



TAKTO

TO ROBÍME MY

TAKTO TO ROBÍME MY

Ako pripraviť úspešný inkluzívny projekt vo vašej organizácii

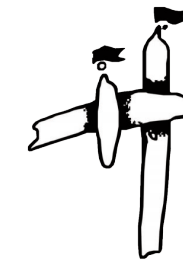


**Financovaný
Európskou úniou**

**Brno.
For you.**



ROZVOJOVÁ AGENTÚRA
Žilinského samosprávneho kraja



**NADĎCIA
KRAJINA
HARMÓNIE**

Čo sa dozviete



“Zmeny, ktoré prináša téma inklúzie” – komfortná zóna

“Príklady úspešných inkluzívnych projektov“

“Tipy a triky inkluzívneho projektu“

ÚVOD pre odvážnych

Každý z nás má svoju zónu pohodlia, miesta, ktoré pozná, činnosti, ktoré zvláda „ľavou zadnou“.

Je to jedno či som pracovník s mládežou, vedúci klubu, vychovávateľ či riaditeľ inštitúcie. Všetci vieme, kde sa cítime isto a bezpečne. A je jedno či robíme s mládežou znevýhodnenou alebo bežnou. Pokiaľ zostávame vo svojej komfortnej zóne, všetkým ostatným situáciám sa vyhýbame. A tu je bod úrazu, pretože ak sa pohybujeme len v zóne bezpečia, rozdeľujeme skupiny na makové, orechové, slivkové. Každý je dobrý v niečom, a to sa snaží udržiavať. Preto v živote vidíme málokedy mladých ľudí orechových, makových či slivkových spolu. Veľká škoda.

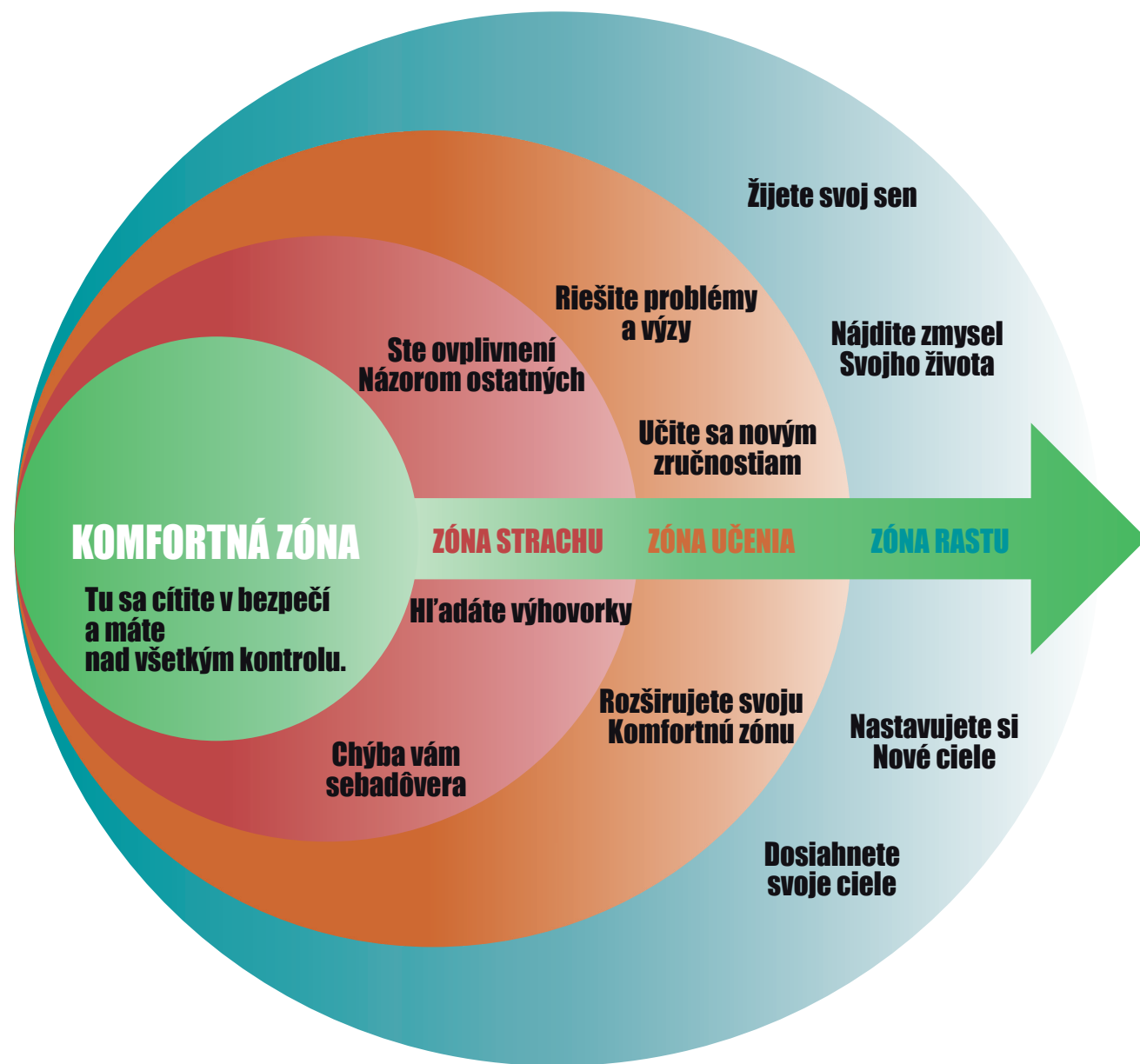
Za zónou pohodlia a po prekonaní nástrah strachu sa však nachádza zóna dobrodružstva, teda príležitosti rastu, spoznávania sa, učenia sa. Je treba trochu prekonať samého seba – vyjsť z ulity bezpečia, nabráť odvahu, spoznať neznáme územie. Ale výsledok vždy stojí za to. Či sú to nové zážitky, noví ľudia, nové činnosti, chyby, nedokonalosti, nespokojnosť, lebo to je cesta, ako sa zlepšovať a využiť skúsenosti z nedokonalosti. Je to zóna rastu.

