



Memòria d'activitats

Denominació de l'Associació
Associació Superacció

Any de la memòria
2019

1

1.- Com s'organitzen els diferents serveis, centres o funcions en què es diversifica l'activitat de l'associació.

L'Associació té dues línies de treball:

1. Inserció social de menors i joves en risc d'exclusió mitjançant l'esport com a eina vehicular.

2. Formació expressiva pel desenvolupament personal.

Per un costat, es pretén impulsar la inserció social de persones en risc d'exclusió social, amb especial èmfasi en infants i joves, mitjançant l'esport i el treball corporal; i per una altre promou la formació pel desenvolupament personal a través del coneixement d'un mateix utilitzant com a eina principal el cos i els llenguatges expressius.

En el cas de la inserció social mitjançant l'esport es fa a través del triatló i en grups heterogenis tant nois com noies entre els 12 fins als 35 anys, on no es té en compte l'edat, el sexe ni la capacitat esportiva. D'aquesta forma potenciem la cooperació i el treball en equip de forma que els i les més avançats/des puguin donar un cop de mà als/les més petits/tes. Pel que fa a la formació expressiva es fa un postgrau de Treball Corporal Integratiu. El programa de Triatló representa el 80 per cent del nostre esforç i temps.

El triatló és la nostra eina vehicular perquè ens permet ajudar als menors i joves a canalitzar energies, treballar la superació, adquirir compromisos, enfrontar les pors, propiciar l'intercanvi cultural, desafiar els límits propis i reconèixer així el que són capaços d'aconseguir. En combinar 3 esports (natació, ciclisme i atletisme), el triatló obliga a esforçar-se en disciplines en les quals un és bé com en les quals no ho és tant.

Considerem important assenyalar que les nostres activitats del Programa de Triatló es divideixen en dos moments de l'any. Tenim unes activitats que es realitzen en base al curs escolar de setembre al juny i unes altres que es fan durant l'estiu, a més d'activitats que realitzem de manera puntual. Les sessions de triatló tenen un preu subvencionat entre 35 i 40€ mensuals. Pels joves, la inscripció és gratuïta sempre que no disposin de recursos (que és la major part dels casos). Les activitats del Postgrau de Treball Corporal Integratiu es fan des de octubre fins a novembre de l'any següent.

Les entitats derivadores de casos pel Programa de Triatló:

Centres derivadors de joves.
Agència de Salut Pública
APC's Educadors de carrer
Can Llupià
Casal dels Infants
Centre d'Acolliment Can Miralpeix
Centre d'Acolliment Mas Pins
Centre Maria Feixa
Centre Salesià Cruïlla
Centres Serveis Socials del Poblenou
Cepaim
CERC Alzina
CRAE Joan Torras
CRAE Lledoners
CRAE Toni Julià
CREI Castanyers
Dep. ORC dels Mossos d 'Esquadra
Districte de St. Andreu
FEEB / CEEB
Forma 21
Fundació Adsis
Fundació Iniciatives Solidàries
Hospital Clínic
IMPO
IES Besòs
IES Pau Claris
Ludoteca del Poblenou
Serveis d'Inserció Social, Ajuntament BCN

2.- Descripció de les activitats desenvolupades i dels serveis prestats durant l'any.

Programes de Triatló

Durant l'any 2019 es va treballar amb els següents grups:

S'han conduït 8 grups: 2 de Triatló durant el curs escolar, 3 d'estiu i 3 especials (1 grup al Centre Penitenciari Quatre Camins, 1 al Centre Penitenciari Joves i 1 curs d'auxiliar d'esport). Això ha suposat un total de 677 nois i noies atesos, unes 3.415 h. d'atenció cada any, distribuïdes en

2.954 de sessions, i 461 hores aproximadament de gestió, assistència personalitzada, participació en activitats annexes, cursos de formació i competicions esportives.

a) Programes de triatló durant el curs escolar

1. Grups de Triatló per a la Inserció de Superacció (Derivacions diverses i inscripcions individuals)

En aquets grups atenem majoritàriament joves immigrants extracomunitaris que han estat derivats des de diferents centres de menors, espais d'inclusió i formació, ong's que treballen amb joves nouvinguts, serveis socials, entre altres.

Un grup va fer les seves activitats tots els dissabtes del curs escolar de 8h a 11h, i l'altre els dimarts de 18:30h a 20:30h a les instal·lacions del CEM Marítim i de la Mar Bella. Un tercer grup va fer cinc sessions setmanals de 2 hores cadascuna. Dilluns, dimecres i divendres des de 9:00h fins a les 11:00h i dimarts i dijous de 11:30h a 13:30h, al Complex Esportiu Municipal La Mar Bella i al Centre Esportiu Municipal Júpiter.

2. Triatló per a la inserció de l'unitat d'escolarització compartida (UEC) Martí Codolar

Programa en col·laboració amb el Salesians Sant Jordi, que ens va incloure en el seu programa UEC (Unitat d'Escolarització Compartida) on els joves que han estat expulsats dels instituts tenen una última oportunitat d'obtenir la ESO. Superacció esdevé la assignatura com d'activitat esportiva obligatòria.

