

Recreación para todos

Creación de un camino para un sistema de recreación inclusivo para los habitantes de Filadelfia de todas las capacidades.

Descripción general del Plan de inclusión de parques y recreación

El acceso a la recreación es fundamental en la vida de los residentes.

El objetivo de Parques y recreación de Filadelfia es brindar a todos los residentes de Filadelfia acceso a programas e instalaciones de recreación de alta calidad. Para los residentes con discapacidades, eso significa programas inclusivos y adaptados disponibles en toda la ciudad.

Carta de la comisionada

Estimados residentes:

Los centros de recreación de Filadelfia son espacios familiares donde los residentes se reúnen para aprender, jugar

y crecer. Son sitios en el vecindario en los que se desarrollan nuevas amistades y

donde las comunidades crecen más fuertes. En el caso de los residentes con discapacidades físicas o neurodivergencia,

ser recibidos en las instalaciones de recreación y las amables comunidades desarrolladas dentro de sus paredes

es especialmente vital.

Es por esto que Parques y recreación de Filadelfia (PPR) comenzó a explorar qué más podría servir mejor a los residentes con todo tipo de habilidades. Sabemos que todos los filadelfinos se benefician con oportunidades inclusivas y agradables en sus vecindarios y están comprometidos a brindarles esa oportunidad a los residentes con todo tipo de discapacidades.

Comenzó hace tres años como un grupo de padres comprometidos, líderes de recreación y defensores que se reunían para compartir experiencias y explorar formas para lograr que los centros de recreación del vecindario de Filadelfia fueran más inclusivos. En la actualidad, esa visión se refleja en Recreación para todos, nuestro plan de acción para integrar prácticas de diseño inclusivas en todos los sitios de Parques y recreación de Filadelfia.

Liderado por expertos de confianza de Carousel Connections, LLC, y con el apoyo de socios como The Special Olympics of Pennsylvania, Jefferson Center for Autism and Neuro-diversity y la Comisión de Discapacidades de la Alcaldía, el trayecto trazado en este plan nos ayudará a asegurarnos de que todos los residentes puedan formar parte de nuestros programas y tengan la oportunidad de convertirse en una parte valiosa e importante de la comunidad de recreación.

Atentamente.

Kathryn Ott Lovell

Introducción

Parques y recreación de Filadelfia (PPR) tiene como objetivo proporcionarles a todos los filadelfinos acceso a parques, instalaciones de recreación y programas de alta calidad. En el caso de los residentes con discapacidades físicas y neurodivergencia, eso significa dejar a disposición programas inclusivos y adaptados en toda la ciudad. Para PPR, hacer este trabajo con integridad significa incorporar la voz de los miembros de la comunidad, el personal, los socios de confianza y los expertos en el campo.

Desde julio de 2020 a junio de 2021, el personal de PPR convocó a Carousel Connections, LLC (experto local en inclusión) como líder de proyecto y se asoció con Special Olympics of Pennsylvania, el Jefferson Center for Autism and Neuro-diversity y la Comisión de Discapacidades de la Alcaldía para lo siguiente:

- Iniciar conversaciones con los socios y partes interesadas de la comunidad
- Elaborar capacitaciones de personal sobre las estrategias y los programas inclusivos.
- Crear un inventario integral donde se incluyan los recursos y los proyectos “viables” en los sitios piloto que se puedan replicar en todo el sistema de PPR.

El resultado de este trabajo es una serie de recomendaciones y recursos para crear servicios inclusivos en todos los vecindarios. El plan de acción de Recreación para todos es una hoja de ruta para lograr que nuestros centros de recreación sean más aptos para las personas con discapacidades y para garantizar que se las considere miembros valiosos y colaboradores en nuestros programas y espacios.

Resumen ejecutivo

Qué

La principal misión de PPR es brindar experiencias enriquecedoras a todos. Este objetivo se concreta en los centros de recreación de cada vecindario. Estos funcionan como centros donde las personas se reúnen. Son lugares de seguridad física y emocional donde las personas pueden mejorar su salud y sus relaciones con los demás.

Por qué

El plan Recreación para todos observó cómo PPR, su comunidad y los socios profesionales podían hacer lo siguiente:

- Aumentar la cantidad y calidad de programas accesibles.
- Garantizar que los planes de accesibilidad física reflejen las necesidades de los usuarios.
- Promover relaciones positivas e inclusivas.

El proyecto observó que había formas en que PPR podía fortalecer a sus comunidades. Las comunidades se vuelven más fuertes cuando todos los miembros tienen la oportunidad de lo siguiente:

- Relacionarse con los demás.
- Desarrollar confianza.
- Formar parte de actividades que impliquen la mente y el cuerpo.

Resumen ejecutivo

Quién

Los miembros de la comunidad, los expertos locales y nacionales y el personal de PPR aportaron en la elaboración de este plan. El objetivo fue ayudar a los parques y sitios de recreación a:

- Volverse más inclusivos y crear una verdadera pertenencia en todos los centros.
- Promover la programación para todas las edades y habilidades.
- Identificar a los recursos para los miembros de la comunidad y los líderes de recreación.
- Brindar una capacitación de alta calidad en diseño universal para el personal de recreación.

Cómo

PPR coordinó con un equipo de asesoramiento liderado por Carousel Connections para lo siguiente:

- Investigar sobre las mejores prácticas nacionales.
- Explorar recursos y las necesidades de los vecindarios y de los miembros de la comunidad individuales en las conversaciones con la comunidad.
- Crear un proceso de capacitación.
- Dirigir programas y espacios a los que todos los usuarios puedan acceder y que a estos les resulten de utilidad.
- Promover las relaciones de las asociaciones en la red de la ciudad.

El plan

A largo plazo, este plan tiene como fin hacer que los centros de recreación sean lugares aptos para las personas con discapacidades y neurodivergentes.

El plan tiene como fin lo siguiente:

- Pasar de un modelo de separación a uno de inclusión.
- Mejorar la capacidad y la conexión en el sistema de PPR.
- Brindar un servicio óptimo a todos.
- Respaldar los programas y los servicios para todos en todos los vecindarios.

Durante el proceso de planificación se exploraron muchos temas complejos. Entre estos estaban la injusticia, la dignidad de oportunidades, las relaciones y la comunidad. El trabajo culminó con la creación de algunas de las mejores prácticas de inclusión personalizadas para los residentes de Filadelfia y nuestro entorno de recreación.