Preto prijmite pozvanie na dobrodružnú výpravu, ako vojsť na nové územie, kde sa mladí ľudia so znevýhodnením, bez neho, so zdravotným postihnutím či s iným jazykom môžu spolu stretnúť, spoznať, vytvoriť vzťahy a dôverovať si!

Cesta nie je ľahká, lebo musíme bojovať s vlastným strachom, obavami, predsudkami. Ale na konci je miesto pre každého, nikto nestojí bokom, nikto nechýba a my máme nové skúsenosti. A naša zóna bezpečia sa rozšírila o spoločné aktivity rôznorodých mladých ľudí, kde sa všetci cítime dobre .

Ponúkame svoje skúsenosti, vyberte si, čo sa Vám hodí a hlavne verte sebe aj mladým ľuďom....

KOMFORTNÁ ZÓNA



Diagnostické centrum Ružomberok

Bubnovačka

Diagnostické centrum z Ružomberka na našom školení zastupovali energickí účastníci Marián, Marcela a Monika. Boli odhodlaní zrealizovať inkluzívnu aktivitu po návrate zo školenia - a podarilo sa. Dňa 20.11.2023 sa zapojili do akcie Bubnovačka, ktorá poukazuje na násilie páchané na deťoch. Do tejto vydarenej akcie sa zapojili deti z viacerých škôl i samotného centra všetci spoločne - so znevýhodnením aj bez neho. Tieto deti spoločne „bubnovali“ na pozornosť o dôležitej téme, ktorú treba riešiť. Do akcie sa zapojilo okolo 200 detí.

