

# The ebook



*SWIFT*

## SPORT WOMEN 'S INITIATIVE FOR TOMORROW



Co-funded by  
the European Union

Financiado por la Unión Europea. No obstante, los puntos de vista y opiniones expresados son exclusivamente los del autor o autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea ni los de la Agencia Ejecutiva en el Ámbito Educativo y Cultural Europeo (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser consideradas responsables de las mismas.



Co-funded by  
the European Union



# SPORT WOMEN 'S INITIATIVE FOR TOMORROW

Project 101133940



Co-funded by  
the European Union



# Content

1. Introducción
2. Erasmus +
3. Proyecto SWIFT
4. Socios
5. Reuniones transnacionales
6. Herramienta
7. Media



Co-funded by  
the European Union



# 1. Introducción

El Proyecto SWIFT se ha creado para crear un entorno seguro y de apoyo a los miembros de los clubes deportivos femeninos, centrándose en el bienestar mental de las deportistas. Las investigaciones demuestran que las mujeres deportistas se ven afectadas de forma desproporcionada por problemas de salud mental, que a menudo las llevan a abandonar, con tasas que duplican las observadas en los deportistas masculinos. A pesar de los avances en materia de derechos sociales en los países europeos, los sistemas de gobernanza de los clubes siguen sin abordar eficazmente estos problemas.

SWIFT pretende colmar esta laguna, fomentando una mejor gobernanza y promoviendo el impacto positivo del deporte en la salud mental. Para ello, se han identificado los principales factores de estrés a los que se enfrentan las deportistas y se han desarrollado soluciones a medida. Estas medidas incluyen la aplicación de un Protocolo de Buenas Prácticas y la creación de una plataforma específica de comunicación y denuncias dentro de los equipos.



Co-funded by  
the European Union



La iniciativa reúne a cuatro socios: una empresa privada (Mithra Legal Advisors, que participa por primera vez en Erasmus+), una universidad (CUS Palermo), una organización sin ánimo de lucro (Athletes Inspire Children) y un club de voleibol femenino (VNVB). Juntos, han diseñado una metodología que se compartirá como un Protocolo de Buenas Prácticas, apoyado por un canal de comunicación en línea y materiales de formación para garantizar una integración eficaz en los clubes deportivos femeninos.

## 2. Erasmus+

El programa Erasmus+, puesto en marcha en 2014, representa una de las iniciativas más ambiciosas y transformadoras de la Unión Europea, dedicada a fomentar la educación, la formación, el compromiso de los jóvenes y el deporte. Basándose en el legado del programa Erasmus original, que comenzó en 1987 como un programa de movilidad de estudiantes, Erasmus+ reunió varios programas de la UE en un marco único y global.



Co-funded by  
the European Union



Esta integración supuso un cambio significativo en el planteamiento de la UE sobre el aprendizaje permanente, permitiendo al programa abordar retos sociales más amplios mediante acciones innovadoras e integradoras.

En esencia, Erasmus+ pretende crear una Europa más conectada e integradora ofreciendo a las personas oportunidades de estudiar, formarse y adquirir experiencia en el extranjero. Apoya el desarrollo de los sistemas educativos, promueve el intercambio cultural y fomenta las asociaciones transfronterizas para hacer frente a los desajustes entre las cualificaciones y las necesidades del mercado laboral. El programa defiende valores europeos fundamentales como la tolerancia, la igualdad y la solidaridad, haciendo hincapié en el poder de la educación para impulsar la cohesión social y el entendimiento mutuo. A través de sus iniciativas, Erasmus+ se ha convertido en sinónimo de crecimiento personal, excelencia académica y oportunidades profesionales.

Desde su creación, Erasmus+ ha evolucionado para responder a las necesidades cambiantes de la sociedad.



Co-funded by  
the European Union



Entre 2014 y 2020, dio prioridad a hacer accesibles las oportunidades de movilidad a los grupos desfavorecidos, al tiempo que ampliaba su enfoque para incluir la formación profesional, el aprendizaje y el aprendizaje digital. Con la adopción del ciclo 2021-2027, Erasmus+ entró en una nueva fase marcada por un aumento del presupuesto de 26,2 billones de euros y una mayor atención a la sostenibilidad, la transformación digital y la inclusión social. El programa apoya ahora activamente iniciativas como "Erasmus verde", que fomenta prácticas respetuosas con el medio ambiente, y ha integrado herramientas digitales como la aplicación Erasmus+ para simplificar la participación y fomentar el compromiso.

La dimensión mundial del programa también ha crecido considerablemente. Aunque en un principio se diseñó para participantes europeos, Erasmus+ ha ampliado su alcance a países socios de todo el mundo, fomentando la colaboración internacional y mostrando el compromiso de la UE con la educación global. Esta expansión ha convertido a Erasmus+ en una poderosa herramienta de diplomacia blanda que refuerza el papel de la UE como líder mundial en educación e intercambio cultural.



Co-funded by  
the European Union



El impacto de Erasmus+ es innegable. A lo largo de décadas, ha apoyado a más de 12 millones de participantes, entre estudiantes, educadores, trabajadores en el ámbito de la juventud y deportistas. Más allá de los beneficios individuales, ha reforzado las instituciones educativas, inspirado métodos de enseñanza innovadores y alimentado un sentimiento de identidad europea y ciudadanía global entre los participantes. Se ha convertido en una fuerza impulsora de la comprensión intercultural y el desarrollo profesional, ayudando a individuos y comunidades a navegar por un mundo en rápida evolución.

El compromiso del programa con la innovación y la adaptabilidad garantiza que seguirá desempeñando un papel fundamental en la configuración del futuro educativo y cultural de Europa. Erasmus+ no es sólo un programa de financiación; es una historia de conexión, capacitación y crecimiento compartido. Al tender puentes entre individuos, instituciones y naciones, ejemplifica la visión de la UE de una Europa unida, integradora y con visión de futuro.



