

VÝROČNÍ ZPRÁVA 2024

Předkládá: Společenství harmonie těla a ducha z. s.

Bubenečská 388/27, 160 00 Praha 6

tel: 224317872, mob: 604309370 e-mail: shtd@volny.cz <http://www.shtd.cz>

/komplexní projekt pod záštitou MŠMT ČR/

Vážení rodiče, milé děti, vážení vychovatelé, vážení zájemci,

Dlouhodobým a Longitudinálním úkolem je a bylo:

Vytvářet a realizovat cílené volnočasové aktivity pro zdravé, ale zejména pro děti a mládež se zdravotním a sociálním handicapem z celé ČR /epileptici, hydrocefalici, mozkové obrny, mozkové dysfunkce, autisté, astmatici, enuretici, alergici, nadváha, ortopedické vady, kombinované vady, vzácná onemocnění, s perinatální zátěží aj.; děti v náhradní výchovné nebo rodinné péči, zejména z dětských domovů, Klokánků, samoživitelů, romské etnikum, národnostní menšiny aj./. **Cílem bylo zlepšit jejich zdravotní stav, zvýšit tělesnou zdatnost, psychickou odolnost a zlepšit jejich sociální postavení.**

Příspěvek k harmonickému biopsychosociálnímu vývoji dětí a mládeže a integrovat handicapované jedince do přirozené komunity jejich vrstevníků.

Smyslem činnosti nejsou velké jednorázové akce, ale soustavné celoroční působení klubových, víkendových a pobytových aktivit.

Jsme průkopníci rozumné inkluze. V sociálním začleňování znevýhodněných kontinuálně pokračujeme již 33 let. Naše praxe potvrzuje význam a přednosti volnočasové inkluze pro zdravé i ostatní.

Důraz byl kladen na praktičnost, zajímavost a prožitkovost akcí, které nenásilně odbourávaly zaseté stereotypy zákazů, omezení, diskriminací a tím posilovaly potřebné sebevědomí i sounáležitost k celku.

Akce byly pořádány v rámci celoročního projektu MŠMT ČR, dílčích projektů MZ ČR /letní ozdravný pobyt pro epileptiky/ a Hl. m. Prahy /částečně - klubové a víkendové aktivity/.

V r. 2015 byla SHTD udělena záštita ministryně školství, mládeže a tělovýchovy na budoucí komplexní projekty.

Uspořádali jsme Velikonoční ozdravně edukační pobyt, celoroční školení praktikantů a vedoucích, Letní ozdravně edukační pobyt /letní tábor/ a Podzimní ozdravně edukační pobyt. 14 víkendových akcí a 66 pravidelných klubových aktivit. V celkovém součtu se zúčastnilo těchto akcí cca 550 dětí a mládeže z celé ČR, z toho cca 88% handicapovaných.

Ze všech hledisek byla tato zdravotní, výchovná, vzdělávací a socializační integrace pozitivní a pro všechny účastníky potřebná a prospěšná. To prokázalo hodnocení odborné i laické veřejnosti, rodiči i dětmi.

Využili jsme fenoménu tělesné výchovy, vhodnou stravu, masáže, saunování, plavání, otužování a další rehabilitačně regenerační procedury. Dále arteterapii, muzikoterapii, psychoterapii, celotáborové hry, bohaté kulturní a vzdělávací programy, jízdu na koních, koloběžkách; zábavu, prožitek, osvětu – vše ke zlepšení zdraví, rozvoji tělesných i duševních sil, edukace a správnému vývoji dětí i mládeže.

Aktivní účast dětí na zdravém způsobu života /zdravý životní styl/ a změna jejich hodnotových orientací působily rovněž preventivně proti negativním civilizačním vlivům, jako jsou např. návykové látky, sedavý způsob života, neustálé sledování televize a PC.

Navazování přátelství mezi jednotlivci z různých společenských vrstev, různého zdravotního a sociálního stavu, různých životních zkušeností, přispívá k vzájemné toleranci a porozumění, rovnosti a sounáležitosti k celku. Vystihuje evropský rozměr inkluze a edukace „Každý jsme jiný, ale všichni jsme si rovni“.

