

CURSA INCLUSIVA DE SANTA COLOMA DE FARNERS

DIUMENGE 19 DE FEBRER 2023

Dossier de dinamització i formació Grup Mifas.

Ús exclusiu Mifas i entitats organitzadores i dinamitzadores:

INS Santa Coloma de Farners.

Equip Educadores Mifas.

Regidoria de Festes Santa Coloma.



UN REPTE,
INFINITES
OPCIONS

Document redactat amb panell de navegació, índex amb vincle als punts per facilitar la mobilitat dins del contingut i vincle de retorn a l'inici al final de cada pàgina.

ÍNDEX:

1.	HORARI I UBICACIÓ:	3
2.	PROVES I ESPAIS:	5
2.1.	PRESENTACIÓ I ESCALFAMENT INICIAL A L'ESCENARI:	7
2.2.	CIRCUIT AMB CADIRA DE RODES:	11
2.3.	CIRCUIT AMB BASTÓ – ULLS TAPATS.	16
2.4.	TAULA DE JOCS AMB ELS ULLS TAPATS	20
2.5.	PINTACARES :	21
2.6.	COMPARSA DISFRESSADES A L'ESCENARI:	22
2.7.	OBSTACLES FORA DE LES PROVES	24
2.8.	ESPAI FRESC I TRANQUIL:	25
2.9.	LAVABO ADAPTAT:	26
2.10.	AMBIENTACIÓ:	26
3.	PARADIGMES SOCIOEDUCATIUS I REFERÈNCIES:	28
4.	NECESSITATS TÈCNIQUES EN COMUNICACIÓ	33
4.1.	Cartell promoció de la cursa: (dades que ha d'incloure)	33
4.2.	Cartells d'ambientació (punt 2.10)	33
4.3.	Text de presentació:	33
4.4.	Nota de premsa (pensada per ser publicada també com article).	34
4.5.	Pàgina web: https://www.mifas.cat buscar l'agenda a la part inferior del home.	37
4.6.	Formulari web	37
5.	NECESSITATS TÈCNIQUES EN INSTAL·LACIONS I MATERIALS:	39
5.1.	Circuits i altres elements Ok Titans	39
5.2.	Escenari i lavabos – Ajuntament de Sta. Coloma de farners	39
5.3.	Arcs, aigua i altres elements Consell Esportiu de la Selva.	39
5.4.	Monitoratge, músic i voluntaris.	39
5.5.	Institut de Santa Coloma de Farners	39
5.6.	Transport adaptat - Servei acompanyament.	39
6.	Col·laboració Institut Santa Coloma de Farners	40
6.1.	Participar a la gimcana com a equip:	40

6.2.	Participar donant suport als monitors en alguna de les dues proves principals. (circuit amb cadira de rodes i circuit amb els ulls tapats i bastó).....	40
6.3.	Dinamitzar les taules de repartiment d'elements per disfressar-se:.....	40
6.4.	Participar en l'ambientació de l'espai:	40
6.5.	Crear i preparar els jocs de taula amb els ulls tapats.....	41
6.6.	Donar suport a l'espai de pintar cares, si alguna persona té habilitats per fer-ho.	41
6.7.	Donar suport a l'espai fresc i tranquil on les persones podran descansar i estar tranquil·les.	41
6.8.	Participar fent fotografies que serviran per fer la memòria de l'activitat i la difusió.	41
6.9.	Fer difusió de la cursa i animar a les persones passavolants a participar.	42
6.10.	Muntatge de la cursa.....	42
7.	Altres	42

CURSA INCLUSIVA DE SANTA COLOMA DE FARNERS 2023

1. HORARI I UBICACIÓ:

ESDEVENIMENT: 19 FEBRER 2023 11h

[Nota: 10:30 possible convocatòria grans entitats, acollida a part i inici abans, hora final 13:30hH

Participació gratuïta amb reserva al web

Passeig de Sant Salvador núm. 12. Santa Coloma de Farners

Davant Escola Pública Sant Salvador d'Horta.

Organització de 9 a 13:45

PLÀNOL UBICACIÓ:



+ info www.mifas.com Insta: Mmm'agrada i Grup Mifas.

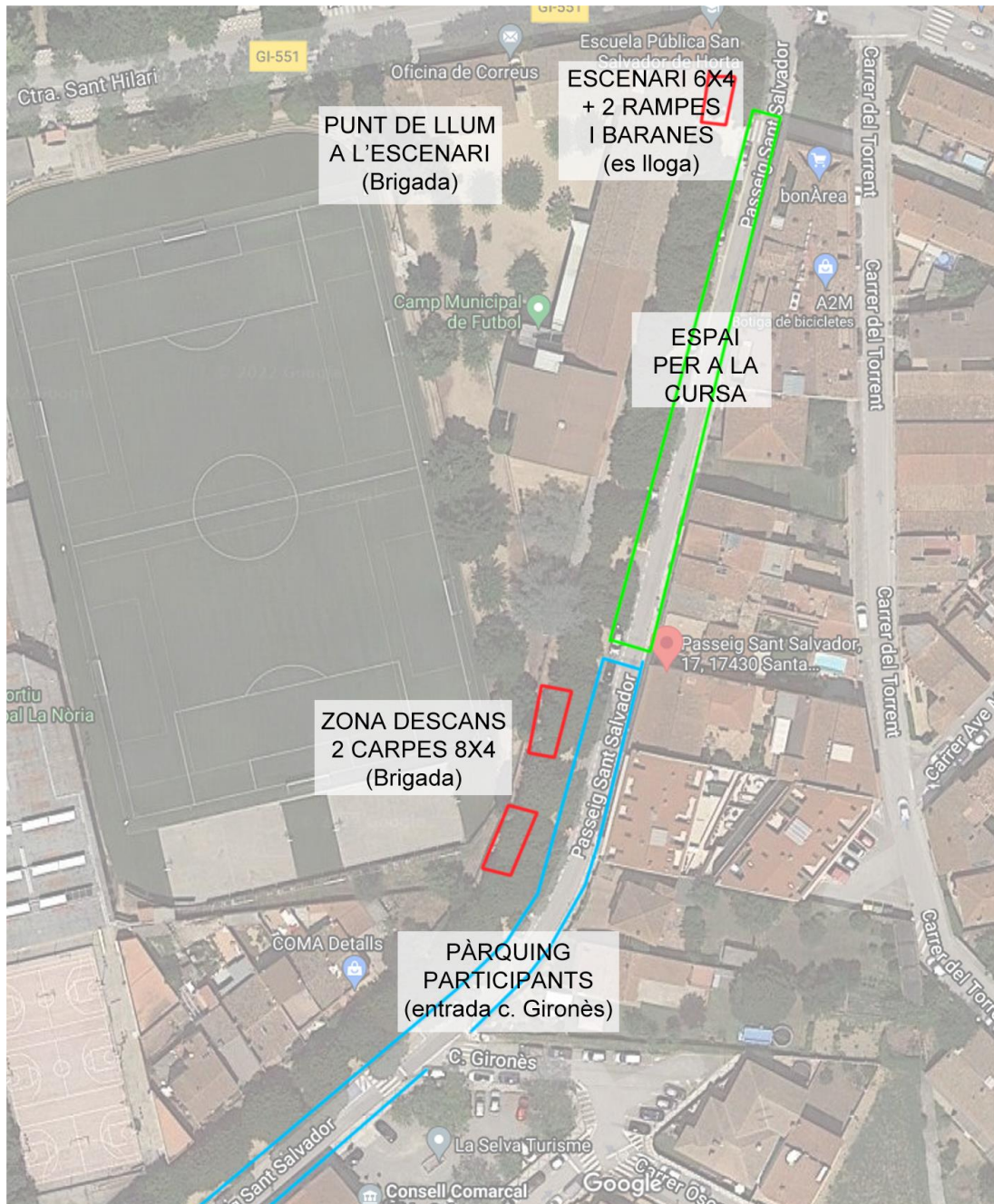
Per qualsevol cosa ens podeu contactar amb el coordinador de la cursa:

jbecares@mifas.com — www.mifas.cat

Face i Insta: @Mmm'agrada. @grupmifas

REPARTIMENT APROXIMAT DELS ESPAIS:

A concretar amb regidoria i tècnics.