Co-funded by  
the European Union



El impacto de Erasmus+ es innegable. A lo largo de décadas, ha apoyado a más de 12 millones de participantes, entre estudiantes, educadores, trabajadores en el ámbito de la juventud y deportistas. Más allá de los beneficios individuales, ha reforzado las instituciones educativas, inspirado métodos de enseñanza innovadores y alimentado un sentimiento de identidad europea y ciudadanía global entre los participantes. Se ha convertido en una fuerza impulsora de la comprensión intercultural y el desarrollo profesional, ayudando a individuos y comunidades a navegar por un mundo en rápida evolución.

El compromiso del programa con la innovación y la adaptabilidad garantiza que seguirá desempeñando un papel fundamental en la configuración del futuro educativo y cultural de Europa. Erasmus+ no es sólo un programa de financiación; es una historia de conexión, capacitación y crecimiento compartido.



Co-funded by  
the European Union



Al tender puentes entre individuos, instituciones y naciones, ejemplifica la visión de la UE de una Europa unida, integradora y con visión de futuro.

### 3. Proyecto SWIFT

Abordar la salud mental en el deporte femenino

El proyecto SWIFT surgió del reconocimiento de la importancia fundamental de la salud mental de las deportistas y de la necesidad de dotar, tanto a las deportistas como a los clubes, de herramientas para fomentar un entorno seguro y de apoyo. La salud mental desempeña un papel fundamental en el rendimiento deportivo, ya que los atletas se enfrentan a numerosos factores de estrés. Resulta alarmante que más del 30% de los deportistas sufran problemas de salud mental, siendo las mujeres jóvenes especialmente vulnerables, con un riesgo 1,3 veces mayor. Casos como la dimisión de 15 jugadoras de una selección nacional por problemas emocionales, las tensiones entre las futbolistas del PSG y las críticas de Alexandra Popp en la Bundesliga ponen de manifiesto la urgente necesidad de abordar estos retos.



Co-funded by  
the European Union





Estos problemas de salud mental repercuten no sólo en los deportistas individuales, sino también en los objetivos más generales de los equipos deportivos, socavando su capacidad para alcanzar los objetivos de rendimiento y cumplir con sus responsabilidades sociales. Estos incidentes dañan la reputación de los clubes y merman su capacidad para promover los valores sociales positivos tradicionalmente asociados al deporte. Este contexto subraya la necesidad de que los clubes deportivos femeninos adopten medidas que aborden los problemas de salud mental desde las primeras etapas de la carrera de una atleta.



Co-funded by  
the European Union



La iniciativa SWIFT propone la aplicación de un protocolo integral que aborde los factores de estrés más allá del acoso sexual, como la violencia de género y otros problemas sistémicos que afectan a las deportistas. Este protocolo incluiría medidas preventivas, soluciones prácticas y un canal de comunicación específico dentro de los equipos. El objetivo es crear espacios seguros donde las mujeres deportistas puedan prosperar, tanto personal como profesionalmente, garantizando oportunidades equitativas junto a sus homólogos masculinos.



Co-funded by  
the European Union



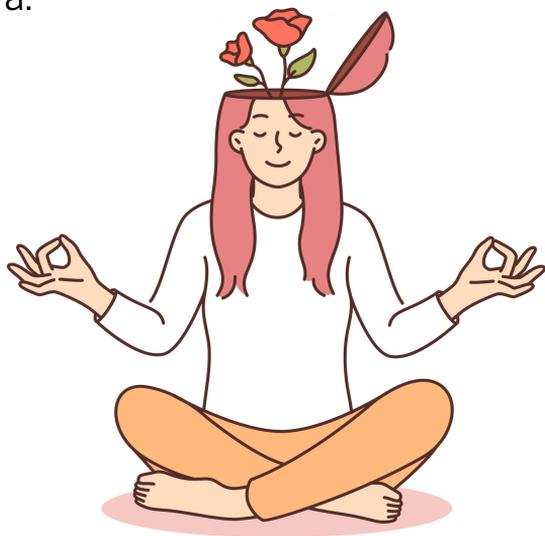
En consonancia con el marco Erasmus+, SWIFT opera en el marco de la acción de asociaciones a pequeña escala para la cooperación entre organizaciones. Su objetivo es lograr la excelencia y la inclusión, fomentando mejoras en la gobernanza de los clubes deportivos. Al dar prioridad a la salud mental y la inclusión, el proyecto contribuye a los objetivos más amplios de promover la igualdad, la diversidad y el bienestar en el deporte.



Co-funded by  
the European Union



Los problemas de salud mental que afectan a las deportistas trascienden las fronteras y requieren cooperación internacional. Los actuales sistemas de gobernanza del deporte suelen descuidar la salud mental, lo que plantea problemas tanto a los atletas como a las organizaciones. SWIFT aborda esta carencia adoptando una perspectiva global, basada en un estudio de las necesidades de las atletas, y creando protocolos adaptados para abordar los problemas de salud mental en diferentes contextos. Este enfoque apoya directamente la inclusión y la diversidad en la gobernanza deportiva.



Co-funded by  
the European Union



La colaboración entre los socios del proyecto -un club deportivo francés, una ONG alemana centrada en los niños y el deporte, una universidad italiana y una empresa privada española con experiencia en gobernanza- garantiza una metodología de alta calidad y transferible. Estas diversas perspectivas enriquecen el proyecto, aportando soluciones aplicables en varios países.

El proyecto SWIFT también se ajusta a los objetivos generales de la convocatoria Erasmus+ al apoyar el desarrollo profesional y personal de los individuos en el sector del deporte. La salud mental es fundamental para dicho desarrollo, ya que la estabilidad emocional es esencial para que los deportistas alcancen el éxito a largo plazo en sus carreras. El proyecto complementa el programa más amplio de la UE sobre salud mental, esbozado en el Pacto por la Salud Mental y el Bienestar. Al abordar la depresión, fomentar la inclusión y acabar con la estigmatización, SWIFT da prioridad a la salud mental en todos los ámbitos, incluido el deporte.



