



PRIMAE

Använda Ramverket Inclusion Spectrum & S.T.E.S. anpassningsverktyg i andra inställningar

Nivå 4



Medfinansieras av
Europeiska unionens
Erasmus+-program

Innehåll

Project Partners	3
Areadne Livslångt lärande.....	3
Futuro Digitale	3
University på Cypern	4
Euro-netto.....	4
Ikkaido Ab	5
Institutet för studier i social inkludering, mångfald och engagemang (INSIDE EU)	6
Aux Couleurs du DEBA	6
Använda Ramverket Inclusion Spectrum & S. T. E. S. anpassningsverktyg i andra inställningar	7
Utomhusaktivitet	8
Öppna.....	9
Modifierad	9
Parallell.....	9
Separat/alternativt.....	9
Anpassad fysisk aktivitet/handikappidrott	10
Inomhus aktivitet	12
Öppna.....	12
Modifierad	12
Parallell.....	12
Separat/alternativt.....	12
APA/Handikappidrott.....	12
Kommunikation.....	14
E-post och textmeddelanden (SMS)	14
Applicera S. T. E. P. anpassningsverktyg till arbetsplatsen	16
Kontakta oss:.....	19
Laglig Friskrivning.....	20

Project Partners

Areadne Livslångt lärande



Areadne Lifelong Learning Centre är ett ackrediterat centrum för livslångt lärande som erbjuder europeiska referensramar för kvalifikationer nivå 5 och 7 online och ansikte mot ansikte lärarutbildningar i och utanför Europa. Areadne erbjuder också allmänna utbildningskurser i IKT, språk, gästfrihetstjänster, skönhets- och hantverkskurser. Areadne sysselsätter tio inlärningskonsulter, har avancerade doktorsexamen och över tio års erfarenhet, utbildar cirka 100 lärare och 400 andra elever från Grekland per år. Areadne arbetar med skolor, universitet, nationella och internationella utbildningsföretag och organisationer, icke-statliga organisationer, handelskammare, arbetsgivar- och arbetstagarorganisationer, lokala, nationella och internationella företag, utformar och genomför transformationsinlärningsinsatser. Areadne leder för närvarande ett KA2 Innovationspartnerskap om flyktingar och konst.

Futuro Digitale



Futuro Digitale är en ideell organisation som grundades den 20 februari 2013 på idealen i Policoro-projektet från den italienska biskopskonferensen. Futuro Digitale arbetar för att stärka ungdomars kompetens genom IKT- och ungdomsdeltagandeprojekt i små städer. Deras uppdrag stöds av entusiastiska volontärer och lokala ungdomsgrupper. Futuro Digitale menar att man genom att vara konsekvent och professionell verkligen kan skapa utvecklingsmöjligheter för unga. Futuro Digitale samarbetar med institutioner, skolor och andra samhällsorganisationer. De är ackrediterade som en arbetsförmedling, ett datacenter och ett centrum för undervisning i italienska språket. Futuro Digitale har en varierad kompetens som kommer till uttryck i entreprenörprojekt, Erasmus mobilitetsprojekt och social forskning.

University på Cypren



Software Engineering and Internet Technologies (SEIT) Laboratory fokuserar sin forskningsverksamhet på Cloud Computing, Service-Oriented Architectures, Context-Aware Middleware Platforms och Smart and Mobile Computing. Laboratoriet koncentrerar sig på utveckling av IKT-aktiverad kreativitet och förbättrade inlärningsmiljöer, plattformar och verktyg för att genomföra hälsoövervaknings- och stödtjänster, smarta och personliga tjänster för äldre och hjälpmedel för personer med funktionsnedsättning. Labbet bedriver också aktiviteter relaterade till Technology Enhanced Learning, E-Business, E-Government och utveckla miljöer för äldres sociala integration, aktivt åldrande och självständigt boende. SEIT deltog aktivt i 30 EU-finansierade projekt och fick mer än 5 miljoner euro i finansiering. Laboratoriet har för närvarande 10 anställda, inklusive 4 postdoktorala forskare och 4 doktorander, och har tillgång till omfattande hårdvaru- och mjukvaruanläggningar.

