



MONOGRÀFIC

ASSOCIACIÓ INTERNACIONAL DE CIUTATS EDUCADORES
2010

CIUTAT, ESPORT I EDUCACIÓ



CIUTAT, ESPORT I EDUCACIÓ



Índex

4 Editorial
Enric Truñó i Lagares

Sergio Chiamparino



6

Steven N. Blair



10

Christina Ramberg



14

Johann Olav Koss



18

24 El paper social de l'esport. Repercussions en la política esportiva municipal

Paul De Knop i Marc Theeboom

30 Esport i igualtat de gènere

Gertrud Pfister

40 Esport i accessibilitat per a tothom. Una necessitat de les ciutats

Enrique Rovira-Beleta Cuyás

47 Campanya Mou-te i posa't en forma, l'experiència de la Ciutat de Mèxic

Sonia Aguirre Garcés, José Luis Navarro Paredes i Mónica Hurtado González, Govern Municipal de la Ciutat de Mèxic

50 La Granollers Cup, l'handbol que fa ciutat

Josep Maria Junqueras Pujadas, Ajuntament de Granollers

53 Adji i vè: dos jocs que formen per a la vida

Dakpè Sossou, Ajuntament de Lokossa

55 Consulta ciutadana sobre l'estat general de l'esport

Nicole Dreyer i Serge Oehler, Ajuntament d'Estrasburg

57 Montevideo, ciutat saludable

Gonzalo Halty, Ajuntament de Montevideo

60 L'esport m'inspira

Pedro Peres, Ajuntament de Lisboa

Editorial

Amb motiu de la celebració a Guadalajara (Mèxic) de l'XI Congrés Internacional de Ciutats Educadores amb el tema "Esport, Polítiques Públiques i Ciutadania. Reptes d'una Ciutat Educadora", l'AICE ha considerat convenient l'elaboració d'aquest monogràfic sobre **Ciutat, Esport i Educació**.

A la Carta de Ciutats Educadores s'afirma el dret de viure la ciutat educadora, que s'ha d'entendre com una extensió efectiva del dret fonamental a l'educació. La ciutat disposa d'incomptables possibilitats educadores a partir dels seus recursos i facilita en la seva dinàmica ciutadana la incorporació de persones de totes les edats a la formació al llarg de tota la vida.

Les ciutats han de plantejar-se una política educativa àmplia, de caràcter transversal i innovador, que inclogui totes les modalitats d'educació formal, no formal i informal i les diverses manifestacions culturals, fonts d'informació i vies de descoberta de la realitat que es produeixen a la ciutat, creant el marc per al desenvolupament i l'educació plena de les persones.

La Carta expressa el compromís de les ciutats que la subscriuen amb tots els valors i principis que en ella s'hi manifesten. Es defineix com a oberta a la seva pròpia reforma i haurà de ser ampliada amb els aspectes que la ràpida evolució social requereixi. Així, sembla convenient i oportú aprofundir l'òptica de l'activitat física, el joc i l'esport com a instruments educatius. El Congrés de Guadalajara i aquest monogràfic és el que plantegen.

Es dona una àmplia coincidència teòrica a escala mundial del paper de l'esport, en un sentit ampli. Així doncs, a la 63ena sessió de l'Assemblea General de l'ONU, celebrada l'any 2008, es va aprovar una resolució que fomenta l'ús de l'esport com a instrument per a la promoció de l'educació, la salut, el desenvolupament i la pau. Els mateixos objectius del Mil·lenni per a eradicar la pobresa destaquen aquesta funció de l'esport.

En aquest marc, aquest monogràfic recull diverses entrevistes que incideixen en diferents aspectes i valors de la pràctica esportiva que van de la salut al llegat que genera per a una ciutat l'organització dels Jocs Olímpics.

L'alcalde de Torí, Sergio Chiamparino, reflexiona sobre l'impacte i el llegat a la seva ciutat que ha deixat la celebració dels Jocs Olímpics d'Hivern de 2006 i mostra que el significat del concepte "Ciutat Educadora" ha estat present en l'organització i celebració dels Jocs. A més, recorda que, alhora que es duia a terme l'organització de l'esdeveniment, la ciutat va invertir en noves infraestructures i programes amb l'objectiu de donar suport a l'esport per a persones de totes les edats,

així com de promoure'n el coneixement i fomentar els valors que aquest comporta.

Steven N. Blair, doctor expert en esport i activitat física, des de Carolina del Sud, aprofundeix en la relació entre esport, activitat física i salut. Creu que és imprescindible en el futur un canvi en l'estil de vida per a incidir en conductes i actituds que millorin la salut dels habitants de la ciutat, adaptant la ciutat a les necessitats dels vianants i ciclistes i desincentivant l'ús del cotxe, així com a través d'accions d'orientació alimentària i de foment de l'activitat física.

D'altra banda, Christina Ramberg, responsable de medi ambient a Göteborg, ens recorda la importància d'aplicar principis sostenibles en l'organització de competicions esportives: la necessitat de conscienciar els organitzadors sobre l'ús d'un transport ecològic tant per als esportistes com per als espectadors, l'ús de fonts d'energia renovables a les instal·lacions esportives i la necessitat de disminuir la producció de residus i de disposar de contenidors per a separar-los i reciclar-los posteriorment. El seu criteri és que cal comptar amb un pla ambiental relacionat amb el procés organitzatiu de la competició esportiva, tant si es tracta d'un gran esdeveniment o d'una competició de menys envergadura.

El medallista olímpic i president de l'ONGD Dret a Jugar (*Right to Play*), Johann Koss, apunta diferents criteris que cal tenir en compte perquè les polítiques esportives locals de cooperació esdevinguin un vehicle per a la pau i presenten distintes experiències en llocs on hi ha conflictes.

D'altra banda, s'han preparat tres aportacions de fons que presenten diferents aspectes de la pràctica esportiva amb l'objectiu de fer-la més inclusiva:

- El paper social de l'esport, article elaborat per Paul de Knop i Marc Theeboom.
- Esport i igualtat de gènere, per Gertrud Pfister.
- Esport i accessibilitat per a tothom. Una necessitat de les ciutats, per Enrique Rovira-Beleta.

Els autors coincideixen que és necessari democratitzar l'accés als diferents beneficis que comporta la pràctica de l'activitat física i l'esport, vinculant-ho amb un projecte de societat més participativa i solidària. En particular, Paul de Knop i Marc Theeboom, des de Flandes, destaquen que l'esport pot ser un mitjà per a millorar la participació i la integració de grups vulnerables socialment i per a reduir la delinqüència entre joves en risc i ens presenten l'experiència "L'esport de barri" (*Neighbourhood sports*).

Gertrud Pfister, des de Copenhagen, ens recorda les diferències en la pràctica esportiva segons el gènere, ja que, en general, les noies i les dones són més sedentàries que els nois i els homes, i que entre elles existeixen grans

diferències depenent de diferents circumstàncies com ara la classe social, l'origen ètnic, la religió, la cultura a la qual pertanyen i el lloc on viuen, cosa que genera diferents oportunitats d'accés a la pràctica esportiva.

Enrique Rovira-Beleta, des de la seva atalaia de Barcelona, desenvolupa la proposta de propiciar centres esportius a les ciutats i al medi rural com a centres d'animació sociocultural i esportiva, garantint l'accessibilitat de les persones amb diferents tipus de discapacitats, fomentant la interrelació social i ampliant la seva funció de ser un lloc on es coneixen persones de totes les edats i es concilia la vida familiar.

Finalment, es presenten sis experiències de diverses ciutats, que tenen el comú denominador de ser propostes concretes arrelades en el municipi respectiu i que generen dinàmiques de participació en activitats de jocs i esports amb la finalitat de promoure la participació comunitària, la salut i la cohesió social.

Les ciutats de Mèxic D.F.: *Mou-te i posa't en forma*; Granollers (Espanya): *La Granollers CUP, l'handbol que fa ciutat*; Lokossa (Benín): *Adji i vê, dos jocs que formen per a la vida*; Estrasburg (França): *Consulta ciutadana sobre l'estat general de l'esport*; Montevideo (Uruguai): *Montevideo, ciutat saludable*, i Lisboa (Portugal): *L'esport m'inspira*, ens presenten els seus criteris, motivacions i realitats, entre les quals destacaria l'estratègia d'execució d'accions amb la comunitat i amb amplis moviments de voluntaris.

M'agradaria assenyalar alguns elements comuns a totes les aportacions que coincideixen amb els meus propis plantejaments:

- Existeix el convenciment que l'esport ha esdevingut un fenomen social i cultural de màxima importància per als habitants de totes les edats, especialment a causa dels valors educatius que transmet. També sabem que de vegades no se'n fa un ús correcte quan es fan trampes a les competicions amb l'objectiu d'aconseguir la victòria a qualsevol preu o quan es generen episodis de violència entre esportistes o els seus acompanyants o entre els espectadors.
- Quan es parla d'esport es fa en un sentit molt ampli, de vegades amb matisos conceptuals diferenciats entre Europa i Amèrica del Nord, però hem volgut englobar-hi tota mena d'activitats físiques, jocs i disciplines esportives amb l'objectiu de fomentar l'esport per a totes les persones.
- La pràctica esportiva, les activitats físiques i els jocs estan presents a totes les cultures, a tots els països i a totes les classes socials, amb una gran diversitat de manifestacions i oportunitats.

- L'impacte social de l'esport es manifesta en les magnífiques oportunitats de generar vies de relació, inclusió i cohesió social, de foment de la pau i de promoció d'estils de vida saludables.

- Fomentar un esport respectuós amb el medi ambient té una gran importància, en consonància amb el principi 11è de la Carta de Ciutats Educadores: *"La ciutat haurà de garantir la qualitat de vida de tots els seus habitants. Això suposa l'equilibri amb l'entorn natural i el dret a un medi ambient saludable, a més del dret al lleure, entre d'altres."*

- Les administracions públiques locals expressen la seva voluntat de definir col·lectivament la política esportiva de la ciutat.

- S'ha de fer ressaltar el paper clau dels educadors, mestres, entrenadors, tècnics, monitors i pares i mares. Aquests últims tenen una influència decisiva en l'interès de la infància i la joventut en la pràctica esportiva.

Els ajuntaments, com a responsables del medi urbà i dels espais públics, tenen la funció de facilitar i promoure l'ús que se'n fa amb fins saludables, esportius i educadors. Són tan importants la creació i el manteniment d'aquests espais com el fet de gestionar-los correctament per al seu ús recreatiu i educador, seguint el principi 8è de la Carta: *"L'ordenació de l'espai físic urbà atindrà les necessitats d'accessibilitat, trobada, relació, joc i esbarjo i un major apropament a la natura"*.

En l'àmbit d'aquesta monografia es percep que els conceptes Ciutat educadora, Ciutat saludable i Ciutat esportiva són, en el fons, tres expressions pròximes, amb les seves dinàmiques pròpies, però que s'interrelacionen i que han de treballar coordinadament amb el mateix objectiu de fer realitat ciutats on les persones puguin desenvolupar-se amb autonomia, en comunitat, amb estils de vida saludables, gaudint d'un procés de formació integral al llarg de tota la vida, amb justícia social i amb equilibri territorial.

Enric Truñó i Lagares

Gestor esportiu

Regidor de l'Ajuntament de Barcelona (1979-98)



Sergio Chiamparino

Alcalde de Torí (Itàlia)

ENTREVISTA

Sergio Chiamparino es va graduar en Ciències Polítiques l'any 1973, i de 1970 a 1975 va treballar com a investigador a la Universitat de Torí. L'any 1975 va iniciar la seva carrera política com a líder del Partit Comunista Italià (PCI) a l'Ajuntament de Moncalieri (província de Torí). De 1982 a 1986 va ser cap del Departament d'Economia del PCI de Torí. De 1986 a 1988, assessor econòmic del grup del PCI al Parlament Europeu. De 1989 a 1991 va ser secretari regional del sindicat "Confederazione Generale Italiana del Lavoro" (CGIL). De 1991 a 1995, secretari provincial del "Partito Democratico Della Sinistra" (PDS). L'any 1993 va ser elegit regidor de l'Ajuntament de Torí i l'any 1996 representant del PDS a la Cambra de Diputats del Parlament Italià, i va formar part de la Comissió Pressupostària Permanent. El dia 27 de maig de 2001 va ser elegit alcalde de la ciutat de Torí i en va ser reelegit l'any 2006. Des de 2009, Chiamarino és president de la Federació Italiana de Municipis (ANCI).

Quines raons van motivar Torí a presentar la seva candidatura per a l'organització dels Jocs Olímpics d'Hivern?

La ciutat estava experimentant un període marcat per la formulació d'un nou programa de desenvolupament, orientat a vèncer la crisi post-industrial i a assolir un millor posicionament internacional.

Quan va començar la crisi industrial i post-industrial es va veure clar que tindria greus efectes en una ciutat com Torí, que depenia d'una sola companyia. Calia trobar una solució alternativa per evitar el col·lapse de tot el sistema. En aquell moment, l'objectiu era dotar Torí d'una nova identitat, lligant el seu nom no només a una gran producció industrial -tot i ser molt important per a la ciutat- sinó també a noves propostes.

La promoció de la imatge de la ciutat, que es trobava en un profund procés de renovació urbanística i la presentació de les noves propostes van constituir els objectius estratègics acordats per la classe dirigent.

Dins d'aquest marc, es va percebre immediatament que els Jocs constituïen una oportunitat que no es podia deixar escapar, ja que en aquesta celebració convergia la necessitat de potenciar la inversió en infraestructures, el desenvolupament sostenible i la restauració del llegat arquitectònic.

En conseqüència, Torí no solament seria la localitat perfecta per celebrar els Jocs gràcies a la seva situació geogràfica i a la seva llarga tradició en esports d'hivern, sinó que al mateix temps, l'Olimpiada faria possible polítiques de desenvolupament lligades al turisme, a la capacitat d'atraure un nou flux de congressos i a rebre i desenvolupar l'oferta cultural.

Quins criteris es van aplicar a l'organització dels Jocs un cop Torí va guanyar la nominació?

Per començar vam mirar d'organitzar-nos com un territori cohesionat i vam escollir un model guanyador, fruit d'una estreta col·laboració entre totes les entitats impli-

caades. Va ser un procés difícil i exigent però que va ser al mateix temps la clau de l'èxit: la coordinació entre el "TOROC" (Comitè Organitzador de Torí) i els agents locals i nacionals va ser molt eficient. Es basava en la consecució d'un objectiu final compartit, en confirmar el fet que tota la classe dirigent cregués en una àmplia renovació de la identitat de la ciutat i en cercar la possibilitat d'implementar aquest canvi en termes reals. Aquest va ser un factor fonamental tot i que, vist des de fora, podia semblar només un element accessori, encara que útil. Aquella va ser la visió comuna d'una ciutat que havia de ser capaç d'aprofitar els Jocs i els seus beneficis indirectes.

En realitat, si contemplem el paper jugat pels principals esdeveniments de les dues darreres dècades pel que fa a la promoció de ciutats -almenys des d'un punt de vista estadístic- sembla que preval l'establiment d'una relació mútua i positiva entre l'organització d'esdeveniments importants i la possibilitat de millorar l'atractiu i la qualitat urbana d'una ciutat.

Bàsicament hi van haver dos criteris que van guiar l'organització dels Jocs: l'acceleració d'una estratègia de desenvolupament planificada i les inversions a llarg termini. De fet, la ciutat ja estava realitzant una important transformació en infraestructures i una campanya cultural rellevant, de manera que vam dirigir els fons relacionats amb l'esdeveniment cap a projectes estratègics que ja existien. A més, vam concebre les construccions necessàries per als Jocs de manera que un cop passat l'esdeveniment servissin com a habitatges, espais de lleure, equipaments esportius, residències i apartaments d'estudiants, oficines, etc.

Quin paper va jugar la ciutadania en el procés d'organització dels Jocs?

Un paper essencial. La majoria dels 25.000 voluntaris era de Torí. Vam demanar als ciutadans ser els amfitrions d'un esdeveniment internacional i gaudir del canvi que estava experimentant la ciutat. La reacció va ser extraordinària.



Els ciutadans van segellar l'èxit dels Jocs creant una atmosfera genuïna d'eufòria i satisfacció. La seva participació va ser realment rellevant. Gairebé tots els torinesos tenen una història personal per explicar, que està íntimament lligada a l'Olimpíada i gairebé sempre és una història positiva. El nostre, diguem-ne, orgull cívic va créixer molt gràcies als Jocs i aquest es pot considerar com un dels factors més importants del llegat olímpic.

Considerem que el concepte "Ciutat Educadora" va ser present en l'organització i celebració dels Jocs?

La participació dels ciutadans ho demostra. Els Jocs van formar part de les nostres vides i crec que el concepte "Ciutat Educadora" va ser present en l'organització i celebració dels Jocs. A més, a banda de l'organització de l'esdeveniment, vam invertir en la creació de noves estructures i programes dirigits a donar suport a l'esport per a persones de totes les edats i a promoure'n els seus valors i avantatges. Més encara, el coneixement i l'interès dels ciutadans en els esports d'hivern, i en especial els que es practiquen sobre gel -poc habituals a Itàlia-, van créixer gràcies a l'Olimpíada.

El fet de pertànyer a l'Associació Internacional de Ciutats Educadores parteix del convenciment que en cada activitat o esdeveniment l'administració s'ha de comprometre a promoure la participació ciutadana en el projecte comú, a través de les institucions i les associacions de la societat civil, així com també la participació espontània. Penso que això va formar part de l'esperit olímpic. Els ciutadans van ser vistos com a agents bàsics en l'organització dels Jocs i vam decidir dependre de la seva hospitalitat i cordialitat per acollir el turisme internacional. Va ser una decisió afortunada i avui ens inspirem en aquell model d'organització per celebrar el 150è aniversari de la unificació d'Itàlia.

Quins han estat els principals llegats dels Jocs Olímpics a la ciutat i al seu entorn? Considerem que les inversions realitzades a la vostra ciutat han estat rendibles tenint en compte el seu ús posterior? Podríem assenyalar algun llegat intangible?

El llegat dels Jocs és variat. Com ja he explicat, hi ha un llegat material fet a base d'infraestructures noves o renovades. A més, avui tots els edificis olímpics s'utilitzen per a altres propòsits, des d'habitatges socials a l'ampliació del recinte firal. La capacitat de la ciutat d'allotjar turistes ha assolit estàndards europeus gràcies a uns equipaments millors i a un nombre més gran de llits disponibles. El turisme ha crescut de manera considerable i s'ha convertit en un nou sector econòmic. I després hi ha l'herència intangible de que el món ara sap on és Torí i que els torinesos han redescobert l'interès per la seva ciutat.

Permeti'm que faci referència a una altra experiència que ha tingut èxit: Barcelona, després dels Jocs Olímpics de 1992, va experimentar un increment en el moviment turístic del 172% entre 1990/1991 i 2005. Aquest és un exemple modèlic que ha estat estudiat detingudament. Barcelona no era coneguda com a ciutat turística però va experimentar un autèntic "boom" a partir dels Jocs Olímpics.

En aquell moment, Barcelona no tenia una política turística estructurada mentre que, en canvi, el desenvolupament de la ciutat era ben clar. Era una població urbana amb un potent teixit industrial i, com totes les àrees industrials, començava a sentir els efectes de la transformació d'una societat dedicada a la indústria.

Durant aquell període històric específic, Barcelona va notar que havia d'invertir en la qualitat de la ciutat com a eina per incrementar el seu atractiu turístic. Barcelona té el mar i la seva pròpia història, de manera que es tractava



d'unir tots els seus recursos i d'explotar l'Olimpíada en aquella direcció, començant un procés de regeneració. És un exemple que tothom coincideix en afirmar que va ser un gran èxit.

Què és preferible de cara a assolir un gran impacte en la ciutat, promoure un gran esdeveniment esportiu de tant en tant, o diversos esdeveniments esportius més freqüents però menys costosos?

Si per impacte vol dir inversions i visibilitat internacional, la resposta és, sens dubte, un gran esdeveniment. M'agradaria afegir que cap altre esdeveniment que no sigui una Olimpíada pot tenir un impacte tant potent en una ciutat. Un impacte positiu si es gestiona bé i negatiu si alguna cosa falla. Això no vol dir que organitzar un ric programa d'esdeveniments esportius menors no sigui útil. És clar que també aquests elements són bons per a la imatge de la ciutat, per a la qualitat del lleure i per sensibilitzar en matèria d'esport.

En la progressiva transformació d'una ciutat, seria possible transferir l'esperit de la col·laboració institucional que desperta un gran esdeveniment esportiu cap a altres àrees d'acció municipal?

No és fàcil, però és possible. Estic pensant en projectes urbans a gran escala, en iniciatives culturals i en la gestió de serveis públics a escala metropolitana. L'anomenada "governança" ha de ser un objectiu ferm dels administradors públics i és la millor eina de cara a l'estabilitat i l'eficàcia del procés de desenvolupament. En comparació amb la naturalesa excepcional dels Jocs i dels reptes que plantegen, no és possible repetir la possibilitat de prendre decisions importants de forma ràpida. De fet, en un context quotidià cal més temps i més diàleg.

De la vostra experiència en l'organització dels Jocs Olímpics d'Hivern, podria assenyalar algun aprenentatge que li agradaria compartir amb altres ciutats?

L'aprenentatge més important que hem realitzat i que hem après d'altres ciutats, com ara Barcelona, és que cal treballar sobre el llegat des de bon començament. La tasca consisteix en organitzar els Jocs de la millor manera possible, però l'objectiu final és obtenir beneficis permanents per a la ciutat.

A més, l'Olimpíada va funcionar com un compte enrere en relació a d'altres obres públiques, com ara el metro o les places i carrers per als vianants. Va ser una oportunitat extraordinària per dir: "Correu, que ha d'estar acabat per a l'Olimpíada!" Un cop comences a respectar els terminis ja no pots deixar de fer-ho. Les bones pràctiques generen un efecte d'imitació. Avui, Torí ha canviat per a millor, la seva qualitat de vida general ha augmentat, ara forma part de les ofertes de vacances dels operadors turístics internacionals i s'està posicionant com una ciutat d'excel·lència de cara al coneixement i als estudis universitaris. I aquests canvis encara continuen. ●



Steven N. Blair

Professor del Departament de Ciència de l'Exercici Físic, Epidemiologia i Bioestadística de l'Escola Arnold de Salut Pública, Universitat de Carolina del Sud (Estats Units d'Amèrica).

ENTREVISTA

El Dr. Blair és ex-president de la Coalició Nacional de Promoció de l'Activitat Física de la Facultat Americana de Medicina Esportiva (ACSM) i de l'Acadèmia Americana de Kinesiologia i Educació Física. Va ser l'editor científic en cap de l'Informe d'Activitat Física i Salut del Defensor de la Salut dels EUA (*U.S. Surgeon General's Report on Physical Activity and Health*). Ha rebut diversos reconeixements, entre els quals el Premi d'Honor de l'ACSM de 2003; el Premi de l'Associació Popular Americana de la Recerca Científica Cardíaca de 2008, i és una de les poques persones externes del Servei de Salut Pública dels EUA que ha rebut la Medalla del Defensor de la Salut (*Surgeon General's Medallion*). El Dr. Blair és co-president del programa "L'Exercici és Medicina". Ha publicat més de 450 articles i documents fruit de la seva labor de recerca en relació amb l'estil de vida i la salut, amb especial dedicació a l'exercici, la forma física, la composició corporal i les malalties cròniques. És un dels científics de l'exercici físic més citats arreu del món. Ha estat nomenat Doctor Honoris Causa per diverses universitats dels EUA, Bèlgica i el Regne Unit. Ha donat conferències a grups de metges, científics i al públic en general, a 48 estats dels EUA i a 30 països.

