



UKRAINE



НАЦІОНАЛЬНИЙ
ОЛІМПІЙСЬКИЙ КОМІТЕТ
УКРАЇНИ



UNITED
by SPORT

ГАЙД

СПОРТ ТА СТАЛІЙ РОЗВИТОК



ЗМІСТ



Сталий розвиток та стійкість. Про що це?

- Наслідки відмови від сталого розвитку
- 17 цілей сталого розвитку (SDG)

Сталий розвиток та стійкість у спорті

- Соціальний, екологічний та економічний компонент
- Розвиток в Україні

Екологічна стійкість і спорт

- Основні поняття (вуглецевий слід, джерела енергії)
- Тренди сталого розвитку у спорті
- Міжнародні домовленості у напрямку до стійкого майбутнього
- Як зменшити свій вплив на довкілля: поради

Соціальна стійкість і спорт

- Основні поняття (різноманіття, доступність, гендерна рівність, безбар'єрність, дискримінація, ментальне здоров'я)
- Тренди. Приклади у різних видах спорту
- Що можу зробити я? Поради
- Куди звернутись у випадку дискримінації

Партнерство заради сталого майбутнього

- Доповнення амбасадорів
- Досвід амбасадорів



СТАЛІЙ РОЗВИТОК (SUSTAINABLE DEVELOPMENT)

Розвиток суспільства, у якому задоволення потреб людей здійснюється без шкоди для майбутніх поколінь.

СТІЙКІСТЬ (SUSTAINABILITY)

Здатність існувати та розвиватися без виснаження природних ресурсів і людей та підтримувати процеси такими темпами, які можуть продовжуватися самостійно в майбутньому.

НАМ ВИРІШУВАТИ, ЯКУ МОДЕЛЬ ЖИТТЯ



ЕГО

МИ ОБЕРЕМО ДЛЯ МАЙБУТНЬОГО



ЕКО

НАСЛІДКИ ВІДМОВИ ВІД СТАЛОГО РОЗВИТКУ



- Дефіцит земних ресурсів землі на тлі зростання населення та погіршення якості їжі.
- Підвищення середньої глобальної температури на 1.5 – 2°С може знизити врожайність таких культур як пшениця, кукурудза і рис на 10 – 25% до 2050 року. Це зменшить кількість доступної якісної їжі (Population Matters).

ООН прогнозує, що до 2050 року населення світу може зрости до 9,7 мільярда, що значно збільшить попит на природні ресурси. Якщо поточні тенденції споживання збережуться, ми можемо зіштовхнутись з серйозними нестачами ресурсів протягом наступних 50 років (Population Matters) (Population Connection).

Уявіть, що ваш город цього літа сильно постраждав від спеки та відсутності дощів. Ви зібрали менше овочів, ніж зазвичай. Це саме те, що відбувається з фермерами по всьому світу через зміну клімату. Коли стає дуже спекотно або занадто багато дощить, врожай зменшується. Це означає, що на ринках і в магазинах буде менше їжі, а ціни можуть піднятися.



Більше людей на Землі також означає, що потрібно більше їжі. Але якщо клімат заважає вирощувати достатньо продуктів, у нас буде менше якісної їжі для всіх. Це стосується і Європи, і України, де врожайність пшениці та інших важливих культур вже відчуває вплив зміни клімату.

Тому ми повинні дбати про нашу планету та підтримувати сталий розвиток, щоб у майбутньому у нас була достатня кількість якісної їжі.

- **Збільшення хвороб через потрапляння небезпечних сполук в організм через повітря, їжу, воду.**
- Забруднення повітря, води та їжі небезпечними хімічними речовинами підвищує ризики для здоров'я. Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ) повідомляє, що такі забруднювачі як мікропластик і важкі метали можуть спричинити серйозні хвороби, зокрема рак, респіраторні розлади та проблеми з розвитком у дітей (Population Connection).
- Людина може споживати до 50 000 частинок мікропластику на рік через їжу та воду, за даними досліджень.
- **Урбанізація та промисловість посилюють забруднення повітря, ускладнюючи дихання.**



За даними ВООЗ, щороку приблизно 7 мільйонів людей помирає через забруднення повітря. Це підкреслює необхідність запровадження сталих практик для покращення якості повітря (Population Matters).

Уявіть, що ви їсте рибу, яку зловили у річці. Якщо вода забруднена пластиком, то риба може містити мікроскопічні його частинки. Коли ви їсте цю рибу, пластик потрапляє у ваш організм. Це може викликати проблеми зі здоров'ям, оскільки пластик не розкладається і може накопичуватися у вашому тілі.

Або ж ви п'єте воду з криниці у селі. Якщо фермери використовують забагато хімічних добрив, ці речовини можуть потрапити у воду. Хоча вода може виглядати чистою, але вона може містити нітрати, небезпечні для здоров'я. Якщо пити таку воду тривалий час, це може викликати проблеми з шлунком та іншими органами.

Також уявіть, що ви живете в місті, де багато машин і заводів. Викиди від них потрапляють у повітря, яке ви вдихаєте. Через це ви можете частіше хворіти на простуду, астму або навіть на серйозніші хвороби, як-от рак. Наприклад, коли ви бачите дим з труби заводу або вихлопні гази від машин, ці забруднювачі потрапляють у ваші легені та можуть зашкодити вашому здоров'ю.

- **Втрати місць для життя та масова міграція.**



- **Зміна клімату може зробити деякі території непридатними для життя через екстремальні погодні умови. До 2050 року очікується, що понад 200 мільйонів людей можуть бути переміщені через кліматичні проблеми, такі як підвищення рівня моря та сильні посухи, що призведе до масової міграції.**

Уявіть, що ваше місто розташоване біля моря. Через зміну клімату рівень води підвищується і ваше місто поступово затоплюється. Ви більше не можете жити у своїй домівці, тому що вода підходить занадто близько і заливає вулиці та будинки. Вам та вашій родині доведеться шукати нове безпечне житло.

Або уявіть, що у вашому селі вже кілька років поспіль дуже спекотно і зовсім немає дощів. Через це неможливо вирощувати врожай, стає важко знайти питну воду. Ваша сім'я вирішує переїхати до іншого регіону, де більш помірний клімат і більше ресурсів.

Кліматична міграція – це коли люди змушені залишити свої домівки через природні зміни, викликані зміною клімату. Це може бути затоплення, сильні посухи або інші екстремальні погодні умови. Такі переселення можуть відбуватися у всьому світі, включаючи Європу та Україну.



- **Дефіцит питної води.**

- Дефіцит води впливає на мільйони людей у всьому світі. Прогнозується, що до 2025 року половина населення світу може жити в районах, що зіштовхуються з нестачею води. Зростання населення та зміна клімату посилюють цю кризу (Population Connection).

Уявіть, що ви прокидаєтеся вранці, і з крана у ванній не тече вода. Ви не можете почистити зуби, прийняти душ або навіть випити склянку води. Щоб знайти воду, вам потрібно йти до сусіднього села або чекати, поки її привезуть машиною. Це реальна проблема для багатьох людей у світі, зокрема України.

Уявіть, що влітку у вашому селі вже кілька місяців не було дощу. Річки пересохли, а колодязі майже порожні. Фермери не можуть вирощувати овочі, а ви не можете знайти воду для пиття та готування їжі. Такі ситуації можуть стати звичними, якщо ми не будемо.

- **Вимирання багатьох риб, тварин, рослин – втрата біорізноманіття.**
- **Нестале використання земель та зміна клімату загрожують багатьом видам. За оцінками Міжнародного союзу охорони природи (IUCN), 1 мільйон видів під загрозою зникнення, якщо поточні тенденції продовжатимуться, що впливає на екосистеми та виживання людини (Population Matters).**



ЩО ЦЕ ОЗНАЧАЄ:



1. Менше місць для життя тварин: Коли люди вирубують ліси, будують міста або застосовують багато хімікатів у сільському господарстві, тварини та рослини втрачають свої домівки. Наприклад, лісові тварини можуть не мати де жити і шукати їжу.

2. Зміна клімату: Підвищення температури та зміна погодних умов роблять життя важчим для багатьох видів. Деякі тварини та рослини не можуть пристосуватися до нових умов і вимирають.

Уявіть, що в лісі біля вашого міста зростають рідкісні квіти і живуть рідкісні птахи. Якщо ліс вирубати для будівництва нового торгового центру, ці квіти і птахи можуть зникнути назавжди. Або, якщо клімат стане настільки жарким, що дерева не зможуть вижити, то і тварини, які там мешкають, теж зникнуть.

Чому це важливо: Втрата біорізноманіття означає, що ми втрачаємо важливі частини нашої природи. Кожен вид відіграє свою роль у підтримці здоров'я екосистеми. Наприклад, бджоли запилюють квіти, а це допомагає вирощувати фрукти і овочі. Якщо бджоли зникнуть, нам буде складніше отримувати їжу.



ЦІЛІ СТАЛОГО РОЗВИТКУ 2030



Кожна з цих цілей має критерії та опис дії для її досягнення. Можна обрати цілі, у які ви хотіли б зробити свій внесок для позитивних змін і визначити свій план дій. Це може зробити як окрема особа, маленька організація, так і велика компанія або ж країна.



Для розв'язання цих проблем, у 2015 році на Генеральній асамблеї ООН погодили 17 цілей сталого розвитку (SDG – Sustainable Development Goals) як «план досягнення кращого і більш стійкого майбутнього для всіх».

Ще до повномасштабного вторгнення росії в Україну, Україна взяла на себе зобов'язання щодо досягнення Цілей сталого розвитку ООН до 2030 року.

СТАЛІЙ РОЗВИТОК ТА СТІЙКІСТЬ У СПОРТІ



СТАЛИЙ РОЗВИТОК ТА СТІЙКІСТЬ У СПОРТІ

У спортивному контексті ця важливість посилюється, оскільки спорт має значний вплив на довкілля, суспільство та економіку. Кожен з цих аспектів потребує стійкого підходу до свого розвитку.

Екологічна стійкість

Спортивні заходи часто вимагають великих природних ресурсів, таких як вода і енергія, і створюють відходи. Спортивна стійкість спрямована на зменшення цього негативного впливу на довкілля.

Основні практики для досягнення екологічної стійкості у спорті включають:

- 1. Енергоефективність:** зменшення споживання через впровадження більш ефективних технологій і відновлюваних джерел енергії.
- 2. Управління відходами:** сприяння перероблюванню та зменшення кількості відходів, а також використання сталих матеріалів у спортивних спорудах.
- 3. Сталість мобільності:** підтримка використання громадського транспорту, велосипедів та спільних автомобілів для зменшення вуглецевого сліду спортивних заходів.

СОЦІАЛЬНА СТІЙКІСТЬ

Це аспект охоплює створення рівних можливостей, інклюзії та доступу до спорту для всіх. Основні ініціативи в цьому напрямку:

- 1. Доступність:** забезпечення доступності спортивних споруд для всіх людей, включно з особами з інвалідністю.
- 2. Освіта та усвідомленість:** підтримка екологічної та соціальної освіти серед учасників та глядачів спортивних заходів.
- 3. Інклюзія:** сприяння участі в спорті маргіналізованих чи уразливих груп для забезпечення рівних можливостей.

ЕКОНОМІЧНА СТІЙКІСТЬ

Економічна стійкість у спорті передбачає відповідальне управління фінансовими ресурсами, інвестиції у екологічно та соціально стійкі проекти, забезпечення можливості довгострокового сталого фінансування та прибутку.



У цьому гайді зупинимось детальніше на стійкості навколишнього середовища та соціальній стійкості.

СТАН РОЗВИТКУ ТЕМИ SUSTAINABILITY В СПОРТІ В УКРАЇНІ

1. Ініціативи на рівні спортивних федерацій

Деякі спортивні федерації та організації в Україні вже почали впроваджувати принципи сталого розвитку. Наприклад, розвивають інфраструктуру з використанням енергоефективних технологій.

2. Підвищення обізнаності

Зростає інтерес до теми сталого розвитку серед спортивних клубів та організаторів заходів. Вони починають застосовувати екологічно дружні практики, такі як сортування відходів та використання екологічних матеріалів.

3. Освітні програми

Деякі спортивні навчальні заклади та тренери включають теми сталого розвитку у свої навчальні програми, підвищуючи обізнаність спортсменів і тренерів.

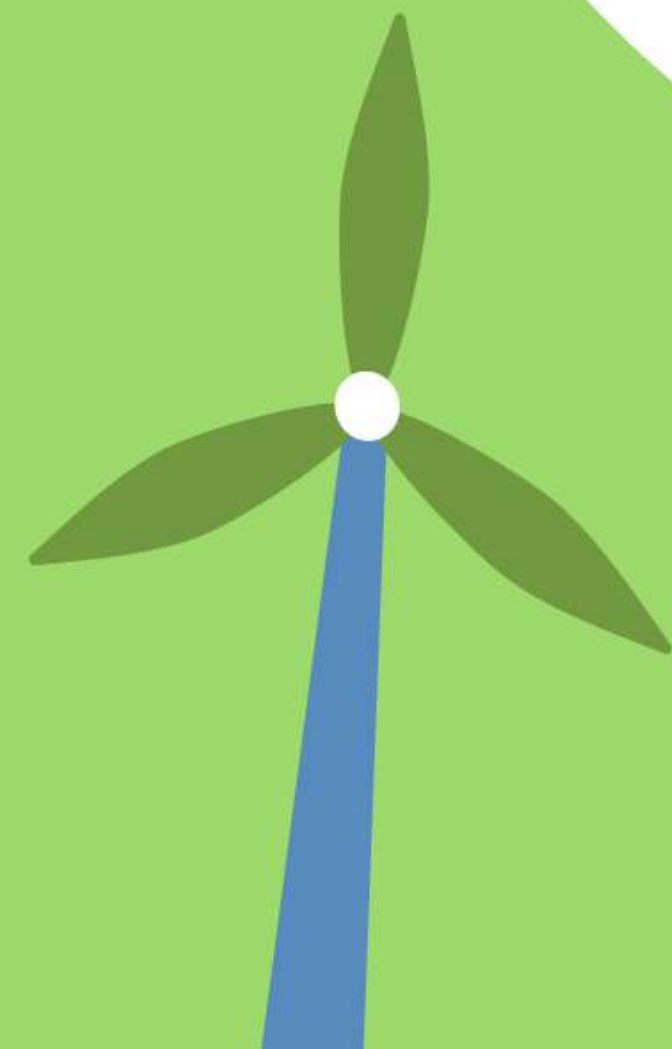
4. Партнерства та підтримка

Українські спортивні організації співпрацюють з міжнародними організаціями та донорами, які підтримують проєкти, спрямовані на розвиток сталого спорту.

Попри позитивні зрушення попереду ще багато роботи. Країні, яка вже понад 10 років перебуває у війні, важко виділяти ресурси на сталий розвиток.

