



Fundacja
Akademia Integracji
Praca Edukacja Sport



RUSINOWICE

2015

*Sprawozdanie z I obozu rehabilitacyjnego, odbytego w Rusinowicach,
w dniach 23 – 30 lipca 2015 roku.*

SPRAWOZDANIE

SPIS TREŚCI

DZIAŁALNOŚĆ FUNDACJI.....	2
ZAŁOŻENIA OBOZU REHABILITACYJNEGO	4
PROMOCJA OBOZU REHABILITACYJNEGO.....	5
PRZEBIEG OBOZU SZERMIERCZEGO	6
UCZESTNICZY OBOZU.....	8
POSTĘPY UCZESTNIKÓW OBOZU.....	10
EFEKTY ILOŚCIOWE.....	11
EFEKTY JAKOŚCIOWE	12
OCENA OBOZU PRZEZ JEGO UCZESTNIKÓW	16
FINANSE.....	17
PROBLEMY NAPOTKANE PRZY ORGANIZACJI	19
PODSUMOWANIE.....	20

SPONSORZY obozu rehabilitacyjnego Rusinowice 2015



DZIAŁALNOŚĆ FUNDACJI

Fundacja „Akademia Integracji – Praca, Edukacja, Sport” została powołana w 2013 roku z inicjatywy AMS S.A. jako kontynuacja programu „AMS dla integracji”, który rozpoczął swą działalność w 2004 roku. Celem organizacji pozarządowej jest poprawa jakości życia osób niepełnosprawnych poprzez zmianę sposobu postrzegania swojej niepełnosprawności, ponadto „Akademia Integracji” promuje bezpieczny tryb życia oraz z powodzeniem zmienia wizerunek osób niepełnosprawnych – podczas spotkań z młodzieżą poruszane są tematy dotyczące różnych sfer niepełnosprawności. W zależności od grupy wiekowej prowadzący, członkowie Fundacji, realizują zróżnicowane scenariusze, zawsze poruszając zasady funkcjonowania osoby niepełnosprawnej w codziennym życiu. Celem zajęć jest uwrażliwienie młodzieży na problemy ludzi niepełnosprawnych, sposób postrzegania ich przez pracodawców i społeczeństwo.

Osobami prowadzącymi zajęcia są paraolimpijczycy, wielokrotni Mistrzowie Świata i Europy w szermierce na wózkach. Spotkanie urozmaicane jest pokazami filmów oraz dialogiem pomiędzy widzami a prowadzącymi, w którym m.in. słuchacze przestrzegani są przed niebezpiecznymi sytuacjami mogącymi narazić ich na utratę zdrowia lub życia. Rozszerzeniem interakcji prowadzący – młodzież jest możliwość wzięcia mini turnieju szermierki na wózkach - osoby pełnosprawne mogą spróbować sportu osób niepełnosprawnych, w ten sposób zwiększając poziom empatii oraz poszerzając swoją wiedzę na temat dyscyplin paraolimpijskich.



Pokaz integracyjno - edukacyjny w szkole gimnazjalnej

W celu propagowania sportu oraz integracji osób niepełnosprawnych i pełnosprawnych Fundacja podejmuje działania przy współpracy z partnerami, czego przykładem jest współpraca przy imprezach organizowanych przez Polski Związek Szermierczy, wyborach Miss Polski na wózku oraz Europejskim Festiwalu Filmowym „Integracja Ty i Ja”. Fundacja pośredniczyła

także w przekazywaniu pomocy pochodzącej od Polskiego Czerwonego Krzyża – zadaniem była dystrybucja trójkółtowych rowerów rehabilitacyjnych przeznaczonych dla osób niepełnosprawnych.

„Akademia Integracji” rozszerza swoją podstawową działalność o regularne zajęcia szermiercze dla dzieci w Wołominie. Dzięki współpracy ze sponsorami, organami samorządowymi oraz prywatnymi instytucjami, zarówno w 2014, jak i 2015 roku prowadzone będą zajęcia dla pełnosprawnej i niepełnosprawnej młodzieży w wieku szkolnym.

Fundacja „Akademia Integracji” jest jedyną działającą w Polsce organizacją pozarządową, która realizuje autorski program zmiany sposobu postrzegania osób niepełnosprawnych z wykorzystaniem dyscyplin paraolimpijskich

Od 2012 roku „Akademia Integracji” organizuje we współpracy z Ośrodkiem Rehabilitacyjno – Edukacyjnym dla dzieci i młodzieży niepełnosprawnej p.w. Św. Rafała Archaniota w Rusinowicach zajęcia z osobami niepełnosprawnymi

– zarówno w formie krótkoterminowej – jednodniowy udział w wydarzeniach organizowanych przez Ośrodek, jak i długoterminowej – samodzielna organizacja jedno- lub dwutygodniowych obozów szermierczych przy wsparciu partnerów.

Działania podejmowane przez Akademię Integracji były jednymi z pierwszych w europejskiej dziedzinie integracji - „AMS dla Integracji” był pierwszym programem CSR prowadzącym tego typu działalność, AMS S.A. ówczesznie jako jedyna firma prywatna oparta swoje działania PR na integracji niepełnosprawnych. Politycy, deputowani krajów Unii Europejskiej, w kontaktach z członkami Fundacji wyrażają chęć współpracy przy wdrażaniu podobnych programów w ich państwach, co stwarza perspektywę rozwinięcia współpracy międzynarodowej w zakresie wdrażania stosowanego przez Fundację systemu integracji w wymiarze ogólnoeuropejskim. Podobne rozwiązania do stosowanych w Polsce niezależnie wdrażane są we Francji, oraz planowo, w ramach współpracy z Fundacją, w Niemczech.



Ceremonia przekazania roweru rehabilitacyjnego

ZAŁOŻENIA OBOZU REHABILITACYJNEGO

Termin: 23 – 30 lipiec 2015 roku

Cele obozu:

- Poprawa zdolności psychofizycznych uczestników obozu w zakresie wzmocnienia wydolności organizmu, poprawienia koordynacji ruchowej i koncentracji, pomocy w nawiązywaniu poprawnych relacji międzyludzkich;
- Motywacja uczestników obozu do aktywnego trybu życia;
- Promocja dyscyplin paraolimpijskich;
- Zmiana sposobu postrzegania dziecka niepełnosprawnego przez swojego opiekuna poprzez przekształcenie wizerunku osoby niezdolnej do samodzielnego życia na samodzielną i samorealizującą się.

Formy realizacji:

- Codzienne lekcje indywidualne z trenerem;
- Organizacja integracyjnego spotkania ze wszystkimi osobami przebywającymi na turnusie rehabilitacyjnym w Rusinowicach;
- Przeprowadzenie prelekcji, wraz z prezentacją multimedialną oraz rozmowami motywującymi, skierowanymi do rodziców oraz dzieci przebywających na turnusie;
- Gala podsumowująca obóz szermierczy, podczas której zostanie zaprezentowana szermierka na wózkach, szermierka na nogach, a także zdobyte umiejętności uczestników obozu.

Miejsce realizacji projektu: Ośrodek Rehabilitacyjno – Edukacyjny dla dzieci i młodzieży niepełnosprawnej p.w. Św. Rafała Archaniota w Rusinowicach.