Línea de tiempo del plan de inclusión

Principios de 2019

PPR establece un grupo de trabajo de inclusión que tiene la tarea de procurar la inclusión en los programas, el personal y otras áreas.

- Busca que los programas de PPR sean más relevantes e innovadores para las personas con discapacidades.
- Se visitaron sitios de PPR en toda la ciudad y se participó en la comunidad.
- Se desarrolló un proyecto de empleo piloto para los adultos jóvenes neurodivergentes. Esto generó nuevos trabajos en los centros de recreación con tareas aptas según el desarrollo.
- Se evaluaron las necesidades del personal y se crearon planes de trabajo específicos del sitio.
- Se crearon nuevos programas y eventos (por ejemplo, patinaje inclusivo).
- Se brindaron recursos y capacitaciones sobre inclusión a la Recreation Leaders Academy.
- Se capacitó a 200 instructores especializados en recreación (RSI) empleados en los campamentos de verano.

Otoño de 2019

PPR lleva a cabo la primera Cumbre de Inclusión.

La Cumbre:

- Brindó oportunidades para obtener información y compartir recursos.
- Recibió a 150 miembros del personal de PPR y socios.
- Incluyó sesiones sobre cómo crear centros de recreación inclusivos.
- Brindó herramientas para la inclusión.

2020

- PPR emite un RFP para un plan de inclusión.
- Se elige a Carousel Connections para que lidere el trabajo de inclusión. Los objetivos de este plan son los siguientes:
 - Trabajar con PPR y sus partes interesadas para desarrollar un enfoque de todo el sistema para los programas inclusivos.
 - Estudiar las últimas investigaciones y mejores prácticas para elaborar un plan y acciones para servirles a los residentes de todas las habilidades.

Visión: Crear un sistema inclusivo de parques y recreación donde las personas con diferentes habilidades realmente se sientan que pertenecen

¿Qué es la inclusión?

¿Cómo PPR debería considerarla y aplicarla a la recreación?

La **inclusión** significa ser recibido en la comunidad tal como es. Se trata de formar parte de un “todo”.

La **pertenencia** es lo que sucede más allá de la inclusión. Se trata de ser un miembro valioso y colaborador de la comunidad. La inclusión y la pertenencia verdaderas no suceden simplemente presionando un botón o asistiendo a una capacitación. Para que haya inclusión y pertenencia verdaderas se necesita un cambio social y cultural.

Para ayudarles a las personas a pasar de la inclusión a la pertenencia, debemos:

- Pensar creativamente.
- Actuar con empatía.
- Escuchar y aprender.
- Establecer confianza y comprender.
- Compartir experiencias emocionales.
- Realizar adaptaciones físicas y sociales sobre la base de los conocimientos y la empatía.
- Desarrollar relaciones respetuosas y de apoyo con programas, centros de recreación, nuestro sistema y la ciudad.

Para lograr la pertenencia también se necesita una red de relaciones interdependientes y conectadas.

La **interdependencia** permite crear relaciones sólidas. Estas relaciones se basan en dar y recibir. Conducen a la aceptación, al respeto y a la reciprocidad. Y hacen que la comunidad sea más fuerte.

La inclusión social significa que cada persona forme parte de la sociedad. Se trata de una comunidad a la que le importan sus miembros, los hace sentir bienvenidos y está dispuesta a adaptarse a sus diversas necesidades.

(Marino-Francis y WorrallDavies, 2010)

CÓMO LLEVARLO A CABO: Adoptar una mentalidad de diseño inclusiva

Los espacios de parques y recreación de la ciudad son una oportunidad única. En estos, las personas de diversas realidades económicas juegan, se ejercitan y se relacionan. Pero las personas con discapacidades o neurodivergencia no siempre pueden formar parte de estas oportunidades. Una verdadera inclusión y un diseño universal pueden hacer que estos espacios sean más accesibles a nivel social. Estas mejoras no se realizan a costas de otros. En cambio, pueden mejorar la experiencia de todos.

Las rampas en las aceras y las puertas automáticas son un ejemplo de esto. Los diseñadores las crearon para las personas con discapacidades. Pero todos se benefician: quienes llevan una carriola, los adultos mayores y las personas que hacen entregas.

Asimismo, el diseño puede ayudar a las personas con necesidades sensoriales. Algunas personas con el trastorno del espectro autista son más sensibles a los estímulos que causan distracciones. Algunos de estos son los ruidos, los sonidos y las luces. Los entornos estructurados reducen estas distracciones para quienes:

- Son propensos a la ansiedad.
- Se sienten agobiados por los estímulos excesivos.
- Necesitan espacios solitarios para un retiro mental o un "descanso de pensar" (DO-IT, 2019).

Los espacios bien diseñados son accesibles, utilizables e inclusivos. Podemos maximizar el valor de los espacios públicos, respaldar la seguridad pública y beneficiar a los usuarios mediante lo siguiente:

- Trabajar con poblaciones neurodiversas.
- Seguir un claro conjunto de principios de diseño. (Fossi, 2020).

Esto es más que simplemente hacer que un sitio sea "accesible". Esto es un diseño inclusivo.

Declaración de compromiso para prácticas inclusivas

PPR:

- Empleará a personas diversas físicamente y neurodivergentes.
- Centrará las tareas del personal y los voluntarios en la contribución, el desarrollo de habilidades y la reciprocidad.
- Defenderá e impulsará los recursos para que respalden nuestros parques y espacios de recreación para cumplir con las normas de la ADA.
- Creará programas y experiencias para una población diversa.
- Buscará los aportes de miembros de la comunidad diversos físicamente y neurodivergentes.
- Creará espacios donde las personas se sientan seguras y sientan que pertenecen.
- Promoverá las prácticas de atención de traumas en las experiencias y conversaciones diarias.
- Desarrollará asociaciones comunitarias que promuevan el compartir recursos.
- Reconocerá que hay muchas partes interesadas involucradas en las prácticas inclusivas.
- Educará y capacitará a todo el personal en la creación de entornos de inclusión.
- Abordará cualquier caso de discriminación o prejuicio.