ЕКОЛОГІЧНА СТІЙКІСТЬ

ОСНОВНІ ПОНЯТТЯ



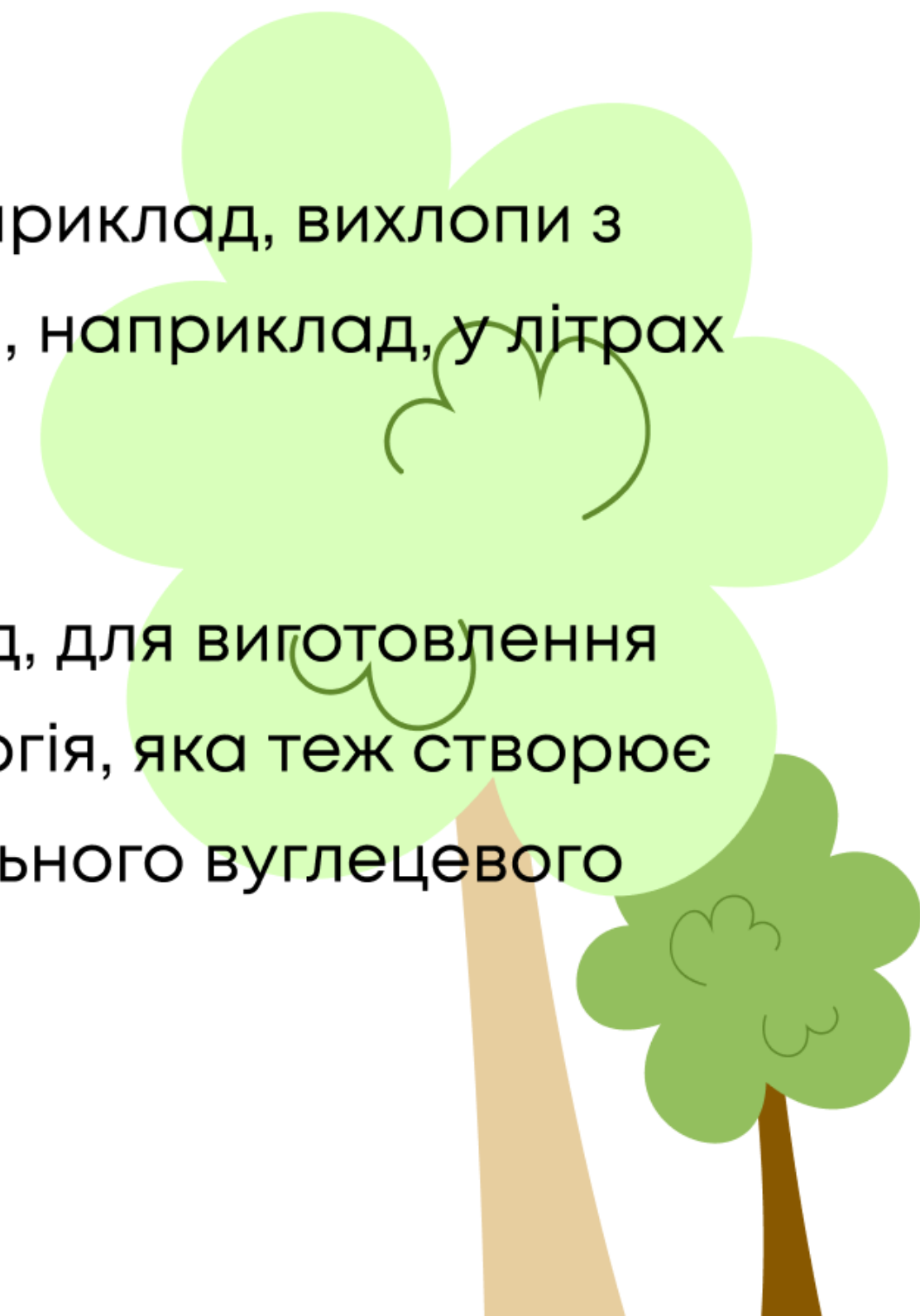
ЕКОЛОГІЧНА СТІЙКІСТЬ



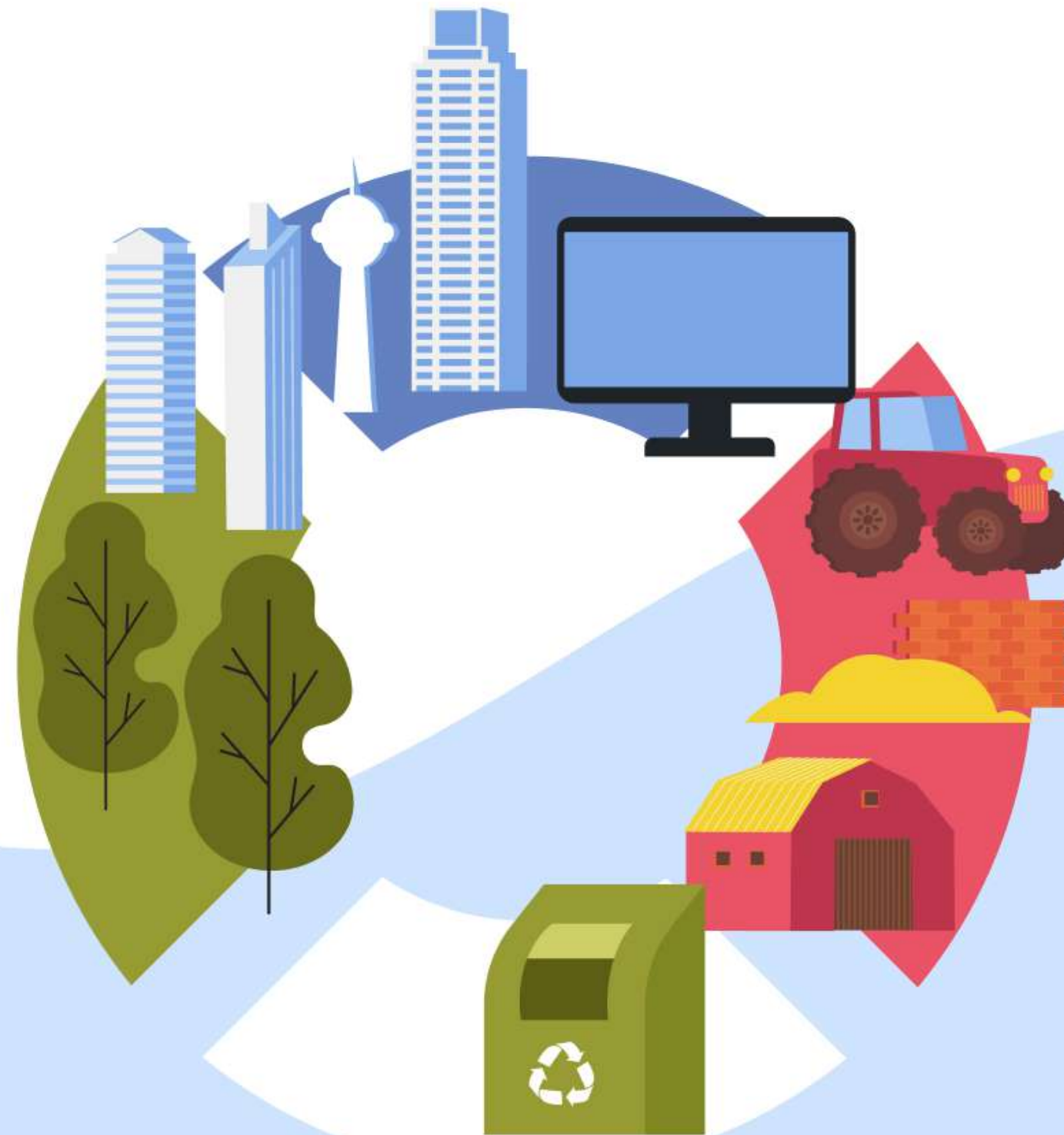
Вуглецевий слід — це сума всіх викидів парникових газів, які ми створюємо через повсякденну діяльність.

Головним з них є вуглекислий газ (CO₂), що сприяє глобальному потеплінню. Оскільки викиди парникових газів тісно пов'язані з використанням енергії, обчислення вуглецевого сліду для групи людей, міста чи країни дає уявлення про кількість спожитої енергії. Це корисна інформація для планування заходів зі зменшення енергоспоживання.

- Найлегше виміряти прямі викиди — це парникові гази, які ви створюєте особисто, наприклад, вихлопи з автомобіля чи дим із печі. Для цього треба визначити кількість використаного палива, наприклад, у літрах бензину або кубометрах природного газу.
- Непрямі викиди виникають при виробництві речей, які ми використовуємо. Наприклад, для виготовлення взуття або телевізора, їхнього транспортування до магазину, використовується енергія, яка теж створює викиди CO₂. Кожен предмет має свій вуглецевий слід, що додається до вашого загального вуглецевого сліду.



- Їжа також впливає на вуглецевий слід. Наприклад, яловичина від великої рогатої худоби має, оскільки тварини виділяють метан — потужний парниковий газ. Крім того, вирощування кормів та транспортування м'яса вимагають значних енергоресурсів, що збільшує викиди CO₂. Через це м'ясо вважається одним із найбільш шкідливих для довкілля продуктів.
- Багато видів діяльності, що виробляють CO₂, також споживають інші природні ресурси, такі як вода, земля та сировина. Зменшення вуглецевого сліду допоможе не лише уповільнити глобальне потепління, а й зберегти більше природних ресурсів для майбутніх поколінь, роблячи наш вплив на Землю менш руйнівним.



З ЧОГО СКЛАДАЄТЬСЯ ВУГЛЕЦЕВИЙ СЛІД СПОРТУ

МАТЕРІАЛИ

- Зони для тренувань та змагань
- Обладнання
- Джерела енергії
- Накопичення відходів та їхня утилізація

СПОРТ

ЛЮДИ

- Транспортування
- Форма / інший одяг
- Їжа, вода, харчові добавки
- Створення брендованої продукції для вболівальників
- Споживання інших речей

ВУГЛЕЦЕВИЙ СЛІД СПОРТУ СКЛАДАЄТЬСЯ З ТАКИХ КОМПОНЕНТІВ

ПЕРЕМІЩЕННЯ І ТРАНСПОРТ

Атлети та команди: поїздки на тренування, змагання, збори тощо.

Глядачі: поїздки на стадіони та інші місця проведення змагань.

Логістика: транспортування обладнання, харчування, матеріали для подій.

Стадіони та спортзали: освітлення, опалення, кондиціонування, електронні табло тощо.

Інфраструктура: підготовка та обслуговування спортивних майданчиків, тренувальних баз.

ЕНЕРГОСПОЖИВАННЯ

БУДІВНИЦТВО І УТРИМАННЯ ІНФРАСТРУКТУРИ

Стадіони та інші спортивні споруди: видобуток та виробництво будівельних матеріалів, будівництво, технічне обслуговування.

Реновація та модернізація: часті оновлення та ремонти.

СПОРТИВНЕ ОБЛАДНАННЯ, ІНВЕНТАР ТА ФОРМА

Виробництво: виготовлення спортивного обладнання, форми, аксесуарів.

Транспортування та утилізація: логістика та перероблення або утилізація старих матеріалів та обладнання.

Для атлетів та глядачів: виробництво та транспортування продуктів, пакування, відходи.

ХАРЧУВАННЯ

ОРГАНІЗАЦІЯ ТА ПРОВЕДЕННЯ ЗАХОДІВ

Офіси та штаби: діяльність організацій, що керують подіями, зокрема адміністративні витрати.

Медіа: витрати на трансляцію, технічне обладнання, студії.

Сміття від заходів: залишки їжі, пакування, плакати та інші тимчасові матеріали.

Будівельні відходи: матеріали від будівництва та ремонту спортивних об'єктів.

ВІДХОДИ

ВУГЛЕЦЕВИЙ СЛІД МІЖНАРОДНИХ ЗМАГАНЬ



1. Олімпійські ігри в Токіо-2020 (перенесені на 2021 рік)

Викиди парникових газів оцінювалися в 2,4 мільйона тонн CO₂e. Це як річні викиди Ісландії.

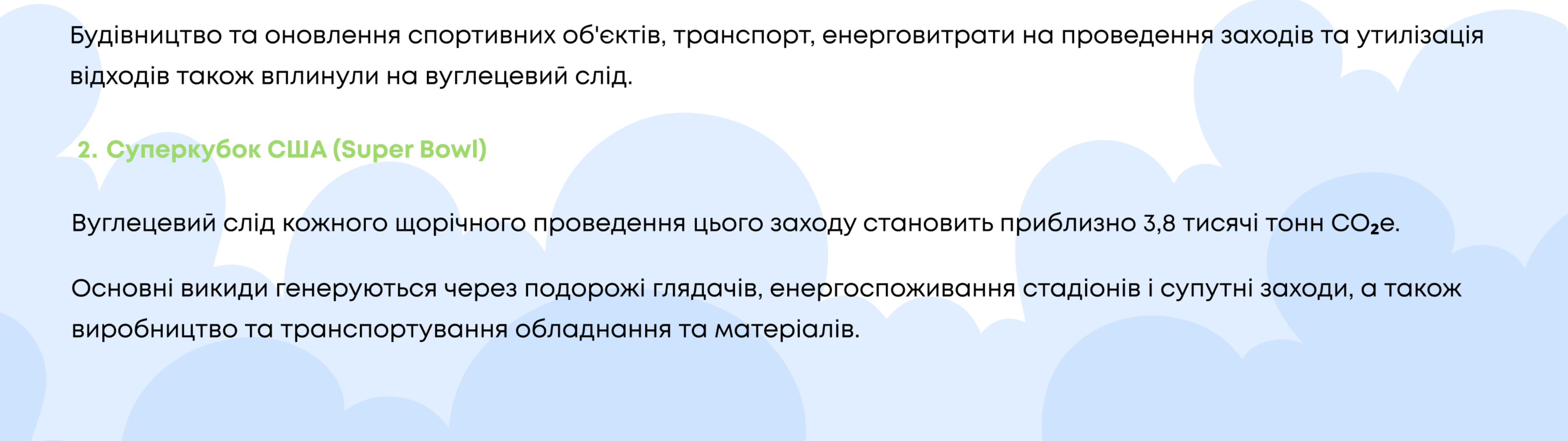
Трансатлантичний рейс: Один рейс з Лондона до Нью-Йорка виробляє майже 1,6 тонни CO₂ на пасажирів. Це означає, що вуглецевий слід Чемпіонату світу дорівнює приблизно 1,5 мільйона таких рейсів.

Будівництво та оновлення спортивних об'єктів, транспорт, енерговитрати на проведення заходів та утилізація відходів також вплинули на вуглецевий слід.

2. Суперкубок США (Super Bowl)

Вуглецевий слід кожного щорічного проведення цього заходу становить приблизно 3,8 тисячі тонн CO₂e.

Основні викиди генеруються через подорожі глядачів, енергоспоживання стадіонів і супутні заходи, а також виробництво та транспортування обладнання та матеріалів.



3. Чемпіонат світу з футболу 2022 року в Катарі мав значний вуглецевий слід, який викликав численні суперечки. Офіційні організатори заявили, що турнір буде «вуглецевонейтральним», передбачаючи загальні викиди у розмірі 3,6 мільйона тонн CO₂-еквіваленту. Проте незалежні експерти та екологічні групи поставили під сумнів ці дані, називаючи їх неправдивими та заниженими (The Eco Experts) (Al Jazeera).

Основні джерела викидів включали будівництво нових стадіонів, яке, за оцінками, становило приблизно 1,6 мільйона тонн CO₂-еквіваленту, значно більше, ніж офіційно заявлені 200,000 тонн. Додаткові викиди виникали через транспортування глядачів, особливо авіаперельоти до Катару та назад.

Також важливим аспектом були вимоги до води для підтримання стану полів. Щодня на зрошення газонів витрачалося до 50,000 літрів опрісненої води, що додатково збільшувало екологічне навантаження через енерговитратний процес опріснення (The Eco Experts) (TLS Hub).

Попри зусилля щодо компенсації викидів шляхом купівлі вуглецевих кредитів, багато експертів стверджують, що ці заходи були недостатніми для повної нейтралізації впливу турніру на довкілля. Деякі методи компенсації також критикують за можливу неефективність та введення для показових цілей, іноді їх називають **"зеленим прикриттям"**.

ОЛІМПІЙСЬКІ ІГРИ В ПАРИЖІ У 2024 РОЦІ

Плани організаторів були спрямовані на створення ігор, які мінімізують екологічний вплив і підтримують довготривалий позитивний ефект на місцеві спільноти:

1. Зменшення викидів:

Париж–2024 поставив за мету скоротити викиди CO₂ на 50% у порівнянні з попередніми іграми (Лондон–2012 та Ріо–2016). Це досягнули завдяки використанню чинних або тимчасових споруд (95% всіх майданчиків), а також зусиллям із контролю викидів під час будівництва, транспорту, енергії та перероблювання матеріалів (Home of Sustainability News) (Olympics).

2. Енергозбереження:

100% енергії, яку споживали, надходила з відновлюваних джерел, а такі об'єкти як Олімпійське селище та Центр водних видів спорту обладнали сонячними панелями та геотермальними системами для охолодження.

