



ATLETAS LÍDERES EN ACCIÓN

Historias de Impacto y Consejos Sobre Liderazgo
de Atletas Líderes Alrededor del Mundo





“Los atletas deben entender que el liderazgo viene con la responsabilidad. ¿Estás listo para afrontarlo o no lo estás? Eso es lo primero que hay que entender antes de pensar en convertirse en líder”.

Joel Kigozi Olimpiadas Especiales Uganda

Este libro de historias es el resultado del trabajo de muchas personas alrededor del mundo.

Fue planificado, investigado y escrito por Ben Haack, atleta líder de Olimpiadas Especiales Australia, y Will Schermerhorn, escritor y editor de los Estados Unidos. Fue diseñado por Yaiguili Alvarado y parcialmente ilustrado por Aini Morazán.

Estos miembros del equipo de Olimpiadas Especiales Internacional ayudaron en la coordinación: Alyssa Cress, Pamela Herrera, Tiffany Lim, Rockie Zhao, Tracy Li, Kenia Padron, Tanyaradzwa Nzvengende, Noha Gaballah y Cristina Rodríguez.

El personal del Programa Olimpiadas Especiales ayudó a planificar, coordinar, traducir y llevar a cabo las entrevistas.

ACERCA DE ESTAS HISTORIAS

Los primeros atletas líderes de Olimpiadas Especiales que muchos ven son los que dan discursos. Son personas con discapacidad intelectual y del desarrollo que cuentan con la capacitación y la experiencia necesarias para dirigirse con seguridad a un estadio lleno de personas en unos grandes Juegos de Olimpiadas Especiales.

Sus palabras son impactantes. Se muestran tranquilos y serenos. El público los aclama y aplaude. Esto puede dar la impresión de que el Liderazgo de Atletas es solo para personas seguras de sí mismas y con talento para hablar en público. ¿Pero adivina qué?

“El liderazgo no es solo hablar”, dice Daisy Nguni, atleta líder de Olimpiadas Especiales Zambia.

“Se basa en la acción. Una persona puede ser líder sin ser un buen orador. Un atleta puede ser líder simplemente demostrando sus habilidades y su dedicación al trabajo”.

Estas historias muestran CÓMO lideran los atletas. Muestran todas las diferentes formas en que los atletas PUEDEN liderar. Como verás, no hace falta tener un título para ser líder. Puedes ser tímido y aún así ser líder. Estas son cosas que los atletas aprenden a través de la capacitación y las oportunidades que nos brinda nuestra colaboración a largo plazo con Bank of America.

Esa colaboración ha demostrado cómo los cursos de capacitación estándar sacan a relucir las fortalezas y personalidades únicas de nuestros atletas como líderes.

“Ser líder significa ser responsable e independiente. Se trata de tomar decisiones y dar buen ejemplo a los demás”, afirma Arwa Al-Shanfari, una atleta líder de Olimpiadas Especiales Omán.

Todas estas historias tratan sobre el Liderazgo de Atletas a nivel de Programa. Hay atletas líderes de Olimpiadas Especiales que lideran a nivel regional y global, pero estas historias tratan sobre aquellos que triunfan cerca de casa.

En entrevistas, atletas líderes de todo el mundo compartieron lo que significa el liderazgo para ellos. Cada uno ofrece consejos para atletas de Olimpiadas Especiales que quieren liderar.

“El propósito y el alma de Olimpiadas Especiales es la programación diaria, el entrenamiento diario”, dice Cristina Rodríguez, Directora de Desarrollo de Liderazgo Global de Olimpiadas Especiales Internacional.

Cristina dice que los atletas líderes pueden comenzar su camino preguntándose: “¿Qué impacto puedo tener a nivel local? ¿Cuántas vidas puedo cambiar en mi comunidad, con mis vecinos, en mi lugar de trabajo? ¿Cómo puedo cambiar las cosas compartiendo mi voz, diciendo lo que pienso y abogando por las personas con discapacidades intelectuales y del desarrollo?”



“El verdadero liderazgo consiste en las acciones cotidianas, como ayudar a los demás, compartir ideas y hacer oír tu voz”.

Rachel Chircop Olimpiadas Especiales Malta



**SOLO HAY 10 ATLETAS LÍDERES
QUE REPRESENTAN A TODOS LOS
DEMÁS ATLETAS DEL MUNDO
COMO MENSAJEROS GLOBALES
DE SARGENT SHRIVER.**

**HAY MENOS DE 100 PUESTOS DE
LIDERAZGO REGIONAL FORMALES
EN JUNTAS DIRECTIVAS Y CONSEJOS
PARA ATLETAS LÍDERES.**

**HAY MÁS DE 50,000 ATLETAS LÍDERES DE
OLIMPIADAS ESPECIALES EN PROGRAMAS.**

**LOS LÍDERES QUE
NECESITAMOS ESTÁN A
NUESTRO ALREDEDOR**

A LOS ATLETAS DE OLIMPIADAS ESPECIALES LES ENCANTA EL DEPORTE.

Pero también escuchamos a los atletas decir: “Quiero un trabajo. Necesito desarrollar habilidades. Quiero ser autosuficiente. Quiero ser independiente”.

El Liderazgo de Atletas es el esfuerzo de Olimpiadas Especiales para asociarse con personas con discapacidades intelectuales y del desarrollo para liderar nuestra organización.

Las habilidades que los atletas líderes adquieren a través del entrenamiento los preparan para roles de liderazgo en sus Programas de Olimpiadas Especiales, los capítulos de la organización a nivel local.

Nuestros programas están muy escasos de personal. Desarrollar a los atletas como líderes en los Programas puede ayudar a resolver necesidades de recurso y liderazgo. Eso ocurrirá cuando los atletas líderes entrenados tengan la responsabilidad de tareas y roles en los que puedan prosperar.

Con ánimo y apoyo consciente, los atletas líderes pueden ayudar a hacer crecer el trabajo de Olimpiadas Especiales a nivel local. Esto contribuye a nuestro objetivo de asignar a los atletas responsabilidades, con metas y la obligación de rendir cuentas. Este tipo de trabajo los prepara para ser independientes y prosperar en otros aspectos de la vida.

Líderes de Programa: Busquen la respuesta a algunas de sus necesidades de recursos y liderazgo en los atletas que los rodean.

Atleta: Depende de ustedes dar un paso al frente. Dile a tu Programa que quieres liderar. Demuestra lo que puedes hacer para resolver problemas. Comparte lo que te gustaría hacer y quién quieres ser como líder.

Sigue leyendo y descubre la amplia variedad de opciones que hay.



Ser un líder en tu Programa

Aquí tienes un resumen de los consejos y lecciones de los deportistas que han creado, perseguido y desarrollado roles de liderazgo en programas locales.

Representantes de Atletas



Pág. 8

Celine Ramaekers
OE Bélgica

"Cuando formes parte de una junta directiva, ten confianza en ti mismo. Las personas quieren que compartas tus opiniones".



Pág. 10

Joel Kigozi
OE Uganda

"Ser atleta líder puede requerir valor. Estar preparado te ayuda a sentirte menos nervioso".



