

# Průvodce realizací inkluzivních aktivit práce s mládeží



Co-funded by  
the European Union

## Obsah

Úvod .....	4
Porozumění zdravotnímu postižení v kontextu práce s mládeží .....	5
Klíčové principy inkluzivní práce s mládeží .....	8
Inkluzivní plánování a příprava .....	12
Inkluzivní vedení aktivit mládeže .....	16
Inkluzivní přístupy pro různé typy aktivit .....	20
Budování inkluzivní kultury .....	24
Školení a podpora pro pracovníky s mládeží .....	28
Monitorování, zpětná vazba a průběžné zlepšování .....	32
Přílohy a praktické nástroje .....	36

Projekt je financován Evropskou unií. Názory a stanoviska zde vyjádřená jsou však výhradně názory autora (autorů) a nemusí nutně odrážet stanoviska Evropské unie ani Výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie, ani EACEA za jejich obsah nenesou odpovědnost.

Práce s mládeží hraje zásadní roli v zplnomocňování (empowerment) mladých lidí, posilování jejich hlasu a povzbuzování jejich aktivní účasti ve společnosti. Přesto mnoho organizací pracujících s mládeží napříč Evropou stále naráží na obtíže, pokud jde o smysluplné zapojení mladých lidí s postižením do svých programů. Tyto výzvy často vyplývají z nedostatku znalostí, nástrojů nebo zkušeností potřebných k tomu, aby byly aktivity plně inkluzivní.

Tato příručka je součástí projektu Erasmus+ DIDA – Disability-Inclusive Debate and Advocacy. Cílem tohoto projektu je propojit různé oblasti práce s mládeží – zejména práci s mládeží založenou na debatě a práci s mládeží zaměřenou na mladé lidi s postižením – a posílit jejich schopnost podporovat mladé lidi se zdravotním postižením rozvíjet advokační dovednosti a aktivně se zapojovat do občanského života.

Jako základní výstup projektu DIDA poskytují tyto směrnice pracovníkům s mládeží a organizacím praktické rady, jak zapojit mladé lidi s různými druhy postižení do každodenních aktivit v oblasti práce s mládeží. Ať už plánujete diskusi, kreativní workshop, příležitost pro dobrovolníky nebo místní iniciativu, tato příručka nabízí jasné a strukturované doporučení umožnit všem, aby se mohli zapojit a pro všechny ji udělat poutavější a více přístupnější.

Inkluzi nelze považovat za přístup, kde by jedno řešení bylo vhodné pro všechny. Proto směrnice zahrnují (překrývají) ... a navrhnou konkrétní úpravy, aby se mohli lidé skutečně a smysluplně zapojit. Jsou zde proto, aby podporovaly pracovníky s mládeží, školitele a dobrovolníky – ať již zkušenost s inkluzí mají nebo ne – vytvářet prostředí, ve kterém se všichni mladí lidé mohou rozvíjet, vyjadřovat své názory a kde může být jejich hlas slyšet.

Společně můžeme vybudovat inkluzivnější a demokratičtější sektor práce s mládeží, kde hlasy mladých lidí se zdravotním postižením již nebudou přehlíženy, ale naopak budou více slyšet.

## 1. Porozumění zdravotnímu postižení v kontextu práce s mládeží

Předtím, než pracovníci s mládeží začnou rozvíjet inkluzivní aktivity, je důležité, aby pochopili, co je to zdravotní postižení – a jak různé přístupy k zdravotnímu postižení ovlivňují způsob, jakým mladé lidi začleňujeme, podporujeme a zapojujeme. V této části se seznámíte s klíčovými pojmy a rámci, které pomáhají vytvořit pevný základ pro inkluzivní přístup.

### Definice zdravotního postižení: sociální model a nebo lékařský model

Postižení není jen jednoduše pouze zdravotní stav. Existují různé způsoby, jak ho chápat – a tato pojetí ovlivňují, jak se práce s mládeží vymyšlí a následně realizuje.

- **Lékařský model zdravotního postižení**  
Tento model vnímá postižení jako problém nacházející se uvnitř jednotlivce. Zaměřuje se na diagnózy, postižení a na to, co daná osoba „nemůže dělat“. Cílem často bývá „napravit“ nebo rehabilitovat daného jedince, aby zapadl do společnosti.
- **Sociální model zdravotního postižení**  
Sociální model, který vznikl díky aktivistům s postižením, obrací pozornost od člověka samotného k prostředí, které ho obklopuje. Chápe postižení jako něco, co vzniká kvůli překážkám ve společnosti. Zdravotní postižení vnímá jako výsledek bariér ve společnosti – třeba kvůli bariérám v prostoru, nedostatečné srozumitelné a inkluzivní komunikaci nebo kvůli předsudečným postojům – které brání lidem se zdravotním postižením v plnohodnotném zapojení.



*Příklad:* Mladý člověk na vozíku není ‚postižený‘ svými nohama, ale tím, že v centru pro mládež chybí nájezdy nebo výtahy. Práce s mládeží by měla vycházet ze sociálního modelu, který nás vede k tomu, abychom odstraňovali překážky a tvořili prostředí, kde se všechny děti a mladí lidé mohou rozvíjet.

## Intersekcionalita: propojení postižení s dalšími identitami.

Postižení neexistuje izolovaně. Mladí lidé s postižením mohou čelit diskriminaci nebo znevýhodnění také na základě jiných aspektů své identity - jako je pohlaví, etnická příslušnost, náboženské vyznání, sexuální orientace nebo socioekonomické zázemí.

Toto prolínání různých znevýhodnění (intersekcionalita) nám připomíná, že skutečná inkluze nespočívá v jediném řešení pro všechny.

Například mladá žena se zdravotním postižením z migrantského prostředí může zažívat vyloučení nejen kvůli svému zdravotnímu postižení, ale také kvůli svému pohlaví, kulturnímu zázemí a statusu migranta. Tyto překrývající se aspekty její identity mohou vytvářet jedinečné překážky, jako je omezený přístup ke službám, jazykové překážky nebo další společenské stigma.

Naopak bílý muž s postižením se může setkat s diskriminací hlavně kvůli svému postižení, ale pravděpodobně nebude čelit dalším překážkám souvisejícím s rasou, kulturou nebo pohlavím.

Když rozpoznáme a pochopíme tyto propojené identity – tzv. intersekcionalitu – můžeme práci s mládeží plánovat tak, aby byla nejen otevřená všem, ale také lépe reagovala na skutečné problémy, s nimiž se mladí lidé setkávají. Tímto způsobem můžeme vytvářet programy, které skutečně respektují a odrážejí rozmanité životní zkušenosti a zajišťují, že nikdo nezůstane neviditelný nebo nevyslyšený.

## Přístup k postižení založený na právech

Inkluzivní práce s mládeží musí být založena na **lidských právech**. Úmluva OSN o právech osob s postižením je mezinárodní právně závazný dokument, který zajišťuje lidem s postižením, včetně mladých lidí, právo na plné zapojení do všech oblastí života.