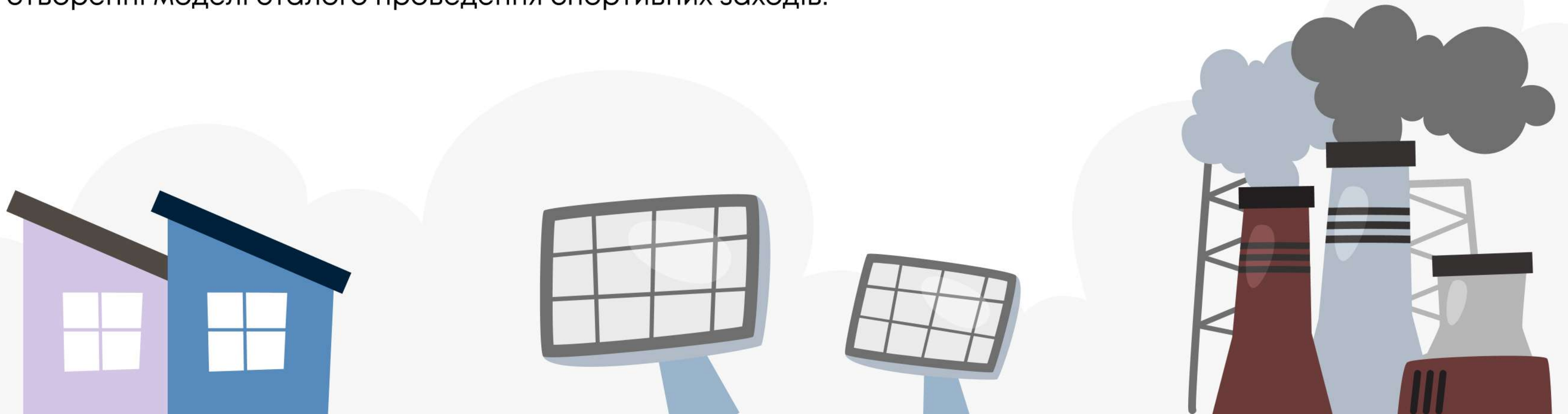
3. Циркулярна економіка:

Париж-2024 активно підтримував повторне використання матеріалів. Наприклад, запланували повторне використання або перероблення 90% обладнання та матеріалів після завершення ігор (Olympics) (Olympics).

4. Постійна спадщина:

Олімпійське селище після Ігор перетвориться на житловий район з низьким рівнем викидів, забезпечений інфраструктурою для майбутніх поколінь.

Хоча Паризькі ігри не були повністю безвуглецевими, але вони продемонстрували суттєвий прогрес у створенні моделі сталого проведення спортивних заходів.



ДЖЕРЕЛА ЕНЕРГІЇ

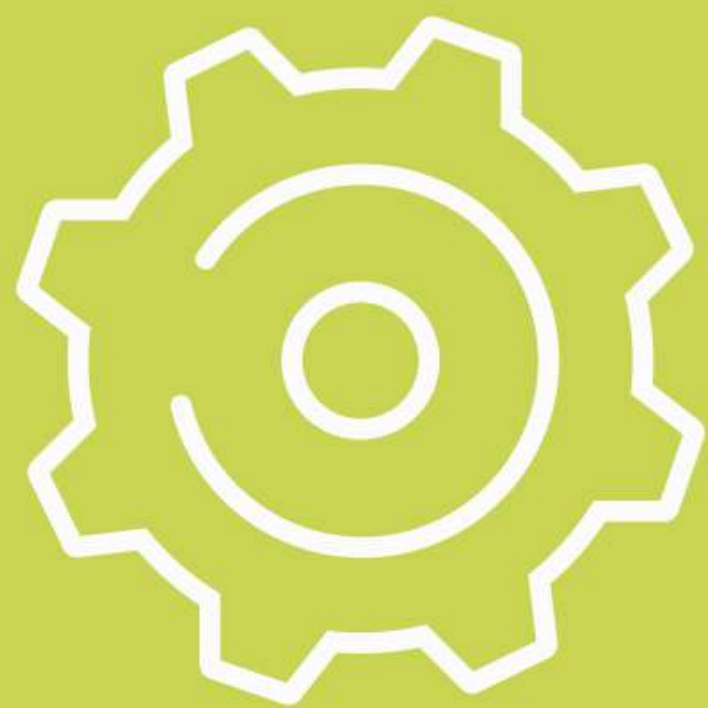
Ми називаємо джерело енергії поновлюваним, якщо воно походить із природних джерел, які не вичерпуються з часом. Таке джерело є чистим, не забруднює довкілля та має величезні запаси ресурсів. На нашій планеті існує багато відновлюваних джерел енергії, і завдяки розвитку технологій людство знайшло нові способи їхнього використання, уникаючи викопного палива та продовжуючи боротьбу з наслідками зміни клімату.

ВІДНОВЛЮВАЛЬНІ

- Сонячна енергія
- Вітер
- Гідравлічна енергія
- Біопаливо
- Біомаса
- Геотермальна енергія
- Морська енергія

НЕВІДНОВЛЮВАЛЬНІ (ВИКОПНЕ ПАЛИВО)

- Мінеральний вуглець
- Природний газ
- Дегтярний пісок та сланці
- Масло
- Атомна енергія



ЕКОЛОГІЧНА СТІЙКІСТЬ

ТРЕНДИ СТАЛОГО РОЗВИТКУ У СПОРТІ



ЕКОЛОГІЧНА СТІЙКІСТЬ

ОСНОВНІ СВІТОВІ ТРЕНДИ

1. Зменшення вуглецевого сліду

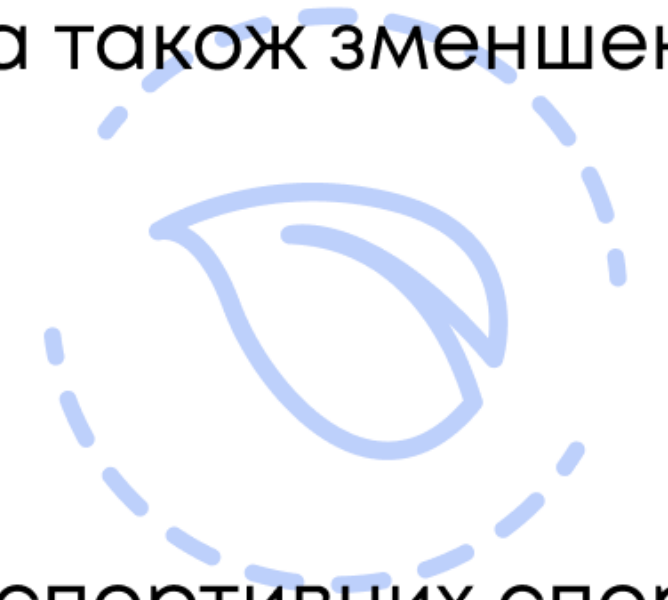
Спортивні організації та заходи все більше звертають увагу на зменшення викидів CO₂. Це може охоплювати використання енергоефективних технологій, вирощування рослин для компенсації викидів, а також зменшення використання пластику та інших шкідливих матеріалів.

2. Збереження водних ресурсів

Велику увагу приділяють зменшенню споживання води у спортивних заходах та будівництві спортивних споруд. Це може включати використання технологій збереження води, використання дощової води та інші ініціативи.

3. Споживання здорових та сталих продуктів

Більше уваги приділяють ролі харчування у спорті та його впливу на довкілля. Зростає попит на органічні та місцеві продукти, а також на продукти, що мають менший вуглецевий слід.



4. Використання відновлювальних джерел енергії

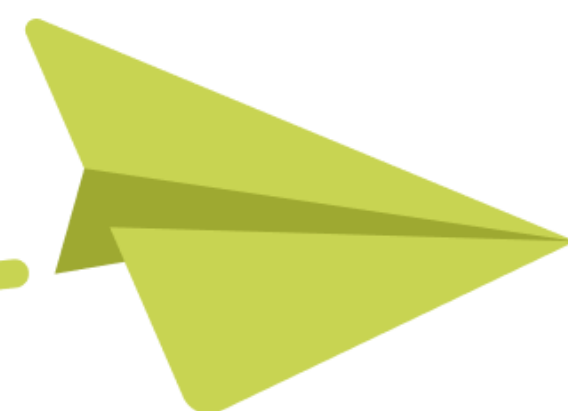
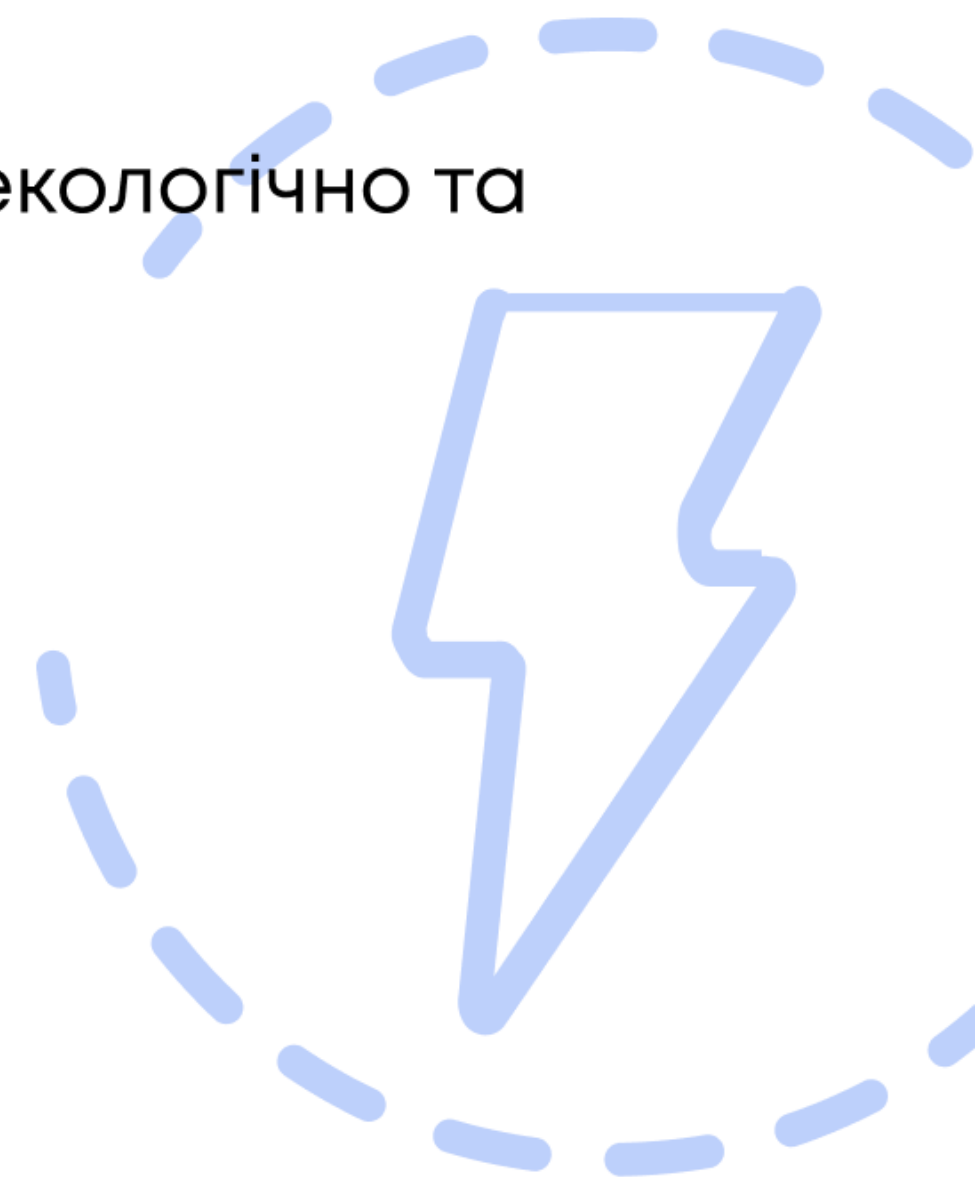
Спортивні заходи та спортивні споруди все частіше переходять на використання відновлювальних джерел енергії, таких як сонячна чи вітрова, для зменшення споживання енергії з вугілля та інших шкідливих джерел.

Ці тренди свідчать про те, що зростає увага до сталості у спорті та значення впровадження екологічно та соціально відповідальних практик у всіх аспектах спортивної індустрії.

УКРАЇНА

- **Енергетична безпека**

Україна має значний потенціал для розвитку відновлюваних джерел енергії, таких як сонячна, вітрова та біоенергетика. Перехід на відновлювані джерела енергії може знизити залежність від імпорту викопного палива та зміцнити енергетичну незалежність країни. Це може бути хорошим рішенням, особливо після суттєвої руйнації української енергосистеми через удари російськими ракетами.



- Екологічні виклики



Україна зіштовхується з численними екологічними проблемами, особливо під час війни.

- **Викиди парникових газів**

Росіяни атакують українські склади боєприпасів, нафтові сховища, нафтопереробні заводи та інші об'єкти хімічної промисловості по всій країні. Під час згоряння нафтопродуктів надзвичайно токсичні сполуки разом з вуглекислим газом потрапляють в атмосферу і забруднюють все навколо. Згоряння дизельного пального, бензину та авіаційного палива спричинило викиди 18,8 мільйона тонн CO₂-еквіваленту.

Додаткові викиди в 3,1 мільйона тонн CO₂-еквіваленту спричинені виробництвом і використанням артилерійських снарядів та інших боєприпасів. Кількість пожеж площею понад один гектар збільшилася у 36 разів у порівнянні з довоєнним періодом у 12 місяців.

Загальна площа ландшафтних пожеж на території України у 2022 – 2023 роках перевищує 2,4 мільйона гектарів.

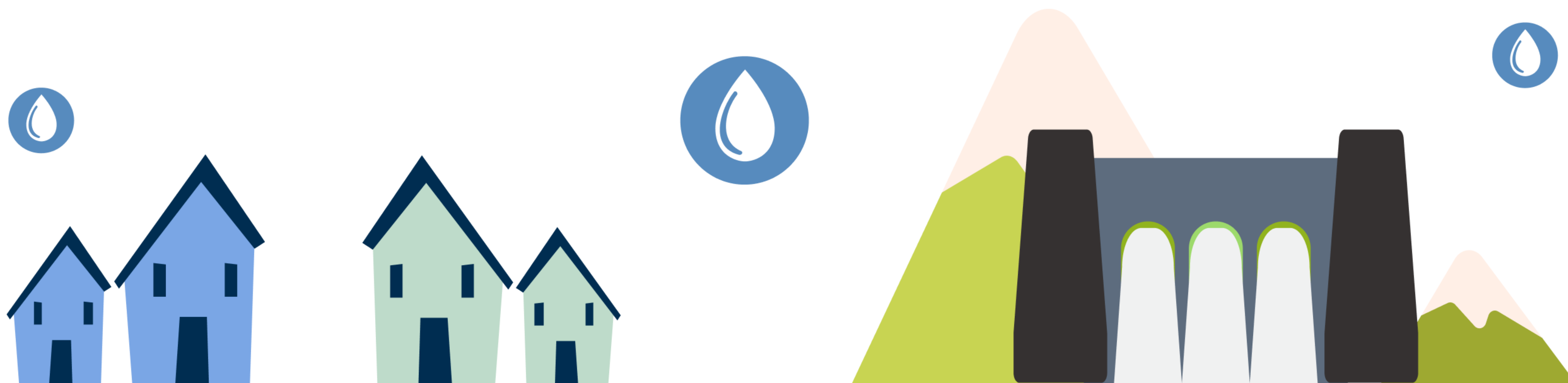
Загальний обсяг додаткових викидів, викликаних пожежами, пов'язаними з війною, оцінюється в 17,7 мільйона тонн CO₂. Викиди парникових газів, спричинені першим роком повномасштабного вторгнення, досягли 120 мільйонів тонн CO₂. Це дорівнює загальним викидам парникових газів, вироблених за той самий період у Бельгії.

- **Каховська гідроелектростанція**

6 червня 2023 року російські військові підірвали Каховську гідроелектростанцію. Багато хто, зокрема установи ЄС, засудили це знищення, кваліфікуючи його як екоцид і найгіршу екологічну катастрофу в Європі після Чорнобиля.

Зі знищенням Каховської греблі ми втратили понад 18 кубічних кілометрів прісної води. Це поглиблює кліматичну кризу, оскільки вибух греблі призвів до затоплення понад 50 000 гектарів українських лісів, – щонайменше половина з них перебуває під загрозою зникнення.

Приблизно 150 тонн токсичних промислових мастильних матеріалів випустили разом із забруднювачами з дренажних колодязів, автозаправних станцій і складів сільськогосподарських хімікатів та пестицидів, а також зруйнували наземними мінами.