Pohľad organizátorov podujatia:

Chceli sme pôvodne poukázať na násilie páchaného na deťoch a nutnosť ochrany detí pred násilím a na prevenciu násilia. Inkluzívny rozmer akcie spočíval v bubnovačke - spájaní detí diagnostického centra s deťmi na školách v meste Ružomberok. Hľadanie sa a spájanie hudbou – rachotom fliaš, že aj deti sú súčasťou spoločnosti a majú problémy.

Podarilo sa to nad naše očakávania. Pôvodná predstava bola v kontakte s jednou školou na verejnom priestranstve, spoločné aktivity. Od topenia ľadov cez vzájomné poznávanie sa až snád' po prijatie a plánovanie iných spoločných aktivít v budúcnosti. Po oslovení konkrétnej základnej školy /p. riaditeľky a jej podporného tímu/ nastal BOOM spájania sa škôl v Ružomberku, ktoré sa spojili. Priam virálne sa náš zámer šírila. Napokon sa stretlo odhadom na 200 detí 20.novembra 2023 pred Mestským úradom v Ružomberku. Spočiatku sme sa tejto predstavy pri organizácii projektu zľakli – báli sme sa takéhoto rozsahu. Ale priateľská atmosféra a spontánnosť nielen našich detí napriek daždivému počasiu úplne rozptýlili naše obavy. Zapojilo sa aj samotné mesto vystúpením primátora a predstaviteľov školstva na bubnovačke, ktorí vnímali potrebu detí vyjadriť sa a byť hlavne vypočutí.

Z problémov by sme spomenuli snád' len stále pretrvávajúce slabé materiálo-technické vybavenie, neustála potreba občasného financovania podobných aktivít aj z vlastných – osobných zdrojov. Chceme sa poďakovať aj za túto možnosť, že sme mohli zhmotniť dobrú myšlienku.

Chceme povzbudiť každého, kto chce v oblasti inklúzie, ale aj v iných vykonávať rôzne aktivity. Každá dobrá myšlienka osloví, pritiahne a hlavne spojí dobrých ľudí. **NEBOJTE SA a choďte do toho!!!**



Centrum pre deti a rodiny Košická nová Ves

Odo mňa pre teba



Druhý skvelý príklad inkluzívnej aktivity nám predviedlo Centrum pre deti a rodiny Košická nová Ves. Túto organizáciu na našom školení zastupovala jeho zamestnankyňa Silvia, ktorá v sebe niesla zapálenie pre inklúziu od samého začiatku. Podarilo sa jej vytvoriť návrh aktivity „Odo mňa pre teba“. Na tomto podujatí sa stretli deti z viacerých znevýhodnených skupín spolu s deťmi zo základných škôl. Deti sa najskôr spoločne zoznamovali a búrali bariéry obáv a predsudkov a následne spolu vytvárali trička pomocou rôznych šablón a neónových farieb. Po vyrobení svojho trička si každé dieťa vybralo niekoho iného zo skupiny, ktorého obdarilo svojim vyrobeným tričkom. Ako nám napísala priamo p. Silvia: „Aktivita dopadla úspešne podľa očakávaní, povedali by sme, že ešte lepšie, ako sme očakávali, čomu sme veľmi radi“.

Pohľad organizátorov podujatia:

Dňa 30.11.2023 bola uskutočnená aktivita s názvom „Odo mňa pre teba“. Na aktivitu sa dostavili pozvané organizácie. Aktivita dopadla úspešne podľa očakávaní, povedali by sme, že ešte lepšie, ako sme očakávali. Deti si užili maľovanie farbami prejavili kreatívnu stránku osobnosti a navzájom si boli nápomocní, nebolo potrebné deti ku kooperácii smerovať, inštinktívne si boli oporou. Iným organizáciám by sme mohli odporučiť jedine to, že je dobré si vopred celú organizáciu naplánovať vedieť si stanoviť reálne ciele vzhľadom na vekovú skupinu detí, špecifikáciu potrieb jednotlivých detí. Nezabudnúť nato, že nemusí byť všetko úplne dokonalé, nestresovať sa, ak sa niečo nepodarí, ale hľadať najrýchlejšie možné riešenia. Dôležitá je spolupráca a opora. Táto aktivita nám priniesla veľa pozitívnych a radostných chvíľ, nové priateľstvá a v neposlednom rade skvelý pocit z radosti iných.