Liczba podopiecznych objętych programem: Planowo 50 osób, rzeczywista ilość uczestników: 61 osób w wieku od 5 do 20 lat, z zaburzeniami ruchowymi, neurologicznymi oraz ruchowo – neurologicznymi. Rekrutacja była prowadzona na zasadzie dobrowolnej deklaracji udziału w zajęciach przez osoby przebywające na turnusie rehabilitacyjnym w Ośrodku. W związku ze zmianami w sposobie organizacji działalności Ośrodka, od 2015 roku z placówki mogą korzystać osoby niepełnosprawne do 23 roku życia. Wobec próśb osób powyżej 19 roku życia Fundacja zdecydowała się zapisać osoby zainteresowane ponad zakładany program.

Liczba osób prowadzących obóz: 12 osób, w tym:

- Pięciu niepełnosprawnych, obecnych i byłych członków kadry narodowej w szermierce na wózkach, posiadających wieloletnie doświadczenie w pracy z młodzieżą pełno- i niepełnosprawną, w tym jedna osoba działająca jako wolontariusz;
- Trzech trenerów pełnosprawnych, w tym dwóch obecnych członków kadry w szermierce na nogach;

- Trzech wolontariuszy pomagających w organizacji obozu oraz uczestniczących w zajęciach organizowanych przez Ośrodek Rehabilitacyjno – Edukacyjny w Rusinowicach;
- Jeden koordynator I szermierczego obozu rehabilitacyjnego.

Plan obozu: Na czas trwania obozu został opracowany harmonogram składający się z czynności związanych z przygotowaniem sali, sprzętu, gali kończącej wyjazd oraz grafik zajęć dla poszczególnych instruktorów. Uwzględniony został czas potrzebny na odpoczynek i posiłki. W ramach prowadzonej dokumentacji wolontariusze zobowiązani byli prowadzić dzienną kartę pracy uwzględniającą wykonywane czynności.

System oceny przeprowadzanych działań: Każdy instruktor zobowiązany był do uzupełniania planu dnia pracy oraz ankiety oceny umiejętności podopiecznych. Na koniec obozu przeprowadzona została anonimowa ankieta wśród uczestników, oceniająca poziom wykonanych prac przez osoby zaangażowane w projekt.

Opieka medyczna nad uczestnikami obozu: pracownicy Ośrodka Rehabilitacyjno – Edukacyjnego – pediatrzy oraz lekarze ze specjalizacją rehabilitacji i neurologii.

Realizacja obozu podczas turnusu organizowanego w ramach zajęć rehabilitacyjnych dla dzieci i młodzieży przez ośrodek w Rusinowicach, wiązała się z zapewnieniem specjalistycznej opieki lekarskiej oraz zakwaterowaniem uczestników przez Ośrodek.

Podczas I obozu kadra korzystała z zakwaterowania Ośrodka, jednakże samodzielnie pokrywała koszty wyżywienia. Fundacja organizowała część terapii zajęciowej, wspomagającej niepełnosprawnych w rehabilitacji, w szczególności w zakresie kontaktów międzyludzkich i zdolności psychofizycznych. Charakterystyczna dyscyplina sportowa jaką jest szermierka, ze względu na swoją wszechstronność pozwoliła na zwiększenie wydolności organizmu, poprawienie koordynacji i koncentracji. Poza treningami związanymi z zajęciami sportowymi kadra Fundacji brała udział w zajęciach integracyjnych, z udziałem podopiecznych oraz pracowników ośrodka.

PROMOCJA OBOZU REHABILITACYJNEGO

Rehabilitacyjny obóz szermierczy promowany był głównie poprzez media społecznościowe – fanpage Fundacji „Akademia Integracji” oraz „Paraolimpiada Londyn 2012”. Dodatkowo informacje o zbliżającym się obozie były komunikowane za pomocą strony internetowej Fundacji. Jako element promocji obozu należy uznać także galę rozpoczynającą projekt, która miała miejsce w Ośrodku w Rusinowicach – przed docelową grupą potencjalnych uczestników został przeprowadzony pokaz multimedialny przedstawiający planowany przebieg obozu, a także opinie nt. obozu z 2014 roku.

Podczas obozu prowadzona była dokumentacja filmowa i fotograficzna, wybrane zdjęcia były zamieszczane na bieżąco na profilach społecznościowych. Na gali kończącej obóz zaprezentowany został film, zmontowany z zebranego materiału. Zaprezentowanie materiału filmowego oraz pokazowych walk uczestników przed publicznością miało na celu zachęcenie osób nie biorących udziału w obozie do zmiany swojego nastawienia w przypadku organizacji

podobnego wydarzenia w przyszłości. Ponadto, upublicznienie swojego wizerunku przed licznym gronem osób przebywających na turnusie rehabilitacyjnym w Ośrodku było elementem terapii, mającym na celu przezwyciężenie nieśmiałości.

PRZEBIEG OBOZU SZERMIERCZEGO

Pierwszego dnia – 23 lipca 2015 roku – nastąpił przyjazd kadry obozu wraz ze sprzętem, który został tego dnia ustawiony we wskazanej przez pracowników Ośrodka Sali. W ramach czynności organizacyjnych został ustalony z instruktorami plan działania na najbliższy tydzień. Pierwszego dnia ustalono także harmonogram posiłków z restauracją „Oberża pod orzechem” w której kadra miała zapewnione wyżywienie. Po obiedzie dla uczestników turnusu rehabilitacyjnego zorganizowana została prezentacja, podczas której instruktor – Stefan Makowski, oraz koordynator – Stanisław Rabczuk, przedstawili zalety szermierki jako formy rehabilitacji (m.in. poprzez odwołanie do poprzednich obozów), zaprezentowano plan obozu i sylwetki instruktorów. Tego samego dnia rozpisany został plan pracy, indywidualny dla każdego instruktora, uwzględniające możliwości uczestnictwa w treningach przez dzieci.

Należy zwrócić uwagę na specyfikę przeprowadzanych działań. Fundacja „Akademia Integracji” korzystając z możliwości lokalowych i osobowych Ośrodka zapewniła organizację obozu szermierczego, który należy zakwalifikować jako terapię zajęciową. W tym charakterze prowadzone zajęcia szermiercze musiały być ustalane indywidualnie z każdym z uczestników, z uwagi na inne zajęcia odbywane podczas turnusu rehabilitacyjnego. Możliwości czasowe sprawiały, iż niektórzy uczestnicy brali udział w zajęciach szermierczych nawet dwa razy dziennie, jednakże większość osób – ze względu na czas lub wydolność – odbywało jedną lekcję. Półgodzinne zajęcia były najbardziej optymalnymi ze względu na zróżnicowane predyspozycje uczestników.

Terapia zajęciowa to rodzaj ergoterapii, która ma za zadanie uaktywnić pacjenta poprzez wykonywanie określonych czynności mających również charakter usprawniania fizycznego i psychicznego

Istotnym jest odróżnienie dwóch pojęć – obóz rehabilitacyjny oraz turnus rehabilitacyjny. Obóz organizowany był przez Fundację i angażował młodzież niepełnosprawną w ramach zajęć szermierczych – terapii zajęciowej. Turnus rehabilitacyjny był

organizowany przez Ośrodek Rehabilitacyjno – Edukacyjny pw. Św. Rafała Archaniota w Rusinowicach, jego uczestnikami byli dzieci i ich opiekunowie. W ramach turnusu prowadzone były różnorodne zajęcia rehabilitacyjne. Ośrodek zapewniał całodobową opiekę medyczną, zakwaterowanie oraz wyżywienie uczestników. Organizacja obozu w porozumieniu z Ośrodkiem sprawiła, iż na miejscu znajdowało się około 80 dzieci niepełnosprawnych, stanowiących grupę docelową projektu.

