



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



ОБМЕНЕН ДОКЛАД



ПОДХОД “ГРИЖА ЗА ДЕЦАТА “ –
поглед отблизо на обмена между
проектната общност на SWUP

“The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.”

КАКВО ПРЕДСТАВЛЯВА ДОКЛАДА?

Този доклад представлява синтез на въпросите, свързани с подхода “Грижа за децата”, които са били обменяни в рамките на проекта SWUP. SWUP (Спорт за жени в градска среда) е проект, финансиран от програмата Erasmus + на Европейския съюз за повишаване на участието на жените във физически дейности на открито. Дейностите по проекта са предназначени да разяснят защо и как да се проектира приятелска за жените градска среда за физическа активност на открито.

Още пет теми, освен посочените в доклада, са идентифицирани и обсъдени от партньорите по проекта: ролята на общината, ролята на жените на ръководни спортни позиции, желанието за спортни дейности и инфраструктури само за жени, местно въздействие генерирани от спортни дейности, дейности и инфраструктури на открито за инвалиди.

Информацията беше събрана чрез специални устни разговори, които партньорите имаха по време на проекта SWUP и чрез приноса, който партньорите по проекта и другите заинтересовани участници обмениха в онлайн форума, хостван на уебсайта на проекта.

Този доклад е организиран в три раздела. Първата част ще представи темата. Вторият раздел ще събере и анализира приноса, който партньорите и другите заинтересовани страни обмениха по темата по време на проекта. И накрая, последният раздел е разширена библиография, в която се представят препоръки за материали и литература за четене и web връзки по темата.

ТЕМАТА: ЗА КАКВО СТАВА ВЪПРОС?

Това е подход, при който жените могат да вземат децата си когато спортуват на мястото където спортуват.

Подходът “Грижа за децата”, съобразен с жените с деца е предназначен да направи жените по-активни.

За София увеличаване на активността на жените с подход “Грижа за децата,” означава всички видове действия, които могат да позволят на жените да участват по-лесно в различни видове спортни събития, които са част от програмата “София европейска столица на спорта”. Поуките, получени от изпълнението на пилотните дейности, ще бъдат използвани за продължаване на подобряването на нашата стратегия за насърчаване на участието на жените в спорта.

1. ОБМЕН ПО ПРОЕКТА: ОСНОВНИ АКЦЕНТИ ПО ТЕМАТА:

Отправната ни точка е да се съсредоточим върху работещите жени и да споделим предложения за обмен на мнения, за улесняване практикуването на спорт и постигне на обща удовлетвореност.

Дискутирани бяха следните въпроси:

1. Полезно ли е да се въведат структури, които да се грижат за децата, докато майките извършва спортни дейности?

Липсата на време е една от основните причини за по-ниската спортна активност. Поради тази причина всички мерки, намаляващи ограниченията във времето, породени от работа и семейство, и улесняващи и опростяващи участието им в спортната дейност, вероятно ще увеличат спортната активност на жените. Такъв е случаят например с наличието на услуга детска градина в съответствие с мястото и времето на спортната дейност.

Polisportiva Corbetta подчерта важността на предлагането на дейности, които позволяват на жените да оптимизират времето, отделено за семейната организация във всички области: работа, социален живот, култура, свободно време, спорт.

2. Смятате ли за добра стратегия оптимизиране на времето на семейството чрез планиране на проекта с активности за децата по същото време?

Както в случая с “Грижа за децата”, организирането на дейностите на децата по едно и също време с дейностите на жените може да помогне на жените с малки деца да вземат участие в спортни занимания. Тази мярка може по-лесно да отговори на търсенето на доверие от страна на родителите. От друга страна, майките и децата могат да изпитат трудности при намирането на предпочитаните от тях дейности в един и същи времеви интервал, в случай че офертата не е много разнообразна. Важно е и бащите да имат възможност да спортуват едновременно с децата си. Това косвено ще бъде от полза за жените, които не би трябвало да се грижат за децата в този период от време и така ще имат повече свободно време, което да посветят на спорт.

Независимо от това, както сподели “София европейска столица на спорта”, понякога предлагането на грижи за деца не е достатъчно, защото майките не се доверяват на лицето, отговарящо за децата им. Такъв бе случаят със студентите участващи като доброволци и предоставящи услугата. Поради тази причина е важно да се изберат лица, които може да бъдат „обективно” вдъхващи доверие. Освен това, предоставянето на грижи за деца трябва да е близо до мястото на спортна активност на майките, за да могат последните да ги виждат. Друг фактор е предоставянето на подробна предварителна информация за услугата. Всичко това може да помогне на майките, да имат по-доверие в услугата и да планират спортната си активност в рамките на ограниченото време.