- Podle **článku 12** Úmluvy OSN o právech osob s postižením mají lidé s postižením právo na rovné postavení před zákonem a právo sami rozhodovat o svém životě.
- **Článek 7** se zaměřuje na děti se zdravotním postižením a zdůrazňuje jejich právo mít možnost svobodně se vyjadřovat ke všemu, co se jich týká.
- **Článek 29** vyzývá k účasti osob se zdravotním postižením v politickém a veřejném životě.

Tato práva se uplatňují stejně i v prostředí práce s mládeží. Pracovníci s mládeží mají povinnost tato práva respektovat a prosazovat tím, že zajistí, aby mladí lidé se zdravotním postižením byli nejen přítomni, ale také, aby jejich hlas byl slyšet a byli zapojeni do rozhodování.

## Hodnota inkluzivní práce s mládeží pro všechny účastníky

Inkluze je prospěšná pro všechny. Když práce s mládeží zahrnuje mladé lidi se zdravotním postižením, pak:

- **Podporuje empatii a porozumění** mezi všemi účastníky.
- **Podporuje kreativitu** tím, že zpochybňuje standardní způsoby práce.
- Díky rozmanitým pohledům a schopnostem **posiluje týmovou spolupráci** a dynamiku skupiny.
- **Ztělesňuje hodnoty spravedlnosti a rovného přístupu**, které jsou jádrem práce s mládeží.

## 2. Klíčové principy inkluzivní práce s mládeží

Inkluzivní práce s mládeží nespočívá pouze v tom, aby měli všichni zajištěný přístup – jde o vytvoření prostředí, ve kterém se každý mladý člověk cítí oceněný, respektovaný a má možnost se plně zapojit. Následující zásady slouží jako základ pro to, aby práce s mládeží byla pro mladé lidi se zdravotním postižením skutečně inkluzivní.

### 1. Nic o nás bez nás

Mladí lidé se zdravotním postižením jsou odborníky na to, co sami prožívají. Měli by se aktivně zapojovat do všech fází plánování, realizace a hodnocení aktivit – nejen jako účastníci, ale také je spolu vytvářet, organizovat, školit a vést.



*Příklad:* Namísto toho, abyste pozvali mladé lidi se zdravotním postižením pouze k účasti na debatě mládeže, požádejte jednoho nebo dva z nich, aby se podíleli na vedení diskuse, navrhli témata k diskusi nebo se zapojili do plánovacího týmu.

*„Nic o nás bez nás“ je více než jen slogan – je to výzva pro pracovníky s mládeží, aby inkluzi vnímali jako proces spolupráce a posilování postavení mladých lidí s postižením*

### 2. Princip univerzálního designu a přiměřených opatření

Začněte tím, že navrhnete aktivity, které mohou využívat všichni mladí lidé bez ohledu na jejich schopnosti – tomuto přístupu se říká **univerzální design**. Současně buďte připraveni nabídnout **přiměřené úpravy**, tedy individuálně upravit podmínky podle potřeby (např. zajistit tlumočnicka znakového jazyka nebo umožnit více času na úkoly).

Tyto dva přístupy fungují ruku v ruce:

- Díky univerzálnímu designu není často nutné vytvářet zvláštní nebo oddělená opatření
- Přiměřené úpravy zajišťují, že se (pokud je to třeba) vychází vstříc individuálním potřebám.



*Příklad:* Při plánování workshopu vytiskněte materiály velkým písmem (univerzální design), ale buďte připraveni poskytnout i verzi v Braillově písmu pro nevidomého účastníka (přiměřené úpravy).

### 3. Přístupnost je způsob myšlení

Inkluze neznamená jen odstranit pouze fyzické bariéry nebo přizpůsobit materiály pro snadnější čtení. Je to především způsob, jak přemýšlíme. Zeptejte se sami sebe:

- Kdo by mohl být z této aktivity vyloučen?
- Jaké mohou existovat překážky (fyzické, postojové nebo organizační)?
- Jak mohu tuto lekci přizpůsobit tak, aby se do ní mohli zapojit všichni?

Buďte proaktivní. Inkluze by neměla být dodatečnou myšlenkou, ale nedílnou součástí tvorby práce s mládeží.



*Příklad:* Pokud pořádáte hru hledání pokladu, zeptejte se sami sebe, zda umístění indicíí pouze na papír neznevýhodňuje osoby s dyslexií. Přidejte také obrázkové nebo zvukové indicie.

## 4. Na jazyku záleží

Používejte respektující a inkluzivní jazyk. Dávejte pozor na to, jak mluvíte o zdravotním postižení – vyhýbejte se zastaralým nebo urážlivým výrazům. Zeptejte se mladých lidí, jak chtějí, abych se o nich mluvílo. V některých případech dáváme přednost **jazyku zaměřeném na identitu** („postižený člověk“), v jiných je vhodnější **jazyk zaměřený na osobu** („osoba se zdravotním postižením“).

A co je nejdůležitější: uvědomte si své předsudky vůči lidem se zdravotním postižením a snažte se s daným člověkem navázat kontakt.

## 5. Přizpůsobte se situaci a reagujte

Inkluzivní práce s mládeží vyžaduje být otevřený ke změnám. Buďte připraveni:

- Upravte svůj program, pokud někdo potřebuje přestávku.
- Nabídněte alternativní způsoby jak se zúčastnit.
- Nabízejte informace v různých podobách.
- Dejte prostor různým stylům komunikace.

To, co funguje pro jednu skupinu nebo jednotlivce, nemusí fungovat pro jiné. Pohotově reagujte na různé situace a buďte ochotni se učit za pochodu.



*Příklad:* Pokud účastník trpící chronickou únavou potřebuje časté přestávky, upravte harmonogram tak, aby bylo možné udělat přestávku, aniž by to narušilo chod celé skupiny.

## 6. Účast je víc než jen přítomnost

Skutečná inkluze znamená že se mohou mladí lidé **smyslupně zúčastnit**. To přesahuje pouhou fyzickou přítomnost – zahrnuje zajištění toho, aby všichni mladí lidé mohli:

- Vyjádřit své názory.
- Ovlivňovat rozhodnutí.
- Mít možnost přispívat tak, aby to ostatní respektovali a uznávali.

Vytvořte prostor pro různé způsoby zapojení: mluvení, kreslení, pohyb, psaní nebo prostě jen poslech a reflexi.

## 7. Rozmanitost posiluje práci s mládeží

V inkluzivní skupině se propojují různé perspektivy, schopnosti a zkušenosti. Tato rozmanitost je silnou stránkou. Vede k bohatším konverzacím, kreativnějším řešením a většímu pocitu sounáležitosti pro všechny.

## 8. Spolupráce s rodinami a pečujícími

Rodiče, pečovatelé a členové rodiny často hrají důležitou roli při podpoře zapojení mladých lidí. Pozitivní spolupráce s nimi pomáhá budovat důvěru a kontinuitu.