Pág. 9

Madeleine Pérez
OE Venezuela

"Aunque al principio no te sientas cómodo como líder, puedes aprender a manejarlo con tiempo y práctica".



Pág. 11

Jerica Tan
OE Singapur

"En el liderazgo, saber hablar con las personas y hacer que se sientan cómodos es importante. Es el primer paso para saber cómo ayudar".



Pág. 10

Ian Kahalewai
SO Hawái

"El Liderazgo de Atletas es mucho más que compartir tus opiniones. Se trata de reunir y compartir las voces y opiniones de los atletas a los que representas deportistas que representas".



Pág. 12

Ryan Smith
OE Nueva Zelanda

"Para representar las necesidades de los atletas de tu comunidad, necesitas buscar, animar y escuchar sus voces".

Líderes Deportivos



Pág. 14

Daisy Nguni
OE Zambia

"El liderazgo, como muchas cosas, puede empezar con pequeñas responsabilidades que se convierten en otras mayores".



Pág. 16

Nikilani Rojas
OE Hawái

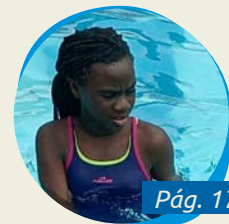
"La capacitación y la experiencia en liderazgo pueden fortalecer la confianza en las personas tímidas".



Pág. 15

Man Bi
OE Pakistán

"Guía a los demás y refuerza tu propia confianza compartiendo lo que sabes sobre los deportes que te apasionan".



Pág. 17

Patricia Mirembe
OE Uganda

"Apoya a los niños que quieran aprender habilidades deportivas y de natación como Coordinador de Atletas Jóvenes".



Pág. 15

Josué Rosales
OE Guatemala

"Cada desafío en el liderazgo es una oportunidad para desarrollar habilidades, fortalezas y tu propia confianza".

Mensajeros de Salud



Pág. 19

Mohammed Al-Hinai
OE Omán

"Aprender sobre liderazgo también es aprender sobre uno mismo. Puede que descubras que hay un líder dentro de ti, esperando ser revelado".



Pág. 20

Rachel Chircop
OE Malta

"La capacitación y la experiencia refuerzan la confianza de las personas que se inician en funciones de liderazgo".



Pág. 21

Mary Wachango
OE Uganda

"Aunque al principio estés nervioso, la práctica te da seguridad a medida que aprendes nuevas habilidades".

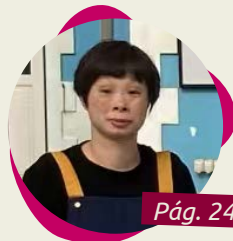
Facilitadores de Atletas



Pág. 22

Carlos Miró
OE Puerto Rico

"Un atleta líder motivado puede lograr grandes cosas con el apoyo de quienes le rodean".



Pág. 24

Lai Kuan Cheong
OE Macao

"A medida que creces como líder, es posible que descubras que tu vida es más plena y que quieras compartir lo que has aprendido con los demás".



Pág. 23

Grace Davis
OE Misuri

"Las personas pueden ver cómo crecen tu confianza y habilidades antes que tú. Confía en que es real".



Pág. 26

Pak Un Lau
OE Macao

"El liderazgo es un proceso de aprendizaje y crecimiento continuos, y puedes utilizar tus habilidades de muchas maneras".



Pág. 23

Arwa Al-Shanfari
OE Omán

"Descubre qué se necesita para apoyar a tu Programa aprendiendo a organizar competencias, entrenamientos y reuniones como voluntario".



Pág. 27

Ashi Nagori
OE Bharat

"Los líderes creativos pueden usar sus habilidades e intereses para hacer que los puestos de liderazgo sean únicos para ellos".

Atletas Narradores



Pág. 28

Magnús Orri Arnarson
OE Islandia

"Ayuda a contar la historia de Olimpiadas Especiales como fotógrafo y videógrafo con tu teléfono inteligente".



Pág. 29

Edward Kastern
OE Wisconsin

"Crear un espacio para que las voces de los atletas se compartan es un tipo de liderazgo creativo e importante".



Pág. 29

Yuqi Zhong
OE China

"Puedes usar tus talentos para ayudar a tu Programa de muchas maneras diferentes".

Celine Ramaekers

Olimpiadas Especiales Bélgica

Representante en la Federación de Gimnasia de Flandes



"Estoy orgullosa de atreverme a decir lo que pienso. Necesitas tener valor para decir lo que realmente piensas".

Consejo de Celine

"No tengas miedo de expresarte y mostrarles tu talento. [El entrenamiento] me ayudó a estar menos nerviosa porque estoy preparada para un montón de preguntas que me podrían hacer".

Celine es gimnasta de Olimpiadas Especiales. Su papel como líder fue creciendo poco a poco. Empezó ayudando a preparar el equipo para los entrenamientos. Luego le pidieron que se quedara durante las clases y ayudara a demostrar las habilidades. "Después de unos meses, me preguntaron: '¿De verdad quieres empezar a enseñarles también?'. Y eso fue lo que hice".

Al principio, estaba demasiado nerviosa y tímida para hablar con personas que no conocía. Cuando recibió capacitación en Liderazgo de Atletas, se sintió cómoda hablando ante hasta 100 personas a la vez.

Y luego le pidieron que formara parte de un grupo de trabajo con GymFed, la Federación de Gimnasia de Flandes.

Al principio volvió a sentirse nerviosa. Pronto se dio cuenta de que estaba allí porque los miembros de la federación realmente querían escuchar lo que tenía que decir sobre la gimnasia de Olimpiadas Especiales.

"Entreno a niños pequeños, así que sé bastante sobre el tema", dice Celine. "Al principio, no sabía qué quería decir. A medida que avanzaban esas reuniones, vi que realmente querían opiniones sinceras. Y fue entonces cuando realmente pensé: 'Bueno, ahora es el momento de decir lo que realmente pienso'".



Madeleine Pérez

{ Olimpiadas Especiales Venezuela

Expresidente del Consejo de Liderazgo de Atletas del Programa



"Los atletas líderes deben estar bien preparados para alcanzar sus metas. Se puede estar preparado mediante el entrenamiento, la constancia, la disciplina y un gran esfuerzo".

Consejo de Madeleine

"Busca un objetivo y ve tras él. Y asegúrate de escribirlo".

Primero, hubo un momento muy feliz cuando Madeleine fue elegida presidenta del Consejo de Liderazgo de Atletas de su Programa.

"Me tomó por sorpresa. Fue una gran noticia para mí", recuerda Madeleine.

Y luego, vino la primera reunión que dirigió como presidenta.

"Al principio estaba muy nerviosa. Me sudaban las manos". Le tomó un tiempo sentirse cómoda dirigiendo reuniones.

"Lo que hacía era tomarme cinco minutos. Respiraba profundamente o salía a caminar. Y, por supuesto, la práctica fue genial. Eso también me daba confianza", dice Madeleine.

Madeleine también tenía responsabilidades antes y después de las reuniones.

