



SFORAE

Sport for All and the Environment

Līdzfinansē
Eiropas Savienības programma
"Erasmus+"



LABĀS PRAKSES PIEMĒRI

2023. gada maijs

recal^{alu}

FUNDACJA NA RZECZ ODZYSKU
OPAKOWAŃ ALUMINIOWYCH



LSFP
LATVIJAS SPORTA FEDERĀCIJU PADOME

SATURA RĀDĪTĀJS:

levads un partneri	3. lappuse
Letní slavnosti dospělých / Vasaras sporta festivāls pieaugušajiem	4. lappuse
8 Bieg Czterolistnej Koniczynki i Nordic Walking "Dziwny jest ten świat" / 8. Četrlapu āboliņa skrējiens un nūjošana "Ši ir dīvaina pasaule"	7. lappuse
Majstrovstvá Eiropa 2022 v športe rope skipping / Eiropas 2022. gada čempionāts lekšanā ar lecamauklu	10. lappuse
Family Beach Games / Ģimeņu pludmales spēles	13. lappuse
Ultramaraton Nadbużański / Nadbužanskas ultramaratons	16. lappuse
Detská tour Petra Sagana / Pētera Sagāna bērnu brauciens	19. lappuse
Rīgas Orientēšanās nakts / Rīga Orienteering night	22. lappuse
BeActive pārgājiens / BeActive Hike	25. lappuse
Bieg przełajowy "Ekologiczna 5-tka" / "Ekolōģiskais 5" krosa skrējiens	28. lappuse
Republiková soutěž ČASPV v TeamGymu / Nacionālais čempionāts komandu vingrošanā	31. lappuse
Ikonu skaidrojums	34. lappuse
Kopsavilkums	36. lappuse



Ievads

Projekta "Sport for All and the Environment" (SforAE) mērķis ir veicināt izpratni par ekoloģiskas rīcības priekšrocībām tautas sportā. SforAE projektu organizē četri partneri no četrām valstīm:

- Asociācija športu pre všetkých Slovenskej republiky (Slovākijas Tautas sporta asociācija no Slovākijas)
- Česká asociace Sport pro všechny, z. s. (Čehijas Tautas sporta asociācija no Čehijas)
- Fundacja na rzecz Odzysku Opakowań Aluminiowych RECAL (Alumīnija iepakojuma pārstrādes fonds RECAL no Polijas)
- Latvijas Sporta federāciju padome no Latvijas

Mērķis ir ne tikai izglītošana, bet arī ciešas sadarbības izveide starp partneriem, lai radītu tiem sinerģijas efektu. Projekts paredz pieredzes apmaiņu un kopīgu vadlīniju izstrādi ekoloģiski ilgtspējīgiem sporta pasākumiem. Tas ietver arī četru galveno pasākumu organizēšanu (pa vienam katrā projekta valstī) un atbalstu ar reklāmas materiāliem – bezmaksas izotonisko dzērienu skārdenēm aptuveni 120 dažādos sporta pasākumos. Pasākumi jāorganizē videi draudzīgā veidā, tostarp savācot un pārstrādājot tukšās skārdenes. Izotoniskos dzērienus ražoja un ziedoja Krynica Vitamin, kas ražo bezalkoholiskus un vāji alkoholiskus dzērienus zīmolu un mazumtirdzniecības ķēžu uzdevumā.

Būtiskākie izaicinājumi, ar kuriem saskaras sporta pasākumu organizatori, protams, ir sacensību augsta sportiskā līmeņa nodrošināšana un sagatavošanās posma un paša pasākuma efektīva norise. No sporta pasākumiem mūsdienās sagaidāmo cerību saraksts noteikti ir plašāks, un šīs publikācijas mērķis ir mudināt organizatorus samazināt to ietekmi uz apkārtējo vidi.

Šajā "Labākās prakses" publikācijā ir aprakstīti pasākumi, kuros vislabāk tika īstenots "Zaļais ceļvedis. Kā organizēt ilgtspējīgu sporta pasākumu", ko sagatavoja projekta "Sport for All and the Environment" (SforAE) komanda. Šie vislabākie pasākumi tika organizēti 2022. gadā kādā no projekta dalībvalstīm. SforAE projektu līdzfinansē "Erasmus+ Sports" Mazā sadarbības partnerība (atsauces numurs: 622949-EPP-1-2020-1-PL-SPO-SSCP). Projekta tīmekļa vietne: www.sforae.eu.

Komanda:

- Anita Bžeska – Alumīnija iepakojuma pārstrādes fonds RECAL
- Pavlína Hadova – Slovākijas Tautas sporta asociācija
- Dr. Jans Holko – Slovākijas Tautas sporta asociācija
- Anton Kozák – Slovākijas Tautas sporta asociācija
- Arturs Lobočis – Alumīnija iepakojuma pārstrādes fonds RECAL
- Gabriela Mahova – Čehijas Tautas sporta asociācija
- Radka Mothežikova – Čehijas Tautas sporta asociācija
- Ronalds Režais – Latvijas Sporta federāciju padome
- Aleksandra Švalkovska – Latvijas Sporta federāciju padome
- Pavels Višņohs – Alumīnija iepakojuma pārstrādes fonds RECAL
- Jaceks Vodzislavskis – Alumīnija iepakojuma pārstrādes fonds RECAL





Letní slavnosti dospělých / Vasaras sporta festivāls pieaugušajiem

Organizētājs (vārds: Latviski un oriģinālvalodā)	Čehijas Tautas sporta asociācija (Česká asociace Sport pro všechny)
Organizācijas veids	Nacionālā sporta federācija
Datums	24-26.06.2022
Vieta	Doubí u Třeboně, Čehija
Dalībnieku (sportistu) skaits	152
Atbalstītāju (skatītāju) skaits	150
Brīvprātīgo skaits	22

