



Bsport+

Newsletter

KAPASİTE GELİŞTİRME PROGRAMI

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



KAPASİTE GELİŞTİRME PROGRAMI

Newsletter 3

Bsport kapasite geliştirme programı <https://www.bsportplus.eu/capacitybuilding/> adresinde mevcuttur.

Bu sayfa, BSPORT+ projesindeki her bir proje ortağının, engellilerin fiziksel aktivitelerini artırmaya yönelik pilot faaliyetlerimiz sırasında edindiği bilgileri ayrıştırır/vurgular.

Umarız ki bu sayfa sadece engelliler için değil, fiziksel aktiviteleri artırmakla ilgilenen diğer kişiler için bir ilham kaynağı olabilir.

Programı farklı AB ülkelerinde test ediyoruz, sonuçları öğrenmek için okumaya devam edin.



ORTAK ÜLKELERDE KGP'NİN PİLOT TESTLERİ

İsveç - KTH

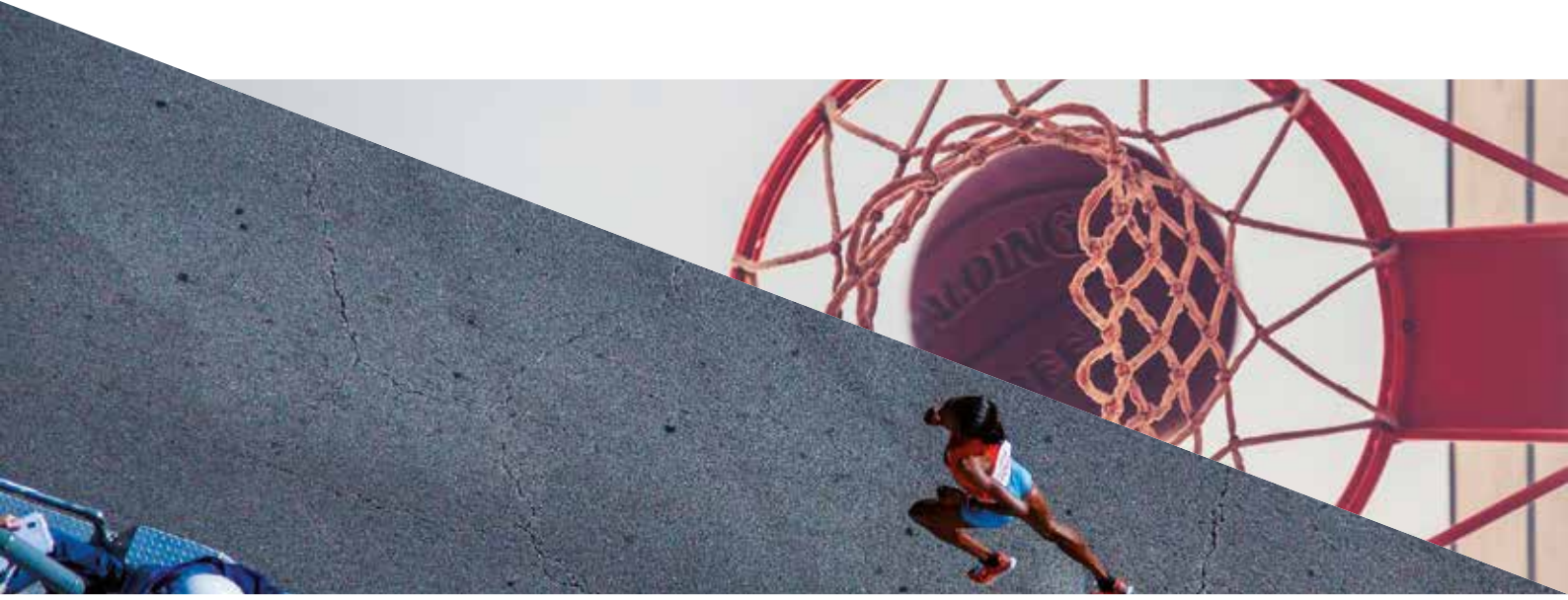
KTH'de spor ve sağlıkla ilgili birçok aktivite vardır. KTH şu anda spor mühendisliği için bir merkez planlıyor ve bu merkezin yıl sonuna kadar hayata geçirilmesi planlanıyor. BSport+ alanında – Kapasite geliştirme ana sayfası açıldı. Görme engelli yüzücüler için sensör fikrimizin konumlandırma doğruluğunu onaylayan devam eden bir tez çalışması var. Garmin App Store'da artık bir prototip uygulaması mevcut. Engellileri fiziksel aktivitelere dahil etmek için robotiklerin nasıl kullanılabileceğini araştırıyoruz. İlk pilotu BSport+ bünyesinde yapmayı hedefliyoruz. Hem genç özürlü grupları hem de yeni liderler yetiştiren pilot projelerle birlikte, kar yağışı sonlandığı için patika bisikleti aktiviteleri tekrar devam ediyor.