Co-funded by  
the European Union



Mediante formación específica para directivos de clubes, entrenadores y jugadoras, SWIFT dota a las organizaciones deportivas de las herramientas necesarias para salvaguardar la salud mental. También fomenta la colaboración transfronteriza, creando soluciones aplicables a escala mundial para mejorar la gobernanza y la responsabilidad social en el deporte femenino.



Co-funded by  
the European Union



Al integrar los protocolos de salud mental en la gobernanza del deporte femenino, SWIFT contribuye a la integridad y los valores en el deporte. Genera confianza al mejorar las relaciones de los clubes con las deportistas, impulsa el crecimiento al aumentar la participación y potencia el rendimiento al retener a jugadoras motivadas y bien apoyadas. A diferencia de los protocolos tradicionales, que se centran únicamente en el acoso sexual, SWIFT adopta un enfoque integral para abordar los diversos factores de estrés que afectan a la estabilidad emocional y el desarrollo de las deportistas.

Al promover valores positivos como la empatía, la igualdad y la ética, SWIFT desafía prácticas obsoletas que dificultan la creación de entornos seguros en el deporte. Se alinea con la Hoja de ruta de la UE 2021-2024 dando prioridad a la protección de la integridad y los valores en el deporte, fomentando la buena gobernanza y respetando las normas éticas.



Co-funded by  
the European Union



La experiencia combinada y la relevancia de las organizaciones participantes posicionan a SWIFT como una iniciativa transformadora en el deporte femenino, que allana el camino hacia entornos deportivos más sanos e inclusivos en toda Europa.

SWIFT actuará como "incubadora", permitiendo a las organizaciones participantes abordar directamente los problemas de salud mental a los que se enfrentan las deportistas, al tiempo que fomenta el desarrollo de soluciones a medida. Este enfoque práctico fomenta el intercambio de experiencias reales y buenas prácticas, contribuyendo a la creación de sólidas redes transfronterizas. Esta colaboración refuerza la cohesión territorial y garantiza que las lecciones aprendidas puedan aplicarse más ampliamente para mejorar la gobernanza y la inclusión en el deporte en toda Europa. A través de estos esfuerzos, SWIFT ejemplifica el potencial de las asociaciones a pequeña escala para impulsar un cambio significativo y duradero.



Co-funded by  
the European Union



## Abordar los problemas de salud mental de las deportistas

El proyecto SWIFT aborda el acuciante problema de la salud mental entre las deportistas, centrándose en los factores de estrés que encuentran en las estructuras de los clubes deportivos y en cómo una mejor gobernanza puede mitigar estos retos. Las mujeres deportistas se enfrentan a menudo a problemas de salud mental en mayor medida que sus homólogos masculinos, lo que hace que algunas abandonen sus carreras deportivas. La atención a la salud mental debe convertirse en una parte tan integral de la gestión de los deportistas como el acondicionamiento físico y la nutrición. Su impacto va más allá del rendimiento e influye en el bienestar personal y en el papel social de las organizaciones deportivas, que son partes interesadas esenciales en el logro de un cambio social positivo.



Co-funded by  
the European Union



A pesar de los beneficios del deporte para el crecimiento personal, las mujeres deportistas siguen siendo especialmente vulnerables a los problemas de salud mental. Las investigaciones demuestran que los problemas de salud mental, como los trastornos alimentarios, la ansiedad y el estrés crónico, se dan el doble entre las mujeres deportistas que entre los hombres. Factores de estrés específicos, como las presiones sociales sobre el aspecto físico, la conciliación de la vida laboral y familiar, la desigualdad salarial y los estilos de entrenamiento masculinos, agravan estos problemas. En países como España, Francia, Alemania e Italia, conocidos por sus avanzados derechos sociales, estos retos persisten, lo que pone de relieve la insuficiencia de los actuales sistemas de gobernanza para abordarlos.

Además, la falta de herramientas y protocolos para gestionar estos problemas conduce a resultados preocupantes, como el abandono del deporte por parte de jóvenes deportistas o incluso de profesionales experimentados. Por ejemplo, los estudios revelan que el 17% de los deportistas de élite franceses padecen trastornos mentales, cuyos desencadenantes van desde las lesiones hasta la preocupación por la imagen corporal.



Co-funded by  
the European Union



sta situación es especialmente alarmante, ya que se supone que el deporte proporciona un espacio seguro para promover el bienestar mental.

SWIFT reconoce la urgente necesidad de un cambio, con el objetivo de proporcionar a los clubes las herramientas necesarias para prevenir, detectar y abordar estos problemas. Al promover la integridad y los valores en el deporte, el proyecto pretende garantizar que la salud mental se convierta en una prioridad en la gobernanza.



Co-funded by  
the European Union



# Objetivos y metodología

## 1. Sensibilizar a las deportistas

El primer objetivo del proyecto es educar a las atletas sobre la importancia de la salud mental e identificar los factores de estrés específicos a los que se enfrentan. En colaboración con el CUS Palermo, SWIFT elaborará un cuestionario de estudio para recopilar datos de atletas de distintas edades, deportes y países. Este enfoque garantiza la diversidad de las aportaciones y genera información práctica sobre los retos específicos a los que se enfrentan las mujeres deportistas. El éxito se medirá por el número de cuestionarios cumplimentados, que servirán de base para el desarrollo de soluciones a medida.



Co-funded by  
the European Union



## 2. Mejorar la gobernanza de los clubes deportivos

SWIFT pretende mejorar los modelos de gobernanza para dar prioridad a la atención de la salud mental de las deportistas. Los marcos actuales, aunque abordan el acoso sexual y la violencia, a menudo pasan por alto otros factores de estrés que repercuten significativamente en la salud mental. Las siguientes acciones ayudarán a lograr este objetivo:

- Diseño de un protocolo de salud mental: Combinando la experiencia en salud mental de CUS Palermo y los conocimientos de gobernanza de Mithra Legal Advisors, SWIFT creará un protocolo para detectar, prevenir y resolver problemas de salud mental.



Co-funded by  
the European Union



- Desarrollo de una plataforma de denuncias en línea: Esta plataforma permitirá a los deportistas denunciar de forma anónima problemas de salud mental o infracciones del protocolo.