- **Sdílejte jasné a snadno srozumitelné informace** o aktivitách, bezpečnosti a inkluzi.
- **Uznejte jejich roli** tím, že pečující vyzvete, aby se s vámi podělili o užitečné poznatky o potřebách a silných stránkách mladého člověka.



- **Nabídněte orientační nebo informační setkání**, aby rodiny měly klid a jistotu.
- **Respektujte autonomii** tím, že vyvážíte zapojení rodiny s právem mladého člověka dělat vlastní rozhodnutí.
- **Udržujte kontakt** s rodinami pravidelně, ať už krátkými zprávami, fotkami (s jejich souhlasem) nebo telefonickými hovory.



*Tip:* Rodiny, které mají pocit, že jsou informovány a vítány, mají větší ochotu podporovat trvalou účast mladých lidí.

Tyto zásady nejsou seznamem úkolů, které je třeba jednou zaškrtnout – jsou to hodnoty, které je třeba každý den uplatňovat ve své práci. Když se pracovníci s mládeží zaváží k inkluzi, pomáhají budovat společnost, ve které mají možnost všichni mladí lidé – včetně těch se zdravotním postižením – růst, vést a prosperovat.

### 3. Inkluzivní plánování a příprava

Inkluze začíná dlouho před zahájením aktivity. Způsob, jakým **plánujeme, připravujeme se a komunikujeme**, může buď otevřít dveře k účasti, nebo je neúmyslně zavřít. Tato část poskytuje praktické pokyny pro navrhování práce s mládeží, která od samého počátku vítá a podporuje mladé lidi se zdravotním postižením.

#### 1. Zapojte mladé lidi se zdravotním postižením od samého začátku

Plánování by mělo probíhat společně s mladými lidmi se zdravotním postižením, nikoli pouze pro ně. Zapojte je do brainstormingových sezení, přípravných schůzek nebo poradních rolí. Jejich postřehy pomohou rozpoznat překážky, které by ostatní mohli přehlédnout.



*Tip:* Vytvořte poradní skupinu mládeže, která bude zahrnovat i mladé lidi se zdravotním postižením, a pravidelně s nimi konzultujte.

#### 2. Vyberte místa otevřená všem

Při výběru místa konání myslete nejen na bezbariérový přístup. Zvažte také:

- **Bezbariérový přístup** do všech místností.
- **Bezbariérové toalety** a šatny.
- **Dobré osvětlení a akustiku.**
- **Klidné místo** pro přestávku nebo odpočinek od smyslových vjemů.
- Aby se tam dalo **snadno dostat veřejnou dopravou** a byla tam bezbariérová parkovací místa.



*Příklad:* Skupina mladých lidí se chystá sejít v kavárně. Než potvrdí rezervaci, ověří, zda má kavárna bezbariérový vstup, toaletu dostatečně velkou pro vozíčkáře a zda lze ztlumit hudbu na pozadí pro účastníky, kteří jsou citliví na hluk.

*Kontrolní seznamy a nástroje pro hodnocení přístupnosti pomáhají zajistit, aby nic nebylo přehlédnuto.*

#### 3. Připravte inkluzivní komunikaci

Ujistěte se, že jsou vaše pozvánky, formuláře a informace přístupné:

- Používejte **jednoduchý jazyk** nebo **snadno čitelné formáty**.
- Nabízejte materiály v **alternativních formátech** (velký tisk, Braillovo písmo, audio, digitální forma).
- Uveďte jasné pokyny a **kontaktní údaje pro podporu v oblasti přístupnosti**.
- Poskytněte **vizuální pomůcky** nebo obrázky, které pomohou porozumění.



*Tip:* Předem se informujte o specifických potřebách účastníků a následně potvrďte, že všechno bylo zajištěno.

#### 4. Připravte formuláře pro registraci a udělení souhlasu tak, aby je mohl použít každý.

Standardní formuláře mohou být pro některé lidi obtížné pochopit nebo vyplnit. Vytvořte je:

- **Krátce a jasně.**

- **Vizuálně uspořádané** s jasnými nadpisy.
- **K dispozici v několika formátech** (tištěný, digitální, ve snadném čtení).

Zajistěte, aby formuláře pro udělení souhlasu jasně vysvětlovaly, jak budou osobní údaje a fotky použity – a aby účastníci rozuměli svým právům odmítnout.

## 5. Plan for Flexibility

Postižení nemusí být vždy patrné a ne každý se bude cítit na to, aby požádal o nějaké úpravy. Takže:

- Zajistěte **flexibilitu** svého programu tím, že povolíte přestávky, nabídnete volitelné úkoly a použijete různé formáty.
- Připravte se na to, že budete v případě potřeby provádět **úpravy na poslední chvíli**.
- **Připravte si alternativy**, například možnost účasti online nebo individuální schůzky.



*Tip:* Vždy mějte připravený plán, jak reagovat, pokud se účastník cítí přetížený, úzkostný nebo unavený.

## 6. Informujte svůj tým a dobrovolníky

Všichni zúčastnění by měli pochopit význam inkluze. Před aktivitou:

- Poskytněte personálu a dobrovolníkům krátké **školení o přístupnosti**.
- Sdílejte **informace o potřebách účastníků** (s jejich souhlasem).

- Podporujte otevřený, respektující přístup a aktivní podporu.

*Zvažte uspořádání krátkého školení o inkluzivních postupech nebo povědomí o zdravotním postižení.*

## 7. Posouzení rizik s ohledem na inkluzi

Tradiční posuzování rizik často nezohledňuje potřeby spojené s přístupností. Skutečně inkluzivní hodnocení rizik by mělo:

- Identifikovat překážky účasti (nejen fyzická rizika)
- Zahrnout podporu v komunikaci, asistenci při mimořádných situacích a zohlednit senzorycké citlivosti.
- Být aktualizováno ve spolupráci s účastníky nebo s osobami, které je podporují.

Když pracovníci s mládeží integrují inkluzi do všech fází přípravy, ukazují, že všichni mladí lidé – bez ohledu na postižení – jsou nejen vítáni, ale že je s nimi počítáno a jejich přínos je oceňován.



## 4. Inkluzivní vedení aktivit mládeže

Facilitace je místo, kde se inkluze stává skutečností. Je to způsob, jakým mluvíme, jak nasloucháme, jak se přizpůsobujeme dané situaci a jak vytváříme atmosféru ve skupině, ve které se všichni cítí bezpečně a jsou motivováni k účasti. Tato část obsahuje praktické tipy pro realizaci aktivit pro mládež, které zahrnují všechny účastníky, zejména mladé lidi se zdravotním postižením.