Plan de acción

Los pasos de acción del plan están divididos en cinco temas principales:

Aprender y explorar

Capacitación y recursos

Crear y mejorar

Revisar y analizar

Comunicar

Aprender y explorar

Continuar explorando los activos y las barreras para la inclusión en todo el sistema.

- Crear un Comité de Inclusión que conste de los siguientes miembros:
 - Director de inclusión
 - Defensores que identifiquen que tienen una discapacidad
 - Líderes de recreación que demuestren liderazgo en prácticas inclusivas
 - Profesionales externos interesados en el proceso
- Tener reuniones trimestrales con las partes interesadas de la comunidad y los socios para revisar el plan de acción y los próximos pasos.
- Tener reuniones del equipo mensualmente con la administración de PPR, los subcontratistas y los colaboradores y con el Comité de Inclusión.

Aprender y crecer con las ciudades asociadas.

- Establar conversaciones anuales con los líderes en las ciudades asociadas.
- Coordinar con la iniciativa de Parques para la Inclusión de la Asociación Nacional de Recreación y Parques.

Explorar las fuentes externas de financiamiento para respaldar el trabajo.

- Investigar sobre los recursos de desarrollo y financiamiento.
- Crear asociaciones con fundaciones y socios sin fines de lucro para desarrollar programas colaborativos y oportunidades de subvenciones.

Capacitación y recursos

Seguir brindando capacitaciones a todo el personal de los proveedores (el personal de PPR y otros profesionales que van a los “espacios” de PPR), lo que incluye materiales de “incorporación” para los empleados nuevos y un continuo aprendizaje dinámico.

- Llevar a cabo revisiones trimestrales y un proceso de revisión de los materiales de incorporación para los líderes de recreación.
- Realizar capacitaciones mensuales para el personal de PPR basadas en el plan de capacitación anual. Adaptar los temas a las necesidades actuales.
- Brindar al personal los recursos y la capacitación necesarios para que desarrolle un vocabulario inclusivo.
- Agregar un recurso semanal que esté disponible para los líderes del sitio en una “comunicación compartida”.

Crear una colección de materiales y recursos organizados de herramientas de inclusión (“compendio”).

- Coordinar proporcionarles a las bibliotecas literatura diversa, artículos de investigación de narrativas sociales y protocolos y herramientas sensoriales.
- Crear una biblioteca rotativa de libros y equipos sensoriales en cada distrito del programa.
- Desarrollar y compartir una guía de recursos del personal.

Crear y mejorar

Desarrollar y ofrecer oportunidades de programas inclusivos y demostrar la pertenencia.

- Capacitar a los nuevos centros de recreación sobre los materiales y recursos inclusivos y entablar conversaciones con la comunidad en los vecindarios.
- Contratar embajadores de inclusión para que respalden los programas inclusivos en los centros de recreación.

Explorar las iniciativas de desarrollo del personal colaborando con otras partes interesadas de la comunidad.

- Seguir contratando personas con discapacidades y neurodivergentes en el sistema de PPR, con la posibilidad de un programa piloto que capacite a los individuos para obtener puestos de tiempo completo.
- Llevar a cabo reuniones trimestrales con la Oficina Regional de Rehabilitación Vocacional y la Oficina de Programas de Desarrollo para explorar las oportunidades de pasantías y otras posibilidades.
- Explorar nuevas asociaciones con diferentes organizaciones para ampliar la disponibilidad de las oportunidades de desarrollo del personal.

Revisar y analizar

Continuar revisando y analizando las prácticas de PPR relacionadas con las prácticas de atención de traumas e inclusivas.

- Realizar revisiones trimestrales de lo siguiente:
 - Progreso de la declaración de compromiso
 - Todas las políticas y los estándares de PPR que se relacionan con las “lecciones aprendidas” y los criterios de inclusión. Revisarlos y complementarlos si es necesario.
 - Programas de recreación centrados en el diseño inclusivo.
 - Manuales para campamentos de verano y para después de la escuela (inscripción y formularios médicos).
- Hablar con las partes interesadas para recibir sus aportes e informar las lecciones aprendidas y los próximos pasos a todos.

Perfeccionar el proceso de adaptación y accesibilidad.

- Entablar conversaciones trimestrales con la División Capital de Parques y recreación de Filadelfia para hablar sobre la accesibilidad física y sensorial en los espacios.
- Revisar el proceso de adaptaciones formales (uso de un intérprete, etc.) trimestralmente.

Comunicar

Transmitir comunicaciones a las que puedan acceder todos los líderes de recreación Y la comunidad. Incluye redes sociales, boletines informativos, alcance comunitario puerta a puerta.

- Coordinar con el personal de las áreas de Comunicaciones de PPR y del Programa de PPR para asegurarse de que todos los materiales promocionales y las redes sociales sean ampliamente accesibles. Ejemplo: "Este programa de PPR está disponible para todos".
- Enviar actualizaciones trimestrales sobre el plan a todas las partes interesadas, incluidas las siguientes:
 - Líderes de recreación.
 - Socios comunitarios.
 - Equipo de liderazgo.
- Crear señalizaciones inclusivas, como tableros y fotografías.

Definiciones

Estas son las definiciones de algunas palabras importantes incluidas en este informe y en los documentos relacionados.

Discapacidad

Una discapacidad es una condición del cuerpo o la mente que limita considerablemente una o más de las principales actividades de la vida. La condición dificulta que la persona realice determinadas actividades.

Persona con una discapacidad/Personas con discapacidades

Término preferido usado para hacer referencia a un individuo con una discapacidad o a un grupo de personas con varias o diferentes discapacidades.

Pertenencia

Pertenencia significa cuando una persona o personas no solo se incluyen o integran, sino que forman parte de una comunidad o un lugar.

Inclusión

Inclusión significa asegurarse de que todas las personas tengan la oportunidad de formar parte en cada aspecto de la vida al máximo de sus capacidades y deseos. Esto incluye personas con discapacidades físicas o intelectuales.

“Personas con discapacidades”

a veces se usa para hacer referencia a una población en particular. Pero, de hecho, es un grupo diverso de personas con una amplia gama de necesidades. Dos personas con el mismo tipo de discapacidad se pueden ver afectadas de formas muy diferentes. Algunas discapacidades pueden estar ocultas o puede que estas no sean fáciles de ver. (CDC)

Definiciones

Estas son las definiciones de algunas palabras importantes incluidas en este informe y en los documentos relacionados.