2. PROVES I ESPAIS:

La cursa inclusiva és una **activitat de lleure**, una gimcana en forma de circuit. Està dissenyada seguint el **principi de disseny universal** al qual esperem estar-hi més a prop any rere any. Com a activitat de lleure educatiu la seva finalitat és **divertir-se en grup i té uns valors transversals** i uns continguts transmesos de manera no formal.

El lleure té **uns beneficis associats** per a les persones amb discapacitat recollits per DINCAT. Els valors de l'activitat són els propis de la **filosofia de la vida independent** i els implícits en els principis de la **convenció de la ONU sobre els drets de les persones amb discapacitat** de 2006. Beneficis, valors, principis i altres elements vinculats a diferents paradigmes de tractament de la discapacitat estan recollits al punt 3.

En resum la cursa **proposa un circuit** a superar amb uns handicaps, cadira de rodes o el bastó per invidents (amb els ulls tapats). Les persones que no tenen aquests handicaps experimentaran, breument i en certa mesura, alguna de les dificultats que les persones invidents o amb mobilitat reduïda viuen en la seva vida diària. Com que la cursa és oberta a tota la diversitat i cerca proactivament la participació d'un públic heterogeni, es donarà el cas que participin persones que ja tenen aquesta discapacitat diagnosticada i per tant superaran el circuit amb més facilitat. A més, aquestes persones poden servir d'exemple i acompanyar a les altres persones. Això també considerant que persones professionals de l'àmbit faran una breu explicació de com utilitzar la cadira i el bastó. Dins de l'eix d'animació cursa-carnestoltes, en acabar cada prova els participants podran escollir elements per disfressar-se disposats en taules o caixes per anar improvisant una disfressa. Al final de la cursa se'ls convidarà de nou a l'escenari a presentar el grup amb un nom i com a comparsa de carnaval. La comparsa transmetrà a és un breu missatge o paraules resum de l'experiència. Un jurat valorarà la comparsa més divertida i enriquidora la qual rebrà de premi una il·lustració d'una fotografia final que se'ls hi farà sobre de l'escenari.

Tot això dins d'una activitat de lleure inclusiu. Per tant ens ho hem de passar bé, desenvolupar relacions horitzontals i enriquidores per tothom, potenciar la cooperació, obviar la competitivitat o utilitzar-la com una motivació amigable i acollir positivament totes les maneres de fer i gaudir de la cursa entre d'altres consideracions. Així el paradigma de l'acompanyament, com a professionals a de guiar la nostra tasca. Això és, acompanyar, orientar si s'escau, no dirigir, caminar al costat de l'altre, estar atentes a les demandes i preferències amb una escolta activa, mostrar-se disposats a ajudar i col·laborar i disponibles en tot moment. L'activitat genera una proposta la qual pot ser reinterpretada per la persona participant. Hi ha un espai, uns elements i una dinàmica predissenyada però això ha de ser apropiat i reinterpretat a voluntat per cadascú en plena convivència amb el grup. Fins i tot, les professionals acompanyants podem suggerir aquesta possibilitat i fins i tot oferir alguna alternativa a la dinàmica principal dissenyada. Això és proposar, orientar o ser còmplices d'alguna trampeta divertida per superar qualsevol situació generada fortuïtament.

La nostra tasca és facilitar la participació i possibilitar una experiència divertida i enriquidora a nivell personal i en grup per viure una situació. Això ens ha de fer pensar en les barreres, els

elements facilitadors i la necessitat de transformació dins la nostra societat. També ens ha de fer divertir-nos i teixir les complicitats i vincles necessaris per engegar aquesta transformació.

Les persones professionals que ens dediquem a acompanyar, dinamitzar i donar algun suport en cas necessari ens organitzarem en **diferents rols**:

- Responsable tècnic en discapacitat de la prova (persona de Mifas o Once que explica com s'utilitza la cadira o el bastó.
- Responsable de dinamització de la prova; moni que vetlla pel sentit lúdic i dinàmic general de la prova i en primera instància és a la persona que cal consultar dubtes i si s'escau ha de prendre decisions. Coneix la prova i tota la gimcana en profunditat. acompanya en la dinamització i el suport a totes les participants.
- Monitoratge d'acompanyament de cada prova. Coneix la prova i la gimcana, acompanya en la dinamització i el suport a totes les participants.
- Responsable de coordinació: pot estar de moni en una prova però ha de mantenir una visió global de la gimcana. Ocupació de totes les proves, coordinació dels diferents grups, funcionament de tots els espais, convidar passavolants.
- Monitoratge animació escenari: moni que a l'inici i final de la gimcana dinamitza la participació a l'escenari amb en Josep.

2.1. PRESENTACIÓ I ESCALFAMENT INICIAL A L'ESCENARI:

Tota activitat o esdeveniment té un moment de presentació i explicació. En el nostre cas n'hi ha una de general i en cada prova. Aquests ha de ser els únics moment on centrem l'atenció, no com a líders o protagonistes, sinó com a amfitrions d'un espai que hem preparat perquè sigui el seu lloc de participació, diversió i vivència compartida. Un lloc que ocuparan i faran seu com a protagonistes d'un experiència en la qual les acompanyarem. Una activitat que té predissenyades unes normes obertes de joc, concebudes com a dinàmiques d'animació i transmissió d'indicacions que han de poder apropiar-se i si s'escau reinterpretar. El fet de no haver participat en el disseny de la proposta no treu que no en siguin participants, en formen part. El resultat d'una activitat inclusiva i participativa sempre és la suma amb efecte multiplicador de totes les persones que la comparteixen.



Moment inicial de presentació de l'activitat en general. Conté la benvinguda, acollida, presentació de l'equip i dels espais, explicació de les dinàmiques a grans trets i inici del fet lúdic i l'animació pròpies d'una activitat de lleure.

Una cursa comença amb un escalfament. En la nostra cursa inclusiva, participativa i divertida on juntes acabarem disfressades l'escalfament no podria ser un altra que pujar a l'escenari, presentar-se i posar-se en moviment a ritme d'una cançó proposada pel músic i animador, o en el millor dels casos proposada pel grup i si és possible interpretada per l'artista.



Els participants comencen pujant a l'escenari que disposa de rampa adaptada per a pujar i baixar. Es presenten amb l'ajuda del presentador/a. Els músics proposen una cançó o n'interpreten una a demanda per fer l'escalfament ballant. En baixar ja podran agafar els primers elements per disfressar-se.

L'escalfament sobre de l'escenari pot ser ballant, cantant o simulant que es toca algun instrument acompanyant al músic.





Acabaràs disfressat. L'eslògan de la cursa projecta un dels eixos d'animació de la cursa; anar-se disfressant com vulguis i del què vulguis per improvisar una comparsa de carnestoltes amb el teu equip. Així al final de la gimcana tornar a pujar en colla a l'escenari i presentar-la amb un ball, un nom i una paraula o frase que reculli l'experiència viscuda o un missatge a transmetre.

2.2. CIRCUIT AMB CADIRA DE RODES:

En un espai diàfan al costat del circuit personal tècnic de Mifas usuari de cadira explicarà i mostrarà alguns conceptes del maneig necessaris per superar el traçat. Les participants podran provar la cadira en aquest espai. També es convidarà als passavolants a provar les cadires i a fer algun petit joc in situ i/o a provar el circuit.





El circuit presenta els següents reptes i/o obstacles. Marxa endavant, marxa enrere, corbes tancades, volta de 360°, ressalts al terra i una rampa amb un % més elevat que l'indicat del 8% per itineraris al codi d'accessibilitat vigent.

Els circuits estan situats al mig del passeig de Sant Salvador al centre urbà del municipi. Això per no segregat l'activitat, potenciar el fet comunitari, inclusiu i la participació total o parcial del públic passavolant a qui es pot animar a fer-ho. En el circuit de cadira de rodes hi ha 2 tramps paral·lels així hi poden participar fins a 4 persones alhora, 2 per circuit. En tot cas les persones han d'anar acompanyades per un monitor/a. Al tram de les rampes hi haurà una persona fixa per seguretat.