Do všech akcí /klubových, víkendových a zvláště pobytových/ byl zařazen komplexní program, rozdělený do navazujících, vzájemně se prolínajících **cyklů a specifických aktivit** /neformální vzdělávání, životní prostředí, týmová spolupráce/.

Cyklus zdravotní:

zdravotní TV- /sestavy a cvičení na správné držení těla, páteř a klouby, posilování, strečink, hipoterapie aj./
regenerace - /masáže, sauna, aquaparky, plavání, hydroprocedury, psychoregulace aj./.

Důraz byl kladen na očistu organismu zatíženého dlouhodobou medikací.

arteterapie, ergoterapie - /pro zkvalitnění jemné motoriky a rozvoj kreativity/

zdravotní osvěta- přednášky, praxe. Prevence před častými infekčními nemocemi. Zásady a nácvik

1.pomoci /resusc. trenažér/, zdravý způsob života, hygienické návyky, sebeobslužné techniky aj.

Cyklus tělovýchovný:

tělovýchova a sport, „Pohyb je život“ - /turistika, plavání, kolektivní hry, drobné hry, atletika, minikoloběžky, sportovní olympiády, soutěže aj./. Byla zdůrazňována nezbytnost a pravidelnost každodenních pohybových aktivit v životě člověka, význam mírné vytrvalostní zátěže aerobního charakteru, význam chůze v přírodě, pravidelné střídání zátěže a odpočinku, specifické metody u handicapovaných apod.

Cyklus edukační /výchova, vzdělávání/:

široký program výchovných a vzdělávacích neformálních aktivit /navštěvy hradů, zámků, muzeí, historických památek, s výkladem průvodce, rychlokurz masáží aj./. Doučování, vědomostní kvízy, čtení pohádek, všeobecná osvěta /bezpečnostní pravidla - silnice, sporty, plavání, saunování aj./. Dále debaty o morálce, etice, filozofii, přírodě, umění aj. /i při klubových a víkendových aktivitách/.

Cyklus motivace-integrace-inkluze:

motivační program s kolektivními hrami, soutěžemi, dramatickou výchovou /scénky, divadlo, tanec, zpěv/. Rozvoj kreativity, paměti, estetiky, sebevědomí, odstraňování ostychu a obav veřejně vystoupit před větším kolektivem.

Po celou dobu naší činnosti se věnujeme cílené integraci handicapovaných do většinového kolektivu a její vyšší formě všestranného začleňování-inkluzi. Handicapované děti mají přirozenou tendenci a vlastní zkušenosti, kvůli kterým se separují od kolektivu a okolí. Důvodem je nepochopení většinové společnosti jejich problematiky, které se projevuje segregací /vyčleňováním/, šikanou, xenofobií apod. Tyto nežádoucí jevy je třeba řízenými oboustrannými impulzy ovlivňovat, měnit postoje a chování jednotlivců i společnosti a dosahovat proměny vědomí o sounáležitosti všech skupin a podskupin k jednomu celku. Volnočasová inkluze je velmi prospěšná pro zdravé i znevýhodněné.

Přehled akcí:

Velikonoce - Jarní ozdravně edukační pobyt 28.3. - 1.4.2024, Penzion U Jandů, Úborsko 2:

/66 účastníků, z toho 59 dětí a mládeže, 51 handicap. tj. 86%/

Pobyťová akce pro všechny účastníky byla zaměřena na zdraví, rozvoj tělesných i duševních sil a rehabilitaci. Využili jsme moderní plavecký areál Aquapark Klatovy /návčik plavání, hydroprocedury, dětský bazén, tobogán, divoká voda, vlny aj./, rehabilitační možnosti a zařízení v místě pobytu /masáže, rychlokurz masáží, zásady 1.pomoci, zdravý způsob života/. Arteterapii s neobvyklou technikou enkaustikou a především Tradice a Zvyky Velikonoc. Dále turistiku a poznávací výlety busem. Navštívili jsme město Domažlice se šikmou věží, Nýrsko s přehradou a především CHKO Černé jezero. /Za pomoci starosty a místostarosty Železné Rudy a Lesů ČR jsme pro bezpečnost mohli použít pohotovostní vozidlo až k samotnému jezeru/. Na místě jsme si ukázali geomorfologický vývoj karů největšího přírodního jezera v ČR, vliv ledových dob na reliéf povrchu i další zajímavosti z fyzikální geografie. Dále probíhali hry v přírodě, sporty, aktivační a motivační hry.