Soukromá škola Jihlava

Vánoce v Harmonii

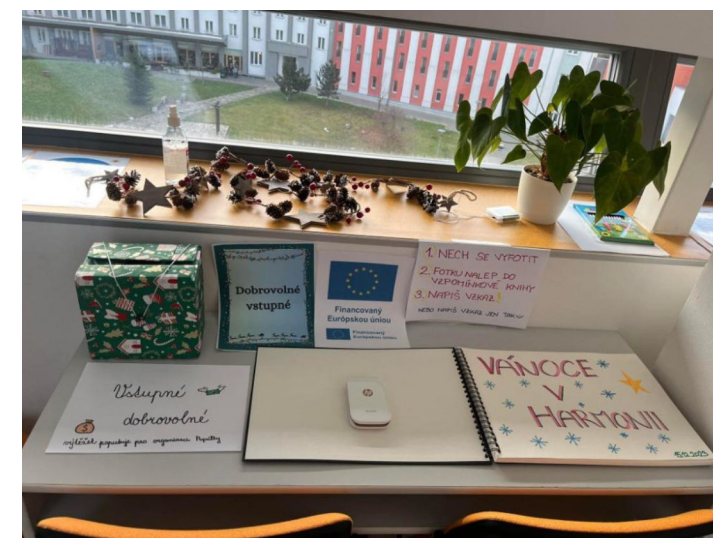
Skvelý príklad inkluzívnej aktivity predviedla Soukromá vyšší odborná škola sociální Jihlava, ktorú na našom školení zastupovali jej žiačky (a veríme, že aj budúce inkluzívne pracovníčky) Monika a Barbora. Dievčatá zo začiatku prekonávali obavy „či sú tu správne“, ale keď zistili, že áno, tak ukázali svoju ochotu a záujem o inklúziu a tiež o tvorbu podujatia. Tvrdo pracovali a prinieslo to ovocie - napriek ich komplikáciám s oslovenými organizáciami sa im dňa 15.12.2023 podarilo na škole zrealizovať vydarenú inkluzívnu akciu „Vánoce v harmonii“. Na nej sa spoločne stretli deti z detského domova a študentky školy. Tí sa mohli zúčastniť výtvarnej dielne, tanečného workshopu, hudobného kútiku, tvorby spomienkovej fotoknihy aj „malej zoo“ formou canisterapie.



Pohľad organizátorov podujatia:

Když se vrátíme zpět do 12. 12., což bylo 3 dny před konáním projektu, měly jsme opravdu blízko k tomu, abychom celou akci odpískaly. Asi největší čáru přes rozpočet nám udělaly všechny organizace, které jsme oslovily. Celkem jich bylo asi osm, přičemž nejméně tři z nich nám de facto potvrdily účast. Pak se, ale bohužel nedostavily. Musely jsme tedy pracovat s tím, co bylo. Což byla „jen“ jedna jediná organizace, a to Dětský domov se školou. I když jsme se zpočátku bály toho, že přišlo asi jen 12 lidí, ve finále jsme za to byly rády. Díky tomu, že nás tam bylo opravdu málo, panovala po celou dobu akce velmi přátelská a rodinná atmosféra. Klienti dětského domova si vyzkoušeli malování na plátěnné tašky, ozdobili perníčky, zpívali koledy, tančili a nakonec se v rámci kanis terapie pomazlili s pejskem.

Naší největší překážkou byla nejspíš horší komunikace ze stran pozvaných organizací a zpoždění. Projekt nás naučil improvizaci a tomu, že je vždy potřeba mít připraven záložní plán. Do příště to tedy budeme mít na paměti. Se všemi klienty z dětského domova se krásně povídalo. Všichni byli upřímně milí a otevření.