Euro-netto



EURO-NET är en ideell förening som är medlem eller associerad medlem i 57 internationella nätverk. Den har genomfört mer än 340 europeiska projekt. Euro-Net valdes två gånger av Europeiska kommissionen i de alleuropeiska arbetsgrupperna för sina befogenheter och tre gånger offentliggjordes för sin bästa praxis på medie- och kommunikationsområdet.

Ikkaido Ab



Ikkaido är en icke-statlig organisation med särskild rådgivande status till FN, en registrerad välgörenhetsorganisation, en signatur till Marseilledeklarationen och medlem i UN Women. Ikkaido sitter i arbetsgruppen för mångfald och inkludering i FN:s Global Compact for the Sustainable Development Goals. Ikkaido använder ett systemtänkande tillvägagångssätt för att störa social utslagning och icke-deltagande och skapa innovativa inkluderande biopsykosociala metoder för emotionell, fysisk, beteendemässig och kognitiv utveckling hos personer med färre möjligheter. Ikkaido främjar kampsportinkludering som "Vägen" - en resa av självupptäckt.

Institutet för studier i social inkludering, mångfald och engagemang (INSIDE EU)



INSIDE EU inrättades i Irland av Dirk van der Merwe, en paraplegisk rullstolsanvändare, för att ge möjlighet till fysisk aktivitet, utbildning och sysselsättning för personer med sämre möjligheter, särskilt personer med funktionsnedsättning. Institutet tillhandahåller expertis inom egenmakt och inkludering för personer med sämre möjligheter, särskilt personer med funktionsnedsättning, och tillhandahåller utbildning för ungdomsarbetare, tränare, lärarassistenter och lärare över hela ön Irland och Europa. INSIDE EU har stor erfarenhet av att utveckla inkluderingsverktyg och inkluderande anpassad och överförbar gamification som kan användas för att utveckla personer med färre möjligheter, och att engagera människor med någon förmåga eller funktionsnedsättning så att alla kan delta tillsammans i samma aktivitet.