Také jsme se věnovali přípravě praktikantů, zejména z dětských domovů vč. romského etnika, a jejich spolupráci s mladými vedoucími oddílů v konkrétních podmínkách pobytových akcí.

Letní tábor - ozdravně edukační pobyt 7. - 20.7.2024, Penzion U Jandů, Úborsko 2:

/80 účastníků, z toho 73 dětí a mládeže, 63 handicap. tj. 86%/

Ze znevýhodněných to byly především epileptici, psychosociální deprivace a poruchy, PAS, CAN, ADHD. Dále vzácná onemocnění, diabetes, astma, enuréza, celiakie, alergie, perinatální zátěž a retardace, ortopedické a kombinované vady aj., děti z náhradní výchovné a rodinné péče.

Moderní penzion plně vyhovoval našim potřebám. Vyvážená strava 5x denně + pitný režim, ubytování ve 2-3 lůžkových pokojích s WC a sprchovým koutem, klubovny, prostornou jídelnou s divadelním jevištěm, multifunkčními sportovišti, ohništěm a především s rehabilitačním vybavením /masérna, finská sauna, infrasauna, Whirlpool, odpočívárna a venkovní bazén/. Areál a okolí jsme opět využili pro všestranné pohybové aktivity. V blízkosti se nachází rozhledna a kostel sv. Markéty, poutní místo Pocínovice se zázračnou studánkou, tajemným jezírkem a místem posledního odpočinku pohádkového koně Juráška. Pokračovaly výlety busem do venkovního aquaparku v Kolinci, se kterým již řadu let spolupracujeme a opět k Černému jezeru. Dále jsme navštívili vodní hrad Švihov, rodný dům J.S.Koziny s poutavým odborným výkladem, areál Babylon a hrad Klenová.

Zde proběhlo ukončení celotáborové hry Robin Hood. Vedoucí v dobových kostýmech, společně s dětmi, předvedli její krásný závěr.

Ozdravný pobyt nejúčinněji spojoval zdravotní, rehabilitační, pohybový, výchovně vzdělávací a integračně socializační program včetně doučování, zásad prevence, hygieny a ochrany před virovým onemocněním, letní bakteriální spalovou angínou apod.

Byl kladen důraz na **Venkovní aktivity, pobyt a chůzi** na čerstvém vzduchu /tělovýchova, zdravotní TV, sporty, hry v přírodě, plavání, turistika, výlety apod./.

Rehabilitační aktivity /masáže, sauny, vířivka, plavání v bazénu/, **Prožitkové aktivity** /arteterapie, ergoterapie, dramatická výchova, muzikoterapie, deskové hry, tanec, zpěv s kytarou aj./.

Výrazně se zvýšila osvětová činnost s přednáškami /zdravý způsob života, význam tělesné výchovy a sportu, ochrana životního prostředí, zásady 1. pomoci, problematika respiračních a jiných onemocnění, význam celkové rehabilitace a masáží apod. - PaedDr.V.Bílek, MUDr.P.Koťátko, H.Jamříšková/.

Byly zachovány další pravidelné aktivity - stezka odvahy, sportovní olympiáda, humorné pohádkové scénky, filmy, diskotéky, neformální vzdělávání, příroda i příprava praktikantů a vedoucích aj.

Byly dodržovány tři fáze programu a individuální přístup:

Dopoledne: tzv. „kolečko“: zdravotní TV, sporty → arteterapie, ergoterapie, deskové hry → dramatická výchova → tance → osvěta → masáže.

Odpoledne: integrační program v přírodě, turistika, výlety, kulturně poznávací činnosti, sport, hry aj.

Večer: kreativní hry, scénky, zábava, soutěže, výchovné filmy, diskotéka, uklidňující fáze před spánkem.

