SUPERANDO

#UnMarDeSuperación



Contenidos

| ¿QUIÉNES SOMOS?1 | |
|------------------------------------|---|
| Misión1 | |
| Visión1 | |
| Principios1 | |
| Nuestros valores | |
| | |
| Stand Up Paddle (SUP) | J |
| SURF | • |
| PISCINA4 | |
| NUESTRO PROYECTO5 | |
| El 2018 para SUPerando6 | |
| SUPERANDO EN CIFRAS (2017)7 | |
| COLABORADORES8 | |

¿QUIÉNES SOMOS?

SUPerando es una asociación sin ánimo de lucro que nace en 2015 por la iniciativa de tres personas con perfiles muy distintos pero unidos por una ilusión, dar la oportunidad a personas con diversidad funcional de disfrutar del mar.

Misión

Para ello nos marcamos la misión de fomentar la inclusión de las personas con diversidad funcional y/o en riesgo de exclusión social a través de la práctica de deportes acuáticos.

Visión

Somos unos apasionados del deporte y de las personas cuya visión es que la diversidad sea aceptada de forma natural y lleguemos a hablar de convivencia y no de inclusión.

Principios

Como organización tenemos la creencia firme de que toda persona tiene los mismos derechos para disfrutar de la práctica deportiva con independencia de sus capacidades. La presencia de personas con capacidades diferentes es la garantía de valorar y reconocer la diversidad humana. Además, es la una forma gestionar y aceptar las propias limitaciones.

Nuestros valores

Nuestra filosofía está basada en unos principios fundamentales para nuestra propia existencia como grupo y, por lo tanto, como entidad. Sin estos valores no podríamos transmitir los principios en los que creemos.

- Solidaridad. Nuestra voluntad de ayudar a los demás actuando de forma altruista.
- Compromiso. Actuamos comprometidos con la consecución de nuestra misión y visión.
- **Colaboración**. Creemos en el trabajo en equipo y en la colaboración con otras entidades e instituciones para potenciar sinergias y aumentar el impacto de nuestros esfuerzos.
- **Equidad**. La equidad involucra un reparto justo entre "desiguales", es decir, "para cada quien de acuerdo con sus necesidades y a cada uno de acuerdo a sus capacidades". Puede decirse que dentro de la equidad no hay igualdad, sino justicia. Equidad es el reparto equivalente y justo de obligaciones, responsabilidades y beneficios.
- Pasión. No entendemos nuestro proyecto sin pasión total por lo que hacemos. Toda nuestra organización se basa en el modelo de voluntariado, por ello, la pasión es básica en nuestro compromiso.

¿QUÉ HACEMOS?

Somos una plataforma facilitadora de la práctica del deporte adaptado inclusivo.

Aunque estamos especializados en Surf y Paddle Surf, podemos facilitar, en colaboración con otras asociaciones y/o profesionales, la práctica de otras disciplinas adaptadas.

En las actividades que realizamos, aspiramos a que la diversidad funcional y/o la exclusión social no sean un inconveniente para la inclusión de estos colectivos en la práctica deportiva.

A través de esta práctica aspiramos a estimular a los colectivos participantes, tanto física como cognitivamente, fomentar su integración en la sociedad y ofrecer las ventajas terapéuticas propias de la práctica deportiva. Todo ello sin renunciar al aspecto lúdico.

STAND UP PADDLE (SUP)

Los beneficios del SUP son sobradamente conocidos, ya que una de sus principales características es el empleo de todos los músculos del cuerpo. Al practicarse sobre una superficie inestable, el agua, supone una estimulación propioceptiva de la musculatura central del cuerpo (CORE).

Este tipo de trabajo físico está especialmente recomendado para personas que, por sus características, no pueden practicar otro tipo de actividades físicas. El simple hecho de mantenerse sobre la tabla supone un trabajo físico de enorme esfuerzo y calidad. Adicionalmente, al desarrollarse en un medio acuático, ofrece unos beneficios de aislamiento sensorial importante para personas con TEA (Trastorno del Espectro Autista).

SURF

A diferencia del SUP, el Surf depende en alta medida, de las condiciones del agua para su desarrollo y solo puede realizarse en el mar. Por este motivo su práctica periódica en nuestro ámbito geográfico dependerá de las condiciones climáticas de cada momento.

