά προγράμματα (λογοθεραπεία, εργοθεραπεία κ.λπ.), καθώς και εναλλακτικές θεραπευτικές δραστηριότητες (εικαστική θεραπεία, θεατρική θεραπεία, θεατρική θεραπεία κ.), με στόχο την ψυχοκοινωνική αποκατάσταση και επανένταξη ατόμων που αντιμετωπίζουν προβλήματα ψυχικής υγείας.

Στο πλαίσιο των δραστηριοτήτων της, το EPILOGI KOINSEP διοργανώνει θερινές κατασκηνώσεις για παιδιά με διαταραχές του φάσματος του αυτισμού, δίνοντάς τους τη δυνατότητα συμμετοχής σε δημιουργικές δραστηριότητες, όπως ζωγραφική, μουσική, κατασκευές και εφαρμοσμένη φυσική αγωγή, με στόχο την ενίσχυση της αυτοπεποίθησής τους καθώς και την ενίσχυση των δεξιοτήτων και την κοινωνικοποίησή τους. Το «Ίδρυμα Λάτση» υποστήριξε αυτήν την πρωτοβουλία καλύπτοντας εν μέρει το κόστος λειτουργίας του θερινού προγράμματος δημιουργικής δέσμευσης που εφαρμόστηκε το καλοκαίρι του 2019.

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**
  Αυξημένος ενθουσιασμός από το προσωπικό και τους εθελοντές που ασκούν τις συγκεκριμένες δραστηριότητες

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**
  Τα παιδιά με αναπηρίες αισθάνονται ενθουσιασμό για τη συμμετοχή τους σε καλοκαιρινές δραστηριότητες, όταν τα σχολεία είναι κλειστά.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**
  Ο συνδυασμός δημιουργικών δραστηριοτήτων, όπως ζωγραφική, μουσική, κατασκευές και εφαρμοσμένη φυσική αγωγή.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**
  N/A

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**
  https://www.latsis-foundation.org/eng/grants/summer-camps-for-children-with-autism-spectrum-disorders

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

Καλή **πρακτική 7**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Ελλάδα-Αθήνα, Ισπανία-Μαδρίτη, Γαλλία-Νανσύ

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  European Alive και Kicking Project

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Ένα πρόγραμμα βασισμένο στις ανθρωπιστικές αξίες του E.PSY.ME και των εταίρων του με τη βοήθεια της γνώσης που παρέχει η Sport Psychology και ο ευεργετικός αντίκτυπός της στη ζωή των ανθρώπων. Ο στόχος του είναι να προωθήσει τις εθελοντικές δραστηριότητες στον αθλητισμό, μαζί με την κοινωνική ένταξη, τις ίσες ευκαιρίες και την επίγνωση της σημασίας της σωματικής δραστηριότητας που ενισχύει την υγεία μέσω της αυξημένης συμμετοχής και της ίσης πρόσβασης στον αθλητισμό για όλους.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Οι κοινωνικοί παράγοντες (π.χ η συνεργασία και η δυνατότητα επιλογής) διευκολύνουν τη διαδικασία της οργανικής ολοκλήρωσης και προωθούν τον αυτοπροσδιορισμό εάν ικανοποιούν τρεις έμφυτες ψυχολογικές ανάγκες για αυτονομία, ικανότητα και συγγένεια.

- **Ομάδα στόχος**
  358 νέοι με διαταραχή αυτισμού υψηλής λειτουργικότητας και διανοητικές αναπηρίες

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Το “Alive & Kicking” είναι εμπνευσμένο, σχεδιασμένο και οργανωμένο από το “Ploes” E.Psy.Me. σε συνεργασία με τους ακόλουθους συμμετέχοντες οργανισμούς και πανεπιστήμια: Πανελλήνια Ένωση Προσαρμοσμένων Δραστηριοτήτων «Άλμα», Κέντρο Επαγγελματικής Κατάρτισης «Μαργαρίτα», Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών από Ελλάδα, Ευρωπαϊκό Πανεπιστήμιο Μαδρίτης από Ισπανία, Αμφίδρομο Χοροθέατρο από Κύπρο, Πανεπιστήμιο Λωρραίνης από Γαλλία και Associação Para A Recuperação de Cidadãos Inadaptados Da Lousã ARCIL από την Πορτογαλία.

Οι επαγγελματίες που συμμετέχουν σε αυτό το έργο προέρχονται από διάφορους ακαδημαϊκούς κλάδους και έχουν συγκεντρωθεί όλοι κάτω από έναν κοινό στόχο: να επηρεάσουν τη ζωή των νέων με διανοητική αναπηρία. Η ομάδα δημιουργεί αθλητικές κλινικές για νέους με Αυτισμό Υψηλής Λειτουργίας και διανοητική αναπηρία σε ένα αθλητικό περιβάλλον. Η εργασία είναι εφαρμόζεται στους τομείς της επιβεβαίωσης και της αυτο-ομιλίας, του άγχους, της αυτοπεποίθησης, της συνέπειας, της εστίασης και της συγκέντρωσης, του καθορισμού στόχων, των κινήτρων, της οικοδόμησης ομάδας και της συνοχής. Οι παραπάνω τομείς είναι πλήρως και επαγγελματικά προσαρμοσμένοι στις ανάγκες κάθε συγκεκριμένου ατόμου.

- **Πόροι**

  Υλικά

  Αθλητικά γήπεδα

  Ανθρώπινο δυναμικό

  8 συνεργάτες, 24 επιστήμονες

  Συνολικά κόστη

  N/A

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**

  Χρησιμοποιώντας τη θεωρία του αυτοπροσδιορισμού ως πλαίσιο (Deci & Ryan, 1985: Ryan & Deci, 2000, 2002) αυτό το έργο προσπαθεί να δηλώσει ότι η αντιληπτή ικανότητα, η αυτονομία και η σχετικότητα επηρεάζουν το επίπεδο εγγενών κινήτρων των ατόμων με διανοητική αναπηρία στον αθλητισμό και στην καθημερινή ζωή γενικότερα.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**

  Η σχέση μεταξύ ικανότητας, αυτονομίας και συγγένειας των ατόμων με αναπηρία μπορεί να αλλάξει τη στάση των ανθρώπων απέναντι στην ίδια τη ζωή και τελικά τον τρόπο ζωής τους.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**

  Η συνεργασία οργανισμών και πανεπιστημίων σε τρεις χώρες της ΕΕ.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**

  N/A

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**

  https://alive-kicking.org

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

Καλή **πρακτική 8**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Ελλάδα, Αθήνα; Δήμος Ελευσίνας; Θεσσαλονίκη, Δήμος Κορδελιού-Ευόσμου

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Αυτό το καλοκαίρι είναι δικό μας (This Summer is Ours)

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Δείνει τη δυνατότητα σε παιδιά και νέους με διανοητική και σωματική αναπηρία να συμμετέχουν σε δημιουργικές δραστηριότητες το καλοκαίρι.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Προσωπική ανάπτυξη και κοινωνικοποίηση

- **Ομάδα στόχος**
  Παιδιά, έφηβοι και νέοι (από 10 έως 29 ετών) με διανοητικές και σωματικές αναπηρίες

- **Πόροι**

  Υλικά
  Εξοπλισμός που απαιτείται για μια ποικιλία δημιουργικών δραστηριοτήτων (αθλητικές δραστηριότητες, εργαστήρια, καλλιτεχνικές εκδηλώσεις, θεατρικά έργα και πολλά άλλα)

  Ανθρώπινο δυναμικό
  ELIX προσωπικό, εθελοντές

  Συνολικά κόστη
  N/A

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Το «Αυτό το Καλοκαίρι είναι Δικό μας» ξεκίνησε το 2013 με την υποστήριξη της εταιρείας «Ελληνικά Πετρέλαια» και του Δήμου Ελευσίνας στην Αττική και του Κορδελιού-Ευόσμου στη Θεσσαλονίκη. Το πρόγραμμα στοχεύει στην υποστήριξη παιδιών και νέων με διανοητική και σωματική αναπηρία, παρέχοντάς τους την ευκαιρία να περάσουν ένα ποιοτικό καλοκαιρινό χρόνο μέσω δημιουργικών δραστηριοτήτων (αθλητικές δραστηριότητες, εργαστήρια, καλλιτεχνικές εκδηλώσεις, θεατρικές παραστάσεις και πολλά άλλα), καθώς είναι δύσκολο για αυτή την ομάδα στόχου για να βρουν οποιεσδήποτε δραστηριότητες θα μπορούσαν να λάβουν μέρος κατά τη διάρκεια του καλοκαιριού.

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**
  Εμπειρία στη λειτουργία αυτού του προγράμματος για μερικά χρόνια.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**
  Τα παιδιά με αναπηρίες αισθάνονται ενθουσιασμό για τη συμμετοχή τους σε καλοκαιρινές δραστηριότητες, όταν το σχολείο έχει κλείσει.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**
  Συνδυασμός δημιουργικών δραστηριοτήτων με τη βοήθεια του προσωπικού της ELIX και εθελοντών (για το 2018) μέσω του έργου European Voluntary Service (EVS) με τίτλο "V.I.P. - Ο εθελοντισμός είναι δυνατός" (Volunteering is Possible) με την οικονομική υποστήριξη του προγράμματος Erasmus+ που χρηματοδοτήθηκε από την Ευρωπαϊκή Επιτροπή.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**
  N/A

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**
  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

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

Καλή **πρακτική 9**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Ελλάδα, Δήμος Ιλίου, Αθήνα

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Πρόγραμμα Θερινής Δημιουργικής Απασχόλησης Παιδιών Με Αναπηρία

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Αύξηση της αυτοεκτίμησης των μαθητών με νοητικές αναπηρίες.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Προσωπική ανάπτυξη και κοινωνικοποίηση

- **Ομάδα στόχος**
  Παιδιά με ηλικίες από 5 έως 14 ετών, με διάφορες διαταραχές (ψυχικές διαταραχές, σύνδρομο Down, Διαταραχές Αυτιστικού Φάσματος, κινητικές δυσκολίες και άλλα).

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Κάθε καλοκαίρι, οι κοινωνικές υπηρεσίες του Δήμου Ιλίου διοργανώνουν και λειτουργούν θερινές κατασκηνώσεις για παιδιά με αναπηρία, στην περιοχή του Ιλίου.

Οι δραστηριότητες στοχεύουν στην ενίσχυση της πνευματικής, πνευματικής και κοινωνικής ανάπτυξης των παιδιών μέσω δραστηριοτήτων όπως: θεατρικό παιχνίδι, εικαστικές τέχνες, μουσική-κινητική, γυμναστική, χορός, ομαδικά παιχνίδια που σχεδιάζονται και υλοποιούνται από εξειδικευμένους επαγγελματίες. Οι δραστηριότητες υλοποιούνται σε συνεργασία με τον Σύλλογο Εκπαιδευτικών του Ειδικού Δημοτικού Σχολείου Ιλίου και τον Σύλλογο Γονέων του, αμέσως μετά το τέλος του σχολικού έτους, για περίοδο τεσσάρων (4) εβδομάδων.

- **Πόροι**

  Υλικά

  Ο εξοπλισμός που απαιτείται για όλες τις σχεδιασμένες δραστηριότητες

  Ανθρώπινο δυναμικό

  Προσωπικό κοινωνικών υπηρεσιών, εθελοντές, εκπαιδευτικοί στο Ειδικό Δημοτικό Σχολείο Ιλίου.

  Συνολικά κόστη

  N/A

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**

  Αυξημένος ενθουσιασμός από το προσωπικό και τους εθελοντές που εκτελούν τις συγκεκριμένες δραστηριότητες

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**

  Τα παιδιά με αναπηρίες αισθάνονται ενθουσιασμό για τη συμμετοχή τους σε καλοκαιρινές δραστηριότητες, όταν το σχολείο έχει κλείσει.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**

  Οι δραστηριότητες σχεδιάζονται από επαγγελματίες και εκπαιδευτικούς στο Ειδικό Δημοτικό Σχολείο Ιλίου.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**

  N/A

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**

  http://www.ilionsocial.gr/el/ypiresies/therini_amea

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

Καλή **πρακτική 10**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Ελλάδα, Αθήνα, Κέντρο Πολιτισμού Υδρυμα Σταύρος Νιάρχος (SNFCC)

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Αθλητισμός για όλους

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Η αθλητική δραστηριότητα του SNFCC «Αθλητισμός για όλους» στοχεύει να ενθαρρύνει και να υποστηρίξει τη συμμετοχή παιδιών με αναπηρία στον αθλητισμό.

- **Ποιον παράγοντα Ποιότητας Ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Προσωπική ανάπτυξη και κοινωνικοποίηση

- **Ομάδα στόχος**
  Για παιδιά ηλικίας 6-12 ετών και ενήλικες συνοδούς τους

- **Πόροι**

  Υλικά
  Αθλητικός εξοπλισμός

  Ανθρώπινο δυναμικό
  Εξειδικευμένοι καθηγητές φυσικής αγωγής

  Συνολικά κόστη
  N/A

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Η αθλητική δραστηριότητα του SNFCC «Αθλητισμός για όλους» στοχεύει στην ενθάρρυνση και υποστήριξη της συμμετοχής παιδιών με αναπηρία στον αθλητισμό. Υπό τη διεύθυνση εξειδικευμένων καθηγητών φυσικής αγωγής και μέσω ειδικά σχεδιασμένων παιχνιδιών και ψυχαγωγικών αθλητικών δραστηριοτήτων, τα παιδιά έχουν την ευκαιρία να αναπτύξουν τις κινητικές τους ικανότητες. Εν τω μεταξύ, βιώνουν τη δύναμη της συνεργασίας και της ομαδικής εργασίας και περνούν τον ελεύθερο χρόνο τους δημιουργικά στο πάρκο Σταύρος Νιάρχος.

Ο σχεδιασμός και η εφαρμογή του προγράμματος πραγματοποιείται από την ομάδα «Αναγέννηση & Πρόοδος», σε συνεργασία με το Εργαστήριο Προσαρμοσμένης Φυσικής Δραστηριότητας/ Αναπτυξιακών & Φυσικών Αναπηριών, στο Εθνικό & Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών.

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**
  Ευκαιρία να απολαύσετε αθλητικές δραστηριότητες σε ένα φημισμένο νέο πάρκο στην Αθήνα, στο SNP.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**
  Στοχεύει στη βελτίωση της ευημερίας των παιδιών με αναπηρία μαζί με τους συνοδούς τους.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**
  Συνεργασία επαγγελματιών με καθηγητές στο Εργαστήριο Προσαρμοσμένης Φυσικής Δραστηριότητας/Αναπτυξιακών & Φυσικών Αναπηριών, στο Εθνικό & Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών για τον σχεδιασμό και την υλοποίηση του προγράμματος.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**
  N/A

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**
  https://www.snfcc.org/en/events/sports-everyone/8068

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

Κατάλογος των βέλτιστων πρακτικών από AMVIAC – Mexico

Καλή **πρακτική 1**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Μέξικο, Μορέλια, Κουλιακάν

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Futbeis

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Οι νέοι με διανοητική αναπηρία να μπορούν να ασκήσουν ένα νέο άθλημα.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Προσωπική ανάπτυξη και αναγνώριση

- **Ομάδα στόχος**
  10-25 ετών μαθητές με ήπια νοητική αναπηρία

- **Πόροι**

  Υλικά
  Σορτς, φανέλλα, τένις, μπάλα βινυλίου.

  Ανθρώπινο δυναμικό
  4 διαιτητές, 2 εθελοντές

  Συνολικά κόστη
  20€ - 40€

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Το Futbeis είναι ένα τροποποιημένο παιχνίδι παρόμοιο με το μπέιζμπολ, αλλά με τις ακόλουθες παραλλαγές: χρησιμοποιείται μια μπάλα βινυλίου ή μια μπάλα ποδοσφαίρου και ένα άουτ γίνεται όταν οι αμυντικοί παίκτες παίρνουν τη μπάλα και την ρίχνουν στους συμπαίκτες τους (που παρακολουθούν τις τέσσερις βάσεις του διαμαντιού), προτού οι παίκτες της επιθετικής ομάδας τους καταλάβουν. Το παιχνίδι ξεκινά όταν ο pitcher από την ομάδα Α στέλνει την μπάλα στο batter από την ομάδα Β, την χτυπάει και τρέχει στην πρώτη βάση. Η ομάδα Α προσπαθεί να πιάσει τη μπάλα και να τη ρίξει στη βάση όπου κατευθύνεται ο δρομέας. Στο τέλος η ομάδα που κάνει τους περισσότερους γύρους των βάσεων κερδίζει.

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**
  - Η ύπαρξη κοινού στις κερκίδες
  - Παρουσίαση της εκδήλωσης στα κοινωνικά δίκτυα, δημιουργώντας μια αποκλειστική σελίδα της εκδήλωσης στο facebook.
  -Απονομή μεταλλίου και διπλώματος συμμετοχής σε κάθε συμμετέχοντα.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**
  Οι νέοι με αναπηρία έχουν μια επιπλέον επιλογή για άθληση, η οποία θα τους βοηθήσει να αναπτύξουν τις κινητικές τους δεξιότητες και την αλληλεπίδρασή τους με τους νεότερους σε παρόμοιο τρόπο ζωής.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**
  Άτομα χωρίς αναπηρία μπορούν επίσης να συμμετέχουν στο παιχνίδι ως διαιτητές και να υποστηρίζουν παίκτες σε ομάδες.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**
  N/A

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**
  N/A

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

Καλή **πρακτική 2**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Σαν Κριστόμπαλ, Τσιάπας, Μέξικο

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Στίβος για άτομα με νοητικές αναπηρίες (P ID)

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Η αύξυση της σωματικής δύναμης και της διανοητικής ικανότητας και ικανότητα να αναπτύσσονται παρά τις νοητικές αναπηρίες

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Υγεία

- **Ομάδα στόχος**
  Μαθητές 6-19 ετών με ήπια νοητική αναπηρία

- **Πόροι**

  Υλικά
  Κώνοι προπόνησης, δίσκοι, μαξιλάρι για άλματα, νερό, γήπεδο στίβου, διαφημιστικό υλικό.

  Ανθρώπινο δυναμικό
  1 επόπτης, 4 εθελοντές.

  Συνολικά κόστη
  400€

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Οι μαθητές 4 ώρες την εβδομάδα εξασκούν το άθλημα του στίβου στο γήπεδο.

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**
  - Διάδοση του προγράμματος στην πόλη του Σαν Κριστόμπαλ για να προσεγγίσει όσο το δυνατόν περισσότερους ανθρώπους
  - Επαγγελματική βοήθεια από τους συμμετέχοντες στο πρόγραμμα.
  - Καλά σχεδιασμένο πλάνο για τις ασκήσεις και τις δραστηριότητες να είναι αστείες και ενδιαφέρουσες για τους συμμετέχοντες.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**
  Τα άτομα με αναπηρία θα αισθανθούν ενθουσιασμό για τη συμμετοχή τους και για την ένταξη με τους συμπαίκτες τους. Η αυτοεκτίμηση και η φυσική τους ικανότητα, που αποτελούν βασικούς παράγοντες στην ποιότητα ζωής, αυξάνονται. Επίσης, οι συμμετέχοντες θα βιώσουν αύξηση της σεροτονίνης.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**
  Στις εκπαιδεύσεις μπορούν να συμμετέχουν και άτομα με ειδικές ανάγκες, π.χ. άλλα παιδιά και νέοι που ενδιαφέρονται να μάθουν για τον αθλητισμό, προκειμένου να διευκολυνθεί η ένταξή τους.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**
  Σταδιακή αύξηση της δυσκολίας των ασκήσεων και των δραστηριοτήτων σταδιακά και προσαρμογή τους σε κάθε μεμονωμένο συμμετέχοντα.

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**
  http://cedem.conade.gob.mx/documentos/PRESENTACION/Deporte%20Adaptado%20CEDEM%202019.pdf

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

Καλή **πρακτική 3**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Σαν Κριστόμπαλ, Τσιάπας, Μέξικο

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Κολύμπι για τα άτομα με αναπηρία

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Να αυξήσει τη σωματική δύναμη, τη διανοητική ικανότητα και επίσης να δημιουργήσει αυτοπεποίθηση.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Υγεία

- **Ομάδα στόχος**
  Μαθητές 6-19 ετών με ήπια νοητική αναπηρία

- **Πόροι**

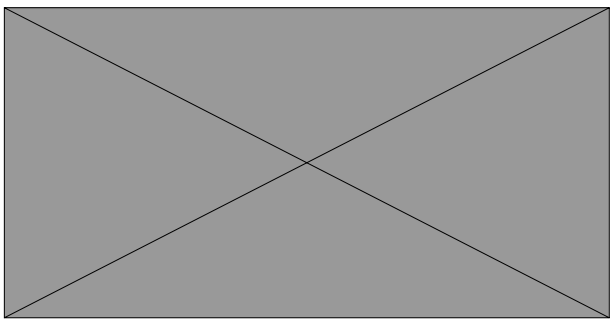
  Υλικά
  Πισίνα, γυαλιά κολύμβησης, σκουφάκια, σανίδες κολύμβησης, μακαρόνια, πετσέτες.

  Ανθρώπινο δυναμικό
  1 επόπτης, 6 εθελοντές.

  Συνολικά κόστη
  500€

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Οι μαθητές 4 ώρες την εβδομάδα εξασκούνται στο κολύμπι στην πισίνα. Λαμβάνοντας υπόψη τους συμμετέχοντες που μπορεί να χρειαστούν κάποια επιπλέον βοήθεια, 2 ώρες επιπλέον την εβδομάδα θα μπορούσαν να φανούν χρήσιμες.
Οι συμμετέχοντες βρίσκονται έξω και μέσα στο νερό και αναπτύσσουν σταδιακά δραστηριότητες όπως η εκμάθηση του πώς να επιπλέουν και να αναπνέουν. Μπορεί να είναι χρήσιμο για τον συμμετέχοντα να χτίσει αυτοπεποίθηση και να βελτιώσει τη φυσική του κατάσταση και ικανότητα. Μόλις οι συμμετέχοντες μάθουν τεχνικές, μπορεί να εκπαιδευτεί και η ταχύτητα. Οι ομάδες θα διευθετηθούν σύμφωνα με τις ατομικές ικανότητες. Οι συμμετέχοντες που ενδιαφέρονται θα μπορούσαν, εφόσον μάθουν να κολυμπάνε, να διδάξουν στους υπόλοιπους να κολυμπάνε.
Μια φορά τον χρόνο, μπορούν να διοργανώνονται εκθεσιακές εκδηλώσεις προκειμένου να δείξουν τι έμαθαν και πώς εξελήχθηκαν. Αυτό θα μπορούσε να οδηγήσει στην κοινωνική ένταξη των συμμετεχόντων, οι οποίοι θα μπορούσαν να εργάζονται ή να απασχολούνται εθελοντικά στις τοπικές πισίνες τους.



- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**

  - Διάδοση του προγράμματος στην πόλη του Σαν Κριστόμπαλ για την προσέγγιση όσο το δυνατόν περισσότερων ανθρώπων.
  - Επαγγελματική βοήθεια από τους συμμετέχοντες στο πρόγραμμα.
  - Καλά σχεδιασμένο πλάνο για τις ασκήσεις και τις δραστηριότητες ώστε να είναι ευχάριστες, ενδιαφέρουσες και να παρέχουν κίνητρο για τους συμμετέχοντες.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**

  Τα άτομα με αναπηρία αισθάνονται ενθουσιασμό για τη συμμετοχή τους και για την ένταξη με τους συμπαίκτες τους. Η αυτοεκτίμηση και η φυσική τους ικανότητα, που αποτελούν βασικούς παράγοντες στην ποιότητα ζωής να αυξυθούν. Επίσης, αναμένεται οι συμμετέχοντες να βιώσουν αύξηση της σεροτονίνης.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**

  Στις εκπαιδεύσεις θα μπορούν να συμμετέχουν όλα τα άτομα με αναπηρία, π.χ. άλλα παιδιά και νέοι που δεν είναι σε θέση να αντέξουν οικονομικά στο κόστος των μαθημάτων κολύμβησης. Επίσης καινοτομία είναι η πρόσκληση επαγγελματιών κολυμβητών να διδάξουν και να παρακινήσουν τους συμμετέχοντες.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**

  Με αύξηση της δυσκολίας των ασκήσεων και των δραστηριοτήτων σταδιακά και προσαρμογή τους σε κάθε μεμονωμένο συμμετέχοντα.

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**

  https://heraldodemexico.com.mx/tv/noticiasdelanoche/natacion-como-terapia-para-personas-con-discapacidad-intelectual/

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

Καλή **πρακτική 4**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Μέξικο, Μορέλια, Κουλιακάν

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Αθλητικό Ράλλυ

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Οι νέοι με διανοητική αναπηρία να αναπτύξουν τις σωματικές και γνωστικές τους ικανότητες μέσω αθλητικών προκλήσεων που θα βελτιώσουν τη φυσική και νοητική τους κατάσταση.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Προσωπική ανάπτυξη και αναγνώριση

- **Ομάδα στόχος**
  Μαθητές 15-25 ετών με ήπια νοητική αναπηρία

- **Πόροι**

  Υλικά
  σορτς, κώνοι κρίκοι, δίχτυα, τσάντες, σχοινιά, μεγάλες μπάλες, κασκόλ.

  Ανθρώπινο δυναμικό
  2-4 εθελοντές

  Συνολικά κόστη
  30€-40€

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Το Αθλητικό Ράλλυ, μπορούμε να πούμε ότι είναι μια δυναμική και παιχνιδιάρικη δραστηριότητα όπου μια μεγάλη ομάδα ανθρώπων είναι οργανωμένη σε υποομάδες που καλούνται να πραγματοποιήσουν διαφορετικούς τύπους δραστηριοτήτων όπου δοκιμάζονται οι δεξιότητές τους όπως δύναμη, λογική, ηγεσία και αποτελεσματική επίλυση προβλημάτων χωρίς να παραμελείται η διασκέδαση την οποία βιώνουν τη στιγμή της πραγματοποίησης. Κάθε παιχνίδι ή δραστηριότητα οργανώνεται με διαφορετικούς τρόπους ώστε να ικανοποιεί αυτά που επιθυμεί να καλύψει ή να προωθήσει η εταιρεία που είναι υπεύθυνη για τη χρηματοδότηση της εν λόγω δραστηριότητας.