Les persones que fan tasques de monitoratge son principalment persones amb una discapacitat reconeguda i amb experiència en actiitats de lleure i sensibilització. En la transmissió de lla vivència hi ajuda molt la pedagogia del testimoni i la posada en situació de cadascú per emular al maxim l'experiència.

Seqüència de l'acompanyament: el professional, l'acompanyant, professional de Mifas i usuari de cadira de rodes transmet la seva vivència i algunes indicacions al participant, l'acompanyat. El participant comença a posar en joc allò que li han transmés en un espai diàfan prop del circuit. Ara amb una presència més lleugera de l'acompanyant, que anima i es mostra disposat i disponible fins que el participant decideix avançar sol i jugar ocupant l'espai de pràctica. Un cop comença la prova, la presència i suport dels professionals i voluntaris es torna més intensa i a mesura que el participant agafa més confiança la seva tasca canvia. Segueix al costat amb un rol més d'animació i disponibilitat en cas necessari i la presència s'alleugereix. Observis a la última foto com en arribar al tam final, amb l'objectiu clar, el participant ja va per davant de l'acompanyant, que al seu costat pero més enrrega participa de la seva emoció.



Professional

Professional

Participant



Participant





Cada participant demanarà o mostrarà unes necessitats diferents alhora de superar els obstacles. Cal estar atentes als punts de més dificultat i sobretot als que impliquen algun risc com les rampes. A les rampes sempre hi haurà una persona fixe i amb els coneixements necessaris.



Sovint un petit impuls amb complicitat i en la seva justa mesura es suficient. Complicitat i mesura s'han de guanyar molt ràpid en una prova activitat així. L'àmbit del lleure, el fet lúdic i comunitari produeixen un clima adequat per que les generem com a professionals de l'acompanyament.

2.3. CIRCUIT AMB BASTÓ – ULLS TAPATS.



El circuit a superar amb els ulls tapats i un bastó intenta reproduir obstacles reals que podem trobar als carrers dels nostres pobles i ciutats. Arbres, plantes d'ajardinaments, o pissarres i umbrelles de bars mal situades. La dinàmica és la mateixa que al circuit anterior, una persona professional transmet i mostra vivències i indicacions per a l'ús del bastó. Alhora explica el circuit i convida a jugar una mica en l'espai diàfan abans de començar. Els participants transitaran pel circuit amb l'acompanyament d'una persona professional o un company/a segons s'escaigui.



Seqüència de l'acompanyament: Una participant usuària de cadira de rodes després d'escoltar l'explicació del tècnic decideix aixecar-se. En aquella ocasió va mostrar dubte i certa contenció però la seva iniciativa va ser acollida i escoltada. Va explicar que ho volia fer com els altres i que li tornessin a explicar. L'educador va mostrar-se obert i receptiu a la seva iniciativa, van connectar i li va reexplicar la dinàmica que van anar fent juntes i reformulant-la en el moment. No es va fer tot el circuit, simplement, es va jugar dins del circuit i va tornar enrere fins a la cadira. Un gran moment, divertit i que va suposar un gran aprenentatge i una bona experiència de lleure compartida.



Unes dones, mares d'uns participants, que havien expressat que no venien a participar, es van mostrar interessades per l'activitat del bastó. L'educadora es va mostrar disponible i oberta, les dones li van fer alguna pregunta i aleshores les va convidar a participar. Un cop feta una breu explicació sobre l'ús del bastó van fer tot el circuit. Primer amb una presència i suport més intens de l'educadora que les va anar deixant fins que van fer el circuit soles. Això amb gran interacció amb tots els obstacles i interacció entre elles. En acabar es van mostrar molt agràides i van fer molts comentaris entre elles i a l'educadora sobre la seva experiència que es van construir a mida. No s'havien apuntat, van ser convidades i van fer allò que els motivava, (el circuit del bastó i sense disfressar-se), gaudint i compartint.

Observis que les seves accions serveixen d'exemple per una altra participant que inicialment no s'havia atrevit a anar amb els ulls tancats (darrera seu i disfressada de vermell). Aquesta finalment ho va provar i va tenir una experiència satisfactòria,





2.4. TAULA DE JOCS AMB ELS ULLS TAPATS

Una activitat de jocs diversos que proposa posar en joc habilitats sensorials, de percepció i psicomotricitat amb els ulls tapats. Està situada entre els dos circuits i compleix diferents funcions: com a complement al circuit amb bastó, com a zona d'espera i joc entre circuits, com a reclam i espai d'acollida al públic passavolant i informació general.



2.5. PINTACARES :

Espai propositiu situat al final del recorregut. En relació a l'eix d'animació carnestoltes – acabaràs disfressar es posa a disposició dels participants i de tot el públic en general aquest espai on podran maquillar-se i/o pintar-se la cara amb ajuda de monitoratge professional. L'espai està situat prop de l'espai fresc i tranquil i convida també a seure i descansar si s'escau. També pot servir d'espai alternatiu o d'espera si hi ha cua als circuits que actuen de proves principals.



2.6. COMPARSA DISFRESSADES A L'ESCENARI:

Un dels eixos d'animació de la cursa és el carnestoltes, per això llencem el missatge: acabaràs disfressat! Com s'ha explicat després de cada prova, com a premi, s'ofereixen als participants elements molt diversos per a disfressar-se. A més es proposa que s'organitzin com a comparsa, li posin un nom i finalment busquin una o més paraules, o una frase curta com a missatge a transmetre després de l'experiència.

Un cop acabats els circuits el grups tornen a ser convidats a l'escenari per presentar la seva comparsa, explicar quin missatge o paraules han recollit i que facin un últim ball a ritme de la música. Aquesta pot ser una cançó proposada pel músic o una que proposin ells i l'artista pugui interpretar.

La comparsa més animada, més divertida i/o amb el missatge que agradi més rebrà una il·lustració en forma de caricatura de la foto que se'ls hi farà a l'escenari.

En aquesta dinàmica el presentador presenta el grup i la comparsa i els hi cedeix la paraula per tal que comparteixin la seva experiència. Alhora es coordina el grup amb el músic i s'anima a cantar i ballar, al grup de l'escenari i al públic assistent.

Es important fer un comiat i agraïment a cada grup i al públic en general. Les entitats convidades i la regidoria responsable han de poder tenir un petit espai també per comunicar-se amb el públic.





2.7. OBSTACLES FORA DE LES PROVES



Seguint el model social de la discapacitat entenem que la discapacitat és una producció de l'entorn. És a dir, tot l'entorn presenta barreres; arquitectòniques, cognitives, administratives, legals, tecnològiques, simbòliques, socials, culturals, etc. Per tant qui genera la discapacitat és l'entorn i les persones que conformem la societat.

A més, és obvi que les indicacions i drets sorgides de la convenció de la ONU de 2006 pels drets de les persones amb discapacitat no és segueixen pels estats signants de la mateixa.



Així encara ens trobem amb moltes barreres i de diferents naturalesa a l'entorn. Com a conseqüència els nostres pobles i ciutats generen encara molts problemes d'accessibilitat, inclusió i participació. Aquesta realitat queda reflectida en la cursa però ens proposem superar-la d'una manera divertida amb elements que convidin al joc i a la reflexió compartida. Trobarem doncs obstacles fora

de les proves que han d'estar igualment atesos per ser superats per participants que siguin usuaris habituals de cadira o per aquells que vulguin compartir l'experiència utilitzant-ne una de les que Grup Mifas posa a disposició.

2.8. ESPAI FRESC I TRANQUIL:



De la totalitat del model de la diversitat funcional, que és extens i ric, en podem extreure idees molt útils per a la inclusió, la participació i la interacció positiva amb persones que “funcionen diferent que la majoria”, (estándar) i per aquest motiu paeixen opressió. Reconèixer aquesta diferència ens mou a conèixer-la i reconèixer-la per facilitar la interacció amb totes les perosnes i grups. Les diferències poden ser moltes, pensem ara amb els perfils sensorials, emocionals i realitats conductuals. En una activitat de lleure dinàmica i carregada d'imprevistos totes podem necessitar un moment no només de descans si no de tranquil·litat. Això vol oferir aquest espai: confort tèrmic i acústic, tranquil·litat i un lloc per descansar i pendre un refrigeri si s'escau.