Neurodiversidad

Este enfoque al aprendizaje y a la discapacidad nos impulsa a:

- Aceptar la diversidad natural de los cerebros y mentes de los seres humanos.
- Reconocer que hay muchas formas en las que un cerebro puede funcionar.
- Respetar las diferencias neurológicas.

Neurodiverso

Describe a un grupo con diferentes tipos de cerebros; personas cuyos cerebros funcionan de manera diferente.

Se usa el término neurodivergente para describir a una persona.

No use neurodiverso para hacer referencia a una persona en particular (por ejemplo, no diga "un niño neurodiverso").

Neurodivergente

Hace referencia a una persona cuyo cerebro funciona de una forma que no es "típica". Esto incluye personas con discapacidades del desarrollo, individuales, psiquiátricas o del aprendizaje.

Neurotípico

Hace referencia a una persona cuyo cerebro se desarrolla y funciona con normalidad. Puede usar este término como adjetivo o sustantivo. Neurotípico es lo opuesto a neurodivergente.

¿Qué palabra debería usar?

- Use el término neurodiversidad cuando describa la diversidad natural del cerebro humano.
- Use los términos neurotípico o neurodivergente para describir a una persona.
- Use el término neurodiverso para describir a un grupo de personas.

Reconocimientos

Las siguientes personas y organizaciones brindaron su experiencia y valor en las conversaciones durante todo el proceso:

Socios municipales

- Personal y equipo de liderazgo de Parques y recreación de Filadelfia, como los siguientes:
Comisionados Kathryn Ott Lovell, Bill Salvatore, Grace Cannon, Patrick Morgan
- Líderes del sitio piloto de Parques y recreación de Filadelfia: Oktavia Cherry, Lisa Summers, Walt Mulholland, Erica Young
- Comité de Inclusión de Parques y recreación de Filadelfia
- Comisionada del alcalde en derechos de discapacidad: Amy Nieves, directora
- Departamento de Salud Conductual y Servicios para Discapacidades Intelectuales de Filadelfia:
Christopher Florence

Líderes de proyectos

- Defensores de Carousel Connections: Tierra Daniels, Sarah Immerman, Owen Ahearn-Browning, Josh Hecht y Emmett Abdo
- Miembros del equipo de Carousel Connections, incluidos Alexa Reynolds, Dra. Patty Flaherty-Fischette, Leah Pitt, Lanae Jones y Semhar Samuel.

Partes interesadas de la ciudad

- The Eagles Autism Foundation
- Jefferson Center for Autism and Neurodiversity: Dra. Wendy Ross, Sabra Townsend, Alex Fossi
- PHMC: Sara Molina-Robinson
- Defensora de padres y encargada del Comité de Inclusión de PPR: Anna Perng
- Proyecto de autismo de Filadelfia: Disha Uppal
- Special Olympics of Philadelphia: Chase Trimmer
- Instituto de Discapacidades de la Universidad de Temple: Alanna Raffel
- Universidad Thomas Jefferson, Departamento de Terapia Ocupacional: Kimberly Mollo

Apéndice A: Investigaciones generales

Los asesores adoptaron un enfoque de dos partes para determinar las acciones descritas en este informe.

- Entablaron conversaciones y realizaron observaciones. Esto ayudó a brindar:
 - Perspectiva.
 - Una narrativa más sólida.
 - Información sobre las prácticas actuales.
 - Conocimientos sobre las prioridades dentro del sistema.
- Los asesores también consultaron las investigaciones relacionadas con los métodos nacionales de mejores prácticas. Vea su investigación.

La investigación ayudó a diseñar los detalles en el inventario del sitio piloto de las prácticas nacionales inclusivas en los sistemas de parques y recreación.

La inclusión de las personas con discapacidades y las neurodivergentes es importante. No podemos ni debemos “adivinar” lo que podría funcionar. En cambio, podemos usar recursos como los siguientes:

- Experiencias previas de los residentes locales.
- Investigaciones de expertos.
- Recomendaciones de los defensores.

Este análisis nos permite:

- Producir prácticas y políticas basadas en evidencias.
- Fijar objetivos mensurables para avanzar.
- Mejorar el éxito del proceso.

Mejores prácticas nacionales

Los asesores observaron las prácticas inclusivas en otros sistemas de parques y recreación. Dos de cinco agencias de parques y recreación tienen una política formal de inclusión. Estas políticas tienen un objetivo en común. Buscan brindar acceso a los programas a todos los miembros de la comunidad.

Los asesores descubrieron que los mayores desafíos para lograr este objetivo son:

- Financiación inadecuada.
- Falta de espacio en las instalaciones.
- Falta de capacitación del personal.

La mayoría de los sistemas de parques y recreación se centran en programas tradicionales segmentados. Esta programación es por separado y “especializada y designada para las discapacidades”.

Los sistemas siguen teniendo dificultades para ofrecer resultados viables y mensurables. No van más allá de la integración para incorporar la inclusión y la pertenencia.

Inclusión social

Las siguientes definiciones representan los elementos de inclusión social usados en la planificación de este proyecto:

La inclusión social significa que cada persona forme parte de la sociedad. Se trata de una comunidad a la que le importan sus miembros, los hace sentir bienvenidos y está dispuesta a adaptarse a sus diversas necesidades. (Marino-Francis y Worrall-Davies, 2010).

Un virtuoso círculo de mejores derechos de acceso al mundo económico y social, a nuevas oportunidades que crean relaciones recíprocas, la recuperación del estado y del impacto y la reducción del impacto de la discapacidad (Sayce, 2001).

Es fundamental reconocer cómo la inclusión ha evolucionado desde la exclusión a la segregación a la integración a la inclusión.

Las investigaciones demuestran que para impedir la exclusión, se necesitan acciones personalizadas y coordinadas. Estas acciones deben abordar las barreras de la inclusión. Y deben reducir los potenciales resultados negativos (Toro-Hernandez, 2020).

Hay una urgencia para el desarrollo de habilidades entre las diferentes partes interesadas para:

- Desarrollar concientización sobre las discapacidades.
- Comprender los asuntos del desarrollo inclusivo.