Podzimní prázdniny – ozdravně edukační pobyt 26.- 30.10.2024, RZ Loutí, Slapy:

/56 účastníků, z toho 53 dětí a mládeže, 49 handicap. tj. 92% /

K rozvoji zdraví, tělesných a duševních sil jsme opět využili Vojenské rehabilitační zařízení – aquapark Měřín, se kterým dlouhodobě spolupracujeme /návík plavání, divoká voda, tobogán, dětský bazén, hydroprocedury vč. teplé vířivky aj./.. Dále oblíbenou hipoterapii a jízdu na koních na koňské farmě Michael. Vlastní vybavení jsme využili pro celkovou rehabilitaci, masáže, rychlokurz masáží, zásad 1.pomoci, arteterapii a prevenci i léčbu mycoplasmy, která se opět rozšířila do ČR. Dále turistiku a poznávací výlety busem po slapském okolí. Pokračovaly sporty, především kopaná, hry v přírodě a motivační hry.

Dějiny Československa a ČR jsme si připomněli Dny české státnosti, také křesťanský svátek „Dušičky“.

Pokračovalo „kolečko“, teoretické a praktické činnosti vč. zapojení praktikantů do činností oddílů.

Víkendové akce /14 x v průběhu roku, 353 účastníků, z toho 295 dětí a mládeže, 264 handicap. tj.89%/

Tvořily součást kontinuální celoroční péče, spojovaly kulturně poznávací činnost s pohybovými aktivitami a regenerací /např. hrady, zámky, muzea, sportoviště, aquaparky, sauny aj./.

V rámci dlouhodobé spolupráce pokračuje především rehabilitace ve sportovně rehabilitačním centru ČVUT Praha 6 /sauna, chladný bazén, whirlpoolové vany lázeňského typu, masáže, odpočívárna s relaxací a psychoregulací - posilovna, horolezecká stěna/. Dále kultura – např. zámek Vrchotovy Janovice s poutavým odborným výkladem, prohlídkou parku s vyhledáváním míst hrobů koní a psů majitelky zámku. Pokračovaly výlety busem a další doplňkové pohybové aktivity ve venkovních fitcentrech a sportovištích v různých místech.

Zorganizovali jsme 2 víkendové poznávací a rehabilitační pobyty v Úborsku pro Klub důchodců Horoměřice, se kterým dlouhodobě spolupracujeme /hrazený klubem důchodců/. Této spolupráce se rovněž zúčastňuje dospívající mládež SHTD. Tím rozvíjíme trojgenerační dialog mezi mladými a seniory, pomoc a úctu ke stáří. Omezujeme tak negativní vliv současného Ageizmu.

V centru SHTD proběhly víkendové výtvarné kurzy /enkaustika, malování na textil, podzimní a vánoční dekorace aj./.

Víkendových aktivit se zúčastňují i rodiče jako asistenti u dětí s těžší diagnózou, lékař nebo zdravotník a další dle potřeby.

Externí školení – jeden dlouholetý člen SHTD absolvoval kurz pro hlavního vedoucího tábora.

Klubová činnost: /56 x , 137 účastníků, z toho 83 dětí a ml, 72 handicapovaných tj. 86%/

Děti a ml. se pravidelně scházely v centru SHTD. Obsahem bylo především cvičení pro správné držení těla, páteř a klouby /speciální sestavy prof. Narbekova/, cvičení na pohybových trenažérech, gymnáziích, mobilní masáže, muzikoterapie a arteterapie, poradenství. Především šlo o vážnější chronická onemocnění, často kombinované vady a psychosociální deprivace. Velký význam mají konzultace a poradenství s rodiči, vedením a vychovateli z dětských domovů i dětmi. Tyto konzultace pak často navazují na odborné poradenství s našimi spolupracujícími lékaři vč. následné léčby.

Byl dodržován individuální přístup a péče byla přizpůsobena časovým možnostem klienta, event. doprovodu v průběhu týdne.

Plánované kvantitativní i kvalitativní ukazatelé celoročních aktivit byly průběžně plněny a splněny.

Spolupráce a komunikace:

Pokračovala spolupráce s rodiči, dětmi, dětskými lékaři a neurology z celé republiky, pracovníky dětských domovů a Klokánků, úřady sociální péče, vysokými školami, školami aj. Lékařským garantem byl vedoucí lékař VFN Praha MUDr. Petr Kořátko. Jeho účast a zdrav. sester na pobytových i jiných aktivitách přináší zlepšení kvality zdraví dětí a ml. a pro spolek je všestranně prospěšná.