L'espai estarà al final dels circuits, prou separat d'aquest i a certa distància dels lavabos adaptats.

2.9. LAVABO ADAPTAT:



Al final del recorregut i lleugerament apartat de l'espai fresc i tranquil s'hi ubicarà un lavabo adaptat. Aquest serà suficientment ample per facilitar no només l'accés l'ús si no els suports que alguna persona pogués necessitar.

Des de l'inici del recorregut fins a l'ajuntament cal travessar dos passos de vianants adaptats per arribar a l'ajuntament on hi ha un altre lavabo adaptat.

2.10. AMBIENTACIÓ:

Com a activitat de lleure, la gimcana té una ambientació en relació a la "cursa", arcs de sortida i arribada, carrils, tanques, etc. D'altra banda és una activitat plena de significat que es mostrarà en les formes d'interrelació entre les persones i la interacció amb els elements de l'entorn. Aquests significats els volem evidenciar amb un seguit de paraules i agraïments que llistem a continuació i que es plasmaran en tires de cartolines de colors.

Paraules – conceptes:

Inclusió – Participació – Empoderament – Vida Independent i comunitària - Barreres vs. Elements facilitadors – Entorn Adaptat – Accessibilitat – Acompanyament – Suport – Problema Social – Transformació social – La diversitat és divertida – Lleure inclusiu – Disseny universal .

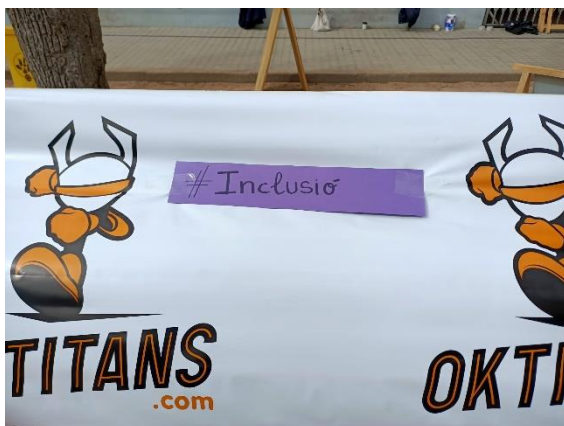
Gràcies ONCE – Gràcies Consell Comarcal – Gràcies a totes [les persones participants] -

En cartolines de colors tallades en tires en les que l'ample de l'atira sigui el costat curt de la cartolina. (veure fotos)

Cartells:

A3 x 2: ESPAI FRESC I TRANQUIL. (plastificat i amb brides)

A3 x 2: LAVABOS ADAPTATS + PICTOGRAMA (plastificat i amb brides)



3. PARADIGMES SOCIOEDUCATIUS I REFERÈNCIES:

En l'àmbit del lleure, com en la resta de la societat, la diversitat com a realitat social no està abordada ni en profunditat ni en tot el seu ventall. Els últims temps la societat en general, i el món del lleure com a punta de llança, ha millorat molt en la inclusió de la diversitat cultural i sexual, però les persones amb una **discapacitat diagnosticada** o amb una funcionalitat diferent a la majoria hi tenen **l'accés i la participació altament restringida**. Així, pateixen **greus discriminacions** per raó de la seva condició queda **vulnerat el seu dret a la igualtat, a vida digna i la participació, al lleure i a la cultura i l'esplai** com reconeix la **Convenció sobre els drets de les persones amb discapacitat de les Nacions Unides (2006)**, la qual conté els següents articles que ens poden servir per emmarcar les greus mancances de la situació actual:

Article 1

Propòsit

El propòsit d'aquesta convenció és promoure, protegir i assegurar el **gaudi ple i en condicions d'igualtat** de tots els **drets humans** i llibertats fonamentals per totes les persones amb discapacitat, i promoció el respecte de la seva dignitat inherent.

Article 3

Principis generals

Els principis de la convenció són:

- a) El respecte de la **dignitat inherent, l'autonomia individual**, inclosa la llibertat de prendre les pròpies decisions, i la independència de les persones;
- b) La **no-discriminació**;
- c) La **participació i la inclusió plenes i efectives a la societat**;
- d) El respecte per la diferència i l'acceptació de les persones amb discapacitat com a part de la diversitat i la condició humanes;
- e) La **igualtat d'oportunitats**;
- f) **L'accessibilitat**;
- g) La igualtat entre l'home i la dona;
- h) El **respecte a l'evolució de les facultats dels nens i les nenes** amb discapacitat i al seu dret a preservar la seva identitat.

Article 4

Obligacions generals

1. Els estats part es comprometen a assegurar i promoure el ple exercici de tots els drets humans i les llibertats fonamentals de les persones amb discapacitat sense cap discriminació per motius de discapacitat.

Article 7

Nens i nenes amb discapacitat

1. Els estats part han de prendre totes les mesures necessàries per assegurar que tots els nens i les nenes amb discapacitat gaudeixin plenament de tots els drets humans i llibertats fonamentals en igualtat de condicions amb els altres nens i nenes.

Article 19

Dret a viure de forma independent i a ser inclòs en la comunitat

Els estats part en aquesta convenció reconeixen el dret en igualtat de condicions de totes les persones amb discapacitat a viure a la comunitat, amb opcions iguals a les de les altres, i han d'adoptar mesures efectives i pertinents per facilitar el ple gaudi d'aquest dret a les persones amb discapacitat i la seva plena inclusió i participació a la comunitat

Article 30

Participació en la vida cultural, les activitats recreatives, l'esplai i l'esport

1. Els estats part han de reconèixer el dret de les persones amb discapacitat a participar, en igualtat de condicions amb les altres, en la vida cultural i han d'adoptar totes les mesures pertinents

5. A fi que les persones amb discapacitat puguin participar en igualtat de condicions amb les altres en activitats recreatives, **d'esplai** i esportives, els estats part han d'adoptar les mesures pertinents per:

d) Assegurar que els nens i les nenes amb discapacitat tinguin accés, de la mateixa manera que el tenen els altres nens i nenes, a la participació en activitats lúdiques, recreatives, **d'esplai** i esportives, incloses les que es facin dins del sistema escolar;

e) Garantir que les persones amb discapacitat tinguin accés als serveis dels qui participen en l'organització d'activitats recreatives, turístiques, **d'esplai** i esportives.

La realitat del lleure educatiu a Catalunya i al territori Gironí és que la **inclusió plena i efectiva** és un fet **anecdòtic**. Existeixen algunes experiències amb força visibilitat assumides com a lleure inclusiu que realment són de lleure adaptat. Es basen en activitats adaptades específicament per a grups segregats participats per persones amb una discapacitat diagnosticada i usuàries d'algun recurs especialitzat (també segregat) Aquests programes educatius i/o activitats adaptades tenen el seu sentit educatiu, social i terapèutic en el seu àmbit donades certes necessitats i la greu manca d'oferta però no treballen la inclusió social efectiva i plena. Entenem la **inclusió** segons les definicions que ens aporta la Guia per a l'anàlisi, la reflexió i la valoració de **pràctiques inclusives** (David Duran, Climent Giné i Álvaro Marchesi, 2010.) del departament d'Educació de la Generalitat de Catalunya:

«[La inclusió és] un procés pel qual s'ofereix a tots els nens i nenes, **sense distinció** pel que fa a la capacitat, la raça o qualsevol altra diferència, l'oportunitat de **seguir sent membres** de les aules regulars i **d'aprendre dels seus companys, i amb ells**, a l'aula» Stainback (2001)

«La inclusió té a veure fonamentalment amb la **identificació i reducció** de les **barreres** que els alumnes troben a l'aula per aprendre i **desenvolupar-se**».