FOREST GREEN ROVERS: «НАЙЗЕЛЕНІШИЙ» ФУТБОЛЬНИЙ КЛУБ СВІТУ»

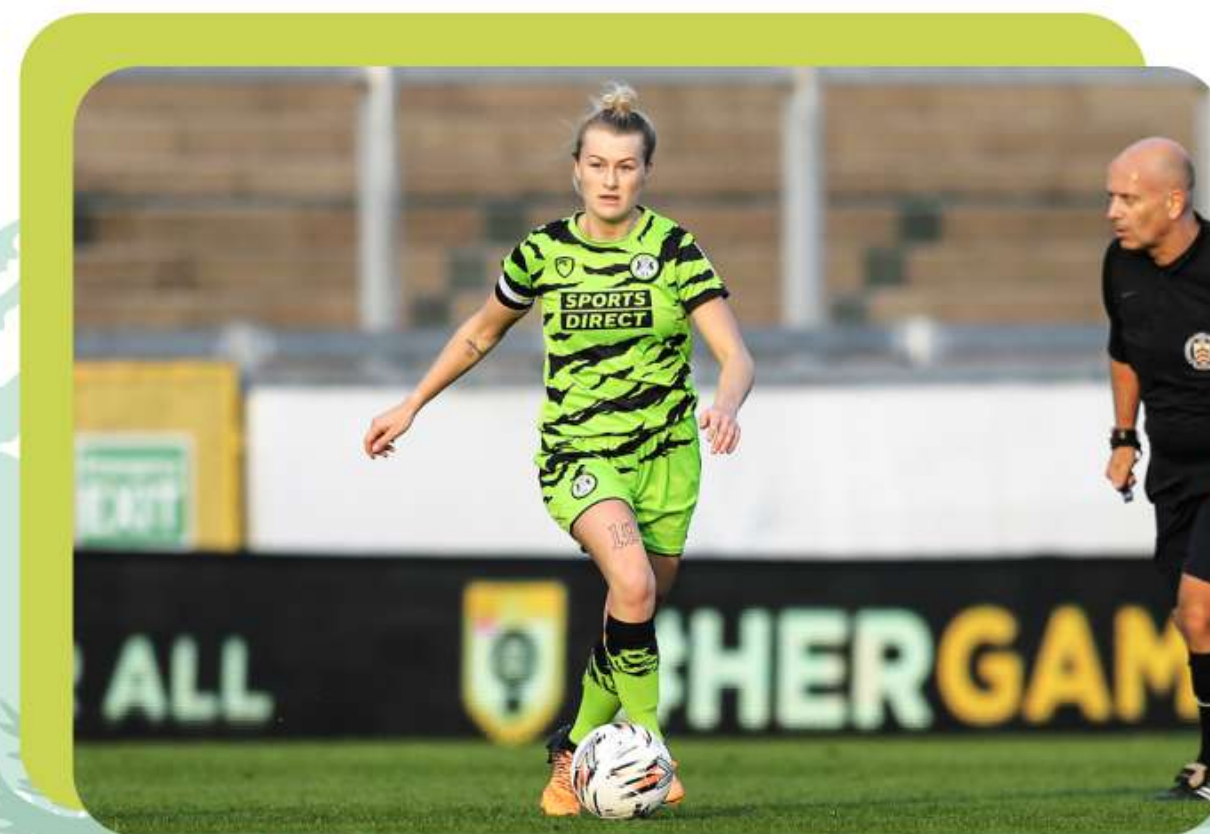
Forest Green Rovers – футбольний клуб, який грає у Football League Two, четвертому дивізіоні англійського чемпіонату.

Клуб чорно-зелених є екологічно сталим і на 100% веганським, а також є першим у світі з "нульовими викидами". Сертифікацію вони отримали безпосередньо від Організації об'єднаних націй (ООН) у 2018 році. Крім того, це перша команда, яка отримала титул "вуглецевонеutralної".

- Їхній стадіон обладнаний сонячними батареями, які постачають електроенергією всю конструкцію, трав'яне покриття, вирощене без використання хімічних добрив, а система зрошення використовує дощову воду. Табло є світлодіодними, які живляться від акумулятора, а той заряджається від сонця. Для будь-якої додаткової енергії, команда постачає Ecotricity, що забезпечує 100% відновлювану електроенергію та газ із нейтральним вуглецем.

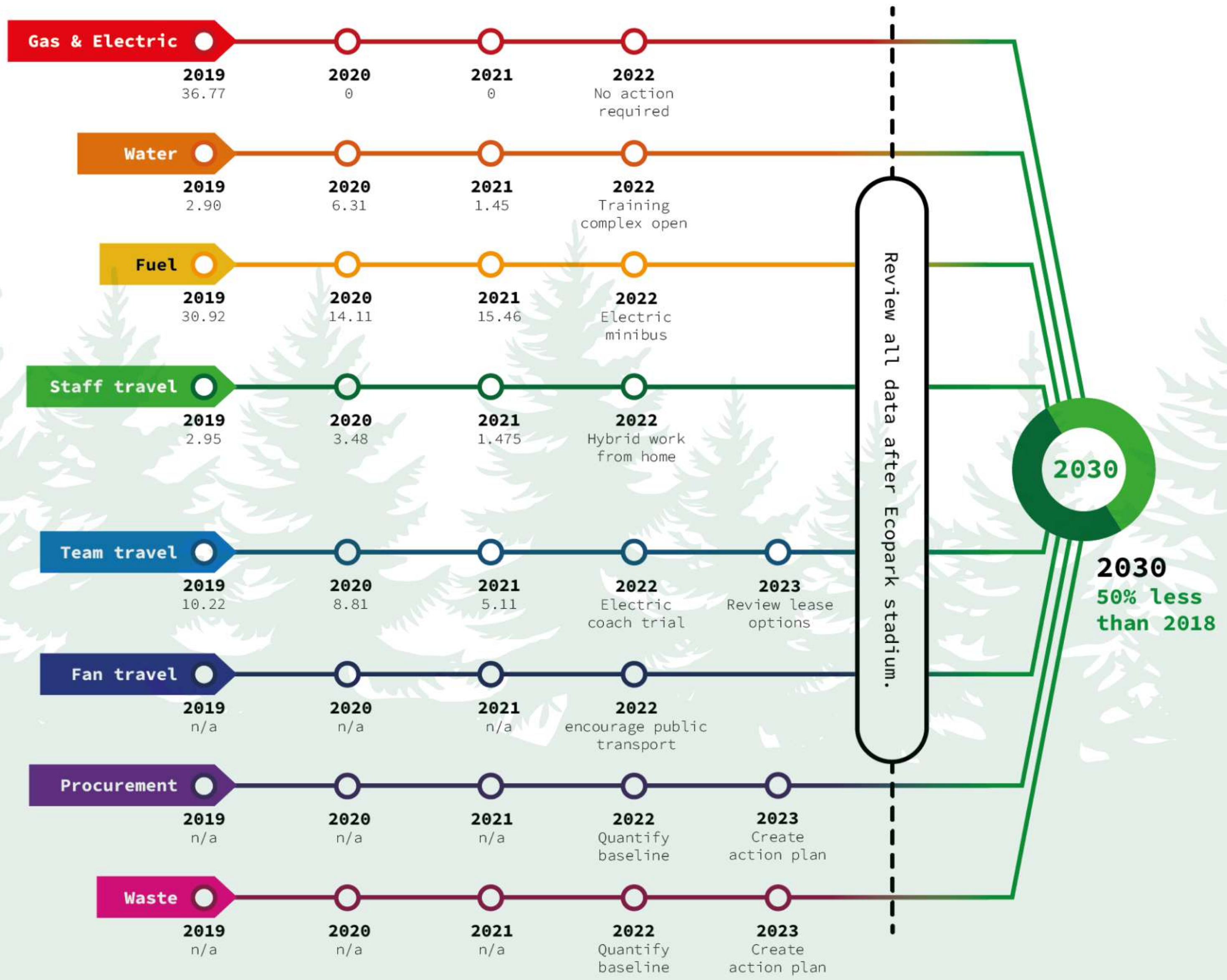
Біля стадіону є паркуванням для велосипедів або лінія пунктів зарядки електромобілів.

- Вони використовують органічну смолу, яка вловлює дощову воду та перероблює її назад для поливу, заощаджуючи дорогоцінну водопровідну воду. Є також система, яка очищає воду з туалетів уболівальників, а також перекачує її назад на поле.
- Не використовують пластикові одноразові тари – одноразові пакети замінили на багаторазові диспенсери. Усі засоби, які вони використовують для чищення, виробляються на місці та використовуються у пляшках для багаторазового використання замість того, щоб купувати продукти в одноразових контейнерах.
- Вони вимірюють їхній вуглецевий слід та зменшують його. Ця діяльність сертифікована за міжнародним екологічним стандартом ISO1400.
- Вони компенсують викиди вуглецю вболівальників, які приїхали на матч.
- Команда взяла на себе зобов'язання скоротити викиди на 50% до 2030 року. Як це планують зробити – у наступному слайді.



Forest Green Rovers FC

United Nations commitment to reducing our carbon footprint by 2030



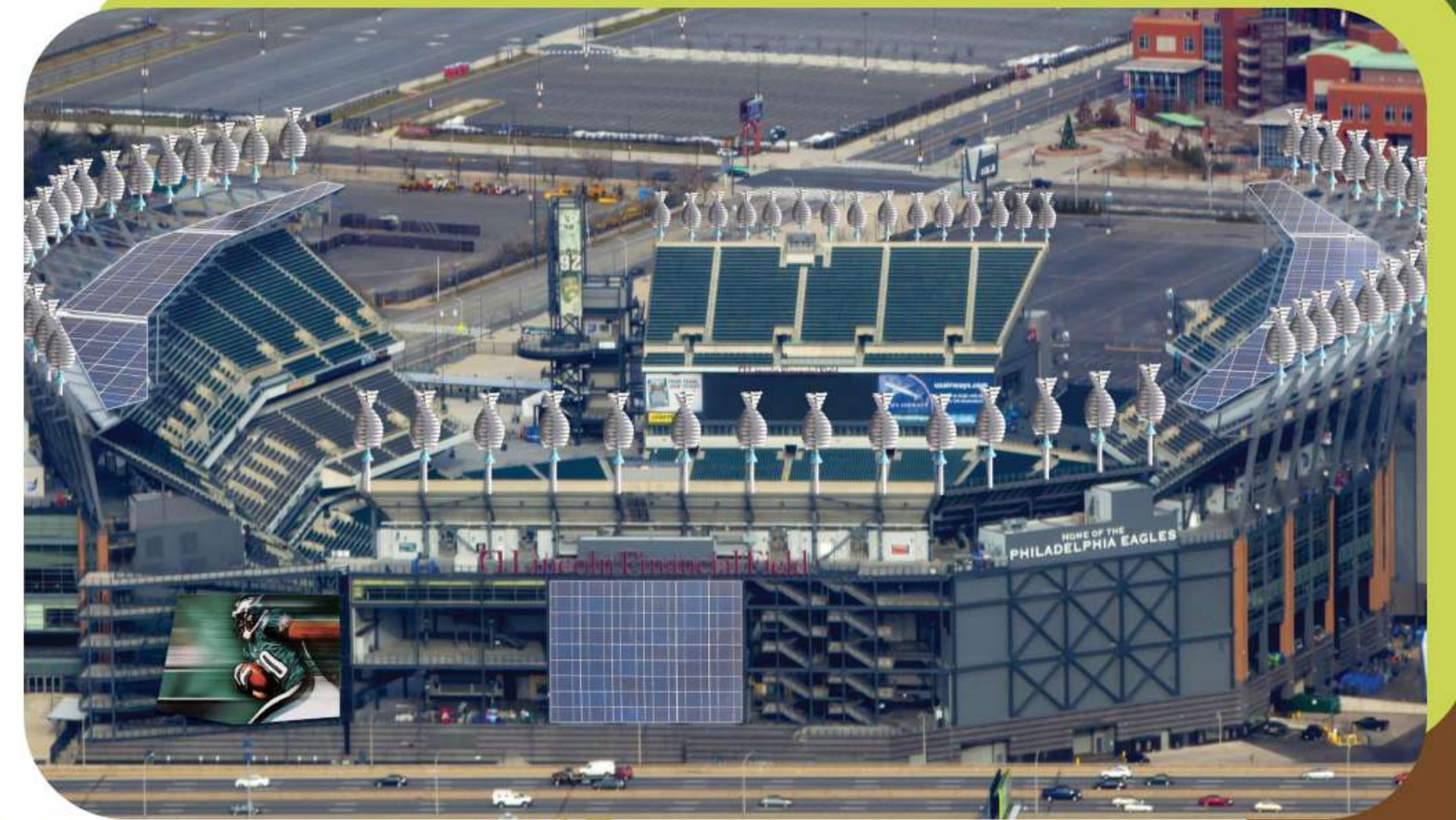
ЄВРОПЕЙСЬКИЙ ФУТБОЛ “ЮВЕНТУС”

“Ювентус” разом із організацією One Tree Planted запустив ініціативу: за кожен гол, забитий двома основними командами клубу, буде висаджено 100 нових дерев. В результаті цієї програми вже посадили 25 000 дерев.

АМЕРИКАНСЬКИЙ ФУТБОЛ PHILADELPHIA EAGLES

На стадіоні Lincoln Financial Field є 11 тисяч сонячних панелей і 14 вітрових турбін, які покривають верхню частину стадіону і виробляють третину загальної енергії всього об'єкта. Сонячні батареї забезпечують 40% енергетичних потреб клубу.

З 2015 року Eagles відмовилися від використання понад одного мільйона пластикових пляшок з водою, встановивши фонтани для фільтрації води на об'єктах команди.



У 2023 році за допомогою The Ocean Foundation і Ocean Conservancy Eagles компенсували 100% викидів вуглецю під час подорожей своєї команди шляхом відновлення морської трави та мангрових заростей у Національному дослідницькому заповіднику естуарію Джобос-Бей у Пуерто-Ріко. Eagles — перша професійна спортивна команда США, яка компенсує командні поїздки завдяки підтримці Blue Playbook Ocean Conservancy.

Заправну станцію, що розташована біля стадіону, сконструювали так, щоб використовувати всю воду та електроенергію для виробництва чистого водню. Пристрій виробляє зелений водень, беручи електроенергію від 10 456 сонячних панелей стадіону з додаванням води. Єдиним викидом від водневої енергії є водяна пара, яка є чистим паливом порівняно з бензином і дизелем. Зелений водень не забруднює довкілля та вважається найчистішою та найстійкішою формою водню.

У 2023 році Eagles стали першою професійною спортивною командою в Північній Америці, яка встановила та використовувала водневу заправну станцію для живлення своїх пасажирських транспортних засобів завдяки співпраці з PDC Machines.



БАСКЕТБОЛ

У Гонконзі побудували баскетбольний майданчик, використавши понад 20 тисяч використаних кросівок.

ВОЛЕЙБОЛ

Good Net повертає покинуті або викинуті рибальські сітки, і вони перетворюються на волейбольні сітки.

ВЕЛИКИЙ ТЕНІС

І знову Columbia Climate School. Школа дослідження клімату при Колумбійському університеті, зосереджує свою увагу на тенісі.

М'ячі Triniti – це перший екологічний і високоефективний тенісний м'яч у світі, оскільки він виробляється з новим типом з гумового сердечника, який не вимагає повітря під тиском.

Це означає, що цей м'яч може відскакувати в чотири рази довше, ніж звичайний.