Sporta festivāls ir publisks pasākums, tomēr lielākā daļa dalībnieku ir CASPV biedri. Viņiem patīk šis pasākums un viņi tajā piedalās katru gadu. Programmā un laika grafikā paredzētas dažādas disciplīnas – gan ļoti nopietnas, gan arī jautras un nenopietnas. Ikviens var izvēlēties, ikviens var gūt prieku un, pats galvenais, ikviens var izkustēties. Trīs dienu pasākumā ir pietiekami daudz laika atcerēties par apkārtējās vides aspektu nozīmīgumu. SforAE projekts tiek prezentēts daudzās vietās, uz galvenās skatuves un ēdamzālē. Daudzi dalībnieki ir skolotāji, kuri par projektu pēc tam informē savus skolēnus.



"Zaļā ceļveža" ieviešana – kategorija un īss darbību apraksts



Mēs strādājām ar brīvprātīgajiem, mūsu organizācijas biedriem. Viņi palīdzēja mums sacensību norises vietās un kontrolēja disciplīnu pareizu izpildi. Mēs viņiem nodrošinājām naktsmājas un ēdināšanu.



Daudzas aktivitātes notika dabā, ārpus telpām, tāpēc gaisa kvalitāte bija lieliska. Mēs regulāri vēdinājām telpas.



Mēs ierosinājām ideju par kopīgiem braucieniem. Dalībnieki kopīgi lietoja savus automobiļus un autobusus, lai kopīgi nokļūtu uz pasākumu. Citi izmantoja sabiedrisko transportu.



Mēs informējām dalībniekus par ūdens taupīšanu.



Organizējot pārtikas piegādi, tika ņemts vērā precīzs cilvēku skaits. Pasūtījums bija fiksēts. Cilvēki paši varēja izlemt, cik lielu porciju viņi vēlas. Ēdiens tika pasniegts uz atkārtoti lietojamiem traukiem. Pārtikas pārpalikumi tika ziedoti vietējai saimniecībai.



Mēs taupījām enerģiju, pārbaudot, vai telpas netiek bez vajadzības apgaismotas. Reģistrācija un saziņa tika organizēta digitāli.



Mēs vienmēr centāmies neradīt pārāk lielu troksni.



Mēs samazinājām papīra patēriņu. Visi dokumenti un ielūgumi tika nosūtīti pa e-pastu un publicēti sociālajos tīklos.

Ja agrāk dalībniekiem tika izsniegtas dalības lapas, tad tagad viņi saņēma kvalitatīvu, tirdzniecībā iegādātu grāmatu. Šādā veidā mēs vidi saudzējām divreiz. Mēs atteicāmies no plastmasas krūzītēm, dzērieniem izmantojām savas (personīgās) pudeles.



Mēs organizējām radušos atkritumu (dzērienu alumīnija skārdeni, plastmasas, papīra) šķirotu savākšanu no dalībniekiem. Pasākuma vietā tika izvietoti konteineri skārdenēm un statīvi ar maisiem atkritumu šķirotai savākšanai. Pasākuma laikā dalībniekiem tika sniegta informācija par atkritumu savākšanu. Savāktās dzērienu alumīnija skārdenes tika nogādātas vietējā otrreizējo izejvielu iepirkšanas vietā. Pārējie šķirotie savāktie atkritumi tika ievietoti pašvaldības konteineros.



Mēs samazinājām oglekļa pēdas nospiedumu, jo iepirkumus pakalpojumu sniedzējam nodrošināja vietējie piegādātāji un pakalpojumus sniedza vietējie darbinieki.





Letní slavnosti dospělých / Vasaras sporta festivāls pieaugušajiem





8 Bieg Czterolistnej Koniczynki i Nordic Walking "Dziwny jest ten świat" / 8. Cetrlapu āboliņa skrējieni un nūjošana "Šī ir dīvaina pasaule"

Organizētājs (vārds: Latviski un oriģinālvalodā)	Sokół – Jaroslavas skrējēju grupas biedrība (Stowarzyszenie Jarosławska Grupa Biegowa Sokół)
Organizācijas veids	Asociācija
Datums	23.07.2022
Vieta	Munina, Polija
Dalībnieku (sportistu) skaits	182
Atbalstītāju (skatītāju) skaits	200
Brīvprātīgo skaits	80

Cetrlapu āboliņa skrējieni ir nūjošanas skrējieni un pārgājiens pa 5 km garu, iezīmētu maršrutu Muninas ciema teritorijā (tostarp arī ainaviski izteiksmīgās vietās). Pasākumu papildina bērnu skrējieni un pikniks, kas noslēdzas ar koncertu un izklaidi dalībniekiem, rīkotājiem un līdzjutējiem.

Pasākuma galvenais mērķis ir popularizēt aktīvu dzīvesveidu un veicināt kopienā dažādas aktivitātes. Pasākums veicina arī pilsoniskās sabiedrības veidošanos, balstoties uz brīvprātīgā darba un filantropijas ideju, kā arī popularizē apkārtējās teritorijas kā aktīviem cilvēkiem draudzīgu sporta nodarbību vietu.

Katru gadu šim pasākumam tiek izvēlēta devīze un vadmotīvs. 2022. gada skrējiena devīze "Šī ir dīvaina pasaule" un miera balodis kā vadmotīvs bija reakcija uz traģiskajiem notikumiem Ukrainā, un to mērķis bija paust nosodījumu karam.



