

## ASSOCIACIÓ DE LLEURE I ESPORT COMKEDEM



**Seu social:** Barcelona

**Àmbit geogràfic:** Autonòmic

**Forma jurídica:** Entitat sense ànim de lucre

- 5 persones treballadores
- 14 persones voluntàries
- 110 persones sòcies

### Nombre actual de persones ateses

- 110 a serveis a la infància i la joventut
- 90 a serveis a persones dependents o amb discapacitat
- 5 a serveis a persones amb problemàtica de salut mental

**[www.comkedem.org](http://www.comkedem.org)**

### Breu història de l'organització

COMKEDEM és una associació de promoció cultural i educativa nascuda a l'any 2004 amb seu a Barcelona que organitza activitats de lleure i esport per a persones amb discapacitat des de fa 20 anys consecutius.

El lleure i l'esport són dos camins molt bons per a la participació d'aquells nois i noies que, a causa d'una discapacitat, no poden participar en igualtat en els espais habituals com ho fan els seus companys i companyes per falta d'una petita, però imprescindible, adaptació.

L'objectiu principal de l'entitat és la participació en igualtat en aquestes dues àrees, el lleure i l'esport, de tots aquells infants i joves des dels 7 fins als 25 anys amb alguna discapacitat física (distròfia muscular, espina bífida, esclerosi múltiple, paràlisi cerebral, lesió medul·lar, malalties neuromusculars, cardiopaties, càncer) i amics i/o familiars de la mateixa edat sense discapacitat tot construint un espai inclusiu per a tothom.

Durant aquesta vintena d'anys, s'han organitzat infinitat d'activitats de lleure i esport per a infants i joves de tota Catalunya amb discapacitat i sense discapacitat des dels 7 fins als 25 anys. S'han organitzat activitats arreu del territori català en què han participat més de 300 infants i joves i un centenar de monitors i monitores, entrenadors i entrenadores i persones voluntàries.

### Missió

El lleure i l'esport són dos camins molt bons per a la socialització dels infants i joves d'avui en dia. Això no obstant, Encara avui en dia, observem com la participació d'aquells nois i noies amb una discapacitat, no poden participar en igualtat en els espais habituals com ho fan els seus companys i companyes per falta d'una petita, però imprescindible, adaptació.

Des de Comkedem, hem vist al llarg dels nostres 20 anys d'història com encara manquen moltes d'aquestes petites adaptacions per a avançar cap a una societat més inclusiva.

És per aquest motiu que des de Comkedem, volem impulsar projectes de lleure i esport sense barreres on tothom pugui participar lliurement.

Per fer-ho, escollim espais de pràctica accessible, utilitzem material específic i disposem d'un gran grup de professionals i voluntaris que aporten el seu gra de sorra dia a dia per a fer créixer el projecte.

Descripció de l'activitat

Les principals activitats que es duen a terme, són activitats de caràcter divers, però totes elles giren entorn del món del lleure i l'esport, tot adequant-se als objectius de l'entitat i creant espais de lleure incliusiu:

- Colònies.
- Estadets de promoció de l'autonomia personal.
- Viatges.
- Escoles d'iniciació esportiva adaptada.
  - Hoquei en cadira de rodes electrònica (des de 2006).
  - Bàsquet en cadira de rodes manual (des de 2014).
  - Servei d'Activitat Física i Esportiva (SAFE) (des de 2018).
  - Eslàlom (des de 2017).
  - Boccia (des de 2022).
- Tallers, sortides, excursions, festes.
- Xerrades, formació, difusió.

Totes elles organitzades pel personal de Comkedem que, a més de dinamitzar-les i realitzar-les, també actua com a equip d'assistència personal en la realització de les activitats quotidianes de qui participa (vestir-se, rentar-se, menjar) amb l'objectiu de millorar la qualitat de vida, potenciant l'autonomia personal i la participació activa.