Drugiego dnia zostały przeprowadzone pierwsze indywidualne zajęcia szermiercze. Od godziny 9:00 – w przypadku jednego z instruktorów 8:30 – do godziny 12:00. Po przerwie obiadowej zajęcia były kontynuowane w godzinach od 15:00 do 17:00. W taki sposób przez kolejne dni (do 30 lipca) odbywał się obóz szermierczy. Podczas obozu w godzinach

19:00 – 20:00 trzykrotnie odbyły się zajęcia grupowe dla uczestników posiadających odpowiednie predyspozycje.

Wyjątkiem był 26 lipiec, gdy Fundacja zorganizowała na terenie Ośrodka spotkanie integracyjne połączone z ogniskiem. Była to okazja dla osób, które nie brały udziału w zajęciach do kontaktu z kadrami oraz innymi uczestnikami. Wymiana poglądów i wspólne spędzenie kilku godzin sprawiło, iż nawiązano nowe kontakty oraz utrwalono te istniejące. Organizacja ogniska jest tradycją obozów organizowanych przez Fundację – oprócz wyżej wspomnianych zalet, jest to także okres, kiedy dzieci i ich rodzice mogą odpocząć i miło spędzić czas. Tego dnia indywidualnie ustalano z uczestnikami i instruktorami czy dana osoba będzie odbywała zajęcia. Ze względu na przygotowania do ogniska część instruktorów została w nie zaangażowana, część zaś prowadziła zajęcia z dziećmi.



Dzień pierwszy - zapisy na obóz szermierczy

Dodatkowo, w dniu 26 lipca, w godz. 19:00 – 21:00 instruktorzy Stefan Makowski oraz Arkadiusz Jabłoński przeprowadzili spotkanie z rodzicami dzieci przebywających na turnusie rehabilitacyjnym w Ośrodku. Spotkanie miało charakter grupy wsparcia i było poświęcone opiece nad niepełnosprawnymi dziećmi – obowiązkach i związanych z tym trudnościach, ale także perspektywach wynikających z różnych sposobów na samorealizację osób niepełnosprawnych. Celem spotkania była zmiana postrzegania swoich dzieci – w większości przypadków są to osoby, które potrzebują większej swobody. Instruktorzy przekonywali, iż osiągnięcie samodzielności chociażby w kwestii przygotowywania posiłków może dać dziecku nie tylko satysfakcję, ale także pomóc w przyszłości, gdy zostaną bez opiekuna lub będą musiały znaleźć się w domu opieki. Z drugiej strony uprawianie sportu osób niepełnosprawnych może być szansą na całkowitą zmianę życia. Część osób przebywających na spotkaniu ze względu na schorzenia nigdy nie będzie miało możliwości na samodzielne życie, a tym bardziej uprawianie sportu – w tym przypadku istotnym jest zrozumienie dzieci – pomimo iż są one „zamknięte” ruchowo,

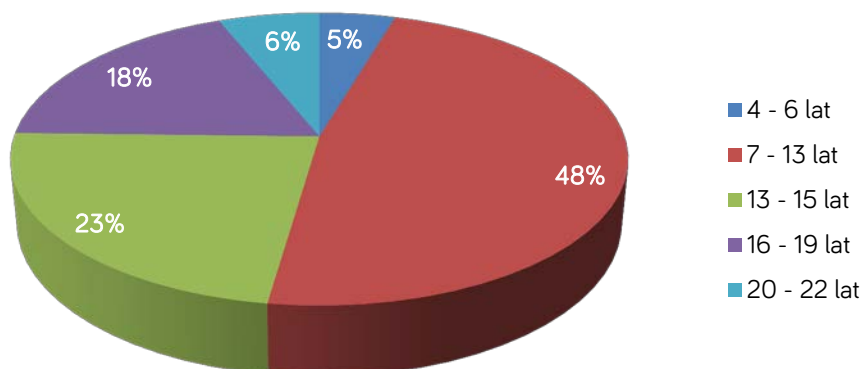
nie mogą mówić, są „otwarte” wewnątrznie – odczuwają, rozumieją i pragną się kontaktować – są pełnowartościowymi ludźmi. Niestety w społeczeństwie tego typu osoby postrzegane są jako, językiem potocznym, „warzywa”. Przykładem, iż jest inaczej może być historia Przemka Chrzanowskiego zobrazowana filmem „Chce się żyć” na który powoływali się prowadzący spotkanie. Szermierka w tym przypadku służy jako terapia wspomagająca nawiązanie kontaktów międzyludzkich bądź rehabilitacja poszczególnych części ciała, którymi dana osoba może się posługiwać – jak np. palce.

Zajęcia odbywały się według ustalonego wcześniej planu do 30 lipca, który był ostatnim dniem Obozu. Tego dnia ćwiczenia szermiercze odbywały się do godziny 12. Po tej godzinie nastąpiły przygotowania do gali końcowej, którą prowadził Stefan Makowski. Podczas niej zaprezentowana została prezentacja ze zdjęciami oraz filmem przygotowanym przez wolontariuszy i koordynatora. Część uczestników zaprezentowała nabyte umiejętności przed widownią na którą składały się wszystkie osoby przebywające w Ośrodku w Rusinowicach. Po trwającej około półtorej godziny gali nastąpił koniec I obozu rehabilitacyjnego Rusinowice 2015 – niektórzy trenerzy, nie uczestniczący w zajęciach II obozu, opuścili teren Ośrodka.

UCZESTNICY OBOZU

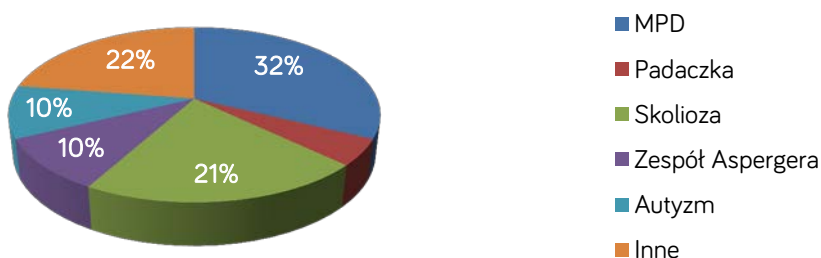
W obozie udział wzięło 61 osób w wieku od 4 do 22 lat, w tym 33 chłopców oraz 28 dziewcząt. Rekrutacja odbyła się pierwszego dnia, po prezentacji zachęcającej do uczestnictwa. W ramach prowadzonej dokumentacji opiekuni prawni byli zobowiązani do wypełnienia deklaracji wyrażenia zgody na udział w obozie szermierczym, przetwarzanie danych osobowych i wizerunku przez Fundację. Zgromadzone zostały dane dotyczące rodzaju niepełnosprawności oraz nazwy choroby uczestnika obozu. Instruktorzy prowadzący wypełniali ankietę umiejętności na początku oraz końcu obozu, co było podstawą do oceny postępów w dwóch sferach – psychofizycznej i interpersonalnej.

Wiek uczestników



Wśród 61 uczestników występowały następujące jednostki chorobowe: MPD (Mózgowe Porażenie Dziecięce), padaczka, autyzm, atakcja rdzeniowo – mózdkowa, FAS (alkoholowy zespół płodowy), opóźnienie psycho-ruchowe, porażenie spastyczne, stan pooperacyjny, skolioza, uszkodzenie nerwów kończyn dolnych, zespół Aspergera, zespół Downa. Najczęściej występującym schorzeniem było MPD.