«La inclusió es refereix a la **presència, participació** i èxit de tot l'alumnat»

«La inclusió comporta un **èmfasi particular** en aquells grups d'alumnes amb més **risc de marginació i exclusió**». Ainscow (2005)

Aquestes definicions tan aclaridores traslladades a l'àmbit del lleure i l'experiència en formació i assessorament al programa de colònies de l'Estiu és teu de la XANASCAT ens serveixen establir els següents **continguts teòrics i pràctics**. Aquests han de ser la base

per a la formació i el desenvolupament de la pràctica de l'acompanyament en activitats de lleure inclusiu:

- Conèixer i saber utilitzar en els processos d'acompanyament el **model social de la discapacitat**. Model en ús en el si de les entitats de l'àmbit de la discapacitat.
- Conèixer i saber utilitzar en els processos d'acompanyament el model d'**atenció integral i centrada en la persona (ACIP)**. Model en ús en el si de les entitats de l'àmbit de la discapacitat, i en algunes residències geriàtriques i serveis de salut.
- Conèixer i saber utilitzar en els processos d'acompanyament el model de la **diversitat funcional**, forjat per Lobato i Romañach (2005) dins del marc del Fòrum Mundial de la Vida Independent. El terme diversitat funcional tot i no estar acceptat per bona part d'entitats de l'àmbit de la discapacitat, no es queda només en la paraula. La diversitat funcional és tot un model que aporta grans eines d'anàlisi i abordatge de processos d'inclusió, tractament de la diferència, perspectiva bioètica i detecció de dinàmiques d'exclusió.
- Entendre que la **diversitat** és una **realitat social**, que la diferència s'**exclou** per motius de cultura, simbòlic, tradició, voluntat, prejudicis i recursos (econòmics, tècnics, humans, de formació, ...)
- Entendre que la inclusió implica que persones diverses **participin** de les mateixes activitats.
- Que per possibilitar la inclusió cal **adaptar entorns** físics, socioeducatius, administratius i normatius, i **crear suports** en forma de dispositius tècnics o de persones especialitzades.
- Entendre que el **treball per a la inclusió** de persones de tot el ventall de la diversitat és un **benefici per tota la societat**. Això pel significatiu percentatge de persones que viuen aquesta realitat de forma permanent i perquè qualsevol persona al llarg de la seva vida o en la senectut pot viure una situació sobrevinguda o permanent per la qual necessiti les adaptacions i suports.
- Viure l'experiència de l'aprenentatge, relació i intercanvi vital mutu i divers que s'estableix en un marc de lleure on s'inclou a persones diverses i amb discapacitat. Àmbit en el que tots els participants reben i aporten valor i gaudeixen dels **beneficis del lleure**. Una realitat on els participants amb funcionaments més normatius aprenen a conviure amb tota la diversitat creant una societat més **inclusiva, acollidora** i possibilitadora de **benestar i desenvolupament** per tothom.

Beneficis del lleure:

Quan fem inclusió de persones amb una discapacitat reconeguda o d'altres situacions amb necessitats específiques, més enllà de garantir els seus drets recollits en la carta de la ONU, posem al seu abast uns **beneficis concrets** estudiats per l'associació **DINCAT**:

Dincat és la federació que vetlla per la defensa dels drets, la dignitat i la millora de la qualitat de vida de les persones amb discapacitat intel·lectual o del desenvolupament i les seves famílies a Catalunya.

Dincat coordina, representa i defensa els interessos de prop de 300 entitats socials que treballen conjuntament per oferir serveis i suports que potencien l'autonomia de la persona i que garanteixen la seva plena inclusió a la societat en totes les etapes vitals i en tots els àmbits.
www.dincat.cat (2019)

http://www.dincat.cat/definici%C3%B3-de-lleure_123147.pdf

Entenent que el lleure és beneficiós per totes, fixem-nos, seguint el plantejament de Dincat els beneficis per les persones amb diversitat funcional, en aquest cas d'origen intel·lectual però fàcilment extrapolables:

- *El lleure pot aportar a les persones l'oportunitat d'escollir, com volen gaudir d'aquest temps que es seu.*
- *A través del lleure poden satisfer necessitats que no podran cobrir en altres àmbits de la vida. (Dincat)*
- *Poden establir relacions i crear llaços afectius significatius.*

En l'àmbit personal:

- *Desenvolupa l'autoestima, l'autonomia, la creativitat, l'expressivitat,..*
- *Afavoreix el desenvolupament i el creixement de la persona*

En l'àmbit social:

- *Fomenta la inclusió social.*
- *Desenvolupa les habilitats interpersonals i grupals*
- *Desenvolupa les habilitats socials.*
- *Permet establir noves relacions i també de parella*
- *Desenvolupa l'autonomia personal*
- *Desenvolupa l'ampliació dels coneixements culturals*
- *Permet l'aprenentatge del autocontrol i saber negociar dins la dinàmica grupal*
- *Permet organitzar-se un pressupost i valorar el preu dels bens de consum*
- *Motivar la cura personal i un major interès per l'imatge personal*
- *Desenvolupa la motivació per l'aprenentatge al enfrontar-se a noves situacions (Dincat)*

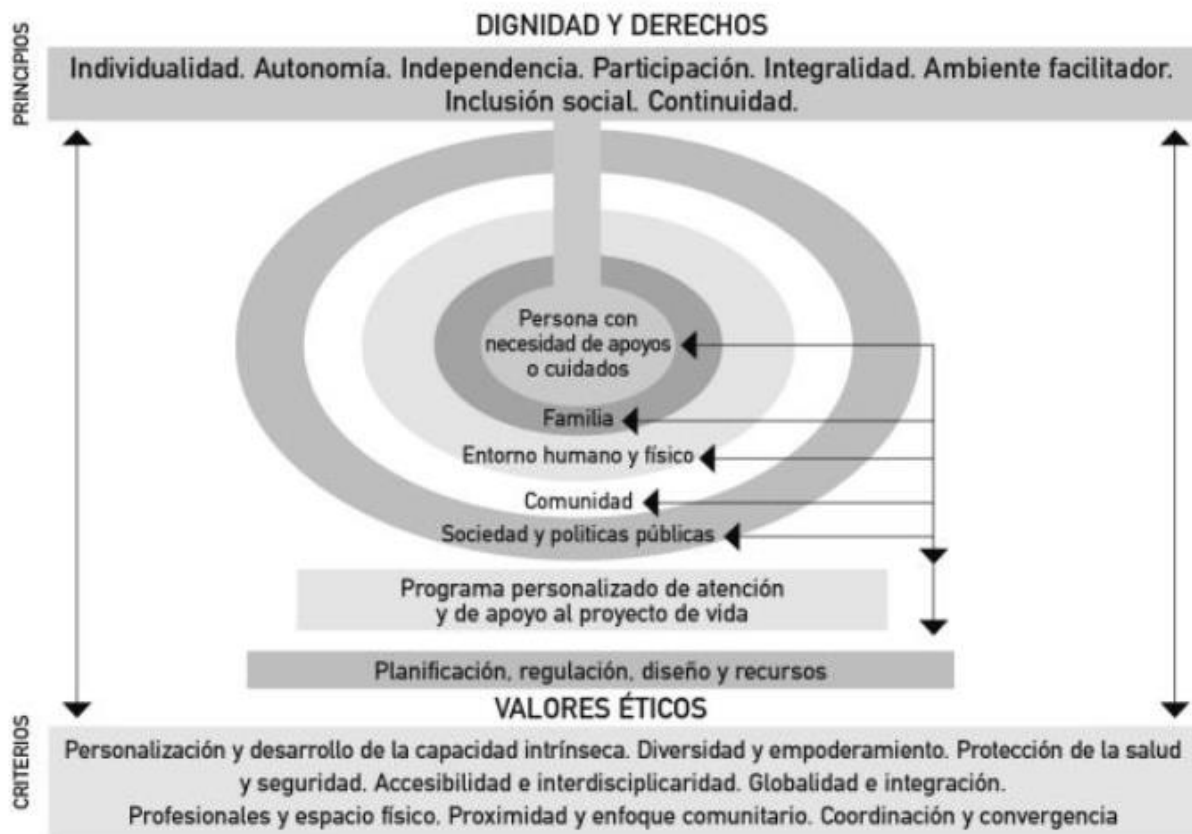
El lleure té un forta repercussió en la vida de les persones amb diversitat funcional [discapacitat intel·lectual en el document de Dincat] i en la millora de la seva Qualitat de Vida (grau de satisfacció que tenen les persones respecte la seva feina, la seva vida a la llar, salut i comunitat).