Aux Couleurs du DEBA



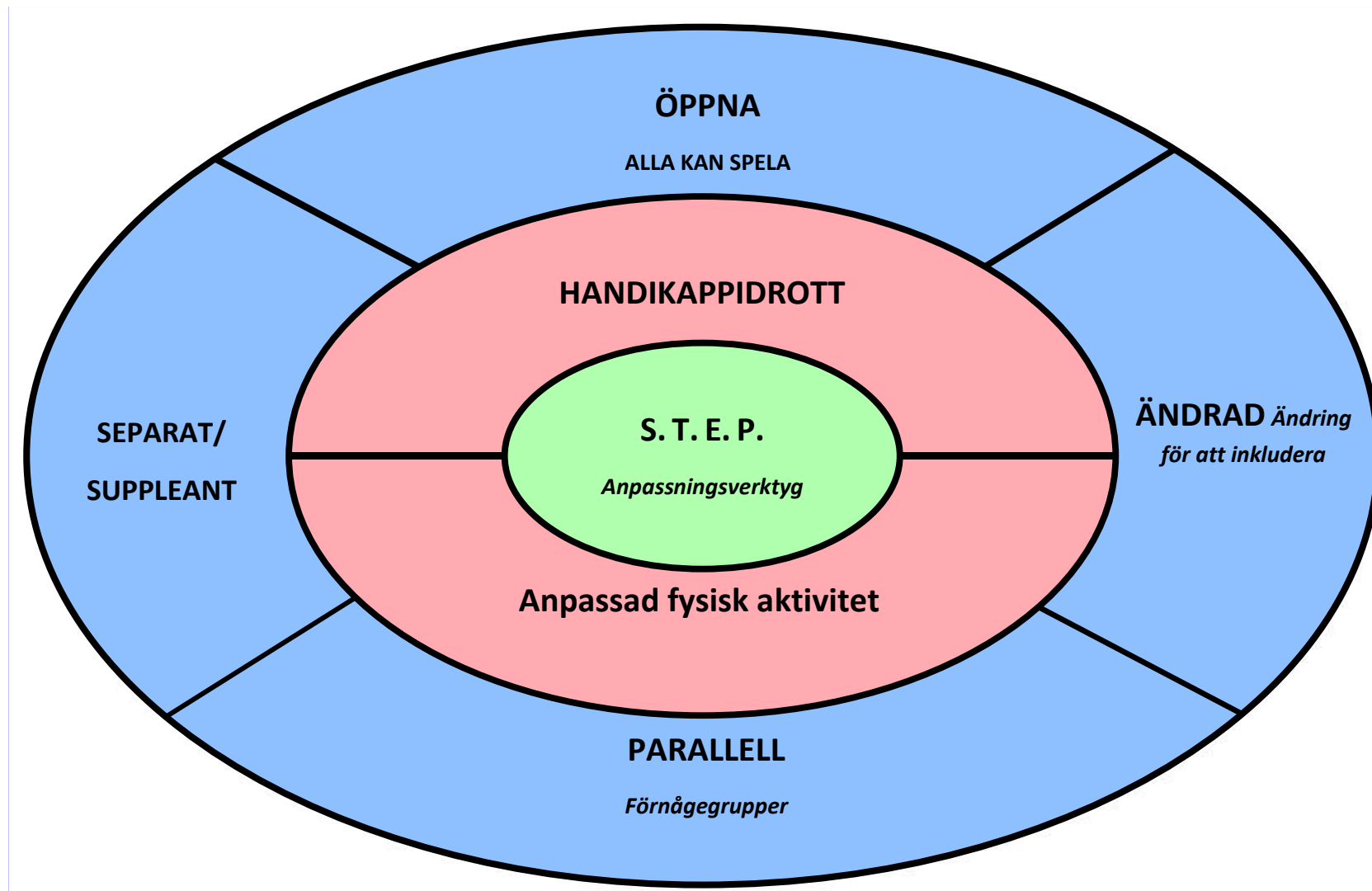
Aux Couleurs du DEBA är en sammanslutning med 15 års expertis inom europeiska projekt, icke-formell utbildning, interkulturell dialog, aktivt medborgarskap och ungdomar med sämre möjligheter, som arbetar inom områdena ungdom, yrkesutbildning, sysselsättning och socialt entreprenörskap samt europeisk rörlighet.

Använda Ramverket Inclusion Spectrum & S. T. E. S. anpassningsverktyg i andra inställningar

I tidigare moduler har vi tittat på hur Inclusion Spectrum Framework och **S.T.E.P.** Anpassningsverktyget kan användas för att stödja inkluderande fysisk aktivitet och idrott. Den här modulen utforskar hur de kan användas för att stödja inkluderande praxis i andra inställningar.

Utomhusaktivitet

Inclusion Spectrum-modellen kan användas för att säkerställa att organiserad eller individuell aktivitet i en utomhusmiljö gör det möjligt för alla att delta. Vi kan använda ett specifikt exempel - *trail-following* eller *rambling* (promenader på landsbygden) för att illustrera detta.



Öppna

En plats kan väljas som kräver liten eller ingen modifiering. Till exempel en platt, urban park med jämna stigar som inte presenterar några problem för individer som använder rörlighetsutrustning som rullstolar, gånggramar, drivna mobilitetsskotrar (enskilda elfordon).

Rastplatser längs vägen, kanske med bänkplatser, möjliggör stopppunkter där människor kan vila kort, ta in utsikten och prata med varandra.

Modifierad

I detta tillvägagångssätt kan anpassningar innefatta förändringar på platsen, den utrustning som används och behovet av ytterligare personal.

Platsanpassningar kan innefatta tillfällig skyltning runt den föreslagna rutten för att säkerställa att individer kan delta självständigt. Till exempel färgglada skivor placerade på små pålar i marken som en guide för personer som har nedsatt syn. (Dessa tas bort efter händelsen).

När det gäller *utrustning* kan vissa människor kunna gå runt de platta delarna av rutten men behöver rullstolsassistans eller stöd från en assistent för att förhandla om lutningar.