- Creación de recursos: Un libro electrónico y la página web del proyecto difundirán el protocolo y la plataforma a los clubes de todo el mundo.



Co-funded by  
the European Union



La aplicación piloto en la VNVB servirá de banco de pruebas, cuyos resultados orientarán la escalabilidad a otros equipos. Los avances se seguirán mediante indicadores como estadísticas de uso de la plataforma, comentarios sobre la evaluación del protocolo e informes de quejas.

### **3. Establecer soluciones a largo plazo**

Al integrar la atención a la salud mental en la gobernanza de los clubes deportivos, SWIFT sienta las bases de un cambio duradero. Los resultados del proyecto abordarán problemas sistémicos, empoderarán a las deportistas y garantizarán su bienestar, promoviendo en última instancia la igualdad y la integridad en el deporte.

El planteamiento de SWIFT combina investigación, colaboración e innovación, lo que la sitúa como una iniciativa transformadora para abordar los retos de la salud mental en el deporte femenino.



Co-funded by  
the European Union



El proyecto SWIFT se basa y complementa las iniciativas existentes en materia de prevención, detección y respuesta al acoso y los abusos sexuales en el deporte. Por ejemplo, se inspira en el Protocolo de actuación contra la violencia sexual del Consejo Superior de Deportes de España y en el programa Atleta 365 del Comité Olímpico Internacional (COI). La iniciativa Atleta 365 desarrolló una herramienta que incluye vídeos de formación, testimonios de primera mano y medidas prácticas para que atletas, entrenadores y organizaciones puedan prevenir los abusos y fomentar entornos deportivos seguros.

Sin embargo, SWIFT amplía el concepto de "entorno seguro" más allá de la protección contra la violencia sexual. Hace hincapié en abordar una gama más amplia de factores que repercuten negativamente en la salud mental de las deportistas. El proyecto pretende crear sistemas de apoyo holísticos en los que las jóvenes puedan prosperar personal y profesionalmente dentro de los clubes deportivos.



Co-funded by  
the European Union



Al centrarse en la gobernanza y proporcionar herramientas para detectar y mitigar los factores de estrés que afectan a la salud mental, SWIFT promueve tanto el rendimiento deportivo como el bienestar personal.

## **Aspectos innovadores**

### 1. Entorno seguro en el deporte

SWIFT redefine el alcance de un entorno deportivo seguro. Al tiempo que reconoce la importancia de combatir la violencia sexual, aborda otros factores de estrés, como la desigualdad salarial, las presiones sociales relacionadas con la feminidad, el escrutinio de los medios de comunicación, los métodos de entrenamiento inadecuados y los retos de compaginar el deporte con la maternidad. Estas cuestiones, a menudo pasadas por alto por las políticas tradicionales de los clubes, son fundamentales para garantizar el bienestar mental de las deportistas. La salud mental, como reconoce la OMS, es esencial para la salud en general, y los clubes deportivos deben tratarla con la misma prioridad que la salud física y la prevención de lesiones.



Co-funded by  
the European Union





## 2. Gobernanza

El proyecto vincula la atención a la salud mental con una gobernanza eficaz en las instituciones deportivas. Propone herramientas como mecanismos de reclamación, plataformas participativas y políticas bien estructuradas para abordar los factores de estrés. Los estilos de liderazgo, los enfoques de comunicación y la formación en resiliencia y comunicación asertiva se destacan como áreas que necesitan desarrollo. Mediante el fomento de un modelo de gobernanza que dé prioridad a la salud mental, SWIFT pretende transformar los clubes deportivos en entornos seguros y solidarios.



Co-funded by  
the European Union



### 3. Enfoque participativo

A diferencia de las metodologías de gobernanza tradicionales, que suelen imponer políticas de arriba abajo, SWIFT hace hincapié en la colaboración. Los deportistas, los directivos de los clubes, los entrenadores y el personal técnico participan en la identificación de los factores de estrés y en el desarrollo de soluciones. Las voces de los deportistas, especialmente las de las mujeres, son fundamentales para diseñar el Protocolo y garantizar su pertinencia. Este marco participativo garantiza que las políticas y herramientas desarrolladas sean eficaces y sostenibles.

Para mantener este espíritu participativo, el proyecto introducirá una plataforma de comunicación en línea. Esta herramienta permite a los atletas informar de problemas, incluso de forma anónima, garantizando que sus preocupaciones sean escuchadas sin temor a represalias. Estos canales de comunicación directa aumentan la transparencia y la responsabilidad de los clubes.



Co-funded by  
the European Union



## 4. Enfoque multidisciplinar

SWIFT se beneficia de la amplia experiencia de sus socios:

- CUS Palermo aporta conocimientos científicos y experiencia práctica en salud mental, aprovechando su campus deportivo y sus equipos universitarios para enriquecer las actividades del proyecto.
- La AIC amplía el alcance del proyecto al deporte de base, previniendo los problemas de salud mental antes de que los atletas entren en las estructuras profesionales. Su experiencia en educación, formación en línea y difusión garantiza una amplia concienciación y repercusión.
- La VNVB proporciona un entorno de club deportivo femenino profesional para la realización de actividades piloto, ofreciendo una visión de los retos del mundo real a los que se enfrentan las atletas de élite.
- Mithra Legal Advisors aporta su experiencia en gobernanza y cumplimiento, garantizando que herramientas como el Protocolo y la plataforma digital se ajusten a las mejores prácticas.



Co-funded by  
the European Union



Esta colaboración integra perspectivas psicológicas, educativas, jurídicas y prácticas, garantizando un enfoque completo para mejorar la salud mental de las deportistas.



Co-funded by  
the European Union



## 5. Enfoque digital

La comunicación y la participación efectivas requieren herramientas digitales seguras y accesibles. La plataforma online de SWIFT servirá como canal de comunicación y denuncia, permitiendo a los deportistas expresar sus preocupaciones de forma anónima. Este anonimato fomenta la confianza y permite a los deportistas expresarse libremente sin temor a represalias.