Tal i com reflecteixen Schalock, R.L i Verdugo, M.A, (2007) en les seves dimensions, es considera que el lleure aporta:

- *Inclusió social: Fa estar present a la societat participant en diversos escenaris i contextos comunitaris.*
- *Relacions interpersonals: Es creen espais òptims per compartir amb altres persones vivències, interessos, valors, etc. [les relacions interpersonals, les persones a qui coneixem funcionen com a vectors per a la inclusió, i el fet de sentir-nos acceptats per elles augmenten la nostra autoestima per ser més proactius en la nostra inclusió. El fet que d'altres persones vegin la seva acceptació els servirà d'exemple.]*

- *Benestar emocional: Proporciona vivències satisfactòries i gratificants en activitats escollides lliurement i fora d'obligacions.*
- *Benestar físic: Proporciona una vida més saludable.*
- *Respecte dels drets: Garanteix l'exercici de gaudir de drets establerts i reconeguts legal i socialment.*
- *Autodeterminació: Garanteix la capacitat de decidir, escollir i ser els veritables protagonistes. El lleure facilita l'autodeterminació. La llibertat per a escollir és vital per a la cerca d'experiències agradables, satisfactòries i amb sentit.*
- *Benestar material*
- *Benestar personal*

Model AICP:



Fuente: Fundación Pilares para la autonomía personal

4. NECESSITATS TÈCNIQUES EN COMUNICACIÓ

4.1. Cartell promoció de la cursa: (dades que ha d'incloure)

CURSA INCUSIVA DE SANTA COLOMA DE FARNERS, ACABARÀS DISFRESSAT!

19 FEBRER 2023 10:30 A 13H –Passeig de Sant Salvador núm. 12 de Santa Coloma de Farners, davant de l'escola Sant Salvador d'Horta.

Inscripcions i + Info a: www.mifas.com

@GrupMifas @Mmm'agrada @ajscfarners

Organitza: Ajuntament de Sta. Coloma.

Dinamitza: Grup Mifas.

Col·labora: ONCE, Consell Comarcal de la selva. Ok Titans. Galetes Trias, Bon Preu

Logos: Mifas, Ajuntament, Once. Consell Comarcal de la Selva, Ok Titans, Bon Preu Galetes Trias.

4.2. Cartells d'ambientació (punt 2.10)

4.3. Text de presentació:

*Cursa inclusiva de Santa Coloma de Farners: Acabaràs disfressat! Diumenge 19 de febrer 11h
Participa en una cursa original, divertida i oberta a tothom:*

Diverteix-te en un circuit carregat d'obstacles molt originals i especialment dissenyat per acollir tota la diversitat i garantir la participació de totes les persones, tinguin una discapacitat diagnosticada o no. Un espai pensat per a què tothom se'l faci seu, el gaudeixi i entre totes superem el repte de la inclusió! Ah, i no oblidis que és carnestoltes, així que poc a poc o com un llamp... acabaràs disfressat!

4.4. Nota de premsa (pensada per ser publicada també com article).

2a Cursa inclusiva de Santa Coloma de Farners: Acabaràs disfressat! Diumenge 19 de febrer 11h. Participa en una cursa original, divertida i oberta a tothom:

Diverteix-te en un circuit carregat d'obstacles molt originals i especialment dissenyat per acollir tota la diversitat i garantir la participació de totes les persones, tinguin una discapacitat diagnosticada o no. Un espai pensat per a què tothom se'l faci seu, el gaudeixi i entre totes superem el repte de la inclusió! Ah, i no oblidis que és carnestoltes, així que poc a poc o com un llamp... acabaràs disfressat!

D'aquesta manera, l'Ajuntament de Santa de Santa Coloma de Farners i Fundació Mifas us convida a la segona edició d'una activitat de lleure per a tothom. Una experiència carregada de significat que l'any passat va demostrar la seva capacitat transformadora amb l'èxit de participació i l'interès que va generar en diverses entitats. Així, enguany l'Once seguirà com a col·laboradora, l'Institut de Santa Coloma de Farners també s'hi sumarà i el Consell Comarcal de la Selva, i Bon Preu i Trias Biscuits hi donaran el seu suport.

La proposta es basa en una cursa en forma de gimcana que convida a superar certs obstacles com els que una persona amb discapacitat física, orgànica i/o sensorial es torben en la seva vida diària. Unes proves que seran encarades per uns participants diversos però tots compartint, de manera simbòlica, certs handicaps. Així les persones que ja conviuen amb aquests handicaps jugaran amb avantatge en un entorn que, ara, els és favorable. Una manera divertida d'entendre que qui genera la discapacitat és l'entorn, que totes podem viure una situació de drets vulnerats i que la vida comunitària i la relació amb l'altre són font d'inclusió social. Una inclusió que per ser ha de trencar les normes des de fora dels estàndards (capacitistes, capitalistes, heteropatriarcal) i per tant necessita espais de lleure i participació liderats per persones no estàndards que inspirin altres formes de ser i estar en el món. És a dir, un espai viscut amb llibertat i diversió, des de la diferència i la convivència que esdevingui el lloc de les persones que l'ocupen per generar una possibilitat real de transformació social.

La cursa avança cap a aquest repte final, la inclusió social. Un repte que planteja molts obstacles que des de l'àmbit social s'aborden amb conceptes que sovint es coneixen poc o es buiden de significat. Precisament l'experiència de la cursa ha de mostrar des de la vivència allò sovint tant inefable que significa accessibilitat, vida independent i comunitària, autodeterminació, empoderament, acompanyament, horitzontalitat o el concepte de barrera vers element facilitador.

Us convidem doncs a avançar vers aquest repte amb infinites opcions, cadascú des de la seva compartint una activitat divertida i oberta a tothom. S'hi pot participar en grup, en parella o fins i tot venir-hi sol i afegir-se a alguna colla. Només cal entrar al web www.mifas.cat i apuntar-s'hi de manera gratuïta. Hi haurà música en directe, refrigeri, lavabos adaptats, aparcament per persones amb mobilitat reduïda i un espai fresc i tranquil per descansar. Tot en entorn que persegueix el principi d'accés universal i amb alguna sorpresa per qui vulgui aprofitar el carnestoltes i acabar ben disfressat!

Per a més info: Josep Bécares – jbecares@mifas.cat - Insagram: Grup Mifas

[Només mitjans: Per a més info: Josep Bécares 630402064 – jbecares@mifas.cat - Insagram: Grup Mifas

Format article: (per DDG)

Cursa cap a la Inclusió:

El proper diumenge 19 de febrer a les 11h se celebrarà l'esperada segona edició de la cursa inclusiva de Santa Coloma de Farners. L'Ajuntament de la capital de la Selva i la Fundació Mifas ens proposen una cursa original, divertida i oberta a tothom. Un circuit divertit i carregat d'obstacles molt originals especialment dissenyat per acollir tota la diversitat i garantir la participació de totes les persones, tinguin una discapacitat diagnosticada o no. Un espai pensat per a què tothom se'l faci seu, el gaudeixi i entre totes superem el repte de la inclusió.

Serà una experiència carregada de significat que l'any passat ja va demostrar la seva capacitat transformadora amb l'èxit de participació i l'interès que va generar en diverses entitats. Així enguany la Once seguirà com a col·laboradora, l'Institut de Santa Coloma de Farners s'hi sumarà i el consell comarcal de la Selva hi donarà el seu suport.

La proposta es basa en una cursa en forma de gimcana que convida a superar alguns obstacles com els que una persona amb discapacitat física, orgànica i/o sensorial es torben en la seva vida diària. Unes proves que, amb l'acompanyament de professionals de l'àmbit, seran encarades per uns participants diversos però tots compartint, de manera simbòlica, certs handicaps. Així les persones que ja conviuen amb aquests handicaps jugaran amb avantatge en un entorn que, ara, els és favorable. Una manera divertida d'entendre que qui genera la discapacitat és l'entorn, que totes podem viure una situació de drets vulnerats i que la vida comunitària i la relació amb l'altre són font d'inclusió social. Una inclusió que, per ser, ha de trencar les normes des de fora dels estàndards (capacitistes, capitalistes, heteropatriarcals). Per tant, necessita espais de lleure i participació liderats per persones no estàndards que inspirin altres formes de ser i estar en el món. És a dir, un espai viscut amb llibertat i diversió, des de la diferència i la convivència que esdevingui el lloc de les persones que l'ocupen per generar una possibilitat real de transformació social.