Om platsen är stor och inte ligger inom en diskret gräns (staket eller räcken) och stigar inte är tydligt definierade, kan individer föredra att *åtföljas* av någon med vilken de kan resa runt den föreslagna rutten.

Parallell

To tillgodose behoven hos individer som har olika förmågor, det kan finnas två eller flera alternativa vägar.

Till exempel ett alternativ som använder tillgängliga stigar och undviker branta lutningar och kan vara lämpligt för personer som använder rörlighetshjälpmedel eller vars träningstolerans hämmas.

Samtidigt kan en alternativ rutt, som färdas i samma allmänna riktning, innefatta terräng, utmanande underlag, stigningar och naturliga hinder.

Dessa rutter bör löpa parallellt och från tid till annan sammanfalla, vilket sammanför grupperna för korta interaktioner, kanske vid en intressant synvinkel. Helst bör båda grupperna slutföra rutten inom några minuter från varandra.

Separat/alternativt

Ibland kan det gynna en individ att uppleva en längdåkning bort från en större grupp. Det kan vara att orientera sig mot en föreslagen rutt innan de deltar tillsammans med andra. Eller så kan de behöva lite vägledning och stöd, kanske för att utveckla förtroende för att vara i en okänd situation.

När detta är etablerat och de känner sig bekväma i den här nya miljön kan de gå med andra människor när de känner sig redo.

Anpassad fysisk aktivitet/handikappidrott

När man använder ramverket Inclusion Spectrum kallas detta ofta för "omvänd integration".

Här ges alla möjlighet att delta i en anpassad version av en aktivitet. Detta etablerar aktiviteten som något som är öppet för alla och inte bara för specifika människor.

TrailO utvecklades till exempel som ett alternativ till andra former av orientering. TrailO ger en orienteringsupplevelse på lika villkor för människor på alla nivåer av fysisk förmåga, inklusive de som är fysiskt utmanade.

Enkelt uttryckt, istället för att söka efter "kontroller" (waypoints på orienteringsleden) baserat på deras placering på en karta, är i TrailO ett antal kontroller synliga på olika punkter runt rutten. Deltagaren måste på sin egen karta ange vilken av dessa kontroller som motsvarar den som anges på deras individuella karta.

Detta kan ge en annan typ av fysisk och intellektuell utmaning för människor med alla förmågor.

Motion: hur kan du skapa en inkluderande miljö utomhus?

Tänk på att ta en individ eller en liten eller stor grupp till en utomhusplats. Hur kan du med hjälp av inkluderingspektromet se till att aktiviteterna är så inkluderande som möjligt och ger alla möjlighet att delta?

Öppna	"Öppen" betyder att alla gör samma saker med liten eller ingen anpassning eller modifiering. Vilka typer av aktiviteter kan du bygga in i detta besök för att maximera detta tillvägagångssätt? Till exempel, vilken typ av öppna aktiviteter, där alla deltar tillsammans, kan du göra i början och slutet av besöket?
Modifierad	I detta tillvägagångssätt gör alla fortfarande samma aktivitet men du kan behöva göra justeringar för specifika individer eller för hela gruppen för att stödja inkluderingen av alla. Så, med tanke på ditt eget exempel, vilka typer av ändringar tror du att du kan behöva göra?
Parallell	Här delas hela gruppen in i två eller flera mindre grupper baserat på förmåga. Föreställ dig ditt eget planerade besök och tänk på när denna strategi kan behöva användas. Till exempel där det finns en mängd olika terräng i utomhusplatsen som du har valt att besöka.
Separat/alternativt	Kan du förutse en situation där du kan behöva stödja en individ bort från hela gruppen - eller besöka platsen vid ett separat tillfälle?
APA/Handikappidrott	Du kan välja att inkludera en anpassad aktivitet för <i>hela</i> gruppen. Exemplet med TrailO ges ovan. Vilka andra anpassade spel eller aktiviteter kan du spela med alla?

Inomhus aktivitet

Detta kan vara där individer eller grupper deltar i en aktivitet i en inomhusplats - hem, sport- och fritidsanläggning (kommersiell eller offentlig), klubb eller multi-use område. För det här exemplet, låt oss föreställa oss en **kampsportklubbinställning** varje vecka **eller varannan** vecka .

