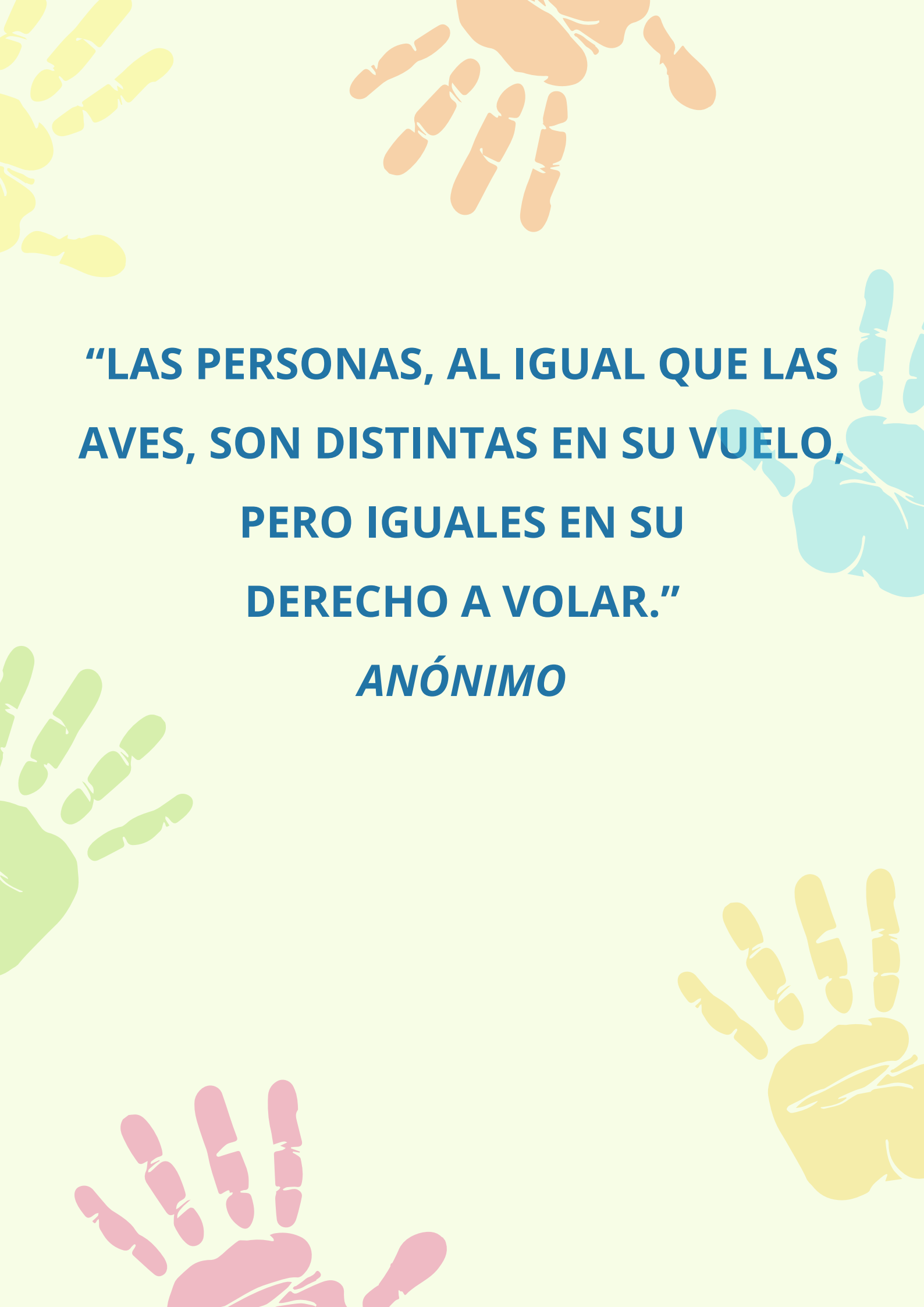


BALONMANO SOMOS TOD@S

*Haciendo más EQUIPO
mejoramos el juego*



**Federación de Balonmano
Comunitat Valenciana**



**“LAS PERSONAS, AL IGUAL QUE LAS
AVES, SON DISTINTAS EN SU VUELO,
PERO IGUALES EN SU
DERECHO A VOLAR.”**

ANÓNIMO

ÍNDICE

1.PRESENTACIÓN	1
1.1. Programa.....	1
1.2. Equipo de trabajo.....	2
2.OBJETIVOS.....	3
3.TRASTORNO MENTAL GRAVE.....	4
4.ACTIVIDADES DEPORTIVAS.....	4
4.1. Entrenamientos.....	5
4.2. Torneos.....	6
5. METROVALENCIA.....	6

1. Presentación

Como dijo Nelson Mandela, “creemos en el poder del deporte como herramienta de transformación social”. Una sociedad avanzada como la nuestra, debe garantizar la inclusión de todos los colectivos, y el deporte es una gran vía de integración.