El Surf es más explosivo y emocionante que el SUP, con una exigencia física mayor. Por estos motivos las actividades de Surf requieren un mayor esfuerzo logístico, pero menor cantidad de material y más económico, ya que solo requiere una tabla y un chaleco salvavidas por participante.

PISCINA

Con algunos de nuestros usuarios la práctica de SUP/SURF en mar es muy complicada. Por ese motivo hemos empezado a desarrollar actividades en piscina para ellos. En estas actividades nos centramos sobre todo en aprovechar las ventajas del medio acuático para nuestros usuarios.

Aunque estas actividades están mucho más limitadas en cuanto al número de participantes por motivos de espacio, se han perfilado como una gran alternativa para estas personas que no pueden ir al mar y, en algunos casos, para mantener la actividad durante el invierno.



El proyecto de SUPerando se basa en la realización periódica de actividades gratuitas de de SUP/SURF con colectivos o grupos con diversidad funcional y/o en riesgo de exclusión social.

Siempre que es posible, nuestros participantes realizan actividad con nosotros al menos una vez al mes. Esto nos permite poder establecer objetivos para cada uno de ellos y poder evaluar el impacto de la actividad.

Todas estas actividades tienen un componente de proximidad. Las diferentes capacidades de nuestros participantes provocan que no siempre tengan facilidad para desplazarse lejos de su domicilio. Por este motivo SUPerando distribuye sus actividades a lo largo del litoral catalán. Hasta ahora hemos realizado actividades desde S'Agaro hasta Hospitalet de l'Infant.

Para poder gestionar esta cobertura geográfica, tenemos acuerdos con Clubs locales que nos ceden sus instalaciones

y nos ayudan con el material y la organización cada vez que realizamos una actividad.

El 2018 para SUPerando

En 2018 iniciamos un piloto donde para un grupo seleccionado y, apoyados en nuestro equipo terapéutico, realizaremos una evaluación inicial, una planificación de actividades y objetivos, un seguimiento y una valoración final. Esto nos permitirá evaluar formalmente los beneficios de estas actividades en los participantes, sin renunciar en ningún momento al componente lúdico de las mismas.

Este año 2018, nuestros centros colaboradores fijos son:

- Wave Addict Vilanova i la Geltru
- BlueSalt School Barcelona
- Club Nautic Sitges Sitges
- Club Nautic Arenys Arenys de Mar
- CEM Maresme Barcelona (Actividades de piscina)

Además, para esta temporada tenemos planificadas actividades puntuales en S'Agaro, Garraf, Cambrils y Calonge.

Este 2018 nos hace especial ilusión haber sido invitados por el Ayuntamiento de Vilanova y la Geltrú para dar cobertura adaptada específica para las actividades de SURF y SUP durante la 7ª edición del Festival Juanitas. Este evento, supondrá la actividad más masiva que SUPerando haya realizado jamás. Durante el fin de semana del Festival, ofreceremos la oportunidad de practicar SURF/SUP a 108 participantes.

SUPERANDO E **CIFRAS (2017**

quedará señalado como el año de nuestra consolidación definitiva. En nuestro segundo año de operaciones nos quedamos a las puertas de los 200 usuarios, superamos ampliamente el centenar de voluntarios y ampliamos el número y la tipología de nuestras actividades.

Participantes

197 personas han participado en nuestras actividades. Con la repetición de actividades, hemos alcanzado la cifra de 286 participaciones.

De los 136 voluntarios con los que contamos, 110 de ellos han participado en actividades con nuestros usuarios. En total han sumado 249 actividades de voluntariado.

Voluntarios

Actividades

Desde Junio de 2016 hemos realizado 15 actividades a lo largo del litoral catalán, desde S'Agaro a Cambrils, pasando por Maresme, Garraf y Barcelonés

De todas las cifras de 2017, la siguiente nos hace estar especialmente satisfechos:

1085 horas de voluntariado

Superar las 1000 horas de voluntariado era algo que parecía fuera del alcance de una entidad como la nuestra, pero es la evidencia del nivel de compromiso e implicación de nuestra masa de voluntarios.

COLABORADORES





















