Centrum pre deti a rodiny Košice, Hurbanova

Podarujme - úsmev - šťastie

Pekným príkladom zrealizovanej inkluzívnej aktivity sa môže pochváliť Centrum pre deti a rodiny Hurbanova. Jeho vyslankyňou na našom školení bola skúsená a vždy dobre naladená Mirka. Tá svoje bohaté skúsenosti zúročila aj pri tvorbe návrhu aktivity, ktorú plánovala pod taktovkou centra zrealizovať. A tak sa aj stalo - 18.12.2023 sa konala akcia „podarujme - úsmev - šťastie“. Cieľom akcie bolo spojiť intaktné deti centra, deti z Ukrajiny i deti z bežných rodín a širokú verejnosť. Deti najskôr spoločne vyrábali darčeky v podobe magnetiek z hlíny, ktoré vyrobili a následne ozdobili. Pri tejto spoločnej aktivite sa vytvoril inkluzívny priestor vzájomného porozumenia a rešpektu rôznych skupín.

Následne deti so svojimi darčekom vyšli do ulíc, kde svoje vyrobené darčeky deti rozdávali náhodným okoloidúcim ľuďom.

Táto pekná akcia vo výsledku ukázala potrebu šírenia osvedčenej inklúzie a vzájomnej otvorenosti, pretože, ako píše Mirka „Veľmi nás prekvapilo, že ľudia nevedia prijímať dary (niektorí sa vyhýbali alebo si mysleli, že ide o nejaký predaj). Našli sa však aj otvorení ľudia, ktorí dar s vďakou a úsmevom prijali a všetko dobre dopadlo“.

Pohľad organizátorov podujatia:

Celkovo môžeme zhodnotiť, že spoločná akcia bola časovo náročná, ale splnila svoj účel. Všetci zúčastnení boli spokojní a odchádzali s pocitom šťastia a úsmevom na perách z vydarenej akcie. Pri príprave sme mali pocit, že počet účastníkov je akurát, ale v skutočnosti nám dobre padlo, že neprišlo toľko účastníkov.

Čo nám aktivita priniesla:

Zistili sme, že deti sú veľmi kreatívne a veľmi radi vytvárajú rôzne veci, a to je možnosť na búranie bariér medzi rôznymi odlišnosťami ako – zdravotný stav, vek, pohlavie a aj to, odkiaľ dieťa pochádza. Veľmi nás prekvapilo, že ľudia NEVEDIA PRÍJMAŤ DARY – pri odovzdávaní balíčkov náhodným okoloidúcim, sme boli prekvapení, že niektorí sa nás stránili a vyhovárali sa, že sa ponáhľajú a nechceli dar prijať. Iní automaticky vybrali peňaženky, pretože si mysleli, že musia niečím prispieť. Niektorí bočili, aby sa s nami nestretli, no najúprimnejšie boli deti, ktoré dar ihneď prijali a vtedy aj dospelý s radosťou dar prijali, poďakovali a popriali krásne sviatky s úsmevom a prekvapením. Pri zastavení auta bolo milé pozorovať vodičov, akí boli prekvapení, prečo na nich mávame – ale zastavili a dar prijali s prekvapením a úsmevom. Mladí študenti prijali dar s úsmevom, ale tiež sa pýtali či naozaj nemajú prispieť. Samozrejme našlo sa pár ľudí, ktorí dar prijali s humornou poznámkou - „či si ho zaslúžia“?



PREROD Ružomberok

Vianočný večierok



Vydarená aktivita sa podarila aj nízkoprahovému centru PREROD z Ružomberka. Túto organizáciu zastupovala na našom školení mladá Terka, ktorá je zamestnankyňou PREROD-u a naberá skúsenosti s inkluzívnou praxou všade, kde sa dá. S ochotou sa pustila do tvorby návrhu aktivity pre svoje centrum. Svoju prácu dotiahla úspešne do konca a dňa 20.12.2023 s kolegami zorganizovali interaktívny vianočný večierok pre klientov a priateľov tohto nízkoprahového centra. Spoločné chvíle pri predčítaní knihy na tému inklúzie (Max Lucado: Si výnimočný - odporúčame), spoločný spev piesní s kapelou, hranie kvízov i tvorba záložiek do kníh s použitím fotografií z aktivít centra - to všetko vytvorilo príjemnú atmosféru pre všetkých výnimočných ľudí bez rozdielu. Každé z detí dostalo tiež darček v podobe vyššie spomínanej knihy.