DESCRIPCIÓ DE LA INICIATIVA PROPOSADA

ESPORT INCLUSIU

Breu descripció

El projecte té com a objectiu crear un espai on tots els infants i joves de 7 a 25 anys amb discapacitat i en risc d'exclusió social tinguin l'oportunitat de dur a terme activitats recreatives en espais lliures de barreres, amb les eines necessàries per al desenvolupament d'aquests, potenciant les habilitats socials, la iniciativa i sobretot l'autonomia personal, en constant interacció i comunicació amb joves, nens i nenes de la seva edat sense discapacitat, per tal de fomentar la inclusió.

Les accions previstes afavoriran la presència conjunta de persones amb discapacitat i sense, a través de la creació d'un espai físic-esportiu i un altre de lleure per així cobrir totes les necessitats socials. En l'àmbit físic-esportiu trobem l'escola de bàsquet en cadira de rodes, la d'hoquei en cadira de rodes elèctriques, l'escola d'eslàlom en cadira de rodes, l'escola de Boccia i el Servei d'Activitat Física Esportiva (SAFE). Algunes d'aquestes modalitats, són esports pioners en el món de l'esport adaptat i es practiquen des de fa dècades en el nostre país, si bé no se li dona la importància que mereix.

En l'àmbit esportiu podem dir que som l'única associació de Barcelona que, en el seu àmbit d'intervenció, desenvolupa tres línies de treball: l'esport adaptat, l'esport femení i l'esport en edat de formació. Aquest projecte és de continuïtat i, per tant,

s'han avaluat els resultats d'anys anteriors i s'han proposat millores perquè el projecte avanci any rere any tant en el nombre de participants com en la seva qualitat.

Aportació de valor de la iniciativa

El projecte que proposem, és un projecte amb 20 anys de recorregut. Al llarg d'aquests, el projecte s'ha vist modificat per les necessitats d'adaptabilitat a l'entorn on es desenvolupa. Actualment, ens trobem al màxim nivell que ha pogut arribar el projecte, ja que comptem amb les millors dades de participació dels últims temps.

El projecte pretén cobrir totes aquelles necessitats de salut social i física dels infants i adolescents amb discapacitat física i sense del territori català.

El projecte és únic, ja que no hi ha cap altra entitat amb els mateixos fins i objectius. S'ha creat metodologia pròpia per abordar les diferents parts del projecte i la proposta del pla d'actuació és poder evolucionar cap a una entitat d'iniciació esportiva adaptada de referència a Catalunya amb diferents seccions esportives.

Comptem amb els i les millors professionals dels sectors de la salut, l'entrenament, la readaptació i l'assistència personal per tal de garantir el mètode d'excel·lència.

Necessitat a la que respon

Segons l'informe "Persones amb reconeixement legal de discapacitat a la ciutat de Barcelona" (Aj. De Barcelona, 2017), resideixen en aquesta ciutat al voltant de 1300 nens i joves amb discapacitat física motriu (393 pers. entre 5 i 15 anys, i aprox. 920 entre 16 i 21 anys). Sota aquest marc, el projecte vol contribuir a donar resposta a les necessitats que tenen infants i joves amb discapacitat física que veuen limitada la seva participació social per aquesta circumstància. Aquesta limitació ve determinada, principalment, per tres factors: l'encara insuficient consciència social sobre les desigualtats que pateixen les persones discapacitades -especialment nens i joves-, l'escassa oferta d'activitats realment inclusives en l'àmbit de l'esport i el lleure, i la dificultat que suposa organitzar aquest tipus d'activitats. El projecte incideix en la importància que infants i joves amb discapacitat física participin en activitats esportives i d'oci i temps lliure, ja que són fonamentals per al seu desenvolupament físic, mental, social i emocional. La participació en aquest tipus d'activitats cobra major importància, si és possible, ja que ajuden a evitar i a corregir trastorns derivats del mateix fet de la discapacitat, com són: la deixadesa, la retroacció i la inapetència. Més enllà dels reconeguts fins terapèutiques i els beneficis per a la salut d'aquestes activitats grupals, especialment en les que hi ha a més una pràctica esportiva.