Quin nivell d'activitat física considera necessari per millorar la nostra salut? És vàlid qualsevol tipus d'exercici?

Qualsevol activitat és millor que no fer-ne cap, i fer-ne més és millor que fer-ne menys. Un bon objectiu seria acumular 150 minuts setmanals d'exercici d'intensitat moderada, com ara caminar. Una alternativa comparable seria acumular 75 minuts setmanals d'activitat intensa, com córrer o practicar un esport enèrgic, seguint la política oficial del govern dels EUA. Aquestes xifres les va publicar el Departament de Sanitat i Serveis Socials com a recomanacions per a la pràctica de l'activitat física, fa poc més d'un any. Un equip de científics del govern va preparar l'informe basant-se en el treball d'un grup de científics externs. És un treball molt extens, d'unes 700 pàgines, sobre les ciències que donen suport a aquestes recomanacions. Inclou una enorme quantitat d'evidències tant d'epidemiologia com d'estudis de control, que demostren que aquesta dosi d'exercici produeix una bona adaptació fisiològica i aporta beneficis per a la salut.

Aquestes recomanacions recullen dos punts addicionals. Un és que es pot combinar ambdós tipus d'exercicis, per exemple, tres dies de caminar a raó de 30 minuts cada dia i un dia de córrer durant 30 minuts. L'altre punt rellevant és que les nostres recomanacions certifiquen que com més exercici es realitzi, més beneficis aquest aporta a la salut.

Pensa que cal fer una revisió mèdica abans de practicar esport?

Per començar, cal que aclarim el terme "esport". A Europa té un significat una mica diferent que als EUA. Nosaltres entenem per esport fer alguna activitat competitiva: jugar a tennis, a basquet, etc., mentre que a Europa l'esport impli-

ca un ventall més ampli d'exercicis: caminar, córrer, jugar a tennis, etc.

Tornant a la pregunta, penso que és una qüestió difícil i controvertida. En aquesta línia, també hauríem de definir quin mena de revisió cal fer. Als EUA ni tan sols està clar quin tipus de revisió cal fer a les persones que s'apunten a fer esports de competició, ja siguin joves, de mitjana edat o persones grans. Això no obstant, algunes persones pensen que fins i tot els joves que fan esport i que tenen 18, 20 o 22 anys, haurien de passar una prova d'esforç amb un electrocardiograma, però jo no estic d'acord en què calgui fer un examen tan exhaustiu.

El meu punt de vista és que si vostè té aparentment un bon estat de salut, si no ha patit malalties cròniques greus i decideix posar-se a caminar una mica més del que és habitual per millorar la seva salut i la seva forma física, no crec que hagi d'anar a veure prèviament el metge. Per tant, afegir uns quants minuts a la seva passejada diària no requereix una revisió mèdica.

No obstant, en el cas d'una persona de més de 35 anys que camina regularment i que es vol entrenar per córrer una maratón, sí que seria una bona idea passar una revisió mèdica, encara que no hi hagi un estat d'opinió consistent en aquesta matèria.

D'altra banda, és clar que si vostè pateix una afecció cardíaca, hipertensió o diabetis i està pensant en incrementar la seva activitat física, probablement farà bé de consultar el seu metge.

I una cosa més. Si vostè té 50 anys o més, aparentment gaudeix de bona salut, decideix començar a caminar 150 minuts setmanals i quan surt a passejar sent un dolor al pit o es troba malament, això no és un bon senyal i hauria de contactar amb el seu metge de forma immediata.



Sant Sebastià

En resum, no hi ha una àmplia convergència d'opinions, però la gran majoria d'adults (90%) que pretenen simplement posar-se a fer activitats d'intensitat moderada, com ara caminar, poden fer-ho sense cap revisió mèdica.

Actualment, quins són els principals problemes de salut provocats per la manca d'activitat física?

La inactivitat física contribueix a provocar els principals problemes de salut que afecten la societat moderna, que inclou les afeccions cardiovasculars, la diabetis, els càncers de mama i de colon, l'obesitat i l'anquilosament articular.

Hi ha malalties importants que restringeixin l'activitat esportiva de les persones?

Anys enrere, quan vam començar a fer recomanacions sobre l'exercici, teníem una llarga llista d'aquesta mena de malalties. Dèiem que si es patia d'una insuficiència cardíaca congestiva, era recomanable no fer cap exercici. Però ara, 25 o 30 anys després, hem descobert que a les persones que pateixen d'insuficiència cardíaca congestiva també els beneficia l'activitat física. Penso que gairebé tothom es pot beneficiar d'una activitat regular. Si es pateix d'una malaltia greu, sigui cardíaca, cancerígena, etc. les recomanacions pel que fa a l'exercici caldrà que siguin una mica diferents i s'hauran de seguir els consells del metge, però no hi ha gairebé cap circumstància que impedeixi fer-ne.

Pel que fa a l'obesitat, però també en altres afeccions tals com cardiopaties, càncers de mama, diabetis, etc., la pràctica d'exercici no les aturarà, però l'estat general de salut millorarà i el risc de morir es reduirà. Per tant, l'exercici no fa desaparèixer els problemes de salut de forma màgica, però ens fa més saludables i és més probable que sobrevisquem a llarg termini.

Quins altres hàbits o estils de vida considera necessaris?

Naturalment, és important adoptar altres hàbits de cara a un estil de vida saludable que inclouen no fumar, controlar l'estrès, seguir una dieta sana i dormir adequadament.

Quins són els avantatges de les activitats físiques recreatives de grup?

Aquestes activitats són molt atractives per a moltes persones, d'altres prefereixen fer exercici en solitari, però el que compta és que cadascú trobi alguna cosa que li agradi i que la faci. Encara no està clar que l'activitat en grup aportï beneficis addicionals, però el que hem constatat en la nostra recerca, i altres investigadors ho confirmen, és el valor del que anomenem suport social. Ajuda molt les

persones que volen adquirir hàbits saludables mitjançant l'exercici o la dieta o deixant de fumar, que els seus amics, familiars, companys de feina i altres persones els donin suport i els animin. D'aquesta manera, serà molt més probable que assoleixin el seu objectiu.

El grup pot ajudar a fer exercici. Si una persona camina sola o ho fa amb el seu veí probablement el benefici per a la seva salut serà el mateix, però és més probable que vagi a caminar si ha quedat amb algú. L'esport en grup pot ser molt atractiu per a moltes persones.

Quins són els equipaments més adequats per fer activitats físiques o esportives? En el cas de ciutats que no tenen prou infraestructures esportives, això és un impediment per fer exercici físic?

Les instal·lacions més adients depenen, naturalment, del tipus d'esport o d'activitat, dels factors culturals, etc. Penso que una de les coses millors que poden fer les ciutats és convèncer els ciutadans de la conveniència de caminar o d'anar amb bicicleta i facilitar l'accés a les instal·lacions recreatives. Aquesta mena d'activitats poden beneficiar molta més gent que no pas aquelles que requereixen una important inversió en complexos esportius de competició. Animo els polítics i els funcionaris a fer que les oportunitats de practicar esport siguin accessibles a la gent i que adaptin els seus municipis pensant en els vianants i els ciclistes.

Què és més beneficiós per a la salut, les activitats en espais tancats (per exemple, un gimnàs) o les activitats a l'aire lliure?

Els escandinaus han descobert que sovint la gent agafa depressions durant els seus llargs i foscos hiverns. Hi ha llums especials que prevenen aquest estat i la llum solar sembla ser efectiva en el tractament d'algunes afeccions psicològiques. Per tant, algunes persones sortiran beneficiades pel fet de practicar exercici a l'aire lliure, però m'agradaria subratllar que el més important és fer exercici, allà on sigui.

Pensa que l'esport és font de beneficis de caire psicològic?

Abans he apuntat quins eren els beneficis de l'exercici per millorar la salut física, però és ben clar que aquest també aporta beneficis a la salut mental. Disposem de recerques sòlides que demostren que l'exercici és tan important com la medicació per tractar la depressió. De fet, hauria de ser un complement a l'assistència psicològica. Els beneficis



Barcelona



Guadalajara (Mèxic)



Loures (Portugal)

són clars: les persones es troben millor i manifesten que tenen més energia. A més, l'exercici sembla que millora la funció cerebral, tant en infants com en persones grans. En conseqüència, els beneficis de la pràctica regular d'exercici per a la salut mental i fisiològica són extraordinaris.

En la seva opinió, com haurien de ser les ciutats i els espais físics per facilitar una vida activa i l'exercici físic? Quins suggeriments faria a les administracions locals en aquest sentit?

Els polítics electes i els funcionaris tenen la gran responsabilitat de fer que la ciutat afavoreixi un estil de vida saludable. Les administracions locals han d'assegurar que la seva ciutat sigui caminable, que la circulació de vehicles no representi un impediment per caminar o anar amb bicicleta, que abundin els parcs i els espais verds, que les instal·lacions esportives siguin fàcilment accessibles i que la política fiscal afavoreixi el fet de caminar i anar amb bicicleta i desencoratgi la circulació amb cotxe i l'aparcament de vehicles.

El mateix es pot dir sobre una dieta saludable. S'hauria d'assegurar que els aliments saludables siguin accessibles. A les zones pobres de moltes ciutats dels EUA la població no té gaires oportunitats de comprar fruita i verdura fresca. Una iniciativa que ha esdevingut popular és el "mercat dels pagesos", on la pagesia local aporta els seus productes i facilita que la gent els pugui adquirir.

Hi ha un cert nombre de coses que els polítics també poden fer, per exemple, desenvolupar programes educatius i de salut i facilitar assessorament a les escoles i als centres cívics per posar-los en marxa, així com ajudar les persones a assolir hàbits saludables: deixar de fumar, adoptar una dieta saludable, fer exercici, etc.

Com motivar els ciutadans perquè facin exercici?

Fent que l'exercici físic sigui una pràctica habitual a la comunitat. És important oferir programes a través de la ràdio, la televisió i la premsa, que donin consells a la gent sobre com començar i mantenir programes d'exercici físic. També es poden oferir programes de pràctica esportiva a les instal·lacions municipals.

Penso que és molt important assegurar que els metges i altres professionals de la sanitat entenguin realment la importància que l'exercici té per a la salut. Hem posat en marxa una iniciativa juntament amb l'Associació Mèdica Americana i amb la Facultat Americana de Medicina Esportiva, "L'Exercici és Medicina". Aquest programa pretén

ajudar els professionals de la sanitat perquè siguin més convincents a l'hora de parlar amb els seus pacients dels beneficis de l'exercici físic.

Pel que fa al sistema educatiu, cada any als EUA es graduen milions d'estudiants que no han entès la importància que l'exercici té per a la seva salut i podem dir el mateix pel que fa a la seva dieta. Penso que hem fracassat gairebé del tot en educar la nostra joventut en estils de vida saludables i penso que aquesta és una responsabilitat del govern.

Arrel de les seves experiències arreu del món, voldria compartir amb nosaltres alguna bona pràctica en l'àmbit municipal?

Penso que els holandesos van per molt bon camí, especialment a Amsterdam. A la ciutat hi ha carrils reservats als tramvies, que faciliten l'ús del transport públic, i hi ha carrils bici, espai per caminar i inclús espai per als cotxes. A la plaça Damm hi ha un aparcament de bicicletes on n'hi caben milers. Hi ha més bicicletes en aquella plaça que a moltes ciutats senceres dels EUA. És un exemple de com fer una ciutat apta per caminar i per anar amb bicicleta, amb parcs i espais verds. Els urbanistes i els polítics s'han de prendre això seriosament i fins i tot a Amsterdam hi ha aspectes que probablement es podrien millorar. ●

Christina Ramberg

Directora de Planificació Mediambiental
de l'Ajuntament de Göteborg (Suècia)



ENTREVISTA

Christina Ramberg, llicenciada en Enginyeria Química, és directora de Planificació Mediambiental del Departament de Medi Ambient de Göteborg. Va ser responsable del desenvolupament del programa mediambiental dels Mundials d'Atletisme del 1995 i del Campionat Europeu d'Atletisme del 2006 celebrats a Göteborg. En l'actualitat participa principalment en projectes de desenvolupament mediambiental internacionals o finançats per la Unió Europea per a l'organització d'"esdeveniments ecològics" (greening events), així com en d'altres relacionats amb el canvi climàtic, l'eficiència energètica, la formació i l'educació, etc.

Com es poden compaginar l'esport i la sostenibilitat en les activitats esportives planificades pel Govern municipal? Es té en compte el medi ambient?

Quan recordo la situació de Göteborg a mitjans dels anys noranta, la relació entre l'esport i el medi ambient no estava gens clara. A Göteborg vam començar a debatre sobre el medi ambient i l'esport cap al 1994 perquè el 1995 Göteborg havia de ser la seu dels Mundials d'Atletisme, i el Departament de Medi Ambient va proposar que la sostenibilitat tingués un paper destacat als Mundials. Així, vam endegar una tasca de conscienciació mediambiental. Ens va costar una mica convèncer els responsables de l'organització, però finalment van acabar acceptant les nostres propostes. Avui dia hi ha un coneixement molt més gran de la relació entre l'esport i el medi ambient o la sostenibilitat.

De què s'hauria d'equipar el medi urbà per a la pràctica d'activitats esportives respectuoses amb el medi ambient?

Pel que fa a l'esport tant a l'aire lliure com en llocs tancats, és important comptar amb l'equipament necessari perquè la gent pugui prendre consciència més fàcilment de les actuacions mediambientals que es duen a terme. Es poden posar, per exemple, contenidors per a reciclar les deixalles, facilitant la recollida selectiva del paper, el plàstic, els metalls, etc. A l'estadi, es pot produir energia de manera ecològica mitjançant panells solars i molins de vent per a

generar electricitat i fer servir combustibles renovables com ara el biogàs per a la calefacció, etc. També es poden emprar materials ecològics per a la construcció. A més, és important disposar d'un bon servei de transport públic que generi poques emissions de gasos, així com conservar les zones verdes que envolten l'estadi. Un altre tema rellevant és informar els ciutadans i els visitants de les mesures mediambientals perquè els sigui més fàcil complir les "normes".

Quina mena d'esdeveniments esportius requereixen més mesures de prevenció per part dels organitzadors?

Tots els grans esdeveniments esportius exigeixen que es prenguin mesures de prevenció perquè tenen un gran impacte mediambiental. Un esdeveniment d'aquesta mena implica que hi haurà una gran afluència de persones i altres celebracions públiques, per això cal prendre mesures de prevenció especials. Però també cal començar a abordar l'impacte mediambiental d'actes culturals o esportius de menor escala, perquè també aquests tenen un impacte en el medi ambient i, a més, ofereixen la possibilitat d'aprendre a gestionar les qüestions mediambientals.

Quins impactes mediambientals pot comportar un gran esdeveniment esportiu?

Els grans esdeveniments esportius, com ara els Mundials o el Campionat Europeu d'Atletisme, de futbol i altres





esdeveniments esportius, tenen diversos impactes mediambientals: un augment de les emissions de gasos hivernacle, més contaminació atmosfèrica i acústica, un increment del consum d'energia i un augment de deixalles.

Quins són els principis bàsics de sostenibilitat que cal tenir en compte en els esdeveniments esportius?

A l'hora d'organitzar un esdeveniment, els criteris de sostenibilitat són importants. Cal que tot l'equipament necessari tingui un impacte mediambiental baix. Em refereixo a l'impacte en la qualitat de l'aire o de l'aigua, a les emissions de gasos hivernacle o a la contaminació acústica.

També s'ha d'informar els ciutadans o els visitants perquè sàpiguen quins criteris mediambientals s'estan seguint, a més d'informar i formar els funcionaris.

Quins són els principals avantatges d'organitzar esdeveniments sostenibles? Les mesures sostenibles comporten una càrrega econòmica per als organitzadors dels esdeveniments?

Si una organització o un ajuntament acull un gran esdeveniment, és molt important que es puguin veure les actuacions mediambientals que es duen a terme, que es posi de manifest que hi ha una política mediambiental, un programa d'acció en aquest àmbit i un pla de seguiment. Això pot fer que tinguin la possibilitat d'organitzar altres esdeveniments en el futur perquè han complert amb les recomanacions mediambientals.

Avui dia, els organitzadors no creuen que les mesures sostenibles siguin una càrrega econòmica, perquè també generen beneficis, si més no a mitjà i llarg termini. Als grans organitzadors, prendre mesures sostenibles els dona la possibilitat de competir per l'organització d'altres esdeveniments que es facin a la ciutat, i un gran esdeveniment internacional o nacional que inclogui accions mediambientals aportarà beneficis econòmics als organitzadors. Així doncs, no crec que avui dia es pugui dir que l'aplicació de mesures sostenibles sigui una càrrega econòmica.

Els governs locals haurien d'establir normes obligatòries per a controlar els esdeveniments esportius o és millor establir una guia de bones pràctiques mediambientals

per tal de sensibilitzar totes les parts que intervenen en el procés?

Des del meu punt de vista, les directrius o els manuals sobre com gestionar els temes mediambientals són més útils que no pas la legislació i les normatives. A Göteborg hem mirat de treballar de manera que els organitzadors tinguin en compte la sostenibilitat voluntàriament, nosaltres els oferim consells i idees sobre aquesta qüestió. També tenim un sistema de certificació que no és tan feixuc com les certificacions ISO o EMAS; de forma que si els organitzadors compleixen determinats requisits pel que fa a la sostenibilitat, reben un Certificat Mediambiental per a l'esdeveniment. Hem constatat que és més fàcil aconseguir el suport dels organitzadors si els motivem de manera positiva. Aquest certificat mediambiental els permet demostrar que estan acreditats pel Departament de Medi Ambient de l'administració local. Ho vam implantar ja l'any 1995 i hem seguit desenvolupant el sistema, el fem servir també per a altres sectors, però sabem que aquesta solució és especialment bona per a l'organització d'esdeveniments. En el cas dels principals esdeveniments esportius com ara els Jocs Olímpics, la certificació ISO o l'EMAS són més apropiades, però per a altres tipus d'esdeveniments un sistema més senzill pot ser suficient. Per tant, per a nosaltres la millor solució ha estat tenir directrius i sistemes de certificació.

Per descomptat, complim amb la legislació i les normes vigents, com per exemple, la manipulació d'aliments en un esdeveniment. En el nostre sistema de certificació, el primer punt és que s'ha de complir la llei i, d'acord amb això, recomanem altres mesures que cal tenir en compte per a certificar-se. Tenim criteris pel que fa al transport, a la producció i el consum d'energia, a l'ús de productes químics, etc. Intentem millorar el treball de les entitats organitzadores quant a sostenibilitat, afegint altres requeriments que van més enllà de la legislació vigent.

Ens podria donar alguns exemples dels aspectes que contempnen aquestes directrius?

Les directrius per a l'organització d'esdeveniments inclouen:

- El transport: el transport dels espectadors, però també el dels atletes i jugadors, i el transport per a la distri-

bució. És a dir, que es tenen en compte tots els tipus de transport.

- El consum d'energia i l'eficiència energètica: com gestionar els aspectes energètics d'una manera més ecològica i, naturalment, com gestionar les emissions de gasos hivernacle.
- El tractament dels residus: facilitar la recollida selectiva.
- La manipulació dels aliments: una manipulació d'aliments higiènica, d'acord amb la legislació vigent, però també recomanacions per a oferir aliments ecològics.
- Materials d'un sol ús: paper o material biodegradable.
- Conservació de zones verdes.
- Formació i informació: formar els funcionaris i donar informació als ciutadans i visitants sobre l'esdeveniment.

Són només uns quants exemples. Si es tracta d'un esdeveniment realment gran, també parlaríem dels souvenirs i de l'ús de productes químics.

La sostenibilitat en l'esport en l'àmbit municipal és competència del Departament d'Esports o del Departament de Medi Ambient? Intervenen també altres departaments? Cal que aquests es coordinin?

Actualment, a la nostra ciutat hi ha diferents departaments implicats en aquest tema. Inicialment va ser el Departament de Medi Ambient el que va suggerir incloure requisits mediambientals en els esdeveniments d'aquest tipus. Però avui dia es dona una sòlida cooperació no solament entre el Departament d'Esports i el de Medi Ambient, sinó també amb d'altres. Els grans esdeveniments, tant esportius com d'altres menes, atrauen molts turistes, de manera que és essencial que els diferents departaments (turisme, esports, medi ambient, transport, tractament de residus, etc.) cooperin. A Göteborg, si més no, quan s'organitza un gran esdeveniment es forma un grup de treball integrat per representants de diferents departaments que hi col·laboren; en un esdeveniment de menor importància, com a mínim el Departament d'Esports i el Departament de Medi Ambient treballen plegats.

Quins criteris haurien de regir la relació amb les associacions esportives i mediambientals?

El més important és treballar en equip i tractar la sostenibilitat des de bon principi, perquè no és un assumpte que es pugui resoldre dues setmanes abans de l'esdeveniment, sinó que s'hi ha de començar a treballar un o dos anys, o més, abans. És molt important que hi hagi col·laboració com a mínim entre les organitzacions esportives de la ciutat i el Departament de Medi Ambient. A més, les associacions mediambientals també hi poden participar.



Quins aspectes haurien de contemplar les campanyes de sensibilització o la formació dirigida als organitzadors d'esdeveniments i als aficionats?

No estic segura que calgui fer una campanya, però el que sí que és crucial és fer palès el fet que els esdeveniments de la ciutat es basen en els principis de sostenibilitat. També és important proporcionar tota aquesta informació als mitjans de comunicació que cobreixen l'esdeveniment.

És molt important integrar en l'esdeveniment la formació dels funcionaris implicats, així com la dels voluntaris i de les persones que treballen en el procés organitzatiu. Aquestes sessions formatives haurien de tenir en compte tots els criteris esmentats anteriorment en relació amb la recollida selectiva, el transport, la manipulació d'aliments, l'ús de productes químics, els materials de construcció, la producció i el consum d'energia, etc.

Pel que fa als aficionats, reconec que formar-los pot ser molt difícil. Tot i així, se'ls hauria de proporcionar informació sobre les regles i normatives de l'estadi o complex esportiu, com ara que no es poden llençar els papers ni les deixalles en qualsevol lloc i que s'han de respectar les normes. Així doncs, el més important és donar-los informació i mostrar-los on poden trobar, per exemple, els contenidors per a la recollida selectiva. Una altra idea que podria resultar efectiva és trobar un jugador de futbol o un atleta famós que doni suport als principis de sostenibilitat. Si se celebra un gran esdeveniment a la ciutat, com ara un campionat europeu, el fet que una de les estrelles nacionals adopti una postura ferma en la recollida selectiva o en altres temes relacionats amb la sostenibilitat, pot servir de referència per als aficionats. ●

A blue-tinted portrait of Johann Olav Koss, a man with glasses, wearing a suit and tie, smiling. He is holding a soccer ball in his right hand. The ball has the text "LOOK AFTER YOURSELF" and "LOOK AFTER ONE ANOTHER" printed on it. The background is a solid blue color.