"Zaļā ceļveža" ieviešana – kategorija un īss darbību apraksts



Pasākuma laikā tika nodrošināta dalībnieku radīto atkritumu (dzērienu alumīnija skārdeņu, plastmasas, papīra) šķirota savākšana. Redzamās vietās tika izvietoti konteineri skārdenēm un statīvi ar maisiem atkritumu šķirotai savākšanai. Informācija par šķiroto atkritumu vākšanu pasākuma laikā dalībniekiem tika sniegta pasākuma profilā sociālajā tīklā, kā arī pasākuma laikā to sniedza tā vadītājs. Savāktās dzērienu alumīnija skārdenes tika nogādātas vietējā otrreizējo izejvielu iepirkšanas vietā. Pārējos šķīroti savāktos atkritumus savāca pašvaldības uzņēmums.



Pasākuma popularizēšana galvenokārt notika sociālo tīklu profilos un tīmekļa vietnēs, vienlaikus samazinot drukāto materiālu daudzumu. Pasākuma laikā tika izmantoti iepriekšējo skrējienu laikā izveidotie reklāmas materiāli (reklāmplakāti).



Organizējot pasākumu, specializētie pakalpojumi (piemēram, profesionāla laika mērīšana, skatuves apskatīšana) tika pasūtīti no ārējiem uzņēmumiem, kā arī tika izmantots no skrējiena partneriem aizņemtais aprīkojums: soli, galdi un āra teltis, kā arī citi pasākuma īstenošanai nepieciešamie infrastruktūras elementi.



Lai līdz minimumam samazinātu pārtikas atkritumu daudzumu, rīkotāji pasākuma dalībnieku ēdināšanai pasūtīja iepriekš aprēķinātu produktu daudzumu. Pēc pasākuma pāri palikušo pārtiku sadalīja starp brīvprātīgajiem.



Pasākuma laikā patērētā elektroenerģija tika izmantota racionāli – tikai pasākuma norisei nepieciešamajiem mērķiem. Ēka, kurā atrodas dalībnieku sanitārās telpas (Muninas skolas sporta zāle), ir aprīkota ar alternatīviem enerģijas avotiem – saules kolektoriem, kas nodrošināja dalībniekiem karsto ūdeni.



Sacensību rīkotāji sociālā tīkla profilā publicētā ziņojumā aicināja pasākuma dalībniekus ceļot kopīgi ("kopīga braukšana automašīnā"). Lai līdz minimumam samazinātu pasākuma rīkošanai nepieciešamo preču un aprīkojuma pārvadājumu skaitu, optimāli tika izmantoti transportlīdzekļu kravas nodalījumi.



Pasākuma rīkošanu nodrošināja brīvprātīgo no Muninas attīstības biedrības, Sokóť – Jaroslavas skrējēju grupas biedrības un vietējās kopienas darbs un iesaistīšanās.





8 Bieg Czterolistnej Koniczynki i Nordic Walking "Dziwny jest ten świat" / 8. Cetrlapu āboliņa skrējiens un nūjošana "Sī ir divaina pasaule"





Majstrovstvá Eiropa 2022 v športe rope skipping / Eiropas 2022. gada čempionāts lekšanā ar lecamauklu

Organizētājs

(vārds: Latviski un oriģinālvalodā)

Slovākijas lekšanas ar lecamauklu asociācija (Slovenská rope skippingová asociácia)

Organizācijas veids

Asociācija

Datums

25–30.07.2022

Vieta

Bratislava, Slovākija

Dalībnieku (sportistu) skaits

3439

Atbalstītāju (skatītāju) skaits

6069

Brīvprātīgo skaits

30

Eiropas čempionāts lekšanā ar lecamauklu Bratislavā bija sporta pasākums, kurā ietilpa trīs sacensības – 2022. gada Eiropas čempionāts lekšanā ar lecamauklu, 2022. gada Eiropas junioru čempionāts lekšanā ar lecamauklu un 2022. gada Eiropas atklātais turnīrs.

Notika gan individuālās, gan komandu sacensības, ātruma disciplīnas un arī brīvā stila disciplīnas (mūzikas pavadījumā ar lecamauklu izpildāmas elementu grupas). Pasākumā ietilpa arī "Lēcieni veselībai", kas nebija sacensības, bet galvenokārt skatītājiem domāts pasākums ar galveno mērķi panākt skatītāju izkustēšanos un iesaisti fiziskās aktivitātēs ar lecamauklu vai nu lecot, vai vienkārši vingrojot kopā ar pasākuma talismanu. Šo sacensību finālu tiešraidē pārraidīja TV JOJ SPORT, un tas tika atkārtots vairākas reizes.



"Zaļā ceļveža" ieviešana – kategorija un īss darbību apraksts



Ne pasākuma sagatavošanas, ne norises laikā, ne pēc tā beigām netika izmantotas plastmasas mapes vai caurspīdīgas kabatiņas. Ja bija nepieciešama izdrukā, tika izmantota drukāšana no divām pusēm. Tiesneši izmantoja planšetdatorus, nevis papīra lapas. Pasākuma popularizēšana, reklāmlapas, dokumenti, starta saraksti, kā arī rezultāti bija pieejami tikai tiešsaistē. Reklāmplakāti tiek izmantoti atkārtoti. Pasākuma tualetēs tika izmantots otrreizēji pārstrādāts papīrs.



Pasākuma laikā bija brīži ar samazinātu mūzikas skaļumu. Festivāls notika dienas laikā, lai nodrošinātu klusu vakaru. Ne atklāšanas ceremonijas laikā, ne fināla vakarā netika izmantotas ugunošanas ierīces.



Pasākuma laikā sporta zālē tika nodrošināta regulāra gaisa apmaiņa un svaiga gaisa padeve. Netika izmantots dīzeļa elektriskais ģenerators.



