



Funded by European Union



PUSH

Iránymutatásokat

TARTALOMJEGYZÉK

Útmutató a hajléktalanok sportszervezéséhez: PUSH Project	1
1. Építsen partnerséget és határozzon meg közös célokat	1
2. Igényelemzés	2
3. Kutatási elemzés és finanszírozás	2
4. Képzett sportedzők toborzása	3
5. Promóciós terv	4
6 Biztonságos és hozzáférhető sportklíma	4
7. Közösségi részvétel és stigmacsökkentés:	5
8. Személyes fejlesztési terv	5
9. Sportcélok és versenyek	6
10. Jövőbeli perspektívák és szerepek	6

Az Európai Unió finanszírozásával. Az itt szereplő vélemények és állítások a szerző(k) álláspontját tükrözik, és nem feltétlenül egyeznek meg az Európai Unió vagy az Európai Oktatási és Kulturális Végrehajtó Ügynökség (EACEA) hivatalos álláspontjával. Sem az Európai Unió, sem az EACEA nem vonható felelősségre miattuk.

ÚTMUTATÓ A HAJLÉKTALANOK SPORTSZERVEZÉSÉHEZ: PUSH PROJECT

A PUSH projekt célja az esélyegyenlőség és a társadalmi befogadás elősegítése a sporton keresztül hajléktalanok és szociális nehézségekkel járó élethelyzetben levők körében, valamint a velük foglalkozó szervezetek és szociális munkások szaktudásának bővítése. A bevált gyakorlatok kutatását és az uniós szintű tudáscserét követően a konzorcium meghatározta a kutatásokon alapuló irányelveket, amelyek lehetővé teszik a szociális munkások és a sportedzők együttműködését és sportprogramok létrehozását hajléktalan emberek számára. Mint ahogyan ebben a [példában](#) is látható.

Az irányelveket a partnerországokban (Hollandia, Olaszország, Magyarország és Portugália) tesztelik, majd terjesztik.

a harmadik szektor egyéb szereplői, a politikai döntéshozók, valamint az összes érintett szolgáltatás és érdekelt fél között, hogy ezzel is elősegítsék a társadalmi kohéziót.

A kutatás kezdeti szakasza után, beleértve a sikeres gyakorlatok tanulmányozását és az európai tudáscserét a konzorcium elkötelezetté vált az átfogó iránymutatások létrehozása mellett. Ezek az iránymutatások olyan ütemtervet tartalmaznak, amely elősegíti a szociális munkások és a sportedzők közötti együttműködést a hatékony spot foglalkozások tervezése és megvalósítása érdekében a hajléktalanok egyedi igényeihez szabva.

A záró szakaszban ezeknek az irányelveknek a partnerországokon belüli tesztelése és gyakorlati alkalmazhatóságának biztosítása a cél. A sikeres tesztelést követően az irányelveket a partnerek terjeszthetik a harmadik szektor szereplői, a politikai döntéshozók, valamint minden releváns szolgáltatás és érdekelt fél körében. A cél a marginalizált egyének visszailleszkedése a társadalmi életbe, a társadalmi kohézió elősegítése és hozzájárulás egy befogadóbb és együttérzőbb társadalom kialakításához. Ahogy ebben a [példában](#) is látható.

Most pedig nézzük meg azokat az irányelveket, amelyeket a konzorcium alkotott meg a PUSH projekt céljának megvalósításához.

Konzorciumi tagok:

- ☐ Il Cigno cooperative, ITA
- ☐ Life Stichtung, NL
- ☐ Megálló Csoport, HU
- ☐ APDES, POR

1. ÉPÍTSÉN PARTNERSÉGET ÉS HATÁROZZON MEG KÖZÖS CÉLOKAT

Létfontosságú az összefogás létrehozása és a közös cél kialakítása a hajléktalanok sportprogramjaiban. Egyesítsük a különböző szervezetek forrásait és szakértelmét, fokozva



Funded by
the European Union



MEGÁLLÓ CSOPORT ALAPÍTVÁNY
SZENVEDÉLYBETEGEKÉRT
MEGÁLLÓ GROUP FOUNDATION
FOR ADDICTS

ezzel a program hatását és hatékonyságát, ami így a közösségi elkötelezettség révén, a megbélyegzés csökkentésével valós együttműködés keretében valósulhat meg. Ezenkívül biztosítja az elszámoltathatóságot és a fenntarthatóságot, miközben rendszerszintű változásokat is szorgalmaz.