"Mi mayor responsabilidad era leer todo el material que me daban y escuchar a todos los que hablaban. Luego, yo representaba esas palabras cuando hablaba".

Con el tiempo, se fue sintiendo más cómoda. Se dio cuenta de que los atletas líderes que la eligieron ya sabían que podía liderarlos.

"Ahora sé que soy la persona adecuada para el papel", dice Madeleine.

"Para mí, ser líder no consiste solo en representarme a mí mismo ante la organización, sino también a nuestros otros atletas con discapacidad intelectual, y escuchar lo que tienen que decir, lo que quieren saber y lo que quieren cambiar en Olimpiadas Especiales".

Ian Kahalewai Olimpiadas Especiales Hawái

Ian Kahalewai { Olimpiadas Especiales Hawái

Expresidente del Consejo de Liderazgo de Atletas del Programa



"Creo que el liderazgo es uno de los aspectos más importantes de Olimpiadas Especiales porque ser líder de la organización supone un gran paso adelante".

Consejo de Ian

"Entra en el programa de Liderazgo de Atletas con la mente abierta y simplemente descubre cómo es. Al principio te dará un poco de miedo. Pero a medida que sigas avanzando, todo irá mejorando".

Ian se toma muy en serio la responsabilidad de representar las necesidades y los intereses de los demás atletas.

Cuando era presidente del Consejo de Liderazgo de Atletas (ALC por sus siglas en inglés) de Olimpiadas Especiales Hawái, Ian colaboró con otros miembros del ALC en una encuesta en línea para averiguar qué deseaban los atletas del Programa.

Por medio de una encuesta de Google Forms, el ALC de Hawái descubrió que a los atletas les preocupaba contar con "comida más saludable y cambios en las reglas de arbitraje" después de que los atletas fueran descalificados durante la competencia. En las grandes competencias, querían una sala sensorial, "un lugar realmente tranquilo donde pudieran alejarse de toda la acción y simplemente tener un lugar para relajarse y disfrutar".

"No solo me estoy ayudando a mí mismo, sin también a mis compañeros atletas. Conocer sus ideas y opiniones y lo que quieren que cambie en Olimpiadas Especiales, y simplemente darles la oportunidad de expresarse y escuchar sus ideas y opiniones".

Joel Kigozi { Olimpiadas Especiales Uganda

Representante en la Junta Directiva del Programa



"Liderar significa tomar decisiones. Implica mostrarse seguro al hablar con la gente. Implica sacrificarse por el bien de los demás".

Consejo de Joel

"El liderazgo es una responsabilidad hacia los demás, no hacia uno mismo. No ser egoísta, no ser egocéntrico. Tienes que entender todo".

Hay algunas cosas de ser representante de los atletas que ponen nervioso a Joel. En algunas partes de Uganda, se habla idiomas que él no conoce. Parte de su trabajo consiste en ir a esos lugares para representar a los atletas de Olimpiadas Especiales Uganda.

"A veces, uno puede sentirse tímido cuando va a zonas en las que nunca ha estado en su vida. Uno se siente tímido en un lugar donde no habla el idioma. Pero tienes un mensaje que compartir", dice Joel.

Aun así, dice: "Me emociona ir a lugares en los que no he estado. Me preparo mucho para lo que les voy a decir en una nueva región". Incluso con la preparación, hay incertidumbres, dice. "No sabes cómo recibirá la gente tu mensaje. ... Se necesita mucho valor", añade.

Dice que obtiene su valor de las personas que lo apoyan en su Programa. Joel hace su parte para apoyar a los demás: "Como representante de los atletas en la junta directiva, siempre he animado a los jóvenes, diciéndoles: 'Hoy soy yo. Mañana serán ustedes cuando yo ya no esté'. Siempre los animo a ser ellos mismos y a ascender y asumir estos roles".

Jerica Tan

Olimpiadas Especiales Singapur
Entrenadora de Liderazgo de Atletas y Oradora Pública



"Ser líder, en realidad, me hace cambiar a mí misma. Estoy tratando de cambiar de verdad al ayudar a los demás y aprender de ellos".

Consejo de Jerica

"Cuando te sientas nervioso al hablar, mira hacia adelante. Piensa con la cabeza. Y simplemente hazlo".

"Ser líder no significa solo liderar", dice Jerica. "He aprendido que, como atleta, el liderazgo consiste en ayudar".

Jerica ha dejado una buena impresión en los entrenadores, sus compañeros atletas y otras personas gracias a su disposición para ayudar. Jerica dice que ve el liderazgo como "mostrar a las personas cómo transitar las dificultades y guiarlas en sus momentos difíciles. Por ejemplo, si no logran resolver sus problemas, trato de guiarlos para que puedan resolverlos".

A Jerica le encanta probar cosas nuevas, y su deseo de aprender y ayudar la ha transformado, dice Su Yin Tay, Gerente Senior de Voluntarios, Comunicaciones y Alianzas de Olimpiadas Especiales de Singapur.

"La persona que es ahora mismo es casi otra persona, mucho más segura de sí misma", dice Su Yin. "Es una atleta que siempre está pendiente de los demás. No solo de sus compañeros atletas, sino también de sus entrenadores. Se asegura de que todos estén bien".

Hago sonreír a los demás al compartir con otros sus ideas y los desafíos a los que se enfrentan. Eso les hace sentir bien. Les hace sentir que hay alguien más que se preocupa por ellos. Eso les da sonrisas y esperanza.

Joel Kigozi | Olimpiadas Especiales Uganda

Ryan Smith

{ Olimpiadas Especiales Nueva Zelanda

Representante de los Atletas en la Junta Directiva del Programa



"He visto a tantas otras personas convertirse en atletas líderes y ser bastante exitosos. Y yo quería seguir sus pasos".

Consejo de Ryan

"Actúa como un canal para la voz de los atletas, sus preocupaciones, lo que les gustaría ver, cambiar o mejorar".



Ryan se ha convertido en un líder hábil y consumado, exactamente el tipo de líder al que aspiraba ser cuando pensó por primera vez en el Liderazgo de Atletas.

"He sido un observador atento de otros atletas líderes que me precedieron, como ejemplos de cómo debe ser el comportamiento de un buen atleta líder", dice Ryan. Algunos atletas líderes tenían fortalezas claras, comenta, pero no tomaban en cuenta las necesidades de los demás en la comunidad.

"Por eso, siempre he tratado de ver qué puedo hacer para ayudar a los demás en lugar de solo a mí mismo. ¿Cómo puedo difundir las oportunidades y compartirlas con los demás, en lugar de que todo se centre en mí?"

Su enfoque le ha valido el papel de representante de atletas en la Junta Directiva de su Programa. Antes de cada reunión, Ryan revisa los materiales de la reunión. Llega con preguntas que hacer.

El enfoque comunitario de Ryan ayudó a que el te reo māori —el idioma que se habla en Tirau— apareciera en el reverso de las medallas de Olimpiadas Especiales de Nueva Zelanda. Dice que la idea surgió directamente de los atletas.

"Formar parte de la Junta Directiva me ha permitido colaborar detrás de escena, aportando un conocimiento profundo de lo que los atletas sienten y piensan a nivel de base".