Ēdināšanu nodrošināja ārējs piegādātājs tuvu pasākuma norises vietai. Bija aizliegts ēdienu pasniegt plastmasas šķīvjos.



Rīkotāji vadīja vietējos brīvprātīgos. Kā atlīdzība viņiem tika nodrošināta naktsmītne, ēdināšana, atspirdzinājumi un T krekli.



Rīkotāji vadīja vietējos brīvprātīgos. Kā atlīdzība viņiem tika nodrošināta naktsmītne, ēdināšana, atspirdzinājumi un T krekli.



Pasākuma norises vietā varēja nokļūt ar sabiedrisko transportu, kā arī ar bezmaksas sabiedrisko transportu (BID) pasākuma dalībniekiem. Dalībnieki izmantoja arī sabiedriskos skrejriteņus. Netālu no sporta zāles esošo naktsmītņi varēja sasniegt ar vīsekoloģiskāko transportu – iešanu kājām.



Pasākuma norises vietā redzamā vietā tika izvietoti īpaši konteineri šķīrotajiem atkritumiem, skārdenēm un plastmasas depozīta pudelēm.



Apgaismojums sporta zālē bija energoefektīvs, un reģistrācija notika elektroniski.





Majstrovstvá Eiropa 2022 v športe rope skipping /
Eiropas 2022. gada čempionāts lekšanā ar lecamauklu





Ģimeņu pludmales spēles

Organizētājs	Inovatīvais Projektu Centrs
Organizācijas veids	Asociācija
Datums	17.09.2022
Vieta	Mārupe, Latvija
Dalībnieku (sportistu) skaits	160
Atbalstītāju (skatītāju) skaits	35
Brīvprātīgo skaits	20

BeActive Ģimeņu pludmales spēles notika pludmales sporta centrā "Ruukki" ar iekštelpu un āra pludmales sporta laukumiem četrus cilvēku ģimenēm (divi pieaugušie un divi bērni). Ģimenēm visas dienas garumā bija pieejamas ne tikai aizraujošas aktivitātes un uzdevumi – ātruma un veiklības stafetes, SUP airēšana, nodarbības smiltīs, dažādu prasmju pārbaude, bet arī citas daudzveidīgas nodarbības. Tika piedāvātas smilšu veidošanas nodarbības, sejas apgleznošana, zinātniskie eksperimenti.

Ģimenes kā komandas individuāli sacentās 12 dažādās disciplīnās, kas balstījās tikai komandas darbā, komunikācijā un atjautībā. Katra komanda saņēma punktus, un trīs labākās ģimenes ar lielāko punktu skaitu tika apbalvotas.



"Zaļā ceļveža" ieviešana – kategorija un īss darbību apraksts



Šo sporta centru rīkotāji izvēlējās tāpēc, ka tas elektroenerģijas nodrošināšanai izmanto saules paneļus, tādējādi pasākumam izmantotā elektroenerģija tika ražota no dabiskās enerģijas, samazinot negatīvo ietekmi uz vidi.



Ģimeņu ēdināšana notika sporta centrā esošajā restorānā. Ģimenes reģistrācijas veidlapā norādīja ēdiena veidu un porciju lielumu (bērnam vai pieaugušajam), lai porciju skaits būtu precīzs.



Pasākuma norises vietā tika nodrošinātas dzeramā ūdens apgādes vietas (sadarbībā ar dzeramā ūdens uzņēmumu Venden). Tiešsaistes reģistrācijas laikā visas ģimenes tika informētas, ka visiem dalībniekiem jāņem līdzi savas ūdens pudeles.



Tika nodrošinātas pārstrādājamo atkritumu tvertnes alumīnijam, plastmasai un sadzīves atkritumiem.



Ierobežotās autostāvvietas platības dēļ visām ģimenēm tika uzdots izmantot tikai vienu transportlīdzekli, lai ierobežotu transportlīdzekļu skaitu.



Mūzika tika nodrošināta telpās, tādējādi ierobežojot trokšņa piesārņojumu ārpus sporta centra un neietekmējot sabiedrību.





Ģimeņu pludmales spēles





Ultramaraton Nadbužański / Nadbužanskas ultramaratons

Organizētājs (vārds: Latviski un oriģinālvalodā)	Nadbužanskas Ultramaratona fonds (Fundācija Ultramaratonu Nadbužańskiego)
Organizācijas veids	Fonds
Datums	17.09.2022
Vieta	Mjelnika, Polija
Dalībnieku (sportistu) skaits	358
Atbalstītāju (skatītāju) skaits	200
Brīvprātīgo skaits	80

PGE Nadbužanskas ultramaratons ir krosa skrējieni, kas kopš 2018. gada notiek Mjelnikas komūnā gleznainajā Bugas ielejā. Maršruti ved pa meža un lauku ceļiem, prom no pilsētu ielām, skrējējiem iepazīstoties ar Podlases skaistākajām vietām. Sacensības ir ļoti populāras, pateicoties gardajai ēdināšanai ar reģionālās virtuves ēdieniem un aizraujošiem maršrutiem gar krīta raktuvēm vai caur gravām. Nadbužanskas ultramaratona fonda mērķis ir ekoloģiskā izglītība un sporta popularizēšana drošā un tīrā vidē.



"Zaļā ceļveža" ieviešana – kategorija un īss darbību apraksts



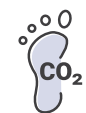
Mēs iepirkām produktus, kuru iepakojums ir viegli pārstrādājams. Visa pasākuma laikā mēs nodrošinājām atkritumu šķirotu savākšanu. Visi šajā pasākumā savāktie atkritumi tika pārstrādāti vai kompostēti. Mēs atteicāmies no plastmasas krūzītēm, aizstājot tās ar atkārtoti lietojamām silikona krūzītēm, kuras bija ievietotas skrējēju starta komplektos. Ēdieni tika pasniegti uz 100% bioloģiski noārdāmiem kliju traukiem.