ХОКЕЙ

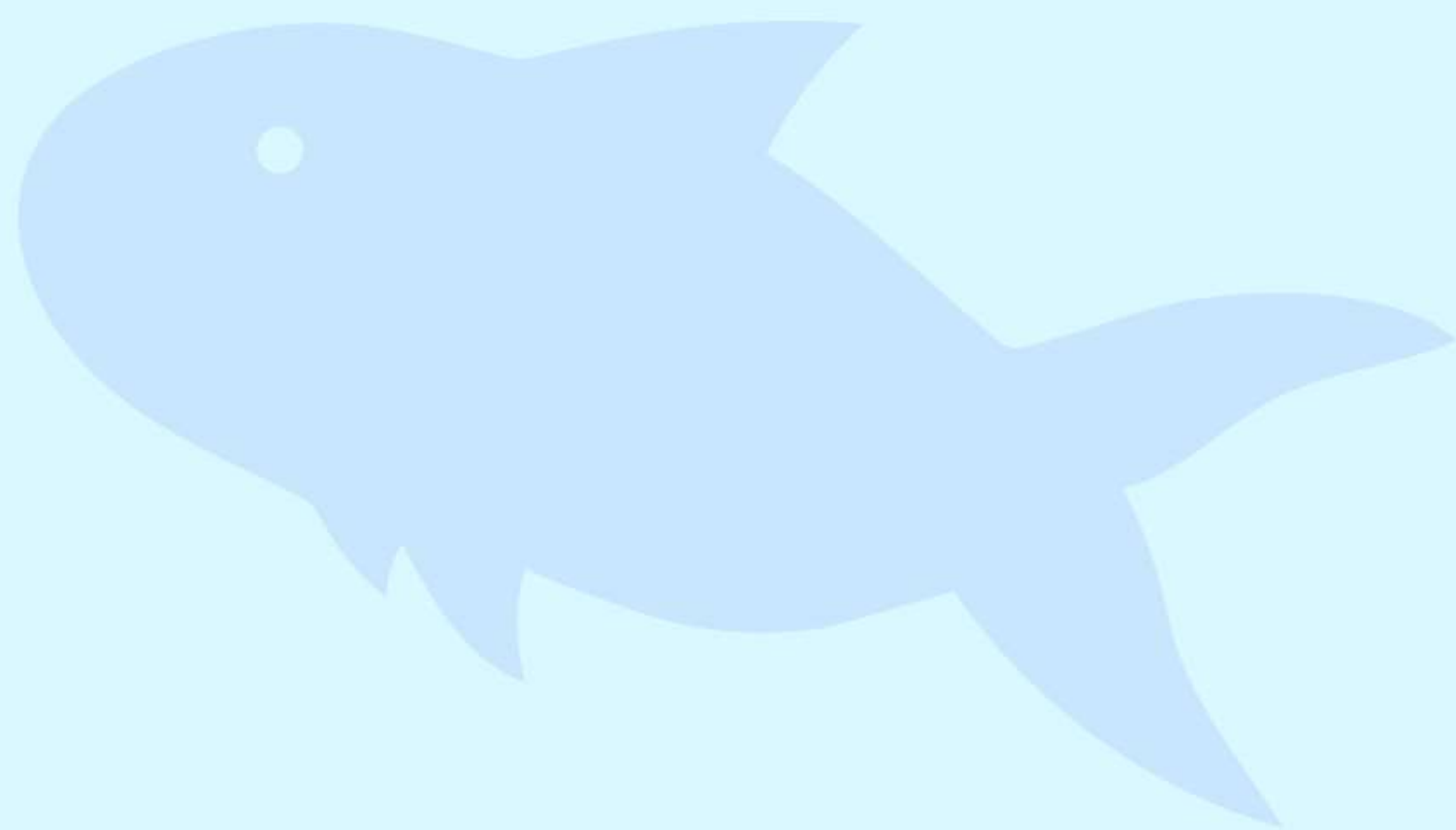


Завдяки Bioplastic Magazine, для Олімпійських ігор у Токіо–2020, стадіон встановили за технологією CO2 і Cardyon (матеріал, що складається на 20% CO2).

СЕРФІНГ



Останніми роками пошук екологічно чистих матеріалів став пріоритетом для виробників дощок для серфінгу. Так, австралійська компанія Spooked Kooks зуміла створити дошку для серфінгу, повністю виготовлену з переробленого пластику.

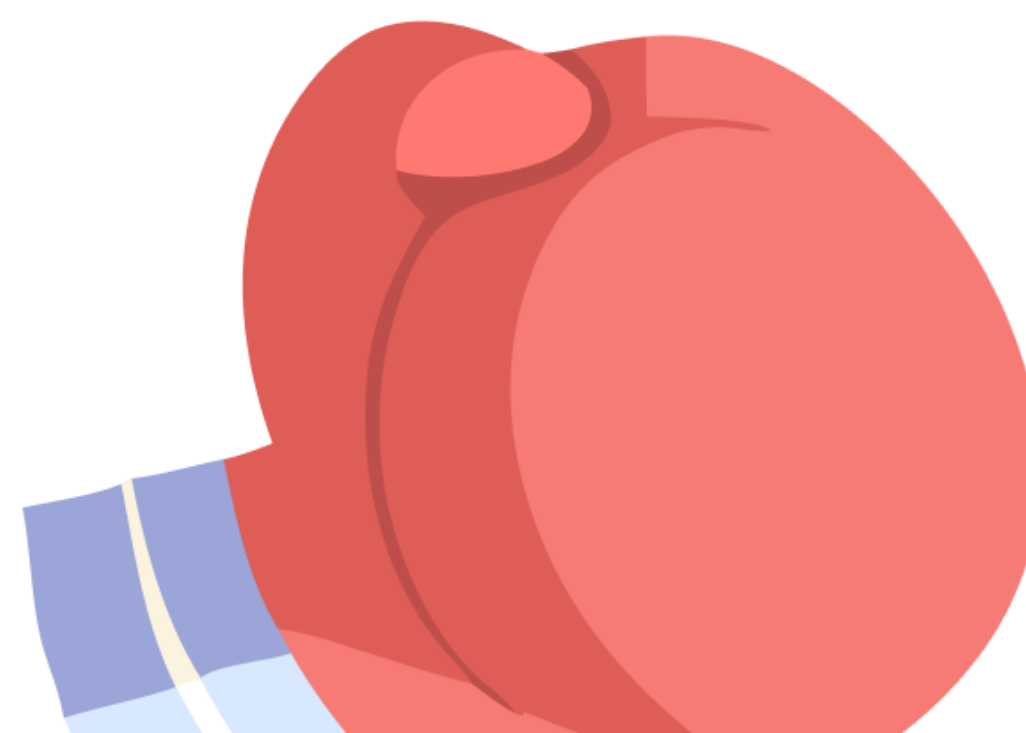


ПЛАВАННЯ

1. Міжнародна компанія Speedo, яка базується у Великобританії, у 2020 році розробила лінійку купальників і аксесуарів, виготовлених з перероблених матеріалів. Наприклад, їхня серія купальників "Speedo Eco Endurance+" виготовляється з переробленого поліестеру, що знижує потребу у нових пластикових матеріалах і зменшує відходи. Споживачі також можуть повернути старі купальники для перероблення. Ця ініціатива дозволяє зменшити кількість відходів і підтримувати циркулярну економіку, де використані матеріали знаходять нове життя у нових продуктах.
2. Плавальний клуб Bluewater у США встановив системи повторного використання води в басейнах, що дозволяє значно знизити споживання води. Також клуб активно займається прибиранням берегових ліній та організовує екологічні заходи для підвищення свідомості серед своїх членів.

БОКС

1. World Boxing Council (WBC) запровадив "зелений пояс" для чемпіонів, виготовлений з екологічно чистих матеріалів, включаючи перероблений пластик і натуральну шкіру. Ця ініціатива спрямована на підвищення обізнаності про важливість екологічної сталості в спорті.
2. Green Hill Sports, виробник боксерського обладнання, використовує перероблені пластикові матеріали для виробництва боксерських рукавичок, шоломів та іншого спортивного обладнання. Це допомагає зменшити кількість пластикових відходів і знижує потребу у виробництві нових пластиків. Для виготовлення спортивного одягу та аксесуарів використовуються тканини, виготовлені з перероблених матеріалів або органічної бавовни. Компанія отримала сертифікати від міжнародних екологічних організацій, які підтверджують відповідність її продукції та виробничих процесів високим стандартам екологічної сталості.





ЕКОЛОГІЧНА СТІЙКІСТЬ

МІЖНАРОДНІ УГОДИ У НАПРЯМКУ СТАЛОГО ЗЕЛЕНОГО МАЙБУТНЬОГО



РАМКОВА ПРОГРАМА «СПОРТ ЗАРАДИ КЛІМАТУ»

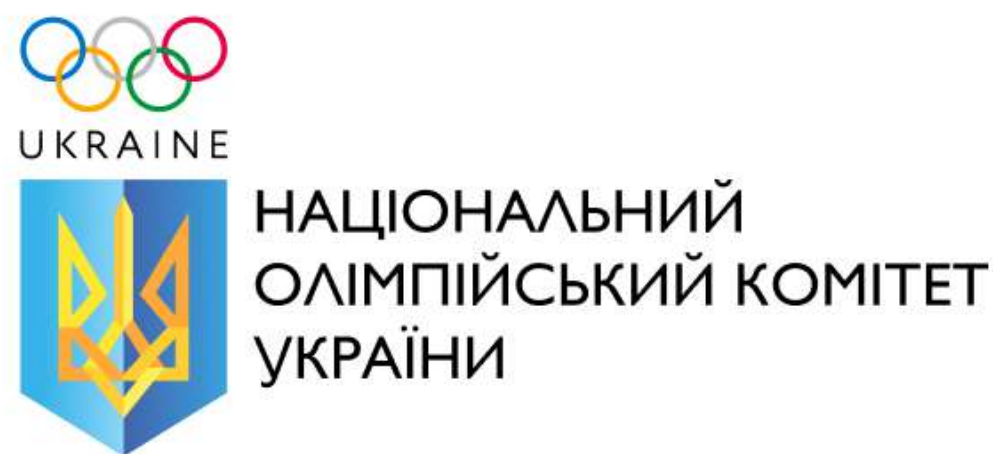
Sports for Climate Action Framework підписали **280 спортивних організацій** та установ у спортивній індустрії, які **зобов'язались узгодити спорт із цілями Паризької угоди**. Ось деякі з найвідоміших підписантів:



International
Olympic
Committee



FIFA



- Низку амбітних цілей скорочення викидів оголосили у межах Рамкової програми РКЗК ООН «Спорт заради клімату» (S4CA) на COP26. Серед них – досягнення «чистого нуля» до 2040 року та скорочення викидів парникових газів на 50% щонайпізніше до 2030 року.
- Це стало відповіддю на науковий консенсус щодо того, що світові потрібно вдвічі скоротити викиди до 2030 року та досягти «чистого нуля» до 2050 року.
- Усіх нових і чинних членів S4CA закликають прийняти нові цілі відповідно до цієї Рамкової програми, яка спрямована на об'єднання спортивних організацій, команд, спортсменів і вболівальників для активізації кліматичних дій та підвищення обізнаності щодо нагальної необхідності досягнення цілей Паризької угоди.
- *«Чотири роки після того, як ми запустили Рамкову програму «Спорт заради клімату», понад 280 спортивних організацій взяли на себе зобов'язання досягти головних цілей узгодження спорту з цілями Паризької угоди»,* – сказала Патрісія Еспіноза, виконавча секретарка ООН зі зміни клімату, під час запуску програми.



- «Сектор охоче прийняв виклик, але також сказав нам, що хоче робити більше і робити це швидше. Зараз перед цими організаціями стоїть завдання скоротити викиди на 50 відсотків щонайпізніше до 2030 року та досягти нульових викидів до 2040 року», – додала Еспіноза.
- Крім того, підписанти зобов'язуються подавати плани з окресленням конкретних дій для досягнення цілей до 2030 року, а також щорічно звітувати про загальний прогрес із зобов'язаннями.
- Нещодавно також оголосили, що підписанти Sports for Climate Action, які приймуть ці цілі, офіційно приєднаються до Race to Zero, коаліції провідних ініціатив чистого нуля. Вона представляє 733 міста, 31 регіон, 3067 компаній, 173 найбільших інвесторів і 622 вищі навчальні заклади.



ПОРАДИ

ЯК Я МОЖУ МІНІМІЗУВАТИ ВПЛИВ НА ДОВКІЛЛЯ
ТА ЗНИЗИТИ ВУГЛЕЦЕВИЙ СЛІД



1. Транспорт

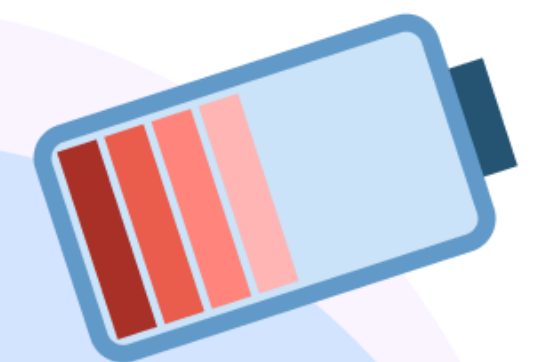
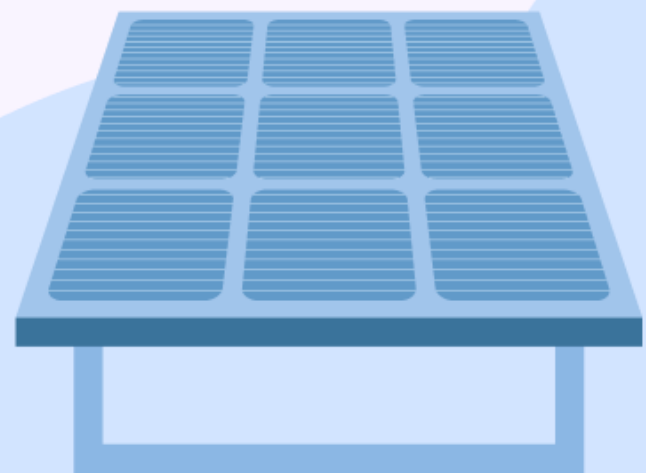
- Користуватись велосипедом, громадським транспортом або електромобілем.
- Менше літати, краще користуватись потягом при подорожі на короткі дистанції.

2. Харчування

- Купувати місцеву їжу. Споживати продукти, вирощені або виготовлені в Україні, а краще – у населеному пункті біля вашого місця проживання.
- Не використовувати одноразові пластикові пляшки або стаканчики на тренуванні. Беріть свою пляшку з водою.

3. Одяг

- Носити одяг, вироблений із перероблених матеріалів. Або купувати одяг, який вже був у використанні.
- Купувати лише необхідний одяг. Ремонтувати старий. Віддавати вже непотрібні речі людям, які потребують допомоги.
- Купувати одяг брендів, які відповідально ставляться до довкілля.
- Намагатись менше купувати одяг з бавовни, бо від моменту вирощення рослини до вироблення продукту споживається величезна кількість води. Для прикладу: для виготовлення 1 пари джинсів потрібно 8 000 літрів води.



4. Енергія (сонце, електроенергія)

- Вимикати світло в спортивному залі на тренувальному майданчику, коли тренування закінчилось, або природного світла достатньо.
- Поставити сонячні батареї для генерації енергії для освітлення приміщення.
- Використовувати енергозберігаючі лампи.
- Вимикати ноутбук, зарядний пристрій, телевізор, пральну машинку з розетки, якщо ви ними не користуєтесь. Енергія споживається навіть якщо зарядний пристрій підключений до електромережі без телефону.



5. Роздільний збір сміття

- Усі відходи розподіляти за типом та здавати окремо. У такому випадку сміття перетворюється на сировину, з якої можуть бути вироблені нові товари. Або ж, це сміття може бути правильно утилізовано, без шкоди для довкілля (Наприклад, батарейки, акумулятори, лампи розжарювання і т.д.).



6. Вода, папір

- Економити воду, коли чистите зуби або миєте посуд.
- Після тренування використовувати воду в душі обмежено, закривай кран. Вода має обмежені ресурси.
- Не друкувати файли, квитки – те, що можна використовувати онлайн.
- Використовувати перероблений папір.
- Купувати товари у паперовому пакованні, якщо там є значок FSC. (Forest Stewardship Council, FSC) – неурядова некомерційна організація, яку заснувала група екологічних організацій, лісових компаній, трейдерів та лісових профспілок. Сертифікація паперу FSC означає, що він зроблений з деревини, використання якої не загрожує біорізноманіттю, не зменшує їхню продуктивність і екологічні функції лісів.

Я використовую багаторазові пляшки для води в тренувальних комплексах, це скорочує кількість пластику.

Олександр Желтяков,
український плавець, чемпіон Європи, чемпіон світу серед юніорів, призер юніорського чемпіонату Європи, рекордсмен України.



ЯК Я МОЖУ КОМПЕНСУВАТИ МІЙ ВУГЛЕЦЕВИЙ СЛІД?



Чому висадка дерев компенсує вуглецевий слід

Дерева і рослини поглинають вуглекислий газ (CO₂) під час фотосинтезу – процесу, в якому рослини використовують світло для перетворення CO₂ і води в кисень (O₂) і глюкозу. CO₂, що є в атмосфері вбудовується в структуру рослин, зменшуючи загальну кількість вуглекислого газу в повітрі. Так, висадка дерев допомагає зменшити кількість парникових газів, які спричиняють глобальне потепління.

Одне дерево за своє життя (приблизно 40 років) абсорбує близько 1 тонни CO₂ ([Worldometer](#))

Середньостатистичний річний вуглецевий слід на одну людину в світі становить приблизно 4,8 тонн CO₂. ([Worldometr](#))

Щоб компенсувати цей вуглецевий слід за 40 років, потрібно висадити приблизно 960 дерев.

А скільки дерев вже посадив ти?