La cursa avança cap a aquest repte final, la inclusió social. Un repte que planteja molts obstacles que des de l'àmbit social i amb diferents paradigmes de referència s'aborden amb conceptes que sovint es coneixen poc o es buiden de significat. Precisament l'experiència de la cursa ha de mostrar des de la vivència allò sovint tant inefable que significa accessibilitat, vida independent i comunitària, autodeterminació, empoderament, acompanyament, horitzontalitat o el concepte de barrera vers element facilitador.

Us convidem doncs a avançar vers aquest repte amb infinites opcions, cadascú des de la seva, compartint una activitat divertida i oberta a tothom. S'hi pot participar en grup, en parella o fins i tot venir-hi sol i afegir-se a alguna colla. Només cal entrar al web www.mifas.cat i apuntar-s'hi de manera gratuïta. Hi haurà música en directe, refrigeri, lavabos adaptats, aparcament per persones amb mobilitat reduïda i un espai fresc i tranquil per descansar. Tot en entorn que persegueix el principi d'accés universal i amb alguna sorpresa per qui vulgui aprofitar el carnestoltes i acabar ben disfressat!

Josep Bécares. Coordinador de projectes. Grup Mifas.

Article per PuntAvui

2a cursa inclusiva de Santa Coloma de Farners:

El recorregut i els obstacles que com ha societat hem de superar per assolir la inclusió són molts i encara no els tenim ben identificats. Per fer-ho, parlar-ne, compartir experiències i vivències és un primer pas que ha de garantir tenir en compte tots els punts de vista. Però sobretot la mirada i la vivència de les persones que viuen contínuament diferents formes d'exclusió social per la seva forma de funcionar. És a dir, persones amb una discapacitat reconeguda, o no, que han de superar contínuament els obstacles que els hi posa l'entorn. Tot l'entorn; físic, social, administratiu, econòmic, cultural, polític, simbòlic, etc.

Per això la cursa inclusiva de Santa Coloma de Farners l'any passat va tenir tant d'èxit i enguany repeteix. Perquè proposa compartir una experiència divertida, dissenyada i liderada per persones amb una discapacitat diagnosticada per situar-se per un moment en la seva vivència. Això, permet començar a identificar les barreres a la inclusió i imaginar conjuntament els recorreguts possibles per avançar vers la inclusió.

La proposta es basa en una cursa en forma de gimcana que convida a superar alguns obstacles com els que una persona amb discapacitat física, orgànica i/o sensorial es torben en la seva vida diària. Així, amb el seu acompanyament i jugant podem entendre que qui genera la discapacitat és l'entorn, que totes podem viure una situació de drets vulnerats i que la vida comunitària i la relació amb l'altre són font d'inclusió social. Una inclusió que, per ser, ha de trencar les normes des de fora dels estàndards (capacitistes, capitalistes, heteropatriarcals). Per tant, necessita espais de lleure i participació liderats per persones no estàndards que inspirin altres formes de ser i estar en el món. És a dir, un espai viscut amb llibertat, des de la diferència i la convivència que esdevingui el lloc de les persones que l'ocupen per generar possibilitat real de transformació social.

Aquesta segona edició se celebrarà el dia 19 de Febrer a Santa Coloma de Farners i s'hi han sumat el Consell Esportiu de la Selva i l'Institut de Santa Coloma. Una iniciativa que dinamitza Grup Mifas amb la col·laboració de la ONCE i el suport de Bon Preu i Trias Biscuits. La inscripció és gratuïta, només cal entrar a www.mifas.cat i omplir un formulari. S'hi espera força afluència i molta gresca amb la música en directe i moltes sorpreses que faran que, qui vulgui, acabi ben disfressat!

Josep Bécares. Coordinador de projectes. Grup Mifas.

4.5. Pàgina web: <https://www.mifas.cat> buscar l'agenda a la part inferior del home.

Hi ha d'aparèixer:

- a) Text promocional + nota de premsa
- b) Fotos promocionals situades a la carpeta:
\\dadesmifas\PERSONAL_GRUPMIFAS\jbecares\6 CURSA INCLUSIVA DE SANTA COLOMA\23 CURSA INCLUSIVA\FOTOS 22 promo 23
- c) Cartell.
- d) Formulari web. (punt 4.6)
- e) Si s'escau tornar a posar els logos que ja apareixen al pòster.

4.6. Formulari web

- Introducció mail un cop apuntades les entitats:
Hola! Volem agrair la vostra participació a la 2a cursa inclusiva de Santa Coloma de Farners!
Com ja saps ens veiem el dia 19 per matí, la cursa comença a les 11 així que si arribeu cap a les 10:30 aproximadament millor!

La cursa és una gimcana en forma de circuit que inclou:
[[Nota aquí enganxar el contingut a partir del punt 3]]

- Document per elaborar el formulari web i informar sobre què cal saber de l'esdeveniment.

CURSA INCUSIVA DE SANTA COLOMA DE FARNERS, ACABARÀS DISFRESSAT!

PER APUNTAR-SE: trucar a Grup Mifas. Telèfon: 972404140

Per apuntar-vos us preguntaran i cal que sapiguen:

1.- Nom del representant del grup:

Telèfon:

Mail:

Població:

Quantitat de persones que vindran:

Persones amb discapacitat:

Necessitats específiques del grup o persones concretes:

2.- Referent a la quantitat de persones que vindran: (aquest punt no posar-lo al formulari, la persona que rebí trucades ha d'oferir-ho si detecta un grup gran o dificultats concretes, també revisant els formularis farem trucades per ser proactius amb les dificultats)

Cal saber que els grups han de ser de 2 a 8 persones, si són més persones que truquin a Josep Bécares 970414041 jbecares@mifas.cat

3.- El circuit de la cursa inclou: (informació al qüestionari per evitar sorpreses dels participants)

1: Pujar a un escenari adaptat a fer una prova d'escalfament cantant i ballant amb uns músics).

2: Fer un circuit amb cadira de rodes, hi haurà cadires de rodes per a tots els i les participants que normalment no van amb cadira de rodes. Es donaran indicacions del funcionament i hi haurà acompanyament professional.

3: Fer un circuit amb els ulls tapats i un bastó per a persones invidents. Es donaran indicacions del funcionament i hi haurà acompanyament professional.

4.- A cada prova es guanyaran elements per a disfressar-se i també hi haurà un pinta cares. Al final del circuit tot el grup, amb les disfresses que hagi aconseguit tornarà a pujar a l'escenari i es farà concurs de comparses.

5.- Informació d'interès:

Cada participant pot decidir on i com participar.

Hi haurà un refrigeri (suc de fruites). Hi haurà lavabos adaptats i un espai fresc i tranquil per a descansar.

Hi haurà zona especial per aparcament de cotxes amb la targeta de mobilitat reduïda, no es pot reservar. Accés per carrer Gironès cantonada passeig Sant Salvador.

El concert tindrà un volum limitat i sense flaixos.

El punt d'inici és el Passeig de Sant Salvador núm. 12 de Santa Coloma de Farners, davant de l'escola Sant Salvador d'Horta. El punt final és el Passeig de Sant Salvador núm. 24 de Santa Coloma de Farners, aproximadament a la cantonada del carrer Gironès. Millor arribar cap a les 10:30 per començar puntuals.

6.- La informació s'anirà ampliant a xarxes socials, instagram @ Grup Mifas @mmm'agrada (entitat col·laboradora) i instagram @ajscfarners Ajuntament de Sta. Coloma de Farners (organització)

7.- Per a dubtes referents a grups grans o persones amb altres dubtes que no s'hagin respost en aquest document podeu contactar amb: Josep Bécares 972 414041 jbecares@gmail.com

[Nota:les persones que rebin trucades que agafin dades de contacte per si en Josep Bécares les ha de trucar. Gràcies]

MOLTES GRÀCIES PER PARTICIPAR!