### 1. Určete tón inkluze od samého začátku

Od samého začátku vytvářejte skupinovou kulturu, kterou oceňuje:

- **Respekt k odlišnosti.**
- **Aktivní naslouchání.**
- **Možnost volby a autonomie.**
- **Prostředí, kde nesoudíme a povzbuzujeme se.**

Začněte společnou s dohodou skupiny (např. „pravidla místnosti“), na které se podílejí všichni účastníci. Zahrňte body jako „Mluví vždy jen jedna osoba“, „Používejte srozumitelný jazyk“ nebo „Respektujte komunikační styl ostatních“.



*Tip:* K vyjádření klíčových hodnot skupiny použijte vizuální symboly nebo ikony.

### 2. Komunikujte způsobem, který je přístupný všem

Jasná komunikace je přínosná pro všechny – nejen pro lidi s obtížemi v komunikaci.

- **Mluvte zřetelně a plynulým tempem.**

- **Vyhýbejte se žargonu a idiomům.**
- **V případě potřeby používejte jednoduchý nebo snadno srozumitelný jazyk.**
- **Podpořte verbální pokyny vizuálními pomůckami nebo tištěnými materiály.**
- **Poskytněte stručné písemné shrnutí klíčových bodů.**

Pokud je to možné, **poskytněte více možností, jak informace přijímat** (ústně, písemně, vizuálně, hmatově atd.).

### 3. Nabídněte více způsobů, jak se zapojit

Ne každý se cítí pohodlně, když má před skupinou mluvit. Vytvořte prostor pro různé způsoby vyjadřování:

- Slovní diskuze.
- Psaní nebo kreslení.
- Hraní rolí nebo pohyb těla.
- Individuální rozhovory.
- Používání asistenčních technologií nebo komunikačních zařízení.



*Tip:* Vždy dejte účastníkům najevo, že je v pořádku „vynechat“ (a rozhodnout se momentálně nezapojit).



*Příklad:* V diskusi nechte účastníky reagovat pomocí barevných karet (zelená = souhlasím, červená = nesouhlasím), pokud nechtějí mluvit nahlas.

#### 4. Spoluvedení aktivit s lidmi s vlastní zkušeností

Kdykoli je to možné, zapojte do programu **facilitátory se zdravotním postižením**, peer lektory nebo inspirativní osoby s vlastní zkušeností. To podporuje autentičnost a buduje důvěru účastníků.

- Zajistěte, aby spolufacilitátoři měli smysluplné role.
- Vyhněte se symbolickým gestům – podporujte jejich plné zapojení.
- Postarejte se o to, aby lidi měli všechno, co potřebují pro to, aby se mohli zapojit.

#### 5. Řiďte dynamiku skupiny inkluzivním způsobem

Někteří mladí lidé mohou potřebovat více času na zpracování, vyjádření nebo zapojení se. Pro některé mohou být skupinová prostředí příliš náročná.

Pro zajištění inkluzivní dynamiky skupiny:

- Buďte trpěliví a dopřejte **více času na přemýšlení nebo odpověď**.
- Podporujte **střídání se v projevu a při mluvení a jemně usměrňujte** hlasy, které jsou dominantní.
- Pro ty, kterým velké skupiny dělají potíže, využijte práci v **malých skupinách nebo ve dvojicích**.
- Sledujte příznaky úzkosti, strachu nebo uzavřenosti – a diskrétně nabídněte podporu.

#### 6. Zajistěte bezpečné prostředí pro smyslové a emocionální vnímání.

Někteří mladí lidé, zvláště ti s neurodiverzitou nebo duševním onemocněním, mohou být citliví na své okolí.

Zpříjemněte prostor tím, že:

- Nabídnete **tiché zóny** nebo oddělené prostory.
- Povolíme účastníkům používat **sluchátka s potlačením hluku či jiné senzorké pomůcky**.
- Umožníme účastníkům odejít a vrátit se, když je to potřeba.
- V náročných situacích bude možné být v klidu a nereagovat.



*Příklad:* Během dlouhého workshopu připravte koutek se sedacími vaky, tlumeným osvětlením a sluchátky s potlačením hluku, kde si účastníci dají svým smyslům odpočinout.

#### 7. Buďte připraveni přizpůsobit se situaci na místě.

I při nejlepší plánování se mohou vyskytnout neočekávané potřeby. Zůstaňte flexibilní:

- Zeptejte se účastníka, co potřebuje, aniž byste dělali předčasné závěry.
- Buďte transparentní: „Nejsem si jistý, ale pojďme pojďme to zjistit společně.“
- Upravte načasování, úkoly nebo metody tak, aby vyhovovaly energii skupiny. Inkluze neznamená dosáhnout dokonalosti, ale být vnímavý a otevřený.

*Inclusion isn't about getting it perfect - it's about being responsive and open.*

## 8. Oslavujte přínos každého.

Rozpoznávejte různé druhy úspěchu a účasti:

- Účastník, který místo mluvení sdílí kresbu
- Někdo, kdo se rozhodne tiše pozorovat, ale později poskytne zpětnou vazbu.
- Mladý člověk, který se vyjadřuje s podporou vrstevníka.

Oceňujte a oslavujte jedinečný způsob, jakým se každý člověk projevuje.

Facilitace je praxe, která se zlepšuje díky reflexi, zpětné vazbě a pokoře. Když vedeme s empatií, kreativitou a spoluprací, vytváříme prostory, kde se všichni mladí lidé – včetně těch se zdravotním postižením – cítí skutečně začleněni, viděni a vyslyšeni.



## 5. Inkluzivní přístupy pro různé typy aktivit

Mladí lidé se zdravotním postižením se zapojují do práce s mládeží mnoha různými způsoby – do diskusí, kreativních projektů, her, dobrovolnické činnosti, obhajování a dalších aktivit. Každý typ činnosti přináší jedinečné výzvy a příležitosti pro začlenění.

Tato část poskytuje **konkrétní doporučení pro jednotlivé aktivity**, aby inkluze nebyla jen možná, ale stala se přirozenou součástí každodenní práce – tak, aby každý mladý člověk mohl smysluplně přispět, cítil se bezpečně a bavil se.

U každé aktivity se věnujeme tomu, jak přistupovat k:

- Fyzickým, smyslovým, intelektuálním, psychologickým a neurologickým vývojovým potřebám
- Překážkám a jednotlivým úpravám
- Tomu, aby vedení setkání bylo inkluzivní

### 1. Diskuse a debaty

Diskuse a debaty jsou účinnými nástroji pro rozvoj vyjadřovacích schopností, sebevědomí a kritického myšlení. Mohou však také vyloučit ty, kteří čelí komunikačním nebo sensorickým bariérám, pokud nejsou pečlivě upraveny.

#### Klíčové body inkluze:

- Používejte **mikrofon** a zajistěte dobrou akustiku.
- Zaved'te **jasná pravidla pro střídání při mluvení**.
- Poskytněte **vizuální shrnutí** klíčových bodů.
- Podporujte **písemné nebo alternativní vyjádření**.
- Nabídněte více času na přemýšlení a odpovědi.
- Zajistěte, aby se všichni cítili **bezpečně** při vyjadřování.