Johann Olav Koss

President i director general de Dret a Jugar,
Toronto (Canadà)

ENTREVISTA

Johann Olav Koss és el fundador de Dret a Jugar (*Right To Play*), una organització humanitària internacional que utilitza l'esport i el joc per a millorar la salut, desenvolupar aptituds per a la vida i promoure la pau entre els infants de les regions més desfavorides del món. Com un dels patinadors de velocitat més importants de tots els temps, Johann va guanyar cinc medalles d'or olímpiques i va batre onze rècords mundials durant la seva carrera.

Johann va començar la seva tasca humanitària com a ambaixador d'Ajuda Olímpica el 1993. El 1994, la UNICEF el va seleccionar com a representant especial per a l'esport, i el 2006 el va nomenar ambaixador. S'ha dedicat a desenvolupar Dret a Jugar per a fer-ne una organització no governamental reconeguda internacionalment i capdavantera en la promoció de l'esport per al desenvolupament. Actualment, Dret a Jugar crea i posa en pràctica programes de desenvolupament infantil i comunitari en més de vint països d'Àfrica, Àsia i Orient Mitjà, en col·laboració amb diverses institucions internacionals.

Entre els seus reconeixements hi ha el d'Esportista de l'Any de la revista dels EUA Sports Illustrated, el Premi Jesse Owens, el Premi de la Fundació Internacional d'Atletisme i el Premi Humanitari Jackie Robinson. El 1996 el Centre Carter d'Atlanta li va atorgar el Premi a la Supervivència Infantil, i aquell mateix any, durant la celebració del 50è aniversari de la UNICEF, va rebre el Premi Honorífic d'aquesta entitat. La revista TIME l'ha reconegut com a Líder del Futur, el Fòrum Econòmic Mundial l'ha nomenat Líder Mundial Jove i recentment l'Associació Ashoka li ha atorgat la condició de membre honorífic.

És llicenciat en Medicina per la Universitat de Queensland i té un Màster en Direcció i Administració d'Empreses de la Rotman School of Management de la Universitat de Toronto.

Quin paper haurien de tenir les institucions en la promoció de la pau a través de l'esport? Quines funcions poden tenir les associacions internacionals com Dret a Jugar?

Les institucions locals són fonamentals per a garantir l'aplicació eficaç de programes esportius destinats a fomentar la pau. Per la seva implantació a la comunitat, aquestes institucions estan ben equipades per aportar coneixements i experiència sobre les necessitats socials i són unes aliades importants a l'hora de desenvolupar i implantar programes esportius i lúdics en l'àmbit local.

En poblacions afectades per la guerra, les organitzacions internacionals resulten molt eficaces perquè poden mantenir la neutralitat. En èpoques de conflicte, les institucions locals es poden utilitzar com a instruments polítics per a manipular les dinàmiques de poder, un procés que contribueix a generar desconfiança entre alguns membres de la societat. En aquests contextos, sovint les organitzacions internacionals com Dret a Jugar mantenen més fàcilment la neutralitat i, com a resultat, poden emprendre intervencions destinades a potenciar la pau i la reconciliació. Tot i que el coneixement de l'àmbit local té

un valor enorme en totes les intervencions humanitàries, les organitzacions internacionals també disposen d'una àmplia gamma de recursos, coneixements i experiència que les poden fer valuosíssimes en iniciatives locals de pacificació. Per bé que no hi ha dues situacions iguals, sovint les organitzacions internacionals agafen lliçons apreses en un context i les apliquen en un altre amb resultats significatius.

L'ideal és que les organitzacions internacionals treballin en col·laboració amb les institucions locals per a promoure objectius i fins comuns. D'aquesta manera s'augmenta la força i l'eficàcia de la intervenció i, segons la meua opinió, és més fàcil contribuir eficaçment a les iniciatives de pau i reconciliació a llarg termini.

A nivell pràctic, quins efectes han tingut les recomanacions del Grup de Treball Internacional sobre l'Esport per al Desenvolupament i la Pau?

El Grup de Treball Internacional sobre l'Esport per al Desenvolupament i la Pau (SDP IWG, sigles en anglès) és una iniciativa política d'alt nivell que va sorgir del Grup de Treball sobre l'Esport per al Desenvolupament integrat



Johann Koss participa en activitats esportives i lúdiques a Uganda



Promoció del treball en equip, la confiança i el respecte



El programa de Dret a Jugar al Perú

per diverses agències de l'ONU (*UN Inter-Agency Task Force on Sport for Development*). Quan va començar, el 2004, només hi participaven un grapat de països. El 2008, aquesta participació havia augmentat fins a cinquanta-nou governs, deu agències, programes i fons de l'ONU i nombrosos representants de la societat civil.

Com a Secretariat del SDP IWG del 2004 al 2008, Dret a Jugar va encapçalar les iniciatives del primer mandat del grup de treball desenvolupant i presentant recomanacions als governs en què s'indicava com es podia utilitzar l'esport com a eina per a les estratègies de desenvolupament nacionals i internacionals. El 2008 vam presentar, en una reunió al marge dels Jocs Olímpics d'Estiu, un informe innovador titulat "Aprofitar el poder de l'esport per al desenvolupament i la pau: recomanacions als governs". Aquest document, que era el primer del seu tipus, demostrava que amb unes polítiques i programes ben dissenyats i basats en els valors positius de l'esport es podia avançar en els objectius de desenvolupament, i presentava proves contrastades i actuals dels beneficis de l'esport en diverses àrees temàtiques, com ara: la promoció de la salut i la prevenció de malalties; el desenvolupament i l'educació dels infants i els joves; la igualtat de gènere; la inclusió i el foment de la pau. L'informe també presentava recomanacions de polítiques específiques i programes adreçades als diversos ministeris del govern que treballen en aquestes àrees concretes, a més de recomanacions pràctiques d'alt nivell que tots els països podien adoptar.

Les recomanacions de l'informe han tingut una rebuda molt bona. De fet, ens ha costat atendre totes les peticions de tramesa del document i ara tenim previst traduir-lo a altres llengües. Em complau dir que les recomanacions s'han abordat en diversos actes i reunions internacionals importants, i han circulat entre organismes influents determinants com ara el Commonwealth, la Comissió Europea, la Unió Africana i l'Assemblea General de l'ONU. Potser el fet més destacat és que a la 63ena sessió de l'Assemblea General de l'ONU, els Estats Membres van aprovar una resolució per a fomentar l'ús de l'esport com a mitjà per a promoure l'educació, la salut, el

desenvolupament i la pau. Aquesta resolució no només va esmentar explícitament les nostres recomanacions, sinó que va fer un pas més enllà i va animar els Estats Membres a implantar-les.

Tot i que els canvis de polítiques requereixen temps, ja hem comprovat que alguns governs han augmentat les assignacions pressupostàries destinades a programes de desenvolupament i pau a través de l'esport durant els últims anys. També hem pogut constatar la incorporació de l'esport i l'activitat física al currículum educatiu, i en alguns casos a les estratègies nacionals de reducció de la pobresa. Com a resultat de les recomanacions, també hi ha hagut un major reconeixement per part dels governs de les maneres en què l'esport pot contribuir a l'assoliment dels Objectius de Desenvolupament del Mil·lenni de l'ONU.

Ara que el nou mandat del Grup de Treball Internacional sobre l'Esport per al Desenvolupament i la Pau s'ha transferit a l'ONU, hi ha un potencial enorme per a promoure l'adopció de les recomanacions entre els Estats Membres. Atès que alguns governs necessitaran ajuda, la primera tasca serà facilitar la transferència dels coneixements tècnics, a més dels recursos financers i logístics, necessaris per a permetre les iniciatives d'implantació. Esperem implicar-nos de ben a prop en aquest procés, i per a començar ens agradaria identificar els primers governs que adoptin les mesures per a crear estudis de casos que en mostrin l'èxit.

Quines són les millors maneres d'utilitzar els esports per a promoure la pau? Quins valors es poden transmetre amb l'esport?

A partir de la meua experiència personal visitant comunitats afectades per guerres i conflictes i del meu treball actual a Dret a Jugar, he après molt sobre el valor de l'esport i la seva capacitat de contribuir a la pau. Si s'utilitza eficaçment, crec que l'esport pot promoure la pau de diverses maneres.

Per la seva atracció i popularitat universals, els programes d'esports són una manera excel·lent d'afavorir les relacions entre la gent a un nivell molt personal. Els programes d'esports aporten el "ganxo" inicial necessari



Camp de refugiats d'Umpium, a Tailàndia



Ruanda, Dia de la Infància Africana

per ajuntar els grups oposats. Així, l'esport pot ajudar a establir relacions entre grups contraris i amb el temps donar-los un sentiment d'identitat compartida.

L'esport també pot contribuir a les iniciatives de desarmament i desmobilització després dels conflictes i pot ajudar a reintegrar els excombatents a les seves comunitats. Els programes esportius creen experiències compartides entre els individus exclosos i les seves comunitats i donen als marginats un sentiment d'integració i motivació que els pot dissuadir d'incorporar-se a bandes armades o milícies. Les activitats esportives regulars també poden ajudar a recuperar la sensació de normalitat a les comunitats que s'enfronten als efectes de la guerra i crear espais segurs on reconèixer i abordar els traumes psicossocials.

Fins i tot en entorns on no hi ha hagut cap conflicte actiu, els programes esportius són essencials per a la salut psicossocial i el benestar de les comunitats, i poden servir per a garantir que el conflicte no derivi en violència. Els programes esportius eficaços que estan concebuts per a ser inclusius i accessibles a tots els membres de la comunitat poden millorar la qualitat de vida i fomentar la cohesió social. D'aquesta manera, l'esport uneix les persones per damunt de les distàncies socials, econòmiques i culturals i, amb el temps, això ajuda a minimitzar les diferències observades.

Els programes esportius i lúdics són extremadament beneficiosos especialment per als infants i joves. Participant en activitats esportives ben dissenyades i realitzades per entrenadors i líders qualificats i ben formats, els infants i els joves poden adquirir les capacitats transferibles necessàries per a superar amb èxit les transicions fonamentals de la vida. A través de la participació en l'esport, els infants i els joves adquireixen capacitats valuoses pel que fa al lideratge, la comunicació i el treball en equip, i aprenen a resoldre els conflictes sense violència. Gràcies al contacte regular amb un referent adult afable, guanyen confiança en si mateixos i es coneixen millor com a individus, de manera que emprenen una trajectòria vital positiva que pot complementar les iniciatives pacificadoras a llarg termini.

Es pot fer servir qualsevol activitat esportiva per assolir l'objectiu de fomentar la pau? De què depèn l'eficàcia d'aquestes accions?

A Dret a Jugar dissenyem els nostres programes esportius i lúdics pensant en uns resultats concrets pel que fa al desenvolupament i la pau. Quan els programes es conceben per a obtenir uns resultats específics, crec que és més fàcil que assoleixin els objectius desitjats. Amb tot, això no vol dir que no es pugui promoure la pau amb altres estratègies. Si es dissenyen i s'implanten eficaçment, crec que hi ha molts tipus de programes esportius que poden contribuir a un canvi social positiu. Un cop dit això, hi ha certes característiques pròpies d'un programa esportiu ben dissenyat que s'han de prioritzar.

En primer lloc, i per damunt de tot, els programes esportius destinats a promoure la pau han de prioritzar els valors positius de l'esport, com ara el joc net, el treball en equip, la inclusió, el respecte a l'adversari i la cooperació. Els programes esportius que se centren en aquests valors, per damunt de la competitivitat i de la victòria a tota costa, és molt més fàcil que assoleixin els resultats desitjats.

En segon lloc, els programes esportius i lúdics els han de realitzar entrenadors i líders ben formats, capaços d'actuar com a models positius per als participants. Molts joves, especialment a l'adolescència, perden les ganes de participar en programes esportius i lúdics si no reben el suport continuat d'un referent adult afable i dels companys. Els entrenadors i líders han de ser sensibles i s'han d'esforçar a crear entorns positius que fomentin l'aprenentatge i el desenvolupament.

Finalment, els programes s'han d'oferir en espais segurs que siguin accessibles i inclusius per a tothom. S'han d'adaptar per a incloure les persones amb discapacitats, i, en el cas d'entorns de post-conflicte, les persones que s'estiguin recuperant de les lesions i dels traumes relacionats amb la guerra. A més, els programes s'han de realitzar en entorns accessibles que tinguin en compte la cultura i les circumstàncies singulars de la comunitat.

Pot explicar l'impacte d'algunes experiències d'èxit que conegui en aquesta àrea?



Els infants amb i sense discapacitats guanyen confiança i milloren la salut participant en programes esportius inclusius

i lúdiques en entorns de refugiats fa prop de deu anys per ajudar els infants i els joves afectats per la guerra. Actualment treballem activament amb refugiats i persones desplaçades internament en dotze països.

L'avaluació dels nostres programes en països de risc com l'Azerbaidjan, Benín, Mali, Ruanda, Sierra Leone, Tanzània i la Franja de Gaza ha demostrat que la nostra estratègia de pacificació contribueix a reduir els conflictes en l'àmbit comunitari i augmenta les capacitats individuals per a resoldre els conflictes de forma cooperativa.

Al mateix temps, promovem activament iniciatives a favor de la pau mundial. Per exemple, al Líban, als Jocs per la Pau Mundial de 2008, vam treballar en col·laboració amb organitzacions locals i nacionals a fi de reunir més de 550 infants refugiats del Líban, Palestina i l'Iraq perquè firmessin el Manifest de la UNESCO per la Pau i la No violència en l'Educació. Signant el manifest en presència de les autoritats locals, els infants es van comprometre a la no discriminació i al respecte, a renunciar a totes les formes de violència i a defensar la llibertat d'expressió, la participació oberta, etc.

Com que creiem que les intervencions de pacificació requereixen la intervenció de tota la societat, treballem per a implicar els pares, els tutors, els líders socials i els governs en tots els nostres programes i iniciatives. Estem

com ara ministeris d'educació, autoritats municipals i delegacions locals i internacionals de l'Alt Comissionat de les Nacions Unides per als Refugiats (ACNUR) i l'Agència de les Nacions Unides per a l'Ajut als Refugiats Palestins en el Pròxim Orient (UNRWA). Recentment, una avaluació del programa de l'UNRWA a Palestina va constatar que les escoles que implantaven el nostre currículum patien menys incidents de violència entre els seus alumnes.

És factible la intervenció esportiva en àrees violentes o zones de guerra?

Qualsevol intervenció en una regió afectada per la guerra comporta grans dificultats, i les intervencions esportives i lúdiques certament no en són cap excepció. A les zones de guerra activa, l'esport pot ser un agent poderós que possibiliti una treva i obri breument la possibilitat d'accions d'ajuda temporals. N'és un exemple excel·lent la Treva Olímpica que aproven les Nacions Unides cada any olímpic. Històricament, la Treva Olímpica es va crear per a permetre el desplaçament segur dels esportistes entre els països en guerra i la seu dels Jocs. Més recentment, la Treva s'ha convertit en un símbol del poder de l'esport com a agent de la pau. Durant els Jocs Olímpics de Lillehammer de 1994, per exemple, la Treva va aturar el conflicte de Bòsnia durant prou temps per a permetre la vacunació de 10.000



Les activitats esportives i lúdiques ofereixen l'oportunitat de treballar per a un objectiu comú

permetre un alto el foc entre el govern sudanès i un grup opositor armat. Aquests exemples, tot i ser estimulants, no són habituals. No hem d'oblidar que l'esport per si sol no pot resoldre anys de conflicte ni posar fi a les guerres entre nacions. Per bé que aquests exemples són proves convincentes del potencial de l'esport com a catalitzador per a promoure la pau, és important destacar que, a la majoria de zones de guerra activa, les intervencions esportives no solen ser factibles.

Als llocs on existeix un conflicte actiu, la realitat és que sovint cal prioritzar l'ajuda d'emergència per damunt de l'esport. Als països en guerra, els infants, els adults i comunitats senceres s'enfronten a riscos enormes per a la seva seguretat i benestar. En la majoria de circumstàncies d'aquest tipus, els requisits més fonamentals per a realitzar programes esportius eficaços (és a dir, espais segurs per a reunir-se, nutrició bàsica, infraestructura física, etc.) no es compleixen i, per tant, no és aconsellable introduir una intervenció esportiva sense una avaluació exhaustiva prèvia de la realitat de la situació sobre el terreny.

Allà on s'ha acabat la violència activa, les intervencions esportives constitueixen una manera excel·lent de promoure iniciatives pacificadoras potenciant el procés de desarmament, reconciliació i recuperació. L'esport és especialment eficaç per a integrar les víctimes de la guerra,

inclosos els nens exsoldats, a les seves comunitats, i per afavorir un sentiment de resistència i confiança en un mateix entre els que han estat afectats directament per la violència.

Coneix algun cas en què s'hagin rebutjat activitats esportives de cooperació ofertes a alguna ciutat en situació especial?

No conec cap cas en què una comunitat hagi rebutjat activitats esportives de cooperació, però això no vol dir que no hagi passat mai. El meu consell en aquest sentit és mirar que les intervencions esportives estiguin ben dissenyades des del principi i que es faci una anàlisi i una avaluació adequada abans d'emprendre qualsevol programa nou. Els programes s'han de dissenyar en col·laboració amb els socis i experts locals que els implantaran per a garantir que compleixin les necessitats expressades per la comunitat, i que siguin sensibles a la cultura local. Els programes que no compleixin aquestes condicions corren el perill que la comunitat o la ciutat en qüestió els rebutgi.

Quins aspectes s'han de contemplar necessàriament per a establir polítiques de cooperació per a la pau a través de l'esport?

Per bé que els canvis de política són crucials per afavorir les iniciatives pacificadoras, per si sols no seran mai efectius si no existeix un fort suport als processos pacificadors en els àmbits programàtic i cívic.

Com a punt de partida, els governs, com a membres de l'Assemblea General de l'ONU, poden animar i instar els grups armats implicats en conflictes a respectar la Treva Olímpica. D'aquesta manera, les parts en conflicte tenen una oportunitat per a considerar solucions no violentes.

Els governs també poden referir-se explícitament a l'esport com a agent pacificador en qualsevol política nacional destinada a assolir la pau. D'aquesta manera s'ajuda a conscienciar la gent sobre el potencial de l'esport i s'afavoreix que es tingui en compte en les estratègies internacionals més àmplies destinades a la pau.

Els països també s'haurien de replantejar l'ús de l'esport per a fomentar el sentiment nacional i garantir que els missatges promoguts no fomentin sentiments negatius cap a grups contraris o cap als estrangers.

Finalment, els països s'han de comprometre a abordar la pacificació en l'àmbit individual, a més de l'àmbit sociopolític. Les iniciatives que només abordin un d'aquests àmbits corren el risc de no tenir cap efecte apreciable per assolir una pau duradora. Els programes que fomenten la confiança i les relacions en l'àmbit individual poden tenir un efecte transformador sobre les actituds i percepcions de la comunitat. Per aprofitar aquests beneficis, els governs han de treballar directament amb les institucions locals i les organitzacions expertes en la implantació de programes per a millorar-ne i afavorir-ne la resposta en l'àmbit sociopolític. ●



El paper social de l'esport. Repercussions en la política esportiva municipal

Paul De Knop i Marc Theeboom

Departament de Política i Gestió de l'Esport, Vrije Universiteit Brussel (Bèlgica)

ARTICLE

La creença que l'esport juga un paper social més ampli ha comportat que molts dels gestors de la política esportiva en l'àmbit municipal passin a considerar l'esport des d'una perspectiva general de benestar. Com que el sector de l'esport organitzat té una funció limitada en el marc d'una política més inclusiva, les iniciatives esportives que s'organitzen de forma alternativa (com ara "els esports de barri" a Flandes) ofereixen noves oportunitats per arribar a grups específics socialment desfavorits.

Introducció

La pràctica esportiva s'ha vinculat a diversos significats i funcions socials (Hoyng et al., 1998). Aquestes funcions pertanyen tant a l'àmbit individual com a l'àmbit social i es relacionen, entre altres aspectes, amb la millora de la salut, la democratització, la identificació i el valor econòmic i polític. Per exemple, durant la dècada passada, diversos experts van afirmar que l'esport pot contribuir al desenvolupament del capital social, la qual cosa a la llarga ajudaria les persones a ser millors ciutadans. D'acord amb diversos estudis realitzats, la participació en activitats esportives sembla que té una relació inversament proporcional amb actituds antisocials, com ara l'etnocentrisme, l'individualisme, la desconfiança política, el tradicionalisme i els sentiments d'inseguretat (Scheerder et al., 2006). Així mateix, s'ha constatat que les persones que participen en activitats esportives tenen més confiança en els altres en comparació amb les persones no actives (Breedveld i Van der Meulen, 2002) i que la pràctica esportiva augmenta el compromís cívic en comparació amb altres activitats de lleure (Uslaner, 1999).

En nombroses ocasions s'ha constatat que la participació en activitats esportives organitzades, en concret, pot tenir un paper important en aquest àmbit. Per exemple, es considera que l'afiliació a associacions esportives afavoreix la cohesió de grup (Elchardus et al., 2001) i, segons Putnam (2000), les organitzacions esportives poden contribuir fins i tot a la (re)construcció de la cohesió social en les actuals societats individualitzades.

Així doncs, des dels anys noranta s'observa en molts països una major aposta en el paper social de l'esport. S'han organitzat campanyes de conscienciació en diferents àmbits per tal de posar en relleu el valor social de l'esport i a fi d'estimular els diferents actors del sector dels esports perquè tinguin un paper més actiu en aquest propòsit. Per exemple, la Comissió Europea va designar l'any 2004 "l'Any Europeu de l'Educació a través de l'Esport" i les Nacions Unides van proclamar l'any 2005 "l'Any Internacional de l'Esport i l'Educació Física". En aquest mateix any, el sector dels esports va ser convidat a treballar per la pau

mundial i a donar suport als objectius del Mil·lenni de les Nacions Unides (2005). Per exemple, en aquest context, en els països en desenvolupament s'ha endegat un nombre creixent de "projectes de promoció de l'esport" destinats a oferir noves oportunitats per a l'educació dels joves i el desenvolupament comunitari, així com per ajudar en la lluita contra el VIH/sida (Kruse, 2006).

Aquesta creença en un paper social més ampli de l'esport ha comportat que diversos gestors municipals de polítiques esportives hagin deixat de centrar la promoció de l'esport només en la salut (física) per a tractar-la des d'una perspectiva més àmplia de benestar social (De Graaff, 1996). En lloc de considerar l'esport únicament com una forma d'aconseguir que les persones siguin físicament més actives, de manera gradual s'ha passat a considerar l'esport també com un mitjà per a millorar la situació de grups socials específics (per exemple, la millora de la integració i participació social de grups socialment vulnerables, la reducció de la delinqüència i la criminalitat entre els joves socialment desfavorits) (Collins i Kay, 2003).

Esport-plus

Tot i que el potencial educatiu de l'esport és conegut des de fa molt de temps (per exemple, en el context de l'educació física i l'esport organitzat per als joves), l'ús de l'esport com a mitjà de desenvolupament personal i social de grups específics socialment desfavorits és un fenomen més recent. En aquest àmbit, podem distingir dos enfocaments: *l'esport-plus* i el *plus-esport*. En el primer enfocament, es tracta l'esport com a tal, però també es té en compte el seu paper instrumental. En el segon, es parteix d'una perspectiva social, educativa o sanitària, i es considera l'esport únicament com una part integrada en un conjunt de processos més ampli i més complex. D'aquí en endavant ens centrarem en l'esport-plus.