Öppna

Som vi har sett i tidigare "öppna" exempel är detta aktiviteter eller delar av en sport eller aktivitet som är naturligt inkluderande och gör det möjligt för människor att delta på sitt eget sätt. Så, till exempel, i vissa kampsportdiscipliner används "kata" eller form för att göra det möjligt för individer att utföra ett sekvenserat mönster av rörelser som är integrerade i det specifika systemet.

Modifierad

I en inkluderande idrottsföreningsmiljö kommer människor att ha olika funktionella förmågor. För att fullt ut maximera sina förmågor kan det vara nödvändigt att anpassa rörelser så att människor som har olika förmågor kan delta. Detta innebär att acceptera, och faktiskt välkomna, dessa skillnader. Individerna kan inte förändras, men tränaren eller läraren kan enkelt ändra aktiviteten. I exemplet med kata kan detta modifieras med alternativa rörelser.

Parallell

Förmågegrupper kan bildas baserat på en enkel "nybörjare, mellanliggande och avancerad" modell.

Det parallella tillvägagångssättet är dock mer nyanserat än detta. Till exempel kan två eller flera grupper följa ett liknande tema, men med variationer i komplexitet. En sekvens av rörelser kan förenklas till en grundläggande nivå medan andra grupper kan innehålla ett bredare spektrum av färdigheter eller mer komplexa rörelseordningar.

Separat/alternativt

I denna situation kan vissa människor behöva lite individuellt stöd för att ge dem tid och utrymme att utveckla sina färdigheter utan trycket att försöka "hänga med" med resten av gruppen.

Det är dock viktigt att denna lösning inte används hela tiden. Endast när det behövs och med avsikten att individen ska återintegreras med huvudgruppen så snart som möjligt – när deras skicklighet och/eller självförtroende har förbättrats.

APA/Handikappidrott

Det kan vara en intressant utmaning för alla i gruppen att prova på en anpassad aktivitetsform. Till exempel är judo för synskadade spelare en del av det paralympiska

programmet. Synskadade judokas får poäng på exakt samma sätt men börjar varje match eller startar om redan i kontakt.

Seende spelare kan njuta av utmaningen att spela till synskadade regler och till och med bära ögonskärmar. Detta kan hjälpa dem att "känna" förändringar i rörelse och vikt hos sina motståndare.

Övning: hur kan du positivt inkludera alla element i inkluderingspektrumet i en sportsession?	
Planera en session baserad på någon sport eller aktivitet för en grupp individer med blandad förmåga.	
Öppna	Vilka delar av din planerade session kan vara öppna för alla och göra det möjligt för alla att delta tillsammans på sitt eget sätt? (Vi har tittat på många exempel under de senaste modulerna).
Modifierad	I din valda sport eller aktivitet, tillämpa två ändringar. En för en specifik individ. En annan för hela gruppen.
Parallell	Hur kan förnågegrupper fungera i din valda aktivitet? Kan du till exempel utveckla två eller flera versioner som gör det möjligt för personer med olika förmågor att delta på den nivå som matchar deras funktionella förmågor?
Separat/alternativt	Tänk på en specifik individ och utveckla ett kort program som skulle göra det möjligt för den här personen att öva färdigheter självständigt.
APA/Handikappidrott	Undersök en anpassad eller handikappidrottsversion av din valda sport / aktivitet. (Kolla det paralympiska programmet till exempel Paralympisk sport - Lista över parasporter och evenemang Internationella paralympiska kommittén).

Kommunikation

E-post och textmeddelanden (SMS)

De flesta av oss kommunicerar via e-post eller sms (SMS) på våra mobiltelefoner. Så länge VI kan se och förstå det vi skriver så tänker vi sällan på hur det kan se ut för mottagaren.

Vi kan använda **S. T. E. S.** anpassningsverktyg för att lyfta fram några enkla anpassningar som gör all vår kommunikation enklare för mottagaren.