## 2. Kretivní workshopy.

Tvůrčí činnosti jsou často svou povahou flexibilnější, a proto jsou skvělé pro zapojení všech účastníků. Přesto vyžadují dostupné materiály a různé formy zapojení.

#### Klíčové strategie začleňování:

- Nabídněte **různé pomůcky**, které podporují odlišné motorické schopnosti (např. silnější štětce nebo papír s texturou).
- Používejte **podrobné vizuální návody**.
- Povolte **neverbální vyjádření** (např. koláž, socha, pohyb)
- Zaměřte se na proces spíše než na samotný výsledek
- Nabídněte **klidné prostory s minimem podnětů** pro ty, kteří to potřebují.

## 3. Hry a modelové situace

Hry mohou podporovat týmovou práci, smích a učení – ale ne, pokud se opírají o schopnosti, které někteří účastníci nemají. Vyberte a přizpůsobte hry tak, aby se jich mohl zúčastnit každý, aniž by se cítil ohrožený nebo vyloučený.

#### Klíčové strategie začleňování:

- Volte a přizpůsobujte hry tak, aby neomezovaly účastníky **fyzickými schopnostmi nebo rychlostí**.
- Poskytujte **pravidla v různých formátech** (písemně, vizuálně, ústně).
- Zdůrazňujte **spíše cíle založené na spolupráci než na soutěži**.
- Umožněte, **aby si účastníci mohli nechat věci vysvětlit znovu a rozhodnout se, zda se zapojí**.
- Zajistěte, aby hra byla **bezpečná a nestresující**.

## 4. Dobrovolnické aktivity

Dobrovolnictví rozvíjí odpovědnost, pocit sounáležitosti a sociální dovednosti. Aby bylo dobrovolnictví inkluzivní, měly by být role a úkoly rozmanité a přizpůsobené různým schopnostem a míře energie.

### Klíčové strategie začleňování:

- Nabídněte řadu rolí (fyzických, organizačních, kreativních, digitálních)
- Používejte jednoduché instrukce k úkolům s jasnými cíli
- Poskytněte podporu přímo při práci nebo mentory.
- Umožněte flexibilní načasování a tempo
- Oceňujte přínos všech účastníků způsobem, který je přístupný a respektuje jejich možnosti

## 5. Street Work a neformální setkávání

Tato neformální prostředí mohou být uvolněnější a přístupnější, ale mohou také postrádat strukturu a předvídatelnost, které někteří mladí lidé potřebují.

### Klíčové strategie začleňování:

- Vyberte **fyzicky přístupné a známé lokality**
- Poskytněte **předem jasné informace** (co lze očekávat, kdo tam bude)
- Buďte **trpěliví a otevření netradiční komunikaci**
- Vytvořte atmosféru **bez zbytečného tlaku**
- Pravidelně se informujte u jednotlivých lidí, zda se cítí pohodlně.

## 6. Kampaně a obhajování

Kampaň je prostor, kde mohou mladí lidé vést, inspirovat a ovlivňovat – musí však být přístupná, aby se všichni mohli podílet na utváření sdělení a metod.

### Klíčové strategie začleňování:

- Nabídněte více **způsobů, jak přispět** (např. napsat zprávu, navrhnout plakát, nahrát hlasovou zprávu).
- Vytvořte materiály kampaně v **přístupných formátech** (audio, velká písmena, snadné čtení).
- Zapojte mladé lidi se zdravotním postižením **do plánování a strategie**.
- Zajistěte, aby akce byly **bezbariérové a aby byl každý vítaný a přijatý**.
- Zdůrazněte **posílení kompetencí a bezpečnost**, zejména u rolí směřujících na veřejnost.

Úmyslným přizpůsobením každého typu činnosti překračujeme hranice teoretické inkluze a přecházíme k reálné každodenní praxi. Tento přístup nejen odstraňuje bariéry, ale také otevírá nové formy kreativity, vedení a solidarity v rámci různorodých skupin mládeže.



## 6. Budování inkluzivní kultury

Inkluze není jen o individuálních úpravách – jde o kulturu, kterou vytváříme. Inkluzivní kultura přesahuje jednorázové akce zaměřené na přístupnost; je to trvalý závazek, který formuje hodnoty, chování, vedení a každodenní rozhodnutí v organizacích zabývajících se prací s mládeží.

Vytvoření této kultury vyžaduje vedení ze strany pracovníků s mládeží, aktivní zapojení mladých lidí a společné přesvědčení, že každý patří do společnosti.

### 1. Zakotvíte inkluzi v hodnotách a praxi vaší organizace

Inkluze by měla být **cílená a patrná** ve vaší organizaci v:

- Prohlášení o **poslání a hodnotách**.
- **Interních směrnících a postupech**.
- **Školení zaměstnanců a dobrovolníků**.
- **Ve způsobu, jakým organizace komunikuje navenek a prezentuje se**.

Pokud je inkluze středobodem vaší práce, její prosazování a dlouhodobé udržení je snazší. Doporučujeme vytvořit inkluzivní politiku, která stanoví konkrétní závazky v oblasti přístupnosti, zastoupení a zapojení všech účastníků.

### 2. Jděte příkladem

Tón udávají pracovníci s mládeží. Inkluzivní postoje, jazyk a chování zaměstnanců a dobrovolníků ukazují mladým lidem, co je žádoucí a vítané.

- Vždy používejte **uctivý a inkluzivní jazyk**.
- Přístupujte k učení a přizpůsobování se s otevřeností.

- Bojujte proti diskriminaci a vyloučení, když se s nimi setkáte.
- Otevřeně a často oslavujte rozmanitost.



*Tip:* Sdílejte příběhy, úspěchy a příklady lidí, které odrážejí rozmanitost vašich účastníků – včetně mladých lidí se zdravotním postižením.

### 3. Zajistěte, aby inkluze byla odpovědností všech

Inkluze není úkolem jedné osoby nebo role – musí se o ni podílet celý tým. Každý, od vedení po peer mentory, by měl rozumět své roli při vytváření inkluzivního prostředí.

- Nabízejte pravidelné **diskuse nebo reflexe** na téma inkluze.
- Vytvořte prostor pro zaměstnance a dobrovolníky, aby mohli vyjádřit své obavy nebo se zeptat.
- Podporujte kulturu **společného řešení problémů a učení se**.

### 4. Budujte podporu mezi vrstevníky a vzájemnou pomoc

Vrstevníci hrají významnou roli při utváření pocitu bezpečí a sounáležitosti mladých lidí.

- Podporujte **vzájemnou pomoc mezi mladými lidmi**.
- Podporujte **spojenectví** – povzbuzujte účastníky bez postižení, aby byli inkluzivními přáteli a obhájci.
- Řešte šikanu nebo vyloučení co nejdříve a přímo.