Resim, katıldığımız yeni liderlerin yetiştirildiği sezonlardan birini gösteriyor.

Slovenya- Ozara d.o.o.

Önceki aylarda OZARA d.o.o. KGP pilot testi kapsamında pratik faaliyetler gerçekleştirmiştir. Bu faaliyetin orijinal fikri ve amacı, CBP'yi test etmek ve doğrulamak için yerel/mahalle şehri pilotu hazırlamak, işbirlikçi ekosistem ve HEPA Politika Laboratuvarı da dahil olmak üzere önceki proje sonucu tarafından oluşturulan mekanizmalar üzerinde çalışmak ve bir politika çerçevesi önermekti.

Çeşitli pandemik kısıtlamalar altında kaybedilen zamanı düzeltmek ve günlük fiziksel aktivitenin ve akran desteğinin işyerindeki refahı ne kadar etkileyebileceği konusunda farkındalık yaratmak için OZARA ZC d.o.o. ile işbirliği içinde çeşitli ekip çalışanları ile birlikte Haziran 2021'de ilk test eylemi gerçekleşti. Engellilerin HEPA'ya dahil edilmesine ilişkin genel fikri desteklemek amacıyla KA'yı, akran desteğini ve hedeflenen eylemler için gelecekteki işbirliği olasılıklarının değişimini teşvik etmek için bir bisiklet turu düzenlendi. Daha fazla bilgiyi burada bulabilirsiniz:



<https://www.bsportplus.eu/capacity-building-programme-taking-action-in-slovenia/>

2022'de, KGP fikrini ve çoğaltma olanaklarını bir destekleyici kuruluşla ilk kez sunduğumuz klasik bir şekilde yaptığımız iki etkinlikle devam ettik. Bununla birlikte, daha sağlıklı bir yaşam tarzı için içerme, akran desteği ve güçlendirme unsurlarıyla bağlantılı olarak önceki deneyimler ve mevcut toplumsal gelişmeler içinde, daha geniş bir toplulukla bağlantılı olarak KGP pilot uygulamasının gerçek potansiyelini keşfettik - bu nedenle iki ek etkinlik daha gerçekleşti. EB'lerin diğer kuruluşlardan akranlarını tanıdığı daha geniş bir yerel topluluk, profesyonel çalışanları ve Pomurje bölgesindeki geleneksel bir folklor ve dans etkinliklerini bir araya getiren ve bunlara katılan daha geniş bir yerel topluluk; Karintiya bölgesinde, engellilerin sosyal olarak dahil edilmesi için uzmanlaşmış STK ile bağlantı kurduk ve akranların birbirlerini tanıdığı, egzersiz yaparken birbirlerini desteklediği ve neşelendirdiği, aralarında egzersizlerin olduğu özel bir yürüyüş gezisi düzenlendi.