La plataforma también permite a los clubes hacer un seguimiento de los problemas notificados y sus resoluciones, garantizando la rendición de cuentas y evitando que se pasen por alto las preocupaciones. Al incorporar esta dimensión digital, SWIFT moderniza la comunicación dentro de las organizaciones deportivas, mejorando la gobernanza y los sistemas de apoyo a los deportistas.



Co-funded by  
the European Union



## Dimensión transnacional del proyecto

El proyecto SWIFT tiene una sólida dimensión transnacional que se refleja en tres áreas clave:

### 1. Retos comunes más allá de las fronteras

El proyecto aborda un problema muy extendido - la protección y mejora de la salud mental de las mujeres deportistas- que afecta a múltiples países de Europa y de fuera de ella, incluidos los representados por los socios del proyecto. Las herramientas desarrolladas, incluida la plataforma de comunicación, se han diseñado pensando en la adaptabilidad, garantizando su pertinencia en las diversas naciones y sociedades de . La accesibilidad se mejorará aún más ofreciendo la plataforma en varios idiomas.



Co-funded by  
the European Union



## 2. Investigación y colaboración transfronterizas

Para abordar este reto transnacional, SWIFT emplea una metodología internacional. En las encuestas y cuestionarios para identificar los factores de estrés participarán deportistas de distintos países, aprovechando las amplias redes de los socios del proyecto. Este enfoque garantiza que la investigación capte un amplio espectro de experiencias y perspectivas.



Co-funded by  
the European Union



### 3. Diversidad cultural en la asociación

La asociación comprende organizaciones de regiones culturalmente distintas de Europa, incluidos países del Norte y del Sur. Esta diversidad enriquece el proyecto al ofrecer perspectivas variadas sobre los factores de estrés y su gestión en los clubes deportivos. Además, el proyecto fomenta la colaboración entre organizaciones que de otro modo no habrían trabajado juntas, ejemplificando los valores de Erasmus+ al promover el intercambio cultural y la integración dentro de la UE.

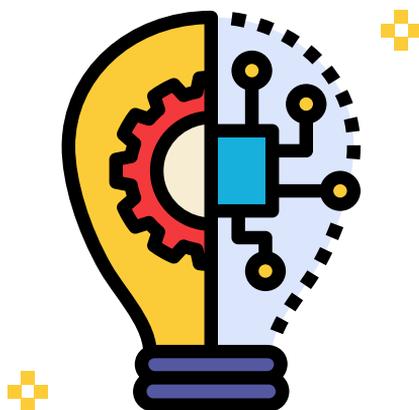


Co-funded by  
the European Union



## Tecnología y sostenibilidad

La plataforma del proyecto, concebida como canal de comunicación e información, puede integrarse en el sitio web de cualquier organización deportiva de la UE. Su capacidad de traducción instantánea la hace accesible en todas las lenguas de la UE y más allá. Su sostenibilidad quedará garantizada gracias al compromiso de una empresa de alojamiento de proporcionar alojamiento gratuito una vez concluido el proyecto, lo que asegurará la utilidad y accesibilidad de la plataforma a largo plazo.



Co-funded by  
the European Union



# 4. Socios



# C U S PALERMO



Co-funded by  
the European Union



## **CUS Palermo: un pilar de excelencia deportiva y colaboración europea**

CUS Palermo (Centro Universitario Sportivo Palermo) es una organización deportiva de renombre con sede en Palermo, Italia, comprometida con la promoción de la actividad física, la educación y la inclusión social a través del deporte. Establecido como la extensión deportiva de la Universidad de Palermo, CUS Palermo sirve a una comunidad diversa de atletas, estudiantes y entusiastas, ofreciendo una amplia gama de disciplinas deportivas y fomentando oportunidades tanto competitivas como recreativas.

El club se distingue no sólo por sus contribuciones al desarrollo deportivo local, sino también por su participación activa en proyectos europeos. A lo largo de los años, el CUS Palermo ha asumido su papel de centro de innovación e intercambio de conocimientos dentro de la Unión Europea, participando en numerosos programas e iniciativas Erasmus+ destinados a mejorar la calidad de los entornos deportivos, promover la inclusión y fomentar el bienestar mental y físico.



Co-funded by  
the European Union



## Compromiso de colaboración europea

CUS Palermo se ha posicionado como líder en asociaciones transnacionales al colaborar con diversas partes interesadas europeas para abordar los retos de la gobernanza deportiva, el bienestar de los atletas y la integración social. La organización se centra especialmente en la aplicación de estrategias innovadoras para promover la salud mental en el deporte, aprovechando su experiencia en ciencias del deporte y salud mental para diseñar intervenciones impactantes.



Co-funded by  
the European Union



## Experiencia en salud mental e inclusión

A través de su departamento especializado en salud mental, CUS Palermo lleva a cabo investigaciones y desarrolla programas que integran metodologías científicas con aplicaciones prácticas. Esta experiencia permite a la organización desempeñar un papel fundamental en la identificación de los factores de estrés que afectan a los deportistas, tanto de base como profesionales. Las contribuciones del CUS Palermo a los proyectos de salud mental están respaldadas por años de experiencia en la creación de entornos de apoyo en los que los deportistas puedan prosperar física, mental y socialmente.



Co-funded by  
the European Union



## Proyectos europeos e impacto

La participación del CUS Palermo en proyectos europeos pone de relieve su dedicación a fomentar la colaboración más allá de las fronteras. El club ha participado en iniciativas centradas en:

- Mejora de los modelos de gobernanza en las organizaciones deportivas.
- Promover la inclusión y la igualdad de oportunidades para los deportistas de todos los géneros y procedencias.
- Abordar cuestiones como la salud mental, el acoso y las presiones sociales a las que se enfrentan los deportistas.

Estos proyectos no sólo refuerzan el impacto de CUS Palermo a nivel local, sino que también contribuyen a dar forma a las mejores prácticas que pueden adoptarse en toda Europa. El compromiso del club con el intercambio de conocimientos garantiza una amplia difusión de los conocimientos adquiridos gracias a estas iniciativas, lo que influye en las políticas y prácticas más allá de Italia.