Sacensību norises vieta ir izvēlēta tā, lai troksnis netraucētu vietējiem iedzīvotājiem. Sacensības beidzās uzreiz pēc tam, kad bija atskrējis pēdējais dalībnieks. Decibelu līmenis bija pieņemamā līmenī, netika izmantota pirotehnika vai līdzīgi elementi, kas rada nevajadzīgu troksni.



Lai taupītu enerģiju, mūsu pasākums notika dienas laikā. Ēkā, kurā atrodas mūsu sacensību birojs, tika uzstādīti saules fotoelementi.



Mēs samazinājām oglekļa pēdas nospiedumu, veicot vietējos pasūtījumus un pirkumus, stimulējot dalībnieku un brīvprātīgo kopīgu braukšanu.



Mēs samazinājām papīra patēriņu. Visi dokumenti tiek parakstīti tiešsaistes veidlapā. Reklāmas brošūru esam aizstājuši ar informatīvo biļetenu.



Jau kopš mūsu darbības sākuma mēs lielu vērību pievēršam brīvprātīgo darbam. Ar šo uzdevumu mums nodarbojas īpaša cilvēku grupa. Brīvprātīgie mums palīdzēja: marķējot maršrutu; ēdināšanas punktus; izdalot medaļas, ūdeni, izotoniskos dzērienus; pie atkritumu tvertnēm. Katru gadu mēs rīkojam plašu kampaņu jaunu brīvprātīgo piesaistei.



Finišā mēs nodrošinājām dzērienus mazos iepakojumos, lai samazinātu atkritumu daudzumu.



Gatavojot pasākumu, mēs domājām un rīkojāmies ekoloģiski – ierobežojām drukāšanu, lai samazinātu papīra patēriņu, neizmantojām dokumentiem plastmasu. Saziņa ar sacensību dalībniekiem galvenokārt notika tiešsaistē – ar informatīvo biļetenu, sociālajos tīklos; reģistrācija skrējienam notika elektroniski, bez nepieciešamības drukāt kartes vai paziņojumus.



Mēs veicinājām domu par kopīgiem braucieniem. Ar mūsu sociālo tīklu starpniecību skrējēji vienojās par kopīgu braukšanu. Mēs stimulējām arī sabiedriskā transporta izmantošanu, publicējot kustības sarakstus un iespējas nokļūt mūsu pasākumā. Starta un finiša vieta atradās netālu no Zaļā Veloceliņa, jo mēs stimulējām arī šo transporta veidu, nodrošinot apmeklētājiem velosipēdu novietni.



Mēs iepirkām vietējos un bioloģiskos produktus. Pasūtījumi tika pielāgoti dalībnieku skaitam. Vietējā mājāsaimnieču kluba sarūpētā spēcinošā maltīte tika pasniegta uz šķīvjiem, kas izgatavoti no klijām un bija piemēroti ēšanai vai kompostēšanai. Ēdināšanas punktos pāri palikusi pārtika tika izdalīta skrējējiem un dalībniekiem.



Pasākums notika dienas laikā, brīvā dabā, tāpēc izmantojām svaigu gaisu un dabisko apgaismojumu.



Mēs aicinājām dalībniekus braukt kopā – "kopīga braukšana".





Ultramaraton Nadbužański / Nadbužanskas ultramaratons





Detská tour Petra Sagana / Pētera Sagāna bērnu brauciens

Organizētājs (vārds: Latviski un oriģinālvalodā)	Žilinas bērnu velotūre (Cyklistická detská tour Žilina)
Organizācijas veids	Sporta klubs
Datums	18.09.2022
Vieta	Žilina, Slovākija
Dalībnieku (sportistu) skaits	329
Atbalstītāju (skatītāju) skaits	1000
Brīvprātīgo skaits	25

Pētera Sagāna Bērnu brauciens ir unikāls riteņbraukšanas pasākums, kas tiek rīkots jau deviņus reizi. Tas tika radīts kā nekomerciāls projekts bērniem līdz 14 gadu vecumam, kuri vēlētos braukt ar velosipēdu, bet nav sasnieguši sacensību līmeni. Tas nosaukts par godu Žilinā dzimušajam Pēteram Sagānam, vienai no izcilākajām profesionālās riteņbraukšanas personībām, trīskārtējam pasaules čempionam, piecu "Tour de France" zaļo krekliņu īpašniekam, posmu uzvarētājam visās lielajās tūrēs un daudzu citu sasniegumu īpašniekam. Šobrīd tas jau ir lielākais riteņbraukšanas pasākums Slovākijā ar tūkstošiem dalībnieku, un katru gadu tiek organizēti vismaz seši pasākumi.



"Zaļā ceļveža" ieviešana – kategorija un īss darbību apraksts



Nodrošina viens no rīkotājiem /pilsēta, ciems, klubs/. Katrs dalībnieks no projekta "Sport for All and the Environment" saņēma izotoniskā dzēriena skārdenes. Pasākuma norises vietā redzamās vietās tika izvietoti īpaši konteineri skārdeņu un PET pudeļu šķirošanai. No 300 projekta ietvaros izsniegtajām skārdenēm atpakaļ tika saņemtas 253 jeb 84,3% (Slovākijas vidējais rādītājs ir 70%).



