



Funded by
the European Union

SZOCIÁLIS CIRKUSZ SPECIÁLIS IGÉNYŰ CSOPORTOK SZÁMÁRA

EURÓPAI JÓ GYAKORLATOK GYŰJTEMÉNYE



TARTALOMJEGYZÉK

1. BELGIUM.....	5
1.1 Ecole de cirque de Bruxelles.....	5
2. BULGÁRIA.....	9
2.1 Mini Art Alapítvány- Szociális cirkusz Bulgáriában.....	9
3. CSEH KÖZTÁRSASÁG.....	11
3.1 Cirqueon- "Vak Cirkusz"- cirkuszművészet látássérült emberek számára.....	11
4. FINNORSZÁG	14
4.1 Sirkus Magenta	14
5. FRANCIAORSZÁG.....	17
5.1 Association Française de cirque adapté (AFCA).....	17
5.2 La Bourgette et ZimZam: Fadoli Cirkuszfesztivál.....	20
5.3 Académie Fratellini-Cirque et Handicap.....	23
5.4 Brevet d'Initiateur Spécialisé "Cirque Adapté" (BISAC).....	25
5.5 Asphyxie Cirque Egyesület: Handi-Cirque.....	29
6. NÉMETORSZÁG.....	33
6.1 Zentrum für bewegte Kunst (ZBK) Sonnensticht cirkusz.....	33
7. MAGYARORSZÁG.....	36
7.1 Bárczy Gusztáv Speciális Igényű Általános Iskola.....	36
7.2 Asztalos Emese, tanító és kineziológus.....	39
7.3 Magyar Zsonglőr Egyesület.....	41
7.4 Ötletfa Tanoda.....	46
7.5 Zsonglőreszköztár – Fire Fantasy.....	50
8. OLASZORSZÁG.....	53

8.1	4 majom.....	53
8.2	Associazione Giocolieri & Dintorni-Altrocirco.....	56
8.3	SELF APS.....	58
8.4	Associazione Circo all'inCirca.....	61
8.5	I RAGAZZI DEL CIRCOSTRASS.....	64
9.	LENGYELORSZÁG.....	66
9.1	Odkocznia- no age limits.....	66
10.	EGYESÜLT KIRÁLYSÁG.....	68
10.1	Cirque Bijou & Diverse City - Extraordinary Bodies (Rendkívüli testek)....	68
11.	CSEH ÉS SZLOVÁK KÖZTÁRSASÁG.....	71
11.1	Ledovec, Red Noses International.....	71
11.2	Cirkuskus- Zsonglörködés időseknek.....	74
12.	SZLOVÉNIA.....	76
12.1	Rdeči noski (Vörös orrok).....	76

BEVEZETÉS

A terápiás- és inkluzív gyakorlatokba integrált cirkuszművészet a fogyatékkal élők társadalmi befogadásának és személyes fejlődésének hatékony eszközévé vált, és a kreativitás fejlesztésének is kitűnő eszköze. Ez a dokumentum a DiversAbility Circus projekt égisze alatt

készült; a cirkuszművészet alkalmazásának számos jó gyakorlatából mutat be néhányat a speciális igényű emberekkel való munka területéről, Európa számos régiójából. Szeretnénk felhívni a figyelmet az e területen folyó munkára, másrészt új együttműködések inspirálni. Az alábbiakban Belgium, Bulgária, a Cseh Köztársaság, Finnország, Franciaország, Magyarország, Lengyelország, Németország, Olaszország, az Egyesült Királyság, Szlovákia és Szlovénia jó gyakorlatairól esik szó. Az itt szereplőkön túl számos más szervezet is alkalmazza a cirkuszművészetet a speciális igényű emberekkel való munkában - lsd. [térképünkön](#).

A DIVERSABILITY CIRCUS-RÓL

A DiversAbility Circus projekt a fogyatékkal élők befogadásának és önállósodásának elősegítését tűzte ki célul a cirkuszpedagógia innovatív alkalmazásán keresztül. A projekt résztvevői európai pedagógusok, cirkuszoktatók, fogyatékkal élőkkel foglalkozó szakemberek, akiknek célja, hogy megteremtsék a lehetőséget a fogyatékkal élő fiatalok számára, hogy olyan kreatív, fizikai és szociális tevékenységekben vegyenek részt, amelyekből általában ki vannak zárva.

A projektet egy látássérült résztvevővel tartott cirkuszi foglalkozás inspirálta. A foglalkozás egyértelműen rámutatott, hogy a cirkuszpedagógiai módszerek adaptálása segít leküzdeni az akadályokat, lehetővé teszi, hogy a fogyatékkal élők is részt vegyenek cirkuszi foglalkozásokon. A projekt a fogyatékkal élő fiatalok életében jelenlévő három fő kihívásra koncentrált: a **pedagógiai**, az **anyagi** és a **társadalmi nehézségekre**. A DiversAbility Circus módszerei, eszközei és képzési programjai mind azt célozzák, hogy a fogyatékkal élő emberek befogadó, nem-formális oktatási környezetben tudjanak pozitív élményeket szerezni, fejlődni, kibontakozni, elsősorban a cirkuszművészet terén.

Együttműködők

Az öt projektpartner: Cirkus la Bulle (Cirkusz, Oktatás és Kultúra Szövetség - CIK) - Szlovénia, Trapiti - Szlovákia, LUNEnuove Szövetkezet - Olaszország és a Magyar Zsonglőr Egyesület (HJA).

1 BELGIUM

1.1 ECOLE DE CIRQUE DE BRUXELLES - HANDICIRQUE

HELYSZÍN: Brüsszel, Belgium

CÉLCSOPORT: Felnőttek, serdülők és fogyatékkal élő gyermekek

Az Ecole de Cirque de Bruxelles-ben (Brüsszeli Cirkusziskola) régóta alkalmazzák a cirkuszművészetet inkluzív, terápiás és megerősítő eszközként fogyatékkal élőkkel.

Az Ecole de Cirque de Bruxelles Handicirque programja átfogó kezdeményezés, fogyatékkal élők számára nyújt lehetőséget a cirkuszművészet gyakorlására. Az inkluzív program különböző típusú testi, szellemi, értelmi és viselkedési fogyatékkal élő felnőttek, fiatalok és gyermekek számára érhető el. A Handicirque személyre szabott, tisztelet- és bizalomépítő, örömforrást jelentő kurzusokkal segíti a résztvevőket fizikai, kreatív és szociális potenciáljuk felfedezésében és fejlesztésében. A projekt filozófiája a jól-létre, a befogadásra és a nem versengő személyes fejlődésre összpontosít.

A Handicirque program alapvető értéke a tolerancia - minden tevékenység a résztvevők képességeihez igazodik. Játékos és nyitott módszer, így a résztvevők a szórakozva és a kreatívan vesznek részt a cirkuszi tevékenységekben, nem teljesítmény- vagy versenyorientáltak. Ez a befogadó, előítéletektől mentes környezet erősíti a kölcsönös tiszteletet és az öröm szellemét, növeli a résztvevők önbizalmát és segíti az összetartozás érzésének kialakulását.

A Handicirque három fő tevékenységi területe

1. Adaptált cirkuszfoglalkozások heti rendszerességgel

Minden héten közel 150 fogyatékkal élő embert fogadnak tizenkilenc különböző intézményből (nappali ellátó intézmények, speciális iskolák, bentlakásos intézmények).

2. Folyamatos továbbképzés és tapasztalatcsere

A program a szakmai fejlődés motorja is, fejlesztőknek és cirkuszi oktatóknak kínál képzést. A Handicirque két évente rövid kurzusokat ad, ahol a leendő szupervízorok tapasztalatot szerezhetnek inkluzív cirkuszi kurzusok vezetésében.

3. Vegyes projekt

A Handicirque a fogyatékkal élő gyermekeket is bevonja a "hagyományos" tanfolyamokba és szakmai munkába, elősegítve ezzel a beilleszkedést és a társakkal való

interakciót. Évente körülbelül húsz fogyatékkal élő gyermeket vonnak be a rendszeres tanfolyamokba, szükség szerint egyéni segítséggel támogatva őket. A vegyes projektek során fogyatékkal és anélkül élő gyermekek együtt játszanak és tanulnak, s ez segít a fogyatékkal élőknek elszakadni az állapotukat gyakran kísérő társadalmi megbélyegzéstől. Elmélyül a résztvevők között a megértés, a tisztelet és a közösségi érzés.

A Handicirque egyik fő jellemzője az inkluzív tanulás: a fogyatékkal élő gyermekek esetében ez az intellektuális és fizikai ösztönzést is magában foglalja, az önállóságot és az önbizalmat hangsúlyozza. A program biztonságos és támogató környezetében a résztvevők megélhetik kreativitásukat, új készségeket fedezhetnek fel - és elfogadásra találnak. A cirkuszi foglalkozások ösztönzik a kreatív potenciál kibontakozását, táplálják a képzelőerőt, ünneplik a személyes fejlődést.

A Handicirque integrációs erőfeszítései a fogyatékkal élő gyermekek előtt álló akadályok lebontására törekszenek, hogy ki tudjanak lépni a speciális intézmények keretei közül és részt tudjanak venni a többségi tevékenységekben. A program segít megszabadulni az "abnormális" címkétől, mellyel ezeket a gyermekeket néha megbélyegzik, segíti a társadalomba való beilleszkedésüket. A különböző képességű gyermekek inklúziója értékes lehetőséget kínál társaik számára, hogy a sokszínűségről, a kölcsönös segítségnyújtásról és a tiszteletről tanuljanak. Ez visszaköszön az iskolában is: erősödik a közösségi érzés.

A Handicirque program azoknak a szülőknek kínál megoldást, akik szeretnék, ha fogyatékkal élő gyermekük különórákon, foglalkozásokon venne részt. A program lehetőséget biztosít ezeknek a szülőknek, hogy gyermekeik befogadó, közösségi alapú tanulási környezetben fejlődhessenek. Kulcsfontosságú mozzanat lehet a családok számára, hogy fogyatékkal élő gyermekeik személyes fejlődésüket és társadalmi inklúziójukat segítő élményekkel gazdagodnak.

A brüsszeli cirkusziskola tanárok számára is szervez képzést. A pedagógusok megtanulják a cirkuszművészetet a szellemi és/vagy pszichomotoros fogyatékkal élő emberekkel való fejlesztő és terápiás munkában alkalmazni.

Évente mintegy húsz fogyatékkal élő gyermek vesz részt a Brüsszeli Cirkusziskola tanfolyamain és fejlesztő programjaiban, segítők támogatásával. E program keretében sikerült valóban támogató, befogadó környezetet teremteni, ahol a fogyatékkal élő

gyermekek bátran felfedezhetik, mire képesek. A hagyományos tanfolyamokon való részvételük nemcsak magukra a résztvevőkre volt jelentős hatással, de az iskola tágabb közösségére is. A különböző képességű társakkal való érintkezésen keresztül a résztvevők olyan alapvető értékei fejlődnek, mint a tolerancia, az odafigyelés és a tisztelet. Ez pedig magával hozza a szolidaritás erősödését, bomlanak a kirekesztés falai, melybe a fogyatékkal élő gyermekek oly gyakran ütköznek. A Brüsszeli Cirkusziskola heti rendszerességgel tart adaptált cirkuszi workshopokat fogyatékkal élőknek, több, mint 30 éve működik együtt szakosodott intézményekkel. E műhelyek eredményei a következők:

- Láthatóvá válik, hogy a fogyatékossgal élő személyek ki tudják és ki akarják fejteni magukat, csakúgy, mint mások. Néha más eszközökkel, máshogyan, de alapvető igényük van rá.
- A fogyatékossgal élő egyéneket bátorítják, támogatják és segítik céljaik elérésében félelmeik, aggodalmaik és korlátaik legyőzésén keresztül: megtanulják meghaladni önmagukat.
- A gyerekek képzeletbeli világba léphetnek, szabadon és spontán módon fejthetik ki magukat.
- A foglalkozások lehetőséget teremtenek, hogy a fogyatékkal élő és nem fogyatékkal élő gyermekek és felnőttek egy adott tevékenység - a hobbicirkusz - szervezőereje mentén csoporttá kovácsolódjanak.

Az év végén minden csoport bemutatót vagy nyílt órát tart, ez önmagában is cél, ezenfelül a bemutató kapcsolatot teremt az intézmény és a családok között. A fogyatékkal élők részvételével zajló tanfolyamok heti rendszerességűek, egy-egy alkalom 60-75 perc hosszú. A brüsszeli cirkusziskola 30 év alatt több, mint ezer fogyatékkal élő embert ért el e projekt révén. Ez körülbelül heti 150 embert jelent. A résztvevők 55%-a felnőtt, 20%-a tizenéves, 25%-a gyermek. Hetente körülbelül húsz órányi foglalkozást tartanak, 30 szakképzett pedagógus aktív közreműködésével.

LINK: [weboldal](#)

KAPCSOLAT: info@ecbru.be



2 BULGÁRIA

2.1 MINI ART ALAPÍTVÁNY - SZOCIÁLIS CIRKUSZ BULGÁRIÁBAN

HELYSZÍN: Szófia, Bulgária

CÉLCSOPORT: Szociálisan hátrányos helyzetű fiatalok



A Mini Art Alapítvány a cirkuszművészet eszközeivel segíti a fiatalokat önbizalmuk erősítésében, biztonságos és összetartó közösségek létrehozásában. Az elmúlt két évben az alapítvány több, mint 50 Nadezdha környéki fiatalnak tanított cirkuszi készségeket és nyújtott pszichológiai támogatást. A szociális cirkusz módszertanával segítik a fiatalokat erőnlétük, valamint számos szociális készség, az önbecsülés és a csapatmunka fejlesztésében.

Vízió

- Napi szinten működő nyitott szociális cirkusz központ és műhely Szófiában.
- Teljeskörűen felszerelt tér, ahol bolgár és nemzetközi kortárs cirkuszművészek, előadók és csoportok professzionális és inspiráló munkakörnyezetben hozhatják létre produkcióikat.
- Évente megrendezésre kerülő Mini Art Fesztivál saját helyszínén.

Küldetés

- A szófiai cirkuszi élet fejlesztése, az ifjúsági cirkusz, mint a gyermekek és fiatalok számára elérhető művészeti forma elismertségének, struktúrájának és minőségének javítása, aktív társadalmi és állampolgári szerepvállalás
- Kortárs cirkuszművész-generáció kiművelése Bulgáriában
- Szociális cirkuszközpont létrehozása Szófiában (napi rendszerességgel működő nyitott központ, mely ifjúsági cirkuszi programokat, kortárs cirkuszi produkciókat, nemzetközi cirkuszi rezidenciákat fogad be és kortárs cirkusz- és előadóművészeti gyakorlóléhsít, előadásoknak ad teret).
- Együttműködés külföldi művészekkel, nemzetközi eszmecsere, bolgár és külföldi művészek és szervezetek projektjei és együttműködése az ifjúsági cirkusz és a kortárs cirkuszművészet területén

Alapelvek

- A kortárs cirkuszművészet és a szociális cirkusz terjesztése és fejlesztése Bulgáriában
- Innováció az ifjúsági művészeti gyakorlatok terén
- Magas színvonalú, változatos készségfejlesztési programok támogatása

PROJEKTEK

- Mini Art Fest - éves kortárs cirkusz- és utcaszínházi fesztivál Szófiában
- Social Circus - integrációs projektek és programok bolgár intézmények és szervezetek számára
- Sofia Unicycle Club - alternatív, vonzó sporttevékenység Szófiában

A Mini Art Alapítvány 2017 óta fejleszti a szociális cirkusz területét, újcirkuszi gyakorlatokat és lehetőségeket vezet be az ifjúsági cirkuszpedagógia területén Szófiában és környékén, aktív helyi és nemzetközi együttműködések keresztül. Kiemelt céljuk a Mini Art Fesztivál nemzetközi kortárs cirkuszfesztivál és előadóművészeti multiplatform évenkénti megrendezése. Alternatív sportokat is népszerűsítene, mint amilyen az egykerekűzés is. 2018

tavaszán a Sofia2018 Alapítvány (Európa Sportfővárosa év) támogatásával megnyitották a Szófia Egykerekű Klubot, így az egykerekűzés mára már vonzó tevékenység gyerekek és a felnőttek számára egyaránt. Külföldi művészekkel dolgoznak együtt, nemzetközi csereprogramokat valósítanak meg, bolgár és nemzetközi kortárs cirkusz- és előadóművészekkel és szervezetekkel zajlanak ötlet- és tapasztalatcserék.

A Mini Art Alapítvány képzési gyakorlatokat is szervez: workshopokat, szemináriumokat

és a kreatív cserét szolgáló képzési fórumokat.

LINK: [honlap](#)

KAPCSOLAT: Geo Kalev, +359 897 555 484, miniartfest@gmail.com



3 CSEH KÖZTÁRSASÁG

3.1 CIRQUEON: "VAK CIRKUSZ" - CIRKUSZMŰVÉSZET LÁTÁSSÉRÜLT EMBEREK SZÁMÁRA



HELYSZÍN: Prága, Cseh Köztársaság
CÉLCSOPORT: Gyengénlátó emberek

A **Cirqueon** csehországi székhelyű szervezet, a kortárs cirkuszművészet fejlesztésével és népszerűsítésével foglalkozik. A Prágában alapított szervezet egyszerre szolgál forrásközpontként és centrumként a cirkuszművészek, oktatók és rajongók számára, képzést, oktatást és támogatást nyújtva a kortárs cirkuszi közösségnek.

A szociális cirkusz professzionális, világszerte elismert oktatási megközelítés, mely a cirkuszművészetre a társadalmi beavatkozás eszközeként tekint. A szociális cirkusz egy válfaja a cirkuszművészet bevonása látássérült emberekkel való munkába. A szociális cirkusz univerzális oktatási megközelítés, és hatékonyan alakítható eltérő szükségletű és képességű célcsoportok széles köréhez. A szociális cirkusz célja a résztvevők fizikai, érzelmi és szociális készségeinek fejlesztése.

Nemzetközi szinten a fogyatékosággal élő emberek szociális cirkuszát Handicirque néven szokták emlegetni. Az elnevezés a belga Ecole de Cirque du Bruxelles cirkusziskolától származik. Az intézményt azzal kereste meg egy hallássérültekkel foglalkozó szervezet, hogy javasoljanak olyan tevékenységeket a hallássérülteknek, melyekkel növelhetik az önbizalmukat, energikus környezetben tapasztalhatják meg a siker érzését, kiélhetik alkotókedvüket. A kísérleti projekt sikeres volt, és más szervezeteket is meggyőzött arról, hogy vonják be gondozottjaikat a Handicirque programjaiba. 2009-ben az eredeti brüsszeli székhelyű cirkusziskola által szervezett program már 200 résztvevővel zajlott, és már nem csak hallássérültek voltak benne. A program különböző más fogyatékosággal élőket is elért, a Handicirque kifejezés által megidézett sokszínűség adekvát lett.

A Cirqueonnál a látássérültekkel való munka ötlete akkor született meg, mikor egy látássérült véletlenül részt vett a Cirqueon Bohnciei Pszichiátriai Kórházban tartott cirkuszi foglalkozásán.