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**
  - Ο αριθμός επισκέψεων στα περίπτερα
  - Η προυσίαση της εκδήλωσης στα κοινωνικά δίκτυα, δημιουργώντας μια αποκλειστική σελίδα της εκδήλωσης στο facebook
  - Απονομή μεταλλίου και διπλώματος συμμετοχής σε κάθε συμμετέχοντα.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**
  Θα βοηθήσει τους νέους με αναπηρία να αναπτύξουν τις φυσικές και πνευματικές τους ικανότητες.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**
  Άτομα χωρίς αναπηρία μπορούν επίσης να συμμετέχουν στο παιχνίδι ως εθελοντές, υποστηρίζοντας παίκτες σε ομάδες.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**
  N/A

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**
  N/A

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

Καλή **πρακτική 5**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Παρίσι, πάρκο Σέιντ-Κλάουντ

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Ποδηλατικός αγώνας - ποδηλατικές εκδρομές για τους PID

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Η βελτίωση της ποιότητας ζωής των ατόμων με διανοητική αναπηρία, έχοντας τον αθλητισμό ως χόμπι

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Η βελτίωση της γνώσης και της κοινωνικής ένταξης

- **Ομάδα στόχος**
  Μαθητές 12-19 ετών με ήπια νοητική αναπηρία

- **Πόροι**

  Υλικά
  Ποδήλατο, κράνος, επιγονατίδες, αθλητικά γάντια αυτοκινητόδρομος-αστική πίστα

  Ανθρώπινο δυναμικό
  1 ειδικός προπονητής ποδηλασίας, 1 ασθενοφόρο, 6 εθελοντές, 1 αυτοκίνητο μεταφοράς

  Συνολικά κόστη
  1000€-2000€

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Το Yousport είναι μία πλατφόρμα με διάφορες πρωτοβουλίες και έργα που προωθούν τον αθλητισμό στο Μεξικό. Αυτήν τη στιγμή κάνουν εκστρατεία μέσω crowdfunding για να αυξήσουν τον στόλο διπλών ποδηλάτων ώστε να μπορούν να ενσωματώσουν πολύ περισσότερους ανθρώπους που πίστευαν ότι δεν θα ένιωθαν ποτέ ξανά τι είναι να οδηγούν ποδήλατο σε εξωτερικούς χώρους.

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**
  Διάδοση των αγώνων σε σχολεία με μαθητές που έχουν νοητική αναπηρία, όπως και σε κανονικά σχολεία προσκαλώντας τους νέους να προσφέρουν εθελοντικά σε αυτές τις αθλητικές δραστηριότητες.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**
  Σε μεγάλο βαθμό η γνώση είναι ένας βασικός παράγοντας για την επίτευξη του στόχου της οδήγησης ενός ποδηλάτου: μια μεγαλύτερη γνωστική ικανότητα αυξάνει τις πιθανότητες επιτυχίας στο έργο.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**
  Το νεαρό της ηλικίας των εθελοντών με τους οποίους μπορούν να αλληλεπιδρούν οι συμμετέχοντες.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**
  Με παρά-ποδηλασία, με διπλό η τριπλό tandem.

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**
  https://www.researchgate.net/publication/273689537_Paraciclismo_estudio_sobre_los_procesos_de_integracion_a_nivel_internacional

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

Καλή **πρακτική 6**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Limes Field, Mortlake, Λονδίνο, Αγγλία, Ηνωμένο Βασίλειο

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Τουρνουά ποδοσφαίρου

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Η βελτίωση της ποιότητας ζωής των ατόμων με διανοητική αναπηρία, έχοντας τον αθλητισμό ως χόμπι.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Τη φυσική κατάσταση και την ομαδική εργασία

- **Ομάδα στόχος**
  Μαθητές 12-19 ετών με ήπια νοητική αναπηρία

- **Πόροι**

  Υλικά
  Μπάλες ποδοσφαίρου, στολές, γήπεδο ποδοσφαίρου

  Ανθρώπινο δυναμικό
  1 προπονητής ποδοσφαίρου, 1 διαιτητής, 3 εθελοντές

  Συνολικά κόστη
  1500€ - 2500€

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**
  Διαφήμιση των αγώνων σε σχολεία με μαθητές που έχουν νοητική αναπηρία, όπως και σε κανονικά σχολεία, και πρόσκληση των νέων να προσφέρουν εθελοντικά σε αυτές τις αθλητικές δραστηριότητες.

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Τα Special Olympics είναι το μεγαλύτερο αθλητικό κίνημα στον κόσμο για άτομα με διανοητική αναπηρία με στόχο την ένταξή τους στην κοινωνία μέσω του αθλητισμού και των συμπληρωματικών προγραμμάτων μας.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**
  Η γνωστική ικανότητα αυξάνει τις πιθανότητες επιτυχίας στο έργο.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**
  Φιλικά παιχνίδια ή τουρνουά με άλλες ομάδες με άτομα με διανοητική αναπηρία

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**
  N/A

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**
  https://www.fifamedicalnetwork.com/es/lessons/futbol-para-personas-con-discapacidad-discapacidad-intelectual/

Καλή **πρακτική 7**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Μεξικό, Monterrey Nuevo Leon

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Χορός

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Ανάπτυξη κινητικών δεξιοτήτων στους μαθητές.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Ανάπτυξη ασφάλειας και γνωστικών ικανοτήτων.

- **Ομάδα στόχος**
  Μαθητές 12-19 ετών με ήπια νοητική αναπηρία

- **Πόροι**

  Υλικά
  Άνετα ρούχα, και μπουκάλι νερό

  Ανθρώπινο δυναμικό
  Ένας εκπαιδευτής και ένας επιβλέπον.

  Συνολικά κόστη
  1000€ - 2000€

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**
  - Πειθαρχία
  - Ακρίβεια
  - Βοήθεια

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**
  Τα άτομα με αναπηρία αισθάνονται ενθουσιασμό για τη συμμετοχή τους σε δημόσιες εκδηλώσεις και για αυτό είναι πολύ σημαντικό το χειροκρότημα και η υποστήριξη των ανθρώπων.

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Σε αυτήν την πρακτική οι συμμετέχοντες μπορούν να αναπτύξουν τις κινητικές τους δεξιότητες. Η άσκηση περιλαμβάνει συντονισμό και ασκήσεις μετατόπισης στον χρόνο και τον χώρο. Επίσης δουλεύεται η ακολουθία βημάτων και ο ρυθμός.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**
  Η μεθοδολογία

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**
  Μέσω της στόχευσης σε ρυθμούς που έλκουν την προσοχή των συμμετεχώντων ώστε να τους αρέσει ο ρυθμός για να επιτύχουν καλύτερα κινητικά αποτελέσματα

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**
  https://www.danzadown.es/index.php/blog/entrevistas/33-consideraciones-de-la-practica-de-la-danza-para-personas-con-discapacidad-intelectual-sindrome-de-down

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

Καλή **πρακτική 8**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Μεξικό, Monterrey Nuevo Leon

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Γήπεδο εμποδίων

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Η ανάπτυξη των κινητικών δεξιοτήτων και γνωστικών ικανοτήτων των συμμετεχόντων

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Τις γνωστικές ικανότητες

- **Ομάδα στόχος**
  Μαθητές 12-30 ετών με ήπια νοητική αναπηρία

- **Πόροι**

  Υλικά
  Άνετα ρούχα, και μπουκάλι νερό

  Ανθρώπινο δυναμικό
  1 εκπαιδευτής και 1 επόπτης

  Συνολικά κόστη
  1000€-2000€

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**
  - Πειθαρχία
  - Ακρίβεια
  - Βοήθεια

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**
  Αύξυση κινήτρων μέσω αυτών των πρακτικών

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Με το πρόγραμμα αυτό οι συμμετέχοντες μπορούν να αναπτύξουν κινητικές τους ικανότητες. Καλλιεργείται η επιδεξιότητα παράλληλα με γνωστική ικανότητα.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**
  Η μεθοδολογία του παιχνιδιού

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**
  Αυτή η πρακτική μπορεί να προσαρμοστεί με παιχνίδια όπως ο υπερκερασμός στεφάνιων, το τρέξιμο για την αποφυγή εμποδίων κ.α.

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**
  https://sites.google.com/site/2tafaddiscapacitados/home/actividades-con-discapacitados

Καλή **πρακτική 9**

- **Country, Region/City, Place**
  Μεξικό, Μορέλος, Κουερναβάκα.

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Μπάσκετ για άτομα με νοητική αναπηρία

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Η εξάσκηση των σωματικών και συναισθηματικών δεξιοτήτων των συμμετεχόντων

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Αναπτύσσει στους συμμετέχοντες την αυτοαντιληπτή αυτοπεποίθηση και της αυτοβελτίωσης

- **Ομάδα στόχος**
  Άτομα ηλικίας 18-25 ετών με ήπια νοητική αναπηρία

- **Πόροι**

  Υλικά
  Μπάλες μπάσκετ, φαγητό, αναψυκτικά, μπλουζάκι, γήπεδο μπάσκετ.

  Ανθρώπινο δυναμικό
  1 επιβλέποντας, 1 διαιτητής, 1 γραμματέας, 5 εθελοντές, πρώτες βοήθειες

  Συνολικά κόστη
  50€-80€

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**
  - Ανακοίνωση των συναντήσεων μέσω ραδιοφώνου, κοινωνικών δικτύων και έντυπων μέσων.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**
  Τα άτομα με νοητική αναπηρία αναπτύσσουν το αίσθημα της ομαδικότητας ενώ προωθείται η συνύπαρξη και βελτιώνεται η ποιότητα ζωής.

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Δημιουργούνται ομάδες των 5 ατόμων, οι οποίες μπορούν να αποτελούνται από εθελοντές, άτομα με αναπηρία και μέλη της οικογένειάς τους. Μόλις σχηματιστούν οι ομάδες, το παιχνίδι διεξάγεται με στόχο στο τέλος του παιχνιδιού, το άτομο με νοητική αναπηρία να αισθάνεται ικανοποιημένο με τα αποτελέσματα, τονίζοντας πάντα την ομαδική εργασία και την αυτοβελτίωση.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**
  Αυτό είναι ένα προσαρμοσμένο άθλημα και επομένως οι εθελοντές μπορούν να παίξουν με άτομα με νοητική αναπηρία.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**
  Αρκεί ο συμμετέχοντας να είναι
  - Ένα άτομο με IQ κάτω από 70.
  - Να έχει περιορισμούς στον τομέα των καθημερινών δεξιοτήτων, π.χ. στην επικοινωνία, στην προσωπική τους φροντίδα κ.τλ.
  - Η αναπηρία να έχει εμφανίστει πριν από την ηλικία των 18 ετών.

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**
  https://tinyurl.com/42jy6sec
  https://tinyurl.com/4w4un8bk

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

Καλή **πρακτική 10**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Μεξικό, Μορέλος, Κουερναβάκα

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Βόλεϊ για άτομα με νοητική αναπηρία

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Η εξάσκηση των σωματικών και συναισθηματικών δεξιοτήτων των συμμετεχόντων

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Αναπτύσσει στους συμμετέχοντες την αυτοαντιληπτή αυτοπεποίθηση και της αυτοβελτίωσης

- **Ομάδα στόχος**
  Άτομα ηλικίας 18-25 ετών με ήπια νοητική αναπηρία

- **Πόροι**

  Υλικά
  Μπάλες βόλεϊ, φαγητό, αναψυκτικά, μπλουζάκι, στολή βόλεϊ

  Ανθρώπινο δυναμικό
  1 επόπτης, 1 διαιτητής, 1 υπεύθυνος πρώτων βοηθειών, 6 εθελοντές

  Συνολικά κόστη
  50€-80€

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Σε αυτό το άθλημα συμμετέχουν ομάδες των 6 ατόμων. Τα άτομα αυτά μπορούν να είναι εθελοντές, άτομα με νοητική αναπηρία ή ακόμα και συγγενείς τους. Σύμφωνα με τη διαθεσιμότητα των προαναφερθέντων ατόμων, καθορίζονται ώρες και ημέρες για τις συναντήσεις.

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**
  - Ανακοίνωση των συναντήσεων μέσω ραδιοφώνου, κοινωνικών δικτύων και έντυπων μέσων.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**
  Τα άτομα με νοητική αναπηρία αναπτύσσουν το αίσθημα της ομαδικότητας ενώ προωθείται η συνύπαρξη και βελτιώνεται η ποιότητα ζωής.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**
  Αυτό είναι ένα προσαρμοσμένο άθλημα όπου τα μέλη της οικογένειας και οι εθελοντές μπορούν να παίξουν με άτομα με νοητική αναπηρία.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**
  Το άθλημα μπορεί να χοριστεί σε δύο κατηγορίες, των όρθιων και των καθιστών. Οι κανονισμοί του βόλεϊ καθιστών είναι σχετικά οι ίδιοι του βόλεϊ που παίζουν οι αθλητές όρθιοι.

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**
  http://oa.upm.es/31067/1/TFG_ALBERTO_SANZ_MORALES.pdf
  https://www.discapnet.es/areas-tematicas/deporte/deporte-adaptado/voleibol

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

Κατάλογος των βέλτιστων πρακτικών από BSDA – Bulgaria

Καλή **πρακτική 1**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Εκπαιδευτική κατασκήνωση θαλάσσιων σπορ της NSA στο Νεσέμπαρ, Βουλγαρία

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Προσαρμοσμένη αθλητική κατασκήνωση

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Ο κύριος στόχος είναι η εξοικείωση με την ομαδική εργασία, η αποτελεσματική επικοινωνία με άλλους και η κοινωνική ενσωμάτωση.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Προσωπική ανάπτυξη και κοινωνική μάθηση, η οποία παρέχει προστιθέμενη αξία για τους νέους, την οικονομία και την κοινωνία

- **Ομάδα στόχος**
  Άτομα με νοητική αναπηρία, με πολλαπλές αναπηρίες, οι γονείς τους και οι μαθητές.

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Το 2019, στο πλαίσιο του μεταπτυχιακού προγράμματος "Προσαρμοσμένη φυσική δραστηριότητα και αθλητισμός" της NSA "Βασίλ Λεύσκι", όλοι οι φοιτητές μαζί με 27 παιδιά, νέους και ενήλικες με αναπηρία συμμετέχουν σε θαλάσσια σπορ, παιχνίδια και δραστηριότητες στην παραλία για 4 ώρες κάθε ημέρα. Τα θαλάσσια σπορ περιλάμβαναν κολύμβηση στη θάλασσα, καγιάκ και ιστιοπλοΐα. Τα παιχνίδια στην παραλία περιλάμβαναν beach volley, beach football, σκυταλοδρομίες, bocce, παιχνίδια εξειδικευμένα και παιχνίδια με ρακέτα παραλίας. Το καθημερινό στην κατασκήνωση έκλεινε με χορευτικές δραστηριότητες.

- **Πόροι**

  Υλικά
  Βάρκες, καγιάκ, μπάλες, σημαδούρες, κώνοι κ.λπ.

  Ανθρώπινο δυναμικό
  Εκπαιδευτές, προπονητές, επόπτες, εθελοντές και ιατρικό προσωπικό

  Συνολικά κόστη
  Δωρεάν για τους συμμετέχοντες

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**
  Το επιτυχημένο μοντέλο της κατασκήνωσης διασφαλίζει ότι το κίνητρο θα είναι καθημερινά ενεργό ακόμη και μετά το τέλος της ίδιας της κατασκήνωσης και δίνει τη δυνατότητα στα άτομα με αναπηρία να αναζητήσουν περαιτέρω επιλογές για να είναι ενεργά κατά τη διάρκεια του έτους που θα τονώσει και θα βελτιώσει τη φυσική τους κατάσταση και η κοινωνική προσαρμογή τους στο τοπικό περιβάλλον.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**
  Κάθε κατασκηνωτής γίνεται πιο ενεργός στην καθημερινή του ζωή μετά την κατασκήνωση (όπως αποδείχτηκε από την παρακολούθηση της διαδικασίας και τις μετρήσεις που έγιναν). Κατά μέσο όρο 50 άτομα συμμετέχουν κάθε χρόνο. Η προστιθέμενη αξία είναι ότι όλες οι αθλητικές πρακτικές ασκούνται σε περιβάλλοντα χωρίς αποκλεισμούς και αυτό επηρεάζει θετικά τη στάση απέναντι στα άτομα με αναπηρία και τις αθλητικές τους δεξιότητες και ικανότητες.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**
  N/A

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**
  Τα οφέλη των υπαίθριων σπορ και ιδιαίτερα των θαλάσσιων σπορ είναι γνωστά και τεκμηριωμένα. Όλοι οι συμμετέχοντες βιώνουν προσωπικά οφέλη μέσω της απόκτησης νέων αθλητικών δεξιοτήτων, της ανάπτυξης υφιστάμενων αθλητικών δεξιοτήτων, της γνώσης της σημασίας της φυσικής δραστηριότητας και της σωστής διατροφής και του καθημερινού προγραμματισμού και κοινωνικής αλληλεπίδρασης και επικοινωνίας. Για πολλούς από τους συμμετέχοντες με αναπηρία, οι προσωπικές επαφές και οι φιλίες με τους μαθητές και τους εκπαιδευτές αθλημάτων εκτιμώνται περισσότερο. Ταυτόχρονα, μαζί με τη φυσική εμπειρία, οι συμμετέχοντες έχουν την ευκαιρία να αναπτύξουν τις κοινωνικές και προσωπικές δεξιότητές τους, να επικοινωνήσουν επιτυχώς, να αναπτύξουν δεξιότητες επίλυσης προβλημάτων και κριτικής σκέψης μέσω διαφορετικών εκπαιδευτικών δραστηριοτήτων που υλοποιεί η ομάδα, στα ετήσια κατασκηνωτικά προγράμματα.

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**
  http://www.nsa.bg/bg/news/id,3603

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

Καλή **πρακτική 2**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Σόφια, Βουλγαρία

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Πρόγραμμα Erasmus+ "PLAY'IN TOGETHER"

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Αθλητισμός, αθλητικά παιχνίδια και σωματικές δραστηριότητες ως εκπαιδευτικά εργαλεία για τη μετάδοση μηνυμάτων πρόληψης και ευαισθητοποίησης σε παιδιά με αναπηρία μεταξύ 6 και 15 ετών.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Προσωπική ανάπτυξη και κοινωνική μάθηση, προστιθέμενη αξία για παιδιά και νέους με αναπηρία. Κοινωνικά θέματα και θέματα υγείας που πρέπει να αντιμετωπιστούν με διασκεδαστικό και θετικό τρόπο.

- **Ομάδα στόχος**
  Παιδιά μεταξύ 6 και 15 ετών.

- **Πόροι**

  Υλικά
  Μπάλες, δεμένα μάτια, μαρκαδόροι, κώνοι, κασκόλ κ.λπ.

  Ανθρώπινο δυναμικό
  Εκπαιδευμένοι εκπαιδευτές/προπονητές, μαθητές και συμμετέχοντες.

  Συνολικά κόστη
  N/A

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Μεθοδολογία 3 ΒΗΜΑΤΩΝ:

1. Παιχνίδι χωρίς θεματολογία: Το παιδί καταλαβαίνει τις οδηγίες, συμμετέχει στην κινητοποίηση και αναπτύσσει στρατηγικές παιχνιδιού.
2. Παιχνίδι με θεματολογία: Το παιδί έχει συναισθήματα, αισθήσεις, κάνει πειράματα και ερωτήσεις από μόνο του. Ο ενήλικας είναι ο σκηνοθέτης. Τοποθετεί ενδείξεις, σύμβολα και προσδιορίζει συμπεριφορές που θα συζητηθούν.
3. Η συζήτηση: Το παιδί εκφράζει, μαθαίνει και στέλνει μηνύματα ευαισθητοποίησης και πρόληψης. Ο ενήλικας είναι διαμεσολαβητής και υποστηρίζει τις έννοιες που συζητήθηκαν.

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**

  Οι συντονιστές πρέπει συνεπώς να εγγυηθούν τη συναισθηματική ασφάλεια των παιδιών και να μεταδώσουν αρκετά στοιχεία πριν και κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού. Είναι δυνατό να συζητήσουμε για αυτό το θέμα χωρίς να κρίνουμε, να ρωτήσουμε τα παιδιά χωρίς κανένα κρυφό κίνητρο για τα συναισθήματα και τις αντιλήψεις τους, υπενθυμίζοντάς τους ότι όλοι έχουμε τα ίδια δικαιώματα.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**

  1. ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΚΑΙΝΟΤΟΜΙΑ ΚΑΙ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΑ
  Η δημιουργία αποτελεσματικού εκπαιδευτικού περιεχομένου, η μοντελοποίηση, η ανάπτυξη νέων λύσεων και η ανάπτυξη έρευνας.
  2. Η ΕΠΙΠΤΩΣΗ ΣΤΟΝ ΧΩΡΟ
  Αν το πρόγραμμα βασιστεί σε συγκεκριμένο κοινό και σε συγκεκριμένενες περιοχές, μπορεί να μεγιστοποιηθεί η πιθανότητα επιπτώσεων.
  3. Η ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ (ΥΠΕΡΑΣΠΙΣΗ)
  Η συμβολή στην αλλαγή αντίληψης του αθλήματος. Αυτή είναι η έννοια της υπεράσπισης: να απελευθερωθούν οι δυνατότητες των κοινωνικών επιπτώσεων του αθλητισμού. Πρόκειται για την επίδειξη της συνάφειας των συλλογικών δράσεων, για τη δημιουργία ενός ισχυρότερου δεσμού μεταξύ του κόσμου της έρευνας και των εργαζομένων στο πεδίο ή για την ενσωμάτωση κοινωνικο-αθλητικών εργαλείων στην αρχική και συνεχή εκπαίδευση ενός μέγιστου αριθμού επαγγελματιών εκπαίδευσης.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**

  Ο αθλητισμός ως εργαλείο εκπαίδευσης.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**

  N/A

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**

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

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

Καλή **πρακτική 3**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Βέλιγκραντ, Βουλγαρία

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Η φιλία μέσα από την οπτική των παιδιών και των νέων με νοητική αναπηρία

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Να προσδιοριστούν τα εμπόδια που αντιμετωπίζουν οι πάροχοι υπηρεσιών βραχυπρόθεσμων διακοπών, βοηθώντας τους νέους με αναπηρίες στην προσπάθεια που κάνουν για να διατηρήσουν φίλους.
  Να εντοποιστούν οι λύσεις που οι πάροχοι υπηρεσιών μπορούν να εφαρμόσουν για να αυξήσουν τις ευκαιρίες να αναπτύξουν τις φιλίες των νέων με αναπηρία.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Προσωπική ανάπτυξη και κοινωνική μάθηση.

- **Ομάδα στόχος**
  Παιδιά, νέοι και ενήλικες με νοητική αναπηρία

- **Πόροι**

  Υλικά
  Αθλητικές μπάλες, μαρκαδόροι, μολύβια, χρώματα, στυλό, κώνοι, κόλλες κ.λπ.

  Ανθρώπινο δυναμικό
  Εκπαιδευμένοι, εκπαιδευτές/προπονητές, εθελοντές και συμμετέχοντες.

  Συνολικά κόστη
  Δωρεάν

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Οι δραστηριότητες στοχεύουν στην τόνωση του δημιουργικού δυναμικού 30 παιδιών και νέων με νοητική αναπηρία στα ακόλουθα εργαστήρια:
1.Εφαρμοσμένη τέχνη: μάσκες, κατασκευή λουλουδιών, πάνελ, βραχιόλια, βάζων, διακοσμητικά μπουκάλια και άλλα.
2.Φωτογραφία: βόλτες στο δάσος και φωτογράφιση ενδιαφερόντων από τη φύση, ατομικές και ομαδικές φωτογραφίες, selfies και άλλα.
3. Αθλήματα: υδατοσφαίριση, κολύμπι, άλματα, ποδόσφαιρο, βόλεϊ, βελάκια και κορίνες.

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**
  Η σωστή τόνωση του δημιουργικού δυναμικού 30 παιδιών και νέων με νοητική αναπηρία.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**
  Να εντοπιστούν εμπόδια και λύσεις για την αύξηση των ευκαιριών που έχουν οι νέοι με αναπηρία.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**
  Κάθε δυναμική, ενδιαφέρουσα και γεμάτη χαμόγελα σφραγίστηκε στους φωτογραφικούς φακούς.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**
  N/A

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**
  https://bapid.com/bapid/?p=711

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

Καλή **πρακτική 4**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Ράζλογκ, Σαντάνσκι και Περνικ, Βουλγαρία

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Η μικρή κοινότητα είναι ένα μεγάλο περιουσιακό στοιχείο

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Να παρέχουν στους συμμετέχοντες γνώσεις και δεξιότητες και να αναπτύξουν στάσεις για να χρησιμοποιήσουν τον αθλητισμό για τη διάδοση επιχειρηματικού τρόπου σκέψης και δεξιοτήτων μεταξύ των μειονεκτούντων νέων.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας πωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Προσωπική ανάπτυξη και κοινωνική μάθηση, προστιθέμενη αξία για τους νέους, την οικονομία και την κοινωνία.

- **Ομάδα στόχος**
  Παιδιά, νέοι και ενήλικες με διανοητική αναπηρία.

- **Πόροι**

  Υλικά
  Κουδούνι, σεντόνια, μπάλες, μαρκαδόροι, κώνοι, μολύβια, χρώματα, στυλό κ.λπ.

  Ανθρώπινο δυναμικό
  Εκπαιδευμένοι εκπαιδευτές, μαθητές και συμμετέχοντες.

  Συνολικά κόστη
  Δωρεάν για τους συμμετέχοντες

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Η ΜΚΟ «Chance» (μέλος του BAPID), ξεκίνησε ένα έργο με τίτλο «Small Community for Big Active», (μικρή κοινότητα για μεγάλο έργο) το οποίο πραγματοποιήθηκε στο έδαφος τριών δήμων - Ράζλογκ, Σαντάνσκι και Περνικ. Ο στόχος του έργου ήταν η βελτίωση των κοινωνικών δεξιοτήτων, η οικοδόμηση εμπιστοσύνης και προσωπικών δεξιοτήτων, η ενημέρωση για τις ευκαιρίες που έχουν τα παιδιά, οι νέοι και οι ενήλικες με νοητική αναπηρία. Μία τέτοια θεματική κατασκήνωση πραγματοποιήθηκε στο Βέλινγκραντ.