Pohľad organizátorov podujatia:

Aktivita, ktorú sme pripravili mala za cieľ usporiadať Vianočný večierok pre klientov nízkoprahového centra. V rámci realizovanej aktivity sa nám podarilo splniť všetko, čo sme si naplánovali: Prečítať deťom príbeh, oceniť sa a zaspievať si spoločne s kapelou, vytvoriť si záložky a zahrať kvíz. Deťom sa program páčil, hoci do budúcnosti by sme vymenili postupnosť aktivít, pretože pre deti bolo náročné udržať pozornosť počas príbehu a následne vypočítať ocenenie každého účastníka. Keďže našimi klientmi sú deti, ktoré majú rozličné problémy v správaní, niekedy nastali situácie, ktoré bolo potrebné usmerniť, v takom prípade bolo sme sa snažili vymyslieť spôsob, ako zaujať dieťa a vtiahnuť ho späť do aktivity. Do budúcnosti by sme si dávali pozor na lepšie prerozdelenie jednotlivých úloh. Napríklad určiť človeka, ktorý bude fotiť, ktorý bude pri laminácii záložiek atď. Aktivita nás naučila, že hoci sú niektorí z našich klientov často zaškatuľkovaní ako „problémoví“, keď sa im vytvorí miesto bezpečia a prijatia, vedia nás prekvapiť svojimi talentami, odvahou a láskou. Na aktivite nás najviac potešilo, že sme mohli byť všetci spolu, vzájomne sa obdarovať prítomnosťou jeden druhého a pripomenúť si, že každý sme výnimoční.



Prvky inklúzie, Tipy a triky



1) Spojte sily s ďalšími aktérmi vo vašom meste

- Pozvite na vašu akciu ďalšie inštitúcie alebo organizácie pracujúce s cieľovou skupinou mládeže z iného prostredia. Prirodzene tak vzniká inklúzia aj nové partnerstvá, z ktorých môžete do budúcnosti ťažiť.
- Osobné stretnutie s účastníkmi ešte pred akciou môže pomôcť k prelomeniu ostýchavosti zo strany mladých ľudí, ktorí vás zatiaľ nepoznajú. Nebojte sa dohodnúť si osobné stretnutie alebo pre nich pripraviť ochutnávku workshopu.

2) Cool aktivity, aktivity pre všetkých

- Predovšetkým aktivity, do ktorých plánujete zapojiť mládež, by pre nich mali byť atraktívne, aby sa ich chceli zúčastniť. Skúste svoju akciu prepojiť s workshopom graffiti, mixovaním hudby alebo rapom.
- Počítajte aj s účastníkmi so zdravotným postihnutím, pre ktorých môže byť výzvou zúčastniť sa niektorých workshopov. Prispôbte pripravené workshopy potrebám skupiny.
- Zapojte znevýhodnených účastníkov do plánovania akcie. Nielenže budú viac motivovaní zúčastniť sa akcie, získajú pri tom navyše veľa nových kompetencií.



3) Keď každý prichádza z iného miesta

- Môžu sa vaši účastníci stretnúť na akcii a zatiaľ sa nepoznajú? Online stretnutia im pomôžu pripraviť sa na rozmanitosť účastníkov a odstrániť nervozitu.

- Možno to bude chcieť na začiatok nejakú ice breaking aktivitu, aby sa účastníci trochu spoznali a nezostávali vo svojich sociálnych bublinách s ľuďmi, s ktorými prišli na akciu. Pripravte si aktivitu, počas ktorej sa lepšie spoznajú, uvoľnia sa, spolupracujú, než sa vrhnú na hlavný workshop alebo aktivitu.