Hogyan kell ezt csinálni?

- ☐ **A kulcsfontosságú érdekelt felek azonosítása:** Határozza meg az érdeklődő szervezeteket és személyeket a hajléktalanság és a sport területén. Ide tartozhatnak a helyi menhelyek, szociális szolgáltatók, sportklubok, közösségek.
- ☐ **Csoportok és önkéntesek bevonása**
- ☐ **Határozzon meg egy közös jövőképet:** Gyűjtse össze az összes érdekelt felet, hogy megvitassák azt a közös jövőképet, amely szerint a sport hasznosítható a hajléktalan emberek körében. Világosan fogalmazza meg a partnerség céljait, célkitűzéseit és várható hatását.
- ☐ **Egyezzen meg a szerepekben és a felelősségekben:** Határozza meg az egyes tagok szerepét és felelősségét. Milyen hozzájárulást, forrásokat és szakértelmet adnak a kezdeményezéshez?
- ☐ **Hozzon létre egy szövetséget:** Az együttműködés szerkezetének és kötelezettségvállalásainak formalizálása szövetség útján. Egy közösen elfogadott dokumentumban fel kell vázolni a küldetést, a célokat, a szerepeket és a felelőségeket.

2. IGÉNYELEMZÉS

A hajléktalanoknak szóló sportprogram indítása remek ötlet, de fontos először kitalálni, hogy pontosan mik is ezeknek az egyéneknek a szükségletei, mit szeretnek, és milyen kihívásokkal kell szembenézniük. Ez az elemzés kulcsfontosságú annak biztosításához, hogy a program segítse őket hatékonyan, és releváns legyen az adott helyzetükben. A program igényeik szerint testreszabva válhat erős eszközzé a felépülés és a rehabilitáció felé vezető útjuk támogatásában.

Hogyan kell ezt csinálni?

- ☐ **Együttműködés:** Szorosan működjön együtt a célcsoporttal és a partnerszervezetekkel az átfogó igények kielégítése érdekében. Ez az együttműködés biztosítja a hajléktalan lakosság igényeinek átfogó megértését a sport programok tekintetében.
- ☐ **Speciális igények és preferenciák:** Határozza meg a hajléktalanok különböző igényeit, preferenciáit és kihívásait a sport- és szabadidős tevékenységekkel kapcsolatosan. Ez magában foglalja a fizikai, mentális és szociális helyzetükbe való betekintést. [Itt](#) olvashat egy hasznos példáról. **A program testre szabásához** használja [ezt](#) a kérdőívet a résztvevők számára, vagy készítse el a sajátját.
- ☐ **A résztvevők bevonása:** Hajléktalan résztvevők bevonása a kutatási folyamatba egy testület létrehozásával. **Tanácsadó Testület** létrehozása: Ez lehetővé teszi számukra, hogy aktívan részt vegyenek a döntéshozatalban, annak biztosítására, hogy a sportprogram illeszkedjen az ő preferenciáikhoz. Lásd a holland Life Goals nevű szervezet inspirálói [példáját](#).

3. KUTATÁSI ELEMZÉS ÉS FINANSZÍROZÁS



Funded by
the European Union



MEGÁLLÓ CSOPORT ALAPÍTVÁNY
SZENVEDÉLYBETEGEKÉRT
MEGÁLLÓ GROUP FOUNDATION
FOR ADDICTS

Ebben a részben két fontos dolgot fogunk megtenni. Először is megvizsgálunk más programokat, hogy megtudjuk, mi működik és mi nem, hogy megértsük a problémákat és azt, hogy mi volt sikeres a hajléktalanok sportolásában. Második, hogy kitaláljuk, hogyan szerezzük be a pénzt és a programunk futtatásához szükséges dolgokat. Készítsünk egy tervet, amiből kiderül, mennyi pénzre és időre van szükségünk, milyen kellékekre van szükségünk, és hol szerezzük be azokat. Ezzel készen állunk arra, hogy egy programot alkossunk, amely segít a hajléktalanoknak, miközben gondoskodunk arról, hogy elegendő támogatást kapjunk a működéshez is.

Hogyan kell ezt csinálni?