La inclusión es la actitud, tendencia o política de integrar a todas las personas en la sociedad, con el objetivo de que estas puedan participar y contribuir en ella y beneficiarse en este proceso. Busca lograr que todos los individuos o grupos sociales, sobre todo aquellos que se encuentran en condiciones de segregación o marginación, puedan tener las mismas posibilidades y oportunidades para realizarse como individuos.

Desde la Federación de Balonmano de la Comunidad Valenciana, a partir de ahora FBMCV, con nuestro proyecto Balonmano Somos Tod@s queremos facilitar a las personas con trastorno mental grave un espacio en el que tendrán la opción de ocupar su tiempo libre a través de actividades lúdico-deportivas relacionadas con el balonmano. Actividades muy importantes para desarrollar hábitos de convivencia, independencia, autonomía y desarrollo motriz.

Al aceptar el reto que implica aproximar y ofrecer las bondades de nuestra disciplina deportiva a colectivos que habitualmente quedan fuera de su alcance hemos activado e iniciado el proceso de transformación en la manera de entender el juego, su práctica, las normas bajo las que ésta sucede y la creación de nuevos espacios para el afloramiento de relaciones sociales fructíferas.

Desde la convicción de que el foco de nuestro programa de Balonmano Inclusivo son las personas hacia las que lo dirigimos, hemos buscado activamente la colaboración con entidades y asociaciones de referencia para dichos colectivos en todos los ámbitos de actuación. Con ello perseguimos dotarnos de aliados fiables y compañeros de viaje profesionales como fundamento y garantía para el diseño y desarrollo de un programa duradero que revierta en el beneficio mutuo para la Familia del Balonmano y de toda la sociedad.

1.1. Programa

La propuesta de trabajo en el marco de nuestras actividades persigue un diseño flexible que posibilite la generación de sinergias con dinámicas y recursos existentes desde el punto de vista de infraestructuras deportivas, sociales y organizativas. Facilitar la colaboración estable con municipios, clubes de balonmano, centros ocupacionales, centros de salud mental, empresas privadas y otras entidades relacionadas es la vía más segura para ofrecer una propuesta de calidad y sostenible en el tiempo a las personas que se incorporan con las que colaboramos.

1.2. Equipo de trabajo

Para la implementación del proyecto hemos generado un sistema de trabajo que podemos dividir en cuatro grandes bloques que se asocian coordinados desde la FBMCV.



Quiénes somos

Especialistas en población con trastorno mental grave

- CREAP, Centro de Referencia Estatal de Apoyo Psicosocial.

Especialistas deportivos

- Balonmano Mislata
- Handbol Mislata
- Club Balonmano Sueca

Logística

- Ayuntamiento de Mislata

Difusión

- Medios propios, independientes, locales.
- Línea 0, MetroValencia

2. Objectivos



- Crear un recurso deportivo para personas con trastorno mental grave.
- Fomentar el deporte como vía para mejorar la calidad de vida, fortaleciendo su red socioafectiva, autoestima, autonomía y salud física y mental.
- Incluir a las poblaciones vulnerables en clubes de balonmano federados y la FBMCV.
- Difundir y dar visibilidad a las actividades deportivas para personas con problemas de salud mental.
- Fomentar un lugar de convivencia donde pueda participar todo el mundo, sea cual sea su situación.
- Introducir una nueva línea de formación específica sobre población en riesgo de exclusión dentro de los cursos de formación para entrenadores/as ofrecidos por la FBMCV.
- Fomentar la creación de nuevos equipos de trabajo en nuestra comunidad.
- Orientar, apoyar y formar a los clubes que participen o quieran participar en el programa.
- Ofrecer posibilidades de formación y/o laborales a los/as usuarios/as del proyecto.
- Realizar torneos y eventos deportivos de balonmano inclusivo.