Aquesta activitat es va realitzar tots els divendres del curs escolar un primer grup de 9:00h a 13h a les instal·lacions del CNB i CEM Mar Bella.

b) Programes de triatló durant l'estiu

1. Activitat Intensiva d'estiu Triatló.

Programa intensiu d'activitats d'estiu amb vocació esportiva i educativa amb el triatló com a activitat troncal complementada amb una sèrie de mètodes i tècniques com ara l'expressió corporal, el ioga o el ball.

S'ha dut a terme al Poliesportiu de la Mar Bella i va tenir una durada de 5 setmanes distribuïdes de la següent manera:

- Des del 25 de juny fins al 26 de juliol en un horari de dilluns a divendres des de les 9h fins a les 15h del matí (menjar inclòs). Activitat homologada per l'Ajuntament de Barcelona.

2. Colònies d'agost

Durant dues setmanes a l'agost es van desenvolupar diferents activitats esportives a l'Arberg Els Isards a la Molina. Es dona la oportunitat de tenir un temps de lleure de qualitat als joves de la ciutat, que no tenen vacances

L'activitat es va desenvolupar des del dimarts 20 d'agost fins al diumenge 25 d'agost i del dimarts 27 d'agost fins el diumenge 1 de setembre.

3. Campus Ciutat Vella Agost

Durant les quatre setmanes d'agost es va realitzar un campus esportiu per a joves en situació de carrer. On a més de fer activitat física es cobrien les necessitats bàsiques.

L'activitat es va realitzar des de l'1 d'agost fins el 30 d'agost a les instal·lacions del CEM Mar Bella.

c) Grups especials

1. Estimulació psicomotriu a Quatre Camins

Aquest grup es va realitzar al Mòdul DAE del Centre Penitenciari Quatre Camins. On es van fer tres activitats setmanalment (cada dilluns de 9.00 a 14.00 h.). La primera va ser un taller d'estimulació psicomotriu i cultural entre els interns del DAE de Quatre Camins, alumnat de la Universitat de Barcelona i voluntariat. La segona, un total de 35 conferències amb especialistes, amb una doble intencionalitat. D'una banda, oferir continguts d'interès per als interns i, d'altra, generar vincles amb l'exterior a fi de crear espais de diàleg i relació que serveixin per generar una socialització constructiva. Dins d'aquestes conferències també participen estudiants de la Universitat de Barcelona i voluntaris. Finalment, la tercera promou la realització de gestions i formacions perquè el voluntariat adquireixi les eines adequades per oferir suport als interns amb discapacitat intel·lectual i del desenvolupament.

2.- Potenciar les capacitats per a la inserció social de joves en règim obert o llibertat plena

Dins d'aquest grup es van realitzar activitats esportives i físiques de carrera, natació, coneixement i reparació de bicicleta, recorregut amb bicicleta, sessions d'atletisme i activitats físiques i sessions de caminada per la muntanya. També es van realitzar tutories personalitzades i individuals i tutories grupals.

Cada sessió de treball es va compondre per dos moments de reflexió: presa de consciència inicial i reflexió de tancament i a més l'avaluació de l'activitat.

Aquestes activitats es van realitzar entre els mesos setembre i desembre de 2019 i cada sessió esportiva va tenir una duració de dues hores.

3.- Curs d'Auxiliar d'esport de l'entitat Impuls Municipal de Promoció de l'ocupació de Badalona

En aquest curs es van fer activitats esportives de formació relacionades amb l'educació en el lleure infantil i juvenil, de manteniment, ajust i reparació de bicicletes, a més experiències i orientacions professionals en l'àmbit de l'esport a través de visites i supervisió de pràctiques a entitats relacionades amb l'esport.

Les activitats es van fer de dimarts a divendres des del 3 de juliol fins el 4 d'octubre.

d) Activitats puntuals

1.- Acció Voluntària de treballadors de la CaixaBank:

Els treballadors de la CaixaBank, dins de la seva setmana del voluntariat, han estat colze a colze amb nosaltres ajudant-nos en tot el que els hi hem demanat. D'aquesta manera l'Obra Social La Caixa, contacta directament amb les entitats i associacions a les que ajuda. Les activitats es van fer el dilluns 1 d'abril i el dijous 3 d'abril.

2. Participació en competicions esportives

Les competicions són un bon recurs educatiu per tal que els joves que s'impliquen més al llarg de l'any i tinguin el seu premi. Com que en tot cas el rendiment esportiu no és un objectiu de Superacció, només participem en competicions a on ens cedeixen inscripcions i, per tant, habitualment hi ha places limitades.