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**
  Εισαγωγή του αθλητισμού σε όλα τα τμήματα της κοινωνίας και ανατροφή υγιών γενεών μέσω της προώθησης της συμμετοχής ατόμων από όλες τις ηλικιακές ομάδες σε αθλητικές δραστηριότητες.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**
  Δημιουργία εμπιστοσύνης και προσωπικών δεξιοτήτων, και η ενημέρωση για τις ευκαιρίες που έχουν τα παιδιά, οι νέοι και οι ενήλικες με νοητική αναπηρία.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**
  Χρήση φυσικών δραστηριοτήτων, φωτογραφίας και εφαρμοσμένων τεχνών για τη βελτίωση των κοινωνικών, επικοινωνιακών ή επαγγελματικών δεξιοτήτων των συμμετεχόντων.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**
  N/A

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**
  https://bapid.com/bapid/?p=711

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

Καλή **πρακτική 5**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Πλόντιβ, Βουλγαρία

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Αθλητική προπόνηση για όλους

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Στόχος είναι η προσαρμογή και η ένταξη παιδιών με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες στο περιβάλλον του τυπικού σχολείου.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Την ένταξη όλων των παιδιών και την παροχή δυνατοτήτων για συνάθληση.

- **Ομάδα στόχος**
  Το πρόγραμμα απευθύνεται σε μαθητές μεταξύ 7 και 18 ετών, συμπεριλαμβανομένων των παιδιών με αναπηρία και εκείνων που ζουν σε απομακρυσμένες περιοχές.

- **Πόροι**

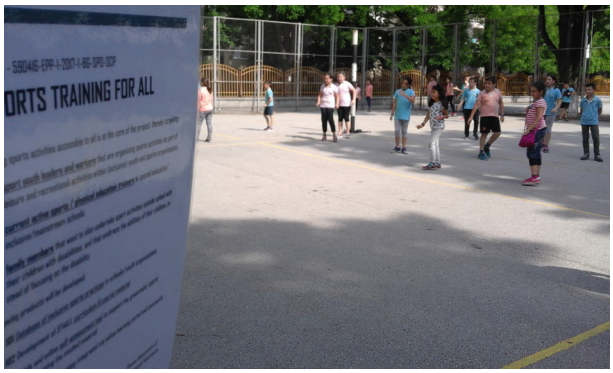
  Υλικά
  Κιμωλίες, μαρκαδόροι, κώνοι κ.λπ.

  Ανθρώπινο δυναμικό
  Εκπαιδευτές, προπονητές, επόπτες, εθελοντές και ιατρικό προσωπικό.

  Συνολικά κόστη
  Δωρεάν για τους συμμετέχοντες

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Οι υπαίθριοι αθλητικοί αγώνες στο "St. Paisii Hilendarski (σχολείο δευτεροβάθμιας εκπαιδευσης στο Πλόντιβ) συγκεντρώνουν μαθητές και σπουδαστές από την πρώτη έως τη δωδέκατη τάξη. Το σχολείο διακόσμησε τη μεγάλη υπαίθρια παιδική χαρά με τα παιχνίδια που έπαιξαν παλαιότερες γενιές Βουλγάρων όπως: "Κυρία", "Μην θυμώνεις" και "Σκάλες".



- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**

  Η εύρεση του καταλληλότερου αθλήματος ώστε να αυξηθούν οι πιθανότητες τα άτομα με σωματική αναπηρία όχι μόνο να γίνουν ενεργά αλλά και να παραμείνουν ενεργά.

  Η προσαρμογή των αθλητικών προπονήσεων σε δημοφιλή αθλήματα που υποστηρίζουν την ανάπτυξη, τόσο σωματικά όσο και συμπεριφορικά, μειώνοντας έτσι τις μη προσαρμοστικές συμπεριφορές των νέων με αναπηρία.

  Η μείωση του βαθμού των ακατάλληλων εργασιών και επικοινωνίας.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**

  Η «Αθλητική προπόνηση για όλους» στοχεύει στην ενίσχυση των εκπαιδευτικών δεξιοτήτων των αθλητικών προπονητών όταν εργάζονται με νέους με ευρύ φάσμα αναπηριών. Θα διερευνηθεί η προσοχή τόσο στις σωματικές όσο και στις ψυχολογικές πτυχές της συμμετοχής τους σε αθλητικές δραστηριότητες και στις θεραπευτικές τους ιδιότητες. Παρόλο που τα εμπόδια ήταν κυρίως περιβαλλοντικά και οι καθοδηγητές ήταν εξατομικευμένοι, τα σημαντικά εμπόδια και οι υπόλοιποι εξαρτώνταν από την ηλικία και τον τύπο της αναπηρίας. Κατά την παροχή συμβουλών στους ανθρώπους σχετικά με τη συμμετοχή στον αθλητισμό, δεν πρέπει να λαμβάνεται υπόψη μόνο η ηλικία και ο τύπος της αναπηρίας, αλλά και τα περιβαλλοντικά και κοινωνικά εμπόδια.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**

  Μια καινοτομία είναι η γραμμή ισορροπίας. Σε αυτή τη γραμμή τα παιδιά μπορούν να κινηθούν και μπροστά και πίσω και έτσι να αναπτύξουν την ισορροπικές τους δεξιότητες. Τα υπόλοιπα παιχνίδια στοχεύουν στην ανάπτυξη κινητικών δεξιοτήτων, ταχύτητας, επιδεξιότητας και ευκινησίας. Το παλιό βουλγαρικό παιχνίδι «Μην θυμώνεις» αναπτύσει τις ομαδικές δεξιότητες των παιδιών, καθώς και την υπομονή και την ανοχή τους (ιδιότητες που καθορίζονται στις νέες κατευθυντήριες γραμμές της ευρωπαϊκής εκπαίδευσης).

  Οι καινοτομίες της αθλητικής παιδικής χαράς, που αποτελούν μέρος του έργου «Αθλητική προπόνηση για όλους», θα χρησιμοποιηθούν στα μαθήματα Φυσικής Αγωγής και στις ομάδες του ολοήμερου σχολείου.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**

  N/A

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**

  https://www.st4all.eu/

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

Καλή **πρακτική 6**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Σόφια, Βουλγαρία

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Μπάσκετ συμπερίληψης

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Στόχος είναι το πρόγραμμα να συμπεριλάβει νέους με νοητική αναπηρία σε ένα αθλητικό περιβάλλον που επιτρέπει υψηλό επίπεδο κοινωνικοποίησης.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Την ένταξη όλων των νέων και την παροχή δυνατοτήτων ενασχόλησης με πολλά αθλήματα μαζί.

- **Ομάδα στόχος**
  Το πρόγραμμα απευθύνεται σε άτομα με νοητική αναπηρία και σε άτομα χωρίς αναπηρία που είναι οι συμπαίκτες τους στο μπάσκετ.

- **Πόροι**

  Υλικά
  Αθλητικός χώρος, αθλητικός εξοπλισμός, διακριτικά, κώνοι κ.λπ.

  Ανθρώπινο δυναμικό
  Εκπαιδευτές, προπονητές, επόπτες, εθελοντές και ιατρικό προσωπικό.

  Συνολικά κόστη
  Δωρεάν για τους συμμετέχοντες

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Οι εβδομαδιαίες συνεδρίες έχουν σχεδιαστεί για να διασφαλίζουν τη ανάμιξη ατόμων με νοητική αναπηρία και νέων ατόμων χωρίς αναπηρία που ασκούνται μαζί σε αθλητικά πλαίσια και μαθαίνουν μαζί για τη θετική πτυχή του τρόπου #BeActive.

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**
  Ενδυνάμωση νέων ατόμων με διανοητική αναπηρία μέσω της ανάδειξης των δυνατοτήτων τους και των ικανοτήτων τους, που εξασφαλίζεται από εθελοντική ομάδα ειδικών στον αθλητισμό, αφιερωμένη στην προώθηση του αθλητισμού για άτομα με διανοητική αναπηρία.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**
  Η ομάδα ξεκίνησε πριν από αρκετά χρόνια με λίγους παίκτες και αυτή τη στιγμή βασίζεται σε περισσότερους από 20 ενεργούς παίκτες με νοητική αναπηρία και 10 νέους συνεργάτες. Ο συνδυασμός της συμμετοχής και του μοιράσματος των αθλητικών στιγμών ενδυναμώνει τους νέους με νοητική αναπηρία, οι οποίοι παρουσιάζουν μεγάλη πρόοδο στα επίπεδα της σωματικής τους δραστηριότητας, μειώνοντας τα επίπεδα επιθετικότητας, αυξάνοντας τη θετική στάση και αναπτύσσοντας παράλληλα υγιή τρόπο ζωής. Κατά τη διάρκεια των εκπαιδευτικών συνεδριών χρησιμοποιούνται διαφορετικές αθλητικές εκπαιδευτικές δραστηριότητες που στοχεύουν στην περαιτέρω ανάπτυξη τόσο των κοινωνικών όσο και των σωματικών πτυχών της ζωής των ατόμων με νοητική αναπηρία.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**

  Η καινοτόμος πτυχή του προγράμματος είναι το στοιχείο ένταξης νέων ατόμων χωρίς αναπηρία που υποστηρίζουν τους νέους με νοητική αναπηρία, οι οποίοι παίζουν μαζί, σε μια ομάδα, για έναν στόχο. Ο συνδυασμός έχει αποδειχθεί ότι είναι πραγματικά επιτυχής για τα άτομα με νοητική αναπηρία, που αισθάνονται ότι είναι αποδεκτά και αγαπημένα και για τους νέους χωρίς νοητική αναπηρία, που δείχνουν ευρύτερο επίπεδο κατανόησης στα προβλήματα των συνομιλήκων τους με αναπηρίες.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**

  N/A

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**

  N/A

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

Καλή **πρακτική 7**

➤ **Χώρα, πόλη, μέρος**

Βουλγαρία, Ρούσε, Ρούσε Κλάμπ Αλόγων

➤ **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**

Το άλογο - ο κοινός μας φίλος, μια πρόκληση και μια διέξοδος.

➤ **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**

Τα συγκεκριμένα προβλήματα προς επίλυση βάσει του έργου είναι τα ακόλουθα:

• Εξοικείωση με το Ελβετικό μοντέλο για την εφαρμογή θεραπείας με τη βοήθεια αλόγων.

• Προώθηση νέου τύπου κοινωνικής υπηρεσίας, που αναπτύχθηκε με βάση το ελβετικό μοντέλο.

• Δημιουργία πρόσβασης σε εναλλακτικές θεραπευτικές μεθόδους που καλύπτουν τις ανάγκες των παιδιών με αναπηρίες από το Ρούσε.

• Εφαρμογή αποτελεσματικών πολιτικών για νέες και καινοτόμες κοινωνικές υπηρεσίες σύμφωνα με τις ανάγκες συγκεκριμένων ομάδων στόχων προτεραιότητας.

Οι βασικές δραστηριότητες του έργου περιλαμβάνουν:

• Δημιουργία θεσμικής σύμπραξης μεταξύ της Λέσχης Ιππικού Αθλητισμού και Ιπποτροφίας Ρούσε και της Ελβετικής Ένωσης για Θεραπευτική Ιππασία.

• Δημιουργία συνθηκών στον Ιππικό Όμιλο για εκπαίδευση και πιλοτική εφαρμογή ελβετικού μοντέλου - κατασκευή εσωτερικού χώρου / αρένας διαστάσεων 25μ x 60μ.

• Εκπαίδευση στη θεραπεία με άλογο και πιλοτική εφαρμογή του ελβετικού μοντέλου.

• Φόρουμ για την προώθηση του ελβετικού μοντέλου.

➤ **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**

• Δημιουργία θεσμικής συνεργασίας μεταξύ της Ελβετικής Ένωσης για Θεραπευτική Ιππασία PT - CH (CH) και της Λέσχης Ιππικού Αθλητισμού και Ιπποτροφίας - Ρούσε .

• Μεταφορά στη Βουλγαρία καινοτόμων προσεγγίσεων και μεθοδολογιών για τη θεραπευτική ιππασία από τον ελβετικό οργανισμό-εταίρο, και δημιουργία πρόσβασης σε εναλλακτικές κοινωνικές υπηρεσίες για παιδιά και νέους με αναπηρίες.

• Συμμετοχή τοπικών εταίρων σε διάφορα επίπεδα (δημοτική και περιφερειακή διοίκηση), οργανώσεις γονέων παιδιών με αναπηρίες, σχολικά στελέχη κ.λπ. για την ανάπτυξη αποτελεσματικών πολιτικών για νέες και καινοτόμες κοινωνικές υπηρεσίες, σύμφωνα με τις ανάγκες ορισμένων ομάδων στόχων προτεραιότητας με βάση καινοτόμες υπηρεσίες θεραπευτικής ιππασίας.

• Ο στρατηγικός στόχος του έργου είναι η δημιουργία μιας ελβετικής-βουλγαρικής θεσμικής εταιρικής σχέσης για την εφαρμογή ενός καινοτόμου μοντέλου κοινωνικής πολιτικής, το οποίο θα βοηθήσει στην επίλυση συγκεκριμένων προβλημάτων ανάπτυξης καθώς και στη βελτίωση της αποδοτικότητας και της αποτελεσματικότητας του συστήματος κοινωνικών υπηρεσιών για παιδιά και νέους με αναπηρία στο δήμο Ρούσε για την προσωπική τους ανάπτυξη.

➤ **Ομάδα στόχος**

Παιδιά με νοητικές και σωματικές αναπηρίες από το Ρούσε της Βουλγαρίας, κυρίως με εγκεφαλική παράλυση.

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Το έργο στοχεύει στη δημιουργία Ελβετικής -Βουλγαρικής θεσμικής συνεργασίας μεταξύ της Ελβετικής Ένωσης για Θεραπευτική Ιππασία και της Λέσχης Ιππικού Αθλητισμού και Ιπποτροφίας - Ρούσε, με βάση τη μεταφορά στη Βουλγαρία ενός καινοτόμου ελβετικού μοντέλου στον κοινωνικό τομέα. Οι εταίροι του έργου σχεδιάζουν μια πιλοτική εφαρμογή της μεθόδου για θεραπεία με άλογο στο δήμο Ρούσε της Βουλγαρίας με βάση μια ανεπτυγμένη και επιτυχώς εφαρμοσμένη ελβετική μεθοδολογία. Εφαρμόστηκαν συγκεκριμένα αποτελεσματικά μέτρα για πραγματική κοινωνική και οικονομική ολοκλήρωση μέσω της μεταφοράς ελβετικής εμπειρογνωμοσύνης για την εφαρμογή ενός νέου τύπου κοινωνικής υπηρεσίας για άτομα με αναπηρία, μέσω των οποίων επιτυγχάνεται πραγματική κοινωνικοοικονομική ένταξη.

Τέσσερις εκπαιδευτές από τη Λέσχη Ιππικού Αθλητισμού και Ιπποτροφίας - Ρούσε εκπαιδεύονται στο πώς να σχεδιάσουν και να εφαρμόσουν ασφαλή και αποτελεσματικά θεραπευτικά μαθήματα.

Ο Βούλγαρος εταίρος έχει βοηθηθεί να λύσει μια πρόκληση που θα ωφελήσει ένα ευρύ φάσμα ατόμων με αναπηρία.

Η εφαρμογή νέων μεθόδων για θεραπευτική ιππασία σε επαγγελματικό επίπεδο είναι επωφελής όχι μόνο για τον Ιππικό Όμιλο - Ruse, αλλά έχει επίσης άμεση σχέση με την κοινωνικοποίηση και την κοινωνική ένταξη των παιδιών με αναπηρίες, περιθωριοποιημένα για τον έναν ή τον άλλο λόγο, τους παρέχονται βιώσιμες λύσεις για ένταξη στη δημόσια ζωή, σύμφωνα με τις ικανότητές τους. Η κοινή πρωτοβουλία των εταίρων ανταποκρίνεται στην επείγουσα ανάγκη εξειδικευμένων κοινωνικών υπηρεσιών για αυτήν την κοινωνική ομάδα σύμφωνα με τη Στρατηγική για την Ανάπτυξη Κοινωνικών Υπηρεσιών στην Περιφέρεια Ρούσε 2010 - 2015, που αναπτύχθηκε με τη βοήθεια της UNICEF.

Το έργο υλοποιεί ένα πιλοτικό καινοτόμο μοντέλο κοινωνικής υπηρεσίας σύμφωνα με τις καθορισμένες ομάδες -στόχους προτεραιότητας για την παροχή κοινωνικών υπηρεσιών σε δημοτικό επίπεδο, βοηθώντας έτσι στην επίλυση συγκεκριμένων αναπτυξιακών προβλημάτων, στη βελτίωση της αποδοτικότητας και της αποτελεσματικότητας του συστήματος κοινωνικών υπηρεσιών και χρήση θεσμικής εταιρικής σχέσης στο πλαίσιο του προγράμματος συνεργασίας Βουλγαρίας-Ελβετίας.

Η συνεργασία μεταξύ της Ιππικής Λέσχης και της Ιπποτροφίας - Ruse και της Ελβετικής Ένωσης για Θεραπευτική Ιππασία PT - CH SV_HPR σηματοδοτεί την αρχή της συνεργασίας στον κοινωνικό τομέα, αλλά το έργο στοχεύει επίσης στη δημιουργία μιας σταθερής βάσης για συνεργασία σε άλλους τομείς, συμπεριλαμβανομένης της Ιππικής Λέσχης και της αναπαραγωγής αλόγων - Ruse στην Ελβετική Ένωση Θεραπευτικής Ιππασίας PT - CH SV_HPR ως συνεργαζόμενο μέλος.

➤ Πόροι

Υλικά

Άλογα, βάση αλόγων για ιππασία

Ανθρώπινο δυναμικό

Ειδικά εκπαιδευμένοι προπονητές ιππασίας από το Ruse Equestrian Club

Συνολικά κόστη

Δωρεάν για τους συμμετέχοντες

➤ Βασικοί παράγοντες επιτυχίας

Ο στρατηγικός στόχος είναι στη διαδικασία επίτευξης μέσω της μεταφοράς στη Βουλγαρία του καινοτόμου μοντέλου κοινωνικής εξυπηρέτησης του ελβετικού οργανισμού συνεργάτη "Horse assisted therapy" (Θεραπεία με άλογο) για την αντιμετώπιση των ειδικών αναγκών των παιδιών και των νέων με σωματικές και ψυχικές αναπηρίες.

➤ Επιπτώσεις του προγράμματος

Επιπτώσεις των επιτευχθέντων ειδικών στόχων του έργου:

- Συνεργασία μεταξύ βουλγαρικής και ελβετικής οργάνωσης.
- Μεταφορά γνώσεων στον κοινωνικό τομέα από τον Ελβετό εταίρο για την υποστήριξη του Βουλγάρου εταίρου.
- Εφαρμοσμένη καινοτόμος προσέγγιση στη θεραπεία με τη βοήθεια αλόγων ως μέθοδο κοινωνικής ένταξης στην κοινότητα των ευάλωτων παιδιών ανάλογα με τις ικανότητές τους, λαμβάνοντας υπόψη τις ανάγκες τους.
- Διαφοροποίηση των κοινωνικών υπηρεσιών.
- Το πλεονέκτημα της ελβετικής προστιθέμενης αξίας στη διαφοροποίηση των υπηρεσιών που προσφέρονται σε παιδιά / νέους με σωματικές και ψυχικές αναπηρίες, περισσότερο ή λιγότερο μειονεκτούντες.

- Ενίσχυση της επιρροής και της αντίληψης

της επιρροής των πολιτικών δομών στη βουλγαρική κοινωνία, για παράδειγμα το επίπεδο εμπιστοσύνης στα δημόσια ιδρύματα. Ανάπτυξη αποτελεσματικών πολιτικών για νέες και καινοτόμες κοινωνικές υπηρεσίες, που αντιστοιχούν στις καθορισμένες ομάδες -στόχους προτεραιότητας .

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**
  Προώθηση του ελβετικού μοντέλου.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**
  Οι καλές πρακτικές προσαρμόζονται στον τομέα της διανοητικής αναπηρίας.

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**
  https://swiss-contribution.bg/projects/partnyorstvo/konyat-nash-obsht-priyatel-predizvikatelstvo-i-otvorena-vrata

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

Καλή **πρακτική 8**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Βουλγαρία, Φιλιππούπολη, Γυμνάσιο "St. Paisii Hilendarski"

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  «Αθλητική προπόνηση για όλους»

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Συμπερίληψη όλων.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Η ένταξη όλων των παιδιών και η παροχή δυνατοτήτων για αθλήματα συμπερίληψης.

- **Ομάδα στόχος**
  Μαθητές από το σχολείο

- **Πόροι**

  Υλικά
  Χρώματα για ζωγραφική, προσαρμοσμένοι οδηγοί για τη διεξαγωγή παιχνιδιών

  Ανθρώπινο δυναμικό
  Γονείς και εκπαιδευτικοί από το Γυμνάσιο "St. Paisii Hilendarski", Φιλιππούπολη

  Συνολικά κόστη
  Δωρεάν για τους μαθητές του σχολείου.

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**
  Με τη συμπερίληψη τέτοιων δραστηριοτήτων στη μαθησιακή διαδικασία, όλα τα παιδιά μπορούν να εμπλακούν σε παιχνίδια και έτσι μπορούν να συμπεριληφθούν και τα άτομα με διανοητική αναπηρία.

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Το σχολείο περιλαμβάνει παιδιά με αναπηρίες φέρνοντάς τα πίσω στα παιχνίδια του παρελθόντος, όπως για παράδειγμα: "Κυρία", "Μην θυμώνεις" και "Σκάλες" περιγράφονται στην αυλή του Λυκείου "St. Paisii Hilendarski" στο πλαίσιο του έργου "Αθλητισμός για όλους". Το πρόγραμμα απευθύνεται σε μαθητές με αναπηρίες ηλικίας 7 έως 18 ετών και που ζουν σε απομακρυσμένες περιοχές.

Θέλουμε να καταλάβουν ότι δεν διαφέρουν από τους άλλους, λέει η ομάδα του έργου, η οποία περιλαμβάνει τον σκηνοθέτη 'Ιλια Κάρτευ, την επικεφαλής δασκάλα στο αρχικό στάδιο Νίνα Γκρουντέβα, την ανώτερη δασκάλα Σύλβια Ικόμοβα - καθηγήτρια αγγλικών και τους συναδέλφους τους. Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο τα παιχνίδια είναι προσαρμοσμένα. Σε κάθε ένα υπάρχει ένα πιο εύκολο μέρος για παιδιά που δυσκολεύονται. Με αυτόν τον τρόπο πραγματοποιείται ο πιο σημαντικός στόχος - η συμπερίληψη όλων.

Οι καθηγητές φυσικής αγωγής σκιαγράφησαν τον αθλητικό χώρο με έντονα χρώματα και προστέθηκε μια γραμμή ισορροπίας. Τα παιδιά μπορούν να περπατούν πέρα δώθε, αναπτύσσοντας έτσι την ικανότητα να διατηρούν ισορροπία. Τα άλλα παιχνίδια είναι για κινητικές δεξιότητες, ταχύτητα, επιδεξιότητα, ευκινησία. Το «Μην θυμώνεις, άνθρωπε» αναπτύσσει δεξιότητες ομαδικής εργασίας, υπομονή και ανοχή - ιδιότητες στις οποίες στηρίζεται η σύγχρονη εκπαίδευση. Τα οφέλη χρησιμοποιούνται στα μαθήματα φυσικής αγωγής και στην αίθουσα εκδηλώσεων. Διατίθενται επίσης σε ελεύθερο χρόνο.

Το "Αθλητική προπόνηση για όλους" είναι μόνο ένα από τα 3 σχολικά προγράμματα που χρηματοδοτήθηκαν από το Πρόγραμμα Eras-

mus+. Στο πλαίσιο της Κατάρτισης Εκπαιδευτικών ως Πρεσβευτών για την εκπαίδευση στην συμπερίληψη, εκπαιδευτικοί, ψυχολόγοι και εκπαιδευτές πόρων μαθαίνουν να αναπτύσσουν και να εφαρμόζουν επιτυχημένες πρακτικές για την επίτευξη προσβάσιμης εκπαίδευσης για όλους τους μαθητές. Ένα εγχειρίδιο θα δημιουργηθεί για χρήση από άλλα σχολεία.

Το τρίτο έργο είναι "Οι πολεμικές τέχνες ως τρόπος ένταξης". Θα εκπαιδεύσει καθηγητές φυσικής αγωγής σε σχολεία σε απομακρυσμένες αγροτικές περιοχές και όπου υπάρχουν μειονεκτούντες μαθητές (εγκεφαλική παράλυση, κώφωση, προβλήματα όρασης, αυτισμός, σύνδρομο Asperger, δυσπραξία, HRN κ.λπ.).

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**
  Στόχος είναι η ενίσχυση της αυτοεκτίμησης των παιδιών, η καταπολέμηση της επιθετικότητας και η συμμετοχή ατόμων με σωματικές και ψυχικές αναπηρίες στον αθλητισμό.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**
  Χρήση καινοτόμων μεθόδων για την ένταξη παιδιών με νοητική και σωματική αναπηρία στη μαθησιακή διαδικασία στο σχολείο.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**
  Αυτή η καλή πρακτική προσαρμόζεται για παιδιά με νοητική αναπηρία.

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**
  https://tinyurl.com/ycy36r2j
  https://www.st4all.eu/?lang=bg

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

Καλή **πρακτική 9**

➤ **Χώρα, πόλη, μέρος**

Βουλγαρία, Σόφια, Βουλγαρική Ένωση Αθλητικής Ανάπτυξης (BSDA)

➤ **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**

Σύντομο εκπαιδευτικό σεμινάριο "Ένταξη μέσω του αθλητισμού" (START)

➤ **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**

Ειδικοί στόχοι του έργου START:

• Ενθαρρύνει τους εταίρους να εργαστούν σε ένα δίκτυο με ευρωπαϊκή διάσταση, μοιράζοντας ιδέες, μεθόδους, τεχνικές και βέλτιστες πρακτικές και να βελτιώσουν τα δικά τους επίπεδα απόδοσης καθώς και τις ομάδες στόχους με τους οποίους συνεργάζονται.

• Ενθάρρυνση και ενίσχυση του τρόπου με τον οποίο ο αθλητισμός χρησιμοποιείται ως μέθοδος ένταξης, κοινωνικής ένταξης, ίσων ευκαιρίων και αύξηση του ενδιαφέροντος για την χρησιμότητά του.