S. T. E. P. komponent	Anpassning
S. p.a.c.e.	<ul style="list-style-type: none">I elektronisk kommunikation sparar vi inte utrymme eller papper genom att använda små teckenstorlekar; use stora teckensnittsalternativ i e-postmeddelanden - 12pt absolut minimum - 14pt och högre mycket bättre.
T. a.s.k.	<ul style="list-style-type: none">Använd vanliga stora och små bokstäver i e-postmeddelanden och texter; vissa människor tycker att CAPITALS är svårare att läsa.Vanliga teckensnittstyper - som Verdana eller Arial - är tydligare än "serif" -tysnitt (som Times New Roman, Goudy Old Style eller Mongolian Baiti!).
E. q.u.i.p.m.e.n.t.	<ul style="list-style-type: none">Det finns verktyg och resurser som kan hjälpa dig att förbättra din kommunikation. Till exempel:<ul style="list-style-type: none">- www.easy-read-online.co.uk översätter dokument till lättläst format- https://hemingwayapp.com/ föreslår kortare meningar och enklare ordbyten
P. e.o.p.l.e.	<ul style="list-style-type: none">Inte alla föredrar, eller kan, använda sociala medier. Tänk på sätt att hålla människor informerade på andra sätt. (I två nyligen genomförda undersökningar, i Storbritannien och Australien), fick funktionshindrade personer det mesta av sin information om händelser och aktiviteter genom mun till mun!).

Övning: Skriv ett mejl eller brev

I utrymmet nedan skriver du ett e-postmeddelande eller brev till någon (kanske har en specifik person i åtanke) och försöker använda:

- tydligt, enkelt språk
- användbar typsnitt (text) storlek och typ
- en lättläst layout.

Nu – varför inte göra det så **hela tiden!**

Applicera S. T. E. P. anpassningsverktyg till arbetsplatsen

Massor av aktuell och ny forskning stöder uppfattningen att funktionshindrade är både undervärderade och underutnyttjade i arbetsmiljöer.

S. T. E. P. anpassningsverktyg kan också tillämpas på arbetsplatsen. Här är några exempel.

S. T. E. P. element	Arbetsrelaterat exempel
S. p. a. c. e.	<p>S.p. a. c. e. kan tolkas på ett antal sätt.</p> <ul style="list-style-type: none">• På ett funktionellt och praktiskt sätt – anpassa arbetsområdet för att göra det möjligt för en person som har nedsatt rörlighet och använder rullstol, gång- eller ståram eller pinnar eller kryckor att ta sig runt – och ge ett fritt rörelseflöde för alla;• Ett arbetsutrymme för varje individ som gör det möjligt för dem att maximera sina förmågor. till exempel:<ul style="list-style-type: none">- vissa människor kommer att fungera bättre med minskad röran runt där de arbetar - precis vad de behöver för uppgiften i handen;- brusreducering - andra föredrar tysta omgivningar så att de kan fokusera och undvika onödig distraktion; detta kan till och med innebära mindre socialt chattande;• "S. p. a. c. e. 'att absorbera och assimilera information och instruktioner; när de väl internaliserats kommer människor att arbeta effektivt, men att skynda på den inledande orienteringen kan vara kontraproduktiv.
T. a. s. k.	<p>Det gäller vad personen faktiskt <i>gör</i>; den egna rollen, arbetsuppgifterna och arbetsuppgifterna.</p> <ul style="list-style-type: none">• Om en uppgift består av en serie enskilda element som en del av en sekvens, kan dessa initialt delas upp i mindre komponentdelar för att göra det möjligt att absorbera och förstå varje separat erforderlig färdighet. När detta har uppnåtts kan komponenterna kombineras till en effektiv sekvens.• Det kan hjälpa människor att känna till hur deras uppgifter bidrar till bredare mål. Vissa relativt