En el 2019 es va participar a:

- **Marnaton Barcelona (4 maig 2019):**
Marnaton ens va convidar a Superacció a competir en un equip de 16 participants per relleus per consolidar una prova de 4x400m a la Barceloneta.
- **Transcatalunya Probike (16 juny 2019):** Probike és una entitat que sempre ens convida a les seves curses i Superacció va participar-hi amb un grup de 10 joves per relleus.
- **Cursa del Barça 5km i 10km (16 juny 2019):**
Superacció va ser convidada a la participació de la competició i hi van participar 10 joves.
- **Marnaton (29 juny 2019):**
Marnaton va tornar a convidar a Superacció a competir en dos equips de relleus per consolidar una prova de 6k a Sant Feliu de Guíxols. Un gran dia de superació.
- **Volta a Collserola Probike (24 novembre 2019):**
El diumenge 11 de novembre vam participar a la Volta a Collserola organitzada per Probike.

3.- Activitats de voluntariat dels joves

3.1. Activitat esportiva a la Universitat de Barcelona

El 28 de febrer un grup de joves de l'associació van dinamitzar una activitat especial a la Universitat de Barcelona per als estudiants de la professora Merche Ríos.

3.2 Taller de reparació de bicicletes al projecte Temps de Joc

El 9 d'abril de 2019 es va fer un taller de reparació de bicicletes pels nens i nenes de Temps de Joc de la Fundació per l'Esport i l'Educació de Barcelona (FEEB).

3.3 Jornades esportives al CEM La Mar Bella

El 17 de setembre de 2019, els nois i noies de les activitats de triatló van participar com a voluntaris a unes jornades esportives al CEM La Mar Bella, organitzades per l'empresa ISDIN. Es van fer tornejos de futbol, basquet, vòlei i competicions d'atletisme.

4.- Activitats complementaries

- El 12 de febrer de 2019 es va realitzar el taller de cuina al Mercat El Ninot ens ha donat en el seu programa "Cuinem al Ninot". L'activitat va estar dirigida per Joan Gurgui.
- El 02 de març es va realitzar la primera trobada entre els grups de Triatló i el Postgrau del TCI a la casa de colònies El Pinatar.
- El 27 de febrer de 2019, els joves de Superacció, juntament amb els nois i noies de l'Escola Lexia van dur a terme una jornada d'activitat amb els estudiants d'educació social de la Universitat de Barcelona al campus de Mundet.
- 12 de març de 2019 es va realitzar una visita a la Biblioteca de Poblenou amb els participants de les activitats de triatló. La visita va ser guiada pel director de la biblioteca, Lluís Martínez.
- El 27 de març de 2019, els nois i noies de les activitats de triatló, juntament amb els/les joves de l'Escola Lexia van preparar una sessió d'activitats per fer amb els alumnes de l'Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya.
- El 29 de març es va realitzar la Jornada d'Esport Inclusiu al col·legi Jesuïtes Bellvitge, Centre d'Estudis Joan XXIII.
- El 3 d'abril, els nois i noies de les activitats de triatló, juntament amb l'Escola Lexia, Consell de l'Esport Escolar de Barcelona (CEEB) i Barcelona Universitari Club (BUC), van preparar una Trobada de Rugby Inclusiu.
- El 11 d'abril de 2019 es va realitzar una xerrada pels alumnes de Psicologia de la Universitat de Barcelona (UB) sobre l'entitat Superacció.
- Els dies 23, 24, 25 i 26 d'abril es va realitzar una sortida dels participants del curs anual de triatló a Zarautz (País Basc) per fer activitats de surf juntament amb Pukas Zarautz.
- El 9 de maig de 2019, els nois i noies de 1r d'ESO del Col·legi Cor de Maria Sabastida van venir al Centre Esportiu Municipal La Mar Bella per fer una activitat al taller de percussió amb els participants de les activitats de triatló.
- El 14 de maig, els nois i noies de l'Institut Lluís Domènech i Montaner van venir a les instal·lacions del CEM La Mar Bella a fer unes activitats preparades pels nois i noies de les activitats de triatló. Després es va fer una xerrada sobre el documental "Proprietarios de Sueños"
- El 17 de maig de 2019, els nois i noies de les activitats de triatló van participar a la mostra final de Curts Contra l'Odi amb un vídeo fet per ells.
- El 21 de maig de 2019 es va anar a una funció a l'Auditori on l'objectiu era apropar la música clàssica als nois i noies de les activitats de triatló.
- El 7 de juny de 2019 es va fer una visita al Camp Nou amb recolzament de la fundació Tomando Conciencia i la Penya Matinera.
- El 17 de juny de 2019, els nois i noies de les activitats de triatló van córrer la Cursa Barça 2019, un esdeveniment inclusiu i solidari perquè tots junts gaudim de l'esport.
- El 20 de Juny es va realitzar un concert solidari per Superacció a la sala Luz de Gas amb la participació dels "The Tutsies".