4.7. Nou punt en construcció

5. NECESSITATS TÈCNIQUES EN INSTAL·LACIONS I MATERIALS:

- 5.1. Circuits i altres elements Ok Titans
- 5.2. Escenari i lavabos – Ajuntament de Sta. Coloma de farners
- 5.3. Arcs, aigua i altres elements Consell Esportiu de la Selva.
- 5.4. Monitoratge, músic i voluntaris.
- 5.5. Institut de Santa Coloma de Farners
- 5.6. Transport adaptat - Servei acompanyament.

Les necessitats tècniques estan recollides en documents en construcció elaborats entre Mifas com a entitats dinamitzadora i les altres entitats implicades.

6. Col·laboració Institut Santa Coloma de Farners

6.1. Participar a la gimcana com a equip:

La participació com a equip comportarà la inscripció a través del portal web de Mifas. En aquest sentit la informació de referència com a públic generalista és la del punt 4 i els seus apartats. A més, com a estudiants, poden centrar les seves observacions i analitzar la seva vivència en els paradigmes socioeducatius i referències exposades en el punt 3 i tots els continguts propis del cicle formatiu que estan estudiant. Això no només ha de facilitar entendre i assolir continguts amb el contacte amb el seu desplegament pràctic sinó a fer aportacions en l'avaluació de l'activitat per a la seva millora continuada.

Cal posar de relleu que una part importantíssima i de valor incalculable de la seva participació com a equip és contribuir en el fet inclusiu de l'esdeveniment. És a dir, conformant amb la seva participació un públic divers i la interrelació positiva entre aquest possibiliten la inclusió social. És a partir d'aquesta interrelació i inclusió que es creen vivències que han d'inspirar noves maneres de ser i estar en el món. Conviure amb la diferència viscuda com quelcom natural a la societat, com a diversitat enriquidora genera els aprenentatges necessaris per a la transformació social.

6.2. Participar donant suport als monitors en alguna de les dues proves principals. (circuit amb cadira de rodes i circuit amb els ulls tapats i bastó).

Participar com a suport a aquestes dues proves principals (2.2 i 2.3) implica conèixer bé els seus aspectes tècnics, de seguretat i educatius (acompanyament-animació-assistencial). Aquests mes enllà dels recollits en el present dossier seran transmesos en una formació concreta.

6.3. Dinamitzar les taules de repartiment d'elements per disfressar-se:

Després de cada prova hi ha una taula o caixa amb elements que s'ofereixen als participants per disfressar-se. Recordem que el lema de la cursa és "acabaràs disfressat". Disfressar-se és una possibilitat lliure i oberta a la creativitat de cadascú però alhora és una dinàmica que necessita animació, propostes, oferta de material, ajuda en posar-se les disfresses. Una funció tan important com les mateixes proves. Les i els alumnes també poden fer recollida d'elements per a les disfresses per a fer créixer el material a oferir a les persones participants.

6.4. Participar en l'ambientació de l'espai:

Realitzar els cartells per a la cursa:

L'ambientació no només és important per fer animació en relació a l'eix d'animació (cursa-carnestoltes-inclusió) si no per posar paraules a allò que estem mostrant. Considerant que el més important és el que mostrem amb fets, posar l'accent en certs conceptes utilitzats com a part de l'ambientació ens ajuda a fer divulgació posant-los en relació. Alhora les paraules que

fem servir per a l'ambientació ens serveixen per agrair la col·laboració de totes les entitats implicades. Els conceptes utilitzats seran els recollits en el punt 2.10. Se'n poden proposar de mes a consensuar.

Altres formes d'ambientació-animació:

Com a ambientació també es pot crear decoració amb elements de carnaval (temàtica lliure), material per disfressar-se i anar disfressats per fomentar la motivació dels participants

6.5. Crear i preparar els jocs de taula amb els ulls tapats.

Es tracta de preparar i dinamitzar la taula de jocs amb els ulls tapats descrita en el punt 2.4. Aquests han de ser ràpids i més aviat senzills destinats a treballar les habilitats sensorials i de psicomotricitat i propiocepció. Idealment han d'emular situacions o materials de la vida diària. Ex: Tapar els ulls de la persona, treure-li l'abric, donar la volta a la peça de roba i que se l'hagi de tornar a posar. Omplir un got d'aigua sense vessar-lo i beure's-el. Endevinar objectes dins d'una bossa i d'altres.

6.6. Donar suport a l'espai de pintar cares, si alguna persona té habilitats per fer-ho.

Aquest espai, descrit al punt 2.5, pot comptar amb la participació d'alumnes com a suport o si tenen les habilitats i la motivació oferir-se per pintar la cara i/o fer algun maquillatge a les persones participants. Com a totes les proves i espais hi haurà una persona professional responsable com a referent.

6.7. Donar suport a l'espai fresc i tranquil on les persones podran descansar i estar tranquil·les.

En el disseny d'un espai inclusiu cal tenir en compte totes les adaptacions de l'entorn necessàries per a tota la diversitat existent. Seguim el principi del disseny universal com una finalitat de la que tenim consciència que és molt difícil arribar-hi. Tot i així, no renunciem i tenim en compte que persones amb perfils sensorials diversos, necessitats emocionals concretes, de cura d'ells mateixos o d'una persona a càrrec poden necessitar un espai el màxim de confortable possible. En aquest espai hi haurà ombra, cadires i taules, estarà separat de la zona de més soroll, refrigeris, etc. Tot per descansar, compartir una estona tranquil·la o si s'escau utilitzar-lo com a canviador o per fer un alletament.

Qui hi vulgui col·laborar acollirà les persones a l'espai, els oferirà el refrigeri, podran comentar la cursa i si s'escau animar-la a fer alguna prova, o una part, si no coneix la proposta.

6.8. Participar fent fotografies que serviran per fer la memòria de l'activitat i la difusió.

La inclusió necessita de la participació de tota la societat i entendre molts conceptes que hi ha al voltant. Per fer-ho el millor és compartir la vivència, ser-hi, però també ho podem explicar amb fotografies, vídeos i escrits que intentin comunicar de la millor manera l'experiència. Per això animem a alumnes amb habilitats per fer fotos i vídeos amb el seu mòbil i/o càmera a

documentar l'experiència. A part de la mirada genuïna de cada persona que documenti l'esdeveniment ens faran falta imatges de :

- Cada prova buida de participants a primera hora.
- Cada prova, vista general i concreta dels detalls amb participants.
- Inici de l'activitat amb l'explicació i el públic.
- Final de l'activitat, cada comparsa a l'escenari en una foto de grup, o es llegeixi una pissarreta que portaran.
- Espai fresc i tranquil i pintacares.
- Musics i presentador.
- Monitoratge i voluntariat en acció. També dels tècnics de la ONCE i Mifas.
- Fotògraf/a en acció.
- Públic
- Representants polítics (Ajuntament, consell comarcal, etc.)
- Ambientació.

6.9. Fer difusió de la cursa i animar a les persones passavolants a participar.

Utilitzant els escrits de difusió continguts en el present dossier i el pòster oficial de la prova es pot fer difusió per xarxes socials, mitjans de comunicació local, grups de whatsapp, etc. Tot per motivar a la participació que farà possible el fet inclusiu de la cursa i per explicar una iniciativa que poc a poc va creixent gràcies a la implicació de persones i entitats i va avançant vers la transformació social.

6.10. Muntatge de la cursa

El dia de l'esdeveniment, a partir de les 9 del matí, hi haurà tècnics de muntatge i educatius instal·lant elements, preparant materials i organitzant els últims detalls. Els alumnes que vulguin participar en alguna prova, dins del monitoratge, hauran de ser-hi presents. També podran ajudar en alguna tasca de preparació. Des del punt de vista dels alumnes cal considerar que les activitats socioculturals i de lleure sempre tenen un component tècnic i logístic. Aquest sovint no s'aprecia però que cal conèixer i saber programar en el temps i l'espai així com coordinar-se amb totes les persones implicades.

7. Altres

Qualsevol altre qüestió que sigui imprescindible compartir entre les entitats implicades s'anirà recollint en aquest punt. Així, si és necessari, s'editaran noves versions del present dossier que s'enviaràn amb la data del dia escrita al títol del doc. Gràcies.