İspanya- Fundación INTRAS

Fundación INTRAS'ta yürüyüş aktivitesine pilotluk yapıyoruz. Gittikçe daha fazla doktor, zihnimizi ve bedenimizi iyileştirmek için "kırsala gitmeyi" öneriyor. Yürüyüş, zihinsel rahatsızlık belirtilerini azaltmak için ideal bir spordur. Getirdiği faydalar çoktur. Bazılarını listeliyoruz:

- Zihinsel enerjimizi yeniden şarj etmemize yardımcı olur. Doğal bir ortamda 90 dakika yürüyüş yapmak zihinleri temizlemeye yardımcı olur. Melankoli ve olumsuz düşünce düzeylerinin önemli ölçüde azaldığı bilimsel olarak kanıtlanmıştır.
- Açık havada egzersiz yapmak bizi daha iyi hissettiren endorfin salgıladığından, ruh halimizi iyileştirmeye yardımcı olur. Daha canlı hissedeceğiz ve enerjimiz artacak.
- Sosyalleşmeye yardımcı olur. Tanımadığımız bir grup insanla yürüyüş yapmak bizi yeni insanlarla tanışmaya "zorlar". Yeni sosyal ilişkiler kurmak için iyi bir fırsat.
- Küçük yürüyüş parkurlarıyla başlasak bile özgüvenimizi geliştirir. Önemli olan, yavaş yavaş küçük hedeflere ulaşmaktır.
- Doğa yürüyüşüne çıkmak, teknolojiden kopmamızı sağlayacak ve farklı sorunlarla başa çıkmak için zihnimizi geliştirmemize yardımcı olacaktır.

Pilot uygulama deneyimimiz sayesinde, yürüyüşün zihinsel sağlığa birçok fayda sağlayan ilgi çekici bir aktivite olduğunu doğrulayabiliriz. Ağaçlardan, bitkilerden, nehirlerden, kuşlardan, göllerden, rüzgardan, ışıktan akan enerjiyi hissetmek, ... içini ve dışını iyileştirir..

Tiran Avrupa Üniversitesi

Tiran Avrupa Üniversitesi'nin binalarına Nisan-Mayıs aylarında 10 ila 16 yaşları arasındaki yaklaşık 30 çocuk (ebeveynleri eşliğinde) katılmaktadır.

Proje, engelli gençlere ve çocuklara sağlıklı bir yaşam için iyi uygulamalar ve spor aktivitelerine alternatifler sunmayı amaçlıyor. İyi düşünülmüş bir programın geliştirilmesine herkesten daha fazla ihtiyaç duyan bireylerin yaşam kalitelerini etkileyecektir.

UET, proje belirleme ve uygulama sürecinde juvenil diyabetli bireylere odaklandı. Sağlıklı bir davranış rutini programlamayı amaçladık. Proje, yerel endokrinologlarla işbirliği içinde dünya çapında deneyimler aramaya dayalı sağlıklı beslenme rutinleri, fiziksel aktivite ve diyabetin gerektirdiği katı kuralların uygulanmasından oluşuyordu.

UET'teki akademik personel, duruma göre Juvenil Diyabetli çocukların takibini üstlendi. Amaç neydi? Sağlıklı bir yaşam tarzını benimsemek ve Juvenil diyabetli çocuklara gelişimsel sinerji ve destek getiren işbirlikçi bir platform oluşturmak. Aktif ve işbirlikçi bir ağ oluşturmak, Diyabetli Çocuklar ve Gençler Derneği'ni, ülkenin belli başlı şehirlerindeki endokrinologları, doktorları ve pediatrik endokrinoloji departmanının çalışanlarını QSUT'ta bir araya getirdi.

Ebeveynler ve çocuklarla sistematik temaslarda, üretken bir işbirliği ortamı yaratıldı. B-SPORT+ projesinin öngörülen ürünlerinden biri, UET'in spor tesislerinde düzenlenen ve uzman doktorların, hemşirelik öğrencilerinin, antrenörlerin, beslenme uzmanlarının tek bir hedefte bir araya geldiği spor-eğitim faaliyetlerinin geliştirilmesi oldu:

Çocuklara yardım etmek ve ebeveynlerini desteklemek için işlevsel kapasite geliştirme.

Etkinlikler, aşağıdakilerin geliştirilmesiyle çoklu etkinlikler olarak tasarlandı ve geliştirildi:

1. Juvenil diyabetin taşıdığı ve sergilediği özellikler hakkında değerli bilgilendirici sohbetler
2. Çocukların ve ebeveynlerin yaşadıkları damgalamalar, günlük yaşamda karşılaştıkları
3. Zorluklarla ilgili deneyimlerin çocuklar ve ebeveynleri arasında paylaşılması.
4. Gençlerin hayatlarında sonuçlar ve geri bildirimler getirmek için spor aktiviteleri geliştirmek ve egzersiz öncesi ve sonrası şeker seviyelerini ölçmek.
5. Ama esas olan, juvenil diyabetli her bireyin günlük yaşamını en iyi şekilde yönetebilmesi için imkanlarının ve sınırsız sınırlarının tam olarak farkına varması düşüncesiyle eğitimidir.