- ☐ **Tekintse át a meglévő programokat:** Kezdje online kereséssel, és beszéljen olyan szervezetekkel, amelyek programokat futtatnak a hajléktalanoknak. Például előfordulhat, hogy egy közeli menhely futballprogramot kínál. Lépjen kapcsolatba velük, látogasson el, ha lehetséges, és gyűjtsön információkat arról, hogyan működik, és milyen előnyökkel jár ez a hajléktalan résztvevők számára.
- ☐ **Költségkeret létrehozása:** Készítsen részletes listát a programhoz szükséges dolgokról, például sportfelszerelésekről, szállításról és a személyzet fizetéséről. Becsülje meg az egyes tételek költségeit. [Kattints ide](#) némi ötletért.
- ☐ **A finanszírozási források azonosítása:** Keressen pénzforrásokat, például önkormányzati támogatásokat, adományokat vállalkozási, vagy közösségi finanszírozást. Például találhat egy helyi jótékonyági szervezetet, amely támogatja a sportot a veszélyeztetett csoportok számára.
- ☐ **Írjon támogatási javaslatokat:** Ha támogatásra pályázik, írjon világos és meggyőző javaslatokat. Magyarázza el, mi a progra célja, és hogyan használják fel a támogatási összeget. Ne felejtse el feltüntetni a költségkeretet és a várt hatást. Például írhat egy javaslatot egy ifjúsági sport alapítványnak, amelyben felvázolja a szolgáltatási tervét hajléktalan fiatalok biztonságos sport tevékenységeihez.

4. KÉPZETT SPORTEDEZŐK TOBORZÁSA

Ebben a döntő lépésben egy olyan sportedző toborzására és oktatására összpontosítunk, aki egyaránt rendelkezik készségekkel és empátiával. Sérülékeny emberekkel végzett munka terén bizonyított eredményei vannak. Ezenkívül bevonunk egy kortárs oktatót is, aki jártas sportismeretekben. A választott edzőnek nemcsak meg kell értenie a hajléktalanok előtt álló sajátos kihívásokat, hanem képes kell legyen arra is, hogy a sportot a személyes fejlődés eszközeként hasznosítsa. Továbbá hangsúlyozzuk az együttműködésen alapuló tanulás fontosságát is a sportedző, a kortársképző és az egészségügyi ellátás közös képzésével, biztosítva, hogy hatékonyan és holisztikusan hozzájárulhassanak a projekt sikeréhez.



Funded by
the European Union



MEGÁLLÓ CSOPORT ALAPÍTVÁNY
SZENVEDÉLYBETEGEKÉRT
MEGÁLLÓ GROUP FOUNDATION
FOR ADDICTS

Hogyan kell ezt csinálni?

- ❑ Együttműködő kiválasztási folyamat: Vonja be a partnerszervezeteket és az érdekelt feleket az edzőválasztási folyamatba, beleértve az interjúkat, referencia ellenőrzéseket és a hajléktalan egyének visszajelzéseit a velük való munkavégzésre való alkalmasság felmérésére
- ❑ Képzés és felhatalmazás: Részesítse a kiválasztott edzőt speciális képzésben a hajléktalanság megértéséhez. Lásd a Social Sport Coach tanfolyam-ot, mint [példát](#).
- ❑ Multi-diszciplináris képzés: Közös edzések szervezése az edző, a kortársképző és az egészségügyi szakember számára, a hatékony kommunikációra, az egészségügyi szükségletek kielégítésére és a sport integrálására összpontosítva. Az együttműködésen alapuló project környezet elősegítése nyílt párbeszéddel és csapatmunkával!

5. PROMÓCIÓS TERV

A promóciós tervet úgy kell kialakítani, hogy hatékonyan elérje a hajléktalan lakosságot. Sokrétű kommunikációs csatornákat használva, a közösségi médiától a közösségi központokig, hogy hangsúlyozzuk sportprogramjaink befogadó jellegét. Azzal, hogy kiemeljük, hogy ezek ingyenesek, közösségek és minden képzettségi szintre alkalmasak, arra törekszünk, hogy bevonjuk és inspiráljuk a résztvevőket a programunk pozitív hatását bemutató sikertörténetekkel.

Hogyan kell ezt csinálni?