A CIRCUS NASLEPO a prágai székhelyű CIRQUEON látássérülteknek szóló projektje, gyermekek és felnőttek számára egyaránt nyitott. A belga Handicirque-hoz képest a projekt kezdeti szakaszban van, az első próbafoglalkozásokra 2013 nyarán került sor, a CIRCUS NASLEPO pedig az év őszén vált rendszeressé. A program keretében speciális, a látássérültek számára alkalmas technikákkal foglalkoznak, mint pl. a kontaktzsonglörködés (a zsonglőr mindig fizikai kapcsolatban van a manipulált tárggyal).

LINKEK, ANYAGOK ÉS KIADVÁNYOK LINKJEI:

<https://www.cirqueon.cz/en>

https://cirqueon.cz/app/uploads/http://localhost/crq_joomla/kickstart/media/k2/attachments/k2_attachments_cq_sbornik_nasl_eo_en.x15374.pdf

KAPCSOLAT:

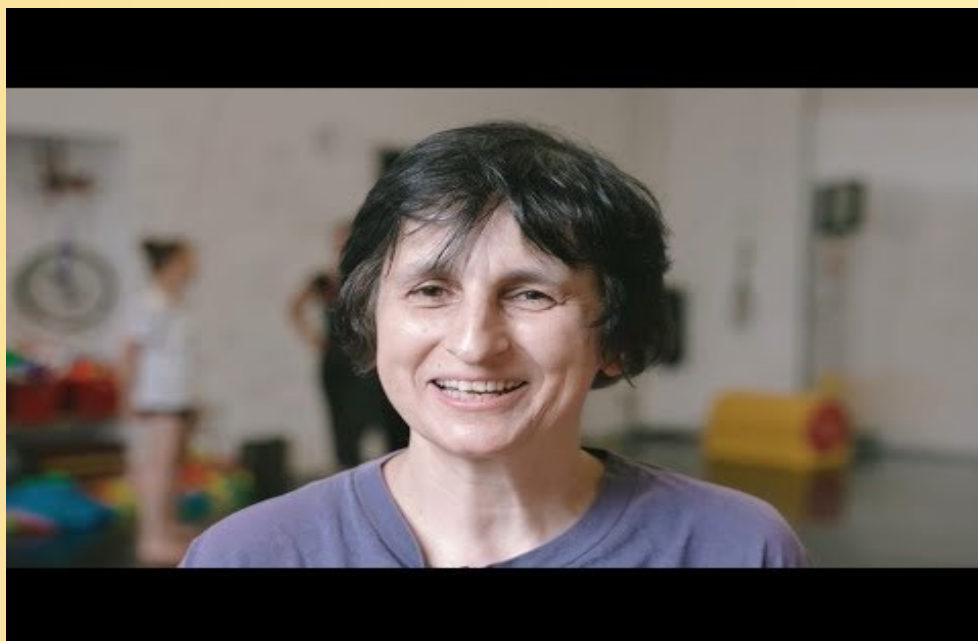
Cirqueon - Kortárs Cirkuszközpont

Prága, Csehország

E-mail: info@cirqueon.cz

LINK: <https://www.cirqueon.cz/en>

KÉPEK, VIDEÓ:





4 FINNORSZÁG

4.1 SIRKUS MAGENTA

Sirkus
Magenta

HELYSZÍN: Helsinki, Finnország

CÉLCSOPORT: 16-29 éves fogyatékkal élő és autizmus spektrumú fiatalok

A Sirkus Magenta finn szociális cirkuszi nonprofit szervezet, a fogyatékkal élőket befogadó és őket megerősítő tevékenységeken keresztül mozgatja meg. Különböző fogyatékkal élő egyénekre szabott cirkuszi műhelyeket kínálnak, amelyek elősegítik a fizikai, érzelmi és szociális jóllétet. 2011 óta szerveznek cirkuszi tevékenységeket speciális csoportok számára. Évente szerveznek cirkuszi- és színházi csoportot fejlődési rendellenességgel és autizmussal élő fiatal felnőttek számára, de fizikailag sérült- és látássérült emberekkel is szerveztek már projekteket. Szorosan együttműködnek Helsinki város kulturális és szabadidős részlegével, a Resonaari Zenei Központtal és a Kehitysvammatuki 57-tel.

Az év során a résztvevők különböző cirkuszi készségeket gyakorolnak, többek között zsonglörködést, akrobatikát, hulahoppozást, légi akrobatikát, egyensúlyozást, bohócságot és előadói technikákat. Az összművészeti csoportban három oktató működik együtt: egy szociális cirkuszi szakember, egy színház-, és egy zenetanár. Van egy zenekaruk, tagjai fogyatékkal élő vagy autizmus spektrumon lévő emberek. A csoport munkáját önkéntesek és asszisztensek kísérik. A cél az önkifejezés, a kreativitás és az önbizalom erősítése, a hangsúly a társas érintkezéseken és a csapatmunkán van. A Sirkus Magenta megközelítése azon az elképzelésen alapul, hogy a cirkuszművészet a befogadás és a személyes fejlődés hatékony eszköze lehet, örömteli és támogató környezetet biztosítva mindenki számára. Az évad végén cirkuszi előadást hoznak létre, amelyet a Sirkus Magenta cirkuszi terében tartott nyilvános rendezvényen mutatnak be. Céljuk a résztvevőknek élményszerű, hozzáférhető és közösségi művészeti foglalkozásokat kínálni, valamint fogyatékkal élő és autista spektrumon lévő fiatalok által létrehozott előadásokat, alkotásokat bemutatni különböző kulturális színtereken. A programon való részvétel és a záróelőadás is ingyenes.

A jó gyakorlat eredményei közül

1. **Javulnak a fizikai képességek.** A résztvevők adaptált cirkuszi tevékenységeken keresztül (zsonglörködés, akrobatika, tárgy-manipuláció) fejlesztik motoros készségeiket, koordinációjukat és egyensúlyérzéküket. A fizikai elköteleződés segít fejleszteni mozgékonyágukat és testtudatukat.

2. **Fokozott önbizalom és önbecsülés.** A cirkuszművészet támogató, nem versengő jellege lehetővé teszi, hogy mindenki saját tempójában tegye próbára magát. Az új készségek elsajátítása, még ha csak apró készségekről van is szó, az eredményesség érzését adja és növeli az önbizalmat.

3. **Egyre stabilabb társas interakciók.** A cirkuszi műhelyekben fontos a csapatmunka és a kommunikáció, így a résztvevők szociális készségei fejlődnek. A befogadó környezet ösztönzi a másokkal való interakciót, ami a közösség és az összetartozás tudatát erősíti.

4. **Fokozott kreativitás és önkifejezés.** A cirkuszművészet kreatív lehetőséget kínál a résztvevőknek, hogy új és fantáziadús módon fejezzék ki magukat, ami különösen előnyös lehet olyan személyek esetében, akik más kontextusban kommunikációs kihívásokkal szembesülhetnek.

5. **Érzelmi jóllét.** A cirkuszművészet öröme és játékossága hozzájárul a résztvevők érzelmi egészségéhez, csökkenti a stresszt és elősegíti a pozitív érzések kialakulását. Az élmény gyakran a szabadság és az öröm érzését nyújtja, ami jelentősen javíthatja az életminőséget.

WEBOLDAL:

<https://sirkusmagenta.fi/>

KAPCSOLAT: silja.kyytinen@sirkusmagenta.fi (rendező), tuottaja@sirkusmagenta.fi (szociális cirkusz producere)





Photo credit: Sirkus Magenta ry

5 FRANCIAORSZÁG

5.1 ASSOCIATION FRANÇAISE DE CIRQUE ADAPTÉ (AFCA)

HELYSZÍN: France, Aire sur l'Adour

CÉLCSOPORT: mindenki

Az Association Française de Cirque Adapté (AFCA) innovatív és inkluzív szervezet, a cirkuszművészetet a személyes fejlődésre és társadalmi inklúzióra fókuszáló programokba integrálja. Az 1992-ben, Aire-sur-l'Adour városában, Franciaországban alapított AFCA elkötelezetten használja a cirkuszművészet oktatási, terápiás és rekreációs eszközként. Kulcsfontosságúnak tartják, hogy a cirkuszművészet képességektől és háttértől függetlenül mindenki számára elérhetővé váljék, a társadalmi inklúzió, a sokszínűség és a közösségi szerepvállalás mellett szállnak síkra.

Aire-sur-l'Adourban egész évben rendelkezésre álló, fából és vászonból készült cirkuszi sátruk ad kreatív és barátságos teret a tanuláshoz és a fellépésekhez.

Az AFCA adaptált cirkuszprogramot kínál, hogy a fogyatékkal élők számára is elérhetővé tegye a cirkuszművészetet. A kezdeményezés abban a meggyőződésben gyökerezik, hogy a cirkuszi tevékenységek elősegíthetik a személyes fejlődést, a kreativitás fejlődését és a társadalmi integrációt, a fizikai vagy szellemi kihívásoktól függetlenül.

Az AFCA programja a résztvevők igényeihez és képességeihez igazítja a cirkuszi technikákat - zsonglörködést, akrobatikát, egyensúlyozást és bohóc művészetet. A cél támogató és befogadó környezet megteremtése, ahol a résztvevők felfedezhetik lehetőségeiket, fejlődhet az önbizalmuk és fejleszthetik koordinációjukat. A fogyatékkal élők megtapasztalják a cirkuszművészet terápiás és rekreációs előnyeit, de motoros és érzelmi képességeik is fejlődnek, valamint egyre jobb csapatjátékosokká válnak.

A program nagy hangsúlyt fektet a társas érintkezésre és a közös munkára is, erősíti a résztvevők közötti együttműködést és a valahová tartozás érzését. A programot képzett szakemberek tartják, akiknek mind a cirkuszművészet, mind a speciális szükségletű emberekkel való munka szakértői. Az AFCA adaptált cirkusza nemcsak a résztvevők életét gazdagítja, hanem a fogyatékkal élők képességeire is felhívja a közvélemény figyelmét, megkérdőjelezi a sztereotípiákat és elősegíti az elfogadást.

Az AFCA szakmai képzési programokat kínál cirkuszoktató-aspiránsok számára, akik szenvedélyesen szeretik a cirkuszművészetet, és szeretnék elsajátítani a cirkuszi tevékenységek tanításához és vezetéséhez szükséges készségeket. A képzés a pedagógiára, a fizikai edzésre, valamint a különböző csoportokkal való munka etikai és

gyakorlati szempontjaira terjed ki. A végzettek gyakran oktatóként vagy szociális munkásként állnak munkába, a cirkuszművészetet a befogadás és a személyes fejlődés eszközeként alkalmazzák munkájuk során.

Az AFCA egész évben szervez show-műsorokat, hivatásos és amatőr cirkuszművészekkel egyaránt. Az előadásokban gyakran szerepelnek az adaptált cirkuszi programok résztvevői is, így a fogyatékkal élők és speciális igényű emberek is megmutathatják tehetségüket a közönség előtt. Ezek az előadások rávilágítanak az egyesület befogadó jellegére, és megkérdőjelezzik a fogyatékkal és képességekkel kapcsolatos társadalmi felfogást.

Az AFCA helyi iskolákkal, közösségi házakkal és más szervezetekkel működik együtt, hogy a cirkuszművészet előnyeit minél szélesebb közönséghez juttassa el. Műhelyeken és bemutatókon keresztül igyekeznek minél több emberrel megismertetni a cirkuszművészet fizikai és kreatív előnyeit, a befogadás és a társadalmi kohézió értékeit szem előtt tartva. A felvilágosító programok fontos részét képezik az AFCA küldetésének, hogy a korlátok leomoljanak, és mindenki számára elérhető legyen a cirkuszművészet, társadalmi-gazdasági helyzettől, életkortól, fizikai képességektől függetlenül.

A cirkuszművészetek gyakorlásának terápiás hatásai régóta ismertek, az AFCA is ezt hangsúlyozza adaptált cirkuszi programjaiban. A cirkuszi diszciplínák gyakorlása javítja a motoros készségeket, az egyensúlyt és a koordinációt; a kreatív és előadói elemek pedig erősítik az önbecsülést, a kommunikációs készséget és az érzelmi kifejezőkészséget. A résztvevők, különösen a fogyatékkal élők, gyakran jelentős személyes fejlődést tapasztalnak a cirkuszi gyakorlás során. A támogató és előítéletektől mentes környezetben könnyen kialakul az összetartozás érzése, a résztvevők pedig szabadon kifejezhetik magukat.

Az AFCA arra is figyel, hogy a helyi közösséget rendezvényeken, például fesztiválokon és nyilvános előadásokon keresztül bevonja, hogy nagy közönsége legyen a cirkusz előadásoknak, és a közönség kapcsolatba lépjen a fellépőkkel. Ezek az események segítenek felhívni a figyelmet az egyesület munkájára és az adaptált cirkuszművészet értékeire. Azáltal, hogy összehozzák az élet különböző területeiről érkező embereket, ezek a közösségi rendezvények elősegítik a sokszínűség jobb megértését és megbecsülését.

Az AFCA a cirkuszművészetet a befogadás és az oktatás eszközeként használja, ezáltal segíti az embereket olyan alapvető életkészségek fejlesztésében, mint az önbizalom, a rugalmasság és a csapatmunka. Célkitűzéseik között szerepel hatókörük bővítése, a cirkuszművészet egyetemes nyelvvé tétele, amely túllép a fogyatékkal, az életkor és a társadalmi státusz korlátain. Az AFCA megközelítése példázza, hogy hogyan lehet a

művészeteket a társadalmi változások előmozdítására használni, olyan teret kínálva, ahol mindenki, képességeiktől függetlenül úgy érezheti, hogy értékelik és bevonják.

Az AFCA jelentős pozitív eredményeket tapasztalt adaptált cirkuszi programjának köszönhetően. A fogyatékossgal élő személyek fizikai képességei javulnak, különösen a motoros készségek, az egyensúly és a koordináció. A résztvevők arról is beszámoltak, hogy megnőtt az önbizalmuk, mivel a cirkuszművészet ösztönzi az önkifejezést és a kreativitást, és segít túljutni a személyes korlátokon.

Társadalmi szempontból a program erős közösségi és befogadó érzést alakít ki. A résztvevők fejlesztik a csapatmunkához szükséges készségeiket, és olyan közös tevékenységekben vesznek részt, amelyek elősegítik a kölcsönös bizalmat és együttműködést. Ez különösen nagy hatással volt az elszigeteltség csökkentésére és a fogyatékkal élő személyek társadalmi integrációjának elősegítésére.

A program láthatóvá teszi, hogy mire képesek a fogyatékkal élők, s ezzel hozzájárul a társadalmi vélekedés megváltoztatásához és a sztereotípiák megkérdőjelezéséhez. Azzal, hogy a résztvevők számára lehetőséget teremt a nyilvános szereplésre, az AFCA megmutatja a fogyatékkal élők tehetségét és eredményeit, elősegítve a bennük rejlő lehetőségek befogadóbb megértését.

ANYAGOK ÉS KIADVÁNYOK LINKJEI:

<https://www.afca-cirqueadapte.net/>

KAPCSOLAT:

Telefon: +33 5 58 71 66 94

E-mail: direction@afca-cirqueadapte.net

Cím: Aire sur l'Adour, 40800, Franciaország



5.2 LA BOURGETTE ET ZIMZAM: FADOLI CIRKUSZÁNAK FESZTIVÁLJA ASSOCIATION BOURGETTE ET ZIMZAM (BOURGETTE ÉS ZIMZAM EGYESÜLET) - PÔLE CIRQUE ET HANDICAP

HELYSZÍN: France, La Tour d'Aigues

CÉLCSOPORT: autista fiatalok

A La Bourguette és a ZimZam egyesület közös, úttörő és holisztikus projektje, a Le Pôle Cirque et Handicap a fogyatékkal élők integrációjáról, az alkotó önkifejezésről és az emberi kapcsolódásról szól. A program a társadalmi, művészeti és oktatási dimenziókat ötvözi a cirkuszművészetten keresztül. A kezdeményezés széles körben elismert mint a terápiás, művészeti és oktatási támogatás integrálásának sikeres modellje.

A program szilárd szakmai alapokon nyugszik. A La Bourguette 1973 óta dolgozik autista és különböző típusú fogyatékossgal élő személyekkel, ők felelnek a program terápiás és oktatási oldaláért. A cirkuszművészeti aspektus szakmai felelőse pedig ZimZam. A programot vezetőik szakértelme biztosítja, hogy minden foglalkozás igazodjon a résztvevők fizikai, kognitív és érzelmi igényeihez. A művészeti tapasztalat és a fogyatékkal élőkkel kapcsolatos szakértelem együttesen teszi a Pôle Cirque et Handicap-et vezető szerepet betöltő szervezetté az adaptált cirkusz területén.

A Pôle Cirque et Handicap szociális cirkuszi program különös figyelmet szentel az önállóság, az önbizalom és a csapatmunka fejlesztésére. Játékos és versengést nélkülöző hozzáállással bátorítják a fiatalokat. Arra az elképzelésre épít, hogy a cirkuszi diszciplínák - pl. akrobatika, zsonglörködés, bohóckodás, egyensúlygyakorlatok - szórakoztató és támogató környezetben serkentik a kognitív, motoros és szociális készségeket.

A franciaországi La Tour d'Aigues-ban, Provence-ban található központ egy egész évben álló, akadálymentesített cirkuszi sátorban teremt mindehhez befogadó közeget. A sátor felszereltsége igazodik a fogyatékkal élők igényeihez, minden résztvevő biztonságát és kényelmét biztosítani tudja. A tér a különböző típusú cirkuszi tevékenységekhez igazítható, a speciális szerelvényezést vagy mozgathatóságot igénylő tevékenységeket is beleértve.

A Pôle Cirque et Handicap egyik fő missziója a fogyatékkal élők és a szélesebb közösség közötti szakadék áthidalása, a fogyatékkal élő fiatalok társadalmi integrációjának előmozdítása. Az évente megrendezett Fadoli cirkuszfesztivál programjában a fogyatékkal és anélkül élő művészek előadásai egyaránt színpadra kerülnek, a

programsorozat ezért felhívja a figyelmet a művészetek akadálymentesítésének fontosságára. Ezek az előadások a fiatalok tehetségét és kreativitását ünneplik, háttértől függetlenül. Ezeken az előadásokon valamint a fogyatékkal és nem fogyatékkal élők közös workshopjain kölcsönösen épül a tiszteletet és megteremtődik a közös tanulás inkluzív légköre is. Megkérdőjeleződnek a fogyatékkal kapcsolatos sztereotipikus társadalmi felfogások. Korlátok dőlnek le, integráltabbá válik a közösség, a másságot nem csak elfogadják, hanem ünneplik is. Csökken a fogyatékkal élők által gyakran tapasztalt társadalmi elszigeteltség, egyenlő eséllyel vehetnek részt a kulturális és a művészeti életben. A program tökéletesen példázza a művészetek átforgató erejét és hatását a társadalmi hozzáállásra.