Las medallas de Olimpiadas Especiales Nueva Zelanda tienen palabras en Te Reo Māori — el idioma que se habla en Tirau - en la parte trasera de las medallas.

Daisy Nguni

Olimpiadas Especiales Zambia

Organizadora de Equipamiento Deportivo y Capitana de Fitness



"A los atletas no debe darles pena decir que quieren ser líderes. Se supone que debes dar un paso al frente y decir: 'Quiero ser líder'. Y debes creer en ti mismo y darte cuenta de que también eres capaz".



Consejo de Daisy

"Asume roles de liderazgo por más pequeños que sean. Sé abierto a cualquier rol que esté disponible, porque el liderazgo no se limita al campo de juego, sino que está en todas partes".



Daisy es ahora una atleta líder muy ocupada, y todo comenzó con un pequeño pero importante trabajo que consiguió como voluntaria.

Olimpiadas Especiales Zambia tenía dificultades para conseguir suficiente personal para los eventos deportivos, cuenta Daisy.

"Era voluntaria y me apasionaba lo que hacía. Tengo mucha energía y habilidades. El director ejecutivo consideró que lo más acertado era asignarme un puesto de liderazgo", recuerda Daisy.

Su trabajo conlleva mucha responsabilidad. "Estoy a cargo del equipo en Olimpiadas Especiales de Zambia", dice Daisy. Ella se encarga de las camisetas de todos los colores, los banderines, los balones de fútbol, las pelotas de baloncesto, las bolas de bochas, los conos altos, los conos bajos, las colchonetas, las pancartas de promoción de la marca y el equipo utilizado para el Programa de Entrenamiento de Actividades Motoras.

"Me aseguro de que estén limpios y organizados en la sede de Olimpiadas Especiales aquí en Lusaka", dice Daisy. "Me siento muy bien al asumir el papel de liderazgo como organizadora de equipo. Me encanta. Y estoy haciendo este trabajo para poder inspirar también a otras personas que quieran asumir roles de liderazgo en Olimpiadas Especiales".

Josué Rosales { Olimpiadas Especiales Guatemala

Asistente de Entrenamiento



"El Liderazgo de Atletas me ha enseñado a ser humilde, a ser responsable y a apoyar a Olimpiadas Especiales Guatemala de todas las formas que pueda".

Consejo de Josué

"Siempre digo que te enamores del proceso, que te enamores de tu deporte, que te enamores de Olimpiadas Especiales".

Josué ha superado varios retos en su vida. Cuando era pequeño, la gente se burlaba de él porque hablaba con tartamudez.

"No hablaba mucho, solo decía hola, buenos días, buenas tardes y buenas noches. No me juntaba con mis amigos porque se burlaban de mí".

Luego, su padre le enseñó a nadar.

"Antes de aprender a nadar, pensaba que no podía hacer cosas. Decía: 'No puedo hacerlo', y ahí lo dejaba. Desde que aprendí a nadar, me dije: 'Si pude aprender a nadar, puedo aprender otras cosas'".

Ha aprendido a nadar, a jugar al bádminton y a practicar otros deportes. Ha aprendido a ser entrenador asistente. Ha aprendido a hablar con confianza con las personas, tanto en conversaciones individuales como en grupos grandes. Pero tal vez lo más importante que ha aprendido es a amar los retos.

"He perseverado en mi papel de líder para dar ejemplo a mis compañeros. Aprendí de mis errores. Sigo adelante", dice Josué.

Man Bi { Olimpiadas Especiales Pakistán

Asistente de Entrenamiento



"El Liderazgo de Atletas conlleva muchas responsabilidades al mismo tiempo. No se trata solo de hablar o dar instrucciones todo el tiempo. Se trata de dar y ayudar"

Consejo de Man Bi

"Todos los que nos rodean deberían entendernos, cómo nos sentimos y cómo podemos prosperar. Solo así tendremos la confianza necesaria para expresarnos. Pequeños pasos como estos nos permitirán superar nuestros miedos y adquirir la confianza de que podemos lograr cualquier cosa".

Man Bi descubrió Olimpiadas Especiales a través de los Deportes Unificados.

"Me encantó la combinación de opuestos, la forma en que los atletas y sus compañeros Unificados eran iguales en la cancha. Eso me dio motivación".

Aun así, Man dice: "No podía creer en mí misma".

Eso cambió cuando recibió audífonos durante los Juegos Mundiales de Olimpiadas Especiales de 2023 en Berlín. Antes, no podía escuchar a su familia, amigos ni maestros. Las personas a su alrededor pensaban que no podía hablar. Pero escuchar a las personas con claridad le permitió aprender a hablar con claridad, y eso mejoró su confianza.

Ahora está aprendiendo a convertirse en capitana de fitness.

"Me enorgullece ser líder cada vez que recibo instrucciones del entrenador o cuando el líder del Programa me asigna una tarea", dice Man. "Cuando otros atletas me siguen, me da una sensación de felicidad por haber logrado algo".

Nikilani Rojas

Olimpiadas Especiales Hawái
Capitana del Equipo



"Nosotros, los atletas, damos lo mejor de nosotros. Todos nos esforzamos mucho, todos y cada uno de nosotros. Queremos que las personas sepan que todos nuestros atletas tienen voz".



Consejo de Nikilani

"Nunca te rindas. Sigue dando lo mejor de ti".

Nikilani es una persona que quiere hacer que las cosas sucedan y luego las hace suceder.

Al igual que muchos atletas líderes novatos, se sentía tímida a la hora de expresarse y un poco incómoda al dar instrucciones a un grupo.

"Trabajé muy duro para intentar superar eso", dice.

Había sido nadadora de Olimpiadas Especiales Hawái cuando habló con su entrenadora de natación sobre la posibilidad de convertirse en capitana del equipo. Le dijeron que primero tenía que obtener la certificación como entrenadora de natación, así que entrenó y lo logró.

La Capitana del Equipo, Nikilani, ha hecho que las cosas sucedan para su Programa. Formó un Consejo de Liderazgo de Atletas en su isla de Maui. Los líderes de su Programa quedaron impresionados. Ellos seleccionaron a Nikilani para una misión en la Conferencia de la Región de Olimpiadas Especiales de Norteamérica en Indiana en 2025.

La tarea de Nikilani allí era dirigir los ejercicios matutinos para que las personas calentaran y estuvieran listas para el día. Practicó levantar las rodillas y golpear el suelo con los talones en casa durante un mes completo antes de la conferencia. Cuando le tocó dirigir los ejercicios, lo hizo con confianza.

"Puedo demostrar que soy un ejemplo de lo que significa ser líder, mostrar lo que nuestros atletas pueden hacer".



Patricia Mirembe

{ Olimpiadas Especiales Uganda

Coordinadora de Atletas Jóvenes e Instructora de Natación



"Aprendí las cualidades de un buen líder: determinación, valor, ser solidario, empático, amable y atento".

Consejo de Patricia

"Si quieres ser líder, empieza poco a poco al ayudar a los demás. Cree en ti mismo. Trabaja duro".