*Tip:* Do pravidelných diskusí s mládeží zařadte témata jako empatie, přístupnost a sociální spravedlnost.

## 5. Dbejte na zastoupení a viditelnost všech skupin

Mladí lidé se cítí více začlenění, pokud vidí, že jsou zastoupeni lidé jim podobní.

- Zahrňte mladé lidi se zdravotním postižením **do vedení, facilitace a rozhodovacích procesů.**
- Používejte obrázky a materiály, které **odrážejí širokou škálu tělesných a duševních dispozic a identit.**
- Dbejte na to, aby zdravotní postižení nebylo prezentováno jako „problém, který je třeba vyřešit“, ale jako **cenná součást lidské rozmanitosti.**

## 6. Vytvořte prostředí, které je fyzicky a sociálně přívětivé

Prostor může být fyzicky přístupný, ale přesto může působit emocionálně nebo sociálně exkluzivně. Vytvářejte prostředí, kde se všichni cítí vítáni:

- Používejte v nápisech a materiálech **vřelý a inkluzivní jazyk.**
- Nabízejte **možnosti klidu, odpočinku nebo rozjímání.**
- Umožněte **účast podle vlastních možností**, bez obav z hodnocení.
- Nekladte přílišný důraz na to, co je považováno za „normální“, a nenuťte ostatní, aby se přizpůsobili.

## 7. Veřejně oslavujte inkluzi

Vyzdvihněte inkluzivní úspěchy a okamžiky:

- Oslavte přínos účastníků se zdravotním postižením.
- Sdílejte příklady inkluzivní praxe na sociálních médiích.
- Spojte se s organizacemi vedenými osobami se zdravotním postižením při veřejných akcích.

Vyzdvihněte inkluzivní úspěchy a okamžiky:

Inkluzivní kultura se nevybuduje přes noc – roste díky reflexi, vztahům a závazku. Když se však inkluze stane součástí identity vaší organizace, vytvoří trvalý dopad pro všechny mladé lidi – a vysílá silný vzkaz: záleží na vás, jste vítáni a patříte sem.



## 7. Školení a podpora pro pracovníky s mládeží

Pracovníci s mládeží jsou jádrem inkluzivní praxe – a potřebují správnou podporu, aby mohli svou práci dělat dobře. Mnohé zkušenosti s vyloučením nejsou výsledkem zlých úmyslů, ale **nedostatku znalostí, sebevědomí nebo přístupu ke školení.**

Tato část popisuje, jak mohou organizace podporovat pracovníky s mládeží při rozvoji dovedností, postojů a zdrojů, které potřebují k smysluplnému zapojení mladých lidí se zdravotním postižením.

### 1. Uznání inkluze jako klíčové kompetence

Inkluzivní praxe není bonusovou dovedností – je to **základní odpovědnost.** Pracovníci s mládeží by měli být podporováni v rozvoji kompetencí v následujících oblastech:

- Porozumění různým typům zdravotního postižení
- Inkluzivní a přístupné komunikace
- Úprava metod a prostředí
- Rozpoznávání a boj proti diskriminaci na základě zdravotního postižení
- Spolupráce s mladými lidmi se zdravotním postižením



*Tip:* Zařadte inkluzi osob se zdravotním postižením do popisů pracovních pozic, procesů zaškolování a plánů profesního rozvoje.

### 2. Poskytujte příležitosti k průběžnému vzdělávání

Školení by nemělo být jednorázovou záležitostí. Nabízejte rozmanité a průběžné příležitosti k učení:

- **Workshopy a semináře** o zdravotním postižení, přístupnosti, inkluzivním jazyce adaptivním vedení skupin

- **Kruhy vzájemného učení**, ve kterých zaměstnanci sdílejí své zkušenosti s reálnými výzvami a úspěchy.
- **Mentorské programy**, v nichž jsou méně zkušení pracovníci s mládeží propojováni s odborníky na inkluzi
- **Online vzdělávání** (videa, články, případové studie) pro flexibilní přístup

Vytvořte prostor pro učení se z chyb – a ze zkušeností zdravotně postižených kolegů a mladých lidí.

### 3. Školení pro školitele a kaskádové modely

Použijte přístup „**školení školitelů**“, aby se znalosti šířily po celé vaší organizaci. Jeden nebo více členů týmu může:

- Absolvovat specializované školení.
- Přizpůsobit je místním podmínkám.
- Organizovat krátká setkání pro své kolegy.

Tím se budují vnitřní odborné znalosti a inkluze se stává součástí DNA vaší organizace.

### 4. Vytvářejte bezpečné místo pro reflexi a sdílení zkušeností zaměstnanců

Práce v oblasti inkluze může vyvolávat složité otázky – včetně obav z toho, že se něco pokazí. Vytvořte **bezpečné prostředí, kde nebude nikdo souzen**, a kde budou mít pracovníci s mládeží možnost:

- Otevřeně sdílet výzvy
- Zamýšlet se nad svými postoji a chováním
- Klást otázky bez rozpaků
- Podporovat se navzájem v inkluzivní praxi

## 5. Používejte inkluzivní metody výuky

Zajistěte, aby vaše interní školení byla sama o sobě přístupná a inkluzivní:

- Používejte kombinaci různých formátů (vizuální, mluvené, písemné, praktické).
- Nechte účastníkům čas na přestávky a tiché zamyšlení.
- Sdílejte materiály předem a v přístupných formátech.
- Pokud je to možné, školte společně s lidmi se zdravotním postižením.

*To, jak školíte, je stejně důležité jako to, co školíte.*

## 6. Mějte přehled o tom, kde najít pomoc.

Ani zkušení pracovníci s mládeží nemohou vědět všechno. Pomozte zaměstnancům zjistit, kam se obrátit, když potřebují podporu:

- Navazujte vztahy s **organizacemi pro osoby se zdravotním postižením nebo poradními orgány**.
- Ved'te si seznam **konzultantů nebo tlumočnicků v oblasti přístupnosti**.
- Vytvořte interní **knihovnu nástrojů**, šablon a kontrolních seznamů.
- Vytvářejte prostředí, kde si členové týmu vzájemně pomáhají.

*Inkluze je kolektivní úsilí, nikoli individuální břemeno.*

## 7. Oslavujte a uznávejte inkluzivní postupy

Oceňujte, když pracovníci s mládeží podnikají kroky k zapojení ostatních:

- Sdílejte příběhy o úspěchu na týmových schůzkách.
- Vytvořte v newsletterech rubriku „Inkluzivní příběhy“.
- Nominujte inkluzivní týmy nebo jednotlivce na ocenění.

Uznání posiluje myšlenku že inkluze je důležitá a zasluhuje si uznání.

Když pracovníci s mládeží cítí podporu, sebevědomí a schopnost, vytvářejí pro mladé lidi se zdravotním postižením silné prostředí, kde se cítí být součástí kolektivu. Školení není jen o dovednostech – jde o budování týmové kultury, kde tým aktivně sdílí, očekává a oslavuje inkluzi.