Pasākumu apmeklēja bērni no visas Slovākijas, kuriem līdzī jāņem arī velosipēdi, tāpēc visbiežāk izmantotais pārvietošanās līdzeklis ir automobīlis. Vecāki ar bērniem ierodas arī ar kemperiem un veido kemperu nometnes (aptuveni 10-15 transportlīdzekļi). Viņi izmantoja Žilinas Universitātes stāvvietas, kas viņiem tika nodrošinātas bez maksas.



Reklāmplakāti tiek izmantoti atkārtoti. Tie ir izgatavoti no audekla, tos var mazgāt un lietot vairākus gadus. Mainoties sponsoram, uz jau esošās alumīnija konstrukcijas tiek uzvilks jauns audekla plakāts. Šādā veidā izgatavotie plakāti tiek izmantoti arī citos sporta pasākumos vai aizdoti citiem, kam tie nepieciešami.



Žilina brīvprātīgos nodrošināja viens no rīkotājiem. Pasākums ir augstu novērtēts, tāpēc nebija problēmu piesaistīt brīvprātīgos, īpaši no jauniešu vidus, kuri labprāt palīdzēja. Atlīdzībā viņi saņēma atspirdzinājumus un T kreklus.



Pasākuma popularizēšanai un saziņai ar dalībniekiem arvien vairāk tiek izmantotas tiešsaistes iespējas. Netika izmantoti drukāti plakāti. Rezultāti tika publicēti tiešsaistē uzreiz pēc pasākuma.





Detská tour Petra Sagana / Pētera Sagāna bērnu brauciens





Rīgas Orientēšanās nakts

Organizētājs	Latvijas Orientēšanās federācija
Organizācijas veids	Nacionālā sporta federācija
Datums	23.09.2022
Vieta	Rīga, Latvija
Dalībnieku (sportistu) skaits	638
Atbalstītāju (skatītāju) skaits	40
Brīvprātīgo skaits	15

Latvijas orientēšanās nakts notika 20 pilsētās, bet galvenais pasākums bija Rīgas Orientēšanās nakts.

Pasākums bija paredzēts komandām, taču piedalīties varēja ikviens. Dalībnieki (komandas) varēja paši plānot, kuros kontrolpunktos viņi vēlas atzīmēt trīs stundu laikā, lai iegūtu pēc iespējas vairāk punktu. Tāpēc distances garums nebija noteikts, jo tikai paši dalībnieki noteica apmeklējamos kontrolpunktus un to daudzumu. Tādējādi sacensībās varēja piedalīties jebkurš cilvēks neatkarīgi no fiziskās sagatavotības līmeņa vai prasmēm.

Orientēšanās notika Rīgas pilsētā, apmeklējot dažādus parkus, piemiņas vietas, pilsētas apkaimes un vēsturiskās ēkas. Sacensības sākās dienas gaismā un turpinājās tumsā, atšķirīgā apgaismojumā padarot grūtāku dalībnieku orientēšanos.



"Zaļā ceļveža" ieviešana – kategorija un īss darbību apraksts



Pasākums notika Latvijas galvaspilsētā Rīgā, kurā ir attīstīta sabiedriskā transporta sistēma, tāpēc pasākuma rīkotāji noslēdza sadarbības līgumu ar Rīgas pašvaldību, kas visiem reģistrētajiem dalībniekiem deva iespēju bez maksas izmantot sabiedrisko transportu līdz galvenajai pasākuma norises vietai un atpakaļ.



Pasākums galvenokārt notika ārpus telpām, tāpēc pasākumam tika izmantots dabiskais apgaismojums vai pašvaldības ikdienā izmantotās gaismas laternas u.c. Lai varētu orientēties tumsā, dalībniekiem bija jāizmanto pašiem savi lukturīši.



Latvijas Orientēšanās federācija visos savos pasākumos sadarbojas ar valsts akciju sabiedrību "Latvijas valsts meži", kas nodrošina ne tikai atkritumu urnas (SforAE alumīnija, plastmasas/papīra, pārtikas un sadzīves atkritumu urnas), bet arī izglītojošus materiālus un bērnu rotaļas katrā pasākumā.



Rīkotāji jau ilgstoši sadarbojas ar īpaši apmācītu brīvprātīgo grupu, kas palīdz īstenot pasākumus visa gada garumā.



Galvenā pasākuma norises vieta atradās privātā slēgtā ēkā, tādējādi minimizējot trokšņa ietekmi uz sabiedrību. Orientēšanās maršrutos neskanēja mūzika vai citi trokšņi.



Jebkāds gaisa piesārņojums tika novērsts, uzdodot dalībniekiem izmantot sabiedrisko transportu, izmantojot pašvaldības ikdienā nodrošināto apgaismojumu un izmantojot elektrību privātās slēgtās ēkās.





Rīgas Orientēšanās nakts





BeActive pārgājiens

Organizētājs	Stirnu Buks
Organizācijas veids	Sporta biedrība
Datums	24.09.2022
Vieta	Tukums, Latvija
Dalībnieku (sportistu) skaits	2400
Atbalstītāju (skatītāju) skaits	200
Brīvprātīgo skaits	28

#BeActive 2022 Pārgājiena, tostarp Krēslas takas galvenā norises vieta bija atpūtas sporta centrs Zviedru cepure (angliski Swedish Hat), izbaudot Kurzemes un Abavas senlejas skaistumu Talsu un Tukuma novados.

Lai pārgājienā varētu piedalīties ikviens, dalībnieki varēja izvēlēties sev piemērotāko no četrām dažādām distancēm dienas laikā – 3, 11, 16 un 27 km, kā arī 9 km garu taku krēslas laikā.