El trabajo de Patricia como Coordinadora de Atletas Jóvenes consiste en motivar a los niños, tanto con como sin discapacidad intelectual, a aprender y participar en las actividades.

"Animo a todos los atletas a que aprendan unos de otros", dice Patricia.

El mentor de Patricia la vio en su escuela en Uganda y la animó a participar en una capacitación en liderazgo.

"Apoyo a mis compañeros atletas cuando están entrenando. Aprendí a administrar mi tiempo. Apoyo a los atletas más jóvenes cuando están entrenando en natación".

"Me siento bien y feliz porque estoy interactuando y apoyando a mis compañeros atletas", dice Patricia. Da charlas sobre salud e higiene.

Patricia es buena nadadora. Le encanta ayudar a los atletas a aprender a nadar. Puede demostrar muchos estilos de natación: mariposa, lateral, espalda, pecho y estilo libre.

Parte de su papel consistía en hablar con chicos más grandes y mayores que ella. Al principio eso la ponía nerviosa, pero ya no.

"Creía en mí misma. Recibí consejos de mi mentor y de mis maestros".

Ahora, con un año de experiencia y su confianza se nota.

"Me siento feliz cuando puedo ayudar a mis compañeros atletas".

"Un líder es alguien que guía y lidera a sus compañeros en deportes en cualquier tipo de evento. Los seguidores no deberían verme como una jefa. Soy una persona que ayuda, una colaboradora".

Man Bi | Olimpiadas Especiales Pakistán

El liderazgo es responsabilidad

"Ser líder significa ser responsable. Tienes que cumplir con lo que dices. Si dices que vas a hacer algo, tienes que hacerlo. Tienes que estar ahí para las personas".

Grace Davis, Olimpiadas Especiales Misuri

"Para ser líder, debes ser decidido y trabajador, y debes tomar una postura y luchar por la inclusión".

Ashi Nagori, Olimpiadas Especiales Bharat

"El verdadero liderazgo se basa en las acciones cotidianas, como ayudar a los demás, compartir ideas y hacer oír tu voz".

Rachel Chircop,
Olimpiadas Especiales Malta

"Como líder, sé que tengo la mayor responsabilidad de cuidar a los demás y de formar a otros atletas para que también sean líderes".

Lai Kuan "Sally" Cheong, Olimpiadas Especiales Macao

"Liderar significa que intento dar un paso adelante, es decir, si alguien tiene problemas, voy a ayudarles completamente. "

Jerica Tan, Olimpiadas Especiales Singapur

"Participa, mantente presente. Porque si no participas ni estás presente, entonces no eres un verdadero líder".

Edward Kastern, Olimpiadas Especiales Wisconsin



Mohamed Al-Hinai

{ Olimpiadas Especiales Omán

Representante de Atletas y Mensajero de Salud



"Hablo con los atletas, les pregunto qué necesitan y luego comparto sus opiniones durante las reuniones. Me aseguro de que sus voces sean escuchadas y consideradas".

Consejo de Mohamed

"Di que sí a la oportunidad de liderar. No te preocupes si eres tímido o tienes dudas. Todos empiezan por algún sitio. Lo importante es intentarlo".

Uno de los momentos más importantes en la trayectoria de liderazgo de Mohamed ocurrió en 2019.

Mohamed formó parte de la delegación de Omán como entrenador asistente de voleibol en los Juegos Mundiales de Olimpiadas Especiales celebrados en Abu Dabi.

"Ser entrenador fue una gran responsabilidad", dice Mohamed. "No solo daba instrucciones, sino que también guiaba, motivaba y cuidaba al equipo. Eso me hizo darme cuenta de que no soy solo un atleta. Puedo ser un mentor, un líder".

Mohamed ha seguido creciendo como líder. Es miembro del Consejo de Liderazgo de Atletas de Olimpiadas Especiales de Omán. También es un Mensajero de la Salud, quien representa las necesidades e intereses de salud de los atletas. Este papel requirió hablar en público, realizar actividades de divulgación y colaborar con profesionales médicos, entrenadores y familias.

"Como Mensajero de la Salud, hablo sobre cómo los atletas pueden mantenerse saludables, no solo físicamente, sino también mentalmente", dice. Da charlas en eventos, anima a los atletas a hacerse chequeos médicos regulares y ha colaborado en campañas de concienciación. El liderazgo ha cambiado la forma en que se ve a sí mismo.

Me hace sentir seguro y orgulloso. Siento que puedo aportar algo importante y marcar la diferencia".

Rachel Chircop

Olimpiadas Especiales Malta
Mensajera de Salud



"Quiero ayudar a los demás a que sus habilidades brillen. Quiero ayudarlos a alcanzar sus sueños y demostrarle al mundo que somos capaces, que podemos hacer que las cosas sucedan".

Consejo de Rachel

"Cree en ti mismo y cree que tu voz importa. Cree que puedes marcar la diferencia. Y ten por seguro que siempre encontrarás apoyo en Olimpiadas Especiales".

Las primeras impresiones que Rachel tuvo del Liderazgo de Atletas fueron los oradores en los eventos regionales y en los Juegos Mundiales. Pensó que tal vez el Liderazgo de Atletas no era para ella porque era tímida.

"Sin embargo, con el tiempo aprendí que el liderazgo también es local", dice Rachel. "Como Mensajera de la Salud, enseñé a otros atletas nuevas habilidades de comunicación, y les hablo sobre cómo llevar una vida saludable, fomentar la confianza en sí mismos, alentar a los demás y asegurarme de que todos participen".

Rachel ayuda a las personas que aún están en la escuela a "lidiar con los problemas que tienen. Por ejemplo, si en la escuela a alguien le cuesta hacer amigos, lo ayudamos a aprender cómo hacer amigos, apoyándolo a desarrollar habilidades sociales".

"Animo a [los atletas] brindándoles oportunidades más allá del deporte: entrenamiento, trabajo de oficina, recaudación de fondos, planificación de eventos, narración de historias, incluso en redes sociales.

"Y les pregunto cuáles son sus intereses, para que podamos crear oportunidades que se adapten a sus habilidades y pasiones".

"Ser líder significa estar al lado de otros atletas, guiarlos y apoyarlos. Aprendí a ayudar y representar a mis compañeros atletas, especialmente a aquellos que quizá no sean capaces de expresarse".

Mohamed Al-Hanai | Olimpiadas Especiales Omán

Mary Wachengo

Olimpiadas Especiales Uganda
Promotora de Salud y Entrenadora



"Animo a otros a convertirse en líderes siendo un ejemplo y siendo amable".

Consejo de Mary

"Si quieres ser líder, tienes que ser activo y seguro de ti mismo. La confianza se gana con la práctica".

Convertirse en una Mensajera de la Salud no fue fácil al principio para Mary. Estaba nerviosa y, "Al principio no sabía nada sobre salud".

Aprendió a enseñar a otros atletas cosas importantes sobre la salud a través del entrenamiento y la participación en talleres.

"Les estoy enseñando a mis compañeros atletas cómo mantener la higiene, como lavarse, bañarse, cepillarse los dientes y llevar una dieta equilibrada".