Principals objectius assolits

- Facilitar la integració social, de nens, nenes i joves amb discapacitat mitjançant la pràctica i el foment de l'esport adaptat.
- Facilitar l'autonomia personal de nens, nenes i joves amb discapacitat mitjançant la pràctica i el foment de l'esport adaptat.
- Facilitar la participació en igualtat de nens, nenes i joves amb discapacitat mitjançant la pràctica i el foment de l'esport adaptat.

Principals resultats obtinguts

- Resultat 1: S'haurà aconseguit desenvolupar les capacitats funcionals de les persones participants a través de la transmissió i posada en pràctica l'aprenentatge de tècnica, tàctica i estratègia de l'esport entre els infants i joves participants amb discapacitat, havent fomentat una participació femenina més activa.
- Resultat 2: S'haurà aconseguit crear un espai de comunicació i relació entre totes les persones participants del grup d'acord amb la igualtat, tot fomentat les capacitats i habilitats dels infants i joves participants en altres trobades esportives no competitives.
- Resultat 3: Els infants i joves participants hauran millorat el coneixement de les pautes de comportament esportiu i hauran interioritzat les normes de conducta esportiva i convivència, gràcies a la participació en competicions.
- Resultat 4: S'haurà aconseguit potenciar la superació personal i les capacitats emocionals dels infants i joves participants, tot millorant la seva autoestima.

Principals indicadors de resultats obtinguts:

- 280 sessions realitzades en total entre totes les modalitats esportives.
- 500 hores de dedicació.
- 70 persones participants, de les quals, 28 noies i 42 nois.
- Augment 90 % assistència.
- Augment 10 % en la participació respecte als anys anteriors.
- 300 persones assistents com a públic i augment progressiu en les diferents trobades.

Abast de l'experiència

Durant la temporada 2023/24 el projecte ha tingut un abast de participació de 70 persones participants, de les quals, 28 noies i 42 nois.

Les activitats esportives s'han dut a terme a les instal·lacions de l'INEFC de Barcelona i al CEM Mundet.

Per tal de generar sinergies i compartir experiències, aquest any s'ha col·laborat amb diverses entitats del sector:

- INEFC de Barcelona.
- Federació Catalana d'Esports de Persones amb Discapacitat Física.
- Federació Catalana d'Esportistes amb Paràlisi Cerebral.
- Fundació ECOM.
- Fundació Cruyff.
- CEM L'Hospitalet.
- Fundesplai.
- Associació MPS.
- Sailing la Ballena Alegre.

Els centres educatius amb els quals col·laborem oferint hores de pràctiques curriculars són:

- Blanquerna - Universitat Ramon Llull grau CAFE
- UAB - Màster en formació del professorat
- INEFC Màster FP i grau CAFE
- Campus la Salle Treball social

Persones implicades en l'experiència:

- Treballadores: 5
- Membres equips directius: 5
- Sòcies: 110
- Ateses: 90
- Voluntàries: 14
- Altres: 15 (Alumnes de pràctiques)



Principals factors clau d'èxit

El projecte que es realitza des de COMKEDEM és un projecte únic, específic i innovador.

Es tracta d'un projecte sense precedents. Actualment, a Catalunya existeixen club i equips diversos d'esport adaptat. Ara bé, el projecte de Comkedem és l'únic que s'orienta a infants i joves amb discapacitat física i sense únicament.

Moltes de les famílies que arriben a l'entitat, manifesten que després de molt temps de cerca, comkedem s'adapta a les necessitats del seu fill/a. No només pel tipus d'activitats que

s'hi fan sinó per l'entorn d'iguals on es duen a terme les activitats. El fet de no barrejar adults i infants genera un espai de relació social únic i agradable on tothom té cabuda i si sent identificat/da.

Per altra banda, la destresa tècnica i tàctica de cada esport no es contempla, fet que ajuda a generar un ambient agradable i enriquidor per desenvolupar les habilitats físiques i socials dels participants.