Aproximadamente el 17 % de los residentes de Filadelfia identifican que tienen una discapacidad. Hay muchas barreras a nivel del sistema, la comunidad, interpersonal y personal. PPR tiene la oportunidad de desarrollar prácticas y estrategias inclusivas. Esto puede servir de modelo para otras ciudades e impulsar la evolución hacia la pertenencia.

Pertenencia

La pertenencia es una parte intrínseca de la hipótesis ocupacional de salud de Wilcock (2006). Hacer, ser, convertirse y pertenecer son los medios para la supervivencia y la salud (p. 209).

Esta hipótesis requiere tres elementos para facilitar la salud y el bienestar:

- Hacer: realizar actividades significativas.
- Ser: tener amor propio y estima.
- Convertirse: desarrollar habilidades y autosuficiencia.
- Pertenecer: lograr la aceptación y la conexión interpersonal

Un entorno “justo” de pertenencia incluye las siguientes condiciones:

- Afirmación.
- Elemento de elección y autodeterminación.
- Brindar un espacio privado y comunitario.
- Un entorno que sea seguro a nivel físico y emocional.

El personal de Parques y recreación de Filadelfia observó las siguientes declaraciones para identificar la pertenencia:

- Cuando tengo un rol significativo y relaciones que tienen intereses en común.
- No sentir que no fue suficiente, no estar a la defensiva ni incómodo
- Un lugar donde estoy más feliz, donde me reciben bien y me invitan a formar parte
- Liberarse para hablar con honestidad y abiertamente, sentirse valorado
- Puedo ser yo por completo.

Estas recomendaciones y objetivos del proyecto se basan en estas condiciones de pertenencia en cada centro de recreación, parque y parque infantil de la ciudad.

Apéndice B: Hallazgos del compromiso comunitario

Reuniones de los socios comunitarios

Durante el año, los socios comunitarios y las partes interesadas se reúnen trimestralmente para hablar y compartir. Se compartió la agenda previamente con temas como los siguientes:

- Fases y resultados del proyecto.
- Compromisos colectivos con un enfoque en los entornos neurodiversos.
- Contactos.
- Planificación y recursos de la “lista de deseos” para el desarrollo financiero.
- Temas de diseño universal.
- Investigaciones y compartir recursos.
- Relacionarse con universidades y potenciales pasantes

En estas reuniones se planteó contenido y se brindaron actualizaciones relacionadas con las fases del proyecto, además de que se proporcionó mucho tiempo para proponer ideas y compartirlas en una conversación. En estas reuniones también se enfatizó cómo PPR está tomando medidas para tener prácticas más inclusivas y lograr un compromiso para la planificación a largo plazo.

Conversaciones con los recursos

La Ciudad de Filadelfia tiene excelentes recursos que trabajan para adoptar prácticas inclusivas. Los recursos involucrados en este proyecto son los siguientes:

- Universidades y organizaciones de investigación.
- Organizaciones sin fines de lucro con misiones para el compromiso comunitario.
- Organizaciones basadas en el servicio social (financiadas por el gobierno y subsidiadas).
- Proveedores de servicios

El equipo de estrategia de PPR se reunió una vez por semana con Special Olympics of Philadelphia, Jefferson Center for Autism and Neurodiversity y Common Space.

Conversaciones con la comunidad

Además de *quiénes* viven cerca de esas instalaciones, las agencias de parques y recreación también deben comprender qué necesitan los residentes en término de las ofertas de parque y recreación. La mayoría de las agencias tienen una variedad de métodos para atraer al público durante la planificación y el diseño de las ofertas de los programas inclusivos.

Todas las comunidades tienen oportunidades, conexiones, recursos y relaciones únicas. Los miembros de cada comunidad son los expertos en las dificultades más apremiantes, las soluciones más viables, las estrategias que funcionarán mejor y las formas más eficaces de atraer a otros para que apoyen el cambio.

Cualquier grupo de miembros de la comunidad que se reúna, sin importar lo bien conectado que ya está cada individuo, aprenderá sobre los nuevos recursos, las conexiones y las ideas al interactuar con otros que tienen diferentes puntos de vista y experiencias de vida.

Es muy probable que se produzcan cambios verdaderos y duraderos cuando las ideas se basan en enfoques y estrategias localmente factibles. Como parte de este proyecto, entablamos cuatro conversaciones con la comunidad en cada uno de los sitios piloto. Una “conversación con la comunidad” es una forma de reunir a un grupo diverso de miembros de la comunidad para proponer colectivamente estrategias y recursos que se puedan usar para abordar los desafíos a los que se enfrenta una comunidad. En resumen, fue una forma divertida y creativa de encontrar soluciones locales y socios nuevos para abordar los problemas más importantes en una comunidad.

Las conversaciones con la comunidad se llevaron a cabo en las regiones de la ciudad en los siguientes centros de recreación de Filadelfia: **Athletic, Finnegan, Tarken y Carousel House.**

En cada conversación con el vecindario se hablaron temas únicos relacionados con programas inclusivos y accesibles. Hablamos de la accesibilidad en relación con las adaptaciones y el espacio físico, la “invitación” y las experiencias interpersonales y las experiencias sensoriales.

- La conversación en Athletic se centró en cómo brindar programas más accesibles en un edificio grande que actualmente no es accesible a nivel físico. Los miembros de la comunidad hablaron sobre lo siguiente:
 - Brindar dignidad en una experiencia.
 - Qué hacer si un miembro de la comunidad que necesita una rampa o un elevador quisiera participar.
 - Los roles que pueden cumplir los miembros de la comunidad en sus programas diversos.
- La conversación con Finnegan enfatizó las barreras de seguridad, tanto la seguridad física como la emocional, para los miembros de la comunidad.
 - ¿Cómo pueden generar más orgullo en el vecindario que provoque cuidar el espacio exterior?
 - ¿Qué recursos podrían ayudar a embellecer el espacio exterior para que sea más atractivo para todos? ¿Hay posibilidades de proporcionar tecnología para brindar más herramientas y acceso?
- La conversación con Tarken enfatizó promover y compartir con los miembros de la comunidad los programas que se están llevando a cabo actualmente.
 - ¿Cómo pueden informar a las familias y a los vecinos que ofrecen programas inclusivos?
 - ¿Cómo incluyen programas unificados e inclusivos y programas específicos para las discapacidades?
- Carousel House es un centro de recreación especialmente para personas con discapacidades. Este sitio ofrece programas que:
 - Son accesibles a nivel físico para todas las habilidades.
 - Está destinado a un rango etario diverso.
 - Incluye deportes, programas de verano, oportunidades recreativas y sociales.
 - Está dirigido a las personas con discapacidades y neurodivergentes de toda la ciudad.
 - Sirve a los proveedores de servicios que buscan programas y actividades.