Nasılsa kural kölesi olmadan kendi yaşam tarzını kurarak temel kuralları uygulama bilinci.

Fiziksel aktivite ve çeşitli oyunlar, proje kapsamında düzenlenen etkinliklerle günlerini tamamladı.

https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=pfbid02v1syRrSkdU35hMaK-7pr3FGUeVWdipZubtXcuLPJYxUxfdozqtwLKawfUz4zU8eD7l&id=106509158458647

WONCA, Danimarka

EQuIP'de şu anda Aarhus şehri boyunca 5 km'lik bir yürüyüş gezisi olan yürüyüş programımızı test ediyoruz. Katılımcı, fiziksel olarak daha aktif olmak isteyen ancak tek başına spor salonuna gitmeyi veya egzersiz yapmayı sevmeyen tip-2 diyabetli 58 yaşında bir kadındır. Ayrıca, gerçekten istese de, iyi bir aktif yaşam tarzı sürdürmeyi çok zor buluyor.

Ayrıca, teorideki müdahalenin müdahale konusu için gerçeklikle eşleşmesini sağlamak için fikrimizi test etmek önemlidir. Katılımcı ile tanışmak ve nelerin geliştirilebileceğini ve nelerin iyi çalıştığını duymak her zaman büyük bir zevktir. Katılımcıyla birkaç kez bir araya geldik ve her seferinde geziden keyif aldı ve kendi ihtiyaçlarına göre nasıl vizyon oluşturduğuna dair iyi girdilerle katkıda bulundu.

İlk buluştuğumuzda yürüyüşün yavaş yürümesini ve sosyal yönüne odaklanmasını önerdi. Bu yüzden, bir dahaki sefere buluştuğumuzda, bunu daha yavaş yürüyerek ve sohbe daha fazla odaklanarak dahil ettik. Ayrıca daha çok ortak noktası olan başkalarıyla birlikte

yürümenin benzer etkinliklere katılma motivasyonunu artıracığını söyledi. Yürüyüş rotamızla ilgili geri bildirim olarak, yeşil alanlar veya deniz manzaralı alanlar önerdi ve daha fazlasına otobüsle ulaşılması gerektiğini söyledi.

Fiziksel yönü ile birlikte sosyal dinamikleri anlamak için yürüyüş gezimizi daha fazla katılımcıyla pilot test etmeyi umuyoruz. Her zaman olduğu gibi, geri bildirimleri dahil etmeye ve mevcut yürüyüş programını iyileştirmeye çalışacağız.

INFAD, İspanya

İşyerinde sağlık. Wellness Programı: İşyeri Egzersizi ve Sağlıklı Beslenme (B-Sport)

Haziran 2021'de INFAD, pilot testimizi nasıl gerçekleştirebileceğimizi, kime yönelik olacağını, görevlerin uygulanmasından ve yerine getirilmesinden sorumlu olanları, topluluk binamızı artırmak için koordinasyon ve olası dernekleri görüşmek üzere bir araya geldi.

Bu nedenle, telefon görüşmeleri ve e-postalar gibi çeşitli yollarla, belirli bir hedef kitleye sahip kişilere, ruh sağlığı sorunları olan kişilere, özellikle Extremadura'da bulunan kişilere yönelik derneklerle iletişim kuruldu, örneğin: FEAFES ruh sağlığı Extremadura; LASSUS; ARFES, Pro Ruh Sağlığı; AEXFATP; Ruh Sağlığı Ekipleri; Heyecanlan, Psikoloji; Sorapán de Rierios Vakfı; Lassus Derneği; COAMIFICO; AS-PAYM; ECOM; AEPSAD; Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Olan Aileler ve Çocuklar Derneği; APAFEN-FEAFES; AEMIS; AVIFLER; CERMI, İspanya Engelli Temsilciler Komitesi; ProsPort; SportLive.