Do procesu přípravy, organizace a řízení byli zapojeni pracovníci s vysokoškolským vzděláním, posluchači vysokých škol, studenti středních škol se sociálním a pedagogickým zaměřením a další.

Na municipálních úrovních je důležitou součástí naší činnosti spolupráce s orgány, organizacemi a kulturními zařízeními v oblastech našich aktivit. Příkladná je spolupráce s nemocnicí v Klatovech a Klubem důchodců v Horoměřicích. Všem patří naše upřímné poděkování.

Dlouhodobě pokračujeme v péči o zdravé, nemocné děti a mládež, z různých sociálních vrstev, marginálních skupin a dalších. Tím hledáme cestu pomoci ostatním, vzájemného pochopení a soudržnosti. Právě v jednotě, sounáležitosti, spolupráci všech skupin i podskupin dětí i vrstev obyvatelstva, tedy celkové inkluzi, spatřujeme možnosti příznivého vývoje občanské společnosti a lepší budoucnost.

Činnost SHTD byla pravidelně kontrolována orgány státní správy, s kladným výsledkem a bez připomínek.

Financování – účetní závěrka rok 2024:

období: 01.01.2024 až 31.12.2024

-----peníze v hotovosti-----		-----příjmy zahrnované do základu daně-----	
H převod	377 075,00	09 úrok	0,00
01 příjem	385 150,00	10 příspěvky	5 000,00
02 výdaj	330 554,00	11 dotace	502 000,00
hotovost celkem.....	431 671,00	11 ostatní příjmy	858 100,00
-----peníze na bankovních účtech-----		-----výdaje na zajištění příjmu-----	
B převod	715 310,71	12 zajištění akcí	890 560,00
03 příjem	1 390 400,00	13 nákup zboží	0,00
04 výdaj	1 421 214,20	14 OON, daň	292 440,00
banka celkem.....	684 496,71	15 zdrav.a soc.pojistné	0,00
-----ceniny-----		16 provozní režie	350 217,31
C převod	0,00	16 uzávěrkové výdaje	0,00
05 příjem	0,00		
06 výdaj	0,00		
ceniny celkem.....	0,00		
-----platby s vlivem na zisk-----		-----průběžné položky-----	
07 příjmy celkem	1 365 100,00	29 příjem	330 450,00
08 výdaje celkem	1 533 217,31	30 výdaj	330 450,00
základ daně.....	-168 117,31	rozdíl.....	0,00

Zpracovala nezávislá účetní firma: Palková Alena, IČ:15347931.

Finanční prostředky byly využity hospodárně, efektivně a účelně.

SHTD děkuje MŠMT ČR, MZ ČR, MHMP, rodičům a dalším za poskytnuté prostředky. Rovněž děkujeme všem spolupracovníkům!

Závěr:

Lze konstatovat významný přínos ozdravně edukačních projektů pro zdravé, zejména zdravotně a sociálně znevýhodněné děti v ČR. V rovině zdravotní /zlepšování zdravotního stavu, snižování počtu záchvatů, rozvoj tělesných a psychických sil aj./, v rovině edukační /výchova, vzdělávání, dovednosti/, v rovině sociální /odstraňování zákazů a omezení, dostupnost pro sociálně slabé vrstvy/, v rovině inkluze a integrace /posilování vztahů zdravých se znevýhodněnými, tolerance, porozumění, rovnost, vědomí sounáležitosti/. Holistické /celostní/ působení pozitivně ovlivňuje vývoj a výchovu dítěte.

Bohatá fotodokumentace a videa jsou na našem webu: shtd.cz

Aktivít se zúčastnilo cca 500 dětí a ml. z celé ČR, z toho cca 86% znevýhodněných.

I nadále chceme poctivě a starostlivě pečovat o děti a mládež, vést je k samostatnosti, zodpovědnosti, ukázněnosti a přátelství, naučit je novým dovednostem, ale především zlepšovat jejich zdraví, tělesný a psychický vývoj, sociální citění sounáležitosti a umožnit jim prožít plnohodnotný život.

S poděkováním, pozdravem a úctou k Vám všem
PaedDr. Vladimír Bílek, předseda SHTD