Avui dia trobem diversos exemples d'iniciatives específiques d'esport-plus d'àmbit municipal en ciutats d'arreu del món. Un dels grups específics que s'intenta atraure mitjançant l'esport és el grup de joves socialment desfavorits. L'interès envers aquest grup sovint es deu a la

creixent preocupació dels gestors de la política municipal per les "molèsties" en l'ordre públic que causen els joves en àrees urbanes desfavorides (per exemple, vandalisme o comportaments ofensius). Les activitats esportives adreçades a aquests joves posen l'accent, bàsicament, en prevenir comportaments "indesitjables". Es considera que en el cas d'aquests joves l'esport pot contribuir a millorar la seva pròpia imatge i les seves habilitats per a sortir-se'n i a adquirir un sentit de la responsabilitat personal i social més elevat, un major capital social, etc. La idea subjacent és que els resultats de la pràctica esportiva (per exemple, el desenvolupament d'habilitats) poden comportar, a la llarga, canvis intermedis a nivell individual (per exemple, el desenvolupament d'una conducta prosocial), els quals, al seu torn, podrien implicar canvis socials més amplis (per exemple, la cohesió social).

Les iniciatives adreçades a aquest grup sovint es caracteritzen per la seva àmplia accessibilitat, per la realització d'activitats esportives de moda o que suposen un repte o desafiament, per la implicació de diverses parts interessades i per l'ús de formats organitzatius alternatius. Això últim és el resultat del fet que, malgrat els beneficis, sovint elogiats, de la participació en esports organitzats, els clubs esportius no han tingut mai un paper rellevant a l'hora de facilitar oportunitats esportives als joves desfavorits. En lloc d'això, i de manera sorprenent, d'altres agents s'impliquen cada vegada més en l'organització d'iniciatives esportives comunitàries específiques (per exemple, el sector de la joventut, l'educació, la integració, els afers socials, la prevenció, etc.).

Per tal d'il·lustrar aquest canvi produït en la política esportiva municipal envers la consideració de l'esport des d'una perspectiva de benestar més general, a continuació es descriu una tendència específica que s'ha pogut apreciar des de principis de la dècada dels noranta en la majoria de les ciutats de Flandes, la part septentrional de Bèlgica de parla neerlandesa.

L'esport de barri a Flandes

Des dels anys seixanta, el govern flamenc ha promogut activament la participació de la població en activitats esportives (De Knop, 2000). Sens dubte, gràcies en part a una política activa d'*Esport per a tothom*, avui dia la població flamenca participa més que abans en activitats esportives. Tanmateix, diversos estudis indiquen que es donen unes clares diferències en els nivells d'activitat esportiva entre diversos grups (vegeu, per exemple, Scheerder, 2004). Les estadístiques mostren que el grau de participació en activitats esportives de grups específics, com ara ciutadans de la tercera edat, persones discapacitades i minories ètniques, és clarament inferior al d'altres grups. Existeixen una sèrie d'obstacles que poden explicar aquestes diferències en la pràctica esportiva, els quals estan relacionats amb els canvis en les

actituds personals i amb el coneixement de l'esport i de l'activitat física, però també amb diferències pel que fa a la disponibilitat de temps, els mitjans, la mobilitat, etc.

En general, podem distingir dues categories de grups que no participen en activitats esportives o que hi participen de manera limitada, les quals es caracteritzen segons a) el seu grau (problemàtic) de participació en activitats esportives (per exemple, "inactivitat esportiva" i "situació esportiva desfavorida") i b) la seva (problemàtica) situació



(per exemple, persones socialment desfavorides, minories ètniques, delinqüents juvenils, drogoaddictes, etc.). Des de fa anys, a Flandes s'han portat a terme diferents iniciatives amb la finalitat d'apropar-se a aquestes categories, seguint objectius diferents en funció de la categoria en qüestió. Així doncs, pel que fa a la primera categoria, l'objectiu principal és augmentar l'interès per l'esport (per exemple, millorant la qualitat de l'oferta, la informació i l'accessibilitat a aquesta i incidint en l'orientació de la demanda). Tot i que

aquestes estratègies també s'utilitzen per apropar-se a les persones de la segona categoria, en aquest cas la tendència és a centrar-se en una funció més instrumental de l'esport, en la qual la participació en activitats esportives es considera un mitjà per augmentar el desenvolupament personal i social entre els grups objectiu socialment desfavorits. Això ha donat lloc a l'aparició d'un format alternatiu en l'organització d'activitats esportives en les ciutats flamenques més grans que ha rebut el nom





d'*esports de barri*. Aquest terme es refereix bàsicament a l'ús de metodologies específiques diferents dels formats més tradicionals d'oferta esportiva.

És important assenyalar que no existeix un format global d'esports de barri en el context de Flandes. Segons les conclusions a les quals ha arribat un estudi destinat a conèixer la situació actual dels esports de barri a Flandes, existeix una gran diversitat de formats organitzatius (Theeboom i De Maesschalck, 2006). Aquesta diversitat depèn en gran mesura del tipus d'organització coordinadora, així com dels objectius i del grup objectiu específic. Els esports de barri sovint es consideren un mitjà adequat per a despertar l'interès envers l'esport i s'adrecen a grups que no participen en activitats esportives (organitzades) o que hi participen només de forma limitada. Els esports de barri no es practiquen normalment en instal·lacions esportives habituals, sinó en d'altres tipus d'instal·lacions a l'aire lliure, com ara places i parcs públics, i en locals interiors, com ara magatzems remodelats, aparcaments, etc. En la major part d'aquestes iniciatives s'ha procurat col·laborar a escala municipal amb altres estructures procedents tant del sector dels esports com de fora. L'oferta d'activitats esportives de barri, així com el nivell organitzatiu i l'enfocament de l'orientació, varia en funció del grup objectiu i de les característiques específiques del barri.

Actualment, el govern flamenc reconeix el valor dels esports de barri. Un decret sobre política esportiva municipal, aprovat el 2008, disposa que els serveis municipals d'esports tenen l'obligació d'invertir una cinquena part dels fons públics en iniciatives esportives organitzades de forma alternativa (com ara els esports de barri) per a poder rebre subvencions del govern flamenc.

Juntament amb l'esport escolar, els esports de barri han esdevingut un dels formats d'esport organitzat de manera alternativa més habituals en les ciutats flamenques i s'ajusten perfectament a les característiques atribuïdes a un bon foment esportiu comunitari: un enfocament flexible, adaptable, informal, interactiu i centrat en les persones, amb l'objectiu d'incidir en el baix índex de pràctica esportiva i de resoldre les deficiències de l'oferta convencional (Hylton i Totten, 2008). El caràcter innovador d'aquestes iniciatives esportives de barri en el cas de Flandes és fa palès en la manera en què s'integren en les estructures habituals (esports municipals i serveis a la joventut) i en l'esforç per a construir una xarxa formal de cooperació de diferents actors dins el context de la comunitat. El concepte d'esports de barri es pot comparar amb formats existents en d'altres indrets, com ara la Xarxa d'Esport Comunitari del Regne Unit i el projecte Barri-Educació-Esport (BOS) dels Països Baixos.

Conclusions

Resulta evident que les expectatives d'utilitzar l'esport des d'una perspectiva social més àmplia han augmentat durant la darrera dècada. Això ha portat a un nombre creixent de gestors municipals de polítiques esportives a considerar l'esport com un mediador important a l'hora de prestar assistència als grups socialment desfavorits. Tanmateix, tot i que cada vegada més persones creuen en el potencial de la proposta de l'esport-plus, en la majoria dels casos, el sovint elogiat valor afegit de l'esport només es descriu en termes molt generals i abstractes, de manera que és molt difícil determinar si és possible assolir aquests objectius imprecisos. Coalter (2007) es va referir, en aquest context, a "[...] intervencions mal definides amb resultats difícils

de valorar [...]” (p. 31). Així mateix, cada vegada s'és més conscient de la dificultat de mesurar els resultats de les intervencions de l'esport-plus (Patriksson, 1995). En molts casos, s'espera que programes específics (sovint amb restriccions tant temporals com de mitjans) aportin una solució a problemes socials d'abast general (Weiss, 1993). Així doncs, com que l'esport no és més que un mitjà o instrument intermedi d'intervenció, resulta fins i tot més difícil determinar el seu impacte. Per tant, cal establir un marc conceptual clar respecte als mecanismes intermedis que poden servir de base per a iniciatives esport-plus de qualitat.

Així mateix, resulta evident que el sector esportiu organitzat, amb els tan elogiats beneficis que aporta a les persones que hi participen, només té un pes moderat en el marc d'una política esport-plus adreçada a grups específics socialment desfavorits. Alguns investigadors afirmen que els clubs esportius podrien generar o, si més no, ampliar els mecanismes tant d'inclusió com d'exclusió i que els processos de vinculació i de connexió no es produeixen necessàriament ni automàticament dins l'estructura d'un club esportiu tradicional (Bailey, 2007; Elling, 2002). Així doncs, és previsible que els serveis situats “fora” de la seva activitat principal (per exemple, atreure i treballar amb joves socialment desfavorits) no siguin prioritaris i que no es prestin d'una forma òptima. En aquest mateix sentit es va pronunciar Coalter (2007), el qual va afirmar que els intents d'utilitzar el sector de l'esport organitzat per assolir uns objectius polítics més amplis poden debilitar la finalitat essencial (principalment no altruista), les característiques i l'estabilitat d'aquest sector.

La postura poc definida del sector de l'esport organitzat a l'hora d'exercir una funció més important en el marc d'una política d'esports més inclusiva ha preparat el terreny a uns altres formats organitzatius (com ara l'esport de barri). Cal esperar que aquesta tendència tingui efecte en el futur de les polítiques esportives d'àmbit municipal. ●

Bibliografia

- Bailey, R. (2007). “Youth Sport and Social Inclusion”. A: N. Holt (ed.). *Positive Youth Development through Sport*. Londres: Routledge.
- Breedveld, K. i Van der Meulen, R. (2003). “Vertrouwen in de Sport. Een Empirische Analyse van de Relatie tussen Sportdeelname en Sociaal Kapitaal”. *Vrijtijdstudies*, 20(2), 37-49.
- Coalter, F. (2007). *A wider social role for sport. Who's keeping the score?* Londres: Routledge.
- Collins, M. i Kay, T. (2003). *Sport and Social Exclusion*. Londres: Routledge.
- Danish, S.J. i Nellen, V.C. (1997). “New roles for sport psychologists: Teaching life skills through sport to at-risk youth”. *Quest*, 49, 100-113.
- De Graaff, D. (1996). *Ontwikkelingen in het Gemeentelijk Sportbeleid in de Jaren Negentig: een Verkennende Studie in Drie Gemeenten*. Tesi doctoral. Amsterdam: Universitat.
- De Knop, P. (2000). *Veertig jaar sport- en vrijetijdsbeleid in Vlaanderen*. Brussel-les: VUB Press.
- De Knop, P. i Walgrave, L. (eds.) (1992). *Sport als integratie. Kansen voor maatschappelijk kwetsbare jongeren*. Brussel-les: Koning Boudewijnstichting.
- Elchardus, M., Huyse, L. i Hooghe, M. (2001). *Het maatschappelijk middenveld in Vlaanderen. Een onderzoek naar de sociale constructie van democratisch burgerschap*. Brussel-les: VUBPress.
- Elling, A. (2002). *Ze zijn er niet voor gebouwd. In- en Uitsluiting in de Sport naar Sekse en Etniciteit*. Nieuwegein: Arko Sports Media.
- Hartmann, K. i Depro, B. (2006). “Rethinking sports-based community crime prevention: A preliminary analysis of the relationship between Midnight Basketball and urban crime rates”. *Journal of Sport and Social Issues*, 30(2), 180-196.
- Hellison, D. (1995). *Teaching responsibility through physical activity*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Hoyng, J., De Knop, P. i Theeboom, M. (1998). “Functies en betekenissen van sport”. *Vrijtijdstudies*, 16(3), 33-55.
- Hylton, K. i Totten, M. (2008). “Community Sports Development”. A: K. Hylton i P. Bramham (eds.). *Sports Development, Policy, Process and Practice*. Londres: Routledge.
- Keller, H., Lamprocht, M. i Stamm, H. (1998). *Social cohesion through sport*. Estrasburg: Committee for the Development of Sport, Council of Europe.
- Kruse, S.E. (2006). *Review of kicking Aids out: Is sport an effective tool in the fight against HIV/Aids?* Informe d'esborrany de NORAD. Informe no publicat.
- Patriksson, M. (1995). “Scientific Review Part 2”. A: Council of Europe Press. *The Significance of sport for society - Health, Socialisation, Economy: A Scientific Review*. 8th Conference of European Ministers responsible for Sport. Estrasburg: Author.
- Pawson, R. (2006). *Evidence-based policy: A realist perspective*. Londres: Sage.
- Putnam, R. (2000). *Bowling Alone. The Collapse and Revival of American Community*. Nova York: Simon & Schuster.
- Scheerder, J. (2004). *Spelen op het middenveld. Vrijtijdsport als ontspanning, ontplooiing en ontmoeting*. Tiel: Lannoo.
- Scheerder, J., M. Theeboom, K. Van den Bergh i De Knop, P. (2006). “Sport en Sociale Cohesie: Een Overzicht van Onderzoeksmateriaal in Vlaanderen”. A: P. De Knop, J. Scheerder i H. Ponnet (eds.). *Sportbeleid in Vlaanderen - Volume 2: Studies*. Brussel-les: Publicatiefonds Vlaamse Trainersschool.
- Theeboom, M. i De Knop, P. (1992). “Inventarisatie binnen het jeugdwelezienswerk in Vlaanderen”. A: P. De Knop i L. Walgrave (eds.). *Sport als integratie. Kansen voor maatschappelijk kwetsbare jongeren* (pp. 119-130). Brussel-les: Koning Boudewijnstichting.
- Theeboom, M. i De Maesschalck, P. (2006). *Sporten om de hoek: een brede kijk op buurtsport in Vlaanderen*. Sint-Niklaas: ISB.
- United Nations (2005). *Sport for Development and Peace: Towards Achieving the Millennium Development Goals*. Nova York: United.
- Uslaner, E. (1999). “Vrijwilligerswerk en sociaal kapitaal”. A: P. Dekker (ed.). *Vrijwilligerswerk vergeleken* (pp.181-206). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Weiss, C.H. (1993). “Where Politics and Evaluation Research Meet”. *Evaluation Practice*, 14(1), 93-106.



Esport i igualtat de gènere

Gertrud Pfister

Professora del Departament de Ciències de l'Esport i de l'Exercici Físic,
Universitat de Copenhaguen (Dinamarca)

ARTICLE

Malgrat els beneficis perfectament documentats que aporta l'activitat física, les nombroses campanyes en defensa de l'adopció d'un estil de vida saludable i l'allau de consells sobre com esdevenir una persona activa i sana, un percentatge considerable de la població –més les noies i les dones que els nois i els homes– porta una vida sedentària.

En aquest article aportaré informació sobre l'activitat física i esportiva realitzada per les noies, els motius de la seva baixa participació en l'esport (esport per a tothom) i recomanacions per adoptar mesures i programes destinats a fomentar i facilitar que les noies esdevinguin persones físicament actives.

Introducció i plantejament

«Al rei no li agradava gens que la seva filla s'apartés dels camins rectes i delimitats del regne i es distraqués per senders, i per això va posar a la seva disposició un carro tirat per cavalls.

“Ara ja no hauràs de caminar més” –li va dir.

“Ara ja no hauries de caminar més” –és el que volia dir.

I el que el rei va aconseguir és que la seva filla no caminés més.» (Anders, 1956, 96).

El comentari metafòric de Günther Anders sobre la vida moderna encara és més adient avui que l'any 1956. Actualment, sembla que gran part de la població dels països d'Occident fan servir “carros” en lloc de les cames.

Malgrat els beneficis perfectament documentats que aporta l'activitat física, les nombroses campanyes en defensa de l'adopció d'un estil de vida saludable i l'allau de consells sobre com esdevenir una persona activa i sana, un percentatge considerable de la població –més les noies i les dones que els nois i els homes– porta una vida sedentària.

En aquest article aportaré informació sobre l'activitat física i esportiva realitzada per les noies, els motius de la seva baixa participació en l'esport (esport per a tothom) i recomanacions per adoptar mesures i programes destinats a fomentar i facilitar que les noies esdevinguin persones físicament actives.

He triat com a grup objectiu la infància i l'adolescència (10-15 anys d'edat) perquè és en aquesta fase de la vida en la qual s'adopten i/o es consoliden els hàbits i gustos que es tindran en endavant. A més, es poden trobar estudis d'abast mundial d'aquest tema per a aquesta franja d'edat.

Tanmateix, hem de tenir en compte que es donen diferències importants entre les noies en funció de les seves circumstàncies vitals, incloent-hi la classe social, l'origen ètnic, la religió, la cultura, l'entorn físic i el lloc de residència. Les noies musulmanes, per exemple, tenen, en molts aspectes, unes oportunitats similars per a ser físicament actives, però també han de fer front a reptes específics (Pfister 2010). La situació de les noies pertanyents a minories ètniques és una preocupació creixent en molts països, però com l'espai de què disposem

aquí és limitat, aquest article se centra en la situació de les noies de la població majoritària.

Em referiré principalment a la situació en els països europeus, però la informació i les recomanacions es poden aplicar fàcilment a altres països i cultures.

En aquest article, el terme “esport” es fa servir en un sentit ampli –“esport per a tothom”–, de manera similar al terme “activitats físiques (recreatives)”.

Participació en esports

Diverses enquestes representatives efectuades en la Unió Europea ens donen una excel·lent informació sobre la quantitat, la durada i la intensitat de l'activitat física realitzada per diversos grups de població, incloent-hi adolescents. A més, estudis en profunditat realitzats a diversos països, regions i ciutats ens informen sobre la pràctica esportiva de la població, com ara tipus d'esport, nivells de rendiment, motivacions, etc.¹

Tanmateix, la major part de les dades de què disposem procedeixen d'autoavaluacions, cosa que implica avantatges i inconvenients. Les comparacions efectuades entre els estudis elaborats amb acceleròmetres i els que es basen en enquestes mostren que les persones que responen als qüestionaris tendeixen a sobrevalorar la quantitat i la intensitat de l'activitat física que realitzen. Tot i així, els índexs de participació en esports que mostren les enquestes són més baixos que els que indica, per exemple, l'informe publicat per l'Institut Willibald Gebhart (amb seu a Alemanya): “Els clubs esportius europeus han tingut uns índexs de participació constants durant anys. Així doncs, el grau de participació en l'Europa occidental i els països escandinaus [...] es troba entre el 50-70% en el cas dels infants i entre el 30-50% en el cas dels joves. Amb tot, l'alt índex de participació en l'esport no pot compensar el creixent sedentarisme en la vida quotidiana. Aproximadament, la meitat dels joves europeus no realitzen l'activitat física necessària per a gaudir d'una bona salut (activitat física moderada i controlada per dia).”²

L'Oficina Regional per a Europa de l'Organització Mundial de la Salut (OMS) va presentar xifres fins i tot més baixes

en un comunicat de premsa del mes de desembre de 2006: "Només el 34% dels joves europeus d'onze, tretze i quinze anys d'edat han manifestat que realitzen l'activitat física suficient d'acord a les recomanacions actuals."³

Aquesta afirmació es basa en l'estudi de Conductes saludables dels joves en edat escolar (Health Behaviour in School-aged Children -HBSC), que proporciona unes dades exhaustives sobre els patrons d'activitat entre els nens i adolescents d'arreu d'Europa.⁴

L'estudi HBSC de 2006 dut a terme en quaranta-un països europeus va posar de manifest que el 25% dels nois i el 19% de les noies de tretze anys i el 19% dels nois i el 12% de les noies de quinze anys realitzaven una activitat física intensa de seixanta minuts, com a mínim, cinc dies a la setmana o més (tal com indiquen les recomanacions de salut).⁵ Es donen grans diferències entre països: el 46% dels nois eslovacs de quinze anys, però només l'11% dels nois suecs, i el 29% de les noies eslovaques, però només el 5% de les noies franceses i portugueses complien les recomanacions dels experts en salut.⁶

Les enquestes efectuades en diferents països van posar de manifest una situació semblant i una disminució molt important de l'activitat física en les noies amb edats compreses entre els tretze i els quinze anys. La següent declaració emesa per l'organització Women's Sport and Fitness Foundation del Regne Unit reflecteix la situació que es dona en molts països: "L'esport i la forma física de les dones en el Regne Unit està en crisi. Més del 80% de les dones i les noies no realitzen prou activitat física per a beneficiar la seva salut. Avui dia, les joves són la meitat d'actives que els joves. Es preveu que la situació empitjori en els pròxims deu anys."⁷

Tanmateix, aquesta tendència es dona en les noies d'una manera diferent i en diversos graus. Tal com han posat de manifest diferents estudis efectuats en diversos països occidentals, un alt percentatge de noies adolescents de classe mitjana o classe alta fan esport, mentre que les noies de classe treballadora o d'origen immigrant constitueixen una proporció alta de la població físicament inactiva.

L'Enquesta mundial sobre la salut dels nens i nenes en edat escolar (Global School-based Student Health Survey - GSHS), realitzada per l'OMS i duta a terme en nombrosos països d'arreu del món, confirma les dades relatives a Europa i mostra unes grans diferències pel que fa a gènere en relació amb l'activitat física entre els joves (amb edats compreses entre els tretze i els quinze anys), diferències que són encara més significatives en els països islàmics i/o amb un nivell de renda baix.⁸

Tipus d'activitat

Algunes activitats recreatives, com ara la natació, el ciclisme o el patinatge en línia, són "neutrals des de la perspectiva de gènere" i són igualment populars entre els dos sexes. Hi



Font: Fotoquelle: LaufReport.de

ha, però, d'altres esports i exercicis que són realitzats d'una manera molt predominant per un sexe o per l'altre.⁹ Tot i que es donen preferències esportives culturals, s'observen tendències similars en la pràctica esportiva per sexes en molts països i regions. Així doncs, els nois prefereixen els esports de pilota (especialment el futbol) i els esports de risc, mentre que les noies opten per activitats més expressives i/o estètiques, com ara la gimnàstica, l'aeròbic i la dansa. Les pistes de monopati són terreny dels nois i les cavallerisses són llocs "només per a noies". Per a moltes noies dels països occidentals, muntar a cavall és un somni, sovint poc realista (Pfister 1993).

Els nois fan seu l'entorn, fan ús i gaudeixen de l'exterior, mentre que les noies prefereixen quedar-se a casa o a prop de casa. L'estudi posa de manifest que els nois exploren espais més amplis que les noies i que fan servir els parcs o els carrers per a realitzar activitats esportives, com ara jugar



a pilota, fer bicicròs o fer *parkour*, un nou tipus d'activitat que consisteix a desplaçar-se per la ciutat superant els obstacles que es troben en el camí (Pfister 1993).

Les preferències esportives de les noies, especialment el seu interès per les activitats organitzades i relativament cares, contribueixen sens dubte a que el seu nivell d'activitat esportiva sigui comparativament més baix.