➤ **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**

Το START προωθεί συγκεκριμένες δραστηριότητες σε δύο επίπεδα:

• Να αυξήσει την ευαισθητοποίηση και να εκπαιδεύσει προπονητές, εκπαιδευτές, συντονιστές και εμψυχωτές στον τομέα του αθλητισμού, διευθυντές και προσωπικό μη κυβερνητικών οργανώσεων, πώς να χρησιμοποιούν τη γλώσσα και την μεθοδολογία του αθλητισμού ως τρόπο κοινωνικής ένταξης, σεβασμό στους άλλους και ενσωμάτωση ευάλωτων ομάδων που κινδυνεύουν με αποξένωση και περιθωριοποίηση, υποστηρίζοντας και αναπτύσσοντας την ευρωπαϊκή διάσταση του αθλητισμού. Αυτός ο στόχος θα επιτευχθεί μέσω συγκεκριμένων δραστηριοτήτων κινητικότητας για προπονητές, διευθυντές και προσωπικό / εθελοντές μη κυβερνητικών αθλητικών οργανώσεων. Ενθάρρυνση της συμμετοχής σε τοπικές αθλητικές δραστηριότητες (μαζικός αθλητισμός και σωματική δραστηριότητα) του πληθυσμού, ιδίως των πιο ευάλωτων ομάδων (μετανάστες, γυναίκες, νέοι, έφηβοι), οι οποίοι αντιμετωπίζουν μεγαλύτερη δυσκολία πρόσβασης σε αθλητικές πρωτοβουλίες λόγω γλωσσικών, κοινωνικών και πολιτιστικών εμποδίων, οικονομικών δυσχερειών ή προκαταλήψεων. Αυτοί οι στόχοι θα επιτευχθούν μέσω της οργάνωσης του αθλητισμού και μέσω δραστηριοτήτων σε κάθε μία από τις χώρες εταίρους.

➤ **Ομάδα στόχος**

Προπονητές, εκπαιδευτές, συντονιστές και εμψυχωτές στον τομέα του αθλητισμού, διευθυντές και προσωπικό μη κυβερνητικών οργανώσεων.

➤ **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**

Το έργο START περιλαμβάνει στις δραστηριότητες του την εφαρμογή του Διακρατικού Μαθήματος Κατάρτισης (WP2).

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Το εκπαιδευτικό μάθημα επικεντρώθηκε στη σημασία του αθλητισμού ως εργαλείου ένταξης, εκπαίδευσης και προώθησης της κοινωνικής ένταξης, κατανόησης άλλων πολιτισμών, ανθρωπίνων δικαιωμάτων και ανταγωνιστικότητας μεταξύ των νέων στις τοπικές κοινότητες. Το εκπαιδευτικό μάθημα περιελάμβανε τη μεταφορά καινοτόμων μεθόδων μη τυπικής εκπαίδευσης, δημιουργώντας μια σημαντική εκπαιδευτική γέφυρα μεταξύ των συμμετεχουσών χωρών, η οποία μέσω του αθλητισμού μπορεί να βελτιώσει την ένταξη μεταναστών, νέων που δεν ασχολούνται με εκπαίδευση, απασχόληση ή κατάρτιση, γυναικών ή εφήβων που κινδυνεύουν με αποκλεισμό και ατόμων από διαφορετικές κοινωνικές ομάδες στην Ευρώπη. Τα τελευταία χρόνια, έχουμε δει πολλές περιπτώσεις φτώχειας, βίας, πολιτιστικών και εκπαιδευτικών συγκρούσεων, όλα βασισμένα στην έλλειψη κατάλληλων εργαλείων για ένταξη. Οι αθλητικές δραστηριότητες μπορούν πράγματι να αντιπροσωπεύουν μια κοινή γλώσσα που μπορεί να χρησιμοποιηθεί για να προωθήσει την ένταξη στην κοινωνία και να φέρει αξίες ανοχής, ελευθερίας, δίκαιου παιχνιδιού και σεβασμού. Ο αθλητισμός είναι χρήσιμος για την άρση των στερεοτύπων (διευκολύνει την ένταξη μεταναστών και μειονοτήτων στην κοινωνία), προωθεί την αμοιβαία κατανόηση και τον διαπολιτισμικό διάλογο (χρησιμοποιώντας τον αθλητισμό ως παγκόσμια γλώσσα) και διευκολύνει τη διαδικασία κοινωνικής ένταξης

➤ Πόροι

Υλικά

Ειδικό πρόγραμμα κατάρτισης για το έργο

Ανθρώπινο δυναμικό

Το έργο START υποστηρίζει τη μεταφορά νέων ευκαιριών, μεθόδων και προσεγγίσεων σε προπονητές, εκπαιδευτές και εμψυχωτές στον τομέα του αθλητισμού, διευθυντές και προσωπικό μη κυβερνητικών οργανώσεων με στόχο την έναρξη χρήσης αθλητικών δραστηριοτήτων ως εργαλείου για την προώθηση της ένταξης και ενσωμάτωσης ευάλωτων ομάδων.

Συνολικά κόστη

Χωρίς κόστος για τους συμμετέχοντες στο έργο.

➤ Επιπτώσεις του προγράμματος

Μέσω των εκπαιδευτικών δραστηριοτήτων στη Σόφια, οι αθλητικοί εμπειρογνώμονες που στάλθηκαν από τους συνεργάτες είχαν την ευκαιρία να συναντηθούν, να συζητήσουν και να ανταλλάξουν βέλτιστες πρακτικές, προσεγγίσεις και ιδέες.

- Χάρη στον BSDA, ο οποίος ήταν ο οικοδεσπότης της εκπαίδευσης και έχει μεγάλη εμπειρία στον τομέα, οι συμμετέχοντες μπόρεσαν να αποκτήσουν νέες δεξιότητες και γνώσεις σχετικά με τη χρήση του αθλητισμού για την ένταξη διαφορετικών κοινωνικών ομάδων.
- Οι γνώσεις και οι δεξιότητες που αποκτούν οι συμμετέχοντες θα πολλαπλασιαστούν και θα μεταλαμπαδέψουν σε προπονητές στίβου, προπονητές γενικά και νέους που ενδιαφέρονται για την απόκτηση νέων γνώσεων με θέμα “Ενσωμάτωση μέσω του αθλητισμού”.
- Οι αποκτηθείσες γνώσεις θα χρησιμοποιηθούν στην καθημερινή εργασία των συμμετεχόντων και θα διαδοθούν στους οργανισμούς τους. Η προσέγγιση για ένταξη μέσω του αθλητισμού, η οποία υιοθετήθηκε κατά τη διάρκεια του έργου START, προσφέρει στους συμμετέχοντες νέες ευκαιρίες να μάθουν ή να αναπτύξουν δεξιότητες και ικανότητες για τη διαχείριση αθλητικών διαδικασιών, προπονητικών δραστηριοτήτων και ηγεσίας ομάδας κατά τις προγραμματισμένες αθλητικές δραστηριότητες.

➤ Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος

Το εκπαιδευτικό σεμινάριο θα έχει πολλαπλασιαστικά αποτελέσματα σε τρία διαφορετικά επίπεδα: στους διοργανωτές και τους συμμετέχοντες, στους οργανισμούς, τα ενδιαφερόμενα μέρη και τους επαγγελματίες στις χώρες που συμμετέχουν στη σύμπραξη και στους τοπικούς καταναλωτές και μετανάστες, γυναίκες, νέους και εφήβους που είναι το επίκεντρο του έργου.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**
  Η γνώση που αποκτήθηκε κατά τη διάρκεια του έργου μπορεί να χρησιμοποιηθεί σε παιδιά με διανοητική αναπηρία.

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**
  https://www.startcastelbuono.eu/wp-content/uploads/2019/02/3-Handbook_Start-w-BG.pdfuploads/2019/02/3-Handbook_Start-w-BG.pdf

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

Καλή **πρακτική 10**

➤ **Χώρα, πόλη, μέρος**

Σόφια, Βουλγαρία, Ένωση "Ομοσπονδία Προσαρμοσμένης Φυσικής Δραστηριότητας Βαλκάνια και Περιοχή Μαύρης Θάλασσας"

➤ **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**

"Κοινωνικό Κέντρο - Είστε μέρος μας"

➤ **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**

Οι συγκεκριμένοι στόχοι του έργου είναι:

• Παροχή εξειδικευμένης ολοκληρωμένης διατομεακής υπηρεσίας, συμπεριλαμβανομένων εκπαιδευτικών και κοινωνικών δραστηριοτήτων για παιδιά και νέους με αναπηρία και επομένως η δημιουργία προϋποθέσεων για κοινωνική προσαρμογή και ένταξη αυτών των παιδιών και των νέων στην πόλη της Σόφιας, περιοχή Σέρδικα.

• Δημιουργία προϋποθέσεων για κοινωνική ένταξη στην αγορά εργασίας ατόμων που φροντίζουν εξαρτώμενα μέλη της οικογένειας, συμπεριλαμβανομένων παιδιών, παρέχοντας ολοκληρωμένες ολοκληρωμένες διατομεακές υπηρεσίες και κίνητρα και ψυχολογική υποστήριξη.

• Υλοποίηση πρωτοβουλιών για ενημέρωση και παροχή ευκαιριών για ενεργό συμμετοχή στην κοινωνία ατόμων από ευπαθείς ομάδες.

➤ **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**

Παρείχε μια ευκαιρία για κοινωνική ένταξη και απασχόληση 20 ατόμων που φροντίζουν εξαρτώμενα μέλη της οικογένειας.

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Ο κύριος στόχος του έργου είναι η δημιουργία μιας εξειδικευμένης ολοκληρωμένης διατομεακής υπηρεσίας για παιδιά και νέους με αναπηρία, υποστηρίζοντας έτσι αφενός την ένταξή τους και αφετέρου την ενεργό κοινωνική ένταξη των μελών της οικογένειάς τους, συμπεριλαμβανομένης της αγοράς εργασίας.

➤ **Ομάδα στόχος**

Παιδιά με αναπηρία και οι γονείς τους.

- **Πόροι**

  Υλικά

  Αθλητικός χώρος, αθλητικός εξοπλισμός, διακριτικά, κώνοι κ.λπ.

  Ανθρώπινο δυναμικό

  Δήμος Σόφιας, Επαρχία Σέρδικας. Το προσωπικό των συλλόγων σε τοπικό επίπεδο, προπονητές, εθελοντές και ιατρικό προσωπικό.

  Συνολικά κόστη

  Δωρεάν για τους συμμετέχοντες σε αυτήν την εκδήλωση.

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**

  Τα παιδιά με νοητικές και σωματικές αναπηρίες συμμετέχουν σε αθλητικές δραστηριότητες μαζί με μέλη των οικογενειών τους.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**

  Αποτελέσματα:

  • λειτουργία ολοκληρωμένης υπηρεσίας με εκπαιδευτικά, κοινωνικά και αθλητικά στοιχεία (προσαρμοσμένη φυσική δραστηριότητα) για 20 παιδιά και νέους με αναπηρία.

  • δημιουργία συνθηκών για κοινωνική προσαρμογή και απασχόληση οικογενειών και ατόμων που φροντίζουν μέλη οικογενειών με αναπηρία.

  • δημιουργία συνθηκών για κοινωνική προσαρμογή και ένταξη 20 παιδιών και νέων με αναπηρία.

  • ψυχολογικές υπηρεσίες σε 20 άτομα που φροντίζουν εξαρτώμενα μέλη της οικογένειας.

  • Παροχή κινήτρων σε 20 άτομα που φροντίζουν μέλη της οικογένειας.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**

  Κοινωνική προσαρμογή και απασχόληση οικογενειών παιδιών με νοητική και σωματική αναπηρία.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**

  Είναι προσαρμοσμένο για παιδιά με διανοητική αναπηρία.

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**

  https://tinyurl.com/s6zf4cmp
  http://www.serdika.bg/index.php/144-2017-08-31-18-32-23
  https://tinyurl.com/3yssy4mc

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

Κατάλογος των βέλτιστων πρακτικών από CSDS – Vietnam

Καλή **πρακτική 1**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Βιετνάμ, πόλη Χο Τσι Μινχ, αθλητικό γήπεδο πολλαπλών χρήσεων στο Πανεπιστήμιο Ton Duc Thang.

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Αθλητικό Κατάστημα Διασκέδασης (VAN, AF SF2020)

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  - η παροχή μιας παιδικής χαράς φιλικής για τα μικρά παιδιά με διαταραχές στο φάσμα του αυτισμού (ASD) και την οικογένειά τους για να κάνουν προπονήσεις.
  - η διάδοση της αγάπης και των όμορφων ιστοριων των παιδιών με ASD, η προώθηση της φροντίδας, η ευαισθητοποίηση της κοινότητας και η αλλαγή των εσφαλμένων αντιλήψεων της για τα παιδιά με ASD.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Ελεύθερος χρόνος (κοινωνικοποίηση, δραστηριότητες αναψυχής)

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Ετησίως το Δίκτυο Αυτισμού του Βιετνάμ και άλλοι χορηγοί διοργανώνουν αθλητικές εκδηλώσεις για μικρά παιδιά με ASD.

Φέτος, το VAN με χορηγία του "Δικαίωμα στο Παιχνίδι", παρείχε την προπονητική εμπειρία του ποδοσφαίρου, του βόλεϊ και του dodgebee, μια φιλική και διασκεδαστική παιδική χαρά για την ομάδα στόχο.

Υπήρχαν εκπαιδευτές που παρείχαν οδηγό για τους συμμετέχοντες που ήταν αθλητικοί δάσκαλοι για παιδιά με αναπηρία και μέλη της ομάδας ποδοσφαίρου Higher Ground Mision (HGM CLUB). Στη διήμερη εκδήλωση, 70 νεαροί μαθητές και οι γονείς τους έλαβαν βασικές τεχνικές και οδηγίες για το πώς να παίξουν ποδόσφαιρο, βόλεϊ και dodgebee.

Έχοντας την ευκαιρία να συμμετάσχουν στις δραστηριότητες με καθοδήγηση από τους εκπαιδευτές, με τη βοήθεια εθελοντών φοιτητών πανεπιστημίου, ελπίζουν ότι η αυτοπεποίθηση των παιδιών θα ενισχυθεί, θα συμβάλει επίσης στη διαδικασία επίτευξης ισχυρότερης πίστης στις ικανότητες και τις προσπάθειές τους, θα αυξήσει το ομαδικό πνεύμα και έτσι θα τα ενθαρρύνει να είναι πιο ανοιχτοί απέναντι στους άλλους.

Η σημασία του αθλητισμού και της σωματικής δραστηριότητας για τα παιδιά με ASD τονίστηκε στις εναρκτήριες παρατηρήσεις και επίσης κατά τη διάρκεια της εκδήλωσης, ενθάρρυνε τους γονείς τους να συνεχίσουν να παρέχουν χώρο για την ανάπτυξη και την ενασχόλησή τους με τον αθλητισμό μετά την επιστροφή τους στο σπίτι.

- **Ομάδα στόχος**
  Παιδιά με ASD με τους γονείς τους.

- **Πόροι**

  Υλικά

  -Ένα αθλητικό γήπεδο πολλαπλών χρήσεων

  -Αθλητικά υλικά για ποδόσφαιρο, βόλεϊ και dodgebee

  Ανθρώπινο δυναμικό

  -Εθελοντές (από το Πανεπιστήμιο Ton Duc Thang)

  Συνολικά κόστη

  ~10,000€

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**
  Υποστήριξη από εθελοντές, ενθάρρυνση από το κοινό, βραβεία για αυτούς που προσπαθούν καλύτερα, δεν υπάρχει νικητής ή χαμένος, αφοσίωση και επαγγελματισμός από τους εκπαιδευτές.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**
  Τα παιδιά με αναπηρία συμμετέχουν στο αθλητικό πρόγραμμα με ενθουσιασμό. Η αυτοπεποίθησή τους ενισχύεται και ο δεσμός και η σύνδεση μεταξύ τους γίνονται πιο στενή.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**
  N/A

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**
  Η ύπαρξη ατόμων χωρίς αναπηρία στην ομάδα (π.χ. γονείς/εθελοντές) βοηθά στην εξισορρόπηση, ομαδοποιεί και δημιουργεί δεσμούς και αλληλεπιδράσεις μεταξύ τους.

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**
  http://vietnamautism.com/
  https://www.facebook.com/hashtag/autismfriendlysportfunshop

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

Καλή **πρακτική 2**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Βιετνάμ, Ανόι, ΧΩΡΙΟ ΦΙΛΙΑΣ Βιετνάμ (FV)

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Τάξη σε Κίνηση

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  - Προώθηση της φυσικής κατάστασης των μαθητών, βελτίωση της σωματικής τους υγείας μέσω παιχνιδιών και αθλητικών δραστηριοτήτων

  - Εκμάθηση βασικών δεξιοτήτων, όπως η καταμέτρηση αριθμών, η αναγνώριση χρωμάτων, η συνεργασία μαζί κλπ. για παιδιά που ζουν στο χωριό για θύματα του Agent Orange.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  - Σωματική ευεξία
  - Σχέση με άλλους ανθρώπους (φίλους)
  - Ελεύθερος χρόνος

- **Πόροι**

  Υλικά

  1 μπάλα ποδοσφαίρου, 1 πολύχρωμο αλεξίπτωτο μεγάλου μεγέθους, 20 πολύχρωμες μπάντες από μαλακό ύφασμα, 1 ηχείο μουσικής, 15 καρέκλες, 1 μεγάλος καθρέφτης, ένα πακέτο εμποδίων, 15 χούλα χουπ, ένα πακέτο μπαλόνια, 5 μικρές μπάλες που αναπηδούν.

  Ανθρώπινο δυναμικό

  2-3 εθελοντές σε κάθε τάξη

  Συνολικά κόστη

  ~ 5,000€

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Η Τάξη σε Κίνηση είναι η πρόσθετη δραστηριότητα προγράμματος που σχεδιάστηκε από εθελοντές που εργάζονται στο Φιλικό Χωριό με μαθητές με διάφορες αναπηρίες, όπως αναπτυξιακή καθυστέρηση, αυτισμός, ΔΕΠΥ, σύνδρομο down κ.λπ.

Ο στόχος είναι να τους ενθαρρύνουμε να παραμένουν σωματικά δραστήριοι, να διασκεδάζουν και να μαθαίνουν κάτι καθημερινά. Πολλά παιχνίδια διοργανώνονται για τη βελτίωση της αντοχής, της δύναμης, του συντονισμού, της κινητικότητας και της ισορροπίας των παιδιών. Το μάθημα πραγματοποιείται σε 45 λεπτά ανά συνεδρία. Υπάρχουν 3 ομάδες μαθητών που χωρίζονται με βάση την ικανότητα και το επίπεδο τους. Αυτές οι τρεις ομάδες παίρνουν τη σειρά τους για να βεβαιωθούν ότι έρχονται στο μάθημα κίνησης δύο φορές την εβδομάδα.

- Υπάρχουν δύο ή τρεις εθελοντές που είναι υπεύθυνοι για τη διοργάνωση παιχνιδιών και δραστηριοτήτων για κάθε συνεδρία. Λίστα δημοφιλών παιχνιδιών είναι “Γεια σου Κύκλε”, “Πύλη μπάλας”, “Duck Duck Goose”, “Ρυμουλκό”, “Γάτα και ποντίκι”, “Αγώνας Εμποδίων”, “Μουσικό άγαλμα”, “Δίδυμοι Χορευτές”, “Καθρέφτης” κ.λπ.
- Σημείωση: Οι μαθητές είναι πολύ ενθουσιασμένοι όταν πρόκειται για την ώρα έναρξης της τάξης, επειδή τις περισσότερες φορές κάθονται ακίνητοι μέσα σε αυτήν.
- Μειονέκτημα: Το Χωριό Φιλίας είναι συχνά υποστελεχωμένο, οπότε αν δεν υπάρχουν εθελοντές, η τάξη δεν θα ανοίγει.

➤ **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**

- Δημιουργικότητα, ενθουσιασμός και υπομονή από εθελοντές που διευκολύνουν τις δραστηριότητες στην Τάξη σε Κίνηση.
- Κατάλληλος χώρος: ένα μεγάλο δωμάτιο με μεγάλο καθρέφτη, καλά εξοπλισμένο με ποικίλα υλικά για παιχνίδια και δραστηριότητες.
- Κατάλληλη ώρα: το απόγευμα μετά από πολλές ώρες καθισμένοι στην τάξη για να ξεφύγουν από την καθιστική ζωή. Ιδανική για την συγκέντρωση των μαθητών για σύντομο χρονικό διάστημα.

➤ **Επιπτώσεις του προγράμματος**

- Οι μαθητές με αναπηρία στο Χωριό Φιλίας έχτισαν μια καλή συνήθεια και παραμένουν ενεργοί. Η δύναμη, η ισορροπία, ο συντονισμός και η ευελιξία τους βελτιώνονται σιγά σιγά.
- Σταδιακά, αλληλεπιδρώντας με εθελοντές από διαφορετικές χώρες σε όλο τον κόσμο, δεν φοβούνται τους ξένους και μπορούν να επικοινωνήσουν καλά με τις γλώσσες του σώματος και τα βασικά αγγλικά. Η αυτοπεποίθηση και η αυτοεκτίμησή τους αυξάνεται επίσης.

➤ **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**

Οι εθελοντές μπορούν να ακολουθήσουν τον οδηγό και είναι σε θέση να οργανώσουν δραστηριότητες για την τάξη κίνησης. Είναι εφικτό ακόμη και για αρχάριους, καθώς η τάξη σε κίνηση τις περισσότερες φορές δίνει θετική ενέργεια.

Τα παιδιά στο χωριό έχουν διεθνείς φίλους και συνεργάζονται μαζί τους ανεξάρτητα από εθνικότητα.

➤ **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**

N/A

➤ **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**

N/A

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

Καλή **πρακτική 3**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Βιετνάμ, Ανόι

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Iron Run Project

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  - Ευαισθητοποίηση και προώθηση μιας κοινωνίας χωρίς διακρίσεις λόγω αναπηρίας, ιδιαίτερα στους νέους.
  - Αλλαγή των λανθασμένων αντιλήψεων των ανθρώπων για τα άτομα με αναπηρία.
  - Παροχή ευκαιριών για τα άτομα με αναπηρία να ενταχθούν περισσότερο στην κοινότητα μέσω υπαίθριων δραστηριοτήτων.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/δραστηριότητα**
  Κοινωνικές και κοινοτικές δραστηριότητες

- **Ομάδα στόχος**
  - Νέοι μαθητές στο Ανόι
  - Μικρά παιδιά με αναπηρία στο Ανόι

- **Πόροι**

  Υλικά
  Μεσημεριανό, teabreak, μπλουζάκι, υλικά παιχνιδιού, ηχείο, σκηνικό, κιτ πρώτων βοηθειών.

  Ανθρώπινο δυναμικό
  Εθελοντές

  Συνολικά κόστη
  ~ 4,800€

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/παρέμβασης και μεθοδολογίας

Το 2016 ξεκίνησε από μια ομάδα μαθητών λυκείου στο Ανόι, το IRON RUN, ένα μη κερδοσκοπικό έργο που στοχεύει στην αλλαγή του στίγματος των ατόμων με αναπηρία στην κοινότητα και στη μείωση του χάσματος μεταξύ ατόμων με ή χωρίς αναπηρία.

Σε κάθε σεζόν, το IRON RUN διοργανώνει έναν μαραθώνιο τρεξίματος (υιοθετώντας τη μορφή του The Amazing Race and Running Man), στον οποίο οι διοργανωτές, οι δρομείς και τα μικρά παιδιά με αναπηρίες χωρίζονται εξίσου σε μικρές ομάδες. Κάθε ομάδα θα ξεπεράσει τις προκλήσεις, παίζοντας παιχνίδια που έχουν σχεδιαστεί για την οικοδόμηση της ομάδας και το δέσιμο μέχρι την ολοκλήρωση του αγώνα.

Οι εθελοντές και οι διοργανωτές πραγματοποιούν περιοδικά κάποιες δραστηριότητες συγκέντρωσης χρημάτων, όπως η πώληση σπιτικών μπισκότων (τα οποία φτιάχτηκαν από τα άτομα με αναπηρία), μουσικές εκδηλώσεις κ.λπ. και στη συνέχεια τα δωρίζουν σε κέντρα για παιδιά με αναπηρία.

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**

  - Ο ενθουσιασμός των νέων και η δημιουργικότητά τους στο σχεδιασμό της πρόκλησης για τους συμμετέχοντες
  - Οι δραστηριότητες που ακολουθούν φέρνουν περισσότερες ιδέες από άτομα με αναπηρία που μοιράζονται και διαδίδονται στη σελίδα του IRON RUN

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**

  Περισσότερες πληροφορίες για τα άτομα με αναπηρίες μοιράζονται και διαδίδονται μέσω της σελίδας του IRON RUN.

  Τα μικρά παιδιά με αναπηρία νιώθουν ενθουσιασμό για τη συμμετοχή τους και την επιβράβευσή τους. Η αυτοεκτίμηση και η αυτοπεποίθησή τους ενισχύεται.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**

  Στη διαδικασία οργάνωσης και συγκέντρωσης χρημάτων για το πρόγραμμα, οι νέοι μαθητές λυκείου πρέπει να μάθουν πως να κάνουν έρευνα για να κατανοήσουν την κοινότητα των ατόμων με αναπηρία.

  Οι νέοι, είναι ενεργητικοί, συμβάλλουν στην αντιμετώπιση της ανισότητας και αγωνίζονται για αυτήν.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**

  N/A

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**

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

  https://tinyurl.com/w88vvaux

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

Καλή **πρακτική 4**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Βιετνάμ, πόλη Χο Τσι Μινχ

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Galaxy Archery ParaGames Cup Day

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  - Μια παιδική χαρά που συγκεντρώνει άτομα με αναπηρίες που έχουν πάθος με την τοξοβολία.
  - Μια αλλαγή στην αναζήτηση της βασικής ομάδας που εντάσσεται στην επίσημη προπόνηση και ανοίγει το δρόμο για την εθνική ομάδα στο ASEAN Paragames 2021.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  - Προσωπική ανάπτυξη και αναγνώριση
  - Σχέση με άλλους

- **Ομάδα στόχος**
  Τοξότες με αναπηρία κάτω άκρων από τις τρεις περιοχές: Πόλη Χο Τσι Μινχ, Επαρχίες Ντονγκ Νάι και Κα Μάου

- **Πόροι**

  Υλικά
  N/A

  Ανθρώπινο δυναμικό
  N/A

  Συνολικά κόστη
  ~15,000€

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Η εκδήλωση διοργανώθηκε από το HCMC Center for Sports Training, Vietnamese Parasport Community και το Galaxy Archery Club.