	<p>enkla uppgifter kan vara lätta att lära sig och upprepa. Men om deras koppling till den "större bilden" inte fastställs kan dessa uppgifter bli meningslösa.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Passa alltid på att göra det möjligt för personer med funktionsnedsättning att förklara sitt föredragna sätt att göra saker på. Det kan faktiskt vara effektivare! • Anställda som har funktionsnedsättning är också informationskällor och bör få dela med sig av sina kunskaper till andra, till exempel genom att utbilda ny personal.
<p>E. q. u. i. p. m. e. n. t.</p>	<p>Många utrustningsanpassningar finns tillgängliga för att göra det möjligt för personer med funktionshinder att vara både effektiva och bekväma i arbetsmiljön. Till exempel:</p> <ul style="list-style-type: none"> • stående ramar gör det möjligt för personer som har nedsatt rörlighet att arbeta bekvämt under längre perioder vid ett skrivbord eller en arbetsstation - och minska de negativa effekterna av längre perioder av sittande; • datorprogramvara för att hjälpa till att inkludera personer som har synnedsättning; • många verktygsanpassningar för att göra fysiska uppgifter i samband med konstruktion, trädgårdsodling och tillverkning.
<p>P. e. o. p. l. e.</p>	<p>Detta hänvisar till hur personen som har funktionshinder interagerar med andra på arbetsplatsen som en del av ett team eller en arbetsgrupp.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ett "kompis" eller partnersystem kan hjälpa till med den första introduktionen på arbetsplatsen - men kan också ge ömsesidigt fördelaktigt stöd i framtiden. Det är viktigt att en erfaren partner endast ger stöd vid behov. • Kommunikationen kan behöva ändras. till exempel: <ul style="list-style-type: none"> - undvika beroende av esoteriskt språk, arbetsrelaterade akronymer och jargong i samband med specifikt arbete tills den funktionshindrade medarbetaren är bekant och bekväm med dessa termer; - beskriva ett element i en uppgift i taget snarare än att ge långa, invecklade förklaringar; - förstå att konversationer är tvåvägs och att det är viktigt att kontrollera att instruktioner

	<p>eller uppgifter har förståtts innan man lämnar någon till sina egna enheter.</p> <ul style="list-style-type: none"> Information som lämnas till arbetskraften, till exempel allmänna meddelanden, bör tillhandahållas i format som gör det möjligt för varje anställd att få tillgång till och veta vad som händer.
--	---

Övning: Tillämpa S. T. E. P. anpassningsverktyg till DIN arbetsplats.

Tänk på din egen arbetsplats. (Om du arbetar hemifrån eller inte arbetar, minns du någonstans du har arbetat tidigare eller har besökt).

Hur kan du tillämpa S. T. E. P. anpassningsverktyg, som visas i exemplen ovan, direkt till din egen arbetsplats?

I varje S. T. E. P. komponent, försök att ge 2-3 exempel där arbetsplatsförhållanden eller praxis kan förbättras.

S. p. a. c. e.	
T. a. s. k.	
E. q. u. i. p. m. e. n. t.	
P. e. o. p. l. e.	

S. T. E. P. kan användas för att anpassa och ändra arbetsmetoder relaterade till specifika anställningar. Att anta en "inkluderingsmentalitet" kommer dock att vara till nytta för alla på arbetsplatsen genom att till exempel förenkla och effektivisera uppgifter, roller och ansvar och skapa rörliga miljöer.

Använd dessa verktyg – Inclusion Spectrum Framework och **S. T. E. P.** anpassningsverktyg - och de många exempel vi har delat för att förbättra dina egna sessioner och inställningar och ge bättre möjligheter för ALLA!

Kontakta oss:

E-postadress: ceo@ikkaido.com

Telefon: [+447446 503082](tel:+447446503082)

Kvitter: https://twitter.com/ikkaido_MA

Facebook: [https:// www.facebook.com/ikkaidoEU/](https://www.facebook.com/ikkaidoEU/)

Laglig Friskrivning

Projektet medfinansierades av Europeiska unionen genom Erasmus+-programmet. Europeiska kommissionens stöd till produktionen av denna publikation utgör inte ett godkännande av innehållet som endast återspeglar författarnas åsikter, och kommissionen kan inte hållas ansvarig för någon användning av informationen i den.

Upphovsrätt Ikkaido Ab C 2019



PRIMAE



Finansieras av
Europeiska unionens
Erasmus+-program