Activitat física: per què és important?

En el discurs actual sobre salut pública, l'índex d'abandonament de l'esport i l'activitat física per part de les noies es considera problemàtic. Les autoritats sanitàries i els experts en la matèria estan preocupats pel predomini de les malalties relacionades amb l'estil de vida de la població, i als polítics els preocupa l'augment de la despesa en assistència sanitària. Les enquestes que s'estan portant a terme actualment a Dinamarca palesen

que ha disminuït la realització d'activitat física entre les noies de setze a dinou anys i que també ha empitjorat de manera considerable la seva forma física durant les últimes dècades. Només el 47% de les noies de setze anys i el 35% de les noies de divuit anys gaudeixen d'una bona forma física, i el 46% afirmen que no estan satisfetes amb el seu pes.¹⁰

Diversos estudis posen de manifest els nombrosos efectes positius de portar un estil de vida actiu.¹¹ Segons l'Organització Mundial de la Salut, sembla que les dones obtenen uns beneficis específics de portar una vida físicament activa: moltes dones pateixen "malalties associades a una baixa activitat física", com ara malalties cardiovasculars, diabetis, osteoporosi i càncer de mama. L'OMS també fa notar que l'activitat física està relacionada amb una millor salut mental "perquè redueix els nivells d'estrès, ansietat i depressió i pot contribuir a augmentar

l'autoestima i la confiança en un mateix."¹²

Els beneficis de l'activitat física per a la salut no són tan evidents en el cas dels nens, nenes i joves, si més no perquè les malalties potencials encara han de trigar a arribar. Tanmateix, experts i organitzacions de renom, com ara l'European Heart Network, han conclòs que la inactivitat física dels nens i nenes "perjudica la seva salut actual i futura" (European Heart Network 2001).

Alhora que es debat sobre l'"epidèmia d'obesitat" i la disminució de les habilitats motrius dels infants, la preocupació cada vegada més gran pels alts nivells d'inactivitat física ha afavorit l'aparició entre el discurs públic del "salutisme" (en anglès, *healthism*), és a dir, la idea problemàtica de la salut com un imperatiu moral. El

"salutisme" no contempla solament la forma física i el pes corporal, sinó també la participació en activitats físiques com una mesura saludable i com una manera de "bona conducta" i "correcció política". Els estudis demostren que la creixent pressió per a complir amb les normes i les regles socials relatives al pes i als nivells d'activitat pot resultar contraproduent (Dworkin i Wachs 2009).

Així doncs, és important centrar-se en els nombrosos beneficis que l'activitat física aporta a la qualitat de vida de les persones. L'esport i l'exercici tenen efectes positius sobre el benestar social, emocional i mental; ens poden aportar experiències plaents i satisfactòries; fomenten la creació de xarxes socials, i ens enforteixen com a persones.



Com podem explicar l'afició i la pràctica de l'esport per gèneres?

Processos de socialització

En els processos de socialització que tenen lloc al llarg de la vida, les persones adquireixen la identitat "femenina" i "masculina" segons les pautes que regeixen en una societat en particular. El gènere és un dels principis bàsics que estructuren una societat, que atribueix drets i obligacions, responsabilitats i tasques d'acord amb els principals criteris d'assignació per raó de gènere, edat, classe social i origen ètnic. Aquesta assignació està controlada i legitimada per normes, valors i institucions com ara la religió, la ciència, la justícia, l'administració, l'educació i els mitjans de comunicació (Pfister 2008).



Als nens i nenes se'ls assigna el gènere masculí o femení, sovint molt abans del seu naixement, i han de fer front a tot allò relacionat amb el gènere que regeix en la societat en què viuen. Aprenen a actuar d'acord amb les regles, normes, valors i paradigmes de gènere, i també seguint el guió i el sistema que marquen les directrius del comportament "adequat", incloent-hi els discursos i pràctiques de gènere que es refereixen al cos i al moviment. Creixen en un món diferenciat segons el gènere.

Abordar aquesta qüestió des d'un punt de vista socioecològic, com ara el que proposa Hurrelmann (2008), entre d'altres, implica centrar-se en la dimensió interactiva i les relacions dialèctiques entre les persones i el seu entorn social i ecològic/físic. Segons Bilden (1991), la socialització és autoaprenentatge de i a través de pràctiques culturals, i Connell (2002) fa servir l'expressió "aprenentatge actiu". Aquest autor proposa que s'interpreti l'assignació de gènere com a resultat de nombrosos "projectes" en els quals els nens i les nenes aprenen els guions de gènere, adquireixen competències relacionades amb el gènere i desenvolupen models de comportament individuals però alhora típics. Quan es troben davant de les limitacions i les possibilitats pròpies del seu gènere, els nens i les nenes (i les persones adultes) improvisen, imiten, creen i d'aquesta manera desenvolupen estratègies característiques. "Amb el temps, especialment si les estratègies tenen èxit, es consoliden i cristal·litzen com a models específics de feminitat i masculinitat" (Connell 2002, 82). Així mateix, les preferències, les regles i les activitats esportives s'adeqüen als processos de socialització, a "l'autoaprenentatge de i a través de pràctiques socials". La socialització dins l'esport i l'activitat física es pot descriure i interpretar com a projectes (de gènere) que es troben influenciats per diversos factors i processos, i també per persones i institucions, com ara la família i l'escola.

Diversos estudis indiquen que la pràctica esportiva "s'hereta" socialment i que els pares tenen una influència decisiva en l'interès que els seus fills mostren per l'esport i els jocs. Els donen joguines específiques de gènere, com ara pilotes als fills i nines Barbie a les filles. Actualment, una indústria enorme adoctrina amb èxit les nenes perquè demanin vestits de color rosa i princeses Disney. Els pares afavoreixen aquest comportament "adequat" i porten els fills a jugar a futbol i apunten les filles a classes de ballet. A més, els pares i les mares també constitueixen models del rol masculí i femení.

L'esport i els jocs són projectes importants en els grups de nois de la mateixa edat; jugar junts i competir entre ells enforteix les seves relacions i els ensenya a competir i a cooperar. Les habilitats esportives els donen prestigi entre els companys i popularitat en les subcultures esportives masculines, com ara jugar a bàsquet de carrer i anar

amb monopatí. Les noies tendeixen a jugar (i a parlar per telèfon) amb les seves millors amigues. Per a elles, vestir a la moda i tenir un bon aspecte és més important que les habilitats esportives. Les relacions entre els companys contribueixen de forma decisiva a la construcció de cultures esportives de gènere.

L'educació física a les escoles hauria de ser un component important en els "projectes esportius" dels infants i els joves. En la major part dels països, l'educació física és una assignatura obligatòria a totes les escoles, i els nens i nenes de classe treballadora i/o d'origen immigrant hi han de participar. Tanmateix, l'educació física sembla que beneficia especialment els estudiants atlètics, mentre que els alumnes que no mostren cap interès per l'activitat esportiva i que no tenen habilitat pels esports sovint queden marginats.

Una investigació qualitativa efectuada en un institut de Dinamarca va posar de manifest, per exemple, que les classes mixtes d'educació física consisteixen principalment en jocs de pilota, que agraden als nois, mentre que la major part de les noies no poden o no volen participar-hi. El resultat és que les noies participen de forma menys intensa en l'educació física, eviten l'esforç i la competició física o fins i tot rebutgen participar-hi

totalment (Jørgensen 2006; With-Nielsen i Pfister 2010; en impremta). Hi ha molts altres estudis que mostren que els professors tracten de manera diferent els alumnes i les alumnes, que aquests es comporten de manera diferent i que aprenen diferents habilitats, fins i tot en aquells països on el programa d'estudis de l'assignatura d'educació física és el mateix amb independència del gènere.

Per a una gran part de la població, l'esport és "l'esport dels mitjans de comunicació" i els mitjans de comunicació emeten missatges similars arreu del món sobre el rol de les dones i dels homes en el món de l'esport. Les retransmissions esportives se centren principalment en l'esport masculí i ignoren en gran manera les atletes femenines i l'esforç esportiu de les dones. L'esport, especialment l'esport en els mitjans de comunicació, "afavoreix que el cos dels homes sigui fort i que el cos de les dones sigui sexy" (Lorber 1994, p. 43). Els mitjans de comunicació proporcionen els models a imitar per als nois i per a les noies, en l'esport i en qualsevol altre àmbit. El poder i la força, el risc i el contacte corporal agressiu són característiques masculines, mentre que la feminitat es vincula principalment amb el fet d'estar esvelta i atractiva.

Així doncs, les noies aprenen que no s'espera d'elles que siguin atlètiques, i per això infravaloren les seves



habilitats esportives (vegeu Pfister 1996, 51). Així com els nois jutgen el seu cos des d'un punt de vista més funcional (tot i que això està canviant), el cos femení és un mitjà d'atracció social i sexual. L'estilització del cos és, per tant, més important per a les noies i les dones. A causa de la discrepància entre l'ideal i la realitat, sovint les noies i les dones perceben una "mancaça" en relació amb el seu propi cos. L'embelliment i diversos "projectes corporals", des del maquillatge i la dieta fins a l'estilització corporal, constitueixen una part important de la vida quotidiana d'aquestes (vegeu Degele 2004).

L'esport està arrelat i incorporat en l'*habitus* (segons Bourdieu 1984); és una pràctica que genera distinció de gènere, i s'ha d'adequar a les preferències de la persona que el practica, així com amb el seu estil de vida. La pràctica esportiva es troba indissolublement entrelligada amb altres trajectòries vitals i contribueix a la construcció de les biografies dels homes i les dones. L'esport forma part de la "distinció de gènere" i està integrat dins els projectes de gènere de les persones que, al seu torn, ajuden a mantenir la perspectiva de gènere de la cultura esportiva.

Tanmateix, tant el discurs sobre l'esport com les pràctiques esportives canvien constantment, i aquests

canvis també afecten l'activitat esportiva que realitzen els adolescents. L'ús cada vegada més extens dels videojocs pot comportar una disminució de l'activitat física entre els nois, mentre que la creixent popularitat del futbol entre les noies les pot animar a adoptar un estil de vida físicament més actiu.

Oportunitats i obstacles

La participació en l'esport depèn en gran manera de l'entorn i de les oportunitats per a ser físicament actius.

L'OMS destaca una sèrie de causes que explicarien la baixa activitat física entre les dones: "Sovint les dones tenen menys ingressos que els homes, la qual cosa representa un obstacle per a tenir accés a l'activitat física. La tasca que les dones han de dur a terme a la llar els pot limitar el temps de lleure i, per tant, per a l'activitat física. Les dones poden tenir una mobilitat limitada per a traslladar-se a instal·lacions esportives. El que culturalment s'espera d'elles pot fer disminuir la seva participació en certs tipus d'activitat física."¹³ Aquests obstacles també afecten les oportunitats de les noies de participar en l'esport i de fer exercici.

Fins i tot a Europa, els enquestats donen respostes molt diferents sobre la possibilitat de participar en esports o activitats físiques. Mentre que en els països escandinaus més del 80% de les persones enquestades afirmen que la zona on viuen ofereix moltes oportunitats per a realitzar activitat física, menys d'un 50% de les persones enquestades de Portugal opinen el mateix. D'una manera similar, les respostes relatives a la disponibilitat de centres o clubs esportius al barri van posar de manifest les diferències entre el Nord i el Sud.¹⁴ D'acord amb les afirmacions de l'OMS que hem esmentat més amunt, es podria concloure que la manca d'un entorn esportiu favorable afecta les noies i les dones en un major grau que la població masculina.

Segons les estadístiques de què disposem, la proporció de noies adolescents que deixen d'anar als clubs esportius és molt més alta que la dels nois adolescents. Aquest fet planteja la qüestió de si la manca de programes esportius atractius afavoreix la disminució de l'interès pels esports entre les noies. Podem dir el mateix pel que fa a l'oferta esportiva i d'activitat física d'altres serveis, com ara els parroquials i els municipals. Sovint l'esport, com ara jugar a bàsquet de carrer, serveix com a eina per a resoldre els problemes amb grups violents de nens i joves. Les noies, en no causar problemes visibles, sovint són ignorades.

Ciutats educadores: què s'hi pot fer?

Hi ha nombroses oportunitats per a influir sobre els hàbits esportius de les noies (i també dels nois). Algunes d'aquestes intervencions requereixen finançament i recursos humans. D'altra banda, l'esport per a homes –per exemple, la construcció i manteniment d'un estadi



de futbol o l'organització de partits— té un cost molt elevat, tant econòmic com pel que fa a recursos (policia, seguretat!) i ningú no es queixa. Una part d'aquests diners podrien i haurien de ser destinats a finançar activitats físiques per a les noies i en “esport per a tothom”. En moltes ciutats això ja pot ser una realitat.

Les estratègies d'intervenció podrien consistir en:

- Informar sobre les oportunitats per a realitzar activitat física i sobre els beneficis que comporta practicar exercici en llocs on sol aplegar-s'hi molta gent (escoles, llocs de treball, centres comercials, centres de salut).
- Crear un entorn adequat per a la pràctica de l'exercici, un entorn segur per a fer fúting, senderisme, ciclisme, jugar a pilota. Els parcs infantils poden esdevenir “zones esportives”. Si no hi ha espais disponibles, els carrers es poden tancar al trànsit els caps de setmana.
- Afavorir la integració de l'activitat física en la vida quotidiana, per exemple com a mitjà de transport. Les campanyes com ara “a la feina amb bici” podrien ser un incentiu.
- Construir instal·lacions esportives a prop dels barris residencials (els estudis mostren que les instal·lacions esportives es fan servir si s'hi pot arribar a peu).
- Facilitar un accés segur i senzill als programes i a les instal·lacions esportives existents (per exemple, trajectes ben il·luminats).
- Crear “grups esportius” que es trobin de forma periòdica, que vagin junts al gimnàs o a zones esportives, que es truquin entre ells per anar-hi, etc.
- Organitzar activitats esportives per a tothom, com ara senderisme de tarda, estones de fúting o sortides de nit amb patins en línia, o curses de relleus on competeixen membres de clubs esportius, alumnat o treballadors d'oficines o de fàbriques amb paritat de gènere.
- Adaptar les instal·lacions esportives a les necessitats i gustos de les dones i les noies (per exemple, dutxes separades si hi ha dones i noies musulmanes).
- Promoure activitats físiques integradores i “que resultin atractives per a les noies”, com ara saltar a corda, patinatge, fer escalada en rocòdroms, que permetin la participació de molts grups amb habilitats diferents.
- Crear incentius per als serveis esportius existents, a fi que animin les noies i les dones a participar en les activitats esportives.
- Informar dels obstacles i oportunitats per a ser físicament actius, i formar els pares, el professorat, els serveis esportius, etc., sobre els beneficis que comporta portar un estil de vida actiu.
- Modificar el disseny curricular de l'educació física i la formació del professorat en educació física, amb l'objectiu de facilitar que les noies participin en diferents esports i activitats físiques (incloent-hi els que són considerats esports masculins).
- Habilitar els patis i els gimnasos de les escoles per a

realitzar activitats físiques, jocs, patinatge, anar amb bici, fora de l'horari escolar.

- Organitzar cursos, programes i/o esdeveniments per a noies, com ara nits de patinatge, bàsquet de carrer i curses de noies i dones.
- Fer campanyes, com per exemple competicions entre escoles, a favor dels millors programes esportius per a noies, o entre els clubs que tinguin més participants femenines en una cursa de 10 km.
- Promoure les estrelles de l'esport femení i/o les dones amb una bona forma física a fi que serveixin de referència per a noies i dones.

Sóc conscient que moltes ciutats ja s'han compromès en la promoció de l'esport i l'activitat física per a les noies i les dones, i que estan aplicant aquestes “bones pràctiques” i d'altres, potser totalment diferents. També sóc conscient que la meva anàlisi i propostes no tenen en compte tota la diversitat de noies i dones d'arreu del món, ja que la meua perspectiva occidental m'ha influït molt. Tanmateix, espero que aquest article esdevingui un punt de partida perquè s'esmercin més esforços i s'apleguin forces a fi que millori la igualtat de gènere en l'esport així com en altres aspectes de la vida. ●

Bibliografia

- Anders, G. *Die Antiquiertheit des Menschen: Über die Seele im Zeitalter der zweiten industriellen Revolution*. Munic: Beck, 1956.
- Bilden, H. “Geschlechtsspezifische Sozialisation”. A: Hurrelmann, K./Ulrich, D. (eds.). *Neues Handbuch der Sozialisationsforschung*. Weinheim/Basel: Beltz, 1991, 279-301.
- Bourdieu, P. *Distinction: a Social Critique of the Judgment of Taste*. Harvard University Press, 1994.
- Comissió Europea (2006). *Eurobarometer: Health and food*. Brussel·les. Disponible online: http://ec.europa.eu/health/ph_publication/eb_food_en.pdf.
- Connell, R. *Gender*. Cambridge: Polity, 2002.
- Degele, N. *Sich schön machen: Zur Soziologie von Geschlecht und Schönheitshandeln*. Wiesbaden: VS Verlag, 2004.
- Dworkin, S. i Wachs, F. *Body Panic: Gender, Health, and the Selling of Fitness*. Nova York: New York University Press, 2009.
- European Heart Network (ed.). *Children and Young People - the Importance of Physical Activity*. Brussel·les, 2001. <http://www.ehnheart.org/files/phyactivity-084635A.pdf>.
- Hurrelmann, K. *Einführung in die Sozialisationstheorie*. Weinheim: Beltz, 2008.
- Lorber, J. *Breaking the Bowls: Degendering and Feminist Change*. Nova York: W.W. Norton & Company, 2005.
- Lorber, J. *Paradoxes of gender*. New Haven, Londres: Yale University Press, 1994.
- Naul, R. i Brettschneider, W.-D. (2005). “Young people's lifestyles and sedentariness in Europe”. *Acta Universitatis Carolinae Kinanthropologica*, 41 (2005), 2, 25-34.
- Pfister, G. i Fasting, K. “Geschlechterkonstruktionen auf dem Fussballplatz: Aussagen von Fußballspielerinnen zu Männlichkeits- und Weiblichkeitskonzepten”. A: Jütting, D. (ed.). *Die lokal-globale Fußballkultur: wissenschaftlich beobachtet*. Münster: Waxmann 2004, 137-152.
- Pfister, G. “Appropriation of the Environment, Motor Experiences and Sporting Activities of Girls and Women”. A: *International Review for Sociology of Sport*, 28 (1993), 159-173.
- Pfister, G. “Doing Sport ist Doing Gender”. A: Farrokhzad, S. i



Caxias do Sul (Brasil)

- Nikodem, C. *Arenen der Weiblichkeit : Frauen, Körper, Sport*. Colònia: Verlag des Vereins Beiträge zur feministischen Theorie und Praxis e.V., 2008, 13-29.
- Pfister, G. "Fitness und Sportengagement als soziales Erbe – theoretische Überlegungen und empirische Befunde". A: Müller, N. (ed.). *Gesellschaft und Sport als Feld wissenschaftlichen Handelns : Festschrift für Manfred Messing*. Niedernhausen: Schors Verlag, 2007, 287-307.
 - Pfister, G. "Muslim Women in the Diaspora: Sport related Theories, Discourses and Practices – Analysing the Situation in Denmark". A: Benn, T., Pfister, G. Jawad, H. (eds.). *Muslim Women and Sport*. Londres: Routledge, 2010. [De pròxima aparició.]
 - Pfister, G. "Zwischen neuen Freiheiten und alten Zwängen. Körper- und Bewegungskultur von Mädchen und Frauen". A: Flade, A. i Kustor, B. (eds.). *Raus aus dem Haus. Mädchen erobern die Stadt*. Frankfurt/Nova York: Campus, 1996, 45-66.
 - Pilgaard, M. *Danskernes motions- og sportsvaner 2007 - nøgletal og tendenser*. Copenhagen: Idrættens Analyseinstitut, 2008.
 - Raudsepp, L. i Viira, R. "Influence of Parents' and Siblings' Physical Activity on Activity Levels of Adolescents". A: *European Journal of Physical Education*, 5 (2000), 169-178.
 - Ringgaard, L.W. i Nielsen, G.A. *Fysisk aktivitet i dagligdagen blandt 16-20-årige i Danmark*. Copenhagen: Kræftens Bekæmpelse & Sundhedsstyrelsen, 2004.
 - Sallis, J.F., Prochaska, J. i Taylor, W. "A review of correlates of physical activity of children and adolescents". A: *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 32 (2000), 963-975.
 - Seabra, A. F. et al. "Associations between sport participation, demographic and socio-cultural factors in Portuguese children and adolescents". A: *European Journal of Public Health*, 18 (2008), 25-30.
 - Sundhedsstyrelsen. *Fysisk Aktivitet og Evidens - Livsstilssygdomme, folkesygdomme og risikofaktorer mv*. Copenhagen: Sundhedsstyrelsen, 2006.
 - Vilhjalmsón, R. i Kristjansdóttir, G. "Gender differences in physical activity in older children and adolescents: the central role of organized sport". A: *Social Science & Medicine*, 56 (2003), 363-374.
 - With-Nielsen, N. i Pfister, G. "Gender constructions and negotiations in PE - case studies". A: *Sport, Education and Society*, 2010. [En impremta.]

1. Naul, R. i Hoffmann, D., Healthy Children in Sound Communities: a Euregional community setting project, http://www.wgi.de/media/Pdf/HealthyChildreninSoundCommunity-pic_47434.pdf. Vegeu també Sallis et al. 2000; Vilhjalmsón i Kristjansdóttir 2003; Ringgaard i Nielsen 2004; Seabra et al. 2008.

2. http://www.wgi.de/media/Pdf/lifestyle_sedentariness_english_819279.pdf.

3. http://www.euro.who.int/mediacentre/PR/2006/20061117_1.

4. L'Estudi de conductes saludables dels joves en edat escolar (Health Behaviour in School-aged Children-HBSC) es va iniciar l'any 1982 i la primera enquesta transnacional en cinc països es va dur a terme en el període 1983-84 (vegeu <http://www.hbsc.org>).

5. Des de la darrera enquesta de 2002, el percentatge de nens actius ha disminuït. Les dades de l'estudi HBSC donen informació sobre tendències, però s'han d'interpretar amb prudència. Potser no s'han tingut en compte adequadament les condicions específiques de cada país.

6. Una panoràmica de la salut de la juventut a Europa (A snapshot of the health of young people in Europe): informe elaborat per la Conferència sobre la Salut dels Joves de la Comissió Europea Brussel·les, Bèlgica, 9-10 de juliol

de 2009 (<http://94.23.50.42/youth/documents/A%20snapshot%20of%20the%20health%20of%20young%20people%20in%20Europe.pdf>; vegeu també Comissió Europea 2006).

7. <http://www.womeninsportconference.com/homepage.asp>.
8. L'Enquesta mundial sobre la salut dels nens i nenes en edat escolar (Global school-based student health survey-GSHS), iniciada per l'OMS i efectuada en nombrosos països, mostra el mateix patró d'activitats físiques per sexes. <http://www.cdc.gov/GSHS/de>.
9. Skolebørns deltagelse li idræt og andre fysiske aktiviteter i Rudersdal http://www.cisc.sdu.dk/Publikationer/qKL2006_4.pdf.
10. <http://www.dgi.dk/redaktionen/dui/14-2003/piger.aspx> enquesta MULD.
11. Hi ha una abundant bibliografia sobre aquesta qüestió; vegeu, per exemple, Sundhedsstyrelsen 2006.
12. <http://www.euractiv.com/en/sports/women-sport/article-137664>.
13. <http://www.euractiv.com/en/sports/women-sport/article-137664>.
14. Eurobaròmetre "Activitat Física"; http://ec.europa.eu/public_opinion/archives/ebs/ebs_183_6_en.pdf.