- El 23 de juny de 2019 es va fer una activitat d'aigua organitzada per la fundació Tomando Conciencia i el Centre d'Excursionistes Vilassar de Mar.
- El 22 de juny de 2019 es va fer l'activitat de tancament del Programa de Triatló juntament amb els participants del postgrau de Treball Corporal Integratiu a la casa de colònies El Pinatar a Gualba.
- El 27 de juny d 2019 es va realitzar una activitat especial social, cultural i cívica amb joves del DAO (Garantia d'Èxit BCN), del projecte Singulars de Barcelona Activa.
- El 15 d'octubre de 2019 es va assistir a la inauguració del curs que imparteix la Fundació DIR a un dels nostres nois de Superaccio. El curs s'anomena "Introducció al fitness a joves amb risc d'exclusió social".
- El 21 de desembre es va fer la Sortida Nocturna anual de Nadal. Aquesta activitat es va realitzar des del CEM La Mar Bella fins al Castell de Burriac.

d) Reconeixements

- 12 de juny de 2019 es va realitzar el lliurament dels premis "Compta fins a Tres" on ens van atorgar el Premi Col·lectiu per tota la feina que es fa des de l'entitat amb els nois i noies en situació d'exclusió social.

Programa de Postgrau Treball Corporal Integratiu

Durant l'any 2019 s'han realitzat 16 mòduls, on s'han treballat els diferents elements que permetin un millor coneixement de si mateixos a través del cos i de les seves competències expressives/comunicatives.

1.- Element Terra

Aquesta primera trobada ha pretès donar les bases Gestàltiques de tot treball en grup (valoració del present, de l'experiència i de la responsabilitat) a través del treball corporal. També hem entrat a treballar l'expressiu ficant-nos a fons en el treball amb l'element terra, que té a veure amb l'esquelet (treball amb l'estructura) i amb la necessitat. Com a tècniques hem treballat amb el moviment harmònic, la bioenergètica i el mètode Grinberg.

2.- Gestalt

Acostament als principis bàsics de la Gestalt per tenir eines d'elaboració dels aspectes personals que vagin sorgint durant el procés personal de tot el postgrau. S'han alternat aspectes teòrics de la gestalt i treballs pràctics enfocats principalment des del cos.

3.- Contacte i massatge

Acostament al cos des del massatge facilitant una millora del nivell de consciència, en tenir en compte el moviment emocional i corporal que genera el contacte manual, al mateix temps que s'ha ensenyat una tècnica bàsica per facilitar una sessió de massatge.

4.- Aportacions de les arts marcial

Introducció a alguns principis de les arts marcial d'estil intern (tai-txi-txuan, ki aikido...) com la relaxació activa i la integració de la percepció. Explorarem la dimensió expressiva, prenent com a base els cinc elements (terra, metall, aigua, fusta i foc) i la identificació amb el moviment i l'estratègia animal, per connectar millor amb el nostre interior i amb el nostre entorn.

5.- Entrenament rítmic-emocional

El ritme és una clau per a produir tot tipus d'intercanvi entre persones i grups de treball, fins i tot de diferents cultures. L'objectiu és que els integrants prenguin contacte amb el teatre i amb la llei del ritme, en tota la seva potencialitat, de manera individual i grupal, i que això els permeti expandir tot el seu cabal emocional, imaginatiu i expressiu.

6.- Bioenergètica i Gestalt

Apropament al món de la bioenergètica, com a eina terapèutica psico-corporal. Es treballarà bàsicament amb exercicis bioenergètics i amb la formulació gestàltica per a la presa de consciència.

7.- Shiatsu

L'objectiu d'aquest mòdul ha estat que a través del Shiatsu, poguéssim ser conscients i sentir el fluir de l'energia per poder integrar d'aquesta manera el cos físic, emocional i mental amb el cos energètic, utilitzant la nostra resposta innata al tacte, la nostra intenció i la nostra intuïció.

8.- Plàstica i Cos

Vivència directa de la plàstica a través del cos per implicar-nos en la nostra totalitat físic sensorial. L'espontaneïtat i autenticitat en l'expressió plàstica ens ha brindat l'oportunitat d'identificar-nos amb la nostra creació, entendre les pròpies simbologies i reconèixer espais interiors, on guardem els sentiments, pensaments i interessos.

9.- El camí del clown

El camí del Clown és mostrar-se tal com un és, donant-se el permís i la llibertat, sota la protecció del petit nas vermell, de sentir i comunicar amb els altres el que em passa en aquest moment. La seva actuació ens connecta amb facetes de la nostra personalitat que normalment ens espanten. El Clown ens dóna la possibilitat de mirar a la cara i treure profit en lloc d'evitar la trobada.

10.- Elements de foc i aigua

Aquest cap de setmana pretén continuar amb la formació expressiva iniciada a l'octubre, seguint amb l'exploració del element foc (sistema muscular, i acció) i l'element aigua (sistema digestiu i les emocions).

11.- Treballs amb col·lectius específics (2 mòduls)

Aquests dos mòduls pretenen donar eines concretes per al treball corporal amb col·lectius concrets. En aquest cas, haurà un mòdul dedicat al treball amb nens i adolescents a càrrec de la psicomotricista Iolanda Vives, i un segon mòdul dedicat al treball amb discapacitats a càrrec de Maribel Barnola i al treball amb gen gran.