Αφού κυκλοφόρησε η επίσημη ανακοίνωση, άτομα με αναπηρία κάτω άκρων τα οποία βρίσκονταν κατάλληλα για συμμετοχή, εγγράφηκαν στην εκδήλωση. Υπήρχαν τρεις τύποι: ατομικό έπαθλο για γυναίκες, ατομικό έπαθλο για άνδρες, ομαδικό έπαθλο.

Διοργανώθηκε εκπαίδευση δύο εβδομάδων για όλους τους συμμετέχοντες, στην οποία τους δόθηκαν τεχνικές και καθοδήγηση από επαγγελματίες τοξότες, εθελοντές και μέλη του Galaxy Archery Club.

Παρόλο που οι περισσότεροι χρειάζονται απόσταση από τροχό, πατερίτσες ή προσθετικά, έκαναν μεγάλη προσπάθεια και συμμετείχαν με έντονη αποφασιστικότητα και θετική στάση. Εκτός από τις ώρες προπόνησης, μοιράστηκαν χαρούμενες στιγμές και έκαναν νέους φίλους, δημιούργησαν δεσμούς και φιλίες μεταξύ τους. Μετά την πρωινή προπόνηση, συναντιούνται συχνά για άτυπη συζήτηση, μοιράζονται τις ιστορίες τους, τραγουδούν και παίζουν μουσικά όργανα.

➤ **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**

- Πραγματοποιήθηκε εκπαίδευση πριν από την εκδήλωση, ακόμη και τα άτομα με αναπηρία που είναι απολύτως νέα στην τοξοβολία θα μπορούσαν με αυτοπεποίθηση να συμμετάσχουν.
- Η διαδικασία εξάσκησης και ανταμοιβής καθώς υπάρχουν κύπελλα για τους νικητές
- Η υποστήριξη και η ενθάρρυνση του κοινού

➤ **Επιπτώσεις του προγράμματος**

- Η τοξοβολία μπήκε στη λίστα των αγαπημένων τύπων αθλημάτων για να επιλέξουν τα άτομα με αναπηρία να παίξουν αν είναι κατάλληλο.
- Οι συμμετέχοντες επέκτειναν το δίκτυό τους, έκαναν περισσότερους φίλους και είχαν την ευκαιρία να συναντηθούν με περισσότερους ομοϊδεάτες, μοιράζοντας τα ίδια ενδιαφέροντα. Βρήκαν τη χαρά και την εμπιστοσύνη τους μέσω της συμμετοχής και της τακτικής άσκησης.

➤ **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**

Φέρνει ένα νέο είδος αθλητισμού στην κοινότητα ατόμων με αναπηρία. Αυτή είναι η πρώτη φορά που το HCMC πραγματοποιεί μια τέτοια εκδήλωση, που τροφοδοτεί ταλαντούχους που έχουν πάθος για την τοξοβολία και τους παρέχει την ευκαιρία να συνδεθούν με άλλους ομοϊδεάτες τους.

➤ **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**

Σύσταση: Μειώστε την κλίμακα και τη δυσκολία χρησιμοποιώντας τα κολλώδη/πλαστικά μαλακά βέλη αντί για αιχμηρό μεταλλικό βέλος

➤ **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**

http://parasports.com.vn/

Εικόνες στις ειδήσεις: https://bit.ly/3mFi2XN

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

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

Καλή **πρακτική 5**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Βιετνάμ, Ανόι και Χο Τσι Μινχ

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Ηγεσία Αθλητών και Ενιαίο Σχολείο (Special Olympics Vietnam)

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Παροχή προπονήσεων και αθλητικών αγώνων σε μια ποικιλία αθλημάτων Ολυμπιακού τύπου για άτομα με νοητική αναπηρία.
  Συνεχείς ευκαιρίες για ανάπτυξη φυσικής κατάστασης, επίδειξη θάρρους, χαρά και συμμετοχή στην ανταλλαγή δώρων, ανάπτυξη δεξιοτήτων και φιλίας με τις οικογένειές τους αλλά και με άλλους αθλητές των Ολυμπιακών Αγώνων και μέλη της κοινότητας.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Φυσική δραστηριότητα
  Σχέση με άλλους (οικογένεια, φίλους, κοινότητα)

- **Ομάδα στόχος**
  Παιδιά και ενήλικες με νοητική αναπηρία

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Τα Special Olympics είναι ένας παγκόσμιος οργανισμός που εξυπηρετεί αθλητές με διανοητική αναπηρία που εργάζονται με εθελοντές και προπονητές και προσφέρει ατομικά και ομαδικά αθλήματα ολυμπιακού τύπου αλλά και άλλα που παρέχουν ουσιαστικές ευκαιρίες εκπαίδευσης και ανταγωνισμού σε άτομα με διανοητική αναπηρία.

Στο πρόγραμμα Ηγεσία Αθλητών, ο αθλητής παρέχει εκπαίδευση σε άτομα με διανοητική αναπηρία για να αναπτύξουν τις δεξιότητες της καθημερινής ζωής και τη σωματική τους δραστηριότητα. Το πρόγραμμα παρέχει επίσης εκπαίδευση σε εκπαιδευτές και μέντορες που θα βοηθήσουν στενά τους αθλητές με αναπηρία στην ανάπτυξη δεξιοτήτων.

Εν τω μεταξύ, το πρόγραμμα Ενιαίο Σχολείο συνδέει νέους με και χωρίς αναπηρία, τους παρέχει δραστηριότητες αθλητισμού, στοχεύοντας επίσης στην αλλαγή λανθασμένων αντιλήψεων σχετικά με τις διανοητικές αναπηρίες στην τοπική κοινότητα.

ΕΠΙΣΗΜΟΣ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ: Ποδόσφαιρο (Ποδόσφαιρο), Πινγκ -πονγκ, Τζούντο, Μπότσε, Μπάντμιντον, Στίβος, Κολύμβηση

- **Πόροι**

  Υλικά

  N/A

  Ανθρώπινο δυναμικό

  N/A

  Συνολικά κόστη

  ~30,000€

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**

  Η δημοτικότητα των αθλητικών προγραμμάτων, πραγματοποιείται σε εθνικό επίπεδο και περιλαμβάνει πολλές τοπικές ομάδες στην κοινότητα, όπως μικρά κέντρα για παιδιά με αναπηρία.

  Οι συμμετέχοντες θα λάβουν στολή στην αρχή του προγράμματος και πιστοποιητικό παρακολούθησης εφόσον συμμετείχε ενεργά, το οποίο δημιουργεί την αίσθηση του ανήκειν και της αναγνώρισης.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**

  Στα προγράμματα εγγραάφησαν 3.710 αθλητές και 257 προπονητές.

  Τα παιδιά με αναπηρία συμμετέχουν στο αθλητικό πρόγραμμα με ενθουσιασμό έχοντας την ενθάρρυνση από τους υποστηρικτές τους. Η εμπιστοσύνη τους ενισχύεται και οι δεσμοί και οι μεταξύ τους σχέσεις γίνονται πιο σφιχτοί.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**

  N/A

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**

  N/A

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**

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

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

Καλή **πρακτική 6**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Βιετνάμ, Ανόι, Γιεν Σο Παρκ

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Τρέξιμο "You raise me up".

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Σκοπός της εκδήλωσης είναι η προώθηση και βελτίωση της υγείας μέσω αθλητικών και σωματικών ασκήσεων καθώς και η εξάλειψη των εμποδίων και των διακρίσεων μεταξύ ατόμων με αναπηρία και ατόμων χωρίς αναπηρία, έτσι ώστε αυτός ο σύντροφος να είναι μόνο ένας σύντροφος στο τρέξιμο, αλλά και ένας σύντροφος της κοινωνίας και της κοινότητας σε όλες τις δραστηριότητες στο ταξίδι ένταξης των ατόμων με αναπηρία.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/δραστηριότητα**
  Φυσική δραστηριότητα
  Σχέση με άλλους (οικογένεια, φίλους, κοινότητα)

- **Ομάδα στόχος**
  Άτομα με αναπηρία (προώθηση της συμμετοχής όλων των κατηγοριών αναπηρίας), άτομα χωρίς αναπηρία, παιδιά που αγαπούν το τρέξιμο.

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/παρέμβασης και μεθοδολογίας

Ο μαραθώνιος "You Raise Me Up" είναι μια μη κερδοσκοπική αθλητική εκδήλωση ως απάντηση στη Διεθνή Ημέρα των Ατόμων με Αναπηρία (3 Δεκεμβρίου) με σκοπό τη δημιουργία ενός χώρου χωρίς αποκλεισμούς για άτομα με αναπηρία μέσω τοπικών εκδηλώσεων.

Η εκδήλωση συνδιοργανώνεται από το Will to Live Center για τα παιδιά στο Βιετνάμ υπό την υποστήριξη της RI Korea, της KOICA Grants και του Hoang Gia Event Agency.

Η εκδήλωση είναι ανοικτή στο κοινό με μεγάλη ποικιλία συμμετεχόντων, συμπεριλαμβανομένων ατόμων με αναπηρία (προωθούνται όλες οι κατηγορίες αναπηρίας), παιδιά που ενδιαφέρονται για τα αθλήματα σε ζευγάρια με έναν συμμετέχοντα με αναπηρία, συνοδεύοντάς τον για απόσταση 1,5 χλμ., 3,0 χλμ. ή 5,0 χλμ.

- **Πόροι**

  Υλικά

  N/A

  Ανθρώπινο δυναμικό

  N/A

  Συνολικά κόστη

  ~5,000€

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**

  Το Running άνοιξε για το κοινό με μεγάλη ποικιλία συμμετεχόντων και οργανώθηκε σε δημόσιο χώρο (μεγάλο πάρκο), εξαλείφοντας την απόσταση μεταξύ ατόμων με ή χωρίς αναπηρία.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**

  Τα ζευγάρια συμμετεχόντων (με και χωρίς αναπηρία) ενθαρρύνονται να διατηρούν επαφή μετά την εκδήλωση και να δημιουργούν φιλίες και σχέσεις:
  Οι συμμετέχοντες λαμβάνουν μετάλλια και πιστοποιητικά συμμετοχής με αποτέλεσμα η αυτοπεποίθηση και η αυτοεκτίμησή τους να αυξάνεται.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**

  Στα ζευγάρια, το άτομο χωρίς αναπηρία βοηθά το άτομο με αναπηρία, ενώ ταυτόχρονα ακούει και συνδέεται με το άτομο αυτό μέσα από τις ιστορίες τους που αφηγούνται καθώς τρέχουν μαζί και κάνουν δραστηριότητες.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**

  N/A

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**

  https://tuoitre.vn/ghep-doi-chay-bo-voi-nguoi-khuyet-tat-de-cung-ve-dich-20191201111749 61.htm

  https://www.facebook.com/watch/?v=408646816695226&extid=5jrlDA-IZW16BjcPl

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

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

Καλή **πρακτική 7**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Βιετνάμ, Χο Τσι Μινχ, Επαρχία 7

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Μαραθώνιος OI (Orange Initiative)

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Αύξηση της ευαισθητοποίησης και της ενσυναίσθησης της τοπικής κοινωνίας με τις προσπάθειες και τον αγώνα των ΑμεΑ για να ξεπεράσουν τις δύσκολες συνθήκες. Προώθηση του ενεργού και υγιεινού τρόπου ζωής στα άτομα με και χωρίς αναπηρία της τοπικής κοινωνίας.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Φυσική δραστηριότητα
  Σχέση με άλλους (οικογένεια, φίλους, κοινότητα)

- **Ομάδα στόχος**
  Θύματα του “Agent Orange” και οι υποστηρικτές τους.

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Διοργανωτής: Χο Τσι Μινχ Ίδρυμα Ειρήνης και Ανάπτυξης (HPDF).

Ο Μαραθώνιος διοργανώνεται ετησίως από το 2020 από το HPDF στο πλαίσιο του HCMC Marathon. Η εκδήλωση οργανώθηκε για 50 άτομα με αναπηρία, θύματα του “Agent Orange” και τους υποστηρικτές τους ώστε να λάβουν μέρος στον αγώνα 5 χιλιομέτρων της διοργάνωσης. Τα μηνύματα του προγράμματος Μαραθώνιος OI ήταν να ενημερώσουν τα άτομα με αναπηρία ότι δεν χρειάζεται να μένουν μόνοι τους, γιατί πάντα υπάρχουν πολλοί υποστηρικτές τους.

- **Πόροι**

  Υλικά

  N/A

  Ανθρώπινο δυναμικό

  N/A

  Συνολικά κόστη

  ~10,000€

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**

  - Η συμμετοχή καλλιτεχνών και δημοσίων προσώπων προσελκύει πολλούς ανθρώπους να δηλώσουν συμμετοχή.
  - Η Επαγγελματικά δομημένη και οργανωμένη ετησίως εκδήλωση κερδίζει την αξιοπιστία του κοινού.
  - Η αίσθηση αναγνώρισης για τους συμμετέχοντες (έχοντας βραβεία μετά την ολοκλήρωση του αγώνα τους) και η υποστήριξη από το κοινό κατά τη διάρκεια του αγώνα.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**

  - Υγιεινή ρουτίνα για τους ανθρώπους στην κοινότητα
  - Η ανταμοιβή μετά τον αγώνα είναι το κίνητρο για τα άτομα με αναπηρία για καλύτερη και ενεργότερη ενασχόληση με τον αθλητισμό στην τοπική κοινωνία.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**

  Έχοντας ένα άτομο με αναπηρία σε κάθε ομάδα έκανε το τρέξιμο ασφαλέστερο και ευκολότερο.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**

  N/A

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**

  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

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

Καλή **πρακτική 8**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Βιετνάμ (εθνική κλίμακα)

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Παραολυμπιακή Ένωση Βιετνάμ

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Να έχουν άμεσα θετικό αντίκτυπο στην υγεία των ατόμων με αναπηρία, συμβάλλοντας στην αποκατάσταση και την κοινωνική ένταξη.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Σωματική ευεξία
  Προσωπική ανάπτυξη και αναγνώριση

- **Ομάδα στόχος**
  Ανθρωποι με αναπηρίες

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Η Παραολυμπιακή Ένωση του Βιετνάμ ιδρύθηκε το 1995 και από τότε έχει προωθήσει πάρα πολύ την άσκηση και τα αθλήματα για τα άτομα με αναπηρία:

- Διοργανώνει ετησίως προπονήσεις και αθλητικούς αγώνες για άτομα με αναπηρία σε διάφορους τομείς.
- Οργανώνει εκπαιδευτικά προγράμματα για προπονητές και διαιτητές, όπως και πρώτες βοήθειες για τραυματισμούς ατόμων με αναπηρία.
- Εισαγωγή και παροχή προϊόντων για την υποστήριξη αθλητικών δραστηριοτήτων για άτομα με αναπηρία.

- **Πόροι**

  Υλικά

  N/A

  Ανθρώπινο δυναμικό

  N/A

  Συνολικά κόστη

  ~30,000€

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**

  Αλληλεγγύη
  Συγκέντρωση επίλεκτης ομάδος
  Τακτική εκπαίδευση

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**

  - Η ανάπτυξη μιας βασικής ομάδας επαγγελματιών αθλητών για τις εθνικές και διεθνείς αθλητικές εκδηλώσεις.
  - Η ανάπτυξη της φυσικής κατάστασης, του επαγγέλματος και της ψυχικής υγείας κάθε αθλητή.
  - Η αίσθηση του ανήκειν για άτομα με αναπηρία και το πάθος για τον αθλητισμό.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**

  Η επιτροπή λειτουργεί σε εθνικό επίπεδο και είναι επίσημο μέλος της Παγκόσμιας Παραολυμπιακής Επιτροπής (IPC), της Ασιατικής Παραολυμπιακής Επιτροπής (APC), της Ομοσπονδίας Αθλητικών Αναπηριών Νοτιοανατολικής Ασίας (APSF) και λαμβάνουν υποστήριξη και τεχνοτροπία από διεθνείς οργανισμούς.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**

  N/A

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**

  http://paralympic.org.vn/

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

Καλή **πρακτική 9**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Βιετνάμ, Πόλη Χο Τσι Μινχ, Περιοχή 11

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Μάθημα "ΘΕΡΜΟ ΒΙΕΤΝΑΜ "

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Αυξήση των κινητικών δεξιοτήτων, μάθηση ενός νέου άθληματος για παιδιά με νοητική αναπηρία.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Σωματική ευεξία
  Προσωπική ανάπτυξη και αναγνώριση

- **Ομάδα στόχος**
  Μικρά παιδιά με νοητική αναπηρία, ASD, σύνδρομο Down, εγκεφαλική παράλυση.

- **Πόροι**

  Υλικά
  N/A

  Ανθρώπινο δυναμικό
  N/A

  Συνολικά κόστη
  ~1,000€

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Πρόκειται για ένα δωρεάν αθλητικό σεμινάριο που διοργανώνεται για μικρά παιδιά με νοητική αναπηρία, ASD, σύνδρομο Down και εγκεφαλική παράλυση. Οργανώνεται από το Βιετναμέζικη Παραολυμπιακή Αθλητική Κοινότητα και την Χο Τσι Μινχ Ένωση μπέιζμπολ (HBA) με χορηγία του οαργανισμού "Ενα Θερμό Βιετνάμ".

Εβδομαδιαίο πρόγραμμα:
Κάθε Τρίτη: 18:00 - 19:30: Εξάσκηση στο ποδόσφαιρο
Κάθε Πέμπτη: 16:15 - 17:15: Εξάσκηση στο μπέιζμπολ
Κάθε Κυριακή: 07:30 - 09:00: Εξάσκηση στο ποδόσφαιρο
Συμμετέχοντας στο μάθημα, τα παιδιά θα καθοδηγηθούν να αλληλεπιδράσουν, να κάνουν φίλους, να αναπτύξουν κάποιες κινητικές δεξιότητες. Μετά το μάθημα, τα παιδιά πρέπει να είναι σε θέση να κατανοήσουν και να εκτελέσουν τους κανόνες ενός αγώνα.
Για τα παιδιά διοργανώνονται επίσης ορισμένοι αγώνες για άσκηση με άλλα παιδιά χωρίς αναπηρία.

Οι εμπειρογνώμονες και οι επαγγελματίες εκπαιδευτές στο χώρο του αθλητισμού που θα παρακολουθήσουν και θα συνοδεύσουν το παιδί, είναι εκείνοι που είχαν ήδη εμπειρία με παιδιά με αναπηρίες, όπως άτομα με ASD και νοητικές αναπηρίες.

Στο τέλος, όταν τελειώσουν το μάθημα, τα παιδιά που συμμετείχαν ενεργά θα ανταμοιφθούν με μετάλλια και έπαθλα.

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**

  - Πραγματοποιείται τακτικά και καθορίζεται εβδομαδιαίο πρόγραμμα, γεγονός που διευκόλυνε τους γονείς να παρακολουθούν και να φέρνουν τα παιδιά τους στο μάθημα
  - Φωτογραφίες και βίντεο λαμβάνονται κατά τη διάρκεια του μαθήματος, τα παιδιά βλέπουν να συμμετέχουν ενεργά στα αθλήματα, να διασκεδάζουν και να ενθουσιάζονται.
  - Τα παιδιά με αναπηρία λαμβάνουν πιστοποιητικό παρακολούθησης μετά την ολοκλήρωση του μαθήματος. Κάνουν επίσης φίλους, ενώ η αυτοεκτίμηση και η αυτοπεποίθησή τους αυξάνεται.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**

  Τα παιδιά με αναπηρία μπορούν να συμμετάσχουν σε εβδομαδιαίες αθλητικές δραστηριότητες (ποδόσφαιρο και μπέιζμπολ), να εμπλουτήσουν τις δραστηριότητές τους και να δημιουργήσουν μια υγιή ρουτίνα που ακόμη και όταν τελειώσει το πρόγραμμα να τους γίνει συνήθεια να ασκούνται στο σπίτι με τους γονείς και τους κηδεμόνες τους.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**

  N/A

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**

  N/A

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**

  http://parasports.com.vn/

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

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

Καλή **πρακτική 10**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Βιετνάμ, Χα Νόι, Κουάν Μπα Ντιν

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Μαθήματα προετοιμασίας για Special Olympics στο Phuc Tue

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  - Προετοιμασία για τους μαθητές στο Phuc Tue Center να συμμετάσχουν σε ειδική Ολυμπιακή εκδήλωση: εξοικείωση με τη δομή των δραστηριοτήτων, των παιχνιδιών και καθημερινή εξάσκηση.
  - Βελτίωση της σωματικής δραστηριότητας, των κινητικών δεξιοτήτων, της ομαδικής εργασίας.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Φυσική δραστηριότητα
  Σχέση με άλλους (οικογένεια, φίλους, κοινότητα)

- **Ομάδα στόχος**
  8 - 19 ετών μαθητές στο Phuc Tue Center (Κέντρο που παρέχει φροντίδα, εκπαίδευση και επαγγελματική κατάρτιση για παιδιά με νοητική αναπηρία)

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Αυτό είναι το μάθημα προετοιμασίας για τους μαθητές στο Phuc Tue για να ετοιμαστούν για τη διοργάνωση Special Olympic.

Δύο μήνες πριν από την εκδήλωση, οι εκπαιδευτικοί στο κέντρο Phuc Tue σχεδίασαν ένα πρόγραμμα άσκησης για τους μαθητές τους. Υπάρχουν πολλά παιχνίδια και δραστηριότητες στον επίσημο κατάλογο της εκδήλωσης που μπορούν να προσαρμοστούν για τον περιορισμένο χώρο της υποδομής του κέντρου.

Κάθε απόγευμα, αφιερώνονται δύο ώρες για άσκηση αθλητικών δραστηριοτήτων. Ο κατάλογος των δραστηριοτήτων: ποδόσφαιρο, πέρασμα του μπαλονιού, διελκυστίνδα, άλμα εις μήκος, άλμα τσαντών. Μαθαίνουν πώς να παίζουν, πώς να παίρνουν σειρά και πώς να συνεργάζονται με άλλους σε μια ομάδα.

Λόγω του περιορισμένου χώρου και της υποδομής του κέντρου, οι δάσκαλοι και οι εθελοντές χρησιμοποίησαν τους διαδρόμους της τάξης ως χώρο εξάσκησης. Τα παιδιά συχνά τελειώνουν την εξάσκηση τραγουδώντας μαζί με τον ομιλητή.

- **Πόροι**

  Υλικά

  Τρεις μπάλες ποδοσφαίρου, γάντια, μπαλόνια, κιμωλία, μεγάλοι σάκοι για άλματα.

  Ανθρώπινο δυναμικό

  1 επόπτης (δάσκαλος), 2-3 εθελοντές

  Συνολικά κόστη

  ~1,000€

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**

  - ενεργητικότητα και υποστήριξη από δασκάλους, εθελοντές και μαθητές: π.χ. ενθάρρυνση, hi-five, συνθήματα, όταν κάποιοι κάνουν καλό ή χρειάζονται υποστήριξη.
  - Προσαρμογή στην τρέχουσα κατάσταση του κέντρου όσον αφορά τον χώρο και τον προϋπολογισμό

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**

  Οι μαθητές στο Phuc Tue Center συμμετείχαν στο μάθημα προετοιμασίας με χαρά και ενθουσιασμό. Η φυσική τους κατάσταση βελτιώνεται ενώ ταυτόχρονα έχουν ευκαιρίες για ανταλλαγή πολιτισμικών στοιχείων με ημεδαπούς και αλλοδαπούς εθελοντές. Οι προσπάθειες των μαθητών αναγνωρίζονται και επαινούνται. Επομένως, έχουν κίνητρο να συμμετέχουν σε περισσότερες αθλητικές δραστηριότητες.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**

  Οι δάσκαλοι και οι εθελοντές στο Phuc Tue Center εκμεταλλεύονται αυτό που έχουν. Παρά την οικονομική δυσκολία, τα παιδιά εξακολουθούν να χαίρονται και να γελάνε κατά την υλοποίηση της άσκησης χωρίς να έχουν σύγχρονο εξοπλισμό ή επίσημη αίθουσα φυσικής αγωγής.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**

  N/A

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**

  https://www.facebook.com/phuctuecenter

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

Κατάλογος των βέλτιστων πρακτικών από LCP – Ireland

Καλή **πρακτική 1**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Ιρλανδία, Μάλου Co. Κόρκ

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Τουρνουά μπάσκετ ειδικής κατηγορίας

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Να βελτιώσει το επίπεδο παιχνιδιού κάθε νέου ατόμου με νοητική αναπηρία και να του προσφέρει μια ανταμοιβή και μια διασκεδαστική κατασκηνωτική εμπειρία, μαθαίνοντας τα βασικά του μπάσκετ και κάνοντας νέους φίλους.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Βασικές αρχές προσωπικής ανάπτυξης και μπάσκετ

- **Ομάδα στόχος**
  Μαθητές 12-19 ετών με ήπια νοητική αναπηρία

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Η πρωινή συνεδρία επικεντρώνεται στις βασικές αρχές του μπάσκετ τόσο σε ατομικό όσο και σε ομαδικό περιβάλλον. Οι μαθητές εξασκούνται σε μικρότερες ομάδες μάθησης ή καταστάσεις παιχνιδιού. Η απογευματινή συνεδρία ξεκινά είτε με μια μίνι διάλεξη είτε με διαγωνισμούς που αφορούν μια συγκεκριμένη δεξιότητα, όπως σουτ, ατομική άμυνα ή ομαδικότητα. Επικεντρωνόμαστε σε αυτές τις βασικές αρχές για να ενισχύσουμε την ανάπτυξη δεξιοτήτων κάθε νέου ατόμου με νοητική αναπηρία και να αυξήσουμε το επίπεδο του κάθε αθλητή.

Οι ομάδες καλαθοσφαίρισης ειδικής κατηγορίας από 3 σχολεία ειδικής αγωγής (από το Κορκ και την περιοχή του Κορκ) και τα τοπικά αθλητικά σωματεία. Οι ομάδες συναντιούνται στο Μάλοου για μία ημέρα και θα διεξαχθούν 3 αγώνες χωρίς διαιτησία. Οι αγώνες θα διαμορφωθούν με τέτοιο τρόπο ώστε οι ομάδες να είναι ίσες σε ηλικία και επίπεδο διανοητικής αναπηρίας (χωρίς μεικτό φύλο). Νοσηλευτές εξειδικευμένοι στη νοητική αναπηρία, εκπαιδευτικοί σχολείων, εθελοντές, ειδικός βοηθός μπορούν επίσης να συμμετάσχουν στις ομάδες για να διευκολύνουν κυρίως τις ομάδες ειδικών σχολείων με νοητική αναπηρία που έχουν γλωσσικές δυσκολίες.