Jednostki chorobowe uczestników



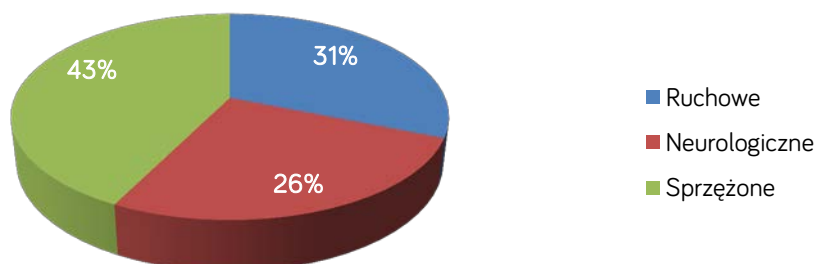
Istotnym dla oceny poczynionych postępów jest stopień zaawansowania choroby oraz rodzaj niepełnosprawności – z osobami posiadającymi zarówno schorzenia ruchowe i neurologiczne zazwyczaj trudniej jest nawiązać kontakt i poczynić postępy w ćwiczeniach.

MPD oznacza grupę zaburzeń rozwoju ruchu i postawy ograniczających aktywność ruchową, które są spowodowane nie postępującymi zaburzeniami rozwoju mózgu płodu lub noworodka. Zaburzeniom ruchowym towarzyszą zaburzenia zmysłów, poznawcze, komunikacji, percepcji i lub zachowania.

Częstość występowania MPD zarówno w Polsce jak i na świecie od lat ocenia się na 2-3 promile co oznacza, że dotyczy ono od dwójga do trojga dzieci na każde 1000 żywo urodzonych. Wśród całej liczby dzieci niepełnosprawnych ruchowo, którą w naszym kraju szacuje się na około 40-50 tysięcy. ponad połowa (czyli 20-25 tysięcy) to pacjenci z mózgowym porażeniem dziecięcym.

(źródło: <http://nasze-dzieci.net/mpdz.htm> [dostęp 03/09/2015])

Rodzaje niepełnosprawności wśród uczestników



POSTĘPY UCZESTNIKÓW OBOZU

Podopieczni fundacji byli oceniani przez swoich indywidualnych instruktorów. Kadra wypełniała ankietę oceny umiejętności uczestnika na początku oraz na końcu obozu.

Poziom uczestnika oceniany był w formie opisowej oraz w poszczególnych kryteriach szczegółowych w skali od 1 do 10. Pytania zostały sklasyfikowane wg określonych umiejętności:

- Relacje międzyludzkie:
 - o Otwartość na doświadczenie życiowe, optymizm, pewność siebie, sumienność, uprzejmość;
 - o Motywacja do uczestniczenia w treningu;
 - o Zaangażowanie w wykonywanie zadań treningowych;
 - o Motywacja uczestnika obozu do aktywnego trybu życia;
 - o Poziom wiedzy uczestnika nad możliwościami aktywnego trybu życia;
 - o Umiejętność radzenia sobie ze stresem przy wykonywaniu jednego lub wielu zadań, odporność na stres;
 - o Poziom relacji pomiędzy uczestnikiem obozu a trenerem;
 - o Umiejętność utrzymania wzajemnych kontaktów z innymi uczestnikami obozu podczas zajęć grupowych (wybrane osoby).
- Predyspozycje psychofizyczne:
 - o Wydolność organizmu;
 - o Koordynacja ruchowa;
 - o Poziom koncentracji;
 - o Umiejętność wykonywania zadań treningowych.

Zajęcia grupowe rozwijały zarówno zdolności komunikacji interpersonalnych, jak i umiejętności psychofizyczne związane z wykonywanymi ćwiczeniami oraz współpracą z kadra oraz innymi uczestnikami obozu. Wykorzystano gry grupowe, charakteryzujące się m.in. elementami rywalizacji wymagającymi od uczestników wysiłku fizycznego oraz współpracy. Zajęcia grupowe prowadzone były od 28 lipca do 30 lipca. Ich przeprowadzenie było uzależnione od poznania możliwości uczestników oraz ich zdolności do pracy w grupie, po początkowym okresie ćwiczeń oraz integracji instruktorzy wspólnie zdecydowali o wytypowaniu części swoich podopiecznych do zajęć grupowych. Łącznie brało w nich udział 12 osób, w wieku od 8 do 19 lat.

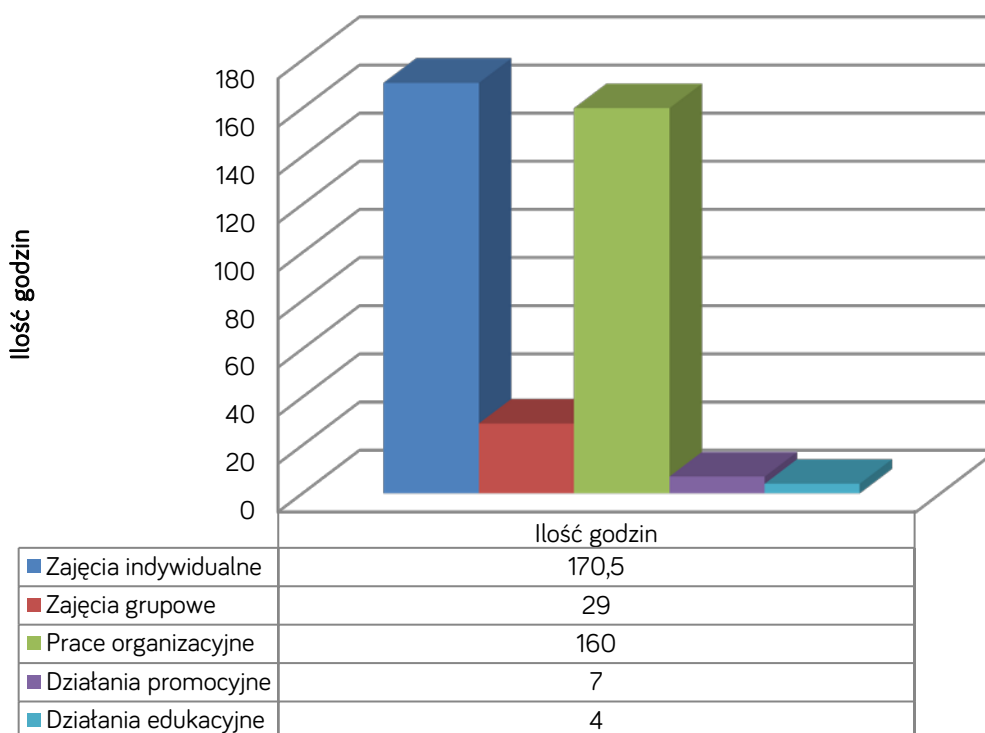
W specyficznych przypadkach treningu indywidualnego, gdy podopieczny prezentował progres w danych ćwiczeniach, mógł zostać skierowany do innego instruktora, który szkolił go w odmiennym rodzaju walki szermierczej – na nogach lub na wózku. Zmiany mogły zostać dokonane także na wniosek opiekuna lub samego podopiecznego ze względu na lepsze oddziaływanie danego sposobu treningu na rehabilitację.

Przy opracowywaniu danych dotyczących postępów umiejętności szermierczych wzięto pod uwagę zarówno postęp w poszczególnych kategoriach, jak i ocenę opisową, w której instruktorzy wyjaśniali jak duży wysiłek musiał zostać poniesiony w celu doskonalenia umiejętności. Dla części uczestników, ze względu na posiadane schorzenie, postęp o jeden punkt np. w kategorii „poziom koncentracji” był równoznaczny z poniesionym dużym wysiłkiem, połączonym z wielkim zaangażowaniem.