- ❑ **A célcsoport megértése:** Ismerje meg a hajléktalan lakosság egyedi igényeit és preferenciáit személyre szabva.
- ❑ **Kulcsüzenetek:** Készítsen üzeneteket, amelyek kiemelik a program előnyeit, például a jólétet és közösségi szerepvállalást. Használjon történet mesélést a résztvevők (pozitív) eredményeinek megosztására. Például [így](#).
- ❑ **Digitális jelenlét:** Erős online jelenlét kialakítása a közösségi médián keresztül, és rendszeres frissítés.
- ❑ **Közösségi elkötelezettség:** Együttműködés a helyi partnerekkel, tájékoztató csoportok használata a közvetlen kapcsolattartáshoz. Lásd ezt a holland [példát egy sportprojektre menekültek részvételével](#) Alphen aan den Rijnben.

6 BIZTONSÁGOS ÉS HOZZÁFÉRHETŐ SPORTKLÍMA

A biztonságos és elérhető sportklíma megteremtéséhez fontos olyan környezet kialakítása, ahol a személyes elkötelezettség és a sport élvezete kerül a középpontba. Ez a kezdeményezés nagy hangsúlyt fektet a sporttevékenységek szabaddá tételére, a társadalmi befogadás biztosítása, és minden képzettségi szintű egyén kiszolgálása érdekében. Továbbá támogatja a mainstreaming megközelítést, amely zökkenőmentesen integrálja a résztvevőket a szélesebb közösségbe, hangsúlyozva a sport jelentőségét, mint egyesítő erőt.



Funded by
the European Union



MEGÁLLÓ CSOPORT ALAPÍTVÁNY
SZENVEDÉLYBETEGEKÉRT
MEGÁLLÓ GROUP FOUNDATION
FOR ADDICTS

Hogyan kell ezt csinálni?

- ☐ **Biztonságos és hozzáférhető környezet:** Kezdje azzal, hogy térítésmentesen biztosít megfelelő helyet a sporttevékenységekhez. Teremtse olyan szociálisan barátságos légkört, amely a személyes érintkezésre, a szórakozásra és az elérhetőségre összpontosít minden készségszintű egyén számára. Egy kiemelkedő példa erre a [hajléktalan foci világbajnokság](#).
- ☐ **A tevékenységeket egyedi igényekhez igazíthatja.** Testreszabhatja Teremtse olyan légkört, amely előnyben részesíti az élményeket és elősegíti a bajtársiasságot a résztvevők között.
- ☐ **Mainstreaming megközelítés:** Olyan programokat dolgozzon ki, amik összekötik a résztvevőket a szélesebb közösséggel. Együttműködés a helyi iskolákkal, közösségi központokkal és társadalmi szervezetekkel a sporttevékenységek zökkenőmentes integrálása érdekében. Szervezzon olyan eseményeket, amelyek ösztönzik a közösségi részvételt és interakciót.

7. Közösségi részvétel és stigmacsökkentés:

A hajléktalanok sportjának megszervezésében a közösségi szerepvállalás és a megbélyegzés csökkentése kulcsfontosságú. A szélesebb kör bevonása elősegíti a megértést és a támogatást, míg a megbélyegzés csökkentésére irányuló kezdeményezések a hajléktalansághoz kapcsolódó negatív felfogások ellen küzdenek. Ezek az erőfeszítések befogadóbb és együttérzőbb környezetet teremtenek a résztvevő hajléktalanok számára a sportprogramokban.

Hogyan kell ezt csinálni?

- ☐ **Vonja be a tágabb közösséget:** A közösség bevonása a projekt megértésének és támogatásának elősegítése érdekében.
- ☐ **A stigma csökkentése:** Vezessen figyelemfelkeltő kampányokat, közösségi eseményeket és oktatási programokat a hajléktalansággal kapcsolatos negatív felfogások leküzdésére.

8. SZEMÉLYES FEJLESZTÉSI TERV

A hajléktalanok sportprogramjainak szervezésében a „Személyes Fejlesztési Terv” kulcsfontosságú. Ez a terv személyre szabott sporttevékenységeket tartalmaz sajátos igényeiknek és érdeklődési körüknek megfelelően, miközben lehetőséget ad a készségfejlesztésre, a csapatmunkára, és a vezetésfejlesztésre is. Nemcsak a fizikai jólétet javítja, hanem az önbecsülés újjáépítésében is döntő szerepet játszik, valamint a hajléktalan résztvevők szebb jövőjéhez vezető utat segíti elő.