A Pôle Cirque et Handicap cirkuszfoglalkozásai jelentős terápiás és edukációs előnyökkel járnak. A résztvevők javulást tapasztalnak a nagymozgásos és finommotorikus készségek, az egyensúly, a koordináció, ugyanakkor az önbizalom, az önszabályozás és az érzelmi kifejezés terén. A cirkuszi készségek elsajátításán túl az életvezetési készségekre is hatással vannak a foglalkozások, mint pl. a problémamegoldó képesség, a csapatmunka és a megfelelő célok kitűzése. A résztvevők között erős összetartozás-érzés és -tudat alakul ki. Csökken az elszigeteltség érzése, amivel a fogyatékkal élők gyakran szembesülnek. A foglalkozások továbbá megfelelő keretet, struktúrát teremtenek a türelem és a kitartás fejlesztéséhez és új, rutinszerű készségek kialakításához; ezek pedig mind alapvető fontosságú aspektusok a fogyatékkal élők számára.

ANYAGOK ÉS KIADVÁNYOK LINKJEI:

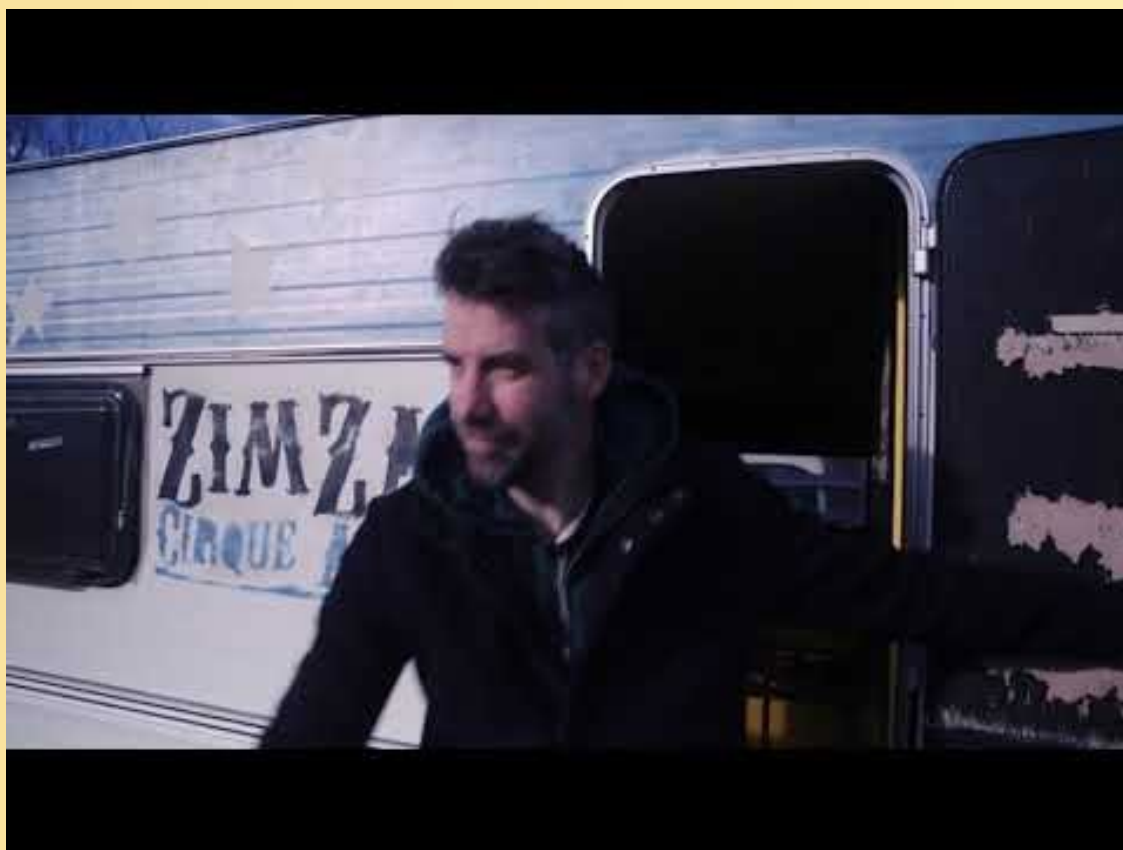
<https://www.bourguette-autisme.org/pole-cirque-et-handicap/>

KAPCSOLAT:

Telefon: +33 4 90 07 41 60

E-mail: contact@labourguette.org

Cím: AIGUES, Franciaország



5.3 ACADÉMIE FRATELLINI - CIRQUE ET HANDICAP

HELYSZÍN: Franciaország, La Plaine Saint-Denis

CÉLCSOPORT: Fogyatékkal élő fiatalok

A Fratellini család Franciaország egyik leghíresebb cirkuszi családja, egészen a 19. századig visszanyúló hagyományokkal. Nemzetközi hírnévre tettek szert különösen a Fratellini fivérek - Paul, François és Albert - komédiás számai révén, akik művészi és humoros előadásaikkal forradalmasították a bohócművészetet, és ezzel bebetonozták a család örökségét a cirkusztörténelembe.

Az Académie Fratellini cirkuszművészeti központhoz fogható nincs a világon. Nemzetközileg elismert professzionális cirkuszművészeti főiskola, gyermekeknek és felnőtteknek szóló szabadidős iskola, valamint műsorszámok létrehozására és bemutatására szolgáló alkotó központ. Itt folytatódik a kaland, amibe a híres bohócdúó, Annie Fratellini és Pierre Etaix negyven éve fogott bele.

Az Académie Fratellini egész évben az új cirkuszi formák felfedezéséről szóló eredeti programot kínál, és hozzájárul a cirkusz szellemének és értékeinek terjesztéséhez.

Bár a Fratellini cirkusz a tradicionális cirkuszban gyökerezik, napjainkban a központ elsősorban iskola, Centre de Formation des Apprenti-es (CFA). Az iskola adja ki a "Diplôme national supérieur professionnel d'artiste de cirque" - nemzeti felsőfokú cirkuszművész BA diplomát, a hároméves oktatási program képesítését. Ez az egyetlen ilyen jellegű intézmény Franciaországban: számos lehetőséget kínál a tanulóinak a szakma gyakorlati megtapasztalására, hiszen elismert művészek irányításával, eltérő körülmények között és sokféle közönség előtt lépnek fel.

Az amatőr iskolában a cirkuszművészetek felfedezése és haladó szintű gyakorlása zajlik. Ötéves kor feletti gyerekek, tizenévesek, felnőttek és teljes családok jönnek itt össze a megosztás, a felelősség és a szolidaritás cirkuszi értékei mentén.

Az Académie Fratellini a professzionális és amatőr tanfolyamokon kívül számos társadalmi és oktatási kezdeményezésben is részt vesz, a legkülönbözőbb közönségcsoportokkal, többek között a Cirque et handicap (Cirkusz és fogyatékoság) elnevezésű kezdeményezésben. E program célja, hogy a fogyatékkal élőket integrálja a cirkuszművészet világába. Különböző egészségügyi és oktatási intézmények működnek együtt annak érdekében, hogy a cirkuszon keresztül segítsék a résztvevőket mind fizikai, mind szociális készségeik fejlesztésében. A műhelyek a motoros készségek, a kommunikáció és az önbizalom fejlesztésére összpontosítanak, biztonságos alkotótérben,

ahol a fogyatékkal élők felfedezhetik képességeiket és a művészet eszközeivel fejezhetik ki magukat.

A programban szakképzett oktatók és szakemberek is részt vesznek, hogy a foglalkozások valóban az egyes résztvevők speciális igényeihez igazodjanak. A zsonglőr-, egyensúlyozó- vagy akrobatikagyakorlatok végzésével a résztvevők fizikuma javul, fejlődik például a koordináció és a hajlékonyság, ugyanakkor a társas kapcsolatok és a személyiségfejlődés területén is szignifikáns a fejlődés. Ez az inkluzív megközelítés rávilágít a cirkuszművészet kommunikációra, mobilitásra és a fogyatékkal élők általános jóllétére tett pozitív hatásaira.

A kezdeményezés az Académie Fratellini tágabb értelemben vett küldetését is tükrözi: a cirkuszművészet demokratizálását és minden közönség számára elérhetővé tételét. Ezzel a programmal hozzájárulnak egy befogadóbb kulturális tájkép rajzolásához, miközben terápiás és művészeti előnyöket biztosítanak a résztvevők számára.

LINKEK, ANYAGOK ÉS KIADVÁNYOK LINKJEI:

<https://www.academie-fratellini.com/lacademie-en-groupe/cirque-et-handicap/>

KAPCSOLAT:

Telefon: +33 (0) 1 49 46 00 00

E-mail: contact@academie-fratellini.com

Cím: 93210 La Plaine Saint-Denis, Franciaország

KÉPEK, VIDEÓ:



5.4 BREVET D'INITIATEUR SPÉCIALISÉ "CIRQUE ADAPTÉ" (BISAC)

HELYSZÍN: Franciaország, Montreuil

CÉLCSOPORT: ifjúságsegítők, pedagógusok

Jelentős lépés a cirkuszművészet mindenki számára hozzáférhetővé tétele felé vezető úton egy új típusú képzés, a Brevet d'Initiateur Spécialisé "Cirque Adapté" (BISAC). A BA diploma megszerzéséhez vezető képzés a cirkuszművészetről és a fogyatékkal élők számára adaptált fizikai tevékenységekről szól, különös tekintettel a fizikai, kognitív vagy érzékszervi kihívásokkal küzdő fiatalokra. A BISAC Európában egyedülálló képzés, akkreditálása rendkívül fontos lépés a művészeti és terápiás gyakorlatok cirkuszművészetben belüli integrálására irányuló törekvések területén.

Áttekintés és célkitűzések

A BISAC-diploma azoknak szól, akik fogyatékkal élőkre szabott cirkuszi foglalkozásokat szeretnének tartani és felügyelni. A BISAC fő célja, hogy a cirkuszpedagógusokat felvértesse a szükséges eszközökkel és ismeretekkel, hogy a hagyományos cirkuszi technikákat az eltérő képességi szintek széles köréhez tudják igazítani. Ez magában foglalja a résztvevők fizikai és érzelmi szükségleteinek megértését, valamint a befogadó környezet megteremtésének képességét, ahol a cirkuszi tevékenységek a személyes fejlődést, a társas interakciókat és a fizikai jóllétet segítik elő.

A diplomához vezető képzés a cirkuszművészet oktatási és terápiás dimenzióira összpontosít, és egyértelművé teszi, milyen mély hatással vannak a cirkuszi tevékenységek a fogyatékkal élőkre: fejlesztik motoros képességeiket, önbizalmukat és a csapatmunkához szükséges képességeiket, miközben megtapasztalják az alkotás örömeit. A BISAC az adaptált cirkuszoktatással elősegíti a befogadást, a hozzáférhetőséget és a fogyatékkal élők átfogó fejlődését.

Törzstanterv

A BISAC-program tehát több kulcsfontosságú területre is kiterjed, hogy a végzetek ezen a speciális területen a maximumot tudják kihozni a munkájukból:

1. **Cirkuszpedagógia.** A hallgatók elsajátítják a cirkuszművészeti ágak alapjait - pl. akrobatika, zsonglörködés, légi akrobatika, bohócművészet -, mindezt úgy, hogy közben azt is megtanulják, hogyan lehet ezeket a tevékenységeket az eltérő képességű résztvevők igényeihez adaptálni.

2. **Adaptált fizikai tevékenységek (APA).** A képzés egyik fő eleme arra összpontosít, hogyan lehet a cirkuszi technikákat a különböző fogyatékoságoknak megfelelően módosítani, legyen szó fizikai, kognitív vagy érzékszervi fogyatékoságról. Ez kiterjed az APA alapelveinek megértésén túl, a cirkuszfoglalkozások biztonságossá tételére, a befogadó légkör megteremtésére és arra, hogy a foglalkozások a lehető legszélesebb célközönség számára elérhetőek legyenek.

3. **Terápiás és fejlesztési megközelítések.** A hallgatók megtanulják, hogyan használhatják a cirkuszi tevékenységeket a fogyatékkal élő személyek terápiájára: a testi fejlődés, például a motoros koordináció és az egyensúly fejlesztésére, kognitív stimulációként és az érzelmi kifejezés elősegítésére. A cirkuszi tevékenységek hozzájárulhatnak az általános életminőség javításához.

4. **Kockázatkezelés és biztonság.** A fogyatékosággal élő személyekkel végzett munka során a biztonság elsődleges szempont. A BISAC-képzés kockázatkezeléssel kapcsolatos moduljai biztosítják, hogy az oktatók biztonságos környezetet tudjanak teremteni a résztvevőknek úgy, hogy megmaradjon az izgalom és a kihívás, amit a cirkuszi tevékenységek nyújtanak.

5. **Kommunikáció és társadalmi interakció.** A cirkusz eredendően együttműködő művészeti forma, és a BISAC nagy hangsúlyt fektet a pozitív kommunikációra és a csapatmunkára. A képzés segíti az oktatókat abban, hogy erős kapcsolatot tudjanak kiépíteni résztvevőkkel, akik közül sokan nehezen boldogulnak a kommunikáció hagyományos formáival. A cirkuszi tevékenységek gyakran alternatív módot nyújtanak az önkifejezésre és a másokkal való kapcsolatteremtésre.

A jó gyakorlat európai modellje

A BISAC nemcsak nemzeti diploma, hanem a fogyatékkal élő fiatalok számára szervezett cirkuszi tevékenységek terén a bevált gyakorlatok európai mintája is. A művészeti, pedagógiai és terápiás megközelítések integrálása átfogó képzést eredményez, mely ötvözi a kreativitást és a gondoskodást. Az elmúlt években a BISAC- modell más európai országokban is elismerést szerzett.

Több oka is van annak, hogy a BISAC-ot a legjobb gyakorlatnak tekintik:

- Inkluzív és elérhető cirkuszoktatás. A diploma létrejötte tükrözi a szélesebb körű európai törekvést, mely a kulturális és szabadidős tevékenységek befogadóbbá tételére irányul. A BISAC oktatók bármilyen képességű fiataloknak képesek megfelelő foglalkozást, programot tervezni és levelzetni úgy, hogy biztosan mindenki részt tudjon venni, függetlenül a fizikai vagy kognitív kihívásoktól.

- Terápiás hatás. A cirkuszművészet egyedülálló módon egyszerre képes rekreációs és terápiás célokat szolgálni. A BISAC program a korlátok helyett az egyéni képességekre összpontosít, ezért fejleszti a megváltozott képességű fiatalok alapvető életvezetési készségeit: az önbizalmat, a rugalmasságot és a társas interakciót, de természetesen javítja a fizikai koordinációt és a kognitív képességeket is.
- Ágazati együttműködés. A BISAC-képzések gyakran egészségügyi szolgáltatókkal, iskolákkal és fogyatékkal élők ellátó speciális intézményekkel együttműködésben zajlanak. Ez az ágazati együttműködés biztosítja, hogy a cirkuszoktatók jól ismerjék a résztvevők igényeit, és hatékonyan tudjanak együtt dolgozni más szakemberekkel, például gyógytornászokkal vagy pedagógusokkal.
- Elismerés és átültethetőség: A BISAC-ot az adaptált testmozgások szélesebb körű európai mozgalmának részeként egyre inkább értékes képzésként ismerik el. A program végzősei nemcsak cirkusziskolákban, hanem rehabilitációs központokban, közösségi programokban és inkluzív oktatási intézményekben is dolgozhatnak.

BISAC-ot kínáló intézmények

Franciaországban több intézmény is kínál BISAC-diplomát, melyek mind a cirkuszművészet, mind az adaptált testmozgás területén magas színvonalú képzést nyújtanak. Nevezetes központok többek között:

1. Association Française de Cirque Adapté (AFCA): a franciaországi adaptált cirkuszprogramok népszerűsítésének kulcsszereplője, a BISAC-diplomához igazodó műhelyeket és képzési programokat kínál, így a fogyatékosághoz adaptált cirkusz fő központja.
2. Regionális cirkusziskolák: számos regionális cirkusziskola partneri kapcsolatot alakít ki a fogyatékkal élők ellátásával foglalkozó szervezetekkel, így a diákok gyakorlati tapasztalatokat szerezhetnek az adaptált cirkuszoktatás területén.
3. Speciális APA-központok: adaptált testmozgással foglalkozó központok, képzési programjaik részeként néha BISAC-tanúsítványt is adnak.

A Brevet d'Initiateur Spécialisé "Cirque Adapté" (BISAC) innovatív és befogadó megközelítést képvisel az oktatás és a szabadidős tevékenységek területén, és utat biztosít a cirkuszpedagógusok számára, hogy pozitív hatást gyakoroljanak a fogyatékkal élő fiatalok életére. A BISAC, mint jó gyakorlat európai modellje, a cirkuszművészet fizikai, érzelmi és társadalmi előnyeit a hozzáférhetőség és a befogadás iránti elkötelezettséggel ötvözi.

ANYAGOK ÉS KIADVÁNYOK LINKJEI:

<https://www.ffec.asso.fr/pratiquer-les-arts-du-cirque/cirque-adapte/>

KAPCSOLAT:

Telefon: +33(0)1 41 58 22 30

E-mail: accueil@ffec.asso.fr

Cím: 13 rue Marceau, 93100 Montreuil, Franciaország

5.5 ASPHYXIE CIRQUE EGYESÜLET: HANDI-CIRQUE

HELYSZÍN: Blanquefort, Franciaország

CÉLCSOPORT: fogyatékkal élő fiatalok

Az Asphyxie Cirque Egyesület Handi-Cirque programja innovatív kezdeményezés, célja, hogy a fogyatékkal élők számára is elérhetővé tegye a cirkusz alkotó világát. A program tükrözi az egyesület alapvető értékeit: a befogadást, a kreativitást és a kulturához való hozzáférést. A különböző fizikai, kognitív és érzékszervi fogyatékossgal élők számára speciálisan kialakított foglalkozásokkal a Handi-Cirque nemcsak a művészi kifejezőkészséget fejleszti, hanem lehetőséget teremt a személyes fejlődésre és a közösségi szerepvállalásra, ami terápiás előnyökkel is jár. A fizikai aktivitás, a kreativitás és a szociális interakció kombinációja a cirkuszművészetet a személyes és szociális fejlődés értékes eszközévé teszi.

A Handi-Cirque workshopok a cirkusszal kapcsolatos tevékenységek széles skáláját kínálják, a résztvevők különleges képességeihez és igényeihez igazítva. Az oktatók a technikákat, a felszereléseket és tevékenységeket egyaránt a résztvevők igényeihez és képességeihez alakítják. Akár kerekesszéket használ egy résztvevő, akár érzékszervi akadályoztatottsága van, a program elég rugalmas ahhoz, hogy a képességek széles skálájához alkalmazkodjon. Ez a személyre szabott, az egyéni fejlődésre összpontosító megközelítés segít, hogy a résztvevők erősnek érezzék magukat, hogy a saját tempójukban haladhassanak és teljes értékű élményben lehessen részük. Az oktatók vizuális segédeszközökkel, fizikai demonstrációkkal és gyakorlati segítséggel vezetik végig a résztvevőket a feladatokon, hogy mindenki megértse a gyakorlatokat és kényelmesen érezze magát. A résztvevők tehát támogató és alkalmazkodó környezetben fedezik fel a cirkuszi diszciplínákat. Néhány a legfontosabb tevékenységek közül:

1. Zsonglőrködés és tárgymanipuláció. A zsonglőrködés a cirkuszművészet egyik alaptevékenysége. Szórakoztató, leköti a résztvevőket, és fejleszti a szem-kéz koordinációt, a koncentrációt és az ügyességet. A résztvevők különböző tárgyakat, például labdákat, gyűrűket vagy kendőket használnak, amelyek méretét, súlyát és textúráját az egyéni igényeknek megfelelően lehet változtatni. Például a gyengébb finommotoros képességekkel rendelkező résztvevők gyakran használnak nagyobb vagy puhább zsonglőrlabdákat.