1. Мислите ли, че фигурата на партньора е решаваща, за да спортуват жените вечер?

Подкрепата на партньора е от съществено значение при участието на жените във вечерни спортове, както за конкретната помощ при грижите за децата, така и за психологическото благосъстояние на двойката. От друга страна, за всички онези случаи, в които подкрепата на партньора не идва спонтанно от самото начало, от решаващо значение за привличането на жените към спортни активности е кампанията за повишаване на осведомеността за положителните ефекти върху здравословната полза на активния начин на живот и достъпността на спортното място (от гледна точка на разстояние и такса).

4. Смятате ли, че да практикувате спортна дейност заедно с вашите деца е стимул?

Практикуването на спорт съвместно с децата може да бъде стимул за майките да практикуват спорт. В същото време има фактори като възрастта на децата, гъвкавостта на майките и реакцията им към стреса, приветстващата или ограничаваща среда и темперамента на децата, които силно влияят върху избора на майките да участват в такава дейност. Някои от тези фактори могат да бъдат преодоляни чрез организиране на тези дейности в пространства, които са достатъчно големи, за да не си пречат майките и децата помежду си, като в същото време децата да бъдат в ползрението на майките, при добра звукоизолация. Насърчаването на приемането на някои неформални правила, които да се следват по време на спортното занимание, също е от ключово значение, за да направи преживяването приятно за всеки участник, като в същото време гарантира достатъчно гъвкавост за майките, които, в случай че това е необходимо да се погрижат за децата си.

Както “София Европейска столица на спорта” стана свидетел, подхода “Грижа за децата”, освен че удовлетворява потребностите на майките от физическа активност и понижава нивото им на стрес, развива в децата любов към момента, в който майката практикува спорт. Това е така защото това е момента в който те отиват да се забавляват. Поради тази причина децата ще искат да дойдат отново, а за майките положителен стимул да бъдат постоянни в своята спортна активност.

5. Моля, посочете примери и инициативи. Какви са предлаганите съоръжения и услуги на местно ниво?

Сред многобройните инициативи, организирани по целия свят, за ангажиране на жените и техните деца в спорта е прилаганата в Австралия 3-месечна програма за жени и техните семейства предоставяща фитнес дейности в местните паркове.

В Австралия, “Active Mums Noosa” предлага 19 групови дейности през 20-те седмици, включително дейности като йога за майки с деца, пилатес и бокс-фит. Популярността на тази програма се дължи отчасти на участието на целевата група в планирането на програмата. Голям брой майки участваха в онлайн проучване, където посочват предпочитанията си за дни, часове и местоположение на програмните дейности. Съветът също така включва групи от нови майки които, могат да дадат своя принос в планирането на програмата.

Йога с бебета придобива все по-голяма популярност. Освен че позволява на майката да се грижи за децата си, докато се занимава с спорт, приятелството на постнаталните класове често помага да се компенсират понякога изолиращият и дезориентиращ етап на след раждане.

Във Франция забележително голям брой спортни зали рекламират курсове за майки и деца с опитен персонал, който се грижи за физическите дейности и на двете групи.

И не на последно място, “София европейска столицата на спорта” насърчава участието на жените в спорта чрез осигуряване на подходящи условия (мобилни съблекални и тоалетни), както и при 9 от проведените 90 събития предлага на безплатни услуги за гледане на деца. Всички тези дейности те са насочени към жени от всички възрасти, като специално внимание се обръща на тези с деца.

Нарастващият интерес към подхода, съобразен с децата, може да се наблюдава от броя на блоговете и статиите, които могат да бъдат намерени онлайн, където да се види как да се съчетаят грижата за децата и спорта. Списание Femme Actuelle, например, предлага статия със списък от спортове, които майките могат да практикуват заедно с деца. (<https://www.femmeactuelle.fr/enfant/enfants/quel-sport-pratiquer-avec-mon-enfant-2024875>)

6. Какви са местните и националните политики и инициативи в този аспект?

Както може да се прочете в доклада на ООН за жените и спорта, бяха организирани много международни конференции по темата и всяка от тях разработи инструменти и препоръки, за да засили участието на жените в спорта.