ЩО ВИ Б ПОРЕКОМЕНДУВАЛИ ТОМУ, ХТО ПРАГНЕ ПОЄДНУВАТИ СПОРТ ТА ТУРБОТУ ПРО ДОВКІЛЛЯ?

Тим, хто займається спортом, я б рекомендувала використовувати екологічні матеріали для спорядження, брати участь у спортивних заходах, що підтримують екологічні ініціативи.

Ірина Коляденко,

українська спортсменка-борчиня, триразова чемпіонка Європи, срібна призерка Чемпіонату світу, призерка Олімпійських ігор.





Шукайте бренди, які використовують перероблені матеріали або органічні тканини. Наприклад, компанії, що спеціалізуються на спортивному одязі з переробленого пластику або з натуральних матеріалів. Також це використання багаторазових пляшок для води, нержавіючої сталі чи скла.

Марина Алексієва,

українська плавчиня-синхроністка, призерка Олімпійських ігор.

Я б радила намагатись зменшити кількість викидів CO₂. Це означає — відмовитись від поїздок автомобілем до спортивних заходів, використовувати більше велосипеди або громадський транспорт.

Марина Литовченко,

українська настільна тенісистка, майстриня спорту України міжнародного класу,

чемпіонка Паралімпійських ігор.



СОЦІАЛЬНА СТІЙКІСТЬ

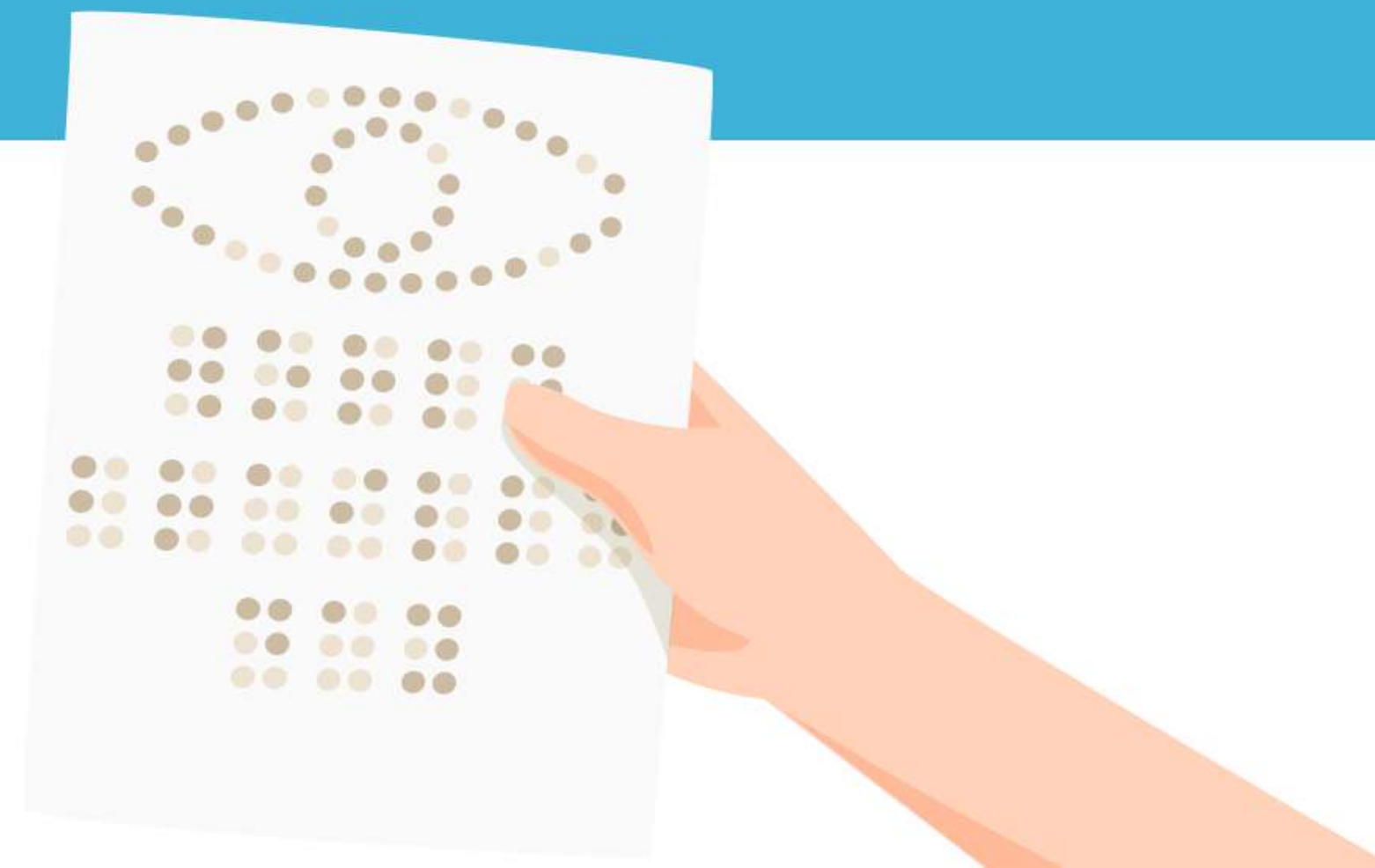
ОСНОВНІ ПОНЯТТЯ



Безбар'єрне суспільство – це суспільство, в якому ми замість бар'єрів відкриваємо можливості.

Доступність – це усунення фізичних бар'єрів і створення умов, за яких кожна людина буде почуватися комфортно будь-де. Адже іноді людина, яка користується кріслом колісним або спирається на милиці, не може пройти до магазину через високі бордюри або занадто крутий нахил пандуса. Тоді як повна доступність передбачає, що людина зможе користуватися навколишнім простором самостійно, без сторонньої допомоги.

Доступність буває не тільки архітектурною, а й інформаційною: наприклад, викладення інформації шрифтом Брайля для людей з порушенням зору або використання жестової мови для нечуючих людей. Доступність стосується місць навчання і праці, житла, громадських закладів, транспорту, вулиць, – зрештою, всього, що нас оточує.



Недискримінація передбачає і гарантує рівне ставлення до різних людей. Це означає, що ніхто не може бути виключений або обмежений у своїх правах та можливостях через те, що він чи вона якось відрізняється від інших. До цих ознак належать стать, вік, подружній статус, мовні ознаки, раса, релігійні чи політичні переконання, походження і місце народження, сексуальна орієнтація та гендерна ідентичність тощо.

Толерантність – повага, сприйняття та розуміння різноманіття культур нашого світу, форм самовираження та самовиявлення людської особистості.

Бути толерантним не означає поступатися, потурати чи проявляти свою поблажливість і відмовлятися від якихось своїх переконань. Бути толерантним – це безконфліктно визнавати право людей відрізнятися, дотримуватися своїх переконань і визнавати таке право за іншими. Бути толерантним – це відмовитися від догматизму й абсолютизму і не нав'язувати свої погляди іншим людям.



Ментальне здоров'я – це стан психічного і емоційного добробуту, який дозволяє людині відчувати гармонію з собою та світом навколо. Це стан, у якому особа може адаптуватися до стресових ситуацій, розвивати стійкість до негативних впливів, підтримувати позитивні стосунки з іншими та досягати особистих цілей.

Воно проявляється в здатності розпізнавати і керувати власними емоціями, розвивати позитивне ставлення до себе, бути творчим і продуктивним, а також знаходити задоволення у житті. Ментальне здоров'я включає такі аспекти:

- емоційна стійкість: здатність розпізнавати та регулювати свої емоції, а також виявляти емоційну стійкість у важких ситуаціях;
- самосвідомість: здатність розуміти свої думки, переживання та реакції, а також виявляти глибоке розуміння себе;
- соціальні вміння: здатність взаємодіяти з іншими людьми, розвивати і підтримувати позитивні стосунки, адекватно розв'язувати конфлікти та співпрацювати;

- адаптація: здатність адаптуватися до змін у житті, включаючи нові ситуації, виклики і невідомі обставини;
- самореалізація: розвиток свого потенціалу, досягнення особистих цілей і задоволення від досягнень;
- стрес-менеджмент: здатність ефективно справлятися зі стресом, знаходити способи розслаблення та відновлення.



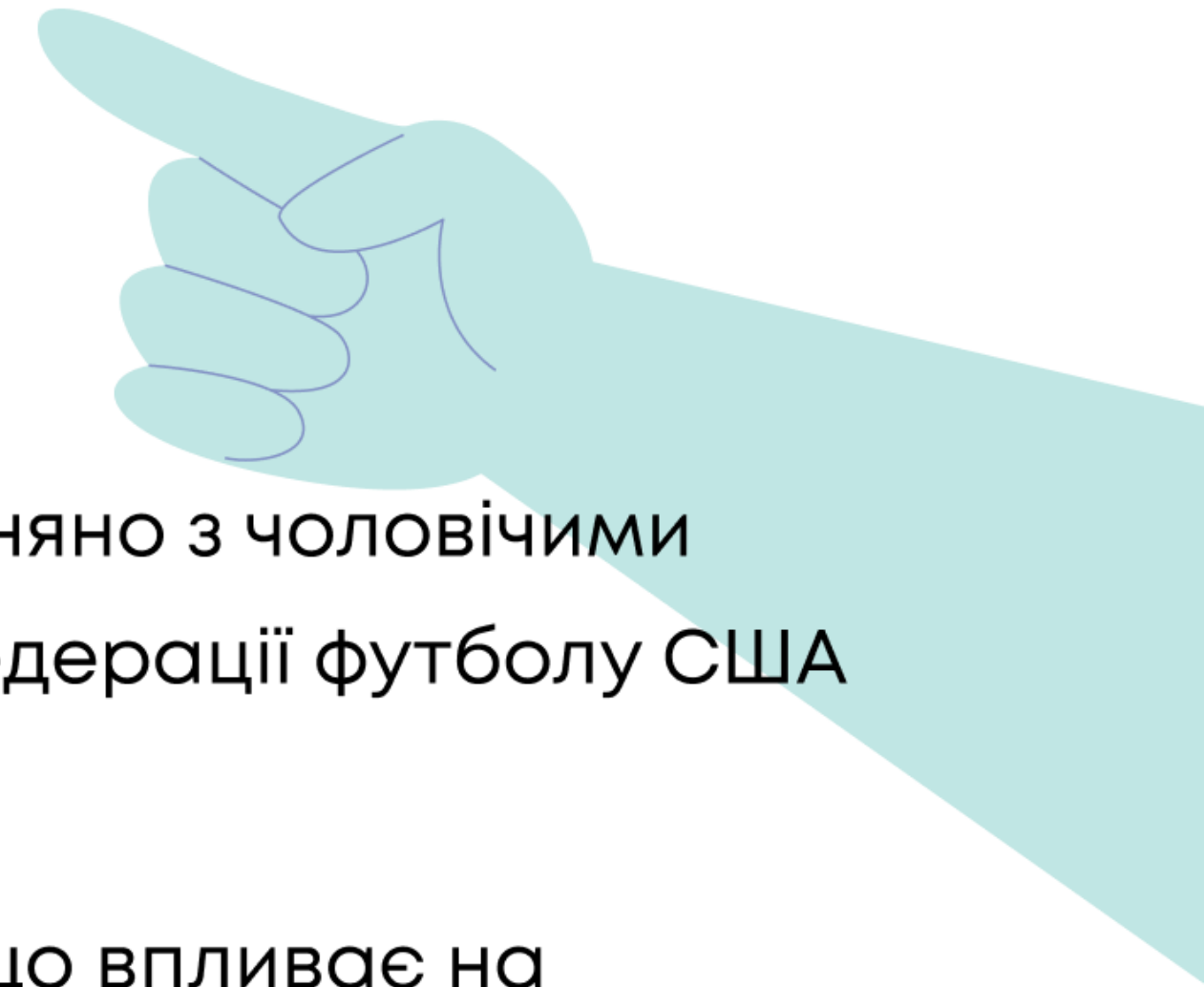
ДИСКРИМІНАЦІЯ У СПОРТІ

це несправедливе або нерівне ставлення до спортсменів на основі їхньої статі, раси, етнічної приналежності, сексуальної орієнтації, фізичних можливостей або інших характеристик. Вона може проявлятися в різних формах, таких як нерівний доступ до ресурсів, нижча оплата праці, упереджене суддівство, недостатнє висвітлення в медіа або відсутність можливостей для участі в змаганнях.

1. ГЕНДЕРНА ДИСКРИМІНАЦІЯ:

Оплата праці: Жіночі спортивні команди часто отримують значно меншу оплату порівняно з чоловічими командами. Наприклад, футболістки національної збірної США подали позов проти Федерації футболу США через нерівну оплату праці, попри більші успіхи на міжнародній арені.

Медіависвітлення: Жіночий спорт зазвичай отримує значно менше висвітлення в ЗМІ, що впливає на популярність і спонсорську підтримку. Дослідження показали, що в новинах і спортивних програмах жіночий спорт висвітлюється набагато рідше, ніж чоловічий.



2. РАСОВА ДИСКРИМІНАЦІЯ:

Упереджене суддівство: Афроамериканські спортсмени, особливо в таких видах спорту як фігурне катання і гімнастика часто зіштовхуються з упередженим суддівством, що впливає на їхні результати.

Образи і насильство: У футболі гравці з Африки та інших країн нерідко зіштовхуються з расистськими висловленнями з боку вболівальників, як це було у випадку з італійським футболістом Маріо Балотелл. Йому доводилось залишати поле через расистські вигуки.

3. ДИСКРИМІНАЦІЯ ЗА СЕКСУАЛЬНОЮ ОРІЄНТАЦІЄЮ:

Відсутність підтримки: Спортсмени-ЛГБТКІА+ часто не отримують підтримки від своїх колег і організацій, що може призвести до дискримінації і булінгу. Наприклад, футболіст Джастін Фашану з Великої Британії зіштовхувався з тиском і дискримінацією через свою сексуальну орієнтацію.

4. ДИСКРИМІНАЦІЯ ЗА ФІЗИЧНИМИ МОЖЛИВОСТЯМИ:

Недоступність інфраструктури: Спортсмени з інвалідністю часто зіштовхуються з обмеженим доступом до спортивних об'єктів і необхідного обладнання. У деяких країнах паралімпійці мають менші можливості для тренувань і змагань порівняно з олімпійцями.



СОЦІАЛЬНА СТІЙКІСТЬ

ТРЕНДИ СТАЛОГО РОЗВИТКУ У СПОРТІ



СВІТОВІ ТРЕНДИ У СОЦІАЛЬНІЙ СТІЙКОСТІ В СПОРТІ ОХОПЛЮЮТЬ РІЗНІ АСПЕКТИ, СПРЯМОВАНІ НА ПОКРАЩЕННЯ СОЦІАЛЬНОГО ДОБРОБУТУ ЧЕРЕЗ СПОРТИВНІ ІНІЦІАТИВИ. ОСНОВНІ НАПРЯМКИ:

Інклюзивність та рівність:

- Гендерна рівність. Різні спортивні організації працюють над тим, щоб забезпечити рівні можливості для жінок і чоловіків, як у професійному спорті, так і на рівні громад.
- Інклюзія людей з інвалідністю. Розширюється доступність спортивних заходів для людей з інвалідністю, разом з розвитком паролімпійського руху та створенням інклюзивної інфраструктури.
- Спорт для розвитку громад. Використання спорту як інструменту для розвитку соціальної згуртованості.
- Програми для молоді. Ініціативи, що сприяють розвитку навичок молоді через спорт, зокрема програми для підвищення лідерських якостей, самодисципліни та командної роботи.

Психічне здоров'я:

- Підтримка психічного здоров'я спортсменів. Розробка програм для підтримки психічного здоров'я професійних спортсменів, включаючи консультування та тренінги.
- Освітні ініціативи. Підвищення обізнаності про важливість психічного здоров'я через спортивні платформи.
- Викорінення расизму.
- Доступність і безбар'єрність занять спортом для всіх.
- Забезпечення дотримання прав людини та конкретні дії солідарності.



Соціальна відповідальність:

- Спортивні організації все більше включають соціальні аспекти у свою діяльність, звертаючи увагу на включення, рівність та різноманітність. Вони можуть сприяти розвитку спільнот, підтримувати освітні та медичні програми для молоді та людей з інвалідністю, та виконувати інші дії, що сприяють соціальному розвитку.