Distances bija izveidotas pa paugurainēm, mežiem, ciematiem, brīvdabas mākslas muzejiem, zirgaudzētavām un noslēgumā – pāri Abavas upei, šķērsojot to gaisa trošu nobraucienā vai ar laivu. Krēslas takā dalībniekus gaidīja dažādi pārsteigumi, piemēram, biedējošas tautas pasaku būtnes, lai dalībniekiem uzņemtos zosāda.



"Zaļā ceļveža" ieviešana – kategorija un īss darbību apraksts



Rīkotāji ilgstoši sadarbojas ar brīvprātīgajiem, kurus viņi ir apmācījuši un kuri viņiem palīdz dažādos pasākumos, tāpēc, izvēloties pasākuma rīkotāju, ir būtiski saprast, vai viņu domāšana atbilst zaļajam ceļvedim.



Tā kā pasākums notika publiskā pašvaldības teritorijā ar pašvaldības atbalstu, visa elektrība tika iegūta ar esošo infrastruktūru, tāpēc nebija nepieciešami papildu dīzeļģeneratori. Lai veiktu distanci krēslas laikā, dalībniekiem bija jāņem līdzi lukturiši.



Sociālajos tīklos visiem dalībniekiem tika ieteikts ierasties pasākuma vietā kopā ar ģimeni un draugiem, izmantojot vienu transportlīdzekli, lai līdz minimumam samazinātu papildu transportlīdzekļu izmantošanu un kaitējumu videi.

Pasākumu norises vietas infrastruktūrā ietilpstošās ēkas tika izmantotas organizatoriskiem mērķiem, lai līdz minimumam samazinātu vajadzību irēt citas telpas.



Tika nodrošinātas pārstrādājamo atkritumu tvertnes alumīnijam, plastmasai un sadzīves atkritumiem.



Pasākuma norises vietā tika nodrošinātas ūdens ņemšanas vietas, aicinot visus dalībniekus ņemt līdzi savas ūdens pudeles.



Pasākumā muzicēja divi ģitāristi, tādējādi nebija nepieciešamas jaudīgas mūzikas sistēmas. Mūzika skanēja tikai pasākuma galvenajā norises vietā, kas atradās tālu no privātmājām un radīja minimālu troksni. Pārgājiena maršrutā neradās citi trokšņi un dalībnieki pārgājienā devās katrs savā laikā, tādējādi neveidojot stipri aizpildītas teritorijas ar lielu dalībnieku skaitu.



Pasākums notika brīvā dabā un, kā minēts iepriekš, netika izmantoti dīzeļģeneratori, tāpēc gaisa kvalitāte saglabājas nemainīga.



Rīkotāji vienojās ar pašvaldību un dažiem pārgājiena maršrutā esošiem privātpašumiem un saņēma apliecinājumu, ka drīkst izmantot teritoriju pārgājienam un uzturēt to neskartu un tīru.





BeActive pārgājiens





Bieg przełajowy "Ekologiczna 5-tka" / "Ekoloģiskais 5" krosa skrējiens

Organizētājs (vārds: Latviski un oriģinālvalodā)	Pašvaldības kultūras, sporta un atpūtas centrs Trąbki Wielkie (Gminny Ośrodek Kultury Sportu i Rekreacji w Trąbkach Wielkich)
Organizācijas veids	Kultūras, sporta un atpūtas centrs
Datums	16.10.2022
Vieta	Trąbki Wielkie, Polija
Dalībnieku (sportistu) skaits	104
Atbalstītāju (skatītāju) skaits	100
Brīvprātīgo skaits	30

Kross "Ekoloģiskais 5" bija viens no 12 skrējieniem, kas notika 5. Kočevjes (Kociewie) skriešanas Lielās balvas izcīņas ietvaros. Sacensību mērķi ir popularizēt skriešanu kā visvienkāršāko fizisko aktivitāšu veidu, atpūtu un veselīgu dzīvesveidu. 5 km garais maršruts nebija īpaši grūts, taču ļoti gleznains, jo veda pa Raduņas upes ielejas meža takām.



"Zaļā ceļveža" ieviešana – kategorija un īss darbību apraksts



Tukšās skārdenes tika savāktas, izmantojot konteinerus un maisiņus skārdenēm. Pasākuma laikā tika sniegta informācija par atkritumu savākšanu un pārstrādi. Savāktās skārdenes tika nodotas pārstrādei projekta "Skārdenes bumbām" ietvaros. Bija pieejami arī konteineri citu atkritumu (papīra, stikla un plastmasas) šķirošanai.



Brīvprātīgie (OSP Trabki Vielkie un Elganovas ugunsdzēsēji, kā arī skolēni) palīdzēja iezīmēt maršrutu un citos organizatoriskos jautājumos.



Sacensību dalībnieku neizlietotā pārtika tika izdalīta pašvaldībā dzīvojošajiem Ukrainas bēgļiem.



Pasākuma vietā nebija ne plastmasas trauku, ne galda piederumu.



Banneru, reklāmas rulliņu, kā arī telšu, ko var izmantot citos pasākumos, vairākkārtēja izmantošana.



Katrs dalībnieks saņēma piemiņas medaļu, kas izgatavota tā, lai to varētu izmantot vēl ilgi pēc pasākuma beigām. To veido trīs elementi, ko var salocīt un pārveidot par viedtālruņa statīvu, karstas krūzes statīvu vai skrāpi aizsalušiem automašīnas logiem. No atstarojošās lentes izgatavoto lenti var izmantot par apģērba vai mugursomas daļu, uzlabojot cilvēku redzamību ārpus telpām.



Pasākuma laikā tika izmantots tikai dabiskais apgaismojums.