## 8. Monitorování, zpětná vazba a průběžné zlepšování

Inkluze není pevně daný cíl – je to **nepřetržitý proces reflexe a přizpůsobování**. I dobře navržené aktivity mohou neúmyslně někoho vyloučit a dokonce i zkušení pracovníci s mládeží mohou přehlédnout překážky. Proto je nezbytné **pravidelné monitorování a upřímná zpětná vazba**.

Tato část nabízí praktické rady, jak vyhodnotit vaši inkluzivní praxi a jak ji zlepšit na základě skutečných podnětů – zejména od samotných mladých lidí se zdravotním postižením.

### 1. Definujte, jak vypadá inkluze ve vašem kontextu

Začněte tím, že se dohodnete, jak má úspěch vypadat. Inkluzivní praxi lze měřit mnoha způsoby.

- Mají všichni mladí lidé **přístup** k této aktivitě?
- **Aktivně se účastní**, nebo jsou jen přítomni?
- Cítí se **bezpečně, respektováni a vyslyšeni**?
- Jsou jim poskytovány úpravy bez prodlení a stigmatizace?
- Je na jejich **zpětnou vazbu reagováno**?

Vytvořte si vlastní sadu ukazatelů inkluze, které budou vhodné pro váš program, a zahrňte do nich jak kvantitativní (počty, docházka), tak kvalitativní (pocity, zkušenosti) měřítka.

### 2. Používejte více metod zpětné vazby

Mladí lidé se zdravotním postižením se mohou vyjadřovat různými způsoby. Nabídněte jim **řadu nástrojů pro zpětnou vazbu**, například:

- Anonymní písemné nebo vizuální průzkumy.
- Individuální rozhovory.
- Formuláře pro zpětnou vazbu v jednoduchém formátu.

- Zpětnou vazbu prostřednictvím kreseb, symbolů nebo emoji stupnic
- Skupinové diskuse nebo kruhy pro zpětnou vazbu
- Audio nebo video reflexe



*Tip: Ask for feedback more than once - after a session, at the end of a programme, and after changes have been made.*

### 3. Aktivně zapojte účastníky do hodnocení

Zpětná vazba by neměla být jednostranná – měla by být součástí dialogu. Zapojte mladé lidi (zejména ty se zdravotním postižením) do:

- navrhování nástrojů pro zpětnou vazbu.
- analýzy výsledků.
- identifikace toho, co fungovalo a co ne.
- společného vypracování zlepšení.

„Co byste příště udělali jinak?“ je silná úvodní otázka.

### 4. Shromažďujte zpětnou vazbu od rodin a podpůrných osob (je-li to vhodné)

V některých případech, zejména při práci s mladšími účastníky nebo účastníky s komplexními potřebami, mohou rodiny nebo podpůrné osoby poskytnout cenné informace o tom:

- Co pomohlo nebo bránilo účasti.
- Zda byla komunikace účinná.
- Jak se mladý člověk cítil po setkáních.

Vždy upřednostňujte **názor mladého člověka**, ale nezanedbávejte ani názory těch, kteří ho podporují.

## 5. Využijte zpětnou vazbu k dosažení skutečné změny

Zpětná vazba má smysl pouze tehdy, když vede k činu. Zahrňte ji do pravidelného procesu:

1. Shromážděte zpětnou vazbu.
2. Projednejte ji s týmem.
3. Rozhodněte o úpravách.
4. Komunikujte, co se změnilo.
5. Po změně znovu vyhodnoťte situaci

Dejte účastníkům vědět: „Vyslyšeli jsme vás – a zde je to, co uděláme příště jinak.“

## 6. Reflektujte jako tým

Pravidelné reflexe pomáhají začlenit inkluzi do vaší kultury. Využijte týmové schůzky k prozkoumání:

- Co se podařilo a proč.
- Jaké výzvy se objevily.
- Jakou podporu zaměstnanci potřebovali.
- Jaké poučení z toho lze vyvodit.

Vytvořte bezpečný prostor pro upřímnost, ne pro obviňování – inkluze je společná cesta učení.

## 7. Sledujte pokrok v průběhu času

Zaznamenejte si někam:

- Míru účasti mladých lidí se zdravotním postižením.
- Provedené úpravy.

- Absolvované školení zaměstnanců.
- Témata zpětné vazby.
- Provedené změny.

Toto umožňuje lépe ukázat, že dochází k posunu kupředu – a také zdůvodnit, proč dál vkládat prostředky do podpory inkluze.

## 8. Sdílejte znalosti mimo vaši organizaci

To, co se naučíte, může být prospěšné i pro ostatní. Podělte se o své inkluzivní postupy:

- V sítích nebo newsletterech.
- S partnery nebo školami.
- Na akcích nebo konferencích zaměřených na práci s mládeží
- Na vašem webu nebo sociálních médiích (s povolením).

Inkluze je silnější, když se sdílí znalosti.

Monitorování inkluze není o dokonalosti – jde o naslouchání, učení se a neustálé zlepšování. Když mladí lidé vidí, že jejich zpětná vazba vede ke skutečným změnám, vědí, že jejich hlasy mají skutečně význam.



## 9. Přílohy a praktické nástroje

Tato závěrečná část zahrnuje hotové nástroje, šablony a zdroje, které pomáhají pracovníkům s mládeží uvádět inkluzivní principy do praxe. Tyto přílohy lze přizpůsobit stylu vaší organizace, jejím aktivitám a potřebám mladých lidí, se kterými pracujete.



### 9.1. Kontrolní seznam pro plánování inkluzivních aktivit

Krátký seznam pro snadné ověření, že inkluze je brána v úvahu od samého začátku.

- Zapojil jsem do plánování mladé lidi se zdravotním postižením?
- Je místo konání fyzicky přístupné (vchod, toalety, uspořádání prostoru)?
- Připravil jsem materiály v přístupných formátech (např. srozumitelným jazykem, velkým písmem)?
- Zeptal jsem se účastníků na jejich potřeby v oblasti přístupnosti a následně jsem je vyřešil?
- Jsou mé aktivity přizpůsobitelné různým potřebám v oblasti komunikace a mobility?
- Zahrnul jsem do programu flexibilitu a možnost volby?
- Rozumí zaměstnanci/dobrovolníci tomu, jak podporovat inkluzi?
- Zohlednil jsem emocionální a sensorickou bezpečnost?
- Je proces hodnocení inkluzivní a přístupný?

*Tento kontrolní seznam použijte během plánovacích schůzek týmu nebo při navrhování aktivit.*

## 9.2. Šablona auditu přístupnosti

Pomocí této šablony můžete posoudit, nakolik je vaše místo konání nebo akce inkluzivní.