Για όλα σχεδόν τα σχολεία η ημέρα των αγώνων θα είναι εκδρομή και έτσι οι μαθητές που δεν συμμετέχουν στην ομάδα θα παρακολουθήσουν τους αγώνες από τις κερκίδες.

Οι διοργανωτές παρέχουν αναψυκτικά και υλικά (μάσκες, γάντια) προστασίας από τον Covid19 για όλους τους παρευρισκόμενους. Στο τέλος όλοι οι συμμετέχοντες στους αγώνες παίρνουν μια ομαδική φωτογραφία και ένα πιστοποιητικό συμμετοχής ενώ το σχολείο παίρνει ένα τρόπαιο.

➤ Πόροι

Υλικά

Μπάλες, μπλουζάκια, φαγητό, αναψυκτικά, μπλουζάκια, γήπεδο μπάσκετ, κιτ πρώτων βοηθειών, γάντια και μάσκες λόγω Covid-19.

Ανθρώπινο δυναμικό

1 επόπτης, 1 διαιτητής, 1 γραμματέας, 1 υπεύθυνος πρώτων βοηθειών, 4 εθελοντές

Συνολικά κόστη

2000€

➤ Βασικοί παράγοντες επιτυχίας

- Η ύπαρξη κοινού στις κερκίδες
- Διάδοση της εκδήλωσης, ειδικά στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης για να παρακολουθούν τον εαυτό τους στην τηλεόραση.
- Απονομή πιστοποιητικού συμμετοχής σε κάθε συμμετέχοντα.
- Λήψη φωτογραφιών για κοινή χρήση στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.

➤ Επιπτώσεις του προγράμματος

Τα άτομα με διανοητική αναπηρία αισθάνονται ενθουσιασμό για τη συμμετοχή και την ανταμοιβή που παίρνουν. Η ευημερία, η διασκέδαση, η απόκτηση φίλων και η αυτοεκτίμησή τους, που είναι βασικός παράγοντας στην ποιότητα ζωής, αυξάνεται.

➤ Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος

Το ευρύ κοινό μπορεί επίσης να συμμετέχει στις ομάδες, π.χ. καθηγητές φυσικής αγωγής, ώστε οι ομάδες να μπορούν να ισορροπήσουν και να διευκολύνουν το παιχνίδι μεταξύ τους.

➤ Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;

Κάθε δεξιότητα θα προσαρμοστεί στο επίπεδο της γνωστικής ικανότητας και των δεξιοτήτων του ατόμου δημιουργούντας ένα κατάλληλα διασκεδαστικό περιβάλλον.

➤ Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική

N/A

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

Καλή **πρακτική 2**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Ιρλανδία, Μάλοου Co. Κόρκ

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Τουρνουά ποδηλάτου σε κλειστό χώρο

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Η παροχή στην ομάδα-στόχο μιας ανταποδοτικής και διασκεδαστικής εμπειρίας μέσω της ποδηλασίας και δημιουργίας νέων φίλων.
  Με το τουρνουά ποδηλάτου σε κλειστό χώρο οι συμμετέχοντες θα έχουν την ευκαιρία να αναπτύξουν τις κινητικές τους ικανότητες και να βελτιώσουν τις κινήσεις των ποδιών τους.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Αυξημένη καρδιαγγειακή φυσική κατάσταση.
  Αυξημένη μυϊκή δύναμη και ευλυγισία.
  Βελτιωμένη κινητικότητα των αρθρώσεων.
  Μειωμένα επίπεδα στρες.
  Βελτιωμένη στάση και συντονισμός.
  Ενδυνάμωση των οστών.
  Μειωμένα επίπεδα σωματικού λίπους.
  Πρόληψη ή διαχείριση ασθενειών.

- **Ομάδα στόχος**
  Μαθητές 12-19 ετών με ήπια νοητική αναπηρία

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Η πρωινή συνεδρία επικεντρώνεται στις βασικές αρχές της ποδηλασίας τόσο σε ατομικό όσο και σε ομαδικό επίπεδο. Οι μαθητές εξασκούνται σε μικρότερες ομάδες μάθησης ή καταστάσεις παιχνιδιού. Η απογευματινή συνεδρία ξεκινά είτε με μια μίνι διάλεξη είτε με διαγωνισμούς που αφορούν μια συγκεκριμένη δεξιότητα, όπως κάθισμα στο ποδήλατο, πετάλι ή ομαδηκότητα. Επικεντρωνόμαστε σε αυτές τις βασικές αρχές για να ενισχύσουμε την ανάπτυξη δεξιοτήτων κάθε νέου ατόμου με νοητική αναπηρία και να βελτιώσουμε το επίπεδο κάθε νέου ατόμου.

Στο προγραμμα συμμετέχουν 15 νέοι με νοητική αναπηρία από τα σχολεία δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης του Cope Foundation. Θα συναντηθούν στο κλειστό γήπεδο Μάλοου για μια φορά.

Οι αγώνες διαμορφώνονται με τέτοιο τρόπο ώστε οι ομάδες να είναι ίσες σε ηλικία και επίπεδο νοητικής αναπηρίας (όχι μεικτές).
Ο φυσικοθεραπευτής, οι καθηγητές των σχολείων, οι εθελοντές, το βοηθητικό προσωπικό μπορούν επίσης να συμμετάσχουν στις ομάδες για να διευκολύνουν κυρίως τις ομάδες ειδικών σχολείων με νοητική αναπηρία με γλωσσικές ανάγκες.
Οι διοργανωτές παρέχουν αναψυκτικά και υλικά (μάσκες, γάντια) προστασίας από τον Covid19 για όλους τους παρευρισκόμενους. Στο τέλος όλοι οι συμμετέχοντες στους αγώνες παίρνουν μια ομαδική φωτογραφία και ένα πιστοποιητικό συμμετοχής ενώ το σχολείο παίρνει ένα τρόπαιο.

Πόροι

Υλικά

Ενοικίαση 18 ποδηλάτων, μπλουζάκια Jersey, φαγητό, αναψυκτικά, μπλουζάκι, ενοικίαση χώρου στο Μάλοου, σετ πρώτων βοηθειών, γάντια και μάσκες λόγω Covid-19.

Ανθρώπινο δυναμικό

1 επόπτης, 1 διαιτητής, 1 γραμματέας, 1 υπεύθυνος πρώτων βοηθειών, 4 εθελοντές, 1 φυσικοθεραπευτής.

Συνολικά κόστη

1000€ - 2000€

Βασικοί παράγοντες επιτυχίας

- Στόχος η χαρά του κοινού και το χαμόγελο που πρέπει να διατηρείται.
- Διάδοση της εκδήλωσης ειδικά σε διάφορα μέσα κοινωνικής δικτύωσης με παρακολούθηση των hashtags.
- Απονομή πιστοποιητικού συμμετοχής σε κάθε συμμετέχοντα.
- Σχόλια γονέων για την εκδήλωση.

Επιπτώσεις του προγράμματος

Τα άτομα με διανοητική αναπηρία αισθάνονται ενθουσιασμό για τη συμμετοχή και την ανταμοιβή που παίρνουν. Η ευημερία, η διασκέδαση, η απόκτηση φίλων και η αυτοεκτίμησή τους, που είναι βασικός παράγοντας στην ποιότητα ζωής, αυξάνεται.

Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος

Το ευρύ κοινό μπορεί επίσης να συμμετέχει στις ομάδες, π.χ. καθηγητές φυσικής αγωγής, ώστε οι ομάδες να μπορούν να ισορροπήσουν και να διευκολύνουν το παιχνίδι μεταξύ τους.

Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;

Όλα τα ποδήλατα πρέπει να προσαρμοστούν στο επίπεδο φυσικών ικανοτήτων κάθε νέου ατόμου.

Εάν αρχικά φαίνεται ότι η ομάδα ή οι νέοι με νοητική αναπηρία δεν τα καταφέρνουν τόσο καλά, χρησιμοποιήστε περισσότερη ενθάρρυνση. Σε όλους, συμπεριλαμβανομένων των ενηλίκων, αρέσει η αναγνώριση όταν κάνουν κάτι καλό.

Επομένως, χρησιμοποιήστε πολλούς επαίνους και πεντάδες! Ακόμα κι αν δεν έχει κατακτήσει πλήρως την ικανότητα του ποδηλάτου ή του πετάλι, επιβραβεύστε την προσπάθεια.

Ένα άτομο που εργάζεται με νέους πρέπει να είναι «Garda Vetted» ή αστυνομικός, να έχει ελεγχθεί νομικά για να μην έχει ποινική καταγγελία, να έχει γνώσεις στη συνεργασία με νέους με νοητική αναπηρία και να έχει δεξιότητες καθοδήγησης για ευάλωτα άτομα.

Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική

www.nda.ie

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

Καλή **πρακτική 3**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Ιρλανδία, Μάλοου, Κόρκ

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Δημιουργήστε έναν χορό

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Οι στόχοι του προγράμματος είναι η έκφραση της δημιουργικότητας μέσω της:
  1. Κοινητοποίησης του σώματος. Να εργαστούν για τον συντονισμό, τον έλεγχο του σώματος, την ισορροπία, την αντοχή και τη συνολική τους δύναμη.
  2. Αντίληψης του χώρου. Για να μετακινηθεί κάποιος στον προσωπικό χώρο άλλων, να αναγνωρίζει τον προσωπικό χώρο των άλλων νέων και να σέβετε τους άλλους καθώς όλοι μαζί κινούμαστε σε έναν κοινό χώρο.
  3. Αυτοπεποίθησης. Ανάληψη κινδύνων σε δραστηριότητες, παραστάσεις για κοινό και εμπιστοσύνη στις ιδέες και τις ικανότητές του.
  4.Συνεργασίας. Εργασία σε ομάδες, ακρόαση και απάντηση, προσφορά προτάσεων, διερεύνηση ιδεών άλλων.
  5. Επίλυσης προβλημάτων. Δείτε τα προβλήματα με νέους τρόπους και εξασκήστε τις δεξιότητές τους για κριτική σκέψη
  6. Φαντασίας. Να κάνετε δημιουργικές επιλογές, να σκεφτείτε νέες ιδέες και να ερμηνεύσετε οικεία υλικά με νέους τρόπους.
  7. Διασκέδασης. Μάθηση μέσω παιχνιδιού και ταυτόχρονα βελτιώνει τα κίνητρα και μειώνει το άγχος.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  - Μάθηση μέσω παιχνιδιού με ταυτόχρονη βελτίωση των κινήτρων και μείωση του άγχους.
  - Δεξιότητες ακρόασης

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Η πρωινή συνεδρία επικεντρώνεται σε μουσικά στυλ και βασικούς ρυθμούς τόσο σε ατομικό όσο και σε ομαδικό επίπεδο. Οι μαθητές εξασκούνται σε μικρότερες ομάδες μάθησης ή καταστάσεις παιχνιδιού. Η απογευματινή συνεδρία ξεκινά είτε με μια μίνι διάλεξη είτε με διαγωνισμούς που αφορούν μια συγκεκριμένη δεξιότητα, όπως ο χορός στο Youtube, η ατομική άμυνα ή η ομαδικότητα.

Τα σχολεία ειδικής αγωγής (από το Κορκ και την περιέφερεια) θα συναντηθούν σε κλειστό χώρο στην αίθουσα του σχολείου για μια ημέρα για μουσική και ελεύθερο χορό.

Αυτή η δημιουργική εκδήλωση χορού freestyle θα διαμορφωθεί με τέτοιο τρόπο ώστε οι ομάδες να είναι ίσες σε ηλικία και επίπεδο νοητικής αναπηρίας (όχι μεικτές ομάδες). Ο δάσκαλος χορού, ο DJ, οι καθηγητές σχολείων, οι εθελοντές και το βοηθητικό προσωπικό μπορούν επίσης να συμμετέχουν στις ομάδες για να διευκολύνουν κυρίως τις ομάδες ειδικών σχολείων με νοητική αναπηρία και με γλωσσικές ανάγκες.

Οι διοργανωτές παρέχουν αναψυκτικά και υλικά (μάσκες, γάντια) προστασίας από τον Covid19 για όλους τους παρευρισκόμενους. Στο τέλος όλοι οι συμμετέχοντες στους αγώνες παίρνουν μια ομαδική φωτογραφία και ένα πιστοποιητικό συμμετοχής ενώ το σχολείο παίρνει ένα τρόπαιο.

- **Ομάδα στόχος**

  Μαθητές 12-19 ετών με ήπια νοητική αναπηρία

- **Πόροι**

  Υλικά

  Ηχοσύστημα USB/Bluetooth, μπλουζάκια τύπου Jersey, νερό, φαγητό, αναψυκτικά, μπλουζάκια, σχολική αίθουσα, κιτ πρώτων βοηθειών, γάντια και μάσκες λόγω Covid-19.

  Ανθρώπινο δυναμικό

  1 επόπτης, 1 DJ, 1 εκπαιδευτής χορού, 1 υπεύθυνος πρώτων βοηθειών, 4 εθελοντές

  Συνολικά κόστη

  1200€ - 2000€

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**

  - Η ύπαρξη κοινού στις κερκίδες
  - Διάδοση της εκδήλωσης κατά τη διάρκεια και μετά το πέρας με κοινωποίηση στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης χρησιμοποιώντας hastags.
  - Απονομή πιστοποιητικού συμμετοχής σε κάθε συμμετέχοντα.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**

  Τα άτομα με νοητική υστέρηση αισθάνονται έναν ενθουσιασμό μέσω της μουσικής και του χορού για τη συμμετοχή και την ανταμοιβή που παίρνουν. Η ευημερία, η διασκέδαση, η απόκτηση φίλων και η αυτοεκτίμησή τους, που είναι βασικός παράγοντας στην ποιότητα ζωής, αυξάνεται.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**

  Ελεύθερο χορό, όχι συντονισμένο, με βασικά τρία βήματα

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**

  Κάθε χορευτική δεξιότητα μπορεί να προσαρμοστεί στο επίπεδο μουσικών προτιμήσεων και δεξιοτήτων του ατόμου που θα προωθήσει ένα απλά διασκεδαστικό περιβάλλον.

  Ένα άτομο που εργάζεται με νέους πρέπει να είναι «Garda Vetted» ή αστυνομικός, να έχει ελεγχθεί νομικά για να μην έχει ποινική καταγγελία, να έχει γνώσεις στη συνεργασία με νέους με νοητική αναπηρία και να έχει δεξιότητες καθοδήγησης για ευάλωτα άτομα.

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**

  N/A

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

Καλή **πρακτική 4**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Ιρλανδία Μάλλου, Κρόκ

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Διατμηματικό Τουρνουά γκολφ

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Η παροχή μιας ανταποδοτικής και διασκεδαστικής εμπειρίας, μαθαίνοντας τα βασικά του Golf και κάνοντας νέους φίλους. Η ανάπτυξη των ικανοτήτων στο γκολφ.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Προσωπική ανάπτυξη και βασικές αρχές του γκολφ

- **Ομάδα στόχος**
  Μαθητές 12-19 ετών με ήπια νοητική αναπηρία

- **Πόροι**

  Υλικά
  15 μπάλες γκολφ, μπλουζάκια Jersey, φαγητό, αναψυκτικά, μπλουζάκια, γήπεδο γκολφ στο Charleville Co. Cork, κιτ πρώτων βοηθειών, γάντια και μάσκες λόγω Covid-19.

  Ανθρώπινο δυναμικό
  1 επόπτης, 1 διαιτητής, 1 γραμματέας, 1 υπεύθυνος πρώτων βοηθειών, 4 εθελοντές, 1 φυσικοθεραπευτής.

  Συνολικά κόστη
  1000€ - 2000€

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Η πρωινή συνεδρία επικεντρώνεται στις βασικές αρχές του γκολφ τόσο σε ατομικό όσο και σε ομαδικό επίπεδο. Οι μαθητές εξασκούνται σε μικρές ομάδες μάθησης ή καταστάσεις παιχνιδιού. Η απογευματινή συνεδρία ξεκινά είτε με μια μίνι διάλεξη είτε με διαγωνισμούς που αφορούν μια συγκεκριμένη δεξιότητα. Επικεντρωνόμαστε σε αυτές τις βασικές αρχές για να ενισχύσουμε την ανάπτυξη δεξιοτήτων κάθε νέου ατόμου με νοητική Αναπηρία και να αυξήσουμε το επίπεδο του παιχνιδιού κάθε αθλητή.

Οι ομάδες του διατμηματικού τουρνουά γκολφ από τρία σχολεία ειδικής αγωγής (από το Κορκ και την περιφέρεια του) και τα τοπικά αθλητικά σωματεία θα συναντηθούν στο Μάλλου για μία ημέρα και θα διεξαχθούν τρεις αγώνες. Οι αγώνες θα διαμορφωθούν με τέτοιο τρόπο ώστε οι ομάδες να είναι ίσες σε ηλικία και επίπεδο νοητική αναπηρίας (όχι μεικτού φύλου). Οι νοσηλευτές ειδικής αγωγής, οι εκπαιδευτικοί των σχολείων, οι εθελοντές, το βοηθητικό προσωπικό μπορούν επίσης να συμμετάσχουν στις ομάδες για να διευκολύνουν κυρίως τις ομάδες ειδικών σχολείων με νοητική αναπηρία που έχουν γλωσσικές ανάγκες.

Οι διοργανωτές παρέχουν αναψυκτικά και υλικά (μάσκες, γάντια) προστασίας από τον Covid19 για όλους τους παρευρισκόμενους. Στο τέλος όλοι οι συμμετέχοντες στους αγώνες παίρνουν μια ομαδική φωτογραφία και ένα πιστοποιητικό συμμετοχής ενώ το σχολείο παίρνει ένα τρόπαιο.

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**
  - Η ύπαρξη κοινού στις κερκίδες
  - Διάδοση της εκδήλωσης κατά τη διάρκεια και μετά το πέρας με κοινωποίηση στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης χρησιμοποιώντας hastags.
  - Απονομή πιστοποιητικού συμμετοχής σε κάθε συμμετέχοντα.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**
  Τα άτομα με νοητική αναπηρία αισθάνονται ενθουσιασμό για τη συμμετοχή και την επιβράβευσή τους. Η ευημερία, η διασκέδαση, η απόκτηση φίλων και η αυτοεκτίμησή τους, που είναι βασικός παράγοντας στην ποιότητα ζωής, αυξάνεται.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**
  Το ευρύ κοινό μπορεί επίσης να συμμετέχει στις ομάδες, π.χ. καθηγητές φυσικής αγωγής, ώστε οι ομάδες να μπορούν να ισορροπήσουν και να διευκολύνουν το παιχνίδι μεταξύ τους.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**
  Κάθε δεξιότητα μπορεί να προσαρμοστεί στο επίπεδο σωματικής αναπηρίας και ικανότητας των ατόμων που συμμετέχουν και θα προωθήσουν ένα απλά διασκεδαστικό περιβάλλον.

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**
  N/A

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

Καλή **πρακτική 5**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Ιρλανδία, Μάλοου, Κόρκ

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Καράτε για όλους

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Για όλους σημαίνει ακόμη και για τα άτομα με σωματικές και ψυχικές αναπηρίες όπως τύφλωση, αυτισμό και πρόσθετα μέλη.
  Οι στόχοι του Καράτε για όλους είναι:
  - Να χρησιμοποιήσει τα ικανά μέρη του μαθητή π.χ. βελτίωση της ισορροπίας στο ένα πόδι
  -Η ενίσχυση διορθώσιμων μειονεκτημάτων π.χ. βελτίωση της λεκτικής επικοινωνίας για αυτιστικούς μαθητές
  -Να τονίσει την ευεξία σώματος και του νου μέσω στάσεων που τονώνουν και δυναμώνουν τους μυς μας και αυξάνουν την ευελιξία μας.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  - Προωθήστε την κίνηση του σώματος και προωθήστε την ευημερία.
  - αυτοάμυνα

- **Ομάδα στόχος**
  Μαθητές 12-19 ετών με ήπια νοητική αναπηρία

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Τα σχολεία ειδικής αγωγής (από το Κορκ και την περιφέρειά του) θα συναντηθούν σε σχολική αίθουσα για μία ημέρα για ασκήσεις καράτε.

Αυτή η εκδήλωση καράτε για όλους θα διαμορφωθεί με τέτοιο τρόπο ώστε οι ομάδες να είναι ίσες σε ηλικία και επίπεδο νοητική αναπηρίας (όχι μεικτού φύλου). Οι νοσηλευτές ειδικής αγωγής, οι εκπαιδευτικοί των σχολείων, οι εθελοντές, το βοηθητικό προσωπικό μπορούν επίσης να συμμετάσχουν στις ομάδες για να διευκολύνουν κυρίως τις ομάδες ειδικών σχολείων με νοητική αναπηρία που έχουν γλωσσικές ανάγκες.

Οι διοργανωτές παρέχουν αναψυκτικά και υλικά (μάσκες, γάντια) προστασίας από τον Covid19 για όλους τους παρευρισκόμενους. Στο τέλος όλοι οι συμμετέχοντες στους αγώνες παίρνουν μια ομαδική φωτογραφία και ένα πιστοποιητικό συμμετοχής ενώ το σχολείο παίρνει ένα τρόπαιο.

- **Πόροι**

  Υλικά

  15 στρώματα καράτε, μπλουζάκια jersey, νερό, φαγητό, αναψυκτικά, μπλουζάκια, σχολική αίθουσα, κιτ πρώτων βοηθειών, γάντια και μάσκες λόγω Covid-19

  Ανθρώπινο δυναμικό

  1 επόπτης, 1 εκπαιδευτής καράτε, 1 υπεύθυνος πρώτων βοηθειών, 4 εθελοντές

  Συνολικά κόστη

  1000€ - 2000€

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**

  - Η ύπαρξη κοινού στις κερκίδες
  - Διάδοση της εκδήλωσης κατά τη διάρκεια και μετά το πέρας με κοινωποίηση στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης χρησιμοποιώντας hastags.
  - Απονομή πιστοποιητικού συμμετοχής σε κάθε συμμετέχοντα.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**

  Η ευημερία τους μέσω της αναπνοής γιόγκα, της διασκέδασης, της φιλίας και της αυτοεκτίμησης, που αποτελεί βασικό παράγοντα στην ποιότητα ζωής.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**

  Ελεύθερες και προσαρμοσμένες ασκήσεις Καράτε. Καράτε ένας με έναν προσαρμοσμένο σε κάθε άτομο.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**

  Το καράτε μπορεί να είναι επωφελές για άτομα με αναπηρίες ή χρόνιες παθήσεις υγείας τόσο μέσω της σωματικής στάσης όσο και των αναπνοών. Κάθε στάση μπορεί να τροποποιηθεί ή να προσαρμοστεί για να καλύψει τις ανάγκες του μαθητή.

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**

  N/A

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

Καλή **πρακτική 6**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Ιρλανδία, Μάλοου, Κόρκ

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Διατμηματικό τουρνουά ποδοσφαίρου

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Να βελτιωθεί το επίπεδο παιχνιδιού κάθε νέου ατόμου με νοητική αναπηρία χρησιμοποιώντας το εργαλείο "visual Literacy" για να βελτιωθεί η επικοινωνία μεταξύ προπονητή και νέων με αναπηρία, για την καλύτερη κατανόηση των κανόνων των παιχνιδιών και για την ενδυνάμωση των νέων με δυσκολίες στην επικοινωνία.
  Η παροχή στους νέους μιας ανταποδοτικής και διασκεδαστικής εμπειρίας κατασκήνωσης, μαθαίνοντας τα βασικά του ποδοσφαίρου και κάνοντας νέους φίλους.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Προσωπική ανάπτυξη και βασικές αρχές ποδοσφαίρου

- **Ομάδα στόχος**
  Μαθητές 12-19 ετών με ήπια νοητική αναπηρία

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Η πρωινή συνεδρία επικεντρώνεται στα βασικά του ποδοσφαίρου τόσο σε ατομικό όσο και σε ομαδικό επίπεδο. Οι μαθητές εξασκούνται σε μικρότερες ομάδες μάθησης ή καταστάσεις παιχνιδιού. Η απογευματινή συνεδρία ξεκινά είτε με μια μίνι διάλεξη είτε με διαγωνισμούς που αφορούν μια συγκεκριμένη δεξιότητα, όπως σουτ, ατομική άμυνα ή ομαδικότητα. Επικεντρωνόμαστε σε αυτές τις βασικές αρχές για να ενισχύσουμε την ανάπτυξη δεξιοτήτων κάθε νέου ατόμου με νοητική Αναπηρία και να αυξήσουμε το επίπεδο του παιχνιδιού κάθε αθλητή.

Οι ομάδες ποδοσφαίρου ειδικής κατηγορίας από τρία σχολεία ειδικής αγωγής (από το Κορκ και την περιφέρεια του) και τα τοπικά αθλητικά σωματεία θα συναντηθούν στο Μάλλου για μία ημέρα και θα διεξαχθούν τρεις αγώνες. Οι αγώνες θα διαμορφωθούν με τέτοιο τρόπο ώστε οι ομάδες να είναι ίσες σε ηλικία και επίπεδο νοητική αναπηρίας (όχι μεικτού φύλου). Οι νοσηλευτές ειδικής αγωγής, οι εκπαιδευτικοί των σχολείων, οι εθελοντές, το βοηθητικό προσωπικό μπορούν επίσης να συμμετάσχουν στις ομάδες για να διευκολύνουν κυρίως τις ομάδες ειδικών σχολείων με νοητική αναπηρία που έχουν γλωσσικές ανάγκες. Για όλα σχεδόν τα σχολεία η ημέρα των αγώνων θα είναι εκδρομή και έτσι οι μαθητές που δεν συμμετέχουν στην ομάδα θα παρακολουθήσουν τους αγώνες από τις κερκίδες.

Οι διοργανωτές παρέχουν αναψυκτικά και υλικά (μάσκες, γάντια) προστασίας από τον Covid19 για όλους τους παρευρισκόμενους. Στο τέλος όλοι οι συμμετέχοντες στους αγώνες παίρνουν μια ομαδική φωτογραφία και ένα πιστοποιητικό συμμετοχής ενώ το σχολείο παίρνει ένα τρόπαιο.