Ahora es toda una experta: "Me siento segura y orgullosa".

Mary dice que aprendió a tener el valor de hablar delante de otros atletas gracias a la práctica.

Ahora ve que las personas están haciendo lo que ella les enseñó. Los ve haciendo cosas como lavarse las manos y tener cuidado con lo que comen.

"Eso me hace sentir orgullosa y muy bien".



Carlos Miró

Olimpiadas Especiales Puerto Rico
Facilitador de Capacitación y Actividades de Liderazgo



"Vi a muchos atletas con muchas habilidades y capacidades. Y queríamos darles una oportunidad como la que yo tuve."

Consejo de Carlos

"Creo que todos los países deberían implementar el Liderazgo de Atletas porque es un gran programa, y están dando a los atletas diferentes oportunidades y experiencias distintas que de otro modo no tendrían".

No hace mucho, Olimpiadas Especiales Puerto Rico no contaba con un programa oficial de Liderazgo de Atletas.

Eso cambió después de que Carlos participara en el Congreso de Liderazgo de Atletas de Olimpiadas Especiales de América Latina en Paraguay en 2024. Regresó a Puerto Rico con el plan de estudios oficial e Liderazgo de Atletas y un fuerte deseo de compartirlo. Propuso crear un programa de Liderazgo de Atletas al Director Nacional de su Programa, quien estuvo de acuerdo en que era una gran idea.

Le tomó varios meses explicar el programa a sus compañeros atletas y lograr que ellos y sus familias se sintieran cómodos con la idea.

"Buscábamos atletas que tuvieran ese deseo y esa capacidad de transmitir el mensaje de la inclusión, de involucrarse de verdad", dice Carlos.

Carlos había aprendido el poder de la persistencia, así que él y su mentor, Armando Muñoz, siguieron insistiendo una y otra vez. Finalmente, Carlos simplemente programó un evento y les dijo a los atletas interesados: "Tienen que estar ahí. Esta es la hora. Este es el lugar".

Esa estrategia funcionó. Ahora, el programa de Liderazgo de Atletas en Puerto Rico está creciendo. Carlos y Armando están planeando nuevas capacitaciones y actividades.

"Queremos hacer crecer el grupo de atletas líderes. Hay muchos atletas con el potencial de hablar y transmitir el mensaje de inclusión y de llevar un estilo de vida saludable".

"Los atletas pueden liderar recordando a otros atletas que sus voces e ideas son valiosas y que el liderazgo puede adoptar muchas formas, como ayudar a sus compañeros, sugerir nuevas ideas, así como ser un modelo a seguir".

Rachel Chircop | Olimpiadas Especiales Malta

Grace Davis { Olimpiadas Especiales Misuri

Recepcionista en la Sede del Programa



"Estoy orgullosa de tener compañeros que confían en mí y que quieren que esté en su equipo, y de poder contribuir al éxito general de Olimpiadas Especiales Misuri".

Consejo de Grace

"No tengas miedo de arriesgarte. Muchas personas estarán ahí para ti. No importa qué dificultad enfrentes, puedes lograrlo".

La confianza es un proceso continuo para Grace, y se ha ganado toda la confianza que tiene.

Grace es la recepcionista en la sede central de Olimpiadas Especiales Misuri. Recibe a las personas cuando entran, atiende llamadas telefónicas y se encarga de ingresar datos relacionados con los deportes. También está tomando cursos de capacitación en Liderazgo de Atletas.

Grace ha logrado mucho, pero aún se pregunta si podrá enfrentar nuevos retos cuando surjan en sus clases, dice su mentora, Kayla Hull.

"Puede que haya alguna clase a la que asista y ella diga: 'No puedo hacer esto.' Pero al final, ha completado ese proyecto", dice Kayla.

"A veces, realmente tengo que recordarme a mí misma que debo dar un paso a la vez", dice Grace.

El crecimiento de la confianza de Grace es evidente "en el trabajo que está haciendo, en cómo interactúa con el personal y con las personas que llegan al edificio, simplemente en cómo se comporta", dice Kayla. "Las personas la admiran".

Arwa Al-Shanfari { Olimpiadas Especiales Omán

Voluntaria Activa en Eventos del Programa



"Elijo actividades que disfruto, como ayudar durante los eventos. Creo que otros atletas deberían intentar hacer voluntariado: eso fortalece sus habilidades".

Consejo de Arwa

"No pienses que el liderazgo es solo para ciertas personas. Solo tiene que importarte y tienes que intentarlo. Con eso basta".

"Cuando me uní por primera vez, no creí que podía ser una líder. Era callada. No me veía a mí misma como alguien capaz de pararme frente a los demás", dice Arwa.

Hoy en día, Arwa colabora en casi todos los eventos que organiza Olimpiadas Especiales Omán: da la bienvenida a los atletas, ayuda con la logística y orienta a los recién llegados. La capacitación en Liderazgo de Atletas y el impulso y apoyo de su Programa le ayudaron a desarrollar su confianza y su independencia.

"Me encargo de las tareas por mi cuenta, como preparar mis materiales para las reuniones y organizar pequeñas actividades. Esto me ayuda a convertirme en una mejor líder", dice Arwa.

Quiere sobre todo animar a las atletas femeninas a asumir roles de liderazgo. "A veces las chicas tienen miedo de liderar", dice Arwa. "Les digo: 'Si yo puedo, tú también puedes'".

Lai Kuan “Sally” Cheong

Olimpiadas Especiales Macao

Formación en Liderazgo y Facilitadora de Actividades



“El liderazgo es una especie de presión, pero la presión viene de la responsabilidad. Es una presión que me motiva”.

Consejo de Sally

“Tienes que trabajar duro porque las oportunidades llegarán a quienes trabajan duro. Es así para todos, no solo para personas con DI”.

Creer como atleta líder en Macao ha mejorado la vida de Sally de formas que no esperaba. Ya se había adaptado bien a su papel de mentora cuando se detuvo a pensar en cómo había cambiado su vida.

“Con el tiempo, poco a poco me di cuenta de que me sentía más feliz y segura de mí misma. Tenía una mayor sensación de logro. Siento que ahora soy más madura y tengo más amigos”.

Sally comenzó recaudando fondos en los mercados públicos de Macao. El Programa cuenta con atletas que saludan a los transeúntes.

Vendían galletas recién horneadas y tazas, posavasos, llaveros, marcadores de libros y bolsas con la marca de Olimpiadas Especiales.

“Aprendí a resolver problemas por mi cuenta en algunos casos, lo cual es algo fantástico”, dice Sally. Con el tiempo, se volvió muy buena hablando en público. Ahora, es muy solicitada como oradora en todo tipo de eventos. Sally logró muchas cosas y decidió ayudar a dar la bienvenida a nuevos atletas.

“Quería convertirme en mentora porque quiero compartir. Es simplemente mi instinto. También quiero transmitir mi experiencia a los nuevos atletas”, dice Sally. “Quiero retribuir a los demás y apoyar a los nuevos atletas. Yo recibí apoyo y ahora quiero apoyar a otras personas”.