Actualment, a Catalunya existeixen clubs i associacions que es dediquen a l'esport adaptat, ara bé, la gran majoria són clubs amb finalitats esportives on l'aspecte formatiu i el social no són el principal objectiu de l'activitat.

Unint aquests dos factors més el fet que l'entitat és una entitat multiesportiva, el resultat esdevé una entitat única adreçada a infants i joves.

Com tots els aspectes únics i específics que coneixem, els elements per fer funcionar els diferents projectes de l'entitat també són únics, específics i difícils d'aconseguir.

#### **Dificultats i reptes superats en el desenvolupament de la iniciativa**

Al llarg de la iniciativa són moltes les dificultats i els reptes superats per Comkedem. La nostra no és una tasca fàcil de complir, ja que l'especificitat del projecte requereix professionalitat, mètode i recursos humans i materials concrets.

Al llarg del projecte, s'ha anat creant el mètode d'actuació, perfeccionant les metodologies i comptant amb els millors professionals de l'àmbit. Per fomentar la professionalitat, també s'han organitzat sessions formatives des de la mateixa entitat.

Pel que fa als recursos que s'utilitzen, aquests són materials molt concrets, específics i sovint fets a mida. La qual cosa genera una actualització constant, i una despesa econòmica d'alt impacte pel que fa als materials.

Un dels majors reptes que ha tingut l'entitat i ha afectat els projectes d'aquesta, va ser l'època protagonitzada per la pandèmia de la Covid-19. Una època que va alterar les activitats del projecte de Comkedem, però que en cap cas el va aturar. En aquesta època, les activitats i els mètodes es van haver d'actualitzar per tal de mantenir la continuïtat, provocant una actualització i reconstrucció interna de l'entitat que posteriorment va servir per continuar l'activitat amb altres punts de vista que han enriquit el projecte.

#### **Elements innovadors que aporta la iniciativa**

Una de les assignatures pendents encara és l'estigma sobre els col·lectius amb discapacitat, el qual es vol "reivindicar des de la diferència". El terme estigma és un dels més utilitzats per descriure la consideració que té la societat cap als col·lectius minoritaris. Actualment, encara es genera una distància, almenys en un primer moment, entre les persones que tenen qualsevol mena de diversitat funcional i les que no, derivant en una major discriminació.

La qualitat metodològica del projecte permet situar la pràctica fisicoesportiva un una gran eina per poder treballar la deixadesa, la retracció o la inapetència que molts tenen, i potenciar valors com l'autoestima, la confiança en un mateix, les habilitats socials i personals, la iniciativa, la companyia, el lideratge, la pertinença, l'esforç i el sacrifici. L'objectiu general del projecte es presenta com la base a partir del qual es defineix de manera coherent la proposta metodològica: Facilitar la integració social, l'autonomia personal i la participació en igualtat de nens, nenes i joves amb discapacitat mitjançant la pràctica i el foment de l'esport adaptat. En aquest sentit, tant els resultats com les activitats programades fomentaran el tracte en igualtat, la naturalitat i la positivitat per afrontar la diferència i promoure l'autonomia personal per sobre de tot, que faran que l'esport i l'oci inclusiu es converteixi en un procés de creixement personal fonamental en el desenvolupament de tots i cadascun dels participants i lluitant també contra l'estigmatització d'aquest col·lectiu. Per tant, el projecte fomenta l'erradicació dels estigmes socials que se segueixen generant vers les discapacitats.

#### **Factors que permeten la transferència i replicabilitat**

El projecte és fàcilment replicable si es disposa dels recursos necessaris. Des de l'entitat tenim escrits els protocols d'actuació per abordar les diferents parts del projecte on s'especifica la forma d'organització, la metodologia i el seguiment que ha de tenir cada part del projecte.

Tanmateix, el nostre projecte, és un projecte que durant 20 anys ha anat evolucionant i s'ha anat reconvertint amb el temps. Per aquesta raó, diem que el nostre, és un projecte en constant evolució i adaptació i que en conseqüència, allà on es vulgui replicar s'haurà de fer un estudi previ de les amenaces, les oportunitats i les debilitats del nou entorn.