Πόροι

Υλικά

Προπονητικές μπάλες ποδοσφαίρου, μπλουζάκια Jersey, φαγητό, αναψυκτικά, μπλουζάκια, γήπεδο ποδοσφαίρου, κιτ πρώτων βοηθειών, γάντια και καθαριστικά

Ανθρώπινο δυναμικό

1 επόπτης, 1 διαιτητής, 1 γραμματέας, 1 υπεύθυνος πρώτων βοηθειών, 4 εθελοντές

Συνολικά κόστη

1000€ - 2000€

Βασικοί παράγοντες επιτυχίας

- Η ύπαρξη κοινού στις εξέδρες
- Διάδοση της εκδήλωσης ειδικά στα Social Media παρακολουθώντας τους εαυτούς τους στην τηλεόραση.
- Η απονομή πιστοποιητικού συμμετοχής και βράβευσης συμμετοχής σε κάθε συμμετέχοντα.
- Λήψη φωτογραφιών και κοινή χρήση στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.

Επιπτώσεις του προγράμματος

Τα άτομα με νοητική αναπηρία νιώθουν ενθουσιασμό για τη συμμετοχή και την ανταμοιβή τους. Η ευημερία, η διασκέδαση, η απόκτηση φίλων και η αυτοεκτίμησή τους, που είναι βασικός παράγοντας για την ποιότητα ζωής, αυξάνονται.

Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος

Το ευρύ κοινό μπορεί επίσης να συμμετέχει στις ομάδες, π.χ. καθηγητές φυσικής αγωγής, έτσι ώστε οι ομάδες να ισορροπούν και να διευκολύνουν το παιχνίδι μεταξύ τους.

Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;

Κάθε δεξιότητα θα προσαρμόζεται στο επίπεδο των γνωστικών ικανοτήτων και δεξιοτήτων του ατόμου, γεγονός που θα προάγει ένα απλά διασκεδαστικό περιβάλλον.

Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική

https://www.irishfa.com/irish-fa-foundation/disability-football

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

Καλή **πρακτική 7**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Ιρλανδία, Μάλοου, Κόρκ

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Διατμηματικό τουρνουά Gaelic ποδοσφαίρου

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Η αύξηση της αυτοεκτίμησης των μαθητών με νοητική αναπηρία μέσω του αθλητισμού: ποδόσφαιρο Gaelic.
  Να δημιουργηθεί ένα σύστημα προπονητικής που θα υποστηρίζει νέους με ταυτότητα να συμμετέχουν αποτελεσματικά στο παραδοσιακό ιρλανδικό ποδόσφαιρο Gaelic.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Προσωπική ανάπτυξη και ευημερία

- **Ομάδα στόχος**
  Μαθητές 12-19 ετών με ήπια νοητική αναπηρία

- **Πόροι**

  Υλικά
  Μπάλες ποδοσφαίρου Gaelic, φαγητό, αναψυκτικά, μπλουζάκι, γήπεδο μπάσκετ, κιτ πρώτων βοηθειών, γάντια και μάσκες λόγω Covid-19

  Ανθρώπινο δυναμικό
  1 επόπτης, 1 διαιτητής, 1 γραμματέας, 1 πρώτες βοήθειες, 4 εθελοντές

  Συνολικά κόστη
  2000€

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Οι ομάδες Gaelic από τρία σχολεία ειδικής αγωγής (από το Κορκ και την περιφέρεια του) και τα τοπικά αθλητικά σωματεία θα συναντηθούν στο Μάλλου για μία ημέρα και θα διεξαχθούν τρεις αγώνες. Οι αγώνες θα διαμορφωθούν με τέτοιο τρόπο ώστε οι ομάδες να είναι ίσες σε ηλικία και επίπεδο νοητική αναπηρίας (όχι μεικτού φύλου). Οι νοσηλευτές ειδικής αγωγής, οι εκπαιδευτικοί των σχολείων, οι εθελοντές, το βοηθητικό προσωπικό μπορούν επίσης να συμμετάσχουν στις ομάδες για να διευκολύνουν κυρίως τις ομάδες ειδικών σχολείων με νοητική αναπηρία που έχουν γλωσσικές ανάγκες.

Για όλα σχεδόν τα σχολεία η ημέρα των αγώνων θα είναι εκδρομή και έτσι οι μαθητές που δεν συμμετέχουν στην ομάδα θα παρακολουθήσουν τους αγώνες από τις κερκίδες.

Οι διοργανωτές παρέχουν αναψυκτικά και υλικά (μάσκες, γάντια) προστασίας από τον Covid19 για όλους τους παρευρισκόμενους. Στο τέλος όλοι οι συμμετέχοντες στους αγώνες παίρνουν μια ομαδική φωτογραφία και ένα πιστοποιητικό συμμετοχής ενώ το σχολείο παίρνει ένα τρόπαιο.

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**

  - Η ύπαρξη κοινού στις εξέδρες
  - Διάδοση της εκδήλωσης ειδικά στα Social Media παρακολουθώντας τους εαυτούς τους στην τηλεόραση.
  - Η απονομή πιστοποιητικού συμμετοχής και βράβευσης συμμετοχής σε κάθε συμμετέχοντα.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**

  Τα άτομα με νοητική αναπηρία νιώθουν ενθουσιασμό για τη συμμετοχή και την ανταμοιβή τους. Η ευημερία, η διασκέδαση, η απόκτηση φίλων και η αυτοεκτίμησή τους, που είναι βασικός παράγοντας για την ποιότητα ζωής, αυξάνονται.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**

  Το ευρύ κοινό μπορεί επίσης να συμμετέχει στις ομάδες, π.χ. καθηγητές φυσικής αγωγής, ώστε οι ομάδες να μπορούν να ισορροπήσουν και να διευκολύνουν το παιχνίδι μεταξύ τους.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**

  N/A

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**

  N/A

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

Καλή **πρακτική 8**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Ιρλανδία, Μάλοου, Κόρκ

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Τένις με αναπηρική αμαξίδιο

- **Στόχοι του προγράμματος δραστηριότητας**
  Η χρήση του εργαλείου "visual Literacy" για την ενθάρρυνση της επικοινωνίας μεταξύ προπονητή και νέων με αναπηρία για την καλύτερη κατανόηση των κανόνων των αγώνων του τένις και για να βελτιωθούν οι νέοι με δυσκολίες επικοινωνίας.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Προσωπική ανάπτυξη και βασικές αρχές του τένις

- **Ομάδα στόχος**
  Μαθητές 12-19 ετών με ήπια νοητική αναπηρία

- **Πόροι**

  Υλικά
  Εκπαιδευτής Τένις, μπλουζάκια Jersey, φαγητό, αναψυκτικά, μπλουζάκια, γήπεδο τένις, κιτ πρώτων βοηθειών, γάντια και καθαριστικά.

  Ανθρώπινο δυναμικό
  1 επόπτης, 1 διαιτητής, 1 γραμματέας, 1 υπεύθυνος πρώτων βοηθειών, 4 εθελοντές

  Συνολικά κόστη
  2000€

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Η πρωινή συνεδρία επικεντρώνεται στα βασικά του τένις τόσο σε ατομικό όσο και σε ομαδικό επίπεδο. Οι μαθητές εξασκούνται σε μικρότερες ομάδες μάθησης ή καταστάσεις παιχνιδιού. Η απογευματινή συνεδρία ξεκινά είτε με μια μίνι διάλεξη είτε με διαγωνισμούς που αφορούν μια συγκεκριμένη δεξιότητα. Επικεντρωνόμαστε σε αυτές τις βασικές αρχές για να ενισχύσουμε την ανάπτυξη δεξιοτήτων κάθε νέου ατόμου με νοητική Αναπηρία και να αυξήσουμε το επίπεδο του παιχνιδιού κάθε αθλητή.

Οι διατμηματικές ομάδες τένις από τρία σχολεία ειδικής αγωγής (από το Κορκ και την περιφέρεια του) και τα τοπικά αθλητικά σωματεία θα συναντηθούν στο Μάλλου για μία ημέρα και θα διεξαχθούν τρεις αγώνες. Οι αγώνες θα διαμορφωθούν με τέτοιο τρόπο ώστε οι ομάδες να είναι ίσες σε ηλικία και επίπεδο νοητική αναπηρίας (όχι μεικτού φύλου). Οι νοσηλευτές ειδικής αγωγής, οι εκπαιδευτικοί των σχολείων, οι εθελοντές, το βοηθητικό προσωπικό μπορούν επίσης να συμμετάσχουν στις ομάδες για να διευκολύνουν κυρίως τις ομάδες ειδικών σχολείων με νοητική αναπηρία που έχουν γλωσσικές ανάγκες.

Για όλα σχεδόν τα σχολεία η ημέρα των αγώνων θα είναι εκδρομή και έτσι οι μαθητές που δεν συμμετέχουν στην ομάδα θα παρακολουθήσουν τους αγώνες από τις κερκίδες.
Οι διοργανωτές παρέχουν αναψυκτικά και υλικά (μάσκες, γάντια) προστασίας από τον Covid19 για όλους τους παρευρισκόμενους. Στο τέλος όλοι οι συμμετέχοντες στους αγώνες παίρνουν μια ομαδική φωτογραφία και ένα πιστοποιητικό συμμετοχής ενώ το σχολείο παίρνει ένα τρόπαιο.

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**

  - Η ύπαρξη κοινού στις εξέδρες
  - Διάδοση της εκδήλωσης ειδικά στα Social Media παρακολουθώντας τους εαυτούς τους στην τηλεόραση.
  - Η απονομή πιστοποιητικού συμμετοχής και βράβευσης συμμετοχής σε κάθε συμμετέχοντα.
  - Λήψη φωτογραφιών και κοινή χρήση στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**

  Τα άτομα με νοητική αναπηρία νιώθουν ενθουσιασμό για τη συμμετοχή και την ανταμοιβή τους. Η ευημερία, η διασκέδαση, η απόκτηση φίλων και η αυτοεκτίμησή τους, που είναι βασικός παράγοντας για την ποιότητα ζωής, αυξάνονται.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**

  Το ευρύ κοινό μπορεί επίσης να συμμετέχει στις ομάδες, π.χ. καθηγητές φυσικής αγωγής, ώστε οι ομάδες να μπορούν να ισορροπήσουν και να διευκολύνουν το παιχνίδι μεταξύ τους.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**

  Κάθε δεξιότητα θα προσαρμοστεί στο επίπεδο της γνωστικής ικανότητας και των δεξιοτήτων του ατόμου σε ένα απλά διασκεδαστικό περιβάλλον.

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**

  https://www.tennisireland.ie/competitions/wheelchair-homepage

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

Καλή **πρακτική 9**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Ιρλανδία, Μάλοου, Κόρκ

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Διατμηματικό τουρνουά Βόλεϊ

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Να βελτιωθεί το επίπεδο παιχνιδιού κάθε νέου ατόμου με νοητική αναπηρία.
  Η παροχή μιας ανταποδοτικής και διασκεδαστικής εμπειρίας, μαθαίνοντας τα βασικά του Βόλεϊ και κάνοντας νέους φίλους.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**

  Προσωπική ανάπτυξη και βασικές αρχές του βόλεϊ

- **Ομάδα στόχος**
  Μαθητές 12-19 ετών με ήπια νοητική αναπηρία

- **Πόροι**

  Υλικά

  Προπονητής βόλεϊ, ελαστικά σημεία ή κώνοι, Χαμηλό δίχτυ βόλεϊ ή μπάντμιντον, μπάλες παραλίας, ταινία (προαιρετικό για το πάτωμα), Κανονισμοί βόλεϊ, μπλουζάκια jersey, φαγητό, αναψυκτικά, μπλουζάκια, γήπεδο βόλεϊ, κιτ πρώτων βοηθειών, γάντια και μάσκες λόγω Covid-19, χαμηλό δίχτυ για κάθε γήπεδο (επίσημο ύψος: 1,15μ για άνδρες και 1,05μ για γυναίκες)

  Ανθρώπινο δυναμικό

  1 επόπτης, 1 διαιτητής, 1 γραμματέας, 1 υπεύθυνος πρώτων βοηθειών, 4 εθελοντές

  Συνολικά κόστη

  2000€

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Η πρωινή συνεδρία επικεντρώνεται στα βασικά του βόλεϊ τόσο σε ατομικό όσο και σε ομαδικό επίπεδο. Οι μαθητές εξασκούνται σε μικρότερες ομάδες μάθησης ή καταστάσεις παιχνιδιού. Η απογευματινή συνεδρία ξεκινά είτε με μια μίνι διάλεξη είτε με διαγωνισμούς που αφορούν μια συγκεκριμένη δεξιότητα. Επικεντρωνόμαστε σε αυτές τις βασικές αρχές για να ενισχύσουμε την ανάπτυξη δεξιοτήτων κάθε νέου ατόμου με νοητική Αναπηρία και να αυξήσουμε το επίπεδο του παιχνιδιού κάθε αθλητή.

Οι διατμηματικές ομάδες βόλεϊ από τρία σχολεία ειδικής αγωγής (από το Κορκ και την περιφέρεια του) και τα τοπικά αθλητικά σωματεία θα συναντηθούν στο Μάλλου για μία ημέρα και θα διεξαχθούν τρεις αγώνες. Οι αγώνες θα διαμορφωθούν με τέτοιο τρόπο ώστε οι ομάδες να είναι ίσες σε ηλικία και επίπεδο νοητική αναπηρίας (όχι μεικτού φύλου). Οι νοσηλευτές ειδικής αγωγής, οι εκπαιδευτικοί των σχολείων, οι εθελοντές, το βοηθητικό προσωπικό μπορούν επίσης να συμμετάσχουν στις ομάδες για να διευκολύνουν κυρίως τις ομάδες ειδικών σχολείων με νοητική αναπηρία που έχουν γλωσσικές ανάγκες.

Για όλα σχεδόν τα σχολεία η ημέρα των αγώνων θα είναι εκδρομή και έτσι οι μαθητές που δεν συμμετέχουν στην ομάδα θα παρακολουθήσουν τους αγώνες από τις κερκίδες.
Οι διοργανωτές παρέχουν αναψυκτικά και υλικά (μάσκες, γάντια) προστασίας από τον Covid19 για όλους τους παρευρισκόμενους. Στο τέλος όλοι οι συμμετέχοντες στους αγώνες παίρνουν μια ομαδική φωτογραφία και ένα πιστοποιητικό συμμετοχής ενώ το σχολείο παίρνει ένα τρόπαιο.

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**

  - Η ύπαρξη κοινού στις εξέδρες
  - Διάδοση της εκδήλωσης ειδικά στα Social Media παρακολουθώντας τους εαυτούς τους στην τηλεόραση.
  - Η απονομή πιστοποιητικού συμμετοχής και βράβευσης συμμετοχής σε κάθε συμμετέχοντα.
  - Λήψη φωτογραφιών και κοινή χρήση στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**

  Τα άτομα με νοητική αναπηρία νιώθουν ενθουσιασμό για τη συμμετοχή και την ανταμοιβή τους. Η ευημερία, η διασκέδαση, η απόκτηση φίλων και η αυτοεκτίμησή τους, που είναι βασικός παράγοντας για την ποιότητα ζωής, αυξάνονται.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**

  Το ευρύ κοινό μπορεί επίσης να συμμετέχει στις ομάδες, π.χ. καθηγητές φυσικής αγωγής, ώστε οι ομάδες να μπορούν να ισορροπήσουν και να διευκολύνουν το παιχνίδι μεταξύ τους.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**

  Κάθε δεξιότητα θα προσαρμοστεί στο επίπεδο της γνωστικής ικανότητας και των δεξιοτήτων του ατόμου σε ένα απλά διασκεδαστικό περιβάλλον.

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**

  N/A

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

Καλή **πρακτική 10**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Ιρλανδία, Μάλοου, Κόρκ

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  YOUTHGA

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Οι στόχοι του προγράμματος γιόγκα είναι:
  - Να προετοιμάσει το σώμα για διαλογισμό μέσω αναπνοής και σωματικών ασκήσεων.
  - Να τονίσει την ευεξία σώματος-νου μέσω στάσεων που τονώνουν και δυναμώνουν τους μυς και αυξάνουν την ευελιξία.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/δραστηριότητα**
  - Την κίνηση του σώματος και την ευημερία.

- **Ομάδα στόχος**
  Μαθητές 12-19 ετών με ήπια νοητική αναπηρία

- **Πόροι**

  Υλικά

  16 στρώματα γιόγκα, μπλουζάκια jersey, νερό, φαγητό, αναψυκτικά, μπλουζάκια, σχολική αίθουσα, κιτ πρώτων βοηθειών, γάντια και μάσκες λόγω Covid-19

  Ανθρώπινο δυναμικό

  1 επόπτης, 1 εκπαιδευτής γιόγκα, 1 υπεύθυνος πρώτων βοηθειών, 4 εθελοντές

  Συνολικά κόστη

  1000€ - 2000€

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/παρέμβασης και μεθοδολογίας

Η πρωινή συνεδρία επικεντρώνεται σε τεχνικές αναπνοής και βασικούς ρυθμούς τόσο σε ατομικό όσο και σε ομαδικό επίπεδο. Οι μαθητές εξασκούνται σε μικρότερες ομάδες μάθησης ή καταστάσεις παιχνιδιού. Η απογευματινή συνεδρία ξεκινά είτε με μια μίνι διάλεξη είτε με διαγωνισμούς που αφορούν μια συγκεκριμένη δεξιότητα.

Τα σχολεία ειδικής αγωγής (από το Κορκ και την περιφέρεια του) και τα τοπικά αθλητικά σωματεία θα συναντηθούν για μια ημέρα για άσκηση γιόγκα.

Η εκδήλωση γιόγκα θα διαμορφωθεί με τέτοιο τρόπο ώστε οι ομάδες να είναι ίσες σε ηλικία και επίπεδο νοητική αναπηρίας (όχι μεικτού φύλου). Ο δάσκαλος γιόγκα, οι εκπαιδευτικοί των σχολείων, οι εθελοντές, το βοηθητικό προσωπικό μπορούν επίσης να συμμετάσχουν στις ομάδες για να διευκολύνουν κυρίως τις ομάδες ειδικών σχολείων με νοητική αναπηρία που έχουν γλωσσικές ανάγκες.

Οι διοργανωτές παρέχουν αναψυκτικά και υλικά (μάσκες, γάντια) προστασίας από τον Covid19 για όλους τους παρευρισκόμενους. Στο τέλος όλοι οι συμμετέχοντες στους αγώνες παίρνουν μια ομαδική φωτογραφία και ένα πιστοποιητικό συμμετοχής ενώ το σχολείο παίρνει ένα τρόπαιο.

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**
  - Η ύπαρξη κοινού στις εξέδρες
  - Διάδοση της εκδήλωσης ειδικά στα Social Media παρακολουθώντας τους εαυτούς τους στην τηλεόραση.
  - Η απονομή πιστοποιητικού συμμετοχής και βράβευσης συμμετοχής σε κάθε συμμετέχοντα.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**
  Η ευημερία τους μέσω εύκολης αναπνοής γιόγκα, διασκέδασης, φιλίας και αυτοεκτίμησης, που αποτελεί βασικό παράγοντα στην ποιότητα ζωής, αυξάνεται.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**
  Δωρεάν ασκήσεις ασφαλούς αναπνοής γιόγκα χωρίς συντονισμένο χορό σε βασικά τρία βήματα

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**
  Η γιόγκα μπορεί να είναι επωφελής για άτομα με αναπηρίες ή χρόνιες παθήσεις υγείας τόσο μέσω των φυσικών στάσεων όσο και των αναπνοών. Κάθε στάση μπορεί να τροποποιηθεί ή να προσαρμοστεί για να καλύψει τις ανάγκες του μαθητή.

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**
  N/A

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

Κατάλογος των βέλτιστων πρακτικών από MVNGO – Italy

Καλή **πρακτική 1**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Ιταλία (Βένετο)

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  "Εθνικό έργο για Παραολυμπιακό άθλημα στα σχολεία"

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Οι στόχοι του έργου είναι:
  - Αύξηση ευκαιριών κοινωνικής ένταξης μέσω του αθλητισμού
  - Διέγερση του προβληματισμού σχετικά με τα ζητήματα που σχετίζονται με τη διαφορετικότητα, με σεβασμό στον διπλανό.
  - Ανάπτυξη των δυνατοτήτων και της αυτονομίας των ατόμων.
  - Προώθηση της παραολυμπιακής πρακτικής μέσω μιας διεπιστημονικής προσέγγισης.
  - Εδραίωση της ένταξης ενός νέου σε μια αθλητική ομάδα/σύλλογο
  - Ενημέρωση και προσδιορισμός του αθλήματος σύμφωνα με τις συνήθειες των ατόμων με αναπηρία.
  - Ανάπτυξη συντονιστικών ικανοτήτων.

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Το έργο αποτελείται από 9 συναντήσεις για κάθε σχολείο, εντός Φεβρουαρίου-Απριλίου, από τις οποίες:
Μία συνίσταται στη συνάντηση με έναν παραολυμπιακό πρέσβη ή παραολυμπιονίκη.
Οκτώ αφορούν σε πρακτικά μαθήματα στο γυμναστήριο, αφιερωμένα στο baskin και στους παραολυμπιακούς κλάδους (επιλέγονται ανάλογα με τη διαθεσιμότητα των τεχνικών και σύλλογών).

Σκοπός του έργου είναι να προτείνει στα σχολεία που συμμετέχουν στο έργο, τον αθλητισμό που ασκείται στην επαρχία τους, προκειμένου να επιτραπεί στους μαθητές να εξασκήσουν την αθλητική δραστηριότητα εκτός του σχολικού ωραρίου.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Προσωπική ανάπτυξη και συμπερίληψη.

- **Ομάδα στόχος**
  Ομάδα-στόχος ήταν τα γυμνάσια και τα λύκεια που έχουν ενεργό σχολικό αθλητικό κέντρο.

- **Πόροι**

  Υλικά

  N/A

  Ανθρώπινο δυναμικό

  Το ιδανικό θα ήταν να συμμετάσχουν από τουλάχιστον 12 μαθητές (6 άτομα με αναπηρίες και 6 βοηθοί), έως 40 μαθητές (20 άτομα με αναπηρίες και 20 βοηθοί).

  Συνολικά κόστη

  Η σύμβαση με το έργο παρέχει στα σχολεία το μέγιστο ποσό των 2000 ευρώ, το οποίο θα αποφασιστεί σύμφωνα με τον προϋπολογισμό από το Giunta CIP Nazionale.

  Το σύνολο του έργου καλύπτεται από τη συνεισφορά του Giunta CIP Nazionale και προορίζεται να καλύψει το κόστος για τους τεχνικούς και για τα απαραίτητα υλικά για τη δραστηριότητα που παραμένει στο ινστιτούτο (30% της συνεισφοράς κατ 'ανώτατο όριο).

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**

  - Κοινωνικοποίηση μεταξύ περισσότερων σχολείων
  - Περιφερειακή σύμβαση και πεδίο εφαρμογής
  - Σύμβαση με την Ιταλική Παραολυμπιακή Επιτροπή

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**

  Άτομα με αναπηρία από ακόμη περισσότερα σχολεία δοκιμάζουν τις ίδιες δραστηριότητες με εκείνα που δεν έχουν αναπηρία.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**

  Ένωση μαθητών με αναπηρία από ινστιτούτο ή ένα δίκτυο γειτονικών ιδρυμάτων με συμμαθητές χωρίς αναπηρία (οι οποίοι είναι οι βοηθοί), για να συμμετάσχουν σε μαθήματα φυσικής αγωγής χωρίς αποκλεισμούς από δασκάλους και παραολυμπιακούς τεχνικούς.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**

  N/A

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**

  https://tinyurl.com/y792b2vj

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

Καλή **πρακτική 2**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Ιταλία, Marche

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  VelaSpiegata

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Ο στόχος του Velaspiegata είναι να αναπτύξει μια συγκεκριμένη μορφή παρέμβασης σε άτομα με αναπηρίες μέσω δημιουργικής ιστιοπλοΐας.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Ομαδική εργασία, σωματική και πνευματική βελτίωση

- **Ομάδα στόχος**
  Νέοι με ανάπηρια.

- **Πόροι**

  Υλικά

  Δύο βάρκες "Tridente 16" και μια λέμβο στήριξης.

  Ανθρώπινο δυναμικό

  12 άτομα με αναπηρία που συμμετέχουν στο έργο, 72 ώρες άμεσων δραστηριοτήτων.

  Συνολικά κόστη

  Για το έργο VelaSpiegata, το Circolo Velico Ardizio χρησιμοποίησε τα δικά του μέσα και αυτά που αγοράστηκαν με την υποστήριξη εξωτερικών συνεισφορών. Υποστηρίχθηκε με την εθελοντική συμμετοχή ορισμένων μελών του Circolo και εθελοντών από άλλους συλλόγους.

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Το καλοκαίρι του 2018, οι δραστηριότητες ήταν:
ANFFAS
5 άτομα με αναπηρία, 8 συναντήσεις 3 ωρών κάθε Δευτέρα Ιουνίου, Ιουλίου, Αυγούστου.

I.RI.Fo.R
4 άτομα με αναπηρία, 3 ώρες κάθε Παρασκευή τον Ιούνιο, Ιούλιο, Αύγουστο.

PRANDER/WILLI
3 άτομα με αναπηρία, 3 ώρες κάθε Πέμπτη τον Ιούνιο, Ιούλιο, Αύγουστο.

Το 2018 η δραστηριότητα πραγματοποιήθηκε στη βάση Nautica del Circolo Velico Ardizio και πραγματοποιήθηκε από εκπαιδευτή της Federazione Italiana Vela. Οι συναντήσεις αποτελούνταν από πρακτικά και θεωρητικά μαθήματα ιστιοπλοΐας με δύο σκάφη και μια λέμβο στήριξης. Οι δραστηριότητες στη θάλασσα συνοδεύονταν από μαθήματα στο έδαφος σχετικά με την ιστιοπλοΐα και το Πολεμικό Ναυτικό. Παραδόθηκαν μαθήματα με την παρουσία εκπαιδευτικών που φροντίζουν τους συμμετέχοντες με αναπηρία.

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**

  Σχετικοί παράγοντες: οι συμμετέχοντες εμφανίστηκαν πιο ανοιχτοί, ικανοί να επικοινωνήσουν, πιο επιρρεπείς στη χρήση της ειρωνείας και στην εμπιστοσύνη στους άλλους.

  Χιούμορ: φάνηκε να έχει βελτιωθεί, καθώς οι συμμετέχοντες φάνηκαν πιο χαλαροί και χαρούμενοι, ενώ η επιθετικότητα φάνηκε να περιορίζεται.