ДОСТУПНІСТЬ ДЛЯ ЛЮДЕЙ З ІНВАЛІДНІСТЮ

ОСНОВНІ ТРЕНДИ. ПРИКЛАДИ

Доступність спорту для людей з інвалідністю

- 1. Паралімпійські ігри:** Найбільш відомий приклад доступності спорту для людей з інвалідністю. Ігри проводяться паралельно з Олімпійськими іграми і включають широкий спектр видів спорту для спортсменів з різними видами інвалідності.
- 2. Invictus Games:** Ігри для поранених і хворих військовослужбовців та ветеранів, які підтримують реабілітацію через спорт. Їх заснував принц Гаррі.
- 3. Різні національні програми:** Наприклад, у США існують організації як Challenged Athletes Foundation (CAF), які підтримують спортсменів з інвалідністю, забезпечуючи їх необхідним обладнанням і фінансовою підтримкою для участі у змаганнях.
- 4. Спеціальна олімпіада:** Ці приклади показують, що спорт стає все більш доступним і безбар'єрним для всіх, попри стать чи фізичні можливості ([Women's Sports Foundation](#)) ([National Women's Law Center](#)).

Програми Diversity & Inclusion у різних видах спорту

- 1. WNBA (США):** Жіноча баскетбольна ліга активно просуває рівність та інклюзивність, підтримуючи різноманітні ініціативи, спрямовані на підвищення обізнаності про соціальні проблеми та залучення жінок до спорту на всіх рівнях.
- 2. Women in Sports and Events (WISE):** Ця організація працює на глобальному рівні, спрямовуючи свої зусилля на просування жінок у спортивних та розважальних галузях через освіту, мережеві можливості та професійний розвиток.
- 3. Women's Sports Foundation (WSF):** Заснована Біллі Джин Кінг, ця організація займається просуванням гендерної рівності в спорті, забезпечуючи фінансову підтримку, ресурси та освітні програми для дівчат і жінок у спорті (Olympics) (The HISTORY Channel) (Wikipedia).

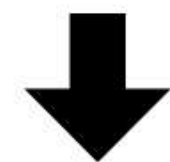


Зростання жіночих спортивних команд було значним з початку 20-го століття до сьогодні.

Початок 1900-х років: На межі 20-го століття участь жінок в організованих видах спорту була дуже обмеженою. Олімпійські ігри 1900 року в Парижі стали першими, на яких жінкам дозволили змагатися: 22 жінки з 997 спортсменів взяли участь у 5 видах спорту (теніс, вітрильний спорт, крокет, кінний спорт і гольф) ([The HISTORY Channel](#)).



Епоха Title IX (1972): Прийняття Title IX у США в 1972 році стало знаковою подією, яка забороняла дискримінацію за статевою ознакою в освітніх програмах і заходах, що отримують федеральну фінансову допомогу. Цей закон різко збільшив кількість спортсменок у школах і коледжах. До 1978 року виконання закону стало обов'язковим. Тож кількість дівчат у старших класах, які займаються спортом, збільшилася в 6 разів порівняно з 1970 роком.



СЬОГОДЕННЯ

2020-ті роки характеризуються безпрецедентним зростанням жіночого спорту. Наприклад, на Олімпійських іграх 2016 року в Ріо-де-Жанейро змагалася найбільша кількість жінок в історії США – 292 спортсменки у порівнянні з лише 90 у 1972 році. Глобально події, такі як Чемпіонат світу з футболу серед жінок і Жіночий чемпіонат Європи, отримали значну глядацьку аудиторію, при чому Чемпіонат світу 2023 року досяг високої популярності (Nielsen).

Міжнародний олімпійський комітет (МОК) постійно просуває гендерну рівність, прагнучи забезпечити рівне представництво на Іграх.

Олімпіада в Парижі 2024 року вперше в історії представляла однакову кількість чоловіків і жінок-спортсменів (Olympics).

[Фонд жіночого спорту](#)

[Гендерна рівність МОК](#)

[Звіт Nielsen про жіночий спорт](#)

Види спорту, які традиційно вважались чоловічими, зараз мають офіційні жіночі команди та представників.

Ось кілька прикладів:

- **Футбол:** Жіночий футбол значно виріс з моменту його першого визнання. Перший жіночий чемпіонат світу з футболу відбувся у 1991 році. Зараз жінки грають у професійних лігах по всьому світу. Жіноча національна збірна США з футболу (USWNT) є однією з найуспішніших у світі, вигравши чотири чемпіонати світу і чотири олімпійські золоті медалі.
- **Хокей:** Жіночий хокей включений в Олімпійські ігри з 1998 року, і з того часу кількість професійних та аматорських команд значно зросла. Команда "Канада" з жіночого хокею є однією з найкращих, вигравши чотири олімпійські золоті медалі.
- **Бокс:** Жіночий бокс отримав олімпійське визнання в 2012 році, і зараз проводяться численні чемпіонати світу та професійні бої.
- **Регбі:** Жіночий регбі представлений на Олімпійських іграх з 2016 року. Також існують численні професійні та аматорські ліги по всьому світу.
- **Боротьба:** Жінки почали брати участь в олімпійських змаганнях з боротьби у 2004 році. Зараз цей вид спорту популярний серед жінок у багатьох країнах.

- **Автоспорт:** Жінки також роблять значні успіхи в автоспорті. Деякі з них, як, наприклад, Даніка Патрік, стали відомими перегонницями в серіях NASCAR та IndyCar.
- **Крикет:** Жіночий крикет має свою історію змагань, і тепер існують професійні ліги та міжнародні турніри. Жіноча збірна Австралії з крикету виграла численні світові чемпіонати і є однією з найуспішніших у своєму виді спорту.
- **Баскетбол:** Жіноча національна баскетбольна асоціація (WNBA) у США включає команди, такі як "Лос-Анджелес Спаркс" і "Сіетл Сторм", які здобули перемогу у численних чемпіонатах.



ЩО Я МОЖУ ЗРОБИТИ, ЩОБ РОЗВИВАТИ ТОЛЕРАНТНІСТЬ ТА РІВНІСТЬ У СПОРТІ

1. Поважати різноманітність

- **Визнання різноманітності:** Розуміти і поважати різноманітність серед товаришів по команді, включаючи етнічні, гендерні, релігійні та інші відмінності. Використовувати фемінітиви.
- **Включення:** Забезпечувати, щоб усі члени команди відчували себе включеними та прийнятими.

2. Протидія булінгу та дискримінації

- **Виступати проти:** Активно виступати проти будь-яких проявів булінгу та дискримінації. Не мовчати, якщо хтось поводиться неправильно.
- **Підтримка:** Підтримувати тих, хто може стати жертвою дискримінації і допомагати їм отримати необхідну допомогу.

3. Навчання та самоосвіта

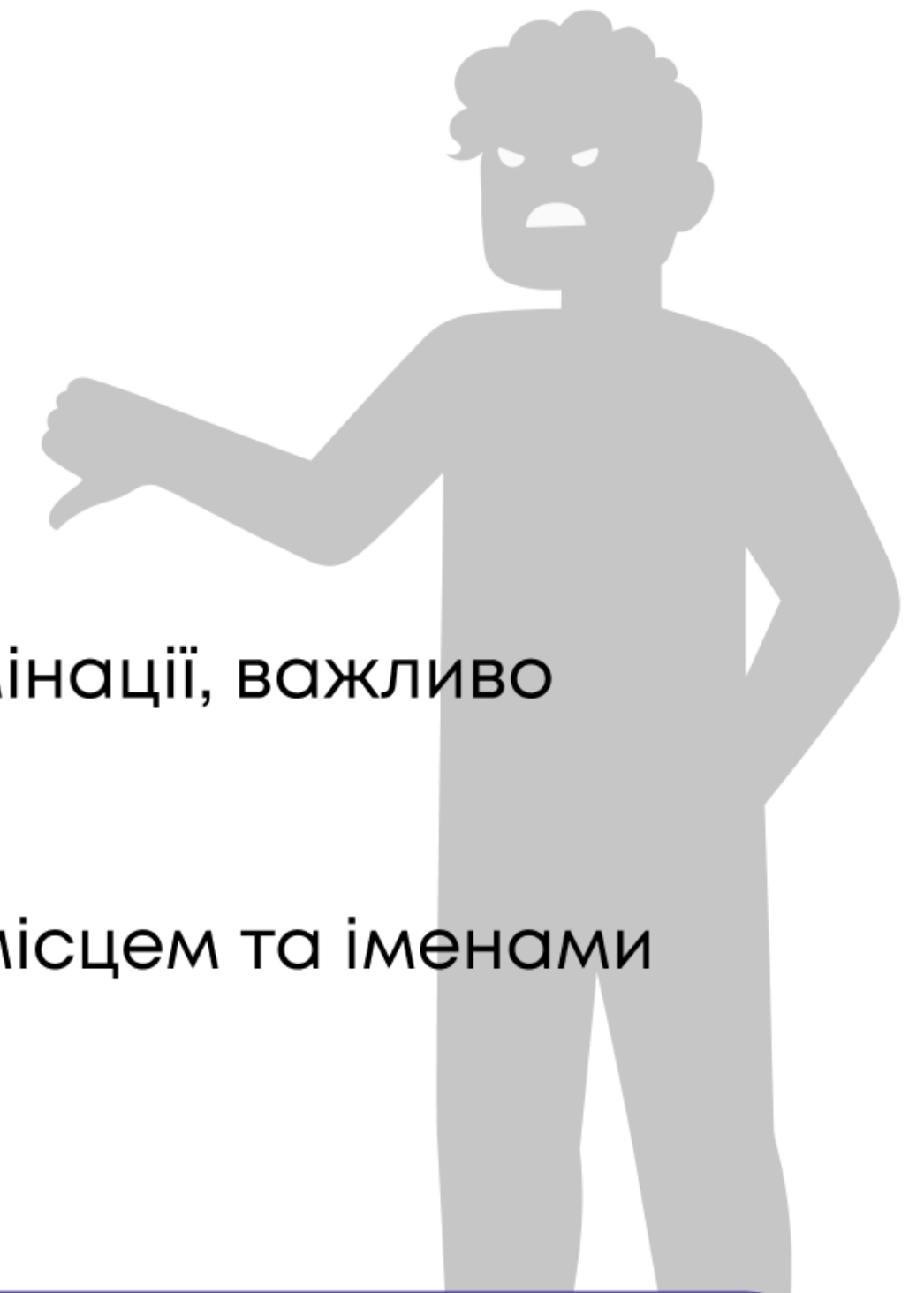
- **Розширення знань:** Вивчати питання різноманітності та інклюзії, щоб краще розуміти, як підтримувати толерантне та справедливе середовище.
- **Участь у тренінгах:** Брати участь у тренінгах та семінарах з питань різноманітності та інклюзії, якщо вони доступні.

4. Позитивний приклад

- **Позитивне лідерство:** Показувати приклад іншим своєю поведінкою, бути лідером у створенні інклюзивного та толерантного середовища.
- **Підтримка новачків:** Допомогати новим членам команди адаптуватися та відчувати себе частиною колективу.

5. Якщо вас образили, спробуйте запитати, чи у людини все гаразд. Можливо, вона засмучена або погано почувається, тому відповіла різко, і це може не мати жодного стосунку до вас.

ЯКЩО МЕНЕ ДИСКРИМІНУЮТЬ....



1. Можу звернутись до тренера або адміністрації

- **Повідомити про інцидент:** Якщо підлітка дискримінують або він стає свідком дискримінації, важливо негайно повідомити про це тренера або керівництво спортивного клубу.
- **Описати ситуацію:** Надати детальний опис того, що сталося, разом з датою, часом, місцем та іменами учасників.

2. Можу звернутись до UNICEF

Національна гаряча лінія для дітей та молоді 0 800 500 225 (з мобільного або стаціонарного телефону) або 116 111 (з мобільного).

Консультації можна також отримати онлайн:

 @childhotline_ua

 @CHL116111

 @childhotline.ukraine

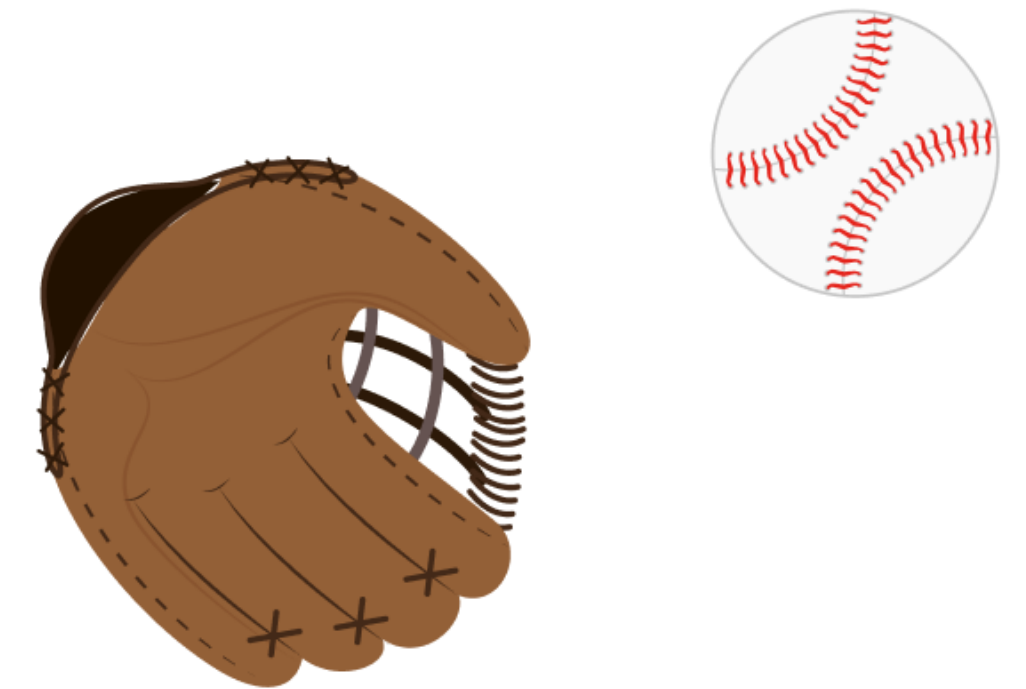
3. Можу звернутись до неурядової організації «Ла Страда-Україна»

- Діяльність організації направлена на забезпечення гендерної рівності, миробудування, запобігання гендерно зумовленому насильству, зокрема домашньому насильству, протидії торгівлі людьми та забезпечення прав дітей, сприяючи впровадженню стандартів прав людини в усіх сферах життя суспільства та держави.

Національна гаряча лінія із запобігання домашнього насильства, торгівлі людьми та гендерної дискримінації за номером 0 800 500 335 або 116 123 (з мобільного).



ВІДОМІ СПОРТСМЕНИ, ЯКІ СТАЛИ ЖЕРТВАМИ ДИСКРИМІНАЦІЇ, АЛЕ ВИЙШЛИ З СИТУАЦІЇ ПЕРЕМОЖЦЯМИ



1. ДЖЕКІ РОБІНСОН (JACKIE ROBINSON)

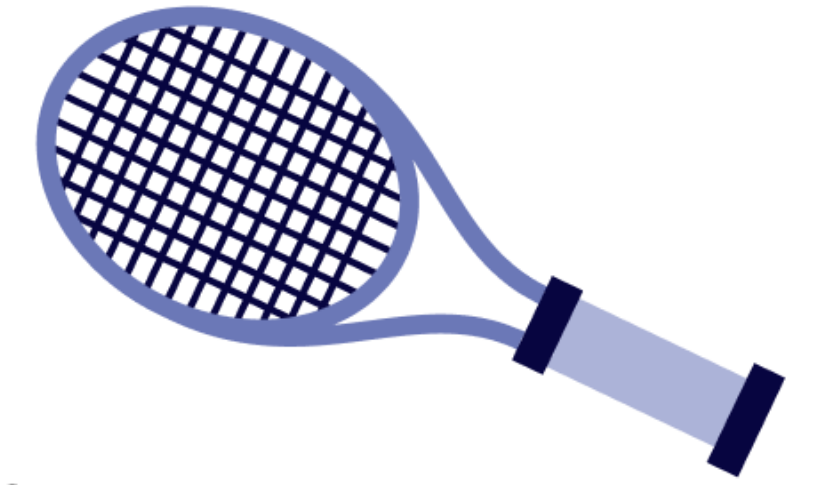
Спорт: Бейсбол

- **Ситуація:** Джекі Робінсон став першим афроамериканцем, який грав у Major League Baseball (MLB) у сучасну епоху, коли приєднався до Brooklyn Dodgers у 1947 році. Він зіштовхнувся з расовою дискримінацією як від інших гравців, так і від фанатів.
- **Результат:** Робінсон зміг подолати ці труднощі завдяки своїй видатній грі та стійкості. Він став шестиразовим учасником Матчу всіх зірок і виграв нагороду MVP у 1949 році. Його внесок допоміг змінити обличчя американського спорту та сприяти расовій інтеграції в бейсболі.