Należy zwrócić uwagę na cel obozu – najbardziej istotny dla trenerów przy ustalaniu treningów nie był rozwój umiejętności szermierczych w charakterze czysto sportowym, lecz rehabilitacja poprzez sport. Z tego względu część zadań była powtarzana wielokrotnie, ponadto realizowano różne od zwyczajowo przyjętych zadania - z niektórymi uczestnikami prowadzone były ćwiczenia na koordynację poprzez rzut i łapanie rękawicy szermierczej, w przypadkach gdy uczestnik nie miał możliwości chwycenia szabli bądź floretu (porażenie czterokończynowe) instruktorzy wspólnie z podopiecznymi wykonywali jedynie ruchy bronią w celu rozluźniania i napinania poszczególnych mięśni rąk, co miało wpływ na sprawność tej części ciała. Z uwagi na szerokie spektrum schorzeń i wspomniane wcześniej czynniki u niektórych osób wystąpił brak postępów.

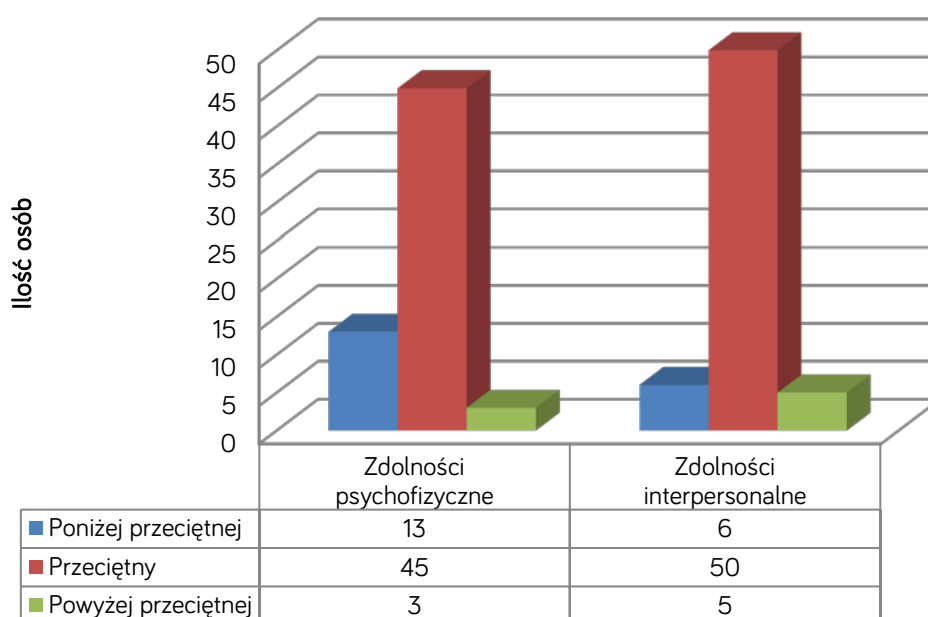
EFEKTY ILOŚCIOWE

Łącznie przeprowadzono 170,5 godzin zajęć indywidualnych oraz 29 godzin zajęć grupowych (w tym 33h zajęć w ramach wolontariatu). Ponadto w ramach prac organizacyjnych przy przygotowaniu obozu (rozstawianie sprzętu, obsługa techniczna prezentacji oraz gali, podsumowanie obozu, przygotowanie dokumentacji) spędzono około 160 godzin, na działania promocyjne poświęcono 7 godzin (przygotowanie artykułów na stronę internetową oraz media społecznościowe), działania edukacyjne w postaci prelekcji dla rodziców trwały 4 godziny.



EFEKTY JAKOŚCIOWE

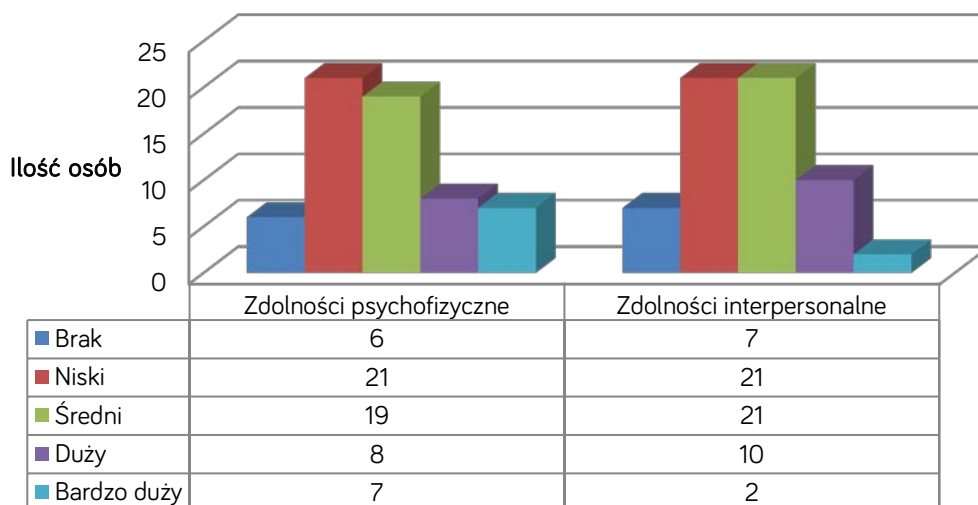
Początkowe predyspozycje uczestników



Najliczniejszą grupę osób stanowiły osoby mające przeciętne predyspozycje psychofizyczne i interpersonalne dla posiadanego typu schorzenia. Należy podkreślić, iż w tym przypadku trudno jest wykonać postępy ze względu na zazwyczaj dostateczne rozwinięcie umiejętności. Jedynie w przypadku osób chorych na wybrane schorzenia, takie jak: zespół Aspergera, autyzm istnieje szansa na wykonanie postępu – ma to związek ze specyfiką tych chorób. Osoby chore na zespół Aspergera posiadają m.in. zaburzone kontakty międzyludzkie: są nieśmiałe, nie potrafią akceptować zmian, nie odnajdują się w grupie – stąd jeżeli przeciętnym zachowaniem dla nich jest uciekanie z sali, gdzie odbywają się zajęcia oraz nie odzywanie się, to zmiana nastawienia oraz nawiązanie kontaktu słownego jest ogromnym osiągnięciem. Dla osoby posiadającej schorzenie ruchowe przeciętny poziom kontaktów interpersonalnych jest dużo trudniej podnieść niż we wcześniej wspomnianych przypadkach – stąd brak postępu u niektórych uczestników. Analogicznie należy oceniać postępy w sferze psychofizycznej. Dla pewnego podopiecznego po wielu godzinach treningów możliwość zgięcia i wyprostowania dłoni była bardzo dużym osiągnięciem, podczas gdy dla osoby postronnej może być to niezauważalne. Ze względu na powyższe za satysfakcjonujący efekt należy uznać nawet mały postęp.

Podkreślenia wymaga znaczenie wzrostu świadomości uczestników nt. dyscyplin paraolimpijskich. Dzięki zdobytej wiedzy mogą oni realizować się w swoim codziennym życiu urozmaicając je zajęciami sportowymi. W przypadku gdy osoby nie mają wystarczających predyspozycji do udziału w zawodach zdobyta wiedza daje możliwość szukania alternatywnych form rehabilitacji, ale przede wszystkim, świadomość iż osoby niepełnosprawne też mogą osiągać sukcesy, co daje ogromną motywację do życia.