12.- Anatomia i consciència corporal

Diverses vivències han fet, molt lentament, canviar la forma del nostre cos, creant limitacions en el moviment o fins i tot algunes molèsties físiques. Tenir consciència d'aquestes dificultats és la proposta de l'A.G.. Aquest taller pretén ser una aproximació al coneixement a través del cos, i amb suaus moviments, ajudar-nos a recuperar l'agilitat i flexibilitat que ens apropin a l'harmonia.

13.- Desenvolupament de l'actitud meditativa

Combinació del moviment corporal i la meditació. Treball orientat a experimentar aquestes eines i a trobar maneres d'incloure-les en la nostra vida diària. S'utilitzaran el Moviment Conscient i Expressiu i tècniques de meditació actives, així com espais de silenci i tècniques gestàltiques de comunicació per a la integració de les experiències.

14.- Veu i cos

Es tracta de connectar la ment i la veu amb el cos. Escoltar i reconèixer els mecanismes de la veu amb comprensió. Trobar els espais interiors, les obertures, la vibració interna i les ressonàncies. Sonant, representant, improvisant o cantant, experimentarem diversos moments sonors expressats d'una manera creativa.

15.- Moviment Autèntic

La pràctica del Moviment Autèntic consisteix a ensenyar a la persona a esperar. . . perquè el moviment sorgeixi i evolucioni a mesura que un es lliuri a ell dins d'un ambient d'atenció tranquil.

16.- Element Aire

Finalment, en aquest últim cap de setmana, a part de fer el tancament corresponent a la formació, ens hem centrat en els aspectes expressius de l'element aire (sistema nerviós). Per a això hem utilitzat la creativitat com a fil conductor d'aquesta trobada

3. Quantificació dels resultats obtinguts amb la realització d'aquestes activitats

Número de beneficiaris directes i indirectes

a) Nº total de nois/es atesos: 677

- 1.- Curs escolar (Setembre-Juny): 165 nois/es
- 2.- Campus Intensiu d'Estiu Olímpia Jove Triatló: 188 nois/es
- 3.- Colònies d'agost: 40 nois/es
- 4.- Campus Ciutat Vella Agost: 112 nois/es
- 5.- Centre Penitenciari Quatre Camins: 145 nois
- 6.- Joves en règim obert o llibertat plena: 15 nois
- 7.- Curs d'auxiliar d'esport: 12

b) Nº total d'experiències laborals generades: 34

El 5% noies i el 95% nois. 9 són nois participants de Superacció

D'inserció social*: 29

Llocs de treball: 5

c) Nº de voluntaris: 25.

El 19% noies i el 81% nois.

Inserció social*: 15

Voluntaris: 10

* Quan es tracta de col·laboracions portades a terme per a joves participants als programes de triatló de l'entitat, ho fem constar com a inserció social.

d) Nombre de cursos proposats: 4

Número total d'inscrits: 10.

El 3% noies i el 97% nois.

Curs Tutor de Joc: 2 inscrits.

Monitor de temps lliure: 4 inscrits.

Auxiliar en reparació i manteniment de bicicletes: 2 inscrits

Monitor de Fitness DIR: 2 inscrits

e) Número de curses i competències esportives: 7

Nº de participants en les curses: 62

En relació amb les sol·licituds de participació en els Programes de Triatló que se'ns va fer a l'any 2019 podem dir que, encara que som una associació petita, vam atendre totes les demandes.

Número de participants en el Programa de Postgrau Treball Corporal Integratiu

Aquest any hem tingut un total de 12 alumnes, dividits en 9 noies i 3 nois

- Castro Ruiz, Francisco Javier
- De la fuente Chaves, Elisabeth
- Gonez Rodriguez, Rebeca
- Gubau Torrent, Cristina
- Martín Sanchez, Aridana
- Mellado Mellado, Andrés
- Rodriguez Vila, Maria
- Ruano Gonzalez, M^a Isabel
- Ruberte Ovejas, Cristina
- Stupiñan Prada Yasunary
- Casadevall Simón, Isabel
- Casares Tejada, Julio
- Sanchez Hernandez, Ana

D'aquestes 12 persones totes van acabar el postgrau 20.

4.- Grau o nivell de compliment efectiu dels fins estatutaris

En primer lloc, per respondre a un dels nostres fins estatutaris vam atendre a totes les demandes que ens van fer, sempre que reunissin les condicions establertes per l'associació en condició d'exclusió social.

En funció del nostre objectiu sobre l'acollida per a infants i joves en risc d'exclusió considerem, després d'analitzar els resultats del nostre sistema de seguiment dels participants dins del programes del curs escolar 2019, a través de les valoracions i tutories personalitzades, que els joves van ser ben acollits a la nostra entitat com així ho demostra la seva assistència, participació i motivació durant el curs. En aquest any s'ha tornat a repetir un percentatge alt d'adquisició i compliment del compromís d'assistir al curs des del moment de la seva inscripció, en un 95% dels casos, el que evidencia un assoliment d'un dels objectius principal dels nostres fins estatutaris, ja que la participació en les nostres activitats es voluntària i ningú s'obliga a assistir-hi.