Co-funded by  
the European Union





# **ATHLETES INSPIRE CHILDREN**



Co-funded by  
the European Union



## **Athletes Inspire Children (AIC): Potenciar el futuro a través del deporte**

Athletes Inspire Children (AIC) es una vibrante organización no gubernamental (ONG) comprometida con el fomento del desarrollo físico, emocional y social de los niños a través del poder transformador del deporte. Con sede en Europa, la AIC cree en el potencial del deporte para inspirar a las mentes jóvenes, fomentar la resiliencia y promover aptitudes para la vida como el trabajo en equipo, la disciplina y el liderazgo. Sus iniciativas se centran en capacitar a los niños, especialmente a los de entornos desfavorecidos, para que desarrollen todo su potencial y contribuyan positivamente a sus comunidades.



Co-funded by  
the European Union



## El equipo de AIC

El éxito de la AIC está impulsado por un equipo multidisciplinar de profesionales apasionados por el deporte y el desarrollo infantil. Entre ellos hay antiguos atletas, entrenadores, psicólogos, educadores y gestores de proyectos que trabajan juntos para crear programas impactantes. El equipo está unido por la visión compartida de utilizar el deporte como herramienta para el cambio social, y su experiencia garantiza la eficacia del diseño, la ejecución y la evaluación de las iniciativas de la AIC. Gracias a la combinación de sus diversas formaciones en , el equipo ofrece un apoyo integral a los niños y colabora a la perfección con los socios internacionales.



Co-funded by  
the European Union



## Participación en proyectos europeos

La AIC desempeña un papel activo en las colaboraciones europeas, aprovechando marcos como Erasmus+ para abordar retos clave en el deporte y el desarrollo de la juventud. Su participación en estos proyectos refleja su compromiso con la inclusión, la seguridad y el bienestar mental. Entre las principales áreas de participación se incluyen:

- Promover entornos deportivos seguros: La AIC trabaja para prevenir el acoso y el abuso en el deporte, contribuyendo al desarrollo de políticas y herramientas de salvaguardia.
- Fomento del apoyo a la salud mental: La organización sensibiliza sobre la salud mental en el deporte, garantizando que los jóvenes atletas reciban el apoyo emocional que necesitan.
- Fomentar la igualdad de género: La AIC diseña programas que empoderan a niñas y mujeres en el deporte, rompiendo barreras y fomentando la igualdad de oportunidades.



Co-funded by  
the European Union



-Construir comunidades inclusivas: La ONG defiende la diversidad implicando en sus programas deportivos a niños de diversos orígenes culturales y socioeconómicos.



Co-funded by  
the European Union



## Visión de AIC para un cambio sostenible

A través de su participación en proyectos europeos, la AIC se ha consolidado como líder en la creación de programas que inspiran y protegen a los jóvenes deportistas. La dedicación de su equipo garantiza que estas iniciativas sean impactantes y replicables, permitiendo que sus beneficios se extiendan por toda Europa. Mediante el fomento de asociaciones con organizaciones deportivas, escuelas y gobiernos locales, la AIC sigue forjando un futuro mejor en el que todos los niños tengan la oportunidad de prosperar a través del deporte.



Co-funded by  
the European Union





Co-funded by  
the European Union



## **Vandoeuvre Nancy Volley-Ball (VNVB): Una fuerza líder en el voleibol femenino**

El Vandoeuvre Nancy Volley-Ball (VNVB) es un renombrado club de voleibol femenino con sede en Vandoeuvre-lès-Nancy, Francia. El VNVB, que compite al más alto nivel en la Liga Francesa de Voleibol Femenino, es famoso por su excelencia deportiva, su compromiso con el desarrollo de las jugadoras y su promoción activa del voleibol como deporte para todos. A lo largo de los años, el VNVB se ha consolidado no sólo como una potencia en las competiciones nacionales, sino también como una organización centrada en la comunidad y dedicada a fomentar los valores positivos del trabajo en equipo, la disciplina y la resiliencia.

### **Compromiso con los proyectos europeos**

La VNVB desempeña un papel activo en las iniciativas de colaboración europeas, aprovechando su plataforma y experiencia para abordar cuestiones más amplias en el deporte.



Co-funded by  
the European Union





La participación del club en proyectos como Erasmus+ pone de relieve su compromiso con el fomento de la inclusión, la salud mental y la gobernanza en los entornos deportivos. Entre sus principales contribuciones figuran:

- Creación de entornos deportivos seguros: La VNVB colabora con socios europeos para desarrollar herramientas y protocolos que protejan a los deportistas, centrándose en la prevención del acoso y el apoyo al bienestar mental.



Co-funded by  
the European Union



- Promoción de la mujer en el deporte: Como club dedicado al voleibol femenino, el VNVB está profundamente involucrado en iniciativas que promueven la igualdad de género y empoderan a las atletas femeninas en todos los niveles.
- Compartir experiencia más allá de las fronteras: El club aporta su experiencia profesional a proyectos internacionales, proporcionando valiosos conocimientos sobre los retos a los que se enfrentan las mujeres deportistas y soluciones que pueden adaptarse en toda Europa.



Co-funded by  
the European Union



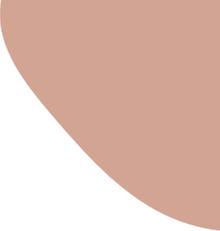
## Impacto de VNVB

La participación de la VNVB en proyectos europeos refleja su dedicación al fomento de una cultura deportiva positiva e integradora. Al colaborar con socios internacionales y contribuir a iniciativas innovadoras, el club sigue influyendo en el futuro de la gobernanza deportiva, el bienestar de los atletas y el compromiso con la comunidad en Europa.