Bieg przełajowy "Ekologiczna 5-tka" / "Ekoloģiskais 5" krosa skrējiens





Republiková soutěž ČASPV v TeamGymu / Nacionālais čempionāts komandu vingrošanā

Organizētājs (vārds: Latviski un oriģinālvalodā)	Čehijas Tautas sporta asociācija (Česká asociace Sport pro všechny)
Organizācijas veids	Nacionālā sporta federācija
Datums	12.11.2022
Vieta	Trutnova, Čehija
Dalībnieku (sportistu) skaits	263
Atbalstītāju (skatītāju) skaits	542
Brīvprātīgo skaits	46

Komandu vingrošana ir komandu sacensības trīs disciplinās: brīvās kustības, atbalsta lēcieni un trampīns. Visās trijās disciplinās nepieciešama efektīvu komandas sadarbība un izcila tehnika ar prasmi izpildīt sarežģītus akrobātikas un vingrošanas elementus. Komandu vingrošanas sacensības notiek trijās grupās: sieviešu, vīriešu un jauktās komandas dažādās vecuma grupās.

Nacionālajā komandu vingrošanas čempionātā ietilpst visas trīs disciplīnas un visas grupas – skatītāju iecienītākās ir sieviešu un vīriešu senioru grupas – viņi izpilda neticami grūtus elementus. Iesildīšanās laikā apmeklētājiem bija pietiekami daudz laika, lai izstaigātu pasākuma zāli, un viņi bija patiesi ieinteresēti SforAE projektā. Mēs bijām ļoti gandarīti, redzot, ka visi pārdomāja, kā šķirot atkritumus īpašās tvertnēs, tostarp konteineros.



"Zaļā ceļveža" ieviešana – kategorija un īss darbību apraksts



Mēs organizējām radušos atkritumu (dzērienu alumīnija skārdeņu, plastmasas, papīra) šķirotu savākšanu no dalībniekiem. Zālē tika izvietoti konteineri skārdenēm un statīvi ar maisiem šķirotu atkritumu savākšanai. Pasākuma laikā dalībniekiem tika sniegta informācija par SforAE projektu. Savāktās dzērienu alumīnija skārdenes tika nogādātas vietējā otrreizējo izejvielu iepirkšanas vietā. Pārējie šķiroti savāktie atkritumi tika ievietoti pašvaldības konteineros.



Pasākumu palīdzēja organizēt vietējie brīvprātīgie un visu administratīvo darbu veica vietējais vingrošanas klubs. Vietējie iedzīvotāji ļoti labi pārzina vietējos apstākļus un viņu palīdzība bija nenovērtējama. Mēs viņiem nodrošinājām pārtiku un dzērienus.



Bija noteikti konkrēti skaļuma ierobežojumi un ieteikumi mūzikas atskaņošanai. Sacensību laikā tie tika stingri ievēroti. Mēs garantējam patīkamu vidi gan skatītājiem, gan dalībniekiem.



Mēs veicinājām domu par kopīgiem braucieniem. Dalībnieki kopīgi lietoja savus automobiļus un autobusus, lai kopīgi nokļūtu uz pasākumu. Citi izmantoja sabiedrisko transportu.



Sporta zālē bija energoefektīvs apgaismojums. Gaisma tikai ieslēgta tikai drošas sacensību norises nodrošināšanai. Mūsu brīvprātīgie pārbaudīja, vai ģērbtuvju un tualesu zonās nav nevajadzīga apgaismojuma.



Mēs samazinājām papīra patēriņu. Visi dokumenti un ielūgumi tika nosūtīti pa e-pastu un publicēti sociālajos tīklos. Reģistrācija sacensībām notika elektroniski, bez vajadzības izdrukāt dokumentus.



Ēdināšana tika nodrošināta uz vietas, cilvēki iegādājās sev nepieciešamo pārtikas daudzumu un varēja izvēlēties savai gaumei atbilstošāko. Tāpēc neveidojās pārtikas pārpalikumi.





Republiková soutěž ČASPV v TeamGymu / Nacionālais čempionāts komandu vingrošanā



Ikonas apraksts



Pārstrāde



Pārtikas pārpalikumi



Transports



Koplietošana



"Zaļie" pasūtījumi



Brīvprātīgais darbs



Energija



Ūdens piesārņojums



Skaņas piesārņojums



Gaisa kvalitāte



Oglekļa pēdas nospiedums
un tā novēršana



Sertifikāti



Cits



Kopsavilkums

Šajā #SforAE "Labās Prakses Piemēru" publikācijā iekļautie piemēri ir paredzēti kā ideju avots, palīdzot jums organizēt pasākumus, kas mazāk negatīvi ietekmēs apkārtējo vidi. Citas idejas varat atrast arī publikācijā "Zaļais celvedis. Kā organizēt ilgtspējīgu sporta pasākumu", ko sagatavojusi projekta #SforAE komanda. Lūdzu, padomājiet par elementiem, kurus ir iespējams ieviest jūsu pasākumā. Nākamajā reizē pilnveidojiet savas "zaļās" darbības un papildiniet tās ar jaunām. Pakāpeniski noteikti tiks ieviesta lielākā daļa mūsu priekšlikumu. Turklāt, pārejot uz "zaļo" domāšanu, jūs noteikti atradīsiet arī citas, tikpat ekoloģiskas idejas, ko ieviest.

Saistību atruna

Šo publikāciju kopīgi sagatavoja partneri, kas piedalās projektā "Sport for All and the Environment" (#SforAE), ko līdzfinansē "Erasmus+ Sports" Mazā sadarbības partnerība (atsauces numurs: 622949-EPP-1-2020-1-PL-SPO-SSCP). Tas atspoguļo tikai autoru viedokli, un Aģentūra un Komisija nav atbildīgas par tajā ietvertās informācijas iespējamo izmantošanu.

SFORAE
Sport for All and the Environment