2. **Egyensúlyozás, akrobatika.** Az egyensúlyozás és akrobatika az általános egyensúlyérzéklet, a koordinációt és a törzsizomzatot fejleszti. A nehezebb gyakorlatokat, mint az gerendán egyensúlyozás vagy az akrobatikus alapmozdulatok (gurulások, ugrások), fokozatosan vezetik be. A tevékenységeket a mozgáskorlátozottak képességei szerint módosítják, támogató rendszereket vagy módosított felszerelést használnak, hogy biztonságos és kényelmes legyen az élmény. A résztvevők saját tempójukban dolgoznak.

3. **Adaptált légiakrobatika.** A cirkuszworkshopokon a légtornász szakágak, mint például a trapéz vagy a silk (tissue), a legnépszerűbb elfoglaltságok közé tartoznak. Ezek a tevékenységek is a Handi-Cirque program résztvevőikhez igazodnak. Sokszor segítséggel mozognak, vagy alacsonyra szerelt eszközökön gyakorolnak, ám a résztvevők így is megtapasztalják a légi cirkuszművészet örömeit és izgalmát, miközben erősödnek és térérzékelésük is javul.

4. **Bohócművészet és előadóművészet.** A bohócművészet a cirkuszi hagyományok alapvető része, és abszolút befogadó művészeti forma. Bohóckodás lehetőséget kínál az érzelmek kifejezésére, az improvizáció és a komikum felfedezésére nonverbális, fizikai módon. A bohócság különösen hatékony a kognitív vagy kommunikációs fogyatékossgal élő személyek körében, mivel ösztönzi a spontán játékot, a humort és a kreativitást. Ebben a műfajban a történetmesélés is előtérbe kerül: a résztvevők humoros forgatókönyveket játszhatnak el, és megtanulhatják, hogyan használják testüket és arckifejezésüket öröm, csalódottság vagy meglepetés kifejezésére.

5. **Csoportos előadások és együttműködés.** A cirkusz eredendően együttműködő művészeti forma, és a csapatmunka a Handi-Cirque programnak is kulcsfontosságú eleme. A résztvevők együtt dolgoznak a közös célokért, például egy csoportos akrobatikus szám létrehozásáért vagy egy kis előadás összeállításáért. Fejlődnek a kommunikáció, az együttműködés és a bizalom szociális készségei, a közös munka során kialakul bennük az összetartozás és a közösségi érzés, ami elengedhetetlen a társadalmi befogadáshoz.

6. **Érzékszervi és kognitív stimuláció.** A cirkuszfoglalkozások stimulálják a résztvevők érzékelését, s ez különösen előnyös az érzékszervi feldolgozási zavarokkal küzdő egyéneknek. A foglalkozásokba kognitív és érzékszervi funkciókat serkentő tevékenységeket építenek be, pl. tárgyak manipulálása, különböző mozgássíkokon történő mozgás, zenére vagy ritmusra mozgás. Multiszenzoros élményt nyújt például a kendőkkel vagy szalagokkal történő zsonglörködés.

A program fő célkitűzései a következők:

- **Fizikai fejlődés.** A résztvevők fejlesztik nagymozgásos és finommotoros képességeiket, egyensúlyérzéküket, koordinációjukat és erejüket. A cirkuszi tevékenységek közül sok dinamikus mozgást igényel. A cirkusz gyakorlása építi az izmokat, fokozza a rugalmasságot és a hajlékonyságot, javítja az általános fizikai egészséget. A program részét képező fizikai gyakorlatok kiegészíthetik a hagyományos rehabilitációs terápiát, segítve a felépülést és a mobilitást.

- **Érzelmi és pszichológiai jóllét.** Cirkuszi alkotóként a résztvevők a megszokottól eltérő, szabadabb módon fejezhetik ki magukat. Az új készségek elsajátítása vagy a közönség előtt való fellépés okozta teljesítménytudat nagyobb önbecsüléshez, önbizalomhoz vezet, végső soron jelentős pozitív hatással lehet a mentális egészségre és az önképre.

- **Társadalmi integráció és interakció.** A Handi-Cirque program egyik központi célja a társadalmi befogadás elősegítése. A résztvevők csoportokban dolgoznak, ami fejleszti a kommunikációt, az empátiát és a csapatmunka szociális készségeit. A vegyes képességű - fogyatékkal élők és nem fogyatékkal élő - emberek részvételével zajló program ösztönzi az integrációt. Ez a modell segít lebontani az egyének közötti korlátokat, elősegítve a fogyatékosok jobb megértését és elfogadását a szélesebb közösségben. A Handi-Cirque program inkluzív oktatási módszereket alkalmaz, biztosítva, hogy a tanulási folyamat mindenki számára elérhető legyen.

Eredmények és hatás

A Handi-Cirque program nagy hatással van a résztvevőkre, családjaikra és a szélesebb közösségre. Íme néhány a legjelentősebb eredmények közül:

1. **Fizikai javulás.** A program résztvevőinek fizikai képességei jelentős mértékben javultak, különösen olyan területeken, mint a koordináció, az egyensúly és az erőnlét. A fizikai fogyatékosokkal élő egyének esetében a cirkuszi foglalkozásokon való rendszeres részvétel javította a motoros készségeket, és egyes esetekben javította a mobilitást is. A program hozzájárult a sérülésekből felépülő vagy krónikus betegségben szenvedő résztvevők fizikai rehabilitációjához is.

2. **Fokozott önbizalom és önbecsülés.** A program egyik legfontosabb eredménye a résztvevők önbizalmának és önbecsülésének erősödése. Természetes, hogy a résztvevők

büszkék, amikor látványos új készségeket sajátítanak el, vagy közönség előtt lépnek fel, és úgy érzik, teljesítettek. Sok résztvevő, aki kezdetben bizonytalankodott és nem bízott a képességeiben, magabiztosabbá vált, és hajlandó volt új kihívásokat vállalni.

3. Társadalmi integráció. A program létfontosságú szerepet játszott a társadalmi integráció előmozdításában, mind a műhelyeken belül, mind a szélesebb közösségben. A fogyatékossgal élők gyakran szembesülnek társadalmi elszigeteltséggel, de a Handi-Cirque program lehetőség számukra, hogy kapcsolatba kerüljenek társaikkal, barátságokat kössenek, és érezzék az összetartozást. A családok és a gondozók arról számoltak be, hogy a résztvevők a programon kívül is tudták kamatoztatni a program hozadékait szociális területen: javult az interakciók minősége, a megerősödött önbizalom és kommunikációs készségek az élet más területein is hatnak.

4. Közösségi tudatosság és elfogadás. A Handi-Cirque program nyilvános előadások és kiállítások szervezésével felhívja a figyelmet a fogyatékossgal élők képességeire. Ezek az események megkérdőjelezzik a fogyatékossgal kapcsolatos társadalmi felfogást és sztereotípiákat, és megmutatják, hogy mindenki képes részt venni a művészetekben és hozzájárulni azokhoz.

5. Terápiás előnyök: Sok résztvevő érzelmi és pszichológiai javulásról számol be a program hatására. A kreatív (ön)kifejezés segít csökkenteni a szorongást, javítja a hangulatot, oldja az érzelmi blokkokat. A program terápiás hatásai különösen nyilvánvalóak a fejlődési rendellenességgel, autizmussal vagy kognitív zavarokkal küzdő résztvevők esetében, akiknek nehézséget okozhatnak a kommunikáció és az önkifejezés hagyományos formái.

A program modellé vált más cirkusziskolák és szervezetek számára, akik inkluzív gyakorlatokat szeretnének bevezetni, és javítani szeretnének a kulturális és művészeti hozzáférhetőségen.

ANYAGOK ÉS KIADVÁNYOK LINKJEI:

<https://asphyxie-cirque.fr/contact/>

KAPCSOLAT:

Telefon: +33(0) 6 65 60 97 38

E-mail: asphyxie33@yahoo.fr

Cím: 57 Rue de Maurian, 33290 Blanquefort, Franciaország

6. JÓ GYAKORLATI PÉLDA NÉMETORSZÁGBÓL

6.1 SONNENSTICHT CIRKUSZ



Fotó: Kay Herschelmann

Zentrum für bewegte Kunst (ZBK) - Sonnensticht cirkusz

HELYSZÍN: Berlin, Németország

CÉLCSOPORT: 12 évnél idősebb fogyatékkal élők, leginkább Down-szindrómával élők

A Circus Sonnenstich kiváló példa, hogyan használjuk a cirkuszművészetet a fogyatékkal élők bevonására. Az 1997-ben alapított cirkusz a Zentrum für bewegte Kunst (ZBK) része, a befogadásra és a művészi kifejezésre összpontosít. A program különböző fogyatékkal élő személyeket integrál a kortárs cirkusz világába, elősegítve mind a fizikai, mind a kreatív fejlődést. A résztvevők, akik közül sokan értelmi fogyatékkal, például Down-szindrómával küzdenek, a cirkusz által megnyilvánulhatnak és megmutathatják tehetségüket. A műhelyek nemcsak a fizikai képességeket, hanem az önbizalmat, az érzelmi kifejezőkészséget és a másokkal való együttműködést is fejlesztik. Az előadások hozománya, hogy megkérdőjeleződnek a társadalmi elvárások, a résztvevők pedig bebizonyítják, hogy képességeikkel kitűnhetnek a kreatív szcénában. Az 'Utazás Mimoto felé' című előadás révén a résztvevők jobban megismerhetik

önmaguk és megtapasztalják művészi kifejezőképességüket, a nézőkkel pedig örömteli és mély kapcsolatot alakítanak ki. Ez az interakció hatásosan bontja le a sztereotípiákat és mélyíti a szolidaritást. A Circus Sonnenstich képzéseket is tart a fogyatékkal élőkkel dolgozó egyéneknek, ezzel is hozzájárulva az inkluzív művészeti gyakorlatok terjedéséhez Németországban és nemzetközi szinten.



Fotó: Kay Herschermann

A Circus Sonnensticht csoportjait négy oktató vezeti az ő munkájukat támogatja négy Down-szindrómás segédoktató alkalmazott, akik egyben példaképként szolgálnak a fiatal artisták számára.

A Circus Sonnenstich 4 éves szakképzési projektjének fő célja a Down-szindrómával élő emberek foglalkoztatása. Segédvezetővé képezik ki őket, majd állandó állást kapnak a ZBK-ban, valódi munkát végeznek.

A cirkuszi projektek rávilágítanak, hogyan lehet jól együttműködni. A résztvevők látják, hogy az inkluzív tanítási módszerekkel nagyon könnyű együtt tanulni.

A Circus Sonnensticht hisz abban, hogy kultúránk sokszínűsége lehetőség. Ezért akarják láthatóvá tenni a lehetőségeket. Hiszik, hogy így tudunk tovább fejlődni mint társadalom. Úgy vélik, hogy közös felelősségünk, hogy mindenki számára lehetővé tegyük az aktív

részvételt a társadalomban, hogy mindenki kifejleszthesse az erőt magában ahhoz, hogy adjon.

LINKEK, ANYAGOK ÉS KIADVÁNYOK LINKJEI:

<https://www.zbk-berlin.de/>

Az Utazás Mimotóba című inkluzív előadás visszatekintése, amelyben down-szindrómás emberek hivatásos cirkuszművészekkel közösen hoztak létre cirkuszi előadást a berlini Chamäleonban 2024.01.31-én.

<https://zirkusplus.de/journey-to-mimoto-reise-zum-ich-im-inklusive-wir/>

KAPCSOLAT: mpa@zbk-berlin.de

VIDEÓ:



6 MAGYARORSZÁG

6.1 BÁRCZY GUSZTÁV SPECIÁLIS IGÉNYŰ ÁTALÁNOS ISKOLA - FUNKCIONÁLIS FEJLESZTŐ ZSONGLÓRKÖDÉS ÉS CIRKUSZPEDAGÓGIA AZ ISKOLAI FOGLALKOZÁSTERÁPIÁBA INTEGRÁLVA

HELYSZÍN: Budapest, Magyarország

CÉLCSOPORT: alacsonyan funkcionáló, közepes és súlyos fogyatékkal rendelkező csoportok különböző profillal

2016-ot megelőzően már sor került pár alkalmi workshopra, de a cirkuszpedagógiai módszerek, a szociális cirkusz 2016-ban az iskola éves programjának részévé vált a Magyar Zsonglőr Egyesülettel való szoros együttműködés eredményeképpen. A tanév elején a tanárok egy 2 napos gyakorlati képzést kaptak, hogy elsajátítsák az alapvető zsonglőreszközök (diabolo, ördögbot, kendők, poi, tányérok) használatának alapjait. Ezt követően szociális cirkuszi csoport alakult értelmi fogyatékos diákokból, akik heti rendszerességgel vettek részt cirkuszfoglalkozásokon.

A következő évben a bevezető képzést a teljes tanári karnak rendezték meg. Öt tanár szélesebb spektrumú képzésben részesült a Magyar Zsonglőr Egyesület évközi tanfolyamain, személyes tanácsadással.

2018-ban a módszerek köre Craig Quat funkcionális zsonglőrködés módszerével bővült. A funkcionális zsonglőrködés azt jelenti, hogy a zsonglőrgyakorlatokkal mindig egy bizonyos funkciót fejlesztünk: pl. szem-kéz koordinációt, egyensúlyt, ritmust, stb. A funkcionális zsonglőrködés egyik alapeleme a folyamatalkotás: a labdák vagy más tárgyak mozgásának mintázata időben és térben. A mintázatokat aszerint változtatják, hogy milyen funkciót és hogyan szeretnének fejleszteni. Folyamatot, tárgymanipulációs mintázatot alkotni hétköznapi tárgyakkal is lehet, s ezt sokszor és nagy eredménnyel használják a fogyatékkal élőkkel való munkában: olyan tárgyakkal olyan mintázatokat gyakorol a kliens, ami azokat a készségeket fejleszti, amelyekre a mindennapi életben, konkrét élethelyzetekben szüksége lehet (pl. nem labdát gurít, hanem cipzárt húz, vagy vizes poharakat pakol meghatározott mintázatban).

A funkcionális zsonglőrködés alapvető eszköze a zsonglőrtábla (juggleboard). Ezzel az eszközzel gurítva lehet labdazsonglőrködni, ami jóval könnyebbé teszi a zsonglőrködést. A juggleboard segítségével fogyatékkal élők is tudnak mintázatokat gyakorolni.

A módszert teljes mélységében maga Craig Quat adta át a Bárczi Gusztáv Iskolában és képezte tovább az iskola két oktatóját, Stallenberger Dórát és Gönye Lilit, akik pedig a

tanári karon belül adták tovább tudásukat, Gallyas Veronika (Craig Quat hazai képviselője, Magyar Zsonglőr Egyesület) időszakos mentorálása mellett.

A módszerek spektrumát bővítette Rika Taeymans Cirkomotoric nevű metodikája a partnerakrobatikát történetmeséléssel hozza össze. A módszer egyszerű eszköz a saját testhez és mások testéhez való viszony megtapasztalására.

A JÓ GYAKORLAT EREDMÉNYEI

- Cikk jelenik meg a speciális szükségletű iskolák országos lapjában a cirkuszpedagógia iskolai oktatásban való alkalmazásának négy éves tapasztalatairól, mint jó gyakorlatról.
- A Magyar Zsonglőr Egyesület által 2021-ben kiadott A cirkusz mindenkié cirkuszpedagógiai könyvben 2 fejezetet írtak az iskola pedagógusai a gyógypedagógiai speciális alkalmazásról.
- Az egész tanári kar, több mint 50 tanár vett részt egynapos cirkuszpedagógiai bevezető tanfolyamokon. A tanári kar egy része hosszabb, intenzívebb képzésben részesült.
- 6 év alatt 10 tanár alkalmazta a módszert rendszeresen az iskolában.
- 7 nemzetközi képzésen vettek részt a módszert alkalmazó fő munkatársak: Stallenberger Dóra és Gönye Lili.
- Az iskola tanárai és igazgatója nemzetközi konferenciákon és továbbképzéseken vehettek részt a Magyar Zsonglőr Egyesület ösztöndíjprogramjainak kedvezményezettjeként. Hét tanár mélyítette így tudását a partnerakrobatika, a játékos csapatépítő feladatok, a ritmusgyakorlatok és a színházi játékok területén, illetve speciális terápiás eszközök kifejlesztésében.
- Számos kapcsolódó rendezvényre került sor az iskolában a Magyar Zsonglőr Egyesület vendégoktatóival.

Tananyagot kiegészítő tevékenységek és foglalkozások bevezetése az iskolában

2016/2017-es és 2017/2018-as tanév

Két tanár vezetésével zajlott a szociális cirkusz szakkör, körülbelül 10 gyermek részvételével. A két tanév során négy tanár az egyéni fejlesztésben során is alkalmazott cirkuszpedagógiai módszereket.

2018/2019-es és 2019/2020-as tanév

Két tanár vezetésével két külön - kezdő és haladó szintű - szociális cirkuszi csoport futott, körülbelül 8-8 gyerekkel. A módszer alkalmazását öt együttműködő pedagógus követte figyelemmel.

Egy szaktanár alkalmazza az egyéni fejlesztés módszerét: heti két cirkuszi foglalkozást és heti két egyéni fejlesztő foglalkozást tartott. A zsonglőrtábla (juggleboard) foglalkozásokon 6-8 gyermek váltotta egymást.

Elindult a társoktatási modell: a szociális cirkusz programot két különböző osztályban heti rendszerességgel, az osztályfőnökökkel közösen tartották.

2020/2021 - 2021/2022-as tanév

A hangsúly az egyéni készségfejlesztésre és a zsonglőrtechnikákra helyeződött át a covid alatt. A társoktatási modellt felfüggesztették. A zsonglőrtábla-foglalkozások folytatódtak. A cirkuszi foglalkozások folytatódtak a 8 gyermekből álló kis csoporttal, akik 6 különböző osztályból érkeztek.

2022/2023 - 2023/2024-as tanév

A cirkuszklub 1 tanárral, két csoportban 8-8 gyerekkel zajlott. Kollégák és egyetemi hallgatók hospitáltak a foglalkozásokon. Évente (vagy évente kétszer) cirkuszpedagógiai foglalkozásokat tart Stalleberger Dóra a pedagógus kollektívának népszerűsítés és tudásmegosztás céljából.