Hogyan kell ezt csinálni?

- ☐ **Integrálja a sportot a szélesebb körű személyes tervbe:** Készítsen átfogó személyes fejlődési tervet, világos sporttevékenységet is magában foglaló célokat. Ennek biztosítása érdekében működjön együtt az érintett szervezetekkel és



Funded by
the European Union



MEGÁLLÓ CSOPORT ALAPÍTVÁNY
SZENVEDÉLYBETEGEKÉRT
MEGÁLLÓ GROUP FOUNDATION
FOR ADDICTS

szakemberekkel. Fontos a résztvevők tágabb életcéljaihoz való igazodás. A tevékenységeket egyedi igényekhez igazíthatja. Testreszabhatja a sporttevékenységeket résztvevői felmérések és interjúk alapján.

- ❑ **Lehetőséget biztosíthat a készségfejlesztésre, csapatmunkára és vezetői képességfejlesztésre:** Hozzon létre egy strukturált tervet, amely a készségfejlesztésre és az atlétikai fejlesztésre is összpontosít és célokat tűz ki ([mint például ez a megoldás](#)). Csapat alapú sportolás és vezetés szervezése. Workshopok a résztvevők csapatmunkájának és vezetői készségeinek előmozdítására.

9. Sportcélok és versenyek

A hajléktalanok sporttevékenységének megszervezésekor létfontosságú, hogy egy sportcél vagy tornát tűzzön ki célul. Ezeket a célokat segít strukturálni és motiválni a résztvevők utazása, céltudatosságot és sikerélményt kínálva nekik.

Világos sportcélok kitűzésével és rendszeres bajnokságok szervezésével nem csak a fizikai képességek csiszolódnak, hanem az erős érzék is! Közösséget és teljesítményt ápolnak, így ez a hajléktalanok holisztikus jólétének alapvető összetevője lehet!

Hogyan kell ezt csinálni?

- ❑ **Célmeghatározó workshopok:** Vezessen műhelymunkákat vagy egyéni foglalkozásokat a résztvevőkkel, hogy azonosítsa a sporttal kapcsolatos céljaikat, legyen szó az erőnlét javításáról, egy adott sportág elsajátításáról vagy egy adott sport elérhetőségéről.
- ❑ **Célkövetés:** Hozzon létre egy nyomkövető rendszert, amely nyomon követi az egyes résztvevők előrehaladását a céljaik felé. Ez lehet rendszeres értékelés, ellenőrző pontokat vagy egyéni célterveket alkalmazva. A hollandiai Life Goals Alapítvány például kidolgozott erre egy különleges online webalkalmazást sportprogramjaik hatásának nyomon követésére és mérésére.
- ❑ **Rendszeres bajnokságok és versenyek szervezése:** Rendszeres sportversenyek tervezése és ütemezése programon belül. Használja ezeket az eseményeket közösségi szerepvállalásra. Ez egy [aftermovie](#) a European Life Goals Games-ről, ami egy nemzetközi sport torna társadalmilag kiszolgáltatott helyzetben lévőknek.

10. Jövőbeli perspektívák és szerepek

A hajléktalanoknak szóló sportprogramok keretében a „Jövő perspektívái és szerepei” létfontosságúak. Útmutatás a jövőre nézve. Ez magában foglalja egyéni tehetségük felkutatását és ösztönzését is. Ez nemcsak most segít nekik, hanem reményt ad számukra egy jobb jövőképhez.



Funded by
the European Union



MEGÁLLÓ CSOPORT ALAPÍTVÁNY
SZENVEDÉLYBETEGEKÉRT
MEGÁLLÓ GROUP FOUNDATION
FOR ADDICTS

Hogyan kell ezt csinálni?

- ☐ **Hozzon létre egy hosszú távú jövőképet a résztvevők számára:** Célmeghatározó műhelyek lebonyolítása a jövőbeli törekvések felvázolására.
- ☐ **Azonosítsa és ápolja az egyéni tehetségeket:** Mérje fel a résztvevők készségeit és tehetségét különböző tevékenységeken keresztül. Ajánlásokat is tehet vezetési lehetőségekre a sportprogramon belül, például az edzői vagy mentorálási lehetőségek, képességek alapján.