Co-funded by  
the European Union





# Mithra

legal advisors



Co-funded by  
the European Union



## **Mithra Legal Advisors: Pioneros en Gobernanza y Cumplimiento Legal**

Mithra Legal Advisors es una entidad jurídica española especializada en gobernanza, cumplimiento y consultoría jurídica. Con sede en España, Mithra se dedica a ayudar a las organizaciones a desarrollar sistemas sólidos que promuevan la transparencia, la responsabilidad y las prácticas éticas. Con una amplia experiencia en diversos sectores, Mithra se ha consolidado como un socio de confianza para las instituciones que buscan mejorar sus marcos organizativos y su integridad operativa.

### **Compromiso con los proyectos europeos**

Mithra participa activamente en proyectos europeos, especialmente en el marco de iniciativas como Erasmus+. Su experiencia en gobernanza y cumplimiento desempeña un papel vital a la hora de abordar retos en diversos sectores, como el deporte, la educación y la gestión empresarial.



Co-funded by  
the European Union



Entre los ámbitos clave de su participación se incluyen:

- Mejora de la gobernanza en el deporte: Mithra contribuye a proyectos destinados a mejorar los modelos de gobernanza en clubes y organizaciones deportivas, centrándose en políticas que promuevan el liderazgo ético y el bienestar de los deportistas.
- Desarrollo de modelos de cumplimiento: La organización diseña sistemas de cumplimiento a medida que garantizan la adhesión a las normas de la UE y fomentan una cultura de integridad.
- Innovación digital: El departamento digital de Mithra apoya el desarrollo de herramientas innovadoras, como plataformas en línea de comunicación e información, para garantizar la aplicación práctica de los marcos de gobernanza.



Co-funded by  
the European Union



## Impacto

Las contribuciones de Mithra a los proyectos europeos van más allá de los conocimientos jurídicos; ayudan a salvar las distancias entre los marcos normativos y la aplicación práctica. Su trabajo tiene un impacto directo en el fomento de la gobernanza ética y la creación de entornos que den prioridad a la salud mental, la equidad y la inclusión. Como organización con visión de futuro, Mithra sigue siendo un actor clave en el avance de las prácticas de gobernanza en toda Europa.



Co-funded by  
the European Union



## Reuniones transnacionales

### Kick-off en Oviedo

Primera reunión presencial de todos los socios en la que tuvimos la oportunidad de conocernos y estructurar las distintas fases del proyecto. En la reunión pudimos definir las principales tareas y fijar las fechas de las siguientes reuniones. Lo principal era que las distintas fases estuvieran claras y que no hubiera dudas sobre las funciones de cada socio. Pudimos preparar los primeros entregables y acordamos un calendario para las siguientes tareas.

Además, el encuentro sirvió para realizar una visita turística y gastronómica a Oviedo donde pudimos visitar lugares de importante valor cultural como la catedral o el casco histórico.



Co-funded by  
the European Union





Co-funded by  
the European Union





Co-funded by  
the European Union



## Reunión transnacional en Palermo

Tras varios meses de trabajo a distancia con varias reuniones online nos volvimos a reunir todos juntos, esta vez en Palermo. En esta ocasión además de la reunión donde avanzamos en los deliberables, organizamos una conferencia donde explicamos el proyecto a integrantes del Club CUS de Palermo. El objetivo fue explicar a las deportistas y a sus familiares la herramienta que estábamos preparando. Tuvimos una buena audiencia, que salió del evento con una idea clara del paso tan importante que esta herramienta significaba, tanto para el club como para el deporte en general.

Tras la reunión y conferencia pudimos disfrutar de un tour por la ciudad donde conocimos lugares culturales y disfrutamos de las especiales de la isla.



Co-funded by  
the European Union





Co-funded by  
the European Union





Co-funded by  
the European Union



## Conferencia final en Nancy

Nuestra última reunión y parte final del proyecto. Lo primero que hicimos fue terminar de repasar los últimos detalles de la conferencia. Llevábamos dos meses preparándolo todo y sólo nos quedaban un par de cosas por hacer. En primer lugar, una revisión de todas las tareas que se habían hecho y las que quedaban pendientes. Revisión final del cuestionario que iban a hacer las deportistas y recuento de los participantes en la conferencia. Nos encontramos con un problema. Esa misma mañana se había convocado una huelga general que afectaba a todos los servicios públicos. El ambiente era un poco tenso debido a la incertidumbre que atravesaba el país políticamente. No sabíamos si algunos de los políticos que iban a participar iban a poder venir. Al final vinieron la mayoría y la conferencia fue un gran éxito.

Los jugadores del equipo profesional participaron en el acto de forma muy activa haciendo preguntas y aportando ideas sobre la herramienta.



Co-funded by  
the European Union



Esta parte fue una de las más interesantes, ya que supuso un feedback directo de deportistas experimentadas que pudieron ver el valor y el potencial del proyecto y de la herramienta. Varios políticos mostraron su interés por el proyecto y nos explicaron que algunos de sus proyectos políticos tenían similitudes con el nuestro, aunque el objetivo era diferente.

Además del tema principal, que era el proyecto SWIFT, tuvimos tiempo para debatir la continuación del proyecto que se presentará en la próxima convocatoria de propuestas.

Las inclemencias del tiempo y el ambiente tenso en la ciudad con algunas manifestaciones no nos permitieron disfrutar de una visita cultural y nos conformamos con ver la ciudad desde una furgoneta del club.



Co-funded by  
the European Union





Co-funded by  
the European Union





Co-funded by  
the European Union



## 6. La herramienta

### El uso

La herramienta que hemos desarrollado es muy sencilla y su uso es rápido y fácil. La intención desde el principio era que pudieran utilizarla niñas de cualquier edad y que su uso no resultara complejo.

Una vez que accedas a la herramienta, sólo tienes que seguir los pasos que se indican en los menús desplegables. La denuncia puede ser anónima, para aquellas chicas que no quieran dar su identidad. Una vez seguidos todos los pasos, la denuncia se envía al club y es gestionada por el comité.



Co-funded by  
the European Union



## La comisión

Previamente, antes de poner en marcha la herramienta, hay que elegir un comité que supervise y gestione la denuncia en cuestión. El comité tiene que estar formado por tres miembros: un miembro de la junta directiva, un entrenador y un jugador. El comité dispone de un plazo máximo de 3 meses para resolver la situación. Dependiendo de la gravedad de la situación, se resolverá internamente en el club o se denunciará a las instituciones pertinentes, como la policía.