Pak Un “Paco” Lau

Olimpiadas Especiales Macao

Capacitador de Liderazgo y Facilitador de Actividades



“Siento que me conozco mejor. El liderazgo me da muchas más oportunidades para aprender diferentes habilidades”.

Consejo de Paco

“Cuando los Programas cuentan con atletas que son buenos oradores, no recurran siempre a ellos. Den oportunidades también a los atletas nuevos. Los atletas líderes con experiencia, como yo, estamos encantados de ceder estos papeles destacados a atletas que no han tenido tanta visibilidad”.

Encontrar trabajo en Macao puede ser difícil, dice Paco, pero tiene una ventaja sobre muchos otros gracias a la formación en liderazgo de atletas de Olimpiadas Especiales.

“Puedo usar habilidades de liderazgo para buscar trabajo. Gracias a mis habilidades de liderazgo, es mejor cuando paso por entrevistas”, dice Paco. “Muchos atletas se enfrentan a los mismos desafíos. Les cuesta encontrar trabajo. Pero tengo habilidades de liderazgo, certificados y experiencia. Eso me ayuda a ser un candidato mejor y más fuerte en la búsqueda de empleo”.

Paco ahora tiene una confianza notable.

Al principio no era así. Su primer trabajo fue como recaudador de fondos, vendiendo alimentos y regalos a las personas en un gran mercado de Macao. Eso fue un reto para Paco porque tiende a ser callado y reservado con personas que no conoce. Su memoria no es buena, dice Paco, así que eso fue algo con lo que el equipo de Olimpiadas Especiales de Macao le ayudó.

“Para mí, el liderazgo es un reto, pero también una oportunidad”, dice Paco. “Es un reto porque el liderazgo es una habilidad difícil de dominar, pero también es una oportunidad para que crezca”.

“Ser líder requiere mucha comunicación, y ese es uno de mis mayores retos porque soy introvertido. Sé que necesito identificar los puntos clave de lo que escucho y que esos puntos clave me permiten ayudar a los demás”.

Pak Un “Paco” Lau | Olimpiadas Especiales Macao

Ashi Nagori

{ Olimpiadas Especiales Bharat

Capacitador de Liderazgo y Facilitador de Actividades



"Me siento empoderada porque sé que puedo generar un cambio y crear una sociedad unificada. Cuando debatimos ideas y hacemos eventos, me siento segura y empoderada".

Consejo de Ashi

"Gracias a las sesiones de capacitación de Liderazgo de Atletas, tengo más confianza y sé cómo hablar mejor".



Ashi ha encontrado excelentes maneras de reunir a niños de edad escolar con y sin discapacidad intelectual en su ciudad.

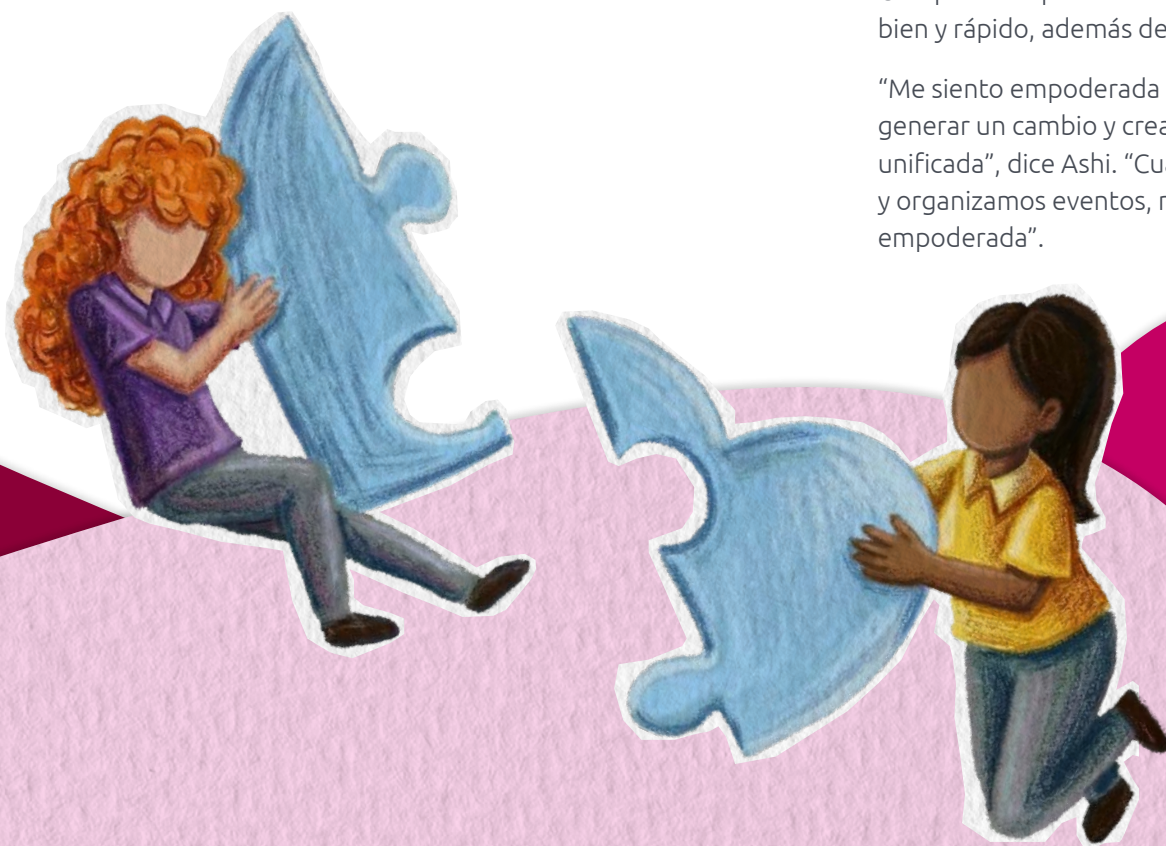
"Desde niña, me han encantado los rompecabezas", dice Ashi. Ahora, está organizando una competencia de rompecabezas unificados para niños de 10 escuelas cercanas, con hasta 100 participantes.

Ashi y su compañero Unificado dirigen a los niños en una variedad de deportes y actividades. Los rompecabezas son una de ellas. Otra es el yoga. Ashi ha aprendido lo suficiente sobre yoga como para guiar a los escolares durante las sesiones.

Los rompecabezas y el yoga son solo una parte de lo que Ashi hace como atleta líder. Ella y su compañero Unificado van a las escuelas para presentar la capacitación en Liderazgo de Atletas. El primer paso para Ashi y su compañero es reunirse con el director de la escuela para asegurarse de que el director comprenda y apoye la capacitación.

"Vimos que Ashi tiene potencial como oradora", dice Aditi Yadav, una pasante que trabaja con Olimpiadas Especiales Bharat. "Aprende muy bien y rápido, además de ser una buena atleta".

"Me siento empoderada al saber que puedo generar un cambio y crear una sociedad unificada", dice Ashi. "Cuando debatimos ideas y organizamos eventos, me siento segura y empoderada".