2024/2025-as tanév

- heti 2 tanórán kívüli cirkuszi csoport, egyenként 10 gyerekkel
- heti 2 funkcionális zsonglőróra, csoportonként legfeljebb 6 gyermek részvételével
- heti 3 zsonglőrtechnikai foglalkozás csoportonként 4-5 gyermeknek
- 2 akrobatika foglalkozás (partnerakrobatika és egyensúlyfejlesztés) több mint 10 résztvevővel

LINK: <https://bg-bp.edu.hu/dokumentumok/letoltesek>

KAPCSOLAT : Stallenberger Dóra, +36304275900

6.2 ASZTALOS ÉMESE, TANÍTÓ ÉS KINEZIOLÓGUS - FLOW-ÉLMÉNY ZSONGLÓRKÖDÉSSEL

HELYSZÍN: Budapest, Magyarország

CÉLCSOPORT: Asztalos Emese, tanító és kineziológus - Flow-élmény zsonglörködéssel kapcsolatos tevékenységek révén

Asztalos Emese független óraadóként, foglalkozásvezetőként illetve tanárnőként két intézményben használ cirkuszpedagógiai módszereket.

Alkalmazott cirkuszpedagógiai módszerek:

- a Craig Quat által kifejlesztett juggleboard (zsonglörtábla) és egyéb funkcionális zsonglőreszközök
- Craig Quat 5 lépéses módszere (Five Steps Juggling), melyek a labdazsonglörködés elindításához, a koordináció fejlesztéséhez és a sorozatalkotási képesség erősítéséhez használatosak
- Zsonglörködés kendőkkel, labdával, karikával; tányérpörgetés, virágbot forgatás, egyensúlyozó feladatok - e technikákat Asztalos Emese a Magyar Zsonglőr Egyesület képzésén tanulta

Asztalos Emese egy állami általános iskolában napközis tevékenységként használja a szabadidős zsonglőreszközöket (labda, tányér, bot, karika, kendő) autista gyerekekkel, egyszerre jellemzően 2-5 tanulóval. A szabad játék módszerével dolgozik, így az kapcsolódik be a tevékenységbe, aki szeretne.

Énekóráin a zsonglőrlabdát egyéni, páros és csoportos feladatokban is használja a szenzomotoros fejlesztés és a ritmusérzék javítása céljából, és az örömteli közös játék kedvéért.

Emese kéthetente péntekenként 2 órás nyitott zsonglőrfoglalkozást tart a Zöld Kakas Lyceumban, ahol ki lehet kipróbálni a juggleboard-ot és a zsonglőreszközöket. Szülők is részt vehetnek.

Emese 3 éve alkalmazza a cirkuszpedagógia fenti módszereit munkájában. Saját ötletekkel próbálja gazdagítani a módszereket és alkalmazni azokat mindennapos tárgyakra.

Asztalos Emese a következő eredményeket tartja a legfontosabbnak:

- Aktív jelenlét a pillanatban
- A játék örömeinek biztosítása
- Kapcsolatok kialakítása a résztvevők között
- Egy visszahúzódó, tevékenységeket általában kerülő gyermek bevonása egy 45 perces játékba
- A tanulók olykor maguktól, pozitív, nyugodt módon, erőltetés nélkül kifejezik, hogy a foglalkozások mennyire stimulálják az idegrendszerét és a figyelmét
- Sikerélményhez segíti a tanulókat. Egy tényért megpörgetni meg lehet tanulni három perc alatt, s ez nagy elégedettséget és örömet okoz a gyerekeknek.
- Visszatérő diákok, akik gyakorolni akarnak, vagy új eszközöket akarnak felfedezni
- Hatékony módszerek és egymásra épülő lépések felfedezése az eszközmanipuláció tanításában, különösen a tényérpörgetés, a kendőzsonglorködés és a zsonglörtábla trükkök lebontása részkihívásokra.
- Munkájának eredményeképpen mindkét intézményben több mint 160 diák próbálta ki a cirkuszi eszközöket, és mindkét helyen 6-7 visszatérő diák volt.
- Szakmai munkájának eredménye a gödöllői Ametiszt Mozgásstúdió felkérésére szervezett kétnapos tréning a zsonglorködés alapjairól, melynek középpontjában a mozgásfejlesztés és a flow-élmények állnak. A résztvevők olyan szakemberek voltak, akik ezeket a módszereket be tudják építeni az oktatásban és az egészségügyben végzett munkájukba. A zsonglőrfeladatokat beépítették az oktatási és fejlesztő munkába: a magyarórákon pl. a labdapattogtatást versmondással kombinálták, vagy a zeneórákba tervezték integrálni.
- Azt tekinti eredménynek, ha látja, hogy egy gyerek elfárad, és azt is, ha ő maga előbb elfárad, mint a diák.

LINKEK: <https://hu-hu.facebook.com/emese.falucskai>

KAPCSOLAT: <https://hu-hu.facebook.com/emese.falucskai>

6.3 MAGYAR ZSONGLÓR EGYESÜLET (MZSE) - EGYETEMI PROJEKT ÉS AZ EGÉSZSÉGÜGYI, SZOCIÁLIS ÉS OKTATÁSI ÁGAZAT SZAKEMBEREINEK KÉPZÉSE

HELYSZÍN: Magyarország

CÉLCSOPORT: Magyar Zsonglőr Egyesület (MZsE) - Egyetemi projekt és az egészségügyi, szociális és oktatási ágazat szakembereinek képzése

Itt a Magyar Zsonglőr Egyesület két érdekes, jó gyakorlatát mutatjuk be, de az egyesület a cirkuszt ennél sokkal tágabb körben alkalmazza terápiás célokra, a társadalmi befogadás előmozdítására és közösségépítésre. Rendszeres csoportfoglalkozásokat tart, új oktatási eszközöket és módszereket dolgoz ki, eredményeit az egész országban és Európa-szerte terjeszti.

Az egészségügyi, szociális és oktatási szektor szakértőinek képzése

2012-2015 között az MZSE intenzív szociális cirkuszi munkát végzett: országszerte 5-6 különböző helyszínen voltak csoportjaik, s ezek hetente több, mint 100 gyereket mozgattak meg. Felismerve, hogy sokszorozó hatással lehet a módszer terjedésére, ha a képzést azoknak a tanároknak, terapeutáknak, ápolóknak és orvosoknak nyújtják, akik naponta gondoskodnak a speciális igényű csoportokról, 2015-ben új megközelítéssel álltak elő az egyesület tagjai.

Az egyesület tagjai az adaptált cirkuszi játékok és gyakorlatok széles arzenálját tanították meg a szakembereknek. A fogyatékkal élőkkel dolgozó szakértők szakmai eszköztárában színfoltot jelent a cirkuszi játékok kreativitása, a szabadság és a színesség varázslatos világa - és rendkívül hatékony eszköznek is bizonyultak a cirkuszi tevékenységek. Az adaptált cirkuszi játékok komplexitása és színessége olyan vonzerőt jelent a pácienseknek, hogy sokkal több ideig foglalkoznak egy-egy feladattal, és az ismétlésszám is jelentősen megnövekszik - az idő, amit a páciens egy bizonyos fejlesztő feladattal tölt, valamint az ismétlésszám - vagyis hogy hányszor képes vagy hajlandó elvégezni egy gyakorlatot - központi mutató a fejlesztésben.

A Magyar Zsonglőr Egyesület kétféle képzést, illetve ezek egyedi kombinációit kínálja:

1) Szociális cirkusz képzés (20 óra), melynek fókuszában a társadalmi inklúzió áll. A képzés résztvevői megtanulják a zsonglőrködés, az egyensúlyozás és a partnerakrobatika alapjait. Ez a képzés nem a fogyatékkal élők fejlesztéséről szól, hanem a szociálisan hátrányos helyzetű csoportok felzárkóztatásáról, befogadásáról.

2) Cirkuszpedagógia terápiás célú felhasználása képzés (20 óra) Craig Quat módszereiről zsonglőrtáblával (juggle board) és hétköznapi tárgyakkal, a process formation elméletével.

Integráció az egyetemi oktatásba

A Magyar Zsonglőr Egyesület az Óbudai Egyetemmel 2017-ben, a Pannon Egyetemmel pedig 2022-ben kezdett cirkuszpedagógiai együttműködésbe. A közös munka mindkét intézményben sikeresnek bizonyult, pedig két teljesen különböző gyakorlati megvalósításról van szó.

Óbudai Egyetem - Budapest

A Zsonglőrködés a hatékony tanulásért kurzus fejlesztése 2017-ben kezdődött, és a 2018/19-es tanévben indult el választható tantárgyként. 2018 és 2024 között minden félévben futott, beleértve a világválság idejét is. Átlagosan 13 hallgató választotta ezt a tantárgyat szemeszterenként, mindannyian dokumentált tanulási nehézségekkel, például diszlexiával vagy diszgráfiával küzdöttek.

A 14 foglalkozás során a hallgatók elsajátítják a zsonglőrködés alapjait, különös tekintettel a labdazsonglőrködésre. A résztvevők maguk készítik a gyakorlólabdákat. A tanfolyam elméleti részében a hallgatók megismerkednek a zsonglőrködés idegrendszerre gyakorolt jótékony hatásaival az e-learning rendszeren keresztül, majd egy tesztet töltenek ki. A tanulók tanulási stratégiákkal ismerkednek meg. Bonyolultabb zsonglőrtechnikák elsajátításán keresztül önfejlesztő módszerekbe és pozitív megküzdési stratégiákba nyernek betekintést.

A kurzus vizsgaelőadással zárul, a hallgatók kreatívan mutatják be a félév során elsajátított technikákat.

Pannon Egyetem

A Pannon Egyetem és a Magyar Zsonglőr Egyesület együttműködése 2020-ban kezdődött az Európa Kulturális Fővárosa program keretében. A 2022/23-as tanév őszi szemeszterében indult a kurzus és azóta is folyamatosan működik. Az egyetem speciális igényű hallgatókkal foglalkozó szervezetének munkatársaival közösen, kifejezetten számukra kialakított foglalkozással támogatják az egyesület a tanulási nehézségekkel küzdő hallgatókat a testnevelés tantárgy keretében.

A 10 db 2 órás alkalommal a tanulók teljesíthetik az előírt 20 óra sporttevékenységet de akár kombinálhatják is más tevékenységekkel, vagy hosszabb időre is eloszthatják az órákat.

A jó gyakorlat eredményei

Egészségügyi, szociális és oktatásügyi szakemberek képzésének eredményei 2014-2024

- Kb. 1000 szakember vesz részt az 1 napos, a cirkuszpedagógia alapjairól szóló bevezető tréningen
- 250 fő végzi el a 20 órás szociális cirkuszi képzést
- 120 fő végzi el a 20 órás terápiás célú képzést
- 7 cirkuszpedagógiai konferencia az Inspiral Cirkuszközpontban, Budapesten, a Magyar Zsonglőr Egyesület központjában
- 1 könyv a kollektíva 7 tagjának munkájával
- 1 cikk szakmai folyóiratban
- Stratégiai partnerség a Bárczi Gusztáv Speciális Igényű Általános Iskolával a módszerek továbbfejlesztésére
- Stratégiai partnerség az ELTE Bárczi Gusztáv Gyógypedagógiai Egyetemmél azzal a céllal, hogy a jövő terapeutáit és tanárait tájékoztassák a cirkuszpedagógia módszereiről, és alapot teremtsenek e tudás tantervbe való integrálására
- Több, mint 30 nemzetközi projekt a speciális igényű csoportokkal alkalmazott cirkuszpedagógia fejlesztésére, népszerűsítésére és a jó gyakorlatok cseréjére
- Több mint 30 webinárium angol és magyar nyelven a módszerek digitális formában történő terjesztése érdekében
- Rövidfilmek a cirkuszpedagógia releváns témáiról

Az Egyetemen zajló munka eredményei

A két egyetemmel való együttműködés presztízs a Magyar Zsonglőr Egyesület számára és egyben a cirkuszpedagógia elismertségét is erősíti. A felsőoktatási intézményekkel való közös munka azt mutatja, hogy a szervezet legitim, tudományos szinten is megbecsült pedagógiai munkát végez, és ez támpontot ad a többi partnerrel való együttműködéshez is.

Óbudai Egyetem

Az Óbudai Egyetemmel való együttműködésünk legfőbb eredménye három, a munkánk eredményeit bemutató szakmai cikk megjelenése. Ezek közül két cikk magyar nyelven jelent meg 2021-ben és 2023-ban, a 2024-ben megjelent angol nyelvű cikk a 2023-as magyar cikk összefoglalása és aktualizálása. A 2023-as cikkhez egy kérdőívet készült a korábbi kurzus résztvevői számára, melyben fontos kérdés volt, hogy mennyire találták hasznosnak a kurzust. A válaszadók 73%-a találta alkalmazhatónak a tanfolyamon szerzett ismereteket és 100%-a ajánlaná a tanfolyamot más hallgatóknak.

Ezeket az akkreditált folyóiratokban megjelent cikkeket most már a felsőoktatási intézmények is megosztják egymással. Például az egri Eszterházy Károly Katolikus Egyetem gyógypedagógia szakos hallgatói a projektpedagógia modulban találkozhattak az Óbudai Egyetemmel való együttműködés leírásával, mint az alternatív pedagógiai módszertan élő példája.

A kurzus anyagát a tapasztalatok alapján frissítették, valamint angol nyelvű oktatóvideók is készültek az e-learning rendszerhez. A tanfolyamot a kilenc alkalom alatt mintegy 80 hallgató végezte el. A félév végén vizsgaelőadásokat mutattak be, amelyek között csoportmunkák, valamint duó- és trióelőadások is szerepeltek. A vizsga helyszíné 2022 óta az egyesület által működtetett Inspirál Cirkuszközpont, s ez egyedülálló cirkuszi élményt nyújt az egyetemi hallgatóknak.

A nemzetközi hallgatók érdeklődésére reagálva 2024-ben elindult egy külön angol nyelvű kurzus fejlesztése Zsonglőrködés a hatékony tanulásért címmel.

A Pannon Egyetem

Az első jelentős eredmény a program sikeres integrálása volt az egyetem tantervébe. A fejlesztő zsonglőrprogramnak híre megy az egyetemi hallgatók körében, egyre többen érdeklődnek iránta. 2024-re a műhelyfoglalkozásokon alkalmanként átlagosan 9-10 hallgató vett részt.

LINKEK, ANYAGOK ÉS KIADVÁNYOK LINKJEI: www.zsonglor.hu
KÉPEK, VIDEÓ:

<https://www.youtube.com/@MZsonglorEgyesulet>

specifikus lejátszási listák:

A funkcionális cirkusz digitális konferenciája 2022, 8 videó:

<https://www.youtube.com/watch?v=1kl1SBGxFBw&list=PL6v447yuJWYikFLR62IdKWoGptuQwkrRh&pp=iAQB>

Inkluzív zsonglór szimpózium - 6 videók

<https://www.youtube.com/watch?v=t0BHUX-LcU0&list=PL6v447yuJWYiZ-Bii8ZRgiUC8eMMBeJCL&pp=iAQB>

Craig Quat webinárium a funkcionális zsonglorködés elméletéről:

<https://www.youtube.com/watch?v=auRWG0ara0w&list=PL6v447yuJWYjTOfSsSuzSOVboXa2aGLr2&pp=iAQB>

Terápiás cirkuszi módszerekről szóló oktatóvideók

<https://www.youtube.com/watch?v=gmqttK5mao&list=PL6v447yuJWYjwhHZ2ZW1kePlDrD5i3ph5&pp=iAQB>

KAPCSOLAT: Gallyas Veronika, +36205565762

info@zsonglor.hu, gallyas.veronika@gmail.com

Pál László Bendegúz +36205087761

6.4 ÖTLETFA TANODA

ZSONGLŐRCSÜTÖRTÖK FEJLESZTŐ ZSONGLŐRPROGRAM

HELYSZÍN: Hódmezővásárhely, Magyarország

CÉLCSOPORT: Hátrányos helyzetű, szegény szociokulturális háttérrel rendelkező, tanulási

nehézségekkel küzdő, ADHD-s, specifikus tanulási nehézségekkel küzdő vagy autista gyermekek és fiatalok.

Az Ötletfa Tanoda speciális igényű gyerekeknek segít lépést tartani, bennmaradni az iskolai oktatásban, továbbá segít a diákoknak célok, tervek felállításában, jövőképük formálásában. Lajos Míra, az Ötletfa Tanoda oktatója, ezekhez a célokhoz igazította a cirkuszpedagógia módszereit, s így a cirkusz részévé vált a célcsoporttal zajló komplex pedagógiai folyamatnak.

Míra, a tanodai Zsonglőrcsütörtökök szervezője és tanára 2012-óta zsonglőrködik. Fő eszközei a forgatós/pörgetős eszközök, mint a hosszúbot és a poi, de munkája során használ labdát, tányért, virágbotot, hullahoppot, karikát és diabolot is.

2014 óta foglalkozik szociális cirkusszal, hátrányos- és speciális igényű emberek körében tart foglalkozásokat. Gyógypedagógusként végzett Szegeden 2020-ban, és e szakmai szempontok mentén használja a cirkuszi eszközöket is.

A cirkuszpedagógiai módszer szerves része, hogy számos bevezető játékkal, csoportos feladattal operál, és a résztvevők kreatív feldolgozással előadást, bemutatót hoznak létre. Ez azt jelenti, hogy az ügyesség mellett számos szociális képesség fejlődik, javul folyamatépítési készség; és az élet egyéb területeire is átvihető tudást szereznek.

A Zsonglőrcsütörtök plusz eszköz a Tanodában a tanulási készségek javítására, a szociális készségek fejlesztésére és a közösségépítésre, hiszen más foglalkozásokat is tartanak ugyanilyen céllal: pl. kézműves foglalkozásokat, élménypedagógiai programokat, ételkészítést, újságírást, kiskertművelést.

A Zsonglőrcsütörtök heti rendszerességgel egész évben fut. A foglalkozások alkalmanként 60-90 percesek, vegyes csoportban zajlanak, 6-17 éves gyerekekkel.

Dolgoznak kendővel, tányérral, virágbottal, poival, 12 éves kor felett pedig a labdazsonglórködés is bekerül a repertoárba.

Az Ötletfa Tanoda iskola utáni foglalkoztató, ahova a gyerekek önként járnak. A szabadidő hasznos eltöltésében, illetve az iskolai felzárkózásban segítenek a gyerekeknek. A Zsonglórcsütörtök 3 éve indult és az intézmény jellegéből adódóan – két tanuló kivételével, akik a teljes folyamatban jelen voltak - a csoport összetétele változik. A csoportlétszám olykor a 20 főt is elérheti, s mivel csak egy oktató van, ilyen esetben a szabad játék módszerét alkalmazza, vagyis mindenki a preferált eszközével gyakorol egyénileg, vagy kis csoportban.

Fontos elem a közös érkezés és a lezárás. Kezdekor a gyerekek jelképesen és valóban is megérkeznek a zsonglór varázsvilágba (ezt eljátsszák, pl hullahopp karikákon másznak át). A foglalkozás végén pedig egy csoportos öleléssel búcsúznak, vagy rövid visszajelző körrel, ahol mindenki elmondja, hogy érezte magát, mit tanult, mit visz magával, legközelebb mire fog figyelni, mi az, amit legközelebb megpróbál. Ez a lezárás önreflexióra készíti a gyermekeket, visszajelzést ad és egyben a jó hangulat garanciája is.