  Κοινωνικοποίηση: βελτίωση της ικανότητας συνεργασίας στην ομάδα.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**

  Η ιστιοπλοΐα διεγείρει την απόκτηση ικανοτήτων σχετικά με την ευαισθητοποίηση του σώματος, τον νευρομυϊκό έλεγχο, την ενεργοποίηση των διαύλων αντίληψης, τον έλεγχο των συναισθημάτων, τις ικανότητες αλληλεπίδρασης και τη συναισθηματικότητα.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**

  Με την ιστιοπλοΐα, οι συμμετέχοντες ασκούνται σε μια διάσταση πραγματικής ανάγκης: κοινωνικοποίηση και κοινοκτημοσύνη, καθώς υπάρχουν κανόνες και ιεραρχίες για σεβασμό, ανάγκη αμοιβαίας βοήθειας και προσοχής ο ένας για τον άλλον.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**

  N/A

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**

  https://www.circolovelicoardizio.com/velaspiegata/

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

Καλή **πρακτική 3**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Ιταλία (Basilicata)

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Αθλητιμός Ευημερίας

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Οι στόχοι του έργου είναι:

  Να παράγει στους νέους συμμετέχοντες με αναπηρία ευκαιρίες κοινωνικής ένταξης.

  Να προωθήσει την έναρξη προγραμμάτων ράγκμπι και κολύμβησης σε σχέση με την ομάδα.

  Να πραγματοποιήσει πρωτοβουλίες που φέρνουν σε επαφή με το αθλητικό περιβάλλον ενώσεις που ασχολούνται με άτομα με αναπηρία. Ενίσχυση βασικών ικανοτήτων, αυτονομίας και αυτοεκτίμησης.
  Αξιοποίηση της πρωτοτυπίας και της διαφορετικότητας.
  Προβολή σε πρωτοβουλίες που αναλαμβάνονται από την CONI.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/δραστηριότητα**

  Πρόληψη, κοινωνική επανένταξη, άτομα με αναπηρία, οικογένειες, κοινωνικές ομάδες και ενεργοποίηση της κοινωνίας.

- **Ομάδα στόχος**
  Νέοι με αναπηρία

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/παρέμβασης και μεθοδολογίας

Στόχος του έργου είναι η δημιουργία ενός δικτύου αθλητικών ιδρυμάτων (FSN, DSA, EPS, AB) και ενώσεων που ασχολούνται με αναπηρίες. Οι Σύλλογοι, σε συνεργασία με τους Federugby και Federnuoto διοργανώνουν αθλητικά προγράμματα για άτομα με αναπηρίες.
Η Περιφερειακή Επιτροπή της Βασιλικάτας επιλέγει εκπαιδευτές που επιβλέπουν αυτές τις δραστηριότητες.

- **Πόροι**

  Υλικά
  Σύλλογοι που ασχολούνται με τις αναπηρίες

  Ανθρώπινο δυναμικό
  Αθλητικοί σύλλογοι που λειτουργούν στη Βασιλικάτα, σε συνεργασία με τους Federugby και Federnuoto.
  Εκπαιδευτές που επιλέχθηκαν από την Περιφερειακή Επιτροπή της Βασιλικάτας.

  Συνολικά κόστη
  N/A

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**

  Η προτεινόμενη δραστηριότητα μπορεί να γίνει ένα χρήσιμο εργαλείο χωρίς αποκλεισμούς για νέους με αναπηρία και ένας τρόπος για να απορριφθούν οι προκαταλήψεις που απομακρύνουν την αναπηρία από την κοινωνική και πολιτιστική διάσταση των πολιτών.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**

  Κοινωνική ένταξη των εμπλεκόμενων.
  Ενίσχυση αθλητικών δραστηριοτήτων.
  Ενίσχυση της αυτοεκτίμησης και της κοινωνικότητας.
  Διεύρυνση του πλέγματος συνεργασιών της Περιφερειακής Επιτροπής της Βασιλικάτας.
  Ορατότητα του έργου εκτός ενώσεων.
  Συμμετοχή του CIP για να ακολουθήσει το άνοιγμα ενός Κέντρου για την ανάπτυξη ενός αθλήματος με αναπηρίες (CASP).

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**

  Για να επανεξετάσουμε με μια καινοτόμο προοπτική την αντίληψη του κράτους πρόνοιας, όπου η κλασική έννοια της βοήθειας πρέπει να αντικατασταθεί με την πρόληψη, την κοινωνική επανένταξη, την αναπηρία ατόμων, των οικογενειών, των κοινωνικών ομάδων και την ενεργοποίηση της κοινωνίας.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**

  N/A

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**

  https://basilicata.coni.it/basilicata/basilicata/notizie/news-potenza/8711-well-fare-sport-un-esempio-di-inclusione-sportiva.html

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

Καλή **πρακτική 4**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Ιταλία (Σικελία)

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  DiveActive

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Να ευνοηθεί η βέλτιστη χρήση των πόρων και των ικανοτήτων των νέων με αναπηρίες, οι οποίοι θα υποστηριχθούν για νέες μορφές αυτονομίας.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/δραστηριότητα**
  Επαγγελματική ανάπτυξη, αυτονομία, βελτίωση των φυσικών ικανοτήτων.

- **Ομάδα στόχος**
  Δεκαπέντε νέοι με αναπηρίες από την Κατάνια.

- **Πόροι**

  Υλικά
  N/A

  Ανθρώπινο δυναμικό
  N/A

  Συνολικά κόστη
  Χρηματοδοτήθηκε από το Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο Σικελίας

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/παρέμβασης και μεθοδολογίας

Το πρώτο βήμα του έργου είναι ένα εκπαιδευτικό πρόγραμμα που θα επιτρέψει στους νέους να αποκτήσουν ικανότητες που σχετίζονται με το επάγγελμα του οδηγού κατάδυσης αποκτώντας την πιστοποίηση DiveMaster.

Το εκπαιδευτικό σεμινάριο θα ακολουθήσει επαγγελματικός προσανατολισμός, μια περίοδος υποβοηθούμενης εργασιακής εμπειρίας. Τέλος, 15 νέοι θα συνειδητοποιήσουν και θα διαχειριστούν έναν συνεταιρισμό τύπου Β που θα χειρίζεται τουριστικές και εκπαιδευτικές διαδρομές που σχετίζονται με τις καταδύσεις.

Όλοι οι συμμετέχοντες θα είναι πιστοποιημένοι με το DiveMaster PADI ή το HAD, και όχι μόνο θα γίνουν τουριστικοί υποβρύχιοι οδηγοί, αλλά και DiveMasters αναγνωρισμένοι διεθνώς.

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**
  Η HSA (Handicapped Scuba Association) Ιταλίας, είναι συνεργάτης του έργου και αναγνώρισε την εγκυρότητα του προτύπου διδασκαλίας: η απόκτηση ικανοτήτων και τεχνικών κατάδυσης επιτρέπει στους οδηγούς με αναπηρία να χρησιμοποιήσουν την εμπειρία τους υπέρ της κοινωνίας, προκειμένου να κάνουν τον τοπικό τουρισμό περισσότερο προσιτό.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**

  Το έργο είναι ένα μονοπάτι που δημιουργεί ικανότητες υψηλού προφίλ, σε σύγκριση με αυτές ενός ατόμου που δεν έχει αναπηρία, αυξάνοντας την αυτοεκτίμηση των συμμετεχόντων.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**

  Χάρη στην εικονική πλατφόρμα, την διαδικτυακή κοινότητα DiveActive, οι συμμετέχοντες μπορούν να ανταλλάξουν πληροφορίες, εμπειρίες, προτάσεις και καλές πρακτικές. Αυτή είναι μια ευκαιρία θεωρώντας τον τομέα των καταδύσεων ως έναν αναπτυσσόμενο τομέα στην Ιταλία και στο εξωτερικό.

  Χάρη στη διεύθυνση του κοινωνικού συνεταιρισμού, οι νέοι θα γίνουν πραγματικοί πρωταγωνιστές, προσφέροντας νέες υπηρεσίες τουριστικής υποστήριξης.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**

  N/A

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**

  https://www.lifeonlus.com/newwebsite/progetti/diveactive

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

Καλή **πρακτική 5**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Ιταλία (Emilia Romagna)

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  All Inclusive Sport

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Πρόκειται για ένα πειραματικό έργο ένταξης νέων με αναπηρία σε αθλητικές ενώσεις με τρεις στόχους:
  • Να δημιουργήθει μια εναλλακτική λύση για τις απογευματινές δραστηριότητες που προορίζονται αποκλειστικά για άτομα με αναπηρίες.
  • Να δημιουργηθούν συνθήκες ώστε οι νέοι με αναπηρία να μπορούν να ασκούνται με συνομηλίκους τους.
  • Προώθηση της κουλτούρας ένταξης στον αθλητισμό.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Προσανατολισμός και πρόσβαση σε αθλητικό σωματείο, κοινωνική ένταξη

- **Ομάδα στόχος**
  Άτομα με αναπηρία κάθε ηλικίας, «από την περιοχή» (Reggio Emilia)

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**
  Με το All Inclusive Sport, η οικογένεια ενός αθλητή καταβάλλει στον αθλητικό σύλλογο την ίδια συνδρομή με αυτό των ατόμων χωρίς αναπηρία.

  Το έργο επιτρέπει σε κάθε αθλητή να ασκεί αθλήματα με συνομηλίκους σε αθλητικούς οργανισμούς χωρίς αποκλεισμούς.

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Ο αθλητής με αναπηρία (ή η οικογένειά του) που θέλει να λάβει πληροφορίες για πρόσβαση στην υπηρεσία, επικοινωνεί με την DarVoce καλώντας τον αριθμό 0522.791979 ή γράφοντας στο allinclusivesport@darvoce.org.

Το αίτημα θα σταλεί σε έναν συντονιστή της περιοχής για μια πρώτη συνέντευξη για τον προσανατολισμό του αθλήματος, της πειθαρχίας και του οργανισμού που είναι κατάλληλα για να καλωσορίσουν τον συμμετέχοντα.

Εάν το άτομο είναι μεγαλύτερο από 11 ετών, μπορεί να έχει πρόσβαση στην υπηρεσία επίσης μέσω του Medicina dello Sport di Reggio Emilia, κλείνοντας μια αθλητική επίσκεψη, μετά την οποία θα υπάρξει η συνέντευξη.

- **Πόροι**

  Υλικά
  N/A

  Ανθρώπινο δυναμικό
  Καθηγητές (υποστηρίζουν τον αθλητή με αναπηρία κατά τη διάρκεια της αθλητικής πορείας. Μπορεί να είναι επαγγελματίες ή εθελοντές εκπαιδευμένοι για το έργο). Οι συντονιστές προσανατολίζουν τον αθλητή, συντονίζουν τους βοηθούς και επιβλέπουν τις τοποθετήσεις.

  Συνολικά κόστη
  Το κόστος των εκπαιδευτών καλύπτεται εξ ολοκλήρου από το All Inclusive Sport και δεν επιβαρύνονται ούτε στις οικογένειες ούτε στις αθλητικές ενώσεις.

➤ **Επιπτώσεις του προγράμματος**

Η προώθηση μιας συμπεριληπτικής, ανοιχτής και φιλόξενης κοινότητας που εγγυάται στα άτομα με αναπηρία το δικαίωμα συμμετοχής σε αθλητικές δραστηριότητες.

Το πρόγραμμα είναι ανοιχτό σε παιδιά, νέους και ενήλικες με αναπηρία για πρόσβαση σε αθλητικούς οργανισμούς της περιοχής.

➤ **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**

Πριν από κάθε αθλητική start-up μια προκαταρκτική συνέντευξη προσανατολισμού με έναν συντονιστή All Inclusive Sport, είναι χρήσιμη διότι:

Η συνέντευξη με έναν συντονιστή διευκρινίζει τις επιθυμίες ενός ατόμου με αναπηρία και επιτρέπει στα άτομα με αναπηρία και τις οικογένειές τους να αναπτύξουν ένα έργο με κοινούς στόχους, να επιλέξουν τον καταλληλότερο αθλητικό οργανισμό, να καθορίσουν την ενδεχόμενη ανάγκη ενός βοηθού εκπαιδευτή κατά τη διάρκεια των προπονήσεων και την ένταξη σε μια ομάδα.

Το all inclusive παρέχει στα άτομα που θέλουν να υποστηρίξουν το έργο:

• Ειδικευμένο προσωπικό σύμφωνα με τα πρότυπα Εταιρικής Κοινωνικής Ευθύνης και επικοινωνίας,

• Την δυνατότητα δημιουργίας ενός καινοτόμου έργου RSI, εξατομικευμένου σύμφωνα με τα αιτήματα της εταιρείας

• Προβολή στα μέσα μαζικής ενημέρωσης και στα κανάλια επικοινωνίας,

• Φορολογική ελάφρυνση

➤ **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**

N/A

➤ **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**

https://www.lifeonlus.com/newwebsite/progetti/diveactive

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

Καλή **πρακτική 6**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Ιταλία (Emilia Romagna)

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Ο TIFO LA REGIA!

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Ο αθλητισμός έχει αξία όχι μόνο όταν παίζεται, αλλά και όταν προβάλεται και υποστηρίζεται, καθώς το αθλητικό περιβάλλον είναι ένα φιλόξενο και ισχυρό μέσο ένταξης.

  Στόχος είναι να προωθήσουμε τον Αθλητισμό για Όλους και να είμαστε μαζί με άτομα με αναπηρία.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**

  Η συμμετοχή στην ψυχαγωγία, επιτρέπει στα άτομα με αναπηρίες να πηγαίνουν στο γήπεδο και να είναι οπαδοί του ποδοσφαίρου

- **Ομάδα στόχος**
  Άτομα με αναπηρία που υποστηρίζουν την ποδοσφαιρική ομάδα Reggio Audace.

- **Πόροι**

  Υλικά
  N/A

  Ανθρώπινο δυναμικό
  Εθελοντές που θέλουν να συμμετάσχουν στην πρωτοβουλία και να βοηθήσουν

  Total Costs
  N/A

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Από την Κυριακή 17 Φεβρουαρίου 2019, όλοι οι αγώνες που διεξάγονται εντός έδρας από το ποδοσφαιρικό σύλλογο «La Regia», ένας εκπαιδευτή σκαι εθελοντές από τον συνεταιρισμό Coress είναι διαθέσιμοι για να συνοδεύσουν νέους και άτομα με αναπηρία για να υποστηρίξουν την ομάδα της πόλης.

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**
  N/A

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**
  Δύο άτομα με αναπηρία έχουν προσληφθεί, ένα από αυτά είναι ο βοηθός του προέδρου.

  Επιπλέον, η ποδοσφαιρική λέσχη Reggio Audace εξωτερικεύει διαφορετικές υπηρεσίες στο Cooperative L'Ovile, επιτρέποντας την εργασία ατόμων με αναπηρίες.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**
  Η είσοδος στο γήπεδο είναι ελεύθερη για άτομα με αναπηρία και για τον συνοδό τους.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**
  N/A

- **Website where we can find more details about this good practice**
  https://www.cittasenzabarriere.re.it/azioni/io-tifo-la-regia/

Καλή **πρακτική 7**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Ιταλία (Τοσκάνη)
- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  SportHabile
- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Η διάδοση όλων των πλεονεκτημάτων του να επιτρέπεται σε άτομα με αναπηρία να ασκούν ένα άθλημα.
- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  N/A
- **Ομάδα στόχος**
  Όλα τα άτομα με αναπηρία (σωματική, αισθητηριακή και νοητική).
- **Πόροι**
  Υλικά
  Τα τεχνικά υλικά παρέχονται δωρεάν.
  Ανθρώπινο δυναμικό
  Αθλητικό εξειδικευμένο προσωπικό
  Συνολικά κόστη
  N/A
- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**
  Τα πρώτα κέντρα SportHabile ξεκίνησαν ως κέντρα αριστείας που είναι προσβάσιμα, με εξειδικευμένο προσωπικό και με το απαιτούμενο τεχνικό υλικό.
- **Επιπτώσεις του προγράμματος**
  Το πρώτο βήμα είναι η συγγραφή ενός κειμένου που αποτελεί οδηγό για άτομα με αναπηρία να έχουν πρόσβαση στον αθλητισμό. Η καθοδήγηση είναι το αποτέλεσμα μιας συνεργασίας μεταξύ του Πανεπιστημίου, της Περιφέρειας, του τοπικού CIP και της CONI. Το δεύτερο αποτέλεσμα είναι η οργάνωση μικρών σταδίων υλοποίησης.

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Πληροφορίες:

Η πρώτη πτυχή της παρέμβασης του έργου είναι η διάδοση νέων που σχετίζονται με τον αθλητισμό για άτομα με αναπηρία και τα οφέλη του για τους αθλητές και τους θεατές τους. Η συγκεκριμένη ενέργεια ονομάζεται "InformHabile" και επιτρέπει την ανοικτότητα σε σημεία πληροφοριών, όπου μπορούν να διαδοθούν αυτές οι ειδήσεις.

Υλοποίηση:

Αυτή η διαδικασία απευθύνεται αποκλειστικά σε άτομα που σχετίζονται με άτομα με αναπηρία, συγκεκριμένα προπονητές, εκπαιδευτές, εκπαιδευτικούς σχολείων και εθελοντές από ενώσεις και συνεταιρισμούς που συνεργάζονται με τον κόσμο των ατόμων με αναπηρία.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**
  Τα κριτήρια για να γίνει κάποιο Κέντρο SportHabile, με βάση το είδος της αναπηρίας (σωματική, αισθητηριακή, ψυχική), είναι τα ακόλουθα.
  • Φυλασσόμενος και προσβάσιμος χώρος στάθμευσης για άτομα με αναπηρίες
  • Προσβασιμότητα της εγκατάστασης (χωρίς κατασκευαστικά εμπόδια)
  • Μπάνια προσβάσιμα
  • Προσβάσιμα αποδυτήρια
  • Προσβασιμότητα σε εγκαταστάσεις αναψυχής όπως μπαρ
  • Ειδικευμένο προσωπικό
  • Παρουσία κατάλληλων υλικών
  • Δωρεάν ιδιαίτερα μαθήματα
- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**
  http://www.toscana-accessibile.it/il-progetto-sporthabile
  http://www.progettosporthabile.it/

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

Καλή **πρακτική 8**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Ιταλία (Λομβαρδία)

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  beOut. Milano outdoor per tutti

- **Στόχοι του προγράμματος δραστηριότητας**
  Για τη διάδοση όλων των πλεονεκτημάτων του να επιτρέπεται σε άτομα με αναπηρία να ασκούν ένα άθλημα.

- **Ποιον παράγοντα Ποιότητας Ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Προσωπική ανάπτυξη και αναγνώριση

- **Ομάδα στόχος**
  Φέρτε το πάθος για την ύπαιθρο και τον αθλητισμό σε όλους, ενισχύοντας τον μεγάλο πλούτο των δημόσιων πάρκων που προσφέρει η πόλη του Μιλάνου.

- **Πόροι**

  Υλικά
  Κάθε ένωση θα παρέχει τα υλικά.

  Ανθρώπινο δυναμικό
  N/A

  Συνολικά κόστη
  Θα υπάρξει μια δωρεάν διαδικασία εγγραφής κατά την άφιξη των ατόμων. beOut. Milano outdoor per tutti χρηματοδοτείται από το Fondazione Cariplo.

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**
  Ευρεία συμμετοχή του κοινού
  Χρήση δημόσιου χώρου
  Ελεύθερη είσοδος

- **Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας**
  8 υπαίθριες Κυριακές στο πάρκο Skatepark Parco Lambro, Μιλάνο. Κάθε τρίτη Κυριακή του μήνα, θα υπάρχουν υπαίθριες δραστηριότητες όπως:

  Σκειτ, slackline, ράγκμπι, τάι τσι, γιόγκα, περπαάτημα και σκανδιναβικό περπάτημα, με επαγγελματίες εκπαιδευτές και στιγμές που απευθύνονται σε άτομα με σωματικές και ψυχικές αναπηρίες. Το Slackline και το skateboarding θα υπάρχουν κάθε Κυριακή και θα συνοδεύονται από άλλες εκ περιτροπής δραστηριότητες.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**
  Έχουν προσληφθεί δύο άτομα με αναπηρία, εκ των οποίων ο ένας είναι ο βοηθός του προέδρου.
  Επιπλέον, η ποδοσφαιρική ομάδα του Reggio Audace παρέχει διάφορες υπηρεσίες στον συνεταιρισμό L'Ovile, επιτρέποντας την τοποθέτηση ατόμων με αναπηρία στην εργασία.

- **Innovative elements of the programme**
  Ο αθλητισμός θεωρείται ως μοχλός ένταξης και κοινωνικής ενσωμάτωσης και ως μέσο αξιοποίησης του πολιτισμού και της ευημερίας, που προσφέρεται ελεύθερα σε δημόσιο χώρο.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**
  N/A

- **Website where we can find more details about this good practice**
  http://www.beout.it/wp-content/uploads/2017/09/beOut-8-domeniche-outdoor-.pdf
  http://www.beout.it/

Καλή **πρακτική 9**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  Ιταλία (Σαρδηνία)
- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  ASD Speedysport Onlus
- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Διοργάνωση αθλητικών εκδηλώσεων για άτομα με αναπηρίες
- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/ δραστηριότητα**
  Αθλητική δραστηριότητα, αναψυχή, σωματική ανάπτυξη, κοινωνική ένταξη
- **Ομάδα στόχος**
  Άτομα με αναπηρίες όλων των ηλικιών.
- **Πόροι**
  Υλικά
  N/A
  Ανθρώπινο δυναμικό
  N/A
  Συνολικά κόστη
  N/A
- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**
  Το έργο, ξεκίνησε το 2007 στο Dorgali (Σαρδηνία), είναι σήμερα παρόν σε 5 πόλεις: Orosei, Galtelli, Irgoli, Onifai, Loculi, και έχει 50 αθλητές που ασκούνται τακτικά.

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/ παρέμβασης και μεθοδολογίας

Αρκετές αθλητικές και ψυχαγωγικές δραστηριότητες που διοργανώθηκαν από αυτόν τον σύνδεσμο μεταξύ Ιουνίου και Σεπτεμβρίου και περιλαμβάνουν εκδρομές στο βουνό και στη θάλασσα.

Αυτές τις μέρες υπάρχουν δραστηριότητες κολύμβησης και ψυχαγωγίας στην παραλία, που οργανώνονται από τους ίδιους τους αθλητές και τους εκπαιδευτές.

Ο σύλλογος διοργανώνει δραστηριότητες σε πολλές πόλεις της Σαρδηνίας, καθώς και μαθήματα όπως κολύμβηση και μπόουλινγκ.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**
  Η δημιουργία ενός περιβάλλοντος για άτομα με αναπηρία, τα οποία έχουν τη δυνατότητα να κάνουν πολλές αθλητικές και ψυχαγωγικές δραστηριότητες.
- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**
  Το έργο, ξεκίνησε το 2007 στο Dorgali (Σαρδηνία), βρίσκεται σήμερα σε 5 πόλεις: Orosei, Galtelli, Irgoli, Onifai, Loculi και έχει 50 αθλητές που ασκούνται τακτικά.
- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**
  N/A
- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**
  https://www.asdspeedysport.com/mission

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

Καλή **πρακτική 10**

- **Χώρα, πόλη, μέρος**
  ΙΤΑΛΙΑ

- **Όνομα προγράμματος/δραστηριότητας**
  Progetto Aita Onlus

- **Στόχοι του προγράμματος/δραστηριότητας**
  Γενικός στόχος του έργου είναι η υποστήριξη της περιοχής και των οικογενειών με κοινωνικές πρωτοβουλίες, που προωθούνται σε φυσιολατρικά περιβάλλοντα, τα οποία είναι τα ιδανικά για να επιτρέπουν στα παιδιά με αναπηρία να πειραματίζονται στην ίση ένταξη.
  Επιπλέον, η ένωση στοχεύει στην προώθηση της γνώσης σχετικά με τις νευρολογικές διαταραχές και το πλήθος πρακτικών που βασίζονται σε αποδεδειγμένες πρακτικές.

- **Ποιον παράγοντα ποιότητας ζωής επηρεάζει κυρίως αυτό το πρόγραμμα/δραστηριότητα**
  Κοινωνική ένταξη, ίσες ευκαιρίες αθλητισμού.

- **Ομάδα στόχος**
  Παιδιά με νευρολογικές διαταραχές από όλη την Ιταλία

- **Πόροι**
  Υλικά
  N/A
  Ανθρώπινο δυναμικό
  N/A
  Συνολικά κόστη
  N/A

- **Βασικοί παράγοντες επιτυχίας**
  Διάδοση του έργου σε εθνικό επίπεδο.

Λεπτομερής περιγραφή του προγράμματος/παρέμβασης και μεθοδολογίας

Διοργάνωση θερινού σχολείου στους χώρους όπου λειτουργεί το έργο, με πολλές αθλητικές δραστηριότητες διαθέσιμες.

Ακαδημία Ξιφασκίας (Academia Scherma), για να δοθεί η ευκαιρία σε παιδιά που έχουν περισσότερα κίνητρα να ασκήσουν ένα άθλημα σε αγωνιστικό επίπεδο.

- **Επιπτώσεις του προγράμματος**
  Κοινωνική ένταξη των αυτιστικών παιδιών στο αθλητικό περιβάλλον, τόσο σε μη ανταγωνιστικό όσο και αγωνιστικό επίπεδο.

- **Καινοτόμα στοιχεία του προγράμματος**
  Η ένταξη ευνοείται από την παρουσία ψυχολόγων, οι οποίοι εκπαιδεύονται και εποπτεύονται από νευροψυχίατρους για παιδιά από εθνικές εγκαταστάσεις υγείας.

  Το μοντέλο εργασίας των παιδιών δεν είναι ανταγωνιστικό και στοχεύει στη δημιουργία ενός συνολικού κράτους ευημερίας. Τα παιδιά ομαδοποιούνται με συνομηλίκους τυπικής ανάπτυξης και ακολουθούνται από δάσκαλο (ψυχολόγο ή ψυχοπαιδαγωγό).

  Οι καθηγητές ενισχύουν τις θετικές συμπεριφορές και περιορίζουν τις προβληματικές συμπεριφορές των παιδιών.

- **Εάν η καλή πρακτική δεν προέρχεται από τον τομέα της διανοητικής αναπηρίας, πώς μπορεί να προσαρμοστεί;**
  N/A

- **Ιστότοπος όπου μπορούμε να βρούμε περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτήν την καλή πρακτική**
  http://www.progettoaita.com/chi-siamo/

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