Magnús Orri Arnarson

Olimpiadas Especiales Islandia
Fotógrafo, Videógrafo y Editor de Videos



"He estado trabajando muy duro y tengo pasión por la fotografía y por hacer estas fotos para promocionar Olimpiadas Especiales de una buena manera y contar historias que las personas no conocen".

Consejo de Magnús

"Tienes que publicar tus fotos. Si tomas fotos y las personas nunca ven una publicación, solo tienes la foto en tu móvil y no estás haciendo nada con ella".

Magnús siempre usaba su celular para grabar videos y tomar fotos de sus amigos y su familia. La directora nacional de Olimpiadas Especiales de Islandia, Anna Karolina, vio sus videos y le pidió que hiciera un video promocional para los Juegos Mundiales en Abu Dabi.

"Me hizo sentir muy bien porque las personas de Olimpiadas Especiales estaban dispuestas a que tomara más fotos y grabara más videos".

La Directora Nacional de OE Islandia, Anna Karolina, "anima a las personas a perseguir sus sueños y a hacer más", dice el mentor de Magnús, Jón Bergsveinsson. El apoyo "fue la clave de todo", dice Jón.

"Hago videos y fotos de los atletas, los torneos y las competencias", dice Magnús. "Hago videos promocionales y fotos de las competencias y los publico en las redes sociales".

Al principio Magnús grabó sus videos con su teléfono inteligente.

"Tu teléfono es una buena cámara", y es fácil de usar dice. "Empieza con caras sonrientes y gente chocando los cinco", aconsejó.

"Siempre me acerco más cuando tomo fotos. ... Solo estoy capturando el momento de lo que están haciendo, cuando la gente sonríe o cuando están hablando".

"Un líder ayuda a transmitir el mensaje de inclusión de todos los atletas y las familias. Es un título y un compromiso. Tienes que dar el mensaje a todos".

Madeleine Pérez
Olimpiadas Especiales Venezuela

Edward Kastern { Olimpiadas Especiales Wisconsin

Copresentador del Pódcast "Athlete Voice"



"He aprendido a ser más paciente conmigo mismo porque aprendí que las cosas no pasan de la noche a la mañana. Aprendí a no ser tan duro conmigo mismo".

Consejo de Edward

"Nunca sabes qué habilidades tienes hasta que aprovechas la oportunidad para abrir puertas a tus sueños".

"Ponemos al atleta en la silla caliente".

Así es como Edward describe el pódcast "Athlete Voice" que co-presenta.

"Simplemente les hago a los atletas las preguntas más difíciles sobre sus vidas. Así llegamos a conocer de verdad a ese atleta y cómo le va".

Edward y su copresentadora, Addie Teeters, se aseguran de mirar más allá de las ciudades de Wisconsin para dar a conocer a atletas que viven entre granjas, campos y bosques. Addie es vicepresidenta de comunicaciones de marketing de Olimpiadas Especiales de Wisconsin.

Creer fue duro para Edward. Tiene parálisis cerebral y utiliza una silla de ruedas para moverse. De niño, dice que fue acosado.

"Me volcaron, me giraron y me ridiculizaron".

Y ahora es un atleta líder que comparte las historias de decenas de atletas de Olimpiadas Especiales. Muchos de ellos también sufrieron acoso escolar. Edward los convierte en protagonistas del pódcast. Quiere que se sientan incluidos como él.

"Mucha gente con discapacidad intelectual no ha tenido una oportunidad para que se escuchara su voz. Y yo quería ser ese catalizador".

Yuqi Zhong { Olimpiadas Especiales China

Artista, Editor de Videos y Orador



"Cuando hablaba de mis propias obras de arte, tuve la oportunidad de expresarme. Más adelante me volví cada vez más activo como orador".

Consejo de Yuqi

"Si tienes talento, lo primero es intentar no ser tímido. Sé proactivo y toma la iniciativa".

Yuqi aporta audacia al arte, a la comunicación y al liderazgo. Durante una venta benéfica, Yuqi quería atraer a la gente para que comprara artículos y así recaudar fondos para su Programa.

"Mis compañeros atletas hablaban en voz baja. Yo hablaba en voz alta, una y otra vez. Incluso cuando no había clientes cerca, seguía haciendo todo lo posible por atraer a la gente". Los líderes del Programa se dieron cuenta de su espíritu enérgico. También notaron que le encantaba dibujar. Ahora, Yuqi crea hermosas ilustraciones para los artículos que vende el Programa: bolsas de tela, sobres rojos para regalos y cajas para el delicioso manjar de temporada llamado pasteles de luna.

También ayuda a su Programa a contar su historia editando videos para las redes sociales. Yuqi desarrolló sus habilidades para hablar en público al explicar sus ilustraciones al personal del Programa. Se volvió muy bueno en eso. Yuqi ha sido presentador en varios eventos importantes.

Como atleta líder, Yuqi ve que otros atletas tienen talentos y habilidades, pero carecen de la confianza necesaria para desarrollarlos. "En el fondo, tienen miedo. No se atreven a ser los primeros en dar un paso al frente y mostrar lo que pueden hacer", dice.

"Quiero ser el primero en dar un paso adelante y ofrecirme como voluntario", dice. "Abrazo activamente todo en nuestras actividades".

INICIANDO EL LIDERAZGO DE ATLETAS

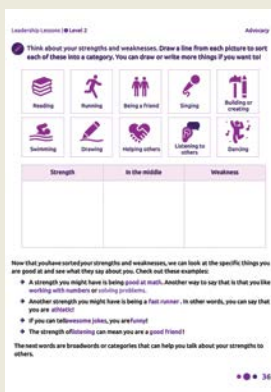
Muchos materiales de aprendizaje sobre Liderazgo de Atletas están disponibles en la página web de Recursos de Olimpiadas Especiales en esta dirección:



resources.specialolympics.org/AL

Encontrarás una visión general del Liderazgo de Atletas que cubre los tres principios guía del programa. Aprende cómo la educación, la concienciación, la formación y los puestos de liderazgo se combinan para que el Liderazgo de Atletas funcione. También hay una visión general descargable del Currículo de Formación en Liderazgo y Habilidades.

También hay una colección de módulos de entrenamiento básico y avanzado para atletas líderes. Busca los manuales sobre abogacía, comunicación, cómo gestionar la decepción, relaciones saludables y establecer objetivos.



"Ser líder no significa solo liderar. Para mí, ser líder es mostrar a las personas cómo transitar las dificultades y guiarlas en sus momentos difíciles. Trato de guiarlos en la resolución de sus problemas".

Jerica Tan Olimpiadas Especiales Singapur

"El Liderazgo de Atletas merece la pena. Tenemos oportunidades, y esas oportunidades valen el trabajo y la carga. Ayudar a los demás te da alegría, y es divertido".

Madeleine Pérez Olimpiadas Especiales Venezuela

"Me hace sentir seguro y orgulloso. Siento que puedo aportar algo importante y marcar la diferencia".

Mohamed Al-Hanai Olimpiadas Especiales Omán



**BANK OF AMERICA, GRACIAS POR EL
APOYO CONTINUO A LOS PROGRAMAS
DE LIDERAZGO DE ATLETAS.**