En la conversación con The Carousel House se observó que el personal recibió a todos y que estos recursos promueven la pertenencia. Hay concientización y un compromiso de apoyar a las personas con discapacidades y neurodivergentes que incluye herramientas físicas, lenguaje centrado en las personas y conversaciones de empoderamiento para la autodeterminación.

Las conversaciones fueron inspiradoras y productivas y se elaboró una lista de pasos de acciones.

Sitios piloto (Tarken, Finnegan, Athletic)

Las prácticas inclusivas siguen evolucionando y para ellas se necesita capacitación, demostraciones y pasos concretos para el compromiso. Trabajar directamente en entornos para la demostración y las conversaciones es fundamental para los cambios inclusivos. Se identificaron tres sitios piloto para trabajar intencionalmente en las capacitaciones individualizadas y el compartir recursos, cada uno de los cuales con conjuntos de habilidades diversos y necesidades de la comunidad. Estos sitios trabajaron con un facilitador una vez por mes para diseñar y crear un inventario de prácticas inclusivas que se pueden replicar en todos los sitios. Las tareas o las actividades basadas en las evidencias o las investigaciones dentro del inventario se pueden gestionar y son factibles en todos los entornos de recreación por el hecho de que no requieren grandes presupuestos, se pueden transferir si hay cambios en el personal y demuestran la genialidad y singularidad de las contribuciones de la comunidad.

En la lista del inventario se incluye lo siguiente: espacios verdes (desde arriates elevados a plantas en macetas hasta un jardín comunitario completo), espacio sensorial y herramientas accesibles, lo que define espacios para una variedad de experiencias sensoriales, una introducción al plan de estudios de autorregulación que incluye pensamiento social y zonas de regulación, creación de rutinas y cronogramas visuales, creación de una biblioteca diversa de libros que representan a la comunidad, un cronograma de voluntarios, un recorrido en video, un tablero comunitario con recursos prácticos, la exploración de las posibilidades de desarrollo del personal y cada vez más oportunidades de programas inclusivos.

Capacitaciones

Durante este proceso, los líderes del sitio observaron el deseo de un crecimiento continuo. Se llevaron a cabo sesiones de capacitación mensuales relevantes para brindar contenido, estrategias y estrategias de facilitación durante el desarrollo comunitario. Algunos de estos temas fueron los siguientes:

- Capacitaciones de otoño
 - Lanzamiento inicial en la inclusión: Una descripción general de las discapacidades y las preferencias/necesidades de comunicación en coordinación con la visión de inclusión dentro del sistema de parques y recreación
- Capacitaciones de invierno
 - Cuidado propio y fatiga por compasión: Reconocer la fatiga por compasión y las estrategias eficaces para gestionar el cuidado propio
 - Respaldo formas para tener mejores días: Comprender los beneficios de las prácticas de cuidado de traumas
- Capacitaciones de primavera
 - Creación de la comunidad (y reconocimiento de las situaciones hipotéticas): Desarrollar una comunidad mediante programas inclusivos y estrategias de reparación
 - Ayudar a los niños con las necesidades comunicativas y conductuales (momentos de la zona roja)
 - Deportes, comunidad y mucho más: Recursos para crear un equipo deportivo unificado/inclusivo en coordinación con Special Olympics

Las capacitaciones estuvieron a cargo de profesionales con antecedentes y experiencias diversas. Entre estos se incluyeron:

- Médico/Pediatra del desarrollo.
- Trabajador social clínico.
- Terapeutas ocupacionales.
- Docentes centrados en los estudios y los procesos de las discapacidades.
- Defensores

Esta diversidad permitió que las capacitaciones se centraran en las personas y generaran resultados lo más posible (dadas las limitaciones de las capacitaciones virtuales por Zoom) y se brindó mucho tiempo para las conversaciones, las preguntas y los aportes.

Dados los aportes de los líderes de recreación, se observó que la capacitación fue relevante y eficaz. Se necesita continuidad para aplicar lo aprendido en las prácticas diarias. Esto conlleva confianza, tiempo, demostraciones y aprendizaje empírico continuo.

En cuanto a las necesidades futuras, los líderes de recreación observaron la siguiente reflexión en una última encuesta a fin de año:

- Se necesita más personal para llevar a cabo el programa.
- Se necesitan más programas diversos en general, no solo para los deportes.
- Se necesitan más voluntarios y participantes comprometidos.

- Incentivos, como el “tiempo comp.” para asistir a las sesiones de desarrollo profesional que incluyen prácticas inclusivas, y un público conformado por personas con discapacidades y neurodivergentes.
- Siempre listo para una mayor aceptación e inclusión.

Características de la accesibilidad

Durante el año, los líderes de centros de recreación y los socios comunitarios observaron una variedad de características accesibles para promover los espacios inclusivos. Revisamos una variedad de adaptaciones que incluían características para necesidades físicas y sensoriales tanto en las nuevas construcciones como en los edificios que están en el proceso de rediseño con Rebuild.

Durante una conversación con el líder del centro de recreación Athletic, se dijo lo siguiente: “Teníamos buenas intenciones, pero nunca nos preguntamos si la persona con una discapacidad se sentía cómoda llevando la silla de ruedas (haciendo referencia a ayudarla a entrar al edificio). Incluir a todas las personas que son neurotípicas y neurodivergentes es el principal objetivo, pero debemos asegurarnos de que esto les resulte cómodo”.

Las características de accesibilidad se organizaron en las siguientes categorías:

- Recomendaciones de accesibilidad al edificio.
- Aspectos imprescindibles programáticos.
- Lista de deseos o ideales programáticos.

Apéndice C: Resúmenes de investigación

Estos artículos de investigación se centran en los niveles del proyecto de diseño de inclusión y entrega.