4) Dostupnosť

- Je priestor, v ktorom akciu plánujete, dobre dostupný (bezbariérový)? Je dostatočne priestorný a flexibilný k prípadným špeciálnym požiadavkám (napríklad samostatná izba)?

- Myslite na to, že pre niektorých účastníkov môže byť akcia dostupná len so svojím asistentom, opatrovateľom len v rámci ich pracovnej doby.

- Je možné, aby sa vašej akcie zúčastnili záujemcovia online v prípade, že nebudú môcť prísť osobne (napríklad zo zdravotných dôvodov)?

5) Zabezpečenie kvalitného jedla pre všetkých

- Vaši účastníci môžu mať rôzne diéty z dôvodu zdravotného obmedzenia (lepok, laktóza, Crohnova choroba...), náboženského pôvodu (halál, bez hovädzieho...), alebo vlastných hodnôt (vegetarián, pescetarián, vegan...). Buďte na ne pripravení! Môžete si urobiť prvotný výskum prostredníctvom prihlasovacieho formulára.

- Majte v zálohe nejaké ľahké, zdravé, nenáročné jedlo, ktoré môžete ponúknuť ako alternatívu ľuďom s poruchou príjmu potravy.

6) Navodenie atmosféry bezpečného prostredia

- Už pri propagácii akcie dajte vedieť, že ste otvorení inakosti, že máte prostriedky, ako zapojiť mládež s prekážkami a, že aktivity sú vhodné pre všetkých. Zahrňte do propagačného letáku inkluzívne vety alebo prvky.

- Ozdobte nástennú tabuľu / stenu inkluzívnymi citátmi, grafikou, ktorou dáte najavo, že tu môže byť každý tým kým je. Alebo vyveste pravidlá, ktoré v miestnosti / na akcii platia (žiadne nenávistné prejavy, žiadne obťažujúce správanie, žiadny alkohol...). Pripojte telefónne čísla liniek, webové stránky organizácií, kam sa môžu mladí ľudia obrátiť s rôznymi problémami (porucha príjmu potravy, násilie, zneužitie osobnej fotografie...).

- Vedia vaši účastníci, kto sú organizátori? Za kým môžu prísť, ak sa nebudú cítiť dobre, budú niečo potrebovať?

- Natlačte inkluzívne nálepky, ktoré si účastníci môžu odniesť domov, nalepiť na počítač, ako pripomienku skvelej akcie a hodnôt, ktoré reprezentujete.

7) Zabezpečenie odborníkov na mieste

- Ak je to pre akciu vhodné, nezabudnite pozvať odborníkov, ktorí môžu pomôcť v rôznych krízových situáciách (zdravotníci, mentori, psychológovia...) alebo s inou odbornou prácou (preklady z cudzieho jazyka alebo znakového jazyka, asistencia, stráženie detí...).

- Váš vyškolený, pripravený tím v spolupráci s vašimi partnermi by mal byť pripravený na zvládnutie nielen krízových situácií, ale pozorovať tiež dynamiku skupiny, vedieť skupinu podporiť, motivovať, vedieť sa nebrať príliš vážne alebo tam mať niekoho, kto bude pre mladých účastníkov v ich očiach "jeden z nich".

8) Finančne nenáročné

- Je vaša akcia alebo občerstvenie na nej zdarma?

- Je možné účastníkov finančne podporiť (zabezpečiť im na akcii poistenie, základné hygienické prostriedky, cestovný kufor, outdoorové vybavenie...) a znížiť tak pre nich bariéru vstupu?



**Financovaný
Európskou úniou**

***„Financované Európskou úniou. Vyjadrené názory a postoje sú však len názormi a vyhláseniami autora (-ov) a nemusia nevyhnutne odrážať názory a stanoviská Európskej únie alebo NIVAM-u.
Európska únia ani orgán udeľujúci grant za ne nenesú zodpovednosť.“***