Esport i accessibilitat per a tothom. Una necessitat de les ciutats

Enrique Rovira-Beleta Cuyás

Arquitecte i professor responsable de les assignatures sobre accessibilitat a l'Escola Tècnica Superior d'Arquitectura (ESARQ) de la Universitat Internacional de Catalunya (UIC)

ARTICLE

És imprescindible incorporar l'accessibilitat en tots els projectes de les nostres ciutats, degut a l'envelliment de la població i a la millora de la qualitat de vida que la societat demana. La supressió de barreres arquitectòniques i en la comunicació no és només una necessitat per a les persones amb discapacitat, sinó que constitueix un avantatge per a tots els ciutadans. Segons el meu criteri, una bona accessibilitat és aquella que existeix però que passa desapercebuda per a la majoria dels usuaris.

Críteris generals

En aquest segle XXI, les ciutats tendeixen a registrar: un increment poblacional, a causa del ritme vertiginós d'augment d'estrangers; un envelliment de la població; un increment de persones que viuen soles; una disminució del nombre de naixements, etc.

La millora de la qualitat de vida de la població, i específicament la de les persones amb mobilitat i/o comunicació reduïda (PMR), és un dels objectius prioritaris en els darrers anys de l'actuació pública dels governs, institucions municipals i locals en els països desenvolupats. Les normatives vigents sobre aquesta qüestió han contribuït a la construcció d'espais i edificis que no discriminen cap usuari.

La nostra societat està experimentant una decidida evolució envers la integració de les PMR, que actualment superen el 30% de la població en països desenvolupats, considerant en aquest grup qualsevol usuari de la ciutat que tingui una limitació o un impediment en la seva mobilitat, tant si és permanent com provisional, a causa, per exemple, d'una lesió o pel fet d'haver de carregar un gran pes.

El col·lectiu de persones amb grans discapacitats mostren una voluntat creixent de presència i participació en la vida social, però la integració total d'aquestes persones no es pot fer efectiva si els diferents espais i entorns (habitatge, llocs de treball, centres d'ensenyament, serveis, establiments turístics i de lleure, mitjans de transport, vies públiques, etc.) no són accessibles per a desenvolupar una vida quotidiana amb normalitat i de manera autònoma.

Cal potenciar la supressió de barreres físiques i sensorials, tenint en compte que un bon disseny ha de considerar la variabilitat de tots els usuaris, siguin quines siguin les seves característiques i necessitats, per tal d'aconseguir un *disseny per a tothom*, que alhora millori la qualitat de vida de tots els usuaris.

L'esport és una activitat sempre beneficiosa per a millorar la salut i la qualitat de vida de tothom. Normalment utilitzem les instal·lacions esportives en diferents franges horàries en funció dels nostres compromisos professionals i laborals. Així doncs, en horaris de mig matí i/o mitja tarda, aquestes instal·lacions són usades habitualment per nens/escoles, d'una banda, i per persones grans/jubilats per a millorar la seva condició física, d'una altra. Tots ells tenen

la mobilitat i/o la comunicació reduïda temporalment o permanentment, i necessiten que aquests equipaments siguin el màxim d'accessibles per a millorar la seva autonomia, comoditat i seguretat.

En aquest segle XXI, és conegut el concepte de *supressió de barreres* arquitectòniques i molts països disposen de reglamentació d'obligat compliment sobre aquesta matèria. No obstant això, hem d'aconseguir promocionar l'accessibilitat aplicada de manera desapercebuda i amb el mínim cost, incloent-la en tots els dissenys i els seus detalls per aconseguir una millor qualitat dels espais, elements, serveis i productes utilitzats per totes les persones, tinguin o no les seves capacitats limitades. Per tant, *l'accessibilitat* és aquella característica de l'urbanisme, l'edificació, els mitjans de transport, els sistemes de comunicació, el mobiliari, la informació i la senyalització, els béns, els productes, els serveis i de tot el que ens envolta a les nostres ciutats i pobles, que facilita l'autonomia a qualsevol persona i alhora descobreix les capacitats de les persones amb discapacitat.

Com que la societat demana cada vegada més una qualitat de vida més alta, hem de dissenyar les nostres ciutats pensant en les característiques de totes les persones, incloent-hi les que tenen grans discapacitats, i d'aquesta manera millorarem, sens dubte, el confort i la seguretat de tots els ciutadans, perquè:

- per on passa una persona que fa servir una cadira de rodes per a desplaçar-se, de segur que hi pot passar tothom amb més facilitat;
- si pensem en la senyalització apta per a persones amb deficiències visuals i/o auditives, de segur que tots els que hi veiem i hi sentim ho podrem fer encara millor, i també evitarem accidents a tots els desorientats (és a dir, als cecs o sords puntuals).

Per exemple, introduir l'accessibilitat en una instal·lació esportiva no consisteix solament a aplicar un conjunt de mesures correctores a una proposta elaborada, retocant-la o modificant-la puntualment, sinó que l'accessibilitat s'ha

“Una bona accessibilitat és aquella que existeix però que passa desapercebuda als usuaris i que representa un cost baix o nul en la majoria de casos”



Exemple de pas de vianants accessible, apte per a tots els seus usuaris (Barcelona ciutat).

d'incorporar com una nova variable de partida, que influirà des d'un bon començament en la gestació i el disseny de la solució final, acceptant la diversitat dels seus usuaris finals:

- persones en plenitud de les seves capacitats;
- persones que tenen temporalment o permanentment les seves capacitats limitades (persones amb limitacions sensorials en la visió i/o en l'audició, persones que es poden desplaçar però amb dificultat, usuaris de cadira de rodes, persones amb dificultats cognitives, etc.).

Afortunadament, gairebé no hi ha incompatibilitats entre les necessitats dels uns i dels altres, de manera que el disseny per a tothom consisteix a dominar, i no solament a conèixer, les característiques de les persones amb grans discapacitats per tal d'aconseguir dissenys que mitjançant la incorporació de petits detalls, que sovint només consisteixen en una ampliació de dos centímetres, siguin aptes per a un nombre més gran de persones, fins i tot amb discapacitats severes. A més, aquesta modificació mínima sovint ni s'aprecia.

Per tot plegat, m'atreveixo a afirmar que una de les mesures bàsiques de l'arquitectura del segle XXI serà la cadira de rodes (1,20 m x 0,70 m), perquè per on ella passa, de segur que tothom hi passarà amb més facilitat, confort i seguretat. Per tant, la cadira de rodes és una de les mesures que determina la necessitat d'espai per a poder maniobrar, salvar desnivells, abastar objectes i facilitar el control de l'equilibri de l'usuari. Així mateix, la senyalització i la informació pensada per a persones amb discapacitats visuals i/o auditives milloraran, sens dubte, la percepció d'aquestes a tots els ciutadans que hi veuen i hi senten sense dificultat.

Accessibilitat a les instal·lacions esportives

Hem de garantir l'accés, l'ús i el gaudi dels espais, itineraris, elements, serveis, béns i productes de les instal·lacions esportives, sense barreres arquitectòniques ni en la comunicació. Així, aconseguirem incrementar el nombre



Bici de muntanya (Girona)

de ciutadans que practiquen activitat física i esportiva, incloent-hi el col·lectiu de persones amb grans discapacitats. I, a més, sensibilitzarem tots els agents implicats en la promoció de l'esport i l'activitat física, i el públic en general que comparteix l'ús de la instal·lació amb persones amb grans discapacitats.

Amb l'accessibilitat assegurarem que els nens i les nenes amb discapacitat tinguin les mateixes oportunitats que els altres nens i nenes de participar en activitats lúdiques, recreatives, d'esbarjo i esportives, incloent-hi les que es realitzen dins el sistema escolar.

És important que s'apliqui l'accessibilitat en totes les instal·lacions esportives dels diferents esports que es poden arribar a practicar, alguns no gaire habituals, com ara golf, hípica, senderisme, voleibol, vòlei platja, submarinisme, vela, tir, excursions, aeromodelisme, ciclisme, esquí, esquí aquàtic, rugbi, etc.

Principals dificultats per a realitzar activitats esportives amb què es troben les persones amb mobilitat i/o comunicació reduïda

Les dificultats més habituals amb què es troben les PMR cada dia per a poder realitzar una activitat són:

- *Dificultats per a maniobrar* amb les quals es troben les persones amb grans limitacions tant per a desplaçar-se en línia recta com per a traspasar una porta, fer translacions, etc.
- *Dificultats per a salvar desnivells* a causa d'escales o esglaons alts sense passamans, manca d'aparells elevadors practicables per a usuaris de cadira de rodes i construcció de rampes amb pendents pronunciats.
- *Dificultats de control i equilibri*, en necessitar mantenir l'equilibri amb ajuda de passamans o barres de subjecció i suport per a fer les diferents transferències; en transitar per paviments llisos i lliscants; en manipular interruptors, manetes, aixetes, etc., que no siguin de palanca o polsador.



Piscina adaptada per a tots els usuaris en disposar de rampa i escales d'accés a l'aigua. Complex Esportiu Municipal a Sant Esteve Sesrovires (Barcelona)

- *Dificultats d'abast i informació manual, visual i auditiva* que presenten persones amb discapacitats sensorials per abastar objectes en plans horitzontals i verticals, detectar o evitar obstacles i forats, determinar direccions i comunicar-se amb l'entorn.

Actuacions prioritàries per aconseguir una total accessibilitat en l'edifici d'una instal·lació esportiva

- *Accés:* es comprova si l'accés es produeix a nivell o si hi ha cap ressalt o desnivell o bé si hi ha algun itinerari alternatiu; s'analitzen els controls d'accés, les portes i els sistemes d'obertura, el paviment, els pendents, la il·luminació i el contrast de colors i textura, i es verifica l'existència de places d'estacionament reservades per a vehicles de persones amb mobilitat reduïda adequadament senyalitzades.
- *Comunicació horitzontal:* s'analitza si els vestíbuls i les àrees de recepció i atenció al públic són adients per a persones amb discapacitats físiques i/o sensorials; si la informació i la senyalització també són aptes per a persones amb limitacions a la vista o l'oïda; si ho són els itineraris interiors i exteriors adjacents a l'edificació, estudiant les dimensions dels recorreguts, els canvis de direcció i els replans d'accés, les portes, els paviments, les baranes i els passamans, els possibles obstacles, els desnivells i si aquests se salven amb rampes o no, a més de la il·luminació i els seus possibles contrastos.
- *Comunicació vertical:* en el cas que un edifici tingui dues plantes o més, s'estudien els elements pels quals té lloc la comunicació vertical, com ara escales, rampes i ascensors; s'analitza cadascun detalladament, i s'hi incorporen els elements necessaris perquè siguin utilitzats també per persones amb mobilitat i/o comunicació reduïda.
- *Serveis higiènics i vestidors:* s'analitzen els lavabos utilitzables per persones amb mobilitat reduïda i les seves dimensions respecte dels lavabos d'ús general. En el cas que hi hagi vestidors, aquests també s'analitzen.

- *Mobiliari i equipaments d'ús públic:* s'analitzen els elements de mobiliari com ara els taulells d'atenció al públic, les cabines de telèfon, les taules, etc., així com el seu disseny i ubicació. També són objecte d'estudi en aquest apartat les places reservades per a espectadors amb cadira de rodes o que presenten alguna disminució sensorial i els seus acompanyants, en locals d'espectacles, graderies o similars.
- *Senyalització i comunicació:* s'estudien la senyalització i la comunicació en la fase de construcció dels edificis, en l'arquitectura efímera, en els diferents elements expositius, panells d'informació i documentació que es lliura al públic en general, tenint en compte que també siguin accessibles per a persones amb limitacions visuals i/o auditives.

Barcelona ciutat educadora, esportiva i accessible

Gràcies als Jocs Olímpics i Paralímpics que es van celebrar a Barcelona l'any 1992, la ciutat es va transformar en dur-s'hi a terme grans obres d'infraestructures viàries, amb rondes de circumval·lació que unien les diferents àrees de competició, i es van adaptar: els passos de vianants amb rampes en tota l'amplada i amb la incorporació de semàfors acústics; els transports públics amb autobusos de pis baix, amb taxis accessibles per a usuaris de cadira de rodes i amb ascensors per accedir des del carrer a les estacions de metro, i es van distribuir per tota la ciutat serveis higiènics adaptats per a PMR. Així mateix, es van condicionar l'aeroport, els hotels i els càmpings de la ciutat per a persones amb discapacitats, amb la qual cosa es van beneficiar alhora tots els ciutadans, atès que aquestes adaptacions van millorar la seva comoditat i seguretat.

Per primera vegada, els Jocs Paralímpics es van celebrar a les mateixes instal·lacions esportives de la ciutat seu dels Jocs Olímpics. Aquests jocs són el màxim exponent mundial de l'esport de competició per a persones amb discapacitats



Font: Special Olympics Catalunya

físiques i/o sensorials. A Barcelona'92 es va aconseguir un gran èxit d'assistència de públic en totes les proves esportives. Això va comportar l'augment del grau de sensibilització social que hi havia a la ciutat i els entorns, la qual cosa ha facilitat, sens dubte, que en les dècades següents als Jocs l'accés a l'activitat física i esportiva de les persones amb discapacitat hagi estat un objectiu més assequible a la ciutat i a les poblacions del voltant.

La metodologia de treball del Comitè Organitzador dels Jocs va consistir a introduir el màxim nombre d'aquestes millores d'accessibilitat de manera permanent en les obres i assolir, per tant, un nombre molt important d'instal·lacions esportives, d'equipaments de l'organització, d'habitatges olímpics i paralímpics, d'entorns urbanístics, de mitjans de transport i de sistemes de senyalització i comunicació perfectament accessibles per a persones de mobilitat reduïda i/o amb limitacions sensorials.

Aquest treball es va dur a terme en col·laboració amb els diversos equips de professionals i direccions facultatives, empreses promotores i constructores, etc., que operaven en els equipaments i instal·lacions dels Jocs. Això va implicar un alt component de sensibilització d'aquests equips humans, que, unit al fet del reconeixement de la seva tasca

en el sector, va comportar la difusió de les solucions adoptades per a permetre l'accessibilitat de PMR en les diverses instal·lacions i la supressió de les barreres arquitectòniques i en la comunicació d'aquells equipaments anteriors a la creació de l'Àrea d'Accessibilitat en la Divisió de Paralímpics del Comitè Organitzador dels Jocs (COOB'92).

El fet d'utilitzar les mateixes instal·lacions esportives de competició i entrenament tant per als Jocs Olímpics com per als Paralímpics va donar com a resultat uns equipaments esportius totalment accessibles, un estalvi econòmic per a l'organització i unes instal·lacions que després dels Jocs tots els ciutadans, tant si tenen discapacitats com si no en tenen, poden utilitzar per a fer activitats esportives. Va passar el mateix amb els edificis de l'organització, amb la Vila Olímpica i, sobretot, amb els mitjans de transport públic, que actualment la ciutadania de Barcelona utilitza diàriament.

Barcelona és avui dia una ciutat que té una llarga tradició esportiva i que disposa d'una xarxa associativa gran i potent, nascuda de la voluntat dels seus ciutadans d'autoorganitzar-se i construir clubs i empreses esportives amb capacitat per a promoure l'esport, competir a un alt nivell i gestionar instal·lacions esportives amb gran eficiència.

Propostes de futur

- Propiciar que els centres esportius a les ciutats i al medi rural siguin centres d'animació sociocultural i esportiva, amb accessibilitat per a tots els tipus de discapacitats, fomentant la interrelació social i ampliant la seva funció com a llocs en els quals es coneixen persones de totes les edats i es concilia la vida familiar.
- Promoure cursos d'esports per a persones amb discapacitat a escoles, hospitals i centres de rehabilitació i associacions i institucions de persones amb discapacitat.
- Elaborar una guia bàsica d'atenció a persones amb discapacitat, que es distribueixi entre tots els professionals d'instal·lacions esportives, per a saber com tractar i gestionar les activitats per a PMR.
- Crear serveis municipals d'orientació i assessorament especialitzat per a persones responsables d'instal·lacions esportives i per a informar les persones amb discapacitat de les ajudes existents per a fer esport.
- Elaborar una "guia de bones pràctiques d'accessibilitat per a instal·lacions esportives (supressió de barreres arquitectòniques i en la comunicació)" amb pautes d'actuació quant al disseny i la gestió dels espais urbànics i arquitectònics, els seus sistemes de comunicació i informació, els seus béns, productes i serveis, i la usabilitat d'aquests per part de les persones amb grans discapacitats i/o persones amb mobilitat i/o comunicació reduïda temporal, que complementi i amplii la normativa d'accessibilitat existent a cada país. ●

Documents de referència

Guía de accesibilidad para empresas.
 Autores: Enrique Rovira-Beleta Cuyás / Ana Folch Mendes
 Fundación Adecco / Club Excelencia en Sostenibilidad (2009)

Guía de la Barcelona accesible.
 Autores: Enrique Rovira-Beleta Cuyás / Ana Folch Mendes
 Viena Ediciones (2006)

Accesibilidad en el medio físico para personas con ceguera o deficiencia visual.
 Dirección General. Departamento de Servicios Sociales para Afiliados
 Sección de Acción Social e Integración Laboral
 ONCE (Organización Nacional de Ciegos Españoles) (2003)

Accesibilidad para personas sordas.
 Recopilación de barreras de comunicación y sus soluciones.
 ACAPPS - Associació Catalana per a la Promoció de les Persones Sordes
 FESOCA - Federació de Persones Sordes de Catalunya (2003)

Libre blanc de l'accessibilitat.
 Autor: Enrique Rovira-Beleta Cuyás
 Edicions UPC - Colecció TEP, núm. 6 (2003)

Codi d'accessibilitat de Catalunya.
 Departament de Benestar Social,
 Generalitat de Catalunya (1995)

Font: Special Olympics Catalunya



A blue-tinted photograph of a large crowd of people. Many individuals have their hands raised in the air, suggesting a moment of celebration, applause, or participation in an event. The background is slightly blurred, focusing attention on the collective gesture of the crowd.

Experiències

Campanya Mou-te i posa't en forma, l'experiència de la Ciutat de Mèxic

Sonia Aguirre Garcés

Directora de Promoció de la Salut

José Luis Navarro Paredes

Coordinador de Promoció de la Salut i Cultura de l'Envel·liment

Mónica Hurtado González

Subdirectora de Promoció per a Grups de Gran Risc,
Govern Municipal de la Ciutat de Mèxic

Durant les darreres dècades, s'han modificat substancialment les condicions i estils de vida de la població mexicana. Aquests estils es manifesten, entre altres coses, en canvis significatius en els hàbits d'alimentació i en un major sedentarisme, factors que estan íntimament associats a un risc major de generar sobrepès i obesitat, així com a malalties cròniques.

Aquesta tendència no es pot revertir solament amb estratègies pal·liatives. Cal actuar sobre aspectes estretament relacionats amb el canvi d'estil de vida per incidir en conductes i actituds saludables que millorin la qualitat de vida dels habitants de Ciutat de Mèxic.

Després d'un any de treball, la campanya "Mou-te i posa't en forma" (Muévete y métete en cintura) continua arrelant-se a l'àmbit públic mirant de sensibilitzar la població perquè adquireixi hàbits saludables d'alimentació i de pràctica d'activitat física.

Antecedents

Un dels principals factors de risc associats al perfil epidemiològic actual de Mèxic és el problema creixent del sobrepès i la obesitat en totes les etapes de la vida, el qual ha tingut un increment accelerat en els darrers 20 anys, raó per la qual es fa necessària una intervenció integral amb la finalitat de frenar aquesta tendència.

A la capital del país, el Districte Federal, el sobrepès i l'obesitat s'han disparat per sobre de la mitjana nacional a tots els grups d'edat, així: es dona en 8 de cada 10 dones, en 7 de cada 10 homes, i en gairebé 4 de cada 10 nens en edat escolar, és a dir, que pateixen aquest problema prop de 5 milions d'habitants de la capital, d'una població de més de 8 milions. Per la seva banda, els adolescents passen més de 12 hores setmanals davant d'una pantalla (televisió, ordinador, videojocs) i 8 de cada 10 adults majors de 30 anys no fa cap activitat física.

Davant d'aquesta situació, la Secretaria de Salut del Districte Federal ha implementat el programa de Prevenció i control del sobrepès i de l'obesitat que té com a objectiu dur a terme estratègies tècnico-operatives de cara a la realització d'accions de promoció de la salut, atenció mèdica i vigilància epidemiològica i a la promoció d'estils de vida saludables, mitjançant l'atenció integral i especialitzada dels casos de sobrepès i d'obesitat als Centres de Salut i Clínicas Especialitzades, però sobretot a través de la creació de la campanya de difusió "Mou-te i posa't en forma".

La campanya

L'àrea responsable de l'execució de la campanya és la Direcció de Promoció de la Salut, mitjançant la Coordinació de Promoció de la Salut i Cultura de l'Envel·liment, a través de la Subdirecció de Promoció de la Salut per a Grups

de Gran Risc en esdeveniments del govern i de les jurisdiccions sanitàries en els Centres de Salut. L'equip està format per metges, dietistes, monitors d'educació física, treballadors socials i promotors de la salut.

La campanya té com a objectiu principal generar un ampli moviment social informat i organitzat per promoure estils de vida saludables mitjançant accions d'orientació alimentària i de foment de l'activitat física. Entre els seus objectius específics, la campanya es planteja:

1. Incrementar la percepció de la ciutadania del risc de patir sobrepès o obesitat, mitjançant educació per a la salut i accions de promoció i prevenció.
2. Incrementar i enfortir les accions d'orientació alimentària i activitat física per incidir de forma favorable en l'adopció d'estils de vida saludables per part de la població.
3. Detectar i comunicar els casos a la xarxa de Centres de Salut de la Ciutat de Mèxic.

La campanya es fonamenta en el desenvolupament de 6 estratègies, amb el propòsit d'assolir una cobertura més àmplia de la ciutadania en els seus àmbits i activitats habituals:

- *Mou-te a la vida quotidiana.* Pretén oferir informació i orientació alimentària en espais amb gran afluència de públic, tals com esdeveniments multitudinaris i fires.
- *Mou-te a l'oficina.* Una estratègia dirigida als funcionaris del govern del Districte Federal per promoure l'activitat física, orientar-los sobre una alimentació correcta i ensenyar-los algunes tècniques que ajudin a controlar l'estrès.
- *Mou-te a la ciutat.* Té com a propòsit difondre missatges clau de la campanya en espais públics i encreuaments amb gran afluència de vehicles.
- *Mou-te a l'escola.* Estratègia que ofereix orientació alimentària mitjançant dinàmiques didàctiques i fomenta l'activitat física, entre altres temes de promoció, a través del programa de Salut Escolar ja implementat a 240 escoles públiques de primària, així com a les escoles de

nivell mig i superior incloses al Programa d'Estímul per al Batxillerat Universal (PREBU) anomenat "PREPA SI" de la Ciutat de Mèxic.