A szabad játék mellett vannak kifejezetten fejlesztő célú foglalkozások is, 10 fős csoporttal. Ezek tematikus, felépített foglalkozások, amelyek ugyancsak ráhangolódnak a játékkal indulnak. A nyitó játék ezeken az alkalmakon organikusan kapcsolódik az óra többi részéhez, az aznap fejlesztett képességhez. A lezárás és az előadásra készülés fontos része ennek a foglalkozásnak is.

A Tanodában minden hétnak van témája, specifikus fejlesztési célja, ami az összes foglalkozáson, így a zsonglórcsütörtökön is visszaköszön. Cél lehet például a ritmusfejlesztés; a térorientáció, a testtudat, a szem-kéz koordináció, a lateralitás, a szerialitás, a finommotorika és a szociális képességek- a bizalom, a bátorság -, a külső és a belső egyensúly fejlesztése.

A jó gyakorlat eredményei

Három évi folyamat eredményeként 2024-től már két, kezdő és haladó csoport is van a Tanodában.

A Tanodába járó gyerekek legtöbbször nehezen követi a normál iskolai oktatás tempóját, nem tud megfelelni az elvárásoknak, ugyanakkor a gyógypedagógiai vagy speciális

iskola nem veszi fel őket, hiszen nincsen bizonyított fogyatékoságuk. Mivel hátrányos helyzetű közegben nevelkednek, sokszor elhanyagoltak a gyerekek, ebből adódóan iskolakezdetkor a szókincsük kb. harmada az átlagosnak, ezért szövegértésük és kifejezőképességük is elmaradott. Ugyanez elmondható koordinációjukról és logikai gondolkodásukról is, de sokszor önismeret és érzelmi intelligencia terén is a korosztályos átlag alatt maradnak. Ebből adódik, hogy hamar és egyre inkább lemaradnak, emiatt pedig szorongóak, sokszor düh- és agresszió-kezelési problémáik vannak.

A résztvevők láthatóan nyitottabbak és bátrabbak lettek a foglalkozásoknak köszönhetően, aminek a hátterében az önbizalom erősödése áll. Biztonságos környezetben tanulják meg átlépni a saját határaikat, megszokják, hogy próbálkozni és újra próbálkozni kell, amíg nem sikerül valami, hogy nem elsősorban oldódnak meg a dolgok sem a zsonglőrökésben, sem a világban általában.

A Zsonglőrcsütörtök diákjai bátrabbá válnak, hiszen eleinte félnek az új kihívásoktól, a kudarctól. Ezt a blokkot fel kell oldani, hogy bele merjenek kezdeni, merjenek próbálkozni. A rokonok, ismerősök és a többi tanodás számára készülő bemutatóval még bátrabbak lesznek, hiszen megtapasztalják, hogy félelmeik ellenére sikerült megvalósítani valami nagyszabásút. Fejlődik az önértékelésük, ezáltal mások képességeit is helyesebben tudják megítélni. Javul a társas kapcsolatok minősége is.

A résztvevők nyitottabbá válnak, hiszen megtanulnak merni élni a lehetőségekkel, kíváncsiságukat kibontakoztatni, kísérletezni, felfedezni. A legtöbben arra vannak kondicionálva, hogy az új veszélyes. A zsonglőrökéssel ezt a beidegződést sikerül átírni, és megtapasztalni, hogy az új hozhat jót is.

Megtanulják elfogadni és szabályozni az emberi érintést. Az autisták ilyen téren túlfunkcionálnak. A páros akrobatika és egyensúlygyakorlatok nagyon alkalmasak ennek a finomítására.

Az ADHD-s fiatalok esetében az önkontroll és a tudatosság fejlődése fontos eredmény. Tanulják és gyakorolják, hogy hogyan és hova vezessék le fölösleges energiájukat, hogyan fókuszáljanak és hogyan uralkodjanak magukon.

Az éves nagy Ki mit tudon a tanodai gyerekek közül közel 20-an lépnek fel zsonglőrműsorral. Ilyenkor más intézményből is érkezik intézményi látogató. A Dél-

Alföld ikonikus fesztiválján, a Szegedi Ifjúsági Napokon és más városi rendezvényen is feltűntek már a tanodás fiatalok az elmúlt években. Három 12-17 éves tanuló már külsős rendezvényeken tanítja zsonglórködni az érdeklődőket. Ez lehetőség a kapcsolatteremtésre, az összetett életvezetési készségek gyakorlására. A fiatalok megtapasztalják, hogy ők is tudnak tanítani, adni, megtanulják artikulálni és strukturálni a gondolataikat.

LINKEK, PUBLIKÁCIÓK:

juggling program album:

<https://www.facebook.com/media/set/?set=a.884005367191970&type=3>

institution album https://www.facebook.com/otletfa/?locale=hu_HU,

KAPCSOLAT: Lajos Míra +36 20 5586628 lajos.mira@gmail.com

6.5 ZSONGLŐRESZKÖZTÁR - FIRE FANTASY

ZSONGLŐRKÖDÉS A SZEGEDI TUDOMÁNYEGYETEM TANTERVÉBEN A KÉSZSÉGFEJLESZTÉS ÉRDEKÉBEN

HELYSZÍN: Szeged, Magyarország

CÉLCSOPORT: egyetemi hallgatók

A Szegedi Tudományegyetemen 2004 óta működik a Hallgatói Esélyegyenlőségi Bizottság. Feladata a mozgás-, hallás- és látássérült, valamint a tanulási nehézségekkel küzdő hallgatók beilleszkedésének segítése és tájékoztatása az őket megillető támogatásokról, tanulmányi kedvezményekről. 2015-ben indult a 2 kreditpontot adó választható zsonglőrkurzus, amely elsősorban tanulási nehézségekkel, diszlexiával és figyelemszabályozási kihívásokkal küzdő diákoknak szült, Eszközös képességfejlesztő tréning zsonglőreszközökkel címmel.

A féléves modul az alapvető zsonglőrkézségekre összpontosít öt zsonglőreszköz - zsonglőrlabda, poi, virágpálca, diabolo és zsonglőrtányér - használatával.

A tanulási nehézségekkel küzdő hallgatók mellett jellemzően a gyógytornász képzésből érkeznek résztvevők. Gyakran meglepődnek, hogy mennyi, leendő praxisukba organikusan beépíthető új mozgásformát és játékot ismernek itt meg. A diákok visszajelzése szerint, bár nem testnevelési kursusként vették fel a modult, az órák végére kellemesen kimerülnek mind fizikailag, mind szellemileg. A foglalkozásokat hetente 1,5 órában, két 10-12 fős csoportban, egymás után tartják. Az évek során összesen több, mint 150 diákkal foglalkoztak.

A zsonglőrködést alapszinten tanítják, mivel a tanfolyam elsődleges célja a mozgáson keresztüli fejlődés, nem a virtuozitás. A tanfolyam célja nem a trükkök halmozása, hanem a koncentráció és az egyensúly fejlesztése a mozgás e sajátos formáján keresztül.

A jó gyakorlat eredményei

A zsonglőrködés pozitív transzferhatásai többféleképpen jelentkezhetnek az egyén életében, különösen a kognitív, motoros és pszichológiai területeken. Ezek a hatások átterjedhetnek más készségekre és tevékenységekre, javítva az általános funkciókat. A legfontosabb fejlesztett területek közé tartoznak az alábbiak.

Kéz-szem koordináció

A zsonglorködés jelentősen javítja a kezek és a szemek közötti kapcsolatot. Ez a jobb koordináció más tevékenységeknél, például sportolásnál, kézműveskedésnél vagy akár gépelésnél is előnyös lehet.

Koncentráció és figyelem

A zsonglorködés folyamatos összpontosítást igényel, ezért javítja a koncentrációs készséget. Ez segíthet a tanulásban, a munkában vagy más olyan helyzetben, ahol tartós figyelemre van szükség.

Kognitív rugalmasság

Zsonglorködés közben az agynak gyorsan kell váltani a különböző mozgások és tárgyak követése között. Ez a fajta kognitív rugalmasság hasznos lehet a problémamegoldás és a több tényezős feladatok megoldása során.

Türelem és kitartás

A zsonglorködés elsajátítása időigényes folyamat, türelmet és kitartást igényel. Ezek a tulajdonságok átvihetők más területekre is, például a hosszú távú célok elérésére vagy a mindennapi kihívások kezelésére.

Stresszcsökkentés és relaxáció

Sokak számára meditatív hatású a zsonglorködés. Az ismétlődő mozdulatok és a koncentráció segít csökkenteni a stresszt és oldani a mentális feszültséget, ami általában is pozitív hatással lehet a mentális egészségre.

Térlátás fejlesztése

Zsonglorködés közben figyelni kell a tárgyak térbeli mozgására, ami javítja a térérzékelést. Ez előnyös lehet olyan tevékenységeknél, mint a vezetés, a sport vagy a térben való navigálás.

Mozgáskoordináció fejlesztése

A zsonglorködés precíz mozdulatokat igényel, ami javítja a finommotoros készségeket.

Összességében a zsonglorködés nemcsak élvezetes időtöltés, hanem pozitívan hat számos készségre, és a mindennapi élet különböző aspektusaiban is előnyös.

LINKEK: www.firefantasy.hu

KAPCSOLAT: Tóth Kitti, + 36 20 391 5506

KÉPEK, VIDEÓK:



7 OLASZORSZÁG



7.1 4 MAJOM

HELYSZÍN:

Via Guidiccioni 21, San Giuliano Terme (Fontina, Pisa), Olaszország

KAPCSOLAT:

Email: asd4monkeys@gmail.com

Phone contacts:

- Federica +39 3290085477

- Antonio +39 3454385913

- Massimo +39 3201570860

Facebook - [4 Monkeys - arte in movimento](#)

Instagram - [@4monkeys_circo](#)

LINK: [Weboldal](#)



A 4 Monkeys amatőr sport- és társadalmi egyesületet 2022-ben, Pisában jött létre. Tagjai a művészi kifejezés és a testnevelés iránti szenvedélyüket szeretnék továbbadni a mozgás változatos és eredeti formáin keresztül. A 4 Monkeys 2023 szeptembere óta saját helyszínén biztosít közösségi teret az emberi találkozásoknak, ahol életkortól függetlenül oszthatják meg egymással az emberek a művészet és a sport örömét – no és mosolyaikat. Az egyesült szívügye a cirkusz művelése. A légiakrobatika, a talajakrobatika, a zsonglőrködés, a bohócszínház és egyebek napról napra élettel töltik meg a termeket, barátságos, közösségi légkört teremtve. Különleges élmény ez a résztvevők számára. Gyermeknek és tizenéveseknek játékos, mozgásos programot kínál a 4 Monkeys: szórakozva tanulnak meg nagyobb felkészültséget igénylő mozgásformákat. Mászással, lendüléssel járó mozgásformákat gyakorolnak, s közben megtanulnak csapatban dolgozni. A boldog, egészséges, nem-versengő, teljes értékű élethez szükséges tudással gyarapodnak. Megismerik a cirkuszi műfajokat is, melyek fejlesztik az egyensúlyt, a koordinációt, az erőnlétet és türelemre is tanítanak.

A 4 Monkeys "Circus&Disability" programját Federica Pennetta, Antonio Arnone és Massimo Minervini társalapító vezeti. Képzett csapat támogatásával segítik az értelmi és fizikai fogyatékossgal élő gyermekek fizikai jóllétét és társadalmi integrációját. Minden esetet egyedileg kezelnek.

Speciális programok

TANULÁS MOZGÁSON KERESZTÜL - egyéni foglalkozások autista és értelmi fogyatékos gyermekek számára Silvia Carpi pedagógus vezetésével

A foglalkozások célja, hogy mély kapcsolatot teremtsenek az oktató és a gyermek között, majd a családdal és a gondozókkal közösen kitűzött célok mentén, a testi tapasztalatok által vezessék őket az önfelfedezés és környezetük megértésének útján.

CIRCONDIAMOCI - csoportos foglalkozások vegyes fogyatékossgal élők számára Federica Pennetta vezetésével a pisai Eppur si muove egyesülettel

Az 5 és 16 év közötti résztvevők heti rendszerességgel találkoznak cirkuszművészeti ágakat gyakorolni: légakrobatikát, zsonglörködést más pszichomotoros tevékenységekkel kiegészítve. A feladatokat mindig az egyéni igényekhez és sajátosságokhoz igazítják.

BEFOGADÁS a 4 MONKEYS RENDSZERES FOGLALKOZÁSAIN - nyitott csoportos foglalkozások kognitív és/vagy motoros nehézségekkel küzdő gyermekek és tizenévesek számára

Itt minden cirkuszi diszciplínát meghatározott céllal használnak úgy, hogy a hétköznapi interakciók minősége és a mindennapi életben szükséges készségek (pl. írás, étkezés) fejlődjenek. Emellett fontos, hogy közösségi élményt biztosítson a foglalkozás.

Az egyesület akadálymentes, jól felszerelt környezetet, folyamatos szakmai támogatást és segítő jelenlétet biztosít a fogyatékossgal élők számára.

Az ilyen speciális programok működési költsége magas, amit a családok nem mindig tudnak megfizetni (Olaszországban az érintett családok sokszor választani kénytelenek, hogy a mérsékelt támogatást, melyet fogyatékos gyermekük nevelésére kapnak, orvosi vagy szociális segítségre fordítsák). A 4 Monkeys ezért szponzorok keresésével is foglalkozik, hogy a programokat elérhetővé tegye.

Federica-t idézve: “Az oktató legnehezebb feladata, hogy megfigyelje az adott gyermeket és az ő személyes igényeire szabja a feladatokat. Vagyis nagyon sokféle mozdulatot és tevékenységeket kell javasolni neki és figyelni, hogy egy-egy ingerrel kiváltjuk-e a szükséges hatást. Ez folyamatos keresést jelent, új és új javaslatokkal állunk elő, amíg meg nem találjuk a megfelelő tevékenységet, a megfelelő személy számára, a megfelelő módszerrel. Az alapvető felkészülésen túl tehát rengeteg kreativitásra és józan észre van szükség. Túl kell lépniünk azon, amit a tankönyvekből tanultunk, és személyes, rugalmas módszertant kell kialakítanunk. Gyakran úgy tűnhet, hogy próbálkozásaink a semmibe vesznek, de valójában ez nem így van. A szem és a szív is idővel meglátja az apró előrelépéseket. Megtanuljuk türelmesen kivárni és felismerni a haladás jeleit. Mindig megtérül a munkánk, erősödik a kötődés, látjuk a fejlődést mind a csoportokban, mind az egyéni munkában. A partnerszervezetek és a szülők mindig nagyon együttműködőek és támogatólag hatnak a résztvevő fiatalokra is. Így minden erőfeszítés mindig megéri”



7.2 ASSOCIAZIONE GIOCOLIERI & DINTORNI – ALTROCIRCO

HELYSZÍN: Civitavecchia, Olaszország

CÉLCSOPORT: fogyatékkal élő fiatalok

Az AltroCirco 2014-ben alakult Olaszországban egy elkötelezett szakmai közösség kezdeményezésére, akik a cirkuszművészetet a társadalmi változás eszközeként alkalmazzák Olaszországban. Az AltroCirco a közös fejlődés érdekében összefogja az olaszországi szociális cirkusszal foglalkozó egyesületeket és szakembereket, hogy nagyobb hatékonysággal tudjanak dolgozni a közös célért: a szociális és nevelési célú beavatkozások eszközeként megerősíteni és fejleszteni a cirkuszt.

Az AltroCirco rendszeresen szervez szakmai találkozót, képzéseket, csereprogramokat, valamint terjeszti a cirkuszművészethez kapcsolódó kutatások és tanulmányok eredményeit, különösen hátrányos helyzetű közösségekben, például fogyatékkal élő személyek és egyéb kisebbségi csoportok körében.

Pár fontosabb esemény az AltroCirco inklúziós programjai közül

Nemzetközi konferencia a cirkuszpedagógia és a fogyatékoság témájában

- Altra Risorsa 2016: Képességek és fogyatékoságok - Mindenki cirkusza - elmélet és gyakorlat [Link a konferencia anyagához: Altra Risorsa 2016 Proceedings](#)

Képzők képzése

Képzési programjaik sportoktatói diplomát és belső tanúsítványt adnak, melyet a Giocolieri & Dintorni, a Cirque du Monde (a Cirque du Soleil társadalmi programja) és a Patrizio Paoletti Alapítvány akkreditált.

Adaptált cirkusz: gyakorlati-tapasztalati képzés, melynek témája a cirkuszi és testi önkifejezés adaptálása az egyének eltérő képességeihez.

Ez a modul az AltroCirco egy éves FiX szociális cirkuszi képzés (Formazione Italiana di Circo Sociale) része. A képzést két évente indítják, jelenleg ötödjére fut.

Sok az AltroCirco hálózatba tartozó iskola tart rendszeresen cirkuszi workshopokat fogyatékkal élők számára. Bizonyos esetekben ezeket a workshopokat egy adott vegyes fogyatékossgal élőkől álló kiscsoportra tervezik napközitthonokkal, szövetkezetekkel és egészségközpontokkal együttműködésben. Más esetekben a tanfolyamok és workshopok mindenki számára nyitottak, "tipikus" és "nem-tipikus" résztvevők közös élménye.

Az adaptált cirkuszi workshopokon a résztvevők a mindennapitól eltérő létmódokat tapasztalhatnak meg. Megtapasztalhatják, milyen ügyesnek, hasznosnak, és alkalmazkodásra képesnek érezni magukat. Hosszútávon az önképük is átalakulhat, sőt, a külvilág is tanúja lehet ennek a változásnak.

E feltételek mellett a megbélyegző sztereotípiák leépíthetővé válnak, az érintettek másként élhetik meg magukat, el tudnak kezdeni másként érezni és viselkedni, mint ahogy azt a stigmatizáló narratívák előírják számukra. Ha abból indulunk ki, hogy minden emberben egyszerre vannak jelen képességek és nem-képességek, vagyis fogyatékossgok, akkor a fogyatékossg klasszikus fogalmát is lebonthatjuk: nem az egyén tulajdonsága az, ami a rendellenességhez vezet, hanem az akadályoztatottságot létrehozó folyamatokban gyökeredző, társadalmilag létrehozott hátrányról beszélünk. Ezeket a folyamatokat a különböző társadalmi kontextusok, szaktudományok, szervezeti struktúrák és közpolitikák eredményezik – amelyek nem tudnak megfelelő választ adni az emberi másságra.

További információk:

- [AltroCirco hivatalos honlapja](#)
- [Altra Risorsa 2016 eljárás](#)
- [Altra Risorsa 2016](#)
- [FIX2024-25](#)



7.3 SELF APS EGYESÜLET



A Giocolieri & Dintorni Egyesület Szociális Cirkusz fejlesztési és promóciós projektje

Az egyesület 2023 novemberében alakult és a funkcionális, inkluzív és adaptált zsonglörködésre összpontosít; a cirkusz e fajtáját képzésekkel és különböző munkamódszerek kidolgozásával terjeszti.