Cevap bulamayınca Nisan 2022'de bazı konuları görüşmek üzere tekrar bir araya geldik:

- Olası çözümler tartışıldı.
- Öneriler veya diğer katılım biçimleri için INTRAS ile iletişime geçildi.
- Yeni olası ilgili dernekler önerildi.
- Her bir proje ortağı tarafından hazırlanan CBP'lerin her biri dikkatle incelendi.

Sonunda, OZARA programının gerçekliğimize uyduğunu keşfederiz. Programın amacı, sağlıklı bir çalışma ortamında çalışanların sağlığını güçlendirmektir.

Çeşitli araştırmalara göre, işyerinde insan kaynaklarına yatırım yapmak, şirketlerin hastalık, yaralanma ve hastalık izni ile ilgili maliyetleri azaltmasına, daha yüksek ürün ve hizmet kalitesine ve daha fazla kullanıcı memnuniyetine katkıda bulunmasına yardımcı olur.

İşyerimizde yetersiz fiziksel aktivite ve yüksek sedanter yaşam tarzı gözlemlendiğinden, önerilen egzersizler dikkate alınarak program başlatıldı:

- Duruştan kaynaklanan rahatsızlığı gidermek için esneme hareketleri yapın.
- İş günü boyunca hareket edin. İşyerine yürüyün, mola sırasında yürüyüş yapın.
- Kısa süreli gevşeme teknikleri.
- Herkesin işe sağlıklı gıda getirdiği sağlıklı bir diyet uygulayın.
- Düzenli su veya çay tüketimini teşvik edin.

- Eşleşen gömlekleme koşma veya bisiklete binme gibi etkinlikler veya atölyeler planlayın. Bu yönü daha sonra geliştirilecektir.

Öğrenme sonuçlarını yansıtan memnuniyet, esenlik ve ilerleme anketlerinin ardından iki ay boyunca yürütölmeye devam edilecektir. Fiziksel aktivite, öncesi ve sonrası sağlık durumu, sağlanan kilo kaybı ve beslenme alışkanlıklarındaki değişim ile ilgili görüşlere dikkat edilecektir. Ayrıca, katılımcılar tarafından sağlanan olası iyileştirmeler ve öneriler toplanacaktır.

İTALYA- SiNAPSI: Yemeđi sev ve sağlıklı yaşa

Pilot test, "Yemekleri sev ve sağlıklı yaşa" başlıklı bir kursun verilmesini içeriyor.

Önerilen program, tip 1 diyabetli gençlere, spor ve egzersizde tip 1 diyabetin neden olduğu fiziksel ve psikolojik zorlukları başarılı bir şekilde yönetmek için gerekli becerileri ve tavsiyeleri edinmeleri için bir dizi çevrimiçi kaynak (örneğin videolar, etkileşimli araçlar) sağlamayı amaçlamaktadır.

Diyabetli kişiler için fiziksel aktivitenin temel motivasyonları üç ana kategoride gruplandırılabilir:

- Diyabet ve egzersiz konusunda eğitim ihtiyacı.
- Psikolojik ve sosyal destek ihtiyacı.
- Bireyselleştirilmiş destek ihtiyacı.



Sağlık ve spor profesyonellerinden oluşan multidisipliner bir ekip, gerçek anlamda insan merkezli bir yaklaşım kullanarak yaygınlaştırmak için mini videolar ve destek materyalleri oluşturdu.

Müdahale alanları arasında sağlıklı beslenme ve diyet, spor ve fiziksel aktivite, duygusal ve psikolojik iyilik hali, vücut bakımı ve farkındalık yer alır.

Müdahalelerin ortak yönü, herkesin refahının teşvik edilmesi ve iyi uygulamaların yaygınlaştırılması yoluyla spora ve onu uygulayabilenlere yönelik sosyal damgalamaya karşı mücadeledir.