- *Mou-te al parc.* Accions de promoció de l'activitat física a espais oberts on les persones es troben per fer exercici.
- *Mou-te per la teva salut.* Accions que contribueixen al tractament dietètic dels usuaris dels serveis de salut mitjançant materials diversos i la capacitat del personal operatiu.

L'experiència

Les activitats de la campanya es van iniciar al mes de març de 2008 de forma eventual amb l'estratègia "Mou-te a la vida quotidiana" en fires multitudinàries realitzades a diferents punts de la ciutat. De la mateixa manera, al mes d'abril es van posar en marxa les passejades ciclistes dominicals dins del programa "Mou-te en bici" de la Secretaria del Medi Ambient, al Passeig de la Reforma (una avinguda important i de gran afluència de la capital mexicana), una activitat que es continua realitzant encara avui.

La campanya "Mou-te i posa't en forma" va engegar oficialment el dia 6 de novembre de 2008 amb una classe multitudinària de ball de ritmes llatins complementada amb accions de difusió i promoció. Hi van assistir unes 5.000 persones.

Les activitats de l'estratègia "Mou-te i posa't en forma" han girat a l'entorn de sessions d'activitat física, fòrums d'informació nutricional i mòduls de medicació de pes, estatura, cintura i malucs, que són els indicadors bàsics per conèixer l'estat de nutrició d'una persona. Amb els resultats obtinguts es facilita un assessorament personalitzat i es dirigeix al ciutadà a un Centre de Salut perquè se li doni una atenció mèdica-dietètica.

D'altra banda, l'estratègia "Mou-te a l'escola" mitjançant el programa "PREPA SI" ha tingut l'oportunitat d'oferir serveis d'assessorament dietètic a uns 3.000 estudiants de nivell mig superior.





Des de la posada en marxa de la campanya, les seves activitats han arrelat de forma sòlida i això ha permès als habitants de la ciutat cercar de forma habitual els mòduls d'atenció per realitzar activitats físiques i revisar el seu estat de nutrició.

Com a mostra d'aquest arrelament es va celebrar la festa del primer aniversari que va aplegar unes 10.000 persones de diferents grups d'edat, que s'havien beneficiat de la campanya i que van fer exercicis amb hula hoops.

En un any d'activitats ininterrompudes s'ha arribat a aproximadament 1.300.000 persones, les quals s'han posat en moviment i han rebut orientació dietètica. Això significa que prop d'un 15% de la població total de la Ciutat de Mèxic ha rebut algun tipus de servei gràcies a la campanya "Mou-te i posa't en forma".

El futur

L'estratègia "Mou-te a l'escola" a nivell de primària és prioritària, pels beneficis que aportarà als infants quan assolixin l'edat adulta, gràcies al foment d'hàbits saludables d'alimentació i activitat física.

També és prioritari apropar l'estratègia "Mou-te a

l'oficina" als treballadors del govern de la Ciutat de Mèxic, de manera que ja s'ha iniciat el procés de la seva aplicació. En un termini curt esperem comptar amb els primers resultats.

D'altra banda, "Mou-te per la teva salut" ja treballa en el programa de capacitació de l'equip operatiu amb la finalitat de treure partit del material disponible que ha preparat la Direcció de Promoció de la Salut. Aquest material es començarà a distribuir ben aviat a les clíniques de diabetis així com a les unitats d'especialitats mèdiques (UNEMES), per donar suport al tractament de persones amb malalties cròniques tals com la diabetis, la hipertensió i, evidentment, el sobrepès i l'obesitat.

El proper objectiu de la campanya en conjunt consistirà en ampliar-ne la implantació mitjançant el reforçament d'estratègies com ara "Mou-te a la teva ciutat" o la posada en marxa de "Mou-te al parc", amb la finalitat que la població estigui ben sensibilitzada sobre la importància de tenir una dieta saludable i una activitat física quotidiana, que millori la seva qualitat de vida, d'una banda, i ajudi a frenar la tendència a l'increment de la incidència del sobrepès, l'obesitat i les malalties associades. ●



La Granollers Cup, l'handbol que fa ciutat

Josep Maria Junqueras Pujadas

Regidor d'Esports de l'Ajuntament de Granollers

A Granollers, l'esport i l'educació tenen naturalesa pròpia. Les entitats esportives col·laboren a fer ciutat, a construir projectes. El Club Balonmano Granollers, amb 66 anys d'història és un dels més compromesos i la Granollers Cup, una de les seves millors iniciatives. Competició, esforç, torneig, afany, decisió, però també companyerisme, solidaritat, coneixement, comprensió, afecte, simpatia i amistat. La ciutat participa amb entusiasme a la Granollers Cup, un esdeveniment que s'ha convertit, després d'onze anys, en tradicional i que ja forma part del nostre calendari festiu i social.

Granollers té un gran nombre d'esportistes, d'entitats i de clubs. La nostra ciutat pot ser considerada com el bressol de l'handbol espanyol. Aquí va ser on es van veure els primers practicants de tot l'Estat i on el Club Balonmano Granollers, fundat l'any 1944, ha anat obtenint reconeixements esportius durant 66 anys: campionats nacionals i internacionals diversos i la satisfacció de ser el primer club espanyol en aconseguir un títol europeu. Però el major orgull, la màxima satisfacció, és la seva pedrera; la formació de jugadors i jugadores de diverses generacions que han obtingut títols en totes les categories de formació i prèvies a la competició, des de benjamins i alevins fins a cadets i juvenils. Aquests jugadors i jugadores nodreixen els primers equips del club i d'altres d'espanyols i europeus. La formació, el projecte educatiu de l'entitat, ha estat, doncs, l'eix de l'estructura del club. Aquest és el seu sentit més profund i el que traça els objectius dels seus projectes.

Esport, educació i ciutat, tres paraules que expressen de manera clara l'experiència que presentem: la Granollers Cup.

Es tracta d'una competició internacional d'handbol organitzada pel Club Balonmano Granollers, amb la participació de la ciutat, que mobilitza més de 3.000 nois i noies d'entre 10 i 20 anys i que se celebra durant l'última setmana del mes de juny.

Aquesta entitat esportiva, per tradició i història, ha mantingut excel·lents relacions amb diversos clubs tant de l'Estat espanyol i com d'altres països d'arreu del



món. Participa sovint en diversos torneigs nacionals i internacionals i sempre és present a les millors competicions. Aquest fet permet aconseguir un dels principals objectius de l'entitat: difondre l'handbol i els seus valors esportius i formatius i ser un element d'identificació i orgull granollerí. Aquest també ha estat el motiu fonamental que ha impulsat les 11 edicions de la Granollers Cup celebrades fins ara i que converteixen Granollers, una setmana a l'any, en la capital mundial de l'handbol. El club i l'ajuntament de la ciutat han treballat per construir un esdeveniment esportiu, educatiu i cultural que suposi un atractiu per als



esportistes i que permeti la participació d'entitats culturals i socials en un projecte comú. Un projecte que compta amb la necessària implicació de desenes de voluntaris i de molts ciutadans i ciutadanes que participen de manera activa en aquesta activitat, que constitueix, sens dubte, un nou element patrimonial.

Què ha fet que la Granollers Cup sigui, en aquests moments, referència obligada per a l'handbol mundial? Segons el nostre parer, és per una suma interessant de factors:

- Granollers és una ciutat de 60.455 habitants, ben comunicada, propera a les principals infraestructures viàries i ferroviàries de Catalunya. Es troba a tocar de l'autopista AP-7, que connecta el municipi amb l'interior de la península a través de Lleida i Saragossa, i el litoral mediterrani, des d'Andalusia fins a França. Existeixen dues línies de tren amb aturada a la ciutat, que, a través de Barcelona, permeten arribar arreu. I propera a l'aeroport de Barcelona, a 40 minuts amb cotxe. Amb espais d'interès turístic en un radi de 20 km (Barcelona, Ruta del Modernisme català, Parc Natural del Montseny i la costa del Maresme). Amb unes possibilitats d'allotjament àmplies i variades (1.200 llits d'hotels i 17 escoles a Granollers, a les quals s'han d'afegir les cases de colònies i els albergs que hi ha als pobles veïns). I, sobretot, amb una estructura d'instal·lacions esportives que permet la magnitud d'aquest esdeveniment (set pistes cobertes reglamentàries de 20x40 i set més de descobertes, totes amb servei de vestidors i dutxes, en un radi de 500 m).
- Des de la primera edició, la Granollers Cup s'ha caracteritzat per la seva bona organització, centrada en l'esportista i en les seves necessitats. Una planificada rebuda i assignació dels equips als seus allotjaments, un eficaç servei de menjadors amb àpats adequats, una xarxa d'autocars que transporta els esportistes des del seu allotjament fins a la pista de joc i arbitratges professionals

de les federacions catalana i internacional d'handbol que garanteixen una bona competició. El Palau d'Esports de Granollers n'és l'immillorable centre organitzatiu, de gestió i d'esbarjo. Aquest equipament esportiu municipal, que ha estat olímpic, compta amb servei de bar, venda de productes de competició i servei mèdic.

- Per dur a terme aquesta tasca, el més important és el capital humà: les persones. Granollers és una ciutat de grans esdeveniments esportius i la col·laboració del voluntariat esdevé fonamental. La Granollers Cup es pot disputar perquè hi col·laboren més de 150 voluntaris: guies de grup, controladors de pista de joc, informadors, informàtics, venedors de records de la competició... Molts d'aquests voluntaris estan vinculats al club: pares, mares, directius i esportistes, però també hi ha persones externes a l'entitat que dediquen, des de fa anys, aquests dies a col·laborar amb el torneig.
- Un altre aspecte fonamental per a l'èxit de la Granollers Cup és la seva planificació. Quan comença el curs escolar, al mes de setembre, també comença l'organització de la Granollers Cup de l'any següent. Per mitjà de la seva pàgina web i per correu, el club anuncia la celebració d'aquest torneig. Se'n determinen les dates (última setmana de juny), l'esquema de la competició i se'n presenta la imatge. També s'obre el termini d'inscripcions. A partir del mes de gener, juntament amb el Servei d'Educació de l'Ajuntament, es visiten les escoles per convertir-les en allotjaments durant la competició. Juntament amb els directors de cada centre, es busquen els millors espais i s'acorda el marc d'actuació normativa que rebran els caps de grup. Aquest també és el moment de definir els espais de l'organització, els menjadors, la senyalització, els transports, l'acollida... Durant el mes de març, es fan els contactes federatius per acordar arbitratges, possibles cursos, conferències i clínics amb tècnics de tot el món. El mes d'abril es



tanquen les inscripcions, sent la demanda dels equips superior a l'oferta disponible a la ciutat. L'última feina organitzativa és coordinar les funcions del voluntariat en els àmbits esportius, logístics i informatius. L'Ajuntament de Granollers dóna suport organitzatiu i facilita les instal·lacions esportives i educatives, també aporta una subvenció específica. De la mateixa manera, hi col·labora la Diputació de Barcelona.

- Finalment, aquest torneig també esdevé excepcional pels detalls, pels petits i pels grans detalls. La gent

de Granollers viu el torneig, el viu des de les pistes de joc, però, a més, el viu des de la simpatia, des de l'acceptació; granollerins i granollerines fan d'amfitrions dels esportistes que, més que participants, se senten convidats a la ciutat. Granollers és handbol -i tant que sí!-, però és més coses. A la Granollers Cup, la competició es complementa amb un conjunt d'activitats educatives, socials i culturals que fan que els visitants s'emportin de Granollers imatges i coneixements que no podrien obtenir només des de les pistes de joc. A la nostra ciutat, ens agrada dir que Granollers és, històricament, una cruïlla de camins, on la gent es troba, es relaciona i cadascú se'n va cap a casa amb el sac ple de records, vivències, adreces, amics i amigues. La Granollers Cup n'és un dels millors exemples. Nois i noies aprofiten aquest esdeveniment per conèixer realitats d'altres països i per tenir amics i amigues als cinc continents, per fer del seu món un espai una mica més gran i més comprensible.

En definitiva, Granollers s'identifica amb la Granollers Cup, amb el projecte del Club Balonmano Granollers i amb l'esport de l'handbol. La ciutat acull amb entusiasme un esdeveniment que s'ha convertit, després d'onze anys, en tradicional i que ja forma part del nostre calendari festiu i social.

El club i la ciutat continuaran treballant per fer de l'esport un element de construcció ciutadana i universal. ●



Adji i vè: dos jocs que formen per a la vida

Dakpè Sossou

Alcalde de Lokossa (Benín)

Lokossa, coneguda com la “Ciutat de l’Esperança”, fomenta d’uns quants anys ençà la revalorització i la promoció dels diversos jocs tradicionals que es practiquen a la ciutat, sobretot el vè i l’adji. Les autoritats locals hi dediquen una atenció especial a causa del paper que tenen en la formació dels adolescents, més enllà del plaer lúdic que experimenten els qui els practiquen.

Lokossa és una ciutat de 77.065 habitants, oberta i que es mou, que des de fa un temps és coneguda, amb raó, com la “Ciutat de l’Esperança”. Tot i la modernització que té lloc arreu del món, Lokossa continua donant una gran importància als seus valors tradicionals. És per això que preserva els jocs *adji* i *vè*, que avui dia constitueixen un moment i espai primordial de transmissió de bons costums i principis de ciutadania per a un món millor.

No és pas estrany de veure a Lokossa, durant el cap de setmana o de vegades entre setmana, joves i ancians aplegats sota d’un arbre o una cabana a les places públiques participant en aquests jocs, que, més que un simple plaer, es revelen com una oportunitat per a transmetre valors morals i universals de cara a créixer com a persones, però també –i sobretot– per al desenvolupament local de la comunitat.

Aquests jocs, veritables vectors de desenvolupament i d’expressió d’amistat entre els nostres pobles, permeten de promoure el diàleg intergeneracional i de trencar algunes barreres culturals.

L’*adji* és un joc molt antic i és considerat com el “joc d’escacs”. Es juga en tot el continent africà i també es practica al Brasil. El seu nom varia d’una regió a l’altra: *adi*, *adita-ta*, *adji-boto* (per als ewe, Ghana i Surinam), *awalé* (Costa d’Ivori), *awari*, *awélé* (Costa d’Ivori i Ghana), *ayo o ayo-ayo* (per als ioruba, Nigèria), *ourin*, *ourri* (Cap Verd), *oware* o *owaré*, (per als akan, Ghana), *wari* (el Carib), etc., i en anglès se sol anomenar *awari*. Consisteix a jugar en un tauler en què s’han tallat dotze forats, sis per cada jugador. Cada participant disposa de quatre boles per forat i ha de guanyar en els forats del seu adversari. D’altra banda, el *vè* és considerat com un “joc d’habilitat” i consisteix, doncs, a mesurar l’habilitat de cada jugador. El joc s’organitza en dos camps oposats paral·lelament que disten quatre, cinc

o sis metres, depenent de la maduresa dels jugadors, i que consten del mateix nombre de boles (deu, dotze, quinze o més) alineades. Les boles es col·loquen a intervals regulars d’entre deu i quinze centímetres. És considerat el millor jugador (el més destre) el que aconsegueix més ràpidament les boles del camp contrari.

Convé assenyalar que, durant les sortides iniciàtiques que s’organitzen després de la circumcisió dels joves, el *vè* es practica per a ensenyar al “futur home” les qualitats de la destresa.

L’*adji* i el *vè* avui dia són els jocs més preuats i més ben conservats del patrimoni cultural i tradicional del municipi de Lokossa.

Per a jugar a l’*adji* s’ha de realitzar un esforç de càlcul mental ràpid i, per tant, cal que el jugador tingui una gran habilitat matemàtica, ja que ha de calcular ràpidament el nombre de boles que calen per a guanyar en qualssevol dels forats de l’adversari i alhora ha d’estar preparat per a jugar en un altre forat si l’altre jugador canvia les boles de lloc. Dominar les regles de l’equació, de la resta i de la suma ajuden el jugador a escapar-se de les tàctiques del seu rival.

Igual que l’*adji*, el joc del *vè* requereix una psicologia i un cos equilibrats, presència d’ànim i valor per a fer jugades agosarades.

Així doncs, aquests jocs exigeixen als jugadors una gran dosi de concentració i, sobretot, d’objectivitat. En cada bona jugada, mentre es mouen les boles, es fa broma per entretenir el personal, s’expliquen històries divertides o fins i tot gestes dels avantpassats sobre la seva valentia durant una partida de caça, etc.

Aquest moment propici de transmissió de refranys, adagis i d’altres metàfores per a descriure i caricaturitzar la vida i

els vius, també suscita qüestions de participació ciutadana en el desenvolupament local. Mentre els uns i els altres passen revista a les accions i iniciatives de les autoritats locals, des de les més lloables fins a les menys edificants, s'ensenyen el compromís, el patriotisme i l'abnegació.

En conclusió, en els cercles dels jocs *adji* i *vê* el respecte mutu és la norma, perquè amb ells no solament s'aprenen les virtuts de la feina ben feta, sinó també el respecte envers el pròxim. Mantenir la sang freda, mostrar lucidesa, defensar l'honor, augmentar l'autoestima i donar proves d'humilitat són unes altres qualitats vinculades a la pràctica d'aquests jocs.

Davant la constatació d'aquest fet, el govern municipal ha decidit promoure aquests jocs, que es presenten com a instruments de desenvolupament. Ara bé, les lleis sobre descentralització a la República de Benín atorguen a l'autoritat local (l'alcalde) les prerrogatives d'una gestió assenyada del patrimoni cultural. Així doncs, l'article 102 de la llei 97-029, de 15 de gener de 1999, relativa a l'organització dels municipis a la República de Benín, estableix que "l'Administració local té, més que el dret, el deure de fomentar les activitats culturals, esportives, de joventut i lleure, garantint l'ajuda material i financera a les estructures i als òrgans encarregats d'aquestes activitats". Aquesta disposició es recolza en l'article següent de la mateixa llei, que afirma: "el Municipi garanteix la conservació del patrimoni cultural local".

Seguint aquesta mateixa línia, la Unesco sempre ha lluitat per aconseguir que cada poble conservi com un tresor els seus valors originals amb vista a mantenir una riquesa

permanent de les cultures a favor d'un diàleg fructífer entre les comunitats.

Pel que fa a això, podem referir-nos a les disposicions de la Carta de què s'ha dotat l'Associació Internacional de Ciutats Educadores. A l'apartat 2 sobre el compromís de la ciutat, el primer paràgraf del principi 7 recull: "La ciutat ha de saber trobar, preservar i presentar la seva pròpia i complexa identitat. Això la farà única...". Més endavant, el principi 10 diu: "El govern municipal haurà de dotar la ciutat dels espais, equipaments i serveis públics adients al desenvolupament personal, social, moral i cultural de tots els seus habitants, amb atenció especial a la infància i la joventut".

A aquest efecte, el govern municipal sempre ha previst una partida pressupostària per a mantenir i afavorir la promoció de les diverses qüestions previstes per la llei. En aquest context, un equip de joves jugadors de *vê* ha representat el municipi en el Campionat dels Jocs Nacionals celebrat el juny de 2009 a Lokossa. A l'esprint final, l'equip local de Lokossa va obtenir el segon lloc. Convé assenyalar que cada any s'organitzen competicions dels millors jugadors d'*adji*, que atrauen multitud de persones de tots els districtes i barris de la ciutat. Atès l'èxit d'aquesta experiència, el govern municipal ha institucionalitzat el 13 de febrer com el Dia dels jocs tradicionals a Lokossa. Així doncs, a partir del 13 de febrer de 2010, diversos equips de diferents districtes de Lokossa s'enfrontaran per a celebrar els valors de la tradició i la riquesa del patrimoni cultural salvaguardat. ●



Joves i adults juguen a l'*Adji*



L'alcalde de Lokossa, Sr. Sossou, juga una partida de *vê*

Consulta ciutadana sobre l'estat general de l'esport

Nicole Dreyer

Regidora de Petita Infància, Acció Educativa i Vida Escolar

Serge Oehler

Regidor d'Esports,
Ajuntament d'Estrasburg (França)

L'esport ha esdevingut un fenomen social i cultural de primer ordre per als ciutadans de totes les edats, especialment pels valors educatius que transmet. A fi de conèixer les expectatives expressades per diferents públics en l'àmbit de l'esport i poder definir una política esportiva adaptada a les expectatives de la ciutadania i les necessitats reals, l'Ajuntament d'Estrasburg ha endegat una iniciativa participativa: l'Estat general de l'esport. Aquesta iniciativa de concertació, que mostra la voluntat pública de definir col·lectivament la política esportiva de la ciutat, se centra en diferents eixos que tenen en consideració sobretot el caràcter educatiu de l'esport.

En una iniciativa de democràcia participativa, l'Ajuntament d'Estrasburg ha volgut recollir les opinions i els suggeriments dels ciutadans, de les associacions, de les institucions i del conjunt dels agents de l'esport de la ciutat sobre la pràctica esportiva a Estrasburg, una ciutat de 276.063 habitants.

L'esport ha esdevingut un fenomen social i cultural de primer ordre per als ciutadans de totes les edats, especialment pels valors educatius que transmet.

A fi de conèixer les expectatives expressades per diferents públics en l'àmbit de l'esport i de poder definir una política esportiva adaptada a les expectatives de la ciutadania i a les necessitats reals, l'Ajuntament d'Estrasburg ha endegat una iniciativa participativa: l'Estat general de l'esport.

La consulta realitzada als ciutadans mitjançant un qüestionari i entrevistes individuals (1.400 persones en total), així com la realització de quatre conferències-debat sobre l'esport obertes al públic en general, han permès d'establir un diagnòstic de l'activitat física i de la pràctica esportiva a la ciutat. Els resultats que se n'han obtingut, presentats davant d'un gran nombre d'assistents durant una sessió de síntesi, també han permès de treballar en les orientacions i els àmbits d'acció de la nova política esportiva, que es tradueixen en la realització de programes d'acció i de projectes operatius.

Aquesta iniciativa de concertació, que mostra la voluntat pública de definir col·lectivament la política esportiva de la ciutat, se centra en diferents eixos que tenen en consideració sobretot el caràcter educatiu de l'esport.

El capítol educatiu de la política esportiva municipal afavoreix l'accés a l'activitat esportiva per a tothom per a desenvolupar els reptes que es volen aconseguir mitjançant l'esport: inserció social, salut, benestar, etc. Per aquesta raó, els àmbits d'intervenció de l'acció municipal d'Estrasburg són principalment el lleure i el temps lliure, la salut i el benestar, el desenvolupament dels nens i els joves, la prevenció i la inserció social, així com la contribució de l'esport a la convivència a la ciutat.

En concret, sobre el terreny això es tradueix en diverses accions. Durant l'any escolar, la iniciativa de la ciutat d'Estrasburg s'articula entorn de projectes, com ara la realització d'activitats als gimnasos: 9.000 joves hi participen i es beneficien de 195 hores a la setmana d'activitats programades als gimnasos; intervencions en el marc del Contracte Educatiu Local en una proporció de vint-i-cinc reserves a la setmana; visites de grups escolars a l'estany de Baggersee (2.800 nens cada any) per a descobrir activitats físiques en plena natura; activitats dirigides a persones grans i a persones amb discapacitats; cursos escolars de natació (17.000 nens cada any) i



d'iniciació al patinatge (5.000 nens cada any). Durant l'estiu, el programa "Passió per l'esport" omple de gom a gom els barris de la ciutat amb nombroses i diverses activitats esportives en parcs públics, piscines i carrers: 25.000 persones participen en les activitats d'estiu en el marc d'aquest programa, fet que demostra el gran interès dels ciutadans per les activitats físiques i esportives.