2. СЕРЕНА ВІЛЬЯМС (SERENA WILLIAMS)

Спорт: Теніс



- **Ситуація:** Серена Вільямс, одна з найвизначніших тенісисток в історії, протягом своєї кар'єри неодноразово зіштовхувалась з расовою та гендерною дискримінацією. Її критикували не лише за спортивні результати, але й за поведінку на корті та зовнішність. Окрім цього, Вільямс доводилося боротися з несправедливими рішеннями арбітрів, що відображало упереджене ставлення до неї через її расу та стать.
- **Результат:** Попри ці виклики, Серена продовжувала демонструвати високий рівень гри та залишалася прикладом стійкості і наполегливості, вигравши 23 титули Великого шлему в одиночному розряді. Вона стала символом стійкості та натхнення для багатьох жінок та афроамериканців.



3. КЕТЛІН БЕЙКЕР (KATHLEEN BAKER)

Спорт: Плавання

- **Ситуація:** Кетлін Бейкер, американська плавчиня, страждає на хронічну хворобу Крона, яка потребує постійного лікування та особливих умов для тренувань. Вона зіштовхувалась з дискримінацією через хворобу, оскільки багато хто сумнівався в її здатності досягти успіху в спорті.

- **Результат:** Попри хворобу, Кетлін виграла срібну медаль на Олімпійських іграх у 2016 році та стала світовою рекордсменкою на 100 метрів на спині у 2018 році.

4. РАФАЕЛА СІЛЬВА (RAFAELA SILVA)

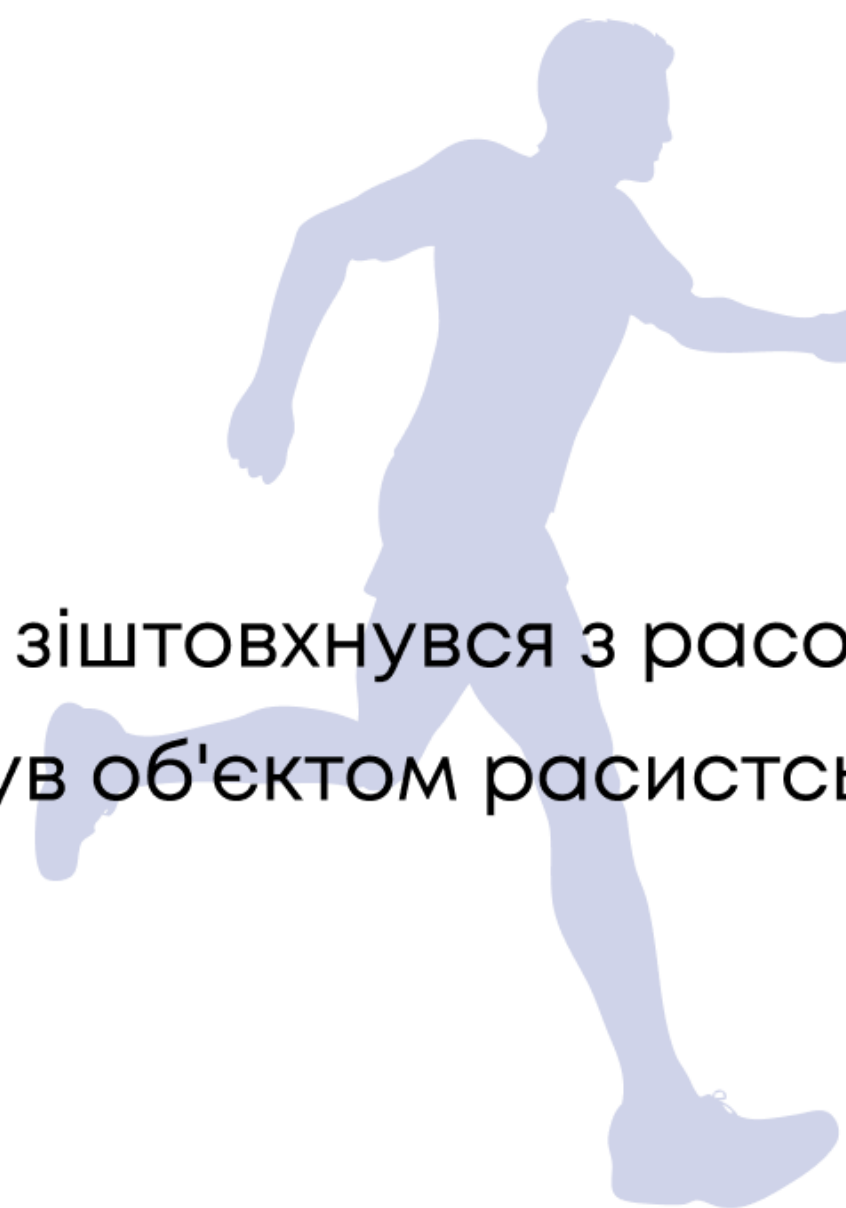
Спорт: Дзюдо

- **Ситуація:** Португальська дзюдоїстка Рафаела Сільва, яка представляла Португалію, зіштовхнулася з расовою дискримінацією і стереотипами щодо своєї етнічної приналежності.
- **Результат:** Попри це, вона продовжила тренування і стала олімпійською чемпіонкою, вигравши золоту медаль на Олімпійських іграх у Ріо-де-Жанейро у 2016 році.

5. МОХАМЕД ФАРА (MO FARAH)

Спорт: Легка атлетика

- **Ситуація:** Британський бігун сомалійського походження Мохамед Фара зіштовхнувся з расовою дискримінацією та упередженнями протягом своєї кар'єри. Він часто був об'єктом расистських образ і сумнівів щодо його таланту та походження.



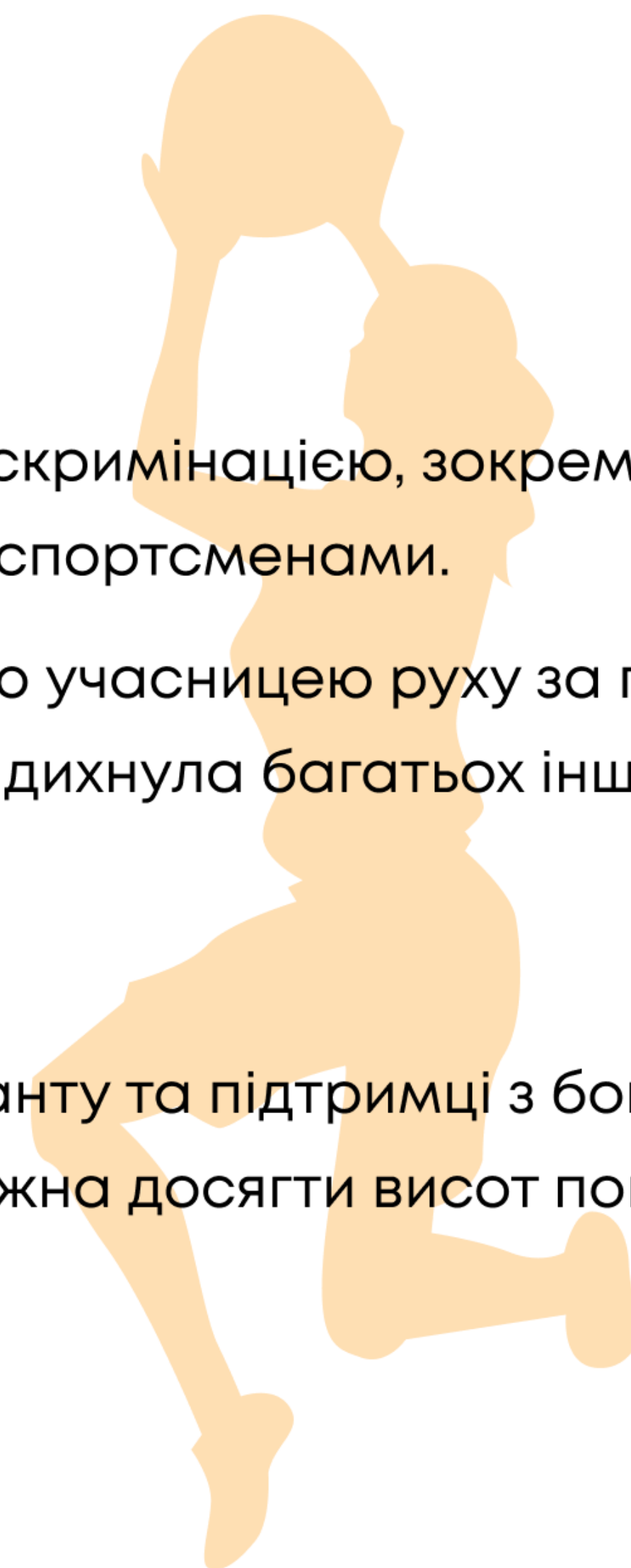
- **Результат:** Фара виграв чотири золоті олімпійські медалі та став одним із найуспішніших бігунів на довгі дистанції в історії легкої атлетики.

6. ЛІДІЯ СКАББІО (LYDIA SKABBIO)

Спорт: Баскетбол

- **Ситуація:** Італійська баскетболістка Лідія Скаббіо зіштовхнувся з гендерною дискримінацією, зокрема нижчою оплатою праці та меншим висвітлення в медіа порівняно з чоловіками-спортсменами.
- **Результат:** Скаббіо продовжила боротися за рівність у спорті та стала активною учасницею руху за права жінок у спорті. Вона допомогла привернути увагу до проблеми нерівності та надихнула багатьох інших спортсменок на боротьбу за свої права.

Ці спортсмени змогли подолати дискримінацію завдяки своїй наполегливості, таланту та підтримці з боку однодумців і організацій. Вони стали прикладами для інших, демонструючи, що можна досягти висот попри труднощі та перешкоди.



ПРИКЛАДИ В УКРАЇНІ



ОКСАНА БАЮЛ:

Оксана Баюл, видатна українська фігуристка, зіштовхувалась з дискримінацією через українське погодження під час тренувань та змагань за кордоном. Попри труднощі, вона змогла виграти золоту медаль на зимових Олімпійських іграх 1994 року в Ліллегаммері, ставши першою олімпійською чемпіонкою незалежної України.

ВАСИЛЬ ЛОМАЧЕНКО:

Василь Ломаченко, відомий український боксер, зіштовхнувся з дискримінацією через упереджене суддівство та несправедливі рішення в боксі. Проте він продовжував наполегливо тренуватися та вдосконалювати свою техніку, здобувши численні титули чемпіона світу в різних вагових категоріях і ставши одним із найкращих боксерів світу.



ЯНА КЛОЧКОВА:

Яна Клочкова, видатна українська плавчиня, зіштовхувалась з дискримінацією через недостатню підтримку з боку спортивних чиновників та недостатнє фінансування підготовки до змагань. Попри це, вона змогла виграти чотири золоті олімпійські медалі та встановити численні світові рекорди, ставши однією з найуспішніших плавчинь у світі.

ОЛЬГА ХАРЛАН:

Ольга Харлан, українська фехтувальниця, неодноразово зіштовхувалась з дискримінацією та упередженістю у міжнародних змаганнях. Проте вона завжди залишалася сильною та цілеспрямованою, вигравши численні чемпіонати світу та Європи, а також олімпійські медалі, ставши справжньою легендою фехтування.

У своїй спортивній кар'єрі я зіштовхувалась з фізичною з дискримінацією.

Дуже часто людей з інвалідністю, особливо, які мають явну фізичну інвалідність, сприймають по-іншому. Коли я приходжу в нові зали, то мене ставлять з людьми, які не займаються професійною або грають слабенько. Мені постійно потрібно доводити, що я дійсно граю професійно.

Тому з таких випадків я виходжу дуже легко. Просто починаю грати і показувати свій рівень, а далі вже люди бачать, що попри фізичні свою інвалідність, я вже маю певний рівень, який мені дозволяє потім підійматися і грати з сильними гравцями.

Марина Литовченко,

українська настільна тенісистка, майстриня спорту України міжнародного класу,
чемпіонка Паралімпійських ігор.

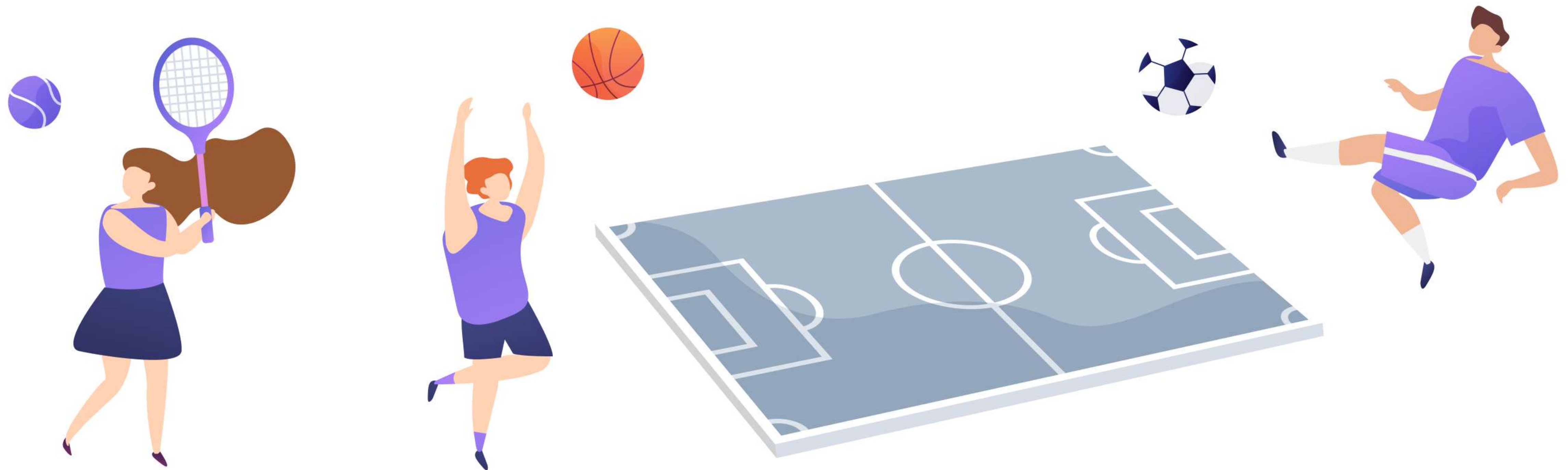


ПАРТНЕРСТВО ДОПОМАГАЄ НАМ В ЖИТТІ ДОСЯГАТИ БІЛЬШОГО ТА ОТРИМУВАТИ КРАЩІ РЕЗУЛЬТАТИ

- У спорті успіх залежить від командної роботи, навіть у індивідуальних видах спорту. Адже ви працюєте з тренером, спонсорами та іншими людьми, які підтримують ваші тренування та участь у змаганнях.
- Великі спортивні заходи, такі як чемпіонати та турніри, часто відбуваються завдяки партнерству з компаніями. Вони надають фінансову підтримку, місця для проведення і навіть призи.
- Партнерство також допомагає розвиватися та обмінюватися досвідом. Співпрацюючи з іншими спортивними клубами та міжнародними організаціями, тренери і спортсмени можуть дізнаватися про нові методики тренувань і техніки. Це робить їх сильнішими і успішнішими.
- Командна гра дуже важлива: спортсмени у командних видах спорту завжди залежать один від одного. Партнерство допомагає спортивним організаціям працювати разом і досягати спільних цілей. Кожен партнер відіграє свою роль, як кожен гравець у команді.

ЩО ВИ МОЖЕТЕ ЗРОБИТИ:

- **Підтримуйте один одного:** Допомагайте своїм друзям і команді. Разом ви сильніші.
- **Шукайте нові можливості:** Розповідайте про свої досягнення, шукайте спонсорів та партнерів.
- **Будьте відкритими до навчання:** Спілкуйтеся з іншими спортсменами, обмінюйтеся досвідом і знаннями.
- **Подорожуйте:** Знайомтесь з цікавими практиками у спорті в інших країнах.





НАЦІОНАЛЬНИЙ
ОЛІМПІЙСЬКИЙ КОМІТЕТ
УКРАЇНИ