Progres umiejętności uczestników



Z analizy danych wynika, iż zazwyczaj osoby poczyniły podobne postępy w obu kategoriach – tj. jeżeli uczestnik wykazał średni postęp w zdolnościach interpersonalnych, to także uzyskał taki sam wzrost w kryterium zdolności psychofizycznych. W celu przybliżenia systemu oceny postępów oraz pokazania różnorodności występujących schorzeń oraz predyspozycji wśród uczestników poniżej przedstawione zostały dwie sylwetki oraz postępy wybranych osób biorących udział w obozie szermierczym.

Przykład nr 1

Płeć: Mężczyzna

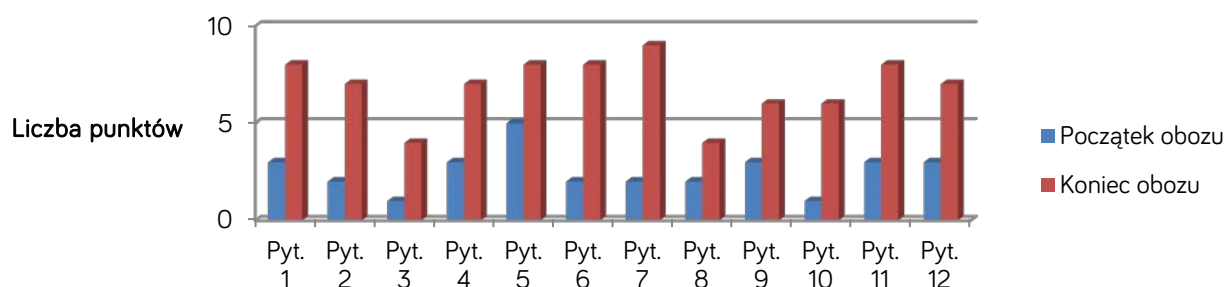
Wiek: 7 lat

Schorzenia: MPD, Zespół Aspergera – niepełnosprawność ruchowo-neurologiczna

Trener: Arkadiusz Jabłoński

Wybrany uczestnik obozu wykazał jako jedna z dwóch osób bardzo duże postępy w sferze kontaktów interpersonalnych, poczynił także znaczące postępy w sferze psychofizycznej. Dzięki zaangażowaniu rodziców nastąpiła zmiana nastawienia uczestnika do prowadzonych zajęć.

Postępy uczestnika



Ankieta zawierała następujące pytania:

- Pyt. 1 – Umiejętność reagowania na sytuacje w określony sposób (otwartość na doświadczenie życiowe, optymizm, pewność siebie, sumienność, uprzejmość)
- Pyt. 2 – Motywacja do uczestniczenia w treningu
- Pyt. 3 – Wydolność organizmu przy realizacji zadań treningowych
- Pyt. 4 – Koordynacja ruchowa przy realizacji zadań treningowych
- Pyt. 5 – Poziom koncentracji
- Pyt. 6 – Umiejętność wykonywania zadań treningowych
- Pyt. 7 – Zaangażowanie w wykonywanie zadań treningowych
- Pyt. 8 – Umiejętność poruszania się (ogólna zbornosć organizmu)
- Pyt. 9 – Motywacja uczestnika obozu do aktywnego trybu życia
- Pyt. 10 – Poziom wiedzy uczestnika nad możliwościami aktywnego trybu życia
- Pyt. 11 – Umiejętność radzenia sobie ze stresem przy wykonywaniu jednego lub wielu zadań
- Pyt. 12 – Poziom relacji między uczestnikiem obozu a osobistym trenerem

Szczegółowe uwagi trenera:

Pierwszy raz na obozie. Na początku nie chciał przychodzić, rodzice nalegali na ćwiczenia. Z czasem na każdym treningu poziom zaangażowania, otwartość, koncentracja oraz siła wzrastała. Jestem najbardziej zadowolony z postępów tego uczestnika ze wszystkich moich podopiecznych. Ogromne zaangażowanie Taty w trening syna.

Końcowa ocena postępów psychofizycznych: Bardzo duże

Końcowa ocena postępów interpersonalnych: Bardzo duże

Przykład nr 2

Płeć: Kobieta

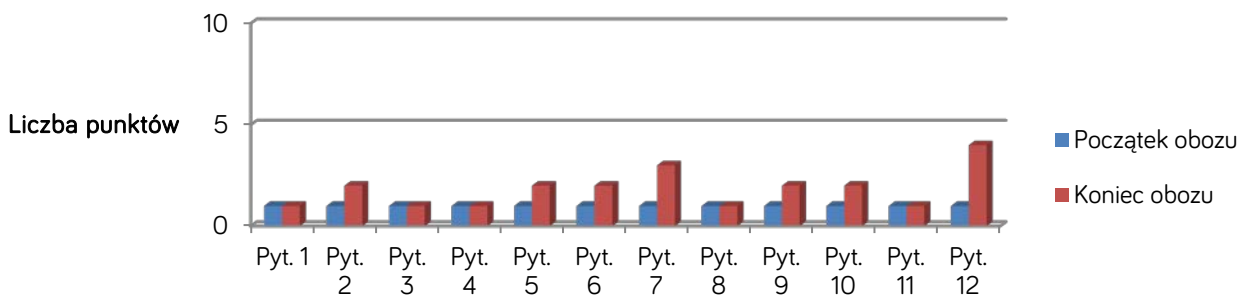
Wiek: 14 lat

Schorzenia: MPD, Padaczka – niepełnosprawność ruchowo-neurologiczna

Trener: Stefan Makowski

Początkowe umiejętności uczestniczki obozu zostały ocenione, w obu sferach, jako przeciętne. Poniższy wykres obrazujący postępy przedstawia bardzo niski początkowy poziom osoby – na poziomie 1 pkt. Ma to związek z posiadaną niepełnosprawnością. Osoba była głęboko sparaliżowana, słaba fizycznie, a także pomiędzy trenerem a uczestnikiem występował kompletny brak kontaktu. Należy zwrócić uwagę na pyt. 12 – osoba poczyniła duże postępy interpersonalne. Pomimo iż niepełnosprawność nie pozwalała na samodzielne wykonywanie ćwiczeń, a także początkowo ograniczała możliwość nawiązania kontaktu, pod koniec obozu, dzięki pracy trenera udało się nawiązać kontakt i wykonywać wspólne ćwiczenia.

Postępy uczestnika



Ankieta zawierała następujące pytania:

Pyt. 1 – Umiejętność reagowania na sytuacje w określony sposób (otwartość na doświadczenie życiowe, optymizm, pewność siebie, sumienność, uprzejmość)

Pyt. 2 – Motywacja do uczestniczenia w treningu

Pyt. 3 – Wydolność organizmu przy realizacji zadań treningowych

Pyt. 4 – Koordynacja ruchowa przy realizacji zadań treningowych

Pyt. 5 – Poziom koncentracji

Pyt. 6 – Umiejętność wykonywania zadań treningowych

Pyt. 7 – Zaangażowanie w wykonywanie zadań treningowych

Pyt. 8 – Umiejętność poruszania się (ogólna zbornosć organizmu)

Pyt. 9 – Motywacja uczestnika obozu do aktywnego trybu życia

Pyt. 10 – Poziom wiedzy uczestnika nad możliwościami aktywnego trybu życia

Pyt. 11 – Umiejętność radzenia sobie ze stresem przy wykonywaniu jednego lub wielu zadań