L'Ajuntament d'Estrasburg, a través de la Direcció d'Esports, treballa per a fomentar la pràctica de l'esport a la ciutat i als seus barris. El Departament d'Activitats Físiques i Esportives, integrat en el Servei de Vida Esportiva, garanteix totes aquestes actuacions. Així doncs, més d'una trentena de monitors esportius participen en el desenvolupament dels valors educatius de l'esport a la ciutat d'Estrasburg. Les seves accions adreçades a tots els públics permeten fomentar la pràctica i la iniciació esportiva individual i col·lectiva, però també familiar, afavorint la trobada entre barris, cultures i generacions. També tenen en compte les implicacions en la salut pública i sensibilitzen els joves sobre els beneficis de la pràctica esportiva, la nutrició i les conductes de risc. De la mateixa

manera, participen en la integració de les persones discapacitades. Els mecanismes que s'han establert també contribueixen a l'èxit escolar i a la integració del nen a la seva escola i el seu barri mitjançant una millor articulació entre el temps escolar i extraescolar.

La ciutat d'Estrasburg també dóna suport a les iniciatives del moviment associatiu local per a promoure els valors educatius de l'esport. En aquest sentit, pot proporcionar finançament i ajuda material facilitant l'accés a infraestructures o aportant mitjans logístics diversos i variats per a un bon desenvolupament de l'operació.

En conclusió, les accions es porten a terme a tots els barris de la ciutat i s'adrecen tant als joves com a les persones grans, a totes les persones tant si pateixen una discapacitat com si no, i afecten tant els individus com els grups que practiquen esports.

Aquesta nova política esportiva és objecte d'avaluació contínua. És per això que s'ha creat un observatori de les pràctiques esportives i de les activitats físiques per ajustar l'oferta a la demanda. ●



Montevideo, ciutat saludable

Gonzalo Halty

Director d'Esports de l'Ajuntament de Montevideo (Uruguai)

Tendir a una política de municipis saludables obliga l'administració a assumir-la i a exercir una dinàmica decidida en tot allò que es relaciona amb l'articulació de béns i serveis tant públics com privats del territori, de cara a millorar la qualitat de vida de la població.

A partir de la realització d'un diagnòstic precís va començar el disseny d'aquest programa que pretén, en línies generals, construir una política d'instrumentació d'accions simultànies que incideixin directament sobre els problemes detectats. A tall d'exemple, cal destacar que el 60,3% de la població no practicava cap tipus d'activitat física i que només un 25% dels que en practicaven eren dones. Prop del 50% dels practicants realitzaven els seus exercicis en espais comunitaris o places públiques.

Tothom és conscient de la importància que tenen l'activitat física, l'esport i el lleure en si mateixos. En l'àmbit del treball comunitari, l'experiència ens ha demostrat que a més d'aquests valors intrínsecs ens enfrontem a elements conceptualment complementaris i a reptes innovadors que s'orienten cap a l'autonomia del ciutadà/ciutadana pel que fa al seu poder de decisió, a la definició de les seves prioritats així com les de la col·lectivitat, a la manera d'abordar les qüestions que l'afecten, i a la definició de determinades problemàtiques i la forma de solucionar-les, promovent la confiança en un mateix, fomentant l'expressió creativa i generant un sentiment de benestar.

A partir de la missió de la Secretaria d'Educació Física, Esports i Lleure, que ens obliga a crear una política municipal a les àrees de la seva especialitat, ens hem marcat tres objectius generals que engloben tota la nostra acció:

- Afavorir l'elaboració de programes de desenvolupament integral.
- Intensificar el procés de descentralització.
- Promoure la creació i el desenvolupament d'una política democratitzadora del condicionament, ús i gestió dels béns sociocomunitaris.

Amb relació al programa, els objectius són:

- Construir una xarxa d'articulació en base al marc conceptual definit.
- Elaborar projectes juntament amb la comunitat.
- Crear espais saludables en parcs, places i espais públics de la ciutat.
- Crear plans i projectes complementaris als espais ja creats.
- Treballar en consonància amb els principis del Pla Director d'Infraestructura Esportiva.

A partir d'una experiència realitzada els estius de 2003 i 2004, que va consistir en la instal·lació de dos mòduls de treball multidisciplinari a la rambla costanera de la ciutat, vam treballar intensament en la democratització de l'accés als diversos beneficis que té la pràctica de l'activitat física i esportiva, vinculant-lo forçosament a un projecte de societat més participativa i solidària.

Es van definir dues vies d'aproximació:

- Treballar amb la població que ja pateix alguna patologia: obesitat, hipertensió, diabetis o asma.
- Iniciar una estratègia d'articulació i promoció de l'activitat física en àrees verdes, ciclovies o espais comunitaris.

Aquesta iniciativa no podia ser efímera, de manera que per força havia de comptar amb propostes que li donessin continuïtat en el temps i que poguessin ser reinventades i millorades pels diversos agents que hi intervenen.

A partir d'aquí, com a gestors de polítiques públiques es van facilitar elements de credibilitat suficients com perquè les intervencions que s'elaboressin fossin part integrant d'un procés de desenvolupament integral de la política esportiva, així com de la salut de la població a la qual ens dirigim.



Aquesta estratègia d'execució d'accions amb la comunitat, en definitiva, procura el benefici de la pròpia comunitat, amb la consegüent i necessària adaptabilitat a les condicions locals pertinents en funció de les iniciatives de cada barri.

Finalment, també s'incorporen la productivitat i l'eficiència en els processos públics, com una forma de demostrar responsabilitat a l'hora de despendre i d'invertir els diners públics. Procurem també incidir en la destinació dels pressupostos de responsabilitat social de les empreses privades perquè siguin coherents amb la política municipal.

FASE 1

- Realització de l'estudi dels hàbits de la població juntament amb la Direcció Nacional d'Esports i l'Institut Nacional d'Estadística.
- Creació de taules de treball en coordinació amb l'Organització Panamericana de Salut (OPS) en les quals hi van participar nombrosos actors públics i privats, des de ministeris fins a empreses privades.
- A partir d'aquestes converses es va traçar el camí a seguir.

FASE 2

- Redirecció de la inversió cap a altres zones de la ciutat.
- Ampliació de la projecció social de la proposta pedagògica i obtenció de més recursos a través de patrocinadors.
- Definició del tipus d'equipaments necessaris per a la instal·lació de circuits aeròbics, pistes de salut o estacions fixes d'activitat física als parcs.
- Coordinació de les accions pertinents per iniciar activitats físiques allà on hi hagués grups ODH (obesos, diabètics i hipertensos).
- Instal·lació d'un grup d'actuació en temes d'asma i activitat física en conveni amb l'Hospital Pereira Rossell que atén la població infantil.
- Inici de negociacions comercials per aconseguir patrocini empresarial, per exemple, de circuits aeròbics.
- Programació de cursos de capacitació a professionals de les àrees públiques i privades.



FASE 3

- Sensibilització del personal municipal sobre aquestes qüestions mitjançant l'estratègia del Pla Director d'Infraestructura Esportiva.
- Ampliació de 2 a 8 les policlíniques ateses.
- Autorització de la instal·lació de circuits aeròbics i equipaments de gimnàstica o d'esports lliures als parcs de la ciutat.
- Participació activa en el disseny d'estratègies d'intervenció urbana amb la Dependència de Condicionament urbà i amb el Pla Integral d'Assentaments Irregulars (PIAI).
- Instal·lació de noves ciclovies a la ciutat.

FASE 4

- Llançament, l'any 2008, del Pla Director d'Infraestructura Esportiva i reforçament del projecte Parcs durant la temporada d'estiu.
- Pressupost i comercialització de les inversions mitjançant patrocinadors.
- Treball intens amb la comunitat en el marc del Pressupost Participatiu.
- A finals de 2009, processament de dades d'una nova enquesta d'hàbits per comparar els resultats amb els de 2005.

Context d'aplicació d'aquest projecte

Montevideo és la capital del país i concentra avui 1.300.000 habitants sobre un total de 3.300.000 de l'Uruguai.

Presenta una realitat socioeconòmica deteriorada, com a resultat de les polítiques econòmiques neoliberals aplicades als darrers 20 anys, que han deixat un ampli cinturó de pobresa a la perifèria de la ciutat on s'hi ha instal·lat nombrosos assentaments irregulars, que després de la crisi de 2002 van deixar gairebé un terç de la població per sota de la línia de pobresa.

Partint d'aquesta anàlisi, la projecció dels serveis es va orientar cap a desconcentrar les accions, allunyant-les progressivament de la costa (l'àrea amb un nivell més ele-



vat de renda i serveis), procurant abordar les àrees verdes de la ciutat i prioritant al mateix temps les intervencions a les policlíniques perifèriques.

Avaluació

A 6 mesos vista del final de la gestió avaluem que:
S'ha instal·lat:

- Un nou circuit aeròbic al Parc Rodó.
- Una nova estació d'exercicis físics al Parc Batlle.
- Un nou circuit aeròbic al parc del Prado, on pròximament s'hi instal·larà l'estació fixa d'activitat física.
- 15 noves cistelles de basquet a parcs i places, de forma coordinada amb la Presidència de la República.
- Serveis docents a 8 policlíniques municipals, amb finançament privat.
- Pista de skate al barri de Peñarol, zona històrica en procés de rehabilitació.

S'ha creat:

- El parc públic de Punta Yeguas (113 ha) a l'oest de la ciutat, on es promou l'esport d'aventura, el piragüisme, el triatló i el duatló.
- El parc Andalucía, espai ribereny del rierol Miguelete on abans hi havia un assentament irregular, amb equipament esportiu.

- 3 noves cicloviues a la ciutat.
- Un grup especialitzat en problemes d'asma en coordinació amb l'Hospital de Nens.
- Un grup de treball integral d'activitat física i esports als parcs durant l'estiu.
- El parc Liber Seregni, amb equipament esportiu, pista de salut i pista de skate.
- Aprovació per part dels veïns, en el marc del Pressupost Participatiu, perquè un 42% dels projectes siguin per a inversions destinades a millorar l'equipament esportiu comunitari.
- En el marc de la creació del Pla Director d'Infraestructura Esportiva, s'ha regulat la concessió d'espais públics a institucions esportives, fomentant l'ús responsable del medi ambient, la cura de l'energia i l'optimització de l'ús de l'equipament instal·lat.
- S'està construint un complex esportiu tancat a la zona nord de la ciutat (Gruta de Lourdes) dins del marc del Pla Integral d'Assentaments Irregulars. ●

L'esport m'inspira

Pedro Peres

Coordenador del Programa, Departament d'Esports de l'Ajuntament de Lisboa (Portugal)

D'acord amb un diagnòstic social, el Departament d'Esports de l'Ajuntament de Lisboa desenvolupa una intervenció amb l'objectiu de promoure la integració social mitjançant l'esport per a nens i joves que viuen en situació de risc en barris degradats i problemàtics. L'estratègia de la intervenció es basa en el desenvolupament d'una col·laboració dinàmica entre organitzacions locals públiques i organitzacions no governamentals.

L'esport facilita nombroses oportunitats

Vivim una època de gran progrés tecnològic i de descobriments científics que allarguen la vida i milloren el rendiment. Això no obstant, la societat moderna també ha contribuït a accentuar les desigualtats socials, i la injustícia és cada cop més una qüestió de supervivència per als grups més vulnerables.

L'exclusió pren la forma d'un fenomen social multidimen-

sional que porta a la manca de participació dels individus a l'hora d'obtenir els beneficis als quals haurien de tenir accés com a membres de ple dret de la societat, cosa que dificulta la integració social (Capucha, 1998).

Des d'aquest punt de vista i pel seu caràcter únic, l'esport ha de jugar un paper fonamental com a mitjà transmissor de referències i de valors positius. El valor afegit de l'esport, generalment acceptat, es legitima per





exemple al "Llibre Blanc" de l'esport on, a més de destacar la important contribució que aporten les activitats esportives, també suggereix que els països membres de la Unió Europea desenvolupin iniciatives amb l'objectiu de promoure la integració social mitjançant l'esport.

En conseqüència, l'activitat física en general ha de representar un mitjà rellevant per posar fi als prejudicis i a la discriminació. L'esport, on la diversitat és una riquesa a preservar i explorar des d'una perspectiva pedagògica, pot ser el camí per a múltiples oportunitats i de llibertat d'expressió, per tal d'eliminar la primacia d'una cultura per sobre d'altres (Arends, 1995).

Aquesta actitud implica posar en marxa un procés d'igualtat i d'inclusió on persones d'orígens diversos, amb independència del seu status social, sexe, capacitats, o altres qualitats, es puguin sentir còmodes i puguin expressar les seves opinions i punts de vista i on puguin practicar activitats esportives pròpies de la seva cultura però també d'altres cultures (Houlihan, 2000; Kirk i Gorely, 2001).

Partint d'aquest punt de vista, el Departament d'Esports de l'Ajuntament de Lisboa ha posat en marxa un projecte anomenat "L'Esport m'inspira", una intervenció municipal que té com a objectiu la integració social, mitjançant l'esport, dels nens i joves que viuen en situació de risc en suburbis degradats.

El context social dels barris degradats

Amb una extensió territorial de 84,8 Km², Lisboa és la ciutat més gran de Portugal. També és el municipi més poblat, amb 558.965 habitants l'any 2001, i té la densitat demogràfica més elevada: 6.672,2 hab/Km² l'any 2001. La població resident representa el 5,29% dels habitants de Portugal.

A la dècada de 1990 i amb la intenció de rehabilitar els barris degradats, les àrees metropolitanes de Lisboa i Porto van crear un programa especial de real·lotjament, que ofería a famílies que vivien en barris degradats (la majoria estrangeres i minories ètniques de països de parla portuguesa) la possibilitat d'accedir a habitatges de propietat a un preu molt assequible.

Però una bona part d'aquells programes no van sobreviure als interessos econòmics relacionats amb l'especulació immobiliària. El resultat va ser que moltes famílies es van haver de traslladar forçosament a suburbis on el sol era menys costós. A més, no s'hi van construir equipaments socials corresponents (educatius, esportius o de lleure). Tot plegat va donar com a resultat una major discriminació i exclusió social. Es van concentrar massa problemes en àrees que ja arrossegaven l'estigma de "barri social", que significa barri per a població marginada, on els habitants se senten oprimits per la pobresa.

Avui dia, la majoria d'aquells barris presenten totes les característiques de guetos urbans: un ambient de violència, criminalitat, prostitució, tràfic de drogues, addiccions i delinqüència juvenil. El sentiment d'exclusió social es manifesta en actes de violència i vandalisme, que expressen una manca absoluta de sentit de pertinença.

L'esport com a vehicle d'aprenentatge

A la llum d'un diagnòstic social es va escollir un dels barris més degradats i problemàtics per iniciar una acció estratègica pilot del projecte "L'Esport m'inspira".

La metodologia de la intervenció es va basar en el desenvolupament d'una col·laboració dinàmica entre organitzacions públiques i no governamentals. Cada entitat col·laboradora es va comprometre a seleccionar un tècnic per poder crear un equip multidisciplinari.



Tècnics amb una llarga experiència en el camp i que coneixien bé la comunitat, especialment els infants, els joves i les seves famílies, però també la dinàmica social, cosa que significa que estaven capacitats per intervenir socialment, però que no tenien la possibilitat d'endegar activitats esportives per manca d'infraestructures i de personal adient. L'equip va quedar integrat per 21 tècnics en camps diferents: psicòlegs, mestres, monitors, i educadors infantils, entre d'altres, i això va permetre abordar les intervencions des de múltiples facetes, en funció de les àrees de coneixement de cadascun.

Per començar, es va decidir que els equipaments esportius municipals es posarien a disposició d'aquest projecte, de manera que ja es pogués començar alguna activitat, encara que simbòlica, amb tots els nens i joves.

Això va ser important perquè va provocar una nova dinàmica. En una segona fase, es va sentir la necessitat de millorar les condicions per promoure les activitats esportives. Calia establir altres aliances en l'àmbit de l'esport, així com trobar professors d'educació física que oferissin classes regulars i organitzessin activitats esportives per als nens més petits.

Els col·laboradors van compartir recursos per optimitzar el rendiment de cada entitat participant, tenint en compte el valor afegit que representen la pràctica de l'exercici físic i el treball en equip en la transformació social.

Les activitats esportives van donar forma al curs de les accions. La intervenció conjunta va concentrar esforços en l'aspecte pedagògic de les activitats de lleure.

Les accions es van distribuir en tres eixos principals:

- *Activitats esportives regulars:* per tal de promoure la participació d'infants i joves a les activitats, les

entitats cooperants van oferir activitats generals d'educació física i en les especialitats de dansa, futbol sala, patinatge, natació, kickboxing, rugby, ping-pong i hip-hop.

- *Activitats d'educació formal i no-formal:* per crear referències positives i treure profit de la influència dels tècnics sobre el barri, es van organitzar activitats formatives amb l'objectiu d'implicar la ciutadania en les activitats esportives regulars adreçades a la comunitat. També es va promoure la participació dels pares i mares en el procés educatiu dels seus nens.
- *Activitats ciutadanes:* sense una periodicitat establerta, es van dur a terme algunes activitats amb l'objectiu específic de generar un sentiment d'identitat i de pertinença. En aquest sentit es van organitzar activitats de grup com ara tallers d'arts plàstiques, sessions de reflexió on els participants definien les regles de funcionament i festivals esportius oberts a tota la comunitat per tal de mostrar la feina feta i promoure un ambient de joc net.

Supressió de barreres a l'esport

En un temps de grans canvis socials i de manca de referències positives, sobretot per als joves, el projecte "L'Esport m'inspira" posa de relleu els ideals positius implícits en l'esport així com la seva capacitat de resoldre situacions conflictives (Rubin, Fein & Vanderberg, 1983) perquè, entre altres aspectes, el joc actua com un transmissor cultural on els ideals i els valors passen de generació en generació, d'adults a nens i de nens a d'altres nens (Sutton-Smith, 1979).



De fet, avui més que mai, no es pot ignorar el valor afegit que representa la pràctica de l'exercici físic de cara a la transformació social.

En conseqüència i d'acord amb el seguiment i l'avaluació periòdica realitzada pel personal tècnic, va ser possible, per exemple, dur a terme activitats amb grups rivals compartint el mateix espai al mateix temps per tal de crear sentiments d'identitat i de pertinença entre els membres d'una comunitat desfavorida, mitjançant l'adquisició de noves habilitats personals i socials dins d'un ambient de joc net.

Allà on tants altres programes havien fracassat, es van afrontar els problemes d'exclusió de forma directa mitjançant un projecte experimental en un dels barris més violents de Lisboa. Els bons resultats obtinguts van portar a l'aplicació de la mateixa metodologia a d'altres barris de la ciutat, prenent sempre en consideració les adaptacions necessàries per atendre el context social de cada cas.

El projecte "L'Esport m'inspira" s'esforça en assolir el dret constitucional de tots els ciutadans de practicar l'esport. Pel sol fet d'incloure en les mateixes activitats a persones de diferents estatus socials, cultures, edats i d'ambdós sexes, les tensions han minvat, les barreres s'han trencat i alguns comportaments perillosos han desaparegut. ●

Bibliografia

- ARENDS, R. (1995). *Aprender a ensinar*. Lisboa: McGraw-Hill
- CAPUCHA, M. A. (1998). *Pobreza, Exclusão Social e Marginalidades*. Oeiras: Celta Editora.
- CAPUL, M. i LEMAY, M. (2003). *Da Educação à Intervenção Social*. Porto: Porto Editora.
- CLAVEL, G. (2004). *A Sociedade da Exclusão - Compreendê-la para dela sair*. Porto: Porto Editora.
- COELHO, O. (2004). *Pedagogia do Desporto*. Lisboa: Livros Horizonte.
- COMISSIÓ EUROPEA (2007). *Libro Blanco del Deporte*. Brussel·les.
- HOULIHAN, B.M. (2001). "Citizenship, civil society and the sport and recreation profession", *Managing Leisure*, 1-14.
- HOULIHAN, B.M. (2000). "Sporting excellence, schools and sports development: The politics of crowded policy spaces", *European Physical Education Review*, 62, 171-194.
- RUBIN K., FEIN G., i VANDENBERG, B. (1983). "Play". A P.H. Mussen (ed.) *Handbook of Child Psychology*, Vol. 4. Nova York: John Wiley and Sons.
- SUTTON-SMITH, B. (1979). *Play and Learning*. Nova York: Gardner Press.

Associació Internacional de Ciutats Educadores (AICE)
C/ Avinyó 15, 4ª planta
08002 Barcelona

Coordinació:
Juli Pernas López, Director de la Fundació Barcelona Olímpica

Coordinació tècnica:
Mª Ángeles Cabeza Santano, Secretariat de l'AICE
Javier Lasunción, Fundació Barcelona Olímpica

Traduccions
De l'anglès: Josep Solé Alsedà
Del castellà: Maria Josep Udina Abelló, Tau Traduccions
Del francès: Tau Traduccions

Revisió d'estil i correccions:
Secretariat de l'AICE

© de l'edició:
AICE

© de les entrevistes i articles:
Els autors

© de les fotografies:
Coberta:
Ajuntament de Sant Sebastià

Entrevista a Sergio Chiamparino:
Ajuntament de Torí

Entrevista a Steven N. Blair:
Ajuntament de Guadalajara, Direcció General d'Educació;
Ajuntament de Loures;
Ajuntament de Sant Sebastià;
Institut Barcelona Esports

Entrevista a Christina Ramberg:
Ajuntament de Göteborg

Entrevista a Johann Olav Koss:
Right To Play

Article de Paul de Knop i Marc Theeboom:
Marc Theeboom

Article de Gertrud Pfister:
Adriana Machado;
Ajuntament d'Estrasburg;
Fotoquelle: LaufReport.de;
Right To Play

Article d'Enrique Rovira-Beleta:
Rovira-Beleta Accesibilidad SLP;
Special Olympics Catalunya

Experiències:
Ajuntament de la Ciutat de Mèxic;
Ajuntament d'Estrasburg;
Ajuntament de Granollers;
Ajuntament de Lisboa;
Ajuntament de Lokossa;
Ajuntament de Montevideo
Right To Play

Maquetació i impressió:
Imatge i Producció Editorial,
Ajuntament de Barcelona

Data de publicació:
Setembre 2010

Depòsit legal:
B-18.018-2009

ISSN:
2013-4037



Ajuntament de Barcelona



Fundació Barcelona Olímpica



Avinyó, 15 - 4ª planta - 08002 Barcelona
Tel: +34 93 342 77 20 - Fax: +34 93 342 77 29
edcities@bcn.cat
www.edcities.org



"...Els Jocs van formar part de les nostres vides i
crec que el concepte "Ciutat Educadora"
va ser present en l'organització i celebració
dels Jocs. A més, a banda de l'organització de
l'esdeveniment, vam invertir en la creació
de noves estructures i programes dirigits a donar
suport a l'esport per a persones de totes les edats
i a promoure'n els seus valors i avantatges."

Sergio Chiamparino, alcalde de Torí