Alapító tagok

Edoardo Filafferro: elnök, Self eszköztervező, cirkuszoktató, a Quatprops módszer facilitátora, a funkcionális zsonglörködési projekt vezetője az I.C. Larissa és Paolo Pini intézményekben

Lapo Botteri: az 'Self-pedagógia' felelőse, diplomáját mozgástudományból szerezte, cirkuszoktató, utcai művész, a Quatprops módszer képzője

Francesco Boni: az "Self-kommunikáció" felelőse, cirkuszoktató, a Quatprops módszer facilitátora, a Cliniche Plus Livorno dolgozója

Sara Papadato: titkár, cirkuszoktató, a Quatprops módszer facilitátora, tanárasszisztens és lovasterapeuta

Az egyesület jelentős tapasztalatot szerzett a funkcionális zsonglörködés terén, részt vett számos Erasmus+ európai projektben, és közösségi szintű ösztöndíjakat nyert.

Az egyesület által a Quatprops módszerre Olaszországban és világszerte kiképzett facilitátorok a legkülönbözőbb szociális és oktatási környezetekben dolgoznak:

- Nappali intézmények fogyatékkal élő személyek számára
- Szociális és oktatási központok
- Rehabilitációs központok (pl. kifejezetten Parkinson, szerzett agyi sérülések terén)
- Iskolák minden szinten
- Csonttörés rehabilitáció (kórházak, pszichiátriai központok)
- Szociális inklúzióra koncentrááló projektek

A funkcionális zsonglörködés innovatív szakág, mely nemcsak motoros és kognitív képességeket fejleszt, hanem az önbecsülést, az együttműködést és a társadalmi

integrációt is előmozdítja. Minden életkorban és bármilyen adottsággal gyakorolható, és különösen hatékony a fogyatékkal élők társadalmi inklúziójáért folytatott munkában.

A funkcionális zsonglorködés a hagyományos zsonglorködés innovatív és inkluzív megközelítése. Ellentétben a klasszikus zsonglorködéssel, amely elsősorban egyre bonyolultabb trükkök végrehajtására összpontosít, a funkcionális zsonglorködés az eszközöket arra használja, hogy különböző motoros, kognitív és szociális készségeket fejlesszen.

Az egyesület tagjai illetve a facilitátorok foglalkozásaikon funkcionális zsonglórészközöket használnak, többek között zsonglórtablát (juggleboard), lejtőt, rámpát, abakuszt és zsonglór-kockát. (Izd. a Self Egyesület YouTube csatornáján). Továbbá hétköznapi tárgyakat is beépítenek a feladatokba.

A funkcionális zsonglorködés előnyei

- Fejleszti a motoros és kognitív képességeket, javítja a koordinációt, az egyensúlyt, a figyelmet és a memóriát.
- A kis célok látványos elérése (egy-egy mozdulat, trükk elsajátítása) növeli az önbizalmat. A saját fejlődés felismerése által erősödik az önbecsülés.
- A csoportos feladatok ösztönzik az interakciót és az együttműködést, fejlődnek a szociális készségek, javul a kapcsolatteremtés - és tartás készsége.

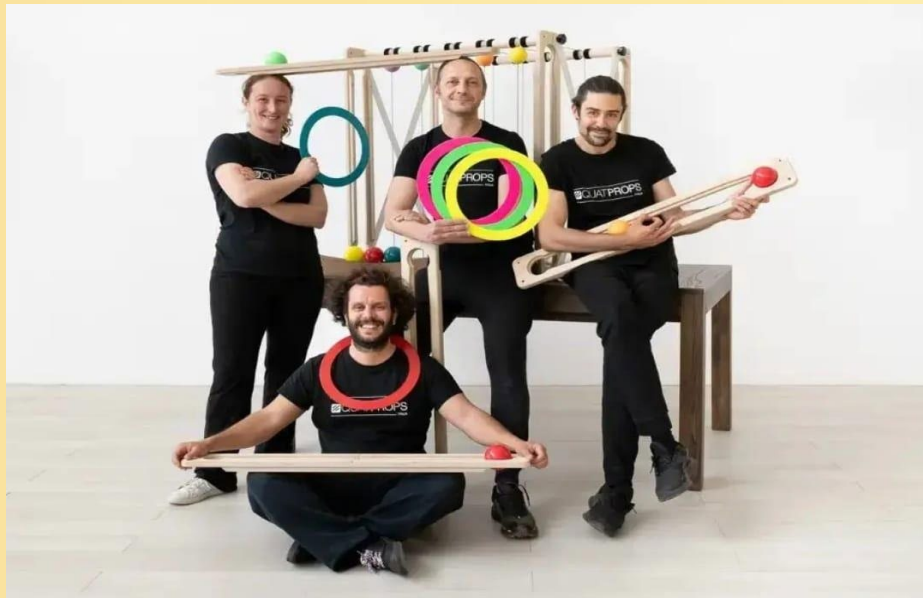
A funkcionális zsonglorködés előnyei különböző célcsoportok számára

- Fogyatékkal élők: A funkcionális zsonglorködés a fogyatékkal élők életminőségének és autonómiájának javításában hatékony eszközként szolgálhat, új készségeket fejleszt és segíti őket korlátaik leküzdésében.
- Idősek: A funkcionális zsonglorködés segíthet a jó fizikai és kognitív állapot fenntartásában, megelőzi az önállóság elvesztését és javítja az életminőséget.
- Gyermekek: Elősegíti a motoros, kognitív és szociális képességek fejlődését, csakúgy mint a kreativitást és a játékosságot.
- Mindenki számára: Szórakoztató és ösztönző tevékenység, amely egyénileg vagy csoportosan is végezhető, számos jótékony hatása van az egészségre és a jóllétre.

A funkcionális zsonglőrködés sokkal több, mint egy egyszerű készségfejlesztő játék. Ebben a rendszerben a mozgás és az eszközhasználat révén a készségek széles skálája fejlődik fizikai és mentális téren. Inkluzív tevékenység, mely mindenki számára előnyökkel járhat az általános jóllét és egészség szempontjából.

FACEBOOK: <https://www.facebook.com/selfaps/>

INSTAGRAM: <https://www.instagram.com/selfapsitalia/>



7.4 ASSOCIAZIONE CIRCO ALL'INCIRCA



HELYSZÍN: Udine, Olaszország

CÉLCSOPORT: autizmus spektrumú fiatalok

A "Circo all'inCirca" 2010-ben alapított művészeti kollektíva, inkluzív és magával ragadó élményeket nyújt a cirkuszművészetet, a nonverbális kommunikáció és különböző sporttevékenységeket ötvözésével. A kollektíva a kortárs cirkuszt és a művészi kifejezést a személyes fejlődés eszközének tekinti, mely támogatja a résztvevők kreatív, fizikai és szociális fejlődését bármely gyerekkortól felnőttkorig. A cél biztonságos, közösségi alkotóteret biztosítani, ahol mindenki pozitív és élvezetes módon fedezheti fel képességeit és kapcsolatait.

1. **Circo @ Progettoautismo.** A Circo all'inCirca 2015 óta működik együtt egy autista fiatalokra szakosodott napköziotthonnal. Innovatív eszközöket használnak, mint pl. Craig Quat zsonglőrtáblája, ami megkönnyíti a cirkuszi technikák gyakorlását a motoros és kognitív nehézségekkel küzdők számára. A projekt a napköziotthon oktatási programjának stabil részévé vált. Tíz 15 és 30 év közötti fiatal vált magabiztosabbá a zsonglőr- és egyensúlyozó eszközök önálló használata terén. A heti rendszerességű foglalkozásokon a résztvevők a mindennapi életben hasznos készségeket sajátítanak el, fejlesztve egyben önbecsülésüket és a jóllétüket.

<https://progettoautismo.org/progetto-special-needs/>

2. **Progetto P.Hub.Li.C.** Ezt a projektet az önkormányzat Sport-, Egészség- és Ifjúságpolitikai Osztályának 'Civil Terek' programja finanszírozza, melyet a sérülékeny helyzetben lévő vagy fogyatékkal élő fiatalok támogatására hoztak létre. A cirkuszi tevékenységek, mint például a zsonglőrködés és az akrobatika, elfogadóbbá tesznek és erősítik az önbizalmat. A szociális cirkusz közege mindig befogadó és biztonságos, a résztvevők fejleszthetik fizikai és társas készségeiket. Szakképzett pedagógusok vezetik a foglalkozásokat, a gyakorlatokat az egyes fiatalok képességeihez igazítják, hogy a lehető legjobban ösztönözzék a személyes és kollektív fejlődést.

<https://www.instagram.com/reel/DAqBTertLOF/?igsh=MTRncnB3b2FwOGdnNQ==>

A dolgozók képzettsége

A Circo all'inCirca csapata körülbelül 20 különböző végzettséggel rendelkező emberből áll, köztük neves cirkusziskolákban végzett hivatásos cirkuszművészek, valamint neveléstudományokban és kapcsolódó területeken képzett pedagógusok. A tevékenységeket Irene Giacomello és Valentina Bomben koordinálja, mindketten pedagógiai és sporttudományi végzettséggel rendelkeznek, és a szociális cirkuszra szakosodtak. Egyaránt hangsúlyt kap a cirkusz művészeti és pedagógiai ága, mindig az adott csoporthoz igazítva. Circo all'inCirca vezetője Davide Perissutti.

A Circo all'inCirca csapata olyan rangos intézményekben végzett képzési programokat, mint a brüsszeli Ecole de Cirque és a római Tor Vergata Egyetem alkalmazott cirkuszművészeti egyetemi kurzusa. A csapat képzését szociális cirkuszi szemináriumok is gazdagítják olyan szervezetekkel, mint a török-szíriai határon működő "Art&' n Anywhere" kalap, a "Mini Art Foundation" Bulgáriában, a "Palestinian Circus School" Palesztinában és a "Circus Tvaers" Dániában. E sokszínű gyakorlatnak köszönhetően nagyon eltérő igényű résztvevők igényeit is ki tudják szolgálni és pozitív, befogadó élményt tudnak biztosítani számukra.

Tapasztalat speciális igényű csoportokkal

A Circo all'inCirca 2010 óta a szociális cirkusz elkötelezett híve, a cirkuszt a társadalmi befogadás és a jóllét előmozdításának eszközeként használja sérülékeny vagy fogyatékkal élő emberekkel. Az egyesület különböző szociális projekteken működik közre Olaszországban és külföldön, többek között szociális cirkuszfesztiválokon, börtönökben tartott workshopokon, kísérő nélküli kiskorúak számára szervezett tevékenységekben, valamint a földrengés által sújtott területeken levő akciókban. Minden projektet a résztvevők igényeihez igazítanak, a cirkusz univerzális nyelvét használják a kapcsolatok, az autonómia és az önbecsülés előmozdítására.

A Circo all'inCirca hetente mintegy 600 embert mozgat meg, akiknek 10%-a sajátos nevelési igényű, például ADHD-s, autista vagy Down-szindrómás. A cirkuszi tevékenységek - zsonglőr- és egyensúlyozási technikák - befogadó és előítéletektől mentes környezetben fejlesztik a motoros és szociális készségeket. A résztvevők tanulhatnak tapasztalt pedagógusok és artisták irányításával.

A cirkuszi gyakorlatok lépésekre vannak bontva, hogy könnyebb legyen elsajátítani a szükséges pszicho-fizikai készségeket. A cirkuszi technikák, mint az egyensúlyozás vagy a zsonglörködés - amit gyakran zsonglőrtáblával gyakorolnak - segítenek a résztvevőknek leküzdeni kezdeti szorongásukat és gyorsan látványos eredményeket

elérni. Craig Quat amerikai zsonglőr módszere, a funkcionális zsonglőrködés motiváló hatása, és a cirkuszi kontextuson túl is hasznos pszichomotoros készségeket fejleszt.

WEBOLDAL, LINKEK:

Circo all'inCirca linkek: <https://linktr.ee/circoallincirca>

Általános leíró videó: <https://youtu.be/HCK8w8exB4U?feature=shared>

Progettoautismo videó: <https://youtu.be/jeSLi9efwIQ?si=q5DDCW8rVj546Llv>

2016 "Disabili all'Circa" projekt videó:

<https://youtu.be/eBN94BeEBaA?si=HfHuzCcceMYNLfbl>

7.5 I RAGAZZI DEL CIRCOSTRASS

HELYSZÍN: CARPI (Modena), Olaszország

CÉLCSOPORT: fogyatékkal élő fiatalok



Az I Ragazzi del Circostrass gyerekekkel, tinédzserekkel és felnőttekkel dolgozik, annak érdekében, hogy az akadálymentesített cirkuszt bárhol gyakorolható legyen drága felszerelés vagy sátor nélkül. 2001-ben, Carpi városában alakult szervezet.

Minden a Cosetta Bottoni professzor, testnevelő tanár, színházi szakértő és segítő szakember A bohóctól a Commedia dell'Arte-ig című projektjével kezdődött, melynek célja az iskolai integráció javítása volt, és amelyet a Közoktatási Minisztérium (INDIRE) finanszírozott 2001/02-ben. Ez a projekt Olaszországban a 6. helyen állt, és lehetővé tette, hogy a carpi O. Focherini Középiskolában egy utcaszínházi műhely jöjjön létre, amelybe viselkedési problémákkal és fogyatékkal élő diákokat is bevontak. A projekt végeztével a diákok folytatták a munkát Cosetta Bottonival, és maguk is szakértőkké váltak.

A 2020-as év fordulópontot jelentett az egyesület számára: amatőr sportegyesületté vált, ami azt jelenti, hogy a gyerekek számára tartott szabadidős cirkuszi foglalkozások mellett számos más sporttevékenységet is bevonhatnak tevékenységi körükbe. A légtornász szakágakra specializálódtak.

2002 és 2004 között szociális cirkusz projekteket indítottak a Focherini középiskolában, a Limidi-i és Soliera-i általános iskolákban és óvodákban. 2006-ban a Sbulloniamoci project keretében Solierában indítottak szociális cirkusz projektet. 2019-20-ban a G. Fassi Középiskolában, 2010-2011-ben a Novi és Rovereto Középiskolákban, Mirandolában a Noi per Loro Egyesülettel indultak hasonló projektek, jelenleg pedig a Correggio-i általános iskolában dolgoznak. Az elmúlt 3 évben részt vettek a Carpi-I Matematica Műhelyeken a Domusszal együttműködésben.

A bohócság gyakorlásával pozitív kapcsolatok alakulnak, a bőrünkön tapasztalhatjuk mások megnevetetésének örömét, a bohóc pedig mintha a személyiség része lenne, amelyet fel kell fedezni és óvni szükséges.

A CIRCOL'ABILE integrációs cirkuszi projekt. Célja, hogy feltárja a résztvevőkben rejlő képességeket - ezen az ügyön az I Ragazzi del Circostrass csapata mintegy 20 éve dolgozik. A zsonglőr, az akrobata és a kötél-táncos alapvető készségei bármely életkorban megtanulhatók. A foglalkozások célja a szórakozás cirkuszi játékokon keresztül. A magasabb szintű technikát igénylő részek elsajátítását olyan játékokkal könnyítik meg,

melyek fejlesztik a másokba vetett bizalmat, a test- és tértudatot, s amelyeken keresztül a résztvevők megélik az alkotás örömét. A bohóctechnikai játékokon keresztül megtanulják, hogyan viszonyuljanak pozitív módon a másokhoz. Fontos megtanulni nevetni, mert ezáltal lehet felfedezni, mekkora öröm másokat megnevetetni. A 'belső bohóc' felfedezése egy életen át tart. A bohóc a belső gyermekünk, akit fel kell fedezni és védeni kell. Nincs szükség drága felszerelésre vagy sátorra. A cirkuszt bárhol lehet művelni.

A Sopra le righe Egyesületnek tartott workshop rávilágított arra, hogy az autista gyermekeknek fejlett egyensúlyérzékük van. A 2018/19-ben két évig finanszírozott regionális CIRQ AUT ART elnevezésű projekt kiváló eredményeket ért el, többek között 15 fogyatékkal élő fiatal integrációját segítette elő. A vezető szervezet a carpi Incontrarti Egyesület volt.

LINK:

www.circostrass.it



8 LENGYELORSZÁG

8.1 ODSKOCZNIA - NO AGE LIMITS

ODSKOCZNIA STUDIO

HELYSZÍN: Varsó, Lengyelország

CÉLCSOPORT: idősek

Az Odskocznia Studio varsói székhelyű, kortárs cirkuszra és cirkuszpedagógiára szakosodott egyesület. Céljuk a cirkuszművészet népszerűsítése különböző társadalmi rétegekben, különös tekintettel a fiatalokra és az idősekre. Tevékenységeik közé tartozik az alternatív sportok fontosságának népszerűsítése; cirkuszi műhelyek, tanfolyamok és kulturális rendezvények szervezése és levezetése, ahol a fizikai és szellemi fejlődésen és a közösségi élményen van a hangsúly. Az Odskocznia aktívan vesz részt nemzetközi együttműködésekben és szociális projektekben, melyek a cirkuszművészet eszközével erősítik a kreatív kifejezőmódot vagy a társadalmi befogadást.

A No Age Limits műhelysorozatot 2020-ban valósították meg a varsói Praga Kulturális Központban. A projekt résztvevői olyan idős emberek voltak, akik testileg és szellemileg karban akarták magukat tartani, fejlődni vágytak. A foglalkozásokon a zsonglőrködés titkait zsonglőrtáblával (juggle board), a labdák gurításával fedezték fel. A zsonglőrtáblán való gyakorlás célja a szem-kéz koordináció, valamint a mentális és koordinációs készségek fejlesztése volt úgy, hogy a mozgás és az új dolgok tanulása által adott öröm végig jelen legyen. A foglalkozásvezető munkáját mindig asszisztens kísérte, hogy hatékonyan tudják a gyakorlatokat a különböző korú és egészségi állapotú résztvevők igényeihez alakítani.

Kellemes meglepetés volt a nagy lelkesedés, mellyel a foglalkozásokat fogadták. Többen említették, hogy egész héten ezeket az órákat várják. Az órák remek lehetőséget kínáltak, hogy az idős résztvevők kimozduljanak otthonról, társaságban legyenek és aktívan töltsék az idejüket. Egyértelmű volt, hogy milyen örömet és elégedettséget okozott a résztvevőknek a fejlődés, amin keresztülmentek.

A résztvevők által kitöltött felmérésből az derül ki, hogy a zömüknek segítettek a foglalkozások:

- javítani a motoros koordinációt és a reflexeket,
- erősíteni a koncentrációt,
- növelni az önbizalmat és
- növelni aktivitást.

A programot az Odkocznia a Praga Cultural Promotion Center-rel együttműködve valósította meg. A projekt a Varsói Kulturális Animációs Alap / Varsói Kulturális Oktatási Program társfinanszírozásával jött létre.

Várnak mindenkit, aki szeretne közreműködni és zsonglőrtábla (juggle board) workshopot szervezni!