En el cas del campus intensiu Olímpia Jove Triatló i Colònies d'agost, la participació es promoguda per les entitats derivadores o els pares/tutors legals. En el campus de Ciutat Vella, els joves estaven en situació de sensellarisme, no obstant això l'assistència dels joves es va donar d'una manera activa perquè la pràctica esportiva representa una motivació i recompensa pel que fan dins de les activitats, a més de ser un incentiu per estudiar i viure millor, aquesta situació es va repetir en les tres activitats d'estiu. Després del desenvolupament de les sessions, a través de les valoracions grupals es van veure uns canvis de tipus actitudinals en els joves amb els seus companys i els monitors en el 93% dels casos.

Per aconseguir un dels nostres fins estatutaris d'impulsar la inserció social de joves en risc d'exclusió social, la nostra actuació no només va comprendre les activitats abans mencionades sinó que també es van desenvolupar altres accions com la generació de llocs de treball com a monitors esportius i voluntariats amb altres entitats disponibles en la zona, el que va significar una nova oportunitat pels joves i el resultat va ser que en el 95 per cent del casos l'activitat la van fer en la seva totalitat i amb molt bona avaluació per part dels seus coordinadors en relació amb la responsabilitat, el compromís i l'autoestima. A més durant l'any 2019, s'han realitzat tutories individuals amb tots els nois que han participat dins dels Programes de Triatló per part dels educadors referents i s'ha realitzat un acompanyament per a la inserció, on s'ha fet millora del currículum, s'han treballat les eines i canals de recerca de feina, i s'ha fet orientació professional. Finalment s'han fet visites a les següents empreses i entitats:

- FEEB
- CEM Mar Bella
- CNB
- Probike
- Biciclot
- CEM Júpiter
- Bakery

En relació amb la participació en altres cursos, curses esportives, activitats d'expressió corporal i activitats de lleure afectives/emocionals serveixen d'espai de reforç per la seva inserció social ja que comparteixen amb joves d'altres sectors de la societat. Les avaluacions trimestrals individuals i col·lectives van reflectir que tots els joves participants va repetir dins de les activitats i van destacar el canvi que va generar en ells davant de situacions de relacions amb els iguals.

Per una banda, som conscients que va existir un impacte del treball que va ser immediat: els nois i noies van veure millorada la seva autoestima, el seu sentiment de grup, la disciplina i responsabilitat i es van veure més capaços d'aconseguir coses.

Per altra banda, hi ha un altre impacte més profund en les seves vides, que no és ni tan immediat ni tan visible, ja que es treballa perquè hi hagi un punt d'inflexió en les seves vides, una

transformació vital i educacional que es traslladi al seu entorn i la seva família, i que els doti d'eines perquè s'enfrontin al seu futur de la millor manera possible.

En respecte al fi estatutari relacionat a la promoció de la formació pel desenvolupament personal a través del coneixement d'un mateix utilitzant com a eina principal el cos i els llenguatges expressius podem dir, un cop acabat el curs, i contrastat amb tot l'equip el treball realitzat, hem vist que els objectius plantejats es van complir en un 95 per cent. Tant els tutors com l'equip docent, coincideixen en la bona participació dels diferents alumnes, així com en el mutu aprenentatge.

En el marc de les altres accions formatives, de divulgació i intercanvi d'experiències hem proposat diferents trobades amb els joves que participen en la línia d'actuació dels Programes de Triatló. Hem valorat aquests espais amb 9.4/10 ja que aquesta ha estat la nota mitjana de les valoracions individuals dels nostres participants. Els criteris d'avaluació d'aquesta activitat han estat:

- Relació de convivència entre els joves i els alumnes.
- Coneixements teorico-pràctics adquirits per part dels alumnes.
- Adquisició d'un major grau de sensibilització davant de col·lectius en risc d'exclusió social.
- Valoració de les exercicis i metodologies dur a terme.

Constatem que la relació entre els alumnes i els joves ha estat beneficiosa per ambdues parts.

5.- Nombre total de beneficiaris o usuaris de les activitats o serveis que presta l'entitat, classe i grau d'atenció que reben i requisits o circumstàncies que han de reunir per gaudir d'aquesta condició

El número de beneficiaris durant l'any 2019 va ser de 677 joves dels Programes de Triatló i 12 alumnes del Treball Corporal Integratiu (TCI).

Quan parlem dels grups de Programes de Triatló, l'atenció la diferenciem en dos tipus d'actuació: la col·lectiva i la individual. En la primera hem utilitzat el triatló com a eina vehicular en la detecció de les necessitats de cada jove i també l'utilitzem com una estratègia de transformació de les dificultats observades, analitzades prèviament en la vessant individual.

En el segon tipus d'atenció (individual) hem utilitzat l'entrevista inicial, les tutories individuals i les reunions d'equip, on participen educadors i psicòlegs, per decidir quin ha de ser la millor estratègia o mètode per intervenir en cada cas.