### Oblasti k posouzení:

- Vchod a parkoviště – je k dispozici dostatek parkovacích míst v blízkosti vchodu? Je samotný vchod bezbariérový?
- Cesty a chodby – jsou všechny cesty fyzicky přístupné (šířka, povrch) a jasně označené (značení)?
- Toalety a hygienická zařízení – je k dispozici dostatek zařízení, která nabízejí prostor pro vozíčkáře? Jsou toalety v blízkosti všech hlavních prostor, kde se aktivita odehrává?
- Osvětlení, zvuk a teplota – je kvalita zvuku a osvětlení dobrá, aby se lidé se sluchovým nebo zrakovým postižením mohli plně účastnit? Lze osvětlení, zvuk a teplotu snadno nastavit, aby nedocházelo k nadměrné stimulaci?
- Místa k sezení a odpočinku – je k dispozici dostatek míst k sezení pro všechny účastníky? Jsou k dispozici prostory, kde si lidé mohou odpočinout? (např. tiché prostory)
- Postupy v případě nouze – jsou zavedeny postupy v případě nouze, které zohledňují různé potřeby účastníků v oblasti mobility a komunikace?
- Orientační systém a značení (piktogramy, snadno čitelné nápisy) – je veškeré značení přístupné pro osoby s různými druhy postižení? Jsou k dispozici možnosti s piktogramy nebo snadno čitelnými nápisy?
- Přístup k informacím – jsou všechny důležité informace k dispozici v různých formách, např. tištěné, mluvené, digitální?
- Informovanost a připravenost personálu – je veškerý personál informován o zavedených inkluzivních postupech a připraven se přizpůsobit konkrétním potřebám v daném okamžiku?

Zvažte provedení auditu s mladými lidmi se zdravotním postižením.

## 9.3. Formulář pro registraci a souhlas (vzor)

Zahrňte:

- Srozumitelné vysvětlení činnosti.
- Nezapomeňte uvést jasné kontaktní údaje pro pomoc s přístupem.
- Prostor pro popis konkrétních potřeb (např. mobilita, komunikace, zdravotní stav).
- Flexibilní možnosti udělení souhlasu (např. písemně, ústně, obrazově).
- Jasné vysvětlení použití údajů/fotografií a práva na odmítnutí.

*Tento formulář nabízejte v tištěné i digitální podobě a v případě potřeby také ve snadném čtení.*

## 9.4. Formulář pro zpětnou vazbu (verze ve snadném čtení)

**Příklad formátu:**

**Líbila se vám tato aktivita?**

[😊 Ano] [😐 Bylo to v pořádku] [😞 Ne]

**Co bylo dobré?**

(Prázdňé místo nebo výběr obrázků)

**Co by se dalo příště vylepšit?**

(Prázdňé místo nebo symboly)

**Chcete něco podobného zopakovat?**

[Ano] [Ne] [Nejsem si jistý]



*Tip: Podporujte používání obrázků, samolepek nebo nahraných odpovědí pro ty, kteří neumí psát.*

## 9.5. Slovník klíčových pojmů

Definice	pojmu
Ableismus	Diskriminace nebo předsudky vůči osobám se zdravotním postižením
Přístupnost	Vytváření prostředí, informací a aktivit tak, aby je všichni mohli využívat rovnocenně.
Inkluze/ Začlenění	Vytváření prostorů, kde se všichni cítí vítáni, respektováni a podporováni k účasti.
Neurodivergentní	Popisuje lidi, jejichž mozek funguje jinak než „typický“ mozek – např. autisté, lidé s ADHD.
Přiměřené úpravy nebo opatření	Úpravy nebo změny provedené za účelem odstranění překážek, aby se osoby se zdravotním postižením mohly rovnocenně účastnit. Jedná se o praktická individuální řešení – například zajištění tlumočnicka znakového jazyka, poskytnutí dodatečného času na dokončení úkolu nebo přeskupení nábytku pro přístup vozíčkářů. Neznamenají snížení standardů, ale zajišťují spravedlnost a rovné příležitosti.

Definice	pojmu
Univerzální design	Navrhovat věci od samého začátku tak, aby je mohlo používat co nejvíce lidí.
Práce s mládeží	Práce s mládeží je široký pojem, který zahrnuje celou řadu aktivit sociálního, kulturního, vzdělávacího, environmentálního a/nebo politického charakteru, které jsou realizovány mladými lidmi, s mladými lidmi a pro mladé lidi, ve skupinách nebo individuálně. Práce s mládeží je poskytována placenými a dobrovolnými pracovníky s mládeží a je založena na neformálních a informálních vzdělávacích procesech zaměřených na mladé lidi a na dobrovolnou účast. Práce s mládeží je v podstatě sociální praxe, která spočívá v práci s mladými lidmi a společnostmi, v nichž žijí, a usnadňuje aktivní účast a začlenění mladých lidí do jejich komunit a do rozhodování. (podle Rady Evropy)

## 9.6. Seznam užitečných organizací a zdrojů

- Národní rada osob se zdravotním postižením ČR (NRZP ČR): <https://nrzp.cz/>
- Ombudsman. Veřejný ochránce práv: <https://www.ochrance.cz/>
- Česká rada dětí a mládeže (ČRDM): <https://crdm.cz/>
- SKAUT: <https://www.skaut.cz/>
- Salesiánské kluby mládeže: <https://www.skm.cz/>
- Hnutí Brontosaurus: <https://brontosaurus.cz/>
- INEX SDA. Sdružení dobrovolných aktivit: <https://www.inexsda.cz/>
- Charita Česká republika: <https://www.charita.cz/>
- Diakonie ČCE: <https://diakonie.cz/>
- Sjednocená organizace nevidomých a slabozrakých České republiky, zapsaný spolek: <https://www.sons.cz/>
- Svaz neslyšících a nedoslýchavých osob v ČR (SNN v ČR): <https://snn-cr.cz/>



- Česká unie neslyšících, z.ú.: <https://www.cun.cz/>
- Tichá linka. Tlumočení znakového jazyka. Přepis mluvené řeči: <https://www.tichalinka.cz/>
- Rytmus – od klienta k občanovi, z.ú. (organizace pomáhající lidem s převážně mentálním postižením a autismem žít běžný život): <https://rytmus.org/>
- Společnost pro podporu lidí s mentálním postižením v České republice, z.s.: <https://www.spmpr.cz/>
- Asistence, o.p.s. (poskytuje služby lidem s tělesným a kombinovaným postižením): <https://www.asistence.org/>
- Fokus (organizace pomáhající lidem se zkušeností s duševním onemocněním): <https://fokus-praha.cz/>
- NAUTIS. Národní ústav pro autismus, z.ú. (organizace podporující lidi s autismem): <https://www.nautis.cz/>
- Asociace debatních klubů, z.s.: <https://debatovani.cz/>

Díky těmto praktickým nástrojům je inkluze nejen žádoucí, ale i proveditelná. Neváhejte je přizpůsobovat, rozšiřovat nebo společně s mladými lidmi vytvářet nástroje nové – a sdílejte je s dalšími organizacemi ve vaší síti.



**2025**