KAPCSOLAT: kontakt@odskoczniastudio.pl

LINK: <https://odskoczniastudio.pl/>



9 JÓ GYAKORLATI PÉLDA AZ EGYESÜLT KIRÁLYSÁGBÓL

9.1 CITYCIRQUE BIJOU ÉS A DIVERSE CITY EGYÜTTMŰKÖDÉSE - EXTRAORDINARY BODIES (RENDKÍVÜLI TESTEK)



HELYSZÍN: Egyesült Királyság

CÉLCSOPORT: Siketek, fogyatékkal élők és nem fogyatékkal élők a színpadon, a színpalak mögött és a közönség soraiban

“Rendkívüli testek. Cirkusz minden tester”

Az előadóművészetek sokszínűségét és egyenlőségét hirdető Extraordinary Bodies fontos együttműködés a show-műsorokat gyártó Cirque Bijou és a Diverse City jótékonyági szervezet között. Egyedülálló és varázslatos teret hoznak létre közösen, ahol a testek különbözőségét elfogadják, az akadályok áttöretnek és a befogadás győzedelmeskedik. A siket, fogyatékkal élő és nem fogyatékkal élő művészek képességüket és tehetségüket egyesítve megmutatják, hogy a sokszínű, szokásostól eltérő emberek hogyan tudnak együtt dolgozni a színpadon és azon kívül.

Az Extraordinary Bodies nagyhatású előadásai az emberekben rejlő hatalmas lehetőségeket ünneplik. A cirkusz, a tánc, a színház és a zene vibráló keverékével tartalmas történeteket mesélnek el, melyek megkérdőjelezzik testünk értékét, és hangot adnak azoknak, akiket gyakran elhallgattatnak.

Az Extraordinary Bodies Young Artists programja keretében fiatal előadóművészek új generációja bontakozik ki. A 16 és 30 év közötti, fogyatékkal és nem fogyatékkal élő fiatalokból álló, zászlóshajónak számító előadóművészeti-képzési csapatuk kísérleti és elgondolkodtató előadásai Egyesült Királyság-szerte turnéznak.

A szenvedély és a küldetéstudat hajtja őket, ugyanakkor anyagilag a szervezet közpénzekre, jótékonyági alapokra és adományokra támaszkodik. Minden műsor olyan emberek közreműködésével valósul meg, akik hisznek egy igazságosabb és befogadóbb világban.

Vannak szabadtéri és beltéri utazó színházi előadásai, részt vesznek alkalmi együttműködésekben, rezidenciaprogramokat és workshopokat kínálnak, tehetséggondozó projekteket szerveznek és rövidfilmeket készítenek.

Bővebb információ az Extraordinary Bodies weboldalon:
<https://www.extraordinarybodies.org.uk/>

Létrehoztak egy projektet a British Para Orchestra csapatával:

<https://www.extraordinarybodies.org.uk/our-work/british-paraorchestra/>

2012-es megalakulása óta az Extraordinary Bodies 3 nagyszabású szabadtéri előadást és 3 különböző léptékű beltéri színházi előadást hozott létre és turnéztatott. Több tízezer ember előtt léptek fel, több tucat művészt foglalkoztattak, és több száz és száz közösségi résztvevővel dolgoztak együtt a műsoraikban.

Az Extraordinary Bodies a cirkusz minden test számára való gondolatát képviseli. Jövőképük szerint a közönség olyan embereket lát a színpadon és a színpad mögött, mint amilyenek ők maguk is, függetlenül színtől, fajtól, vallástól, nemtől vagy fizikai képességeiktől. Az Extraordinary Bodies nem fogyatékos művészekről készít előadásokat, hanem olyan történeteket mesél, melyekben mindenki felismerheti magát és a világot.

2022-ben a szervezet szerepelt a BBC One The One Show című műsorában, 2024-ben pedig az Extraordinary Bodies légiakrobatika-duót mutatott be a Channel 4 The National Lottery Paralympic GB Homecoming című műsorában, amellyel a Team GB paralimpiai sportolójának Párizs 2024-ből való hazatérését ünnepelték.

WEBOLDAL, LINKEK:

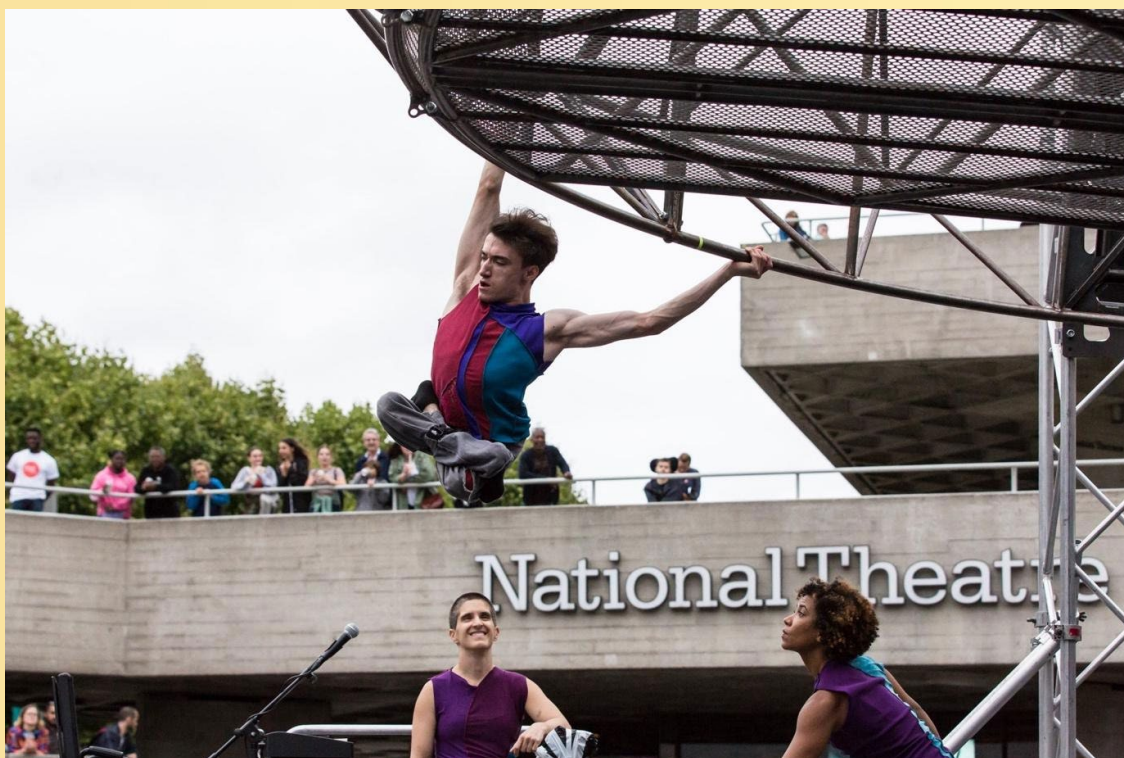
Képzők eszköztára kiadvány itt elérhető

<https://www.extraordinarybodies.org.uk/>

KAPCSOLAT: info@extraordinarybodies.org.uk



Fotó: Paul Blakemore, Chris Frazer Smith



Fotó: Rob Harris

10 CSEH ÉS SZLOVÁK KÖZTÁRSASÁG

10.1 LEDOVEC, RED NOSES INTERNATIONAL - VARIETÉ SOCIÁLE / CÍRKUS
PACIENTO



HELYSZÍN: Cseh és Szlovák Köztársaság

CÉLCSOPORT: Pszichiátriai kezelték / gyermekek és idősek, akik hosszú ideje kórházban vannak

A Cirkus Paciento a Health Clown Society nevű nonprofit szervezet projektje, amely elsősorban a gyermekbetegek egyéni látogatására és szórakoztatására összpontosít. A 2001-ben alapított Health Clown Society küldetése:

“A Health Clown Society országos hatókörű nonprofit szervezet, humort és örömet visz a kórházban fekvő gyermekek, idős betegek és más rászorulóknak napjaiba, hozzájárulva ezzel mentális és általános egészségi állapotuk javulásához.”

A kórházban dolgozó bohócok Cirkus Paciento projektje tehát tartósan beteg gyermekeknek szól, akik hosszú időt töltenek kórházban. A bohócok egy héten keresztül dolgoznak a gyerekekkel. Négy napon át gyakorolnak velük, végül a közös munka a szülők, a többi gyerek és a kórházi személyzet számára tartott előadásban csúcsosodik ki. “A Cirkus Paciento fő küldetése, hogy a kis betegekben az élet és a gyógyulás iránti vágyat fenntartsa, így a Cirkus Paciento a teljes gyógyulási folyamat része lesz” - írja a Health Clown szervezet.

Szociális cirkuszi módszerből táplálkozó produkció a Varieté Sociále, célja a destigmatizáció és az intézményi kereteken túlra tekintés, a hosszú távú bentlakásos intézményekből az egyének fokozatos integrálása a közösségbe. A projektet a LEDOVEC egyesület működteti.

A Cirkus Paciento projekt tizennégy évnyi, pszichiátriákon, bentlakásos intézményekben és terepmunka során szerzett tapasztalattal kínál cirkuszi stílusú előadásokat a nagyközönségnek. Az előadásokban általában az intézmény kezelői és munkatársai is részt vesznek, és gyakran a közönség is bekapcsolódik.

Arra törekszenek, hogy előadásaikkal terápiás hatást gyakoroljanak minden résztvevőre. Céljuk, hogy a kezelték a betegétől eltérő szerepbe, a személyzet pedig az alkalmazott szerepétől eltérő szerepbe helyezkedjen. Igazi boldogság, amikor sikerül meglepni egymást azzal, hogy mi mindenre képesek.

A Varieté Sociále örömmel dolgozik pszichiátriai osztályon, bentlakásos vagy járóbetegeket kiszolgáló szociális szolgáltatóknál. Előszeretettel vesz részt fesztiválokon, nyílt napokon vagy egyéb rendezvényeken, ahol hátrányos helyzetű emberek találkozhatnak a nagyközönséggel.

Bárki felléphet velük: egy kutya, egy teknősbéka, egy olyan ember, aki meg van győződve arról, hogy nem tud semmit, aki fél kilépni a függöny elé... bárki. Képesek pár óra leforgása alatt előadást létrehozni, máskor több napos folyamat során hosszabb terápiás időt töltenek a résztvevőkkel. Minden előadás egyedi, és szinte bármilyen igényhez tudnak alkalmazkodni.

Projektjeiket évek óta támogatja a Kulturális Minisztérium, az Egy Művész Élete Alapítvány és más adományozók. E támogatásnak köszönhetően a varieté anyagilag elérhető a legtöbb szociális szolgáltató számára.

LINK: <https://www.ledovec.cz/projekty-ledovce/item/410-variete-sociale>

KAPCSOLAT:

Mgr. Petr Moravec

Karoliny Světlé 13, 323 00 Plzeň, Cseh Köztársaság

info@ledovec.cz





10.2 CIRKUSKUS - ZSONGLŐRKÖDÉS IDŐSEKNEK

HELYSZÍN: Pozsony, Szlovákia

CÉLCSOPORT: idősek

A Cirkuskus Szlovákia legnagyobb cirkuszi szervezete. 2013 óta működik a fővárosban, az első szlovákiai újcirkuszi iskolának tartják. Fő tevékenységei: újcirkuszi előadások létrehozása, szabadidős cirkuszi tanfolyamok és nyári táborok szervezése és tartása főként gyermekek és fiatalok számára. Számos cirkuszi projektben vesznek részt partnerként. Tagjai a Cirkonet és a Cirkostrada hálózatoknak, az Európai Szolidaritási Testület önkéntes programjában is aktívan részt vesznek.

Hátrányos helyzetűekkel és fogyatékkal élőkkel nem dolgoznak rendszeresen. A 2024 tavaszán zajló szociális cirkuszi programjuk idősek számára rendezett zsonglőrtanfolyam volt. A pozsonyi idősek klubjával együttműködésben tartottak zsonglőrfoglalkozásokat egy kis csoport számára. A szórakozáson és kikapcsolódáson felül céljuk az értelmi frissesség megőrzése volt.

A szervezet megkerülhetetlen az országban, mivel nemzeti és nemzetközi szinten is a legnagyobb ismertséggel rendelkezik. Nyitottak a különböző együttműködésekre és partnerségekre, a fogyatékkal élőket bevonó cirkuszi tevékenységek témájában is.

INSTAGRAM:

<https://www.instagram.com/cirkuskus?igsh=MWw3eDRkaTlhNjkdw==>

FACEBOOK:<https://www.facebook.com/Cirkuskus>

CÍM: CirKusKus, o.z., Pečnianska 3, 851 01 Bratislava, Szlovákia

LINK:<https://www.cirkuskus.sk/kontakt>

The logo for Cirkuskus, featuring the word "Cirkuskus" in a white, stylized, cursive font on a red rectangular background.

**SENIORI
V POHYBE**

Cirkus-Kus

**UKÁŽKOVÁ HODINA
ŽONGLOVANIA
PRE SENIOROV**

Utorok 27.02.

10:00 - 11:00

Nová Cvernovka

Račianska 78

potrebná registrácia

V prípade veľkého záujmu
bude ukážková hodina rozdelená
na dve časti.

dobrovoľný príspevok 4€ na osobu



11 SZLOVÉLIA

11.1 RDEČI NOSKI (VÖRÖS ORROK) - PESTER ORKESER (KARAVÁNZENEKAR) ÉS NAŠADRAGA ŠKATLA (KEDVES DOBOZUNK) PROGRAMOK



fotó: Agencija Bobo

HELYSZÍN: Ljubljana, Szlovénia

CÉLCSOPORT: 3-18 éves korú, közép súlyos és súlyos értelmi fogyatékkal élő gyermekek.

A Piros Orr Egyesület küldetése örömet, vidámságot és bátorságot sugallni. A Piros Orr bohócái elsősorban a szlovéniai kórházak gyermekosztályain fekvő gyerekeket látogatják, de más egészségügyi és szociális intézményekbe is eljutnak, például idősek otthonába, óvodákba és speciális igényű gyermekek iskoláiba. A Vörös Orr olyan helyekre visz művészetet, ahol a gyermekek és felnőttek egyébként nem részesülhetnek ilyen élményekben. Nyitottsággal, őszinteséggel és humoral közelítenek a különösen

kiszolgáltatók gyermekekhez és felnőttekhez, megkönnyítve azokat a napokat, amelyeket nem otthoni környezetben töltenek, vidám gondolatokat, bátorságot és bizalmat ébresztve bennük. Pozitív hatással vannak az ápoltak érzelmi életére, akik bátrabban néznek így szembe a nehéz helyzetekkel. A bohóc tudását és tehetségét latba vetve teljes szívéből, mindenkihez szól.

A Caraván orchestra című műsor kifejezetten a közép- és súlyos értelmi fogyatékossgal élő gyermekek és fiatalok számára készült. Hollandiából indult a program, ahol a Stichting CliniClowns már évek óta működtet hasonló programot, és kitapasztalta, mi működik a legjobban ennél a célcsoportnál, hogyan lehet az előadást hozzájuk igazítani.

A mi kedves dobozunk c. előadást a Piros Orr alkotta meg, a Caravan orchestra c. Szlovénia-szerte zajló előadásaival szerzett tapasztalatokra alapozva.

Az előadók hisznek abban, hogy minden gyermeknek és fiatalnak joga van a minőségi művészethez. Mindkét előadás egyszerű felépítésű, a történetnél lényegesebb, hogy a gyerekek és fiatalok hogyan használják érzékszerveiket a történet befogadásához - és hogy a részévé váljanak. Az előadás a zenén, a tapintáson és a vizuális élményen alapul. A három színész egyenként szólítja meg a nézőket - a nevüket énekelve. A legfontosabb cél, hogy a résztvevők az előadás alatt ellazuljanak, és úgy éljék át, ahogyan szeretnék. Ez azt jelenti, hogy részt is vehetnek benne vagy csak nézhetik is.

Mivel a bohócok szeretnek minden egyes személyre külön-külön összpontosítani, a nézők száma legfeljebb 9 fő lehet. (a kísérő személyekkel együtt). Tapasztalataink szerint ez az optimális létszám ahhoz, hogy a gyerekek és a fiatalok nyugodtak legyenek, figyeljenek, és a bohócok mindenkire külön-külön is tudjanak figyelni. Az is fontos, hogy az előadás a megszokott helyen és emberekkel történjen, hogy a résztvevők biztonságban érezhessék magukat.



Fotó: Društvo Rdeči noski

Az eltérő képességű emberek gyakran kirekesztődnek a hagyományos előadásokból, mivel ezek a műsorok a legritkábban igazodnak az igényeikhez. A hagyományos előadások sokszor megterhelőek számukra a nagy tömeg miatt, nehezen látnak távolról, és a tér ismeretlensége miatt nehezen tudnak koncentrálni. Amikor az előadásokat kifejezetten az igényeik szerint alakítják, még a nevelőik számára is meglepő képességek szoktak megmutatkozni. Ezek a kifejezetten számukra tervezett előadások lehetővé teszik, hogy a résztvevők ne csak nézzék, hanem aktívan be is kapcsolódjanak és részesei legyenek az előadásnak. Sétálhatnak, beszélhetnek, felmehetnek a színpadra, és interakcióba léphetnek az előadókkal. Ez a magával ragadó, inkluzív forma segíti a figyelem fenntartását és elősegíti, hogy valóban beleéljék magukat.

A játék minden gyermek alapvető szükséglete, képességektől és speciális nevelési igényektől függetlenül. Az SNI-s és fogyatékkal élő gyermekek ugyanúgy vágyanak a játékoságra és az önkifejezésre. Néha a pedagógusok és a kísérő személyek meglepődnek a gyermekek és a fiatalok reakcióján: akik általában kevés érdeklődést mutatnak bizonyos tárgyak iránt, kíváncsian vizsgálják ugyanazokat a tárgyakat, mikor új, meglepő módon használják azokat. Gyakran előfordul, hogy az előadás után még sokáig játszanak ezekkel a hétköznapi tárgyakkal, és új nézőpontból fedezik fel őket. Ezek a pillanatok rávilágítanak az alkalmazkodás és az egyénre szabott megközelítés

fontosságára: az általában zárkózott gyerekek megnyílnak, a hiperaktív gyerekek pedig megnyugszanak.

A pedagógusok és a kísérők is az előadás részévé válnak, csatlakoznak a gyerekekhez és a fiatalokhoz a játékban, ami különleges kapcsolatot teremt köztük. A gyerekek megtanulják a dallamokat, amiket a bohócok énekelnek, megjegyzik, és később akár önállóan is énekelik.

Az előadás a résztvevők igényeihez igazodik: az élmény és az öröm fontosabb minden szerkezeti szempontnál. A gyermekeknek így van tere, lehetősége megnyilvánulni, s ez sokszor olyan formában történik meg, ami csak itt jön ki belőlük, más körülmények között nem jellemző módon.

A világvárvány idején a Piros Orr a műsort online formára alakította, így egyszerre egy vagy két gyermek tudott részt venni. A virtuális forma a fizikai távolság ellenére is értékes élményt nyújtott a gyerekeknek és a fiataloknak.

Évente átlagosan 40 előadást játszanak Szlovéniában. A speciális igényű gyerekek ezekkel az alkalmakkal új módon ismerhetik meg a világot, erősödik az önbizalmuk és átélik a játék adta szabadság érzését.

LINK: <https://www.rdecinoski.org/programi/drugi-programi-drustva-rdeci-noski/>

KAPCSOLAT nasmeh@rdecinoski.org



Fotó: Društvo Rdeči noski