En relació amb el grau d'atenció ho hem fet a través d'un seguiment estret, i depenen de cada cas s'ha fet un èmfasi diferent en funció de:

- El desenvolupament de mecanismes per generar autoestima, confiança en si mateixos, millorar la seva motivació.

- La relació del jove amb el seu entorn.
- La inserció del jove en el món laboral, educatiu o de voluntariat.

Pel que fa a les activitats del Campus intensiu d'estiu, les Colònies d'agost i el Campus de Ciutat Vella, hem utilitzat una atenció més dinàmica perquè les hores d'intervenció col·lectiva a través de l'esport han passat a formar part de la totalitat de la jornada i en conseqüència és menys estreta alhora d'aprofundir amb les necessitats dels participants.

14

Els requisits que com a associació demanem que reuneixin els nostres beneficiaris són, tenir entre 12 i 35 anys i respondre a un dels punts que expliquem a continuació:

- Pertànyer a una realitat de risc d'exclusió social per diferents motius com poden ser: desestructuració familiar, casos de marginació per assetjament escolar, fracàs escolar, maltractament familiar, malalties de salut mental, etc.
- Pertànyer a un col·lectiu d'exclusió social: immigració sense papers, immigrants recent arribats amb dificultats socioeconòmiques, refugiats, etc.

Tot i que atenem a qualsevol jove que ens demani ajuda sense tenir en compte la seva procedència, edat, sexe, capacitat esportiva o recursos econòmics.

Amb referència a la línia del TCI el tipus d'actuació que s'ofereix als alumnes és una formació tancada tan a nivell d'hores lectives com de pràctiques. A més, el grau d'atenció segueix sent col·lectiu i individual, el primer durant les hores de classes i el segon a través de tutories personalitzades.

6.- Mitjans personals de què disposa l'entitat, amb expressió, si escau, de la plantilla de personal, nombre de voluntaris i forma de prestar el voluntariat, personal directiu o representatiu de l'entitat, etc. També s'han d'expressar el nom i cognoms de les persones que constitueixen els mitjans personals de l'associació.

Aquí definim les persones involucrades en el projecte i les seves tasques dintre de l'associació:

Junta

President i educador: Zouhair Zammouri.

Impulsor de la idea i president de l'associació, a Superacció combina les seves dues passions: l'educació social i el triatló. És l'educador esportiu i referent dels joves.

Secretari i psicòleg: Arturo Acevedo.

És psicòleg especialitzat en infància i vicepresident de l'associació. Ofereix suport a l'equip gràcies a la seva llarga experiència en infància i l'educació i organitza activitats de plàstica amb els nois i noies per millorar la seva autoestima.

Tresorer i formador: Luis Carbajal.

És coordinador i formador del Postgrau en Treball Corporal Integratiu de l'associació. A

banda, participa com a formador d'expressió corporal, i és el tresorer de Superacció.

Col·laboradores

Coordinadora: Mónica Olivia Marchesi.

Treballa com a coordinadora dels programes de triatló.

Monitora: Natalia Serna Domínguez.

Treballa com a monitora en les sessions esportives.

Psicòloga: Isabel Olivé

Forma part de l'equip i dona suport a les nois, noies i famílies amb problemes.

Voluntaris:

Pedro Garcia Aguado: ambaixador de l'Associació Ens ajuda a donar visibilitat al projecte, col·laborant a les sessions esportives, reforçant l'aparició a les xarxes socials.

Roberto Heras: ambaixador de l'Associació, participa a les accions i sortides, relacionades amb el ciclisme.

Marcel Zamora: ambaixador de l'Associació, participa a les accions i sortides, relacionades amb el running.

Francesc Godoy: ambaixador de l'Associació, participa a les accions i sortides, relacionades amb el triatló.

David Campà: fundador de Marnatón, és el professor de natació, que obre les portes tant a educadors com a participants a perfeccionar la tècnica.

Salhe Young: és judoka internacional i ens va donar suport en fer activitats de judo amb els joves participants.

Pep Devesa: terapeuta de Gestalt i professor del TCI, participa a les activitats d'expressió corporal amb els joves.

Convenis:

Comptem amb convenis signats amb les següents entitats,

- 1.- **Fundació Claror:** conveni per a la cessió d'instal·lacions esportives al CEM Marítim i CEM Can Caralleu i participació de voluntariat en actes esportius.
- 2.- **Fundació CEEB, Consell per a l'Esport Escolar:** conveni per incloure'ns, dins el paraigües d'entitats del Consell, a facilitar-nos un espai dins les seves oficines, i a la cessió de les instal·lacions esportives del CEM Marbella. a la cessió d'instal·lacions esportives donin el CEM La Mar Bella i participació de voluntariat en actes esportius.
- 3.- **RACC:** Conveni per a la col·laboració amb finançament mitjançant el programa de punts en el projecte educatiu-esportiu Programes de Triatló per a la Inserció.
- 4.- **INEFC:** Conveni per a la col·laboració en la participació d'alumnes d'INEFC en pràctiques acadèmiques als Programes de Triatló per a la Inserció.