През 1995 г. Пекинската платформа за действие, приета на Четвъртата световна конференция за жените, даде важни политически препоръки относно жените, равенството между половете и спорта. Сред другите аспекти Платформата изисква създаването и подкрепата на програми в образователната система, работното място и общността, за да се предоставят възможности за участие в спорта и физическата активност, достъпни за момичетата и жените от всички възрасти, на същата основа, в която са направени. на разположение на мъже и момчета.

През 2002 г. с оглед на Третата световна конференция за жените и спорта Монреалският комплект от инструменти беше разработен като справочник,

съдържащ 20 инструмента за подпомагане на жените активисти, работещи за увеличаване на участието на жените в спорта.

Съвсем наскоро беше признато включването на жените в спортните дейности като двигател за постигането на много от целите на SDG.

Независимо от това, необходимостта да се гарантира един и същ достъп до спорт за майките тази тема все още не е напълно разгледана от международните конференции. Националните политики и особено местните инициативи изглеждат по-напреднали в темата.

Пример за национални инициативи е програмата „Излезте навън, станете активна“ от правителството на Куинсланд в Австралия. Тя осигурява финансиране за проекти, които ще предоставят спортни и развлекателни дейности в общността, които увеличават възможностите за участие на жени и момичета, които или са в момента неактивни, или биха имали полза от по-нататъшно участие.

(<https://www.qld.gov.au/recreation/sports/funding/organisations/getoutgetactive>)

БИБЛИОГРАФИЯ И ПРЕДЛОЖЕНА ЛИТЕРАТУРА

Changing the Game: Increasing Female Participation in Sport Initiative

Author: **Brendon Gale**, CEO Richmond FC; **Matthew Kennedy**, CEO Tennis Victoria; **Kate Redding**, General Manager Game Development, Netball Victoria; **Steven Reaper**, CEO AFL Victoria; **Adam Robertson**, Surfing Victoria; and **Craig Tiley**, CEO Tennis Australia

Link: <https://www.vichealth.vic.gov.au/programs-and-projects/increasing-female-participation-in-sport-initiative>

Abstract: Gender equality in sports-Handbook on good practices EPAS

The first part of this handbook presents the existing situation on girls' and women's participation in sporting activities in Europe: their access, their obstacles and their activities. Good practices and successful experiences throughout Europe are gathered in a second part. As for the last part, it puts forward a set of recommendations, originating from the analysis of the good practices, whose purpose is to help practitioners and policy makers in pushing forward the fight for gender equality in sport.

Title: Access for Girls and Women to Sport Practices

Author: Clotilde Talleu

Everyone Wins

Author: CoE

Link: <https://www.coe.int/en/web/sport/gender-equality-and-gender-mainstreaming>

Abstract: The publication aims to increase participation in sport of priority populations (people with a disability, women and girls). It does this by building healthier sporting environments that are safe, accessible, inclusive and equitable. It offers a framework of

actions and practical tools and resources on how to welcome, involve and value everyone in our community.

Two versions have been developed:

- *State Sporting Associations (SSAs)*: This version aims to assist SSAs to build healthier sporting environments that are more inclusive and welcoming of everyone in our community, particularly people with a disability, Indigenous Australians, people from culturally and linguistically diverse communities, and women and girls.
- *Community sports clubs*: This version aims to assist Victorian community sports clubs to build healthier sporting environments that are more inclusive and welcoming of everyone in their community, particularly women, girls, Aboriginal people and people from culturally diverse communities.

Women and sport

Author: UNITED NATIONS

Division for the Advancement of Women Department of Economic and Social Affairs

Link: <http://www.un.org/womenwatch/daw/public/Women%20and%20Sport.pdf>

Abstract: The report explores the relationship between sport and gender equality. It reviews the United Nations human rights and sport for development and peace framework as well as global and regional policy/normative frameworks on women, gender equality and sports. It examines the ways in which sport serves as a vehicle for gender equality and the empowerment of women and girls, and then focuses on addressing gender inequalities in sport. The last part of this publication draws conclusions and offers recommendations.

The Montreal toolkit

Author: Legacy of 2002 World Conference on Women and Sport

Link:

<https://www.icsspe.org/system/files/2002%20World%20Conference%20on%20Women%20and%20Sport%20-%20Montreal%20Toolkit.pdf>

Abstract: It is a reference manual that contains 20 tools to help delegates in their challenges to bring about change in their own community, organisation, region, or nation.