Pyt. 12 – Poziom relacji między uczestnikiem obozu a osobistym trenerem

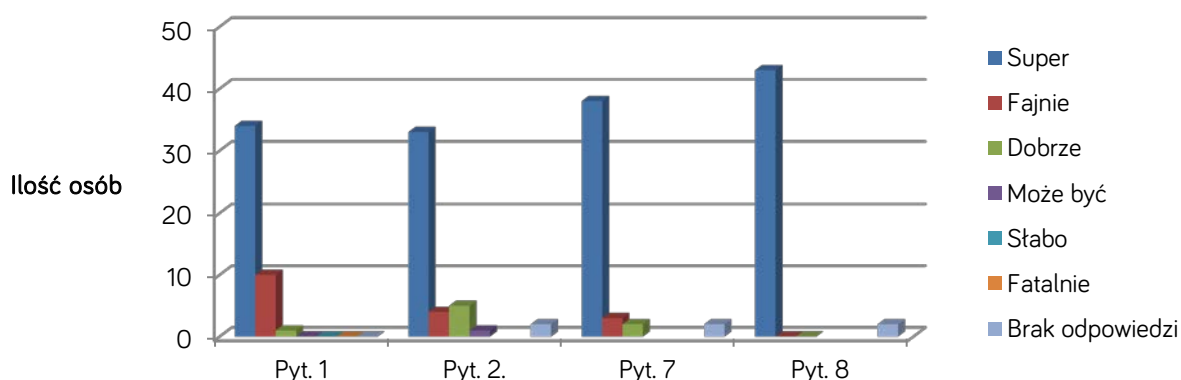
Szczegółowe uwagi trenera:

Mimo początkowych problemów udało się nawiązać kontakt i przy pomocy trenera wykonywać ćwiczenia.

Końcowa ocena postępów psychofizycznych: Bardzo małe

Końcowa ocena postępów interpersonalnych: Duże

OCENA OBOZU PRZEZ JEGO UCZESTNIKÓW



W celu oceny podjętych przez Fundację działań uczestnikom obozu rehabilitacyjnego rozdano ankiety mające na celu zebranie szczegółowych opinii nt. obozu. Spośród 61 rozdanych ankiet otrzymano 43 wypełnione. Zadano następujące pytania zamknięte, gdzie możliwe były do wyboru odpowiedzi Super/Fajnie/Dobrze/Może być/Słabo/Fatalnie:

Pyt.1 Jaki Twoim zdaniem był obóz?

Pyt. 2 Jak oceniasz lekcje indywidualne w szermierce?

Pyt. 7 Jak oceniasz zajęcia grupowe w szermierce?

Pyt. 8 Jak oceniasz kadrę obozu?

Wszystkie osoby biorące udział w obozie udzieliły odpowiedzi pozytywnych (Super, Fajnie, Dobrze, Może być). W pytaniu ostatnim – Czy masz ochotę przyjechać na obóz w przyszłym roku? – wszyscy ankietowani udzielili odpowiedzi pozytywnej – tak. Uzasadniali to bardzo wysokim poziomem kadry, ciekawymi zajęciami oraz „dobrą zabawą”. Rodzice opisując obóz stwierdzili, iż zajęcia szermiercze były sposobem na „rehabilitację poprzez zabawę”.

Pozostałe pytania otwarte dotyczyły: rodzajów sportów, które uczestnik chciałby uprawiać po powrocie do domu oraz informacji na temat pozyskanej wiedzy/umiejętności.

„Jaką dyscyplinę sportową chciałbyś/chciałabyś uprawiać po powrocie do domu?” – Najczęściej udzielanymi odpowiedziami była szermierka, pływanie, taniec, piłka nożna oraz siatkówka, koszykówka. Rodzice wskazywali na chęć udziału w ćwiczeniach, jednakże problemem utrudniającym realizację zainteresowań był brak infrastruktury w pobliżu miejsca zamieszkania – „jeśli byłyby treningi blisko domu, to na pewno szermierkę”. W niektórych przypadkach z powodu stopnia niepełnosprawności rodzice udzielali odpowiedzi negatywnej, „niestety nie, z uwagi na znaczące upośledzenie neurologiczne”.

„Czy nauczyłaś (nauczyłeś) się czegoś na obozie? Tak/Nie, dlaczego?” – Żadna z osób nie udzieliła odpowiedzi „nie”. Niektórzy respondenci udzielali rozbudowanej odpowiedzi, wskazując na: dyscyplinę, koncentrację, naukę elementów walki szermierczej, koordynację ruchową, wytrwałość, jako elementy rozwinięte dzięki uczestnictwu w obozie.

Nikt nie przekazał kadrze, w trakcie trwania obozu oraz po jego zakończeniu, informacji krytycznych.

FINANSE

Fundacja na realizację projektu - organizację dwóch obozów szermierczych, otrzymała grant w wysokości 50.000 zł. Dane przedstawione w tym rozdziale stanowią raport końcowy z realizacji **całego projektu**, tj. pierwszej części (przedstawionej w tym raporcie) jak i drugiej części, odbywającej się w dniach 02.08.2015 – 09.08.2015.

L.p.	Pozycja w budżecie	Kwota w budżecie	Wykorzystana kwota	Procent wykorzystania pozycji w budżecie
1.	Wyżywienie i zakwaterowanie kadry	12 000,00 zł	10 773,77 zł	90 % (+1696,05 zł)
2.	Dojazd kadry wraz z niezbędnym sprzętem	5 000,00 zł	5 000,00 zł	100% (0,00 zł)
3.	Wynagrodzenie kadry obozu	26 000,00 zł	26 000,00 zł	100% (0,00 zł)
4.	Zakup sprzętu szermierczego	2 000,00 zł	2 574,90 zł	129 % (-574,90 zł)
5.	Medale i nagrody dla uczestników obozów	2 000,00 zł	4 460,30 zł	223% (- 2460,30 zł)
6.	Organizacja dwóch imprez ogólnoturnusowych	1 000,00 zł	450,20 zł	45% (+549,80 zł)
7.	Ubezpieczenie OC i NNW kadry obozu	2 000,00 zł	600,00 zł	30% (+ 1400,00 zł)
SUMA		50 000,00 zł	49 859,17 zł	99,71% (+ 140,83 zł)

Średni koszt uczestnictwa jednego dziecka w obozie rehabilitacyjnym:

498,59 zł

(kwota zgodna z założeniami obozu – łącznie 100 uczestników)

Łączna liczba uczestników na dwóch obozach rehabilitacyjnych, organizowanych w ramach tegorocznego projektu: 124 osoby, w tym osoby które nie spełniały założeń programu – ze względu na wiek. Kadra obozu podjęła decyzję przyjęcia większej ilości uczestników, ponad zakładany plan, ze względu na szerokie zainteresowanie prowadzonymi zajęciami.