5.- **Mossos d'esquadra:** conveni per a la cessió de totes les bicicletes decomissades i no reclamades de la ciutat de Barcelona per al projecte Formatiu-Laboral del taller de bicicletes de Superacció.

6.- **Club Natació Barcelona:** conveni per a la cessió d'ús de la piscina.

7.- **Conveni amb la Fundació DIR,** per a la realització d'una formació de Tècnic esportiu, per als nostres participants.

8.- **Conveni amb Marnatón,** una escola de Natació i empresa organitzadora d'esdeveniments esportius, ens obre les portes tant a educadors com a participants a perfeccionar la tècnica de natació, dins les seves hores d'activitat. Ens convida alhora a la participació gratuïta dels esdeveniments esportius que organitza, i a la recollida de finançament, destinant 1€ de cada inscripció a Superacció.

9.- **Conveni amb l'Associació Crear Comú,** per a la realització d'un casal esportiu i d'expressió i comunicació per a nens i nenes derivats dels Serveis Social de Tarragona.

10.- **Conveni amb Ramon Solé Solé,** per a la realització d'experiències laborals per als nostres participants.

11.- **Conveni amb Colònies El Pinatar,** per a la realització d'experiències laborals per als nostres participants i la utilització de l'espai per desenvolupar les trobades trimestrals.

12.- S'estipula una col·laboració no escrita amb **Probike,** botiga reconeguda dins el món de la bicicleta de muntanya, concedeix a Superacció un espai fixe per a la realització dels cursos de mecànica de bicicletes que organitzem. Així com la cessió d'eines, i la utilització i reciclatge de peces i bicicletes antigues.

13.- **Conveni de cooperació educativa amb la Universitat de Barcelona (UB),** per la realització de pràctiques acadèmiques externes dels estudiants a la nostra entitat.

14.- **Conveni amb Bakery Folks, S.L.,** per a la realització d'experiències laborals per als nostres participants.

15.- **Conveni amb Suara Serveis,** per a la realització d'experiències laborals per als nostres participants.

16.- **Conveni de amb l'Escola Superior de Música de Catalunya (ESMUC),** per la realització de pràctiques de musicoteràpia dels estudiants a la nostra entitat.

7.- Mitjans materials i recursos de què disposa l'entitat, amb especial referència a les subvencions públiques i la seva aplicació

Pel que fa a l'adquisició de bens materials adquirits a través de subvencions públiques i privades, l'associació disposa de la següent relació:

Materials:

Ampli parc de bicicletes. 29 bicicletes de segona mà adquirides de baix cost a l'Institut Vall d'Hebron. Més de 45 bicicletes pendents de reparació al nostre taller de bicicletes, cedides pels Mossos d'esquadra (bicicletes que han estat decomissades i no han estat objecte de reclamació durant un termini de 2 anys).

1 Ordinador de sobretaula cedit per Benestar social per posar a disposició dels nostres participants (per reforç escolar, creació de cv, recerca de feina, etc.).

2 portàtils per dur a terme les tasques organitzatives i de coordinació de l'entitat.

Cessió, d'un despatx i un espai per fer el taller de reparació de bicicletes i un magatzem, al Centre Esportiu La Mar Bella del Consell de l'esport escolar de Barcelona, (CEEB), que dona suport a la nostra associació.

Subvencions rebudes:

1.- L'oficina de CaixaBank- Ramon Turró ens va concedir una aportació de 4.500,00€, per a poder subvencionar el campus d'estiu alguns dels joves tant de l'associació com de fora que no poguessin fer front a la despesa econòmica.

2.- El Institut Barcelona Esport va aprovar 4.644,00€ per al desenvolupament de les activitats extraescolars.

3.- La generalitat de Catalunya juntament amb l'Obra Social de la Caixa ens va concedir una subvenció de 30.000,00€ per les activitats de Triatló.

4.- La Generalitat de Catalunya ens va concedir una contractació menor de 10.050,00€ per al projecte Estimulació Psicomotriu al centre penitenciari Quatre Camins.

8.- Retribucions que han percebut en els dos últims anys els membres de l'òrgan de representació per la prestació de serveis diferents a les funcions que els corresponen pel fet de ser-ho, amb especificació de la naturalesa de la contraprestació prestada i els fons amb càrrec als quals han estat abonades

Dels membre de l'òrgan de representació només el Zouhair Zammouri, que és el president va rebre remuneració per 40h/setmana, la qual esdevé exclusivament de l'aportació com a educador. El càrrec de President no és remunerat.



9.- Nombre de socis, persones físiques o jurídiques, que integren l'associació

Les persones físiques que integren l'Associació són 3: Zouhair Zammouri, Artur Acevedo i Luis Carbajal.

18

Sr. Zouhair Zammouri Ochen
President

Sr. Arturo Acevedo García
Secretari

Sr. Luis Carbajal Pérez
Tresorer