Empleo como voluntario y remunerado

Postsecondary Education Employment and Independent Living Outcomes of Persons with Autism and Intellectual Disability (Empleo luego de la educación secundaria y resultados de la vida independiente de las personas con autismo y discapacidades intelectuales) describe los resultados de empleo y de la vida de un programa de apoyo universitario que brinda vivienda, acceso a cursos universitarios, pasantías y oportunidades de voluntariado, debido a que descubrió que un programa estructurado que incluía trabajo de voluntariado y capacitación profesional condujo a niveles más altos de vida independiente y más probabilidades de empleo.

Project SEARCH for Youth With Autism Spectrum Disorders: Increasing Competitive Employment On Transition From High School (Proyecto SEARCH para jóvenes con desorden del espectro autista: aumento del empleo competitivo durante la transición desde la escuela secundaria) describe un programa específico que brinda una serie progresiva de pasantías a los participantes junto con la creación de colaboraciones entre los contactos de la escuela y los proveedores de servicios, lo cual promueve a los participantes a establecer objetivos de empleo y brinda habilidades de comunicación y de trabajo, además de que crea rutinas y estructuras de trabajo individualizadas. Incluye dos estudios de caso usando este método.

Competitive Employment for Transition-Aged Youth with Significant Impact from Autism: A Multi-site Randomized Clinical Trial (Empleo competitivo para los jóvenes en edad de transición con impactos significativos del autismo: un ensayo clínico aleatorizado de múltiples sitios) Ensayo clínico aleatorizado sobre la eficacia de un programa de la escuela secundaria de transición al trabajo que brinda capacitación en habilidades vocacionales y oportunidades de voluntariado o pasantías a las personas con autismo. El 73 % de los participantes del programa fue empleado dentro de un año después de la graduación en comparación con el 17 % de los no participantes. Los participantes tuvieron un promedio de 21,2 horas de trabajo por semana, lo que indica una alta prevalencia de trabajo de tiempo parcial, y el sueldo promedio por hora fue de \$9,61. La metodología de este estudio es bastante convincente en comparación con el enfoque observacional usado por la mayoría de los investigadores.

Young Adults on the Autism Spectrum and Early Employment-Related Experiences: Aspirations and Obstacles (Adultos jóvenes con el trastorno del espectro autista y experiencias tempranas relacionadas con el empleo: aspiraciones y obstáculos) Serie de entrevistas sobre experiencias de empleo, objetivos de empleo y barreras para el empleo con adultos jóvenes autistas y padres, en la que se identifican temas de barreras para encontrar y conservar un empleo adecuado, diferencias significativas entre las perspectivas de los padres y los adultos jóvenes y objetivos claros de empleo y sentimientos de potencial. El artículo relacionado "Parents' and young adults' perspectives on transition outcomes for young adults with autism" (Perspectivas de los padres y de los adultos jóvenes sobre los resultados de la transición de los adultos jóvenes con autismo) habla sobre cómo los padres y los adultos jóvenes pueden no estar de acuerdo con los resultados deseados con respecto a los objetivos de servicio y al empleo.

Trends in Employment for Individuals with Autism Spectrum Disorder: a Review of the Research Literature (Tendencias en el empleo para personas con el trastorno del espectro autista: una revisión de la literatura de las investigaciones) Revisión de la literatura sobre varios programas con el objetivo de impulsar el empleo de las personas autistas, que cita numerosos resultados de empleo e incluye programas como la capacitación en habilidades vocacionales, las oportunidades de voluntariado, el empleo con apoyo, los servicios de transición y la tecnología de asistencia en el lugar de trabajo. Utiliza conjuntos de datos nacionales para obtener una muestra grande.

Investigaciones relacionadas con la eficacia de las narrativas sociales (es posible que se deba buscar a Carol Gray y las historias sociales)

Revisión y metanálisis integrales de la literatura de historias sociales

Revisión sistemática de la literatura sobre historias sociales que descubre que no hay evidencia suficiente en la literatura como para considerar el uso de historias sociales como prácticas basadas en evidencias (tenga en cuenta que esto no es lo mismo que decir que son ineficaces, simplemente que la evidencia actual no es lo suficientemente convincente). Los revisores impulsan a los docentes, al personal de apoyo y a los instructores profesionales a usar su criterio en los casos individuales para determinar para quiénes son apropiadas las historias sociales y en qué casos.

The Effects of Social Stories on the Social Engagement of Children with Autism (Efectos de las historias sociales en la participación social de los niños con autismo) Estudio realizado en niños que descubrió que la participación social y las habilidades sociales mejoraron en un pequeño grupo de niños, lo que sugiere que las historias sociales producen una mejora a corto plazo en la sociabilización.

Using Social Stories to Improve the Social Behavior of Children With Asperger Syndrome (Uso de historias sociales para mejorar la conducta social de los niños con el síndrome de Asperger) Estudio que descubrió que las historias sociales produjeron aumentos en las conductas sociales inmediatamente después del uso de estas, pero que esos no se mantuvieron y no todos los participantes lo experimentaron. Esto indica que se necesitan más investigaciones y que puede que las historias sociales sean adecuadas para algunas personas, pero no para otras.

Eficacia de las zonas de regulación en entornos inclusivos

Effectiveness of Components of the Zones of Regulation on Student Behaviors (Eficacia de los componentes de las zonas de regulación en las conductas de los estudiantes) Tesis reciente que incorpora las zonas de regulación en un entorno educativo para los niños con discapacidades y descubrió efectos positivos durante la intervención, pero hubo falta de evidencia como para proporcionar beneficios duraderos. Sin embargo, las observaciones de los investigadores y los docentes indicaron una reducción en las conductas negativas y casos de estudiantes que retuvieron y usaron las habilidades adquiridas en el salón de clases, lo que indica que al menos el uso del concepto se aprende y emplea de manera factible.

The Effects of Implementing a Zones of Regulation Curriculum in a Third Grade Classroom (Efectos de implementar un plan de estudios con zonas de regulación en un salón de clases de tercer grado) Estudio similar que indica resultados inconsistentes, pero los estudiantes sintieron que estaban aprendiendo habilidades útiles y establecieron un marco para categorizar sus sentimientos. Si bien no se observaron mejoras en los patrones de conducta, parece que a los estudiantes involucrados les resultó algo útil.