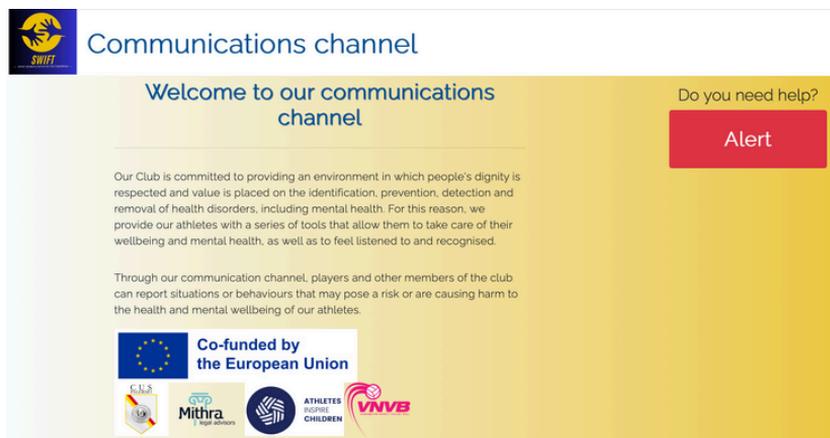


Co-funded by  
the European Union



## Las fases

Las fases a seguir en el sitio web, así como todo el contenido del mismo, pueden traducirse a cualquier idioma.



The screenshot shows a website header with the SWIFT logo on the left and the text 'Communications channel' in blue. Below the header, there is a yellow background area. On the left side of this area, the text reads: 'Welcome to our communications channel'. Below this, there are two paragraphs of text. The first paragraph states: 'Our Club is committed to providing an environment in which people's dignity is respected and value is placed on the identification, prevention, detection and removal of health disorders, including mental health. For this reason, we provide our athletes with a series of tools that allow them to take care of their wellbeing and mental health, as well as to feel listened to and recognised.' The second paragraph states: 'Through our communication channel, players and other members of the club can report situations or behaviours that may pose a risk or are causing harm to the health and mental wellbeing of our athletes.' On the right side of the yellow area, there is a red button with the text 'Alert'. Above the button, the text 'Do you need help?' is visible. At the bottom of the yellow area, there is a row of logos: the European Union flag, the text 'Co-funded by the European Union', and logos for C.N.S., Mithra, ATHLETES FOR CHILDREN, and VNVB.

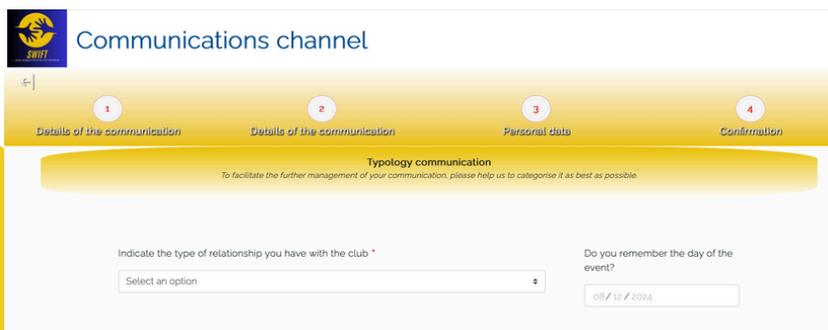
Primer paso, pulse el botón de alerta



Segundo paso, registrar una nueva comunicación. La otra opción es consultar los informes ya emitidos.



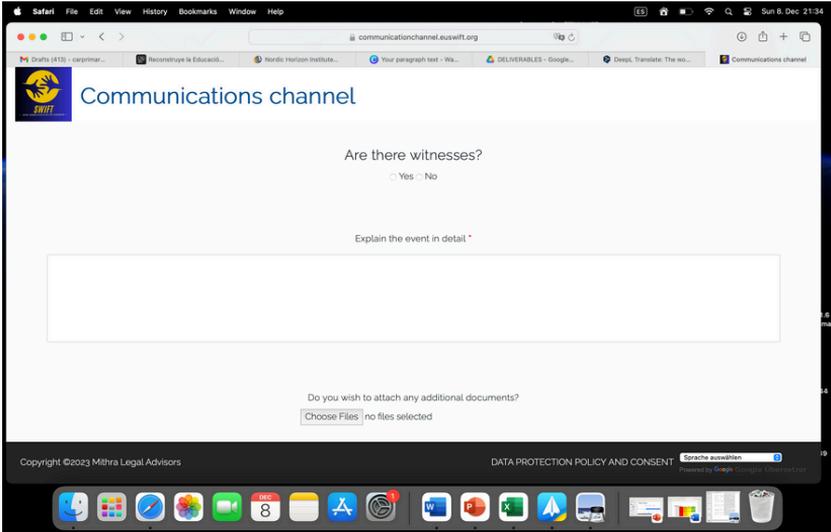
Tercer paso: rellene las preguntas que aparecen en los folletos. Sólo las preguntas con asterisco son obligatorias.



Co-funded by  
the European Union



Cuarto paso, incluir pruebas que puedan ser vinculantes, como vídeos o fotos.



Co-funded by  
the European Union



## Experiencia

Ha sido estupendo trabajar en equipo con todos los implicados en el proyecto durante los 12 meses que ha durado. Ahora es el momento de integrar la herramienta en los clubes europeos para seguir protegiendo a nuestros deportistas. Seguirá siendo uno de nuestros objetivos garantizar que puedan seguir practicando deporte en un entorno seguro.



Co-funded by  
the European Union



# 7. Media



Co-funded by  
the European Union





Co-funded by  
the European Union





Co-funded by  
the European Union





Co-funded by  
the European Union





Co-funded by  
the European Union





Co-funded by  
the European Union





Co-funded by  
the European Union





***SWIFT***



**Co-funded by  
the European Union**