Slovakya – topcoach

Topcoach'ta pilot olarak kas distrofisi ve depresyonu ve/veya stresi olan kişilerle çalışmaya karar verdik. Tüm katılımcılar hem Kişisel Sağlık Aerobik hem de kuvvet egzersiz programının yanı sıra yürüyüşe (veya fiziksel olanaklar açısından benzer bir aktiviteye) katıldılar. Pilot, planla ilgili duygu ve gözlemleri tartışmak için hem yüz yüze hem de çevrimiçi olarak bir araya gelerek melez bir formatta Mayıs 2022'de gerçekleşti. Katılımcılar, engellilerle çalışma konusunda uzmanlaşmış birkaç tesis-ten biri olan yerel bir spor salonunun üyeleri-ydi. Pilota çeşitli nedenlerle katıldılar, ortak bir paydada, aktivite seviyelerini artırmak ve muhtemelen hem zihinsel hem de fiziksel olarak daha iyi hissetmek istiyorlardı. Pilot uygulama yaklaşık bir ay sürdü ve sonunda, katılımcıların hepsi kendilerini daha iyi hissettiklerini, daha net hissettiklerini dile getirdiler. Kapasite geliştirme programındaki etkinliklerin uzun olmadığını, gün içinde çok fazla zaman almadığını ve bu nedenle günlük yaşamlarına kolayca dahil edilebileceğini belirtmişlerdir. Bize göre, bu onları EB'nin akti-vitesini çok doğal bir şekilde artırmak için iyi bir olasılık haline getiriyor.

Belçika – Trendhuis

Belçika'da çalışan nüfusun 1/3'ü stres yaşadığını ve tükenmişlikten korktuklarını ifade ettiğinden, stres koçları sağlamak ve insanların kendi kendilerine çalışabi-lecekleri kolay çözümler önermek önemlidir.

Trendhuis, Antwerp Üniversite Hastanesinde "Time2Grow" programını yerleştirdi ve burada yalnızca dayanıklılık testleri ve tanıklıklar içeren bir web sitesi değil, aynı zamanda tıbbi personel için erişilebilir çözümler de sağladık.

Düzenlediğimiz spor aktiviteleri, eğitimcilerin ve katılımcıların kullanmak istediği

uygulamalara bağlıydı, örn. yürüyüş (koşmaya başlama), yoga (yeni başlayanlar için yoga), fitness (Terleme), vb.

Hedeflerimiz:

- Depresyondan muzdarip insanlar için zihinsel sağlığı teşvik etmek.
- Grupta ilk olarak Spor ve sağlık uygulamalarının kullanımını teşvik etmek ve denemek.

İnsanları zihinsel sağlık sorunlarıyla evde bireysel olarak spora başlamaları için motive etmektir.

Sporu nasıl teşvik etmemiz gerektiğinden emin olmak için işçiler için altı ayrı test seansı düzenledik (bazı katılımcılar UZA'dan geldi). Katılımcılar yürüyüş, bisiklet, yüzme gibi sosyal sporları tercih ediyor... Yoga seanslarına da ilgi vardı. Koçların metodolojisi şöyleydi:

- katılımcıların akıllı telefonlarına indirmelerine yardımcı olmak.
- uygulamaların kullanımını açıklamak.
- uygulama + sporun iki saatlik kullanımı.
- izlenimleri paylaşmak için toplanmak.

Bugün, Antwerp Üniversite Hastanesi, yumuşak beceriler veya kişisel denge üzerinde çalışmayı önermektedir. takip etmeyi öneriyorlar.

- Dayanıklılık kursları.
- UZA'dan yoga seansları.
- spor teklifi ve spor uygulamalarının kullanımı.

Türkiye, İstanbul Avrupa Araştırmaları Derneği (IAAD)

IAAD, okulların oyun alanlarında grup geleneksel oyunlarını uygulayarak ve (2) temel bileşenler arasında daha iyi bir denge sağlayan sağlıklı diyetlerle birleştirerek, (1) Sağlığı Artırıcı Fiziksel Aktivitelerin (HEPA) çok ölçekli bir kombinasyonunda okullaşma alanıyla birlikte gelişir. bireyi göz önünde bulundurarak, engelliler için olası koşulları, örneğin diyabet, vb. entegre ederek, (3) okulun gıda sistemlerindeki rollerine yönelik döngüsellik yaklaşımıyla gıda kaybı ve israfını ele alan uygun bir kalori miktarının hesaplanması yoluyla yapılandırılmıştır. ve (4) 6 ile 11 yaş arasındaki öğrencilerin aileleriyle birlikte, Engelli Kişiler (PwP) ile ilgili yerel ve bölgesel politika çerçevesinin bir dizi etkinliğe katıldığı vatandaş odaklı Politika laboratuvarlarının uygulanması.) araştırılır.