3. Trastorno mental grave



Englobamos dentro de esta población a todas aquellas personas que sufren trastornos mentales severos y persistentes que interfieren en sus capacidades funcionales de la vida diaria como el autocuidado, las relaciones sociales y el trabajo.

Dadas sus características y el gran estigma que existe hacia esta población hemos valorado como muy necesario trabajar con este colectivo, para el cual no existen apenas recursos deportivos.

4. Actividades deportivas



**Nuestras actividades se han visto alteradas desde marzo por la situación del COV-19.*

La práctica deportiva ha demostrado generar beneficios del estado físico de los/as usuarios/as como la mejora de la capacidad respiratoria y cardiovascular o la reducción de la morbilidad o mortalidad.

Más allá de los beneficios físicos que se obtienen con realización de actividad física de forma regular cabe remarcar el papel que tiene esta práctica en la mejora del bienestar personal mejorando entre otros factores la autonomía, autoestima, reducción del estrés y/o ansiedad.



Por otro lado, entendemos el deporte como una vía de desarrollo social que nos ayuda a crear vínculos socio-afectivos y generando así factores de protección. Por lo que se trata de una herramienta preventiva y/o de intervención de gran utilidad para poblaciones que se encuentran en una situación de vulnerabilidad o aislamiento social.

Hemos buscado en las actividades remarcar el carácter lúdico de estas y dejar en un segundo plano el entrenamiento basado en la mejora de cara a la competición.

Además, teniendo en cuenta que nos encontramos en nuestra primera fase del proyecto y la mayor parte de los participantes han practicado balonmano por primera vez en nuestros entrenamientos hemos centrado el objetivo deportivo en la mejora individual, el conocimiento de las normas básicas y la adherencia al programa.

4.1. Entrenamientos



Desde principios de octubre hemos realizado entrenamientos de forma semanal con una duración de aproximadamente 1h y media y supervisados por técnicos especialistas del CREAP y dirigidos por entrenadores/as de los clubes de balonmano de la localidad.

La intensidad y características de la actividad se ha amoldado a las necesidades de los/as usuarios/as en cada momento (capacidad física, atencional, coordinación y/o cognitiva).



El epicentro de nuestra actividad ha sido la ciudad de Mislata, perteneciente al área metropolitana de Valencia. Esta elección se ha debido, además de a su buena comunicación con el transporte público, a que, gracias a la Ordenanza municipal de eliminación de barreras arquitectónicas, se trata de un municipio que se ha adaptado eliminando obstáculos y barreras arquitectónicas que dificulten el acceso a personas con dificultades de movilidad.

Para dicha actividad hemos hecho uso de las instalaciones deportivas ofrecidas por el Ayuntamiento de Mislata, las cuales poseen medidas de accesibilidad (rampas, ascensor, pistas y vestuarios en el nivel de la calle, puertas de medida suficiente para la entrada con sillas de ruedas, etc.).

4.2. Torneo



Entendemos que si queremos conseguir una experiencia más enriquecedora y ofrecer a los/as participantes la oportunidad de ser protagonistas en primera persona de nuestro deporte no podíamos quedarnos únicamente en los entrenamientos. Por eso decidimos participar en el torneo organizado por la fundación DeManoEnMano de Barcelona, para personas con diversidad funcional intelectual y/o problemas de salud mental.

De este modo vivimos una experiencia de crecimiento a nivel social y personal que permitió conocer a nuevas personas y adquirir experiencias difíciles de conseguir fuera de estas actividades. Acudieron aproximadamente 180 jugadores/as de equipos catalanes, siendo el nuestro el único equipo de fuera de la comunidad.



Otro de los objetivos de la participación en este torneo era el de conseguir una visibilidad mayor generando un encuentro con las personas protagonistas de nuestro programa y por ende una reducción del estigma hacia ellos/as.

5. MetroValencia



Con el fin de hacer llegar nuestro proyecto al mayor número de gente posible desde la FBMCV hemos firmado una iniciativa con la FGV, desde MetroValencia y su Línea 0, centrada en la sensibilización de sus usuarios/as hacia distintas realidades de vulnerabilidad social.

Agradecimientos



Ajuntament
de Mislata



MISLATA
CIUTAT
ESPORTIVA



Titularidad



Gestión técnica



AON

metrovalencia