Średni koszt uczestnictwa jednego dziecka w obozie rehabilitacyjnym, przy założeniu włączenia w zestawienie pracy wolontarystycznej kadry, która dopuściła do szkolenia osoby ponad zakładany program:

402,09 zł

(kwota zgodna z rzeczywistą ilością uczestników – łącznie 124 uczestników)

Wartość pracy wolontariackiej kadry obozu: 5 039,28 zł

(w tym ćwiczenia, rekrutacja itd. kwota została uzyskana dzięki wyliczeniu przewidywanego wynagrodzenia kadry przy pozostających)

Oszczędność w stosunku do organizacji obozu w roku poprzednim

wynosi 13 847,08 zł

(koszt przeszkolenia jednej osoby na osiem dni w 2014 roku, przy obliczeniach rzeczywistej ilości uczestników: 513,76 zł)

W stosunku do zakładanego planu wystąpiła różnica w kosztach planowanych oraz kosztach poniesionych, wynikała ona z niedoszacowania kosztów potrzebnych na materiały promocyjne i reklamowe, ponadto przekroczono budżet na zakup sprzętu szermierczego, wiązało się to z koniecznością zapewnienia odpowiedniej liczby bębnow szermierczych. Zakup sfinansowano z nadwyżki pozostałej z innych kategorii budżetowych. Zaoszczędzone zostały pieniądze na ubezpieczeniu OC i NNW kadry obozu oraz kosztach organizacji imprez ogólnoturnusowych. W obu przypadkach oszczędność udało się osiągnąć dzięki optymalizacji wydatków – położono nacisk na dokładne rozpoznanie rynku ubezpieczeń, co wiązało się z wybraniem oferty ubezpieczenia bez pośrednika – co stanowi zmianę działania w stosunku do poprzedniego roku. Ponadto wybrany został inny niż rok temu pakiet ubezpieczenia, co pozwoliło na oszczędność 1 400 zł w tym obszarze. Nie wykorzystano w pełni budżetu zarezerwowanego na wyżywienie oraz zakwaterowanie kadry obozu – dzięki współpracy z Ośrodkiem podczas realizacji projektu kadra mogła częściowo korzystać z nieodpłatnych pokoi. Wolontariusze oraz koordynator na pierwszym obozie spali w namiocie rozstawionym na terenie Ośrodka. Ze względu na zmianę turnusu, w drugiej części projektu kadra musiała korzystać z usług hotelowych – Ośrodek nie mógł zapewnić pokoi dla trenerów.

Nie wykorzystano pełni przyznanych w ramach programu środków (50.000,00 zł) – pozostała niewykorzystana kwota 140,83 zł.

PROBLEMY NAPOTKANE PRZY ORGANIZACJI

Nie napotkano znaczących problemów przy organizacji obozu. Żaden z opiekunów uczestników nie zgłosił uwag co do pracy kadry ani sposobu organizacji projektu. Poniższe zestawienie zawiera rekomendowane przez koordynatora zmiany w technicznym sposobie organizacji przyszłych obozów szermierczych, co może ułatwić przeprowadzenie projektu.

1. Forma zapisu na zajęcia

Stan obecny: Papierowa forma zapisu na zajęcia w pierwszym dniu trwania obozu, po pokazie multimedialnym. Dopasowanie planu zajęć do możliwości czasowych uczestników na bieżąco. Formularz uczestnictwa w obozie wypełniany przez opiekunów w dniu rozpoczęcia zajęć.

Wady: Chaos przy jednoczesnej chęci zapisu wielu uczestników, brak dokładnego oszacowania zainteresowania obozem, uzyskanie wypełnionego formularza uczestnictwa w obozie drugiego, trzeciego dnia trwania obozu ze względu na opóźnienie w wypełnieniu ze strony opiekunów.

Proponowana zmiana: Internetowa forma zapisu na obóz. Udostępnienie na specjalnej podstronie strony internetowej Fundacji formularza zawierającego wszystkie potrzebne do organizacji dane. Zebrane informacje oraz dane nt. dostępności czasowej uczestników umożliwiłaby zaplanowanie siatki zajęć przed obozem. Część informacji zostałaby przeniesiona do formularzy uczestnictwa, wydrukowanych w formie papierowej, dostępnych dla opiekunów na obozie do weryfikacji oraz złożenia podpisu – dopiero w tym momencie uczestnik zostałby zapisany na zajęcia. W przypadku osób, które nie skorzystały z internetowej formy rejestracji dostępne by były formularze tradycyjne. Tego typu forma rejestracji usprawniłaby proces organizacji obozu.

2. Opracowywanie budżetu

Stan obecny: Podział budżetu na siedem kategorii: wyżywienie i zakwaterowanie kadry, dojazd kadry wraz z niezbędnym sprzętem, wynagrodzenie kadry obozu, zakup sprzętu szermierczego, medale i nagrody dla uczestników obozów, organizacja imprez ogólnoturnusowych, ubezpieczenie OC i NNW kadry obozu

Wady: Brak podziału na więcej kategorii powoduje problemy przy przydzielaniu danych wydatków do poszczególnych działów. Niedokładne rozpoznanie potrzeb skutkuje niepoprawnym rozdziałem pieniędzy pomiędzy kategoriami, co zmusza do późniejszych zmian.

Proponowana zmiana: Zwiększenie ilości kategorii wydatków – wyodrębnienie funduszy na wspieranie osób rokujących na udział w turniejach, charakteryzujących się wysokim zaangażowaniem oraz szybkim wzrostem umiejętności – oraz zmiana na bardziej uogólnione kategorie – np. zamiast medale i nagrody dla uczestników obozu – materiały promocyjne, w tym nagrody dla uczestników obozu. Przykładem problemów przy kwalifikacji wydatków do odpowiedniej kategorii były koszulki dla uczestników, których nie można jednoznacznie zakwalifikować jako nagród, gdyż zostały wręczone przed galą kończącą obóz.

W kwestii niedoszacowania kosztów należy podjąć dokładniejsze badania planowanych wydatków w celu wykluczenia sytuacji, w której istnieje konieczność dokonywania przesunięcia pieniędzy w ramach obowiązujących kategorii.

PODSUMOWANIE

Projekt należy uznać za przeprowadzony w sposób prawidłowy, czego świadectwem są opinie rodziców uczestników oraz przeprowadzona wewnętrznie kontrola finansowa. Na przyszłość zaleca się przeprowadzać dokładniejsze badanie proponowanego kosztorysu, w celu uniknięcia występującej w tym roku sytuacji przekroczenia niektórych kategorii budżetu. Korzystając z doświadczenia nabytego w poprzednich edycjach organizacji obozu rehabilitacyjnego w Rusinowicach przyszły obóz należałoby zaplanować na dłuższy okres. W opinii rodziców oraz trenerów najbardziej optymalny byłby obóz dwutygodniowy, gdyż dłuższy czas sprzyja nawiązaniu lepszego kontaktu między trenerami a uczestnikami oraz pozwala na lepsze doskonalenie umiejętności – przeprowadzanie rehabilitacji.

Należy podkreślić, iż jeden z uczestników obozu osiągnął bardzo wysoki progres umiejętności, w opinii trenerów, przy zaangażowaniu w trenowanie szermierki na wózkach dana osoba miałaby możliwość startu w turniejach ogólnopolskich oraz zdobycie w nich drugiego bądź trzeciego miejsca. Niestety z uwagi na brak możliwości finansowych Fundacja samodzielnie nie może zapewnić uczestnikowi warunków sprzyjających do trenowania w Warszawie. W miejscu zamieszkania osoba nie ma możliwości trenowania szermierki. Stąd zalecaniem na przyszłą organizację obozu jest wyodrębnienie środków na wspieranie osób przejawiających zdolności szermiercze po zakończeniu trwania obozu.

Rekomendacją do organizacji obozu w przyszłych latach jest pozytywna opinia rodziców nt. stosowanych przez trenerów środków rehabilitacji, przejawiająca się zwiększonym zainteresowaniem – w poprzednim roku liczba zapisanych osób wynosiła 53, z czego 2 osoby w trakcie zajęć wypisały się. Wzrost liczby uczestników wyniósł 20%, średnia liczba osób na obozie wynosiła 62. Wszystkie zapisane osoby kontynuowały treningi przez cały czas trwania projektu.

KOORDYNATOR PROJEKTU: STANISŁAW RABCZUK