Bu, özellikle ayırt edici özellikleri için seçilen üç okulla yapılır:

- 1. okul 1**, kentsel bir çevrede bulunan bir ilkokul, örneğin İstanbul şehrinin bir parçası olan Bahçeşehir semti, bir zamanlar yeşil alanların bolluğu nedeniyle "bahçe şehri" olarak adlandırılan kırsal bir mahalle, bugün büyük ve ağır kentleşmiş bir çevre (sadece 10 yılda evrim, 2000 nüfus sayımında 287.569), okul İBB Şehit Savcı Selim Kiraz İlkokulu, 6-11 yaş arası öğrenciler ve velileri ile;
- 2. okul 2**, uzak bir kırsal kıyı bölgesinde bulunan bir ilkokul, örneğin, Orhaniye, Marmaris İli, Osmaneli İlçesinde bulunan bir köy (2010 nüfus sayımına göre 103 kişilik bir nüfusa sahipti), okul Orhaniye İnci Narin Yerlici İlkokulu, 6-11 yaş arası öğrenciler ve velileri ile;
- 3. okul 3**, kırsal dağlık bir bölgede bulunan bir lise, örneğin, Yeşilüzümlü, Muğla İli, Fethiye mahallesinde ve şehrinde bulunan bir kasaba (2021 nüfus sayımına göre 2.470 kişi), okul Fethiye Üzümlü Borsa İstanbul Anadolu Lisesi, 15-18 yaş arası öğrenciler ve velileri ile.

Pilot deney, HEPA dikkate alınarak, her okulda belirlenen özel ihtiyaçlara göre uyarlanmış basitleştirilmiş bir destek programının uygulanması yoluyla belirlenir ve okul tarafından sunulan öğünler sağlıklı beslenme için Ulusal Eğitim Programın-

da halihazırda çerçevesinde ve '2023'te yer almaktadır. Eğitim Vizyonu Programı (2023 Eğitim Vizyonu, VİZYON2023).

Burada, IAAD, okulların konumlarının coğrafi belirleyicilerini göz önünde bulundurarak, öğrencilerin ve öğrencilerin sosyo-ekonomik ve toplumsal dinamiklerini ve ebeveyn alanlarını bütünleştiren bir yaklaşım uygular. Bu amaçla, IAAD, basitleştirilmiş ancak katılımcı bir durum analizi yoluyla öğrencilerde ve öğrencilerde davranış kalıplarının engellerini, etkinleştiricilerini ve itici güçlerini araştırır ve "refah" bir gelişim figürü oluşturmayı amaçlayan çevrimiçi bir anketle desteklenir, örn. pilot deneyler (Kasım 2022'de tahmin ediliyor), katılımcıların deneyler tarafından oluşturulan "refah" konusundaki anlayışları nelerdir. Bu sonuç, örneğin kilo alımı veya kaybı ve fitness düzeyi gibi yalnızca HEPA'ya değil, aynı zamanda sosyal olarak "iyi hissetmek" veya "daha iyi hissetmek" gibi kavramlara da odaklanmaktadır. Grup aktiviteleri bu şekilde seçilmiştir: HEPA ve sağlıklı diyetlerin kombinasyonu, tamamen entegre bir sosyal ortamda uygulanmaktadır.

Okul 1 ve 2, VİZYON2023 Programına entegre etkinlikler olan oyun alanında grup geleneksel oyunlarını oynayarak haftalık düzenli HEPA uygulamaktadır, ayrıca basketbol, futbol, hentbol ve voleybol gibi spor etkinlikleri de organize etmektedir. Okul 3 sadece organize spor aktivitelerinde gelişir.

Bsport+

Newsletter

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



Are

FUNDACIÓN
Intras