Eficacia de las zonas de regulación en entornos inclusivos

Metodología Social Thinking®: ¿Basada en evidencias o con respaldo empírico? Define el pensamiento social y responde a las críticas de su metodología, lo que incluye un debate sobre lo que constituye una práctica basada en evidencias (EBP) o una terapia con respaldo empírico (EST). Winner afirma que estos criterios requieren un estándar muy restrictivo de evidencia para una metodología compleja y adaptable como ST; es decir, ST es una variedad de estrategias valiosas que han sido seleccionadas para casos específicos, un enfoque que no se presta al desarrollo de mejores prácticas claras y universales. Indica que ST es un conjunto de marcos terapéuticos diseñado para usarse de diferentes maneras con poblaciones diversas y, por lo tanto, no se evalúa por el tipo de investigación que crea EBP o EST.

Social Thinking Science, Pseudoscience, or Antiscience (Ciencia de pensamiento social, pseudociencia o anticencia) Críticas en respuesta a los escritos de Winner; afirma que ST es una pseudociencia que no cuenta con el respaldo de datos. En cierto modo, esta y la respuesta de Winner hablan sobre diferentes cuestiones; ella afirma que ST es un marco que se puede adaptar para usarse en una variedad de escenarios y luego evaluarse individualmente, y esto argumenta que ST no ha producido con éxito datos a mayor escala, lo que prueba el valor universal de la metodología. Ambas posturas pueden ser precisas, y la conclusión es que ST no es en sí un enfoque comprobado, pero si el conjunto de herramientas que proporciona parece valioso, entonces puede resultar útil usarlo para crear programas que los expertos individuales creen que probablemente sean eficaces y, luego, deben evaluar esos programas por sí mismos.

Deportes y actividades unificados

Deportes unificados <https://www.specialolympics.org/our-work/sports/unified-sports> La página de Special Olympics sobre los deportes unificados, la inclusión social, los recursos y los programas de deportes unificados existentes. Descripción general de la investigación de Special Olympics https://media.specialolympics.org/resources/research/Special-Olympics-ResearchOverview.pdf?_ga=2.18532793.1209197328.1611610197-812134161.1610459551 Descripción general integral de la

investigación de SO de los deportes con una amplia sección sobre los deportes unificados. Algunos de los beneficios citados incluyen una mayor participación social, mayor participación comunitaria, reducción de las conductas problemáticas. Los participantes informan un aumento de la autoestima y de la calidad de vida; los pares y organizaciones socias informaron que esta era una forma de comprender mejor a las personas con discapacidades intelectuales y que la experiencia era valiosa para todos los involucrados. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23134807/> <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22672339/> Estos son dos estudios citados en la descripción general de SO; hablan sobre la evaluación de los resultados después de las actividades de deportes unificados y tienen datos más concretos. Sin embargo, son de pago, si los necesitamos, Alex puede solicitarlos en la biblioteca Jefferson.

Oportunidades inclusivas de plantación y jardines

Enabling occupational participation and social inclusion for people recovering from mental ill-health through community gardening (Permitir la participación ocupacional y la inclusión social de personas que se recuperan de una enfermedad mental: salud mediante la jardinería comunitaria) Estudio de la creación de un jardín comunitario de personas con trastornos de salud mental que descubrió que esto las ayudaba a promover un entorno de aprendizaje e inclusión social entre los participantes. Los investigadores resaltaron la posibilidad de crear programas híbridos que incluyeran actividades sociales y terapia ocupacional a futuro.

La jardinería y la pertenencia: Reflexiones sobre cómo la horticultura social y terapéutica puede facilitar la salud, el bienestar y la inclusión

La revisión de un proyecto de jardinería en Londres dio lugar a un proyecto de "horticultura social y terapéutica". En este proyecto se trabajó con personas discapacitadas y poblaciones vulnerables; los autores sintieron que los participantes se sintieron orgullosos por crear una narrativa compartida para el jardín y tuvieron un sentido de la pertenencia, lo que mejoró la salud, el bienestar y la inclusión social. El control compartido del entorno les permite a los participantes no solo sentirse físicamente seguros en el espacio, sino también protegidos emocionalmente en el trabajo compartido del grupo en el jardín. Identifica numerosas actividades específicas y formas en las que estas contribuyeron en el éxito del jardín de promover las habilidades individuales y las conexiones sociales. Horticultural therapy: the 'healing garden' and gardening in rehabilitation measures at Danderyd hospital rehabilitation clinic, Sweden (Terapia horticultural: el "jardín de sanación" y la jardinería en las medidas de rehabilitación en la clínica de rehabilitación del hospital de Danderyd, Suecia) Revisa la literatura sobre la terapia horticultural y analiza un proyecto específico en Suecia que funcionó con personas que sufrieron daño cerebral. Aborda las formas en las que esta terapia contribuye con el desarrollo o la recuperación emocional y cognitiva, aumenta la participación social y mejora la calidad de vida, aunque este escrito reconoce la falta de medidas de resultados claros más allá de los factores observados o informados. Effects of video modeling with video feedback on vocational skills of adults with autism spectrum disorder (Efectos de las demostraciones en video con transmisiones de videos sobre las habilidades vocacionales de adultos con el trastorno del espectro autista) Estudio de tres individuos autistas a quienes se les brindaron instrucciones en video sobre procedimientos de jardinería, transmisión de video y videos instructivos para que los usuarios consulten. Descripción detallada de cómo se enseñó cada tarea del jardín y barreras a las que se pueden enfrentar algunos usuarios.

Desarrollar la estima mediante libros o representaciones visuales (tener libros en la biblioteca que representen a la comunidad)

Representación de la cultura en los libros con imágenes para niños

El artículo de Older (1993) sobre la representación de otras culturas en los libros con imágenes descubrió que solo un pequeño porcentaje de estos en ese momento representaba otras culturas. Analiza el valor de la representación, de ver otras culturas en libros desde temprana edad, la validación de antecedentes personales creados por representaciones multiculturales y los riesgos asociados con representaciones estereotípicas o negativas, especialmente ante la ausencia de contrapartes positivas.

La representación sí importa: integrar los libros con personajes con autismo en los salones de clases

Análisis de cómo elegir libros que promueven representaciones positivas del autismo, listas de obras seleccionadas que son consideradas excelentes ejemplos, características de la representación que es eficaz tanto para desarrollar la estima de los individuos autistas como para la comprensión entre pares, y cómo incorporar estos libros en